

@LETIEKLEVEN

PK OUTDOOR OOST-VLAANDEREN



FINN DE MAERE GROTE UITBLINKER MET 3 TITELS

De eerste dag van de Oost-Vlaamse kampioenschappen werd op gang geschoten in Merelbeke-Melle. De tweede dag vond niet veel verderop plaats met Gentbrugge als uitvalsbasis. Andreas Palm is sinds zaterdag de negende beste scholier aller tijden in het discuswerpen. Robbe Van Hoorde deed nog beter met de vijfde prestatie aller tijden in het kogelstoten bij de beloftes. Maar het was cadet Finn De Maere die de meeste schildjes in ontvangst mocht nemen. Met drie titels doorheen het weekend, waarvan een horderace in de derde prestatie aller tijden, was hij de uitblinker langs Oost-Vlaamse zijde.

ten pakte hij zilver, werd het dan toch een verdiende gouden exemplaar voor Marty in het laatste werpnummer van het weekend.

Belgisch recordhoudster met de speer, **Fien De Coster/LEBB**, haalde met 45m59 opnieuw een hoog niveau. Zo'n drie meter onder haar eigen BR van begin maart in Sint-Niklaas. In de andere kampnummers vochten **Matti Pauwels/ACW** en **Victor Meert/HAMM** een leuk duel uit in het hoogspringen. Ze gingen beide over 1m71, maar Pauwels deed dat bij zijn eerste poging en mocht daarom het goud in ontvangst nemen. In het verspringen deed Belgisch indoorkampioen **Vik Ronsyn/VOLH** het bijzonder goed met een winnende 6m22. **Yana Vanden Berghe/HAMM** was de beste met de discus. Ze haalde 34m00 en was daarmee de beste over alle provincies heen. Nog bij de meisjes deed **Lotte Van Gehuchten/LEBB** het goed, want met een knappe 5m33 leverde ze zelfs de beste sprong af over alle categorieën heen. Met de polsstok leverden **Bran Verbraekel/LEBB** en **Elias Berth** mooie sprongen af. Met 3m60 was de titel voor Verbraekel.

Op de 100m was **Mathis Van Hamme/STAX** de beste op zijn thuispiste met een winnende 11"70, nadat hij in de reeksen een sterke 11"55 liet noteren. Daarmee deed Van Hamme liefst een tiende beter dan zijn Vlaamse leeftijdgenoten over de provinciegrenzen heen. Op de 200m pakte hij zijn tweede titel van de dag. Met 23"65 dook hij als enige onder de 24 seconden en daarmee was hij opnieuw de snelste Vlaamse cadet. Op de 300m horden kwam **Eloise Van Lo-**

107



Pablo Marty
Foto Johnny De Ceulaerde

CADETTEN: DE MAERE TOP

Finn De Maere/AVLO opende zijn seizoen een week eerder in Eeklo met een winnende 55m14 met de discus, goed voor de zestiende prestatie aller tijden. In Merelbeke-Melle bevestigde hij met een winnende 53m59. Er werd trouwens stevig geworpen door de cadetten, want **Elias Berth/AVLO** viel ondanks 47m97 net naast het podium. **Pablo Marty/STAX** (48m24) en **Mats Bouche/VS** (48m11) mochten met sterke afstanden zilver en brons in ontvangst nemen. Nog in Eeklo vestigde De Maere, de Belgische indoorkampioen met de kogel en op de 60m horden, een persoonlijke beste met de kogel met 16m17. Op zaterdag ging hij alweer voorbij de zestien meter met 16m03. Een dag later pakte hij uit met een erg sterke horderace. Met 13"33 realiseerde hij de derde prestatie aller tijden. Nog iets meer dan drie tienden boven het BR van **Jan Geirnaert/KAAG** van vorig jaar, maar wel drie tienden sneller dan zijn oude PR dat hem vorig seizoen als eerstejaars al op de elfde plaats aller tijden bracht. In het speerwerpen moest hij de winst, ondanks

een sterke 47m03, laten aan Pablo Marty. Met 51m11 ging Marty als enige voorbij vijftig meter. Na twee zilveren exemplaren achter De Maere, want ook in het kogelsto-

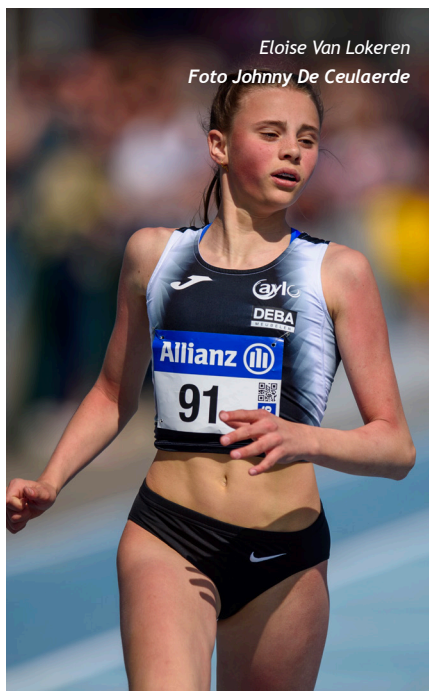


Podium ver cadetten jongens: Vik Ronsyn (m), Victor Meert (l) en Finn Jasper Kissiyar wolf (r)
Foto Johnny De Ceulaerde

keren/AVLO tot een sterke 44"04 in haar eerste lange hordenwedstrijd. Op de korte horden pakte ze zilver met 12"20 achter **Roxanne Campo/LEBB** (12"16). Een dag later pakte ze alsnog haar tweede gouden medaille na 12"46 op de 100m. Daarmee toont de Belgische recordhoudster indoor op de 400m dat ze op meerdere afstanden goed uit de voeten kan. De eerste reeks van de 300m horden bij de jongens kreeg later op de dag de kans om hun reeks opnieuw te lopen, omwille een horde die niet op de juiste plaats stond. **Briek Ongena/AVLO** spaarde zich tijdens zijn tweede loopnummer om tijdens de herkansing de titel na 43"88 binnen te halen. Op de langere loopnummers mocht **Chloë Van Weyenberg/VITA** zaterdag vieren na winst op de 1500m (4'42"31). Op de tweede dag moest ze het hoofd buigen voor **Nora Roels/KAAG** op de 800m, want met 2'19"49 werd ze tweede na Roels die 2'19"12 klokte. **Jonas Van der Veken/EA** behaalde zowel de titel op 800m als 1500m. Op zaterdag won hij overtuigend de 800m in 2'08"72 en een dag later de 1500m in 4'31"95 na een mooie strijd met **Abel Nollet/STAX** (4'33"24) en **Nand Panis/ACG** (4'33"51).

SCHOLIEREN: XIAM STEVENS OP LIMIJTJACHT

Andreas Palm/RIEM wierp de discus in Merelbeke-Melle richting een knappe 53m83. Begin maart ging Palm met 51m10 voor het eerst voorbij vijftig meter en zaterdag deed hij er nog een stuk bij. Niet alleen goed voor een beste jaarprestatie, maar ook de negende prestatie aller tijden. Met



Eloise Van Lokeren

Foto Johnny De Ceulaerde

de kogel moest hij ondanks een PR van 14m41 de titel laten aan **Lowie De Meyer/VS**. Met 15m54 vestigde De Meyer een beste jaarprestatie aan het begin van het prille zomerseizoen. Bij de meisjes won **Elke Gieghase/KAAG** het discus met een sterke 38m68. Bij de jongens was **Ruben Minne/ACG** de beste met 49m48. **Floor Smet/VS** won overtuigend het speerwerpen met 39m69. Smet pakte nog een tweede gouden medaille met een mooie 12m59 in het kogelstoten. In het polsstokspringen deed **Lars Goossens/ACW** een goede zaak, want hij bracht zijn outdoorrecord op 3m90. Deze winter haalde hij al vier meter en die



Nora Roels

Foto Johnny De Ceulaerde

hoogte volgt de komende weken allicht ook outdoor.

Fien De Decker/AVLO was de beste op de 400m. Met 58"10 liep ze de snelste baanronde over alle categorieën heen. Bij de jongens leek **Ari Lauwers/KAAG** op weg naar de overwinning. In de laatste meters kwam **Cyriel Dhont/DEIN** echter sterk opzetten. Dhont, de derde van het BK indoor, pakte alsnog het goud met 50"32. **Florian De Vos/KAAG** gooide zich nog net voor zijn clubgenoot als tweede over de eindmeet met 50"63 tegenover 60"64 voor Lauwers. Op de 100m was **Rune Lefever/AVLO** (11"05) de snelste scholier, terwijl **Daan Boone/ACW** de titel haalde op de 200m (22"32). Bij de meisjes stak **Lies Vercammen/ACW** op de 100m met 12"48 het goud op zak. Op de 200m deed ze daar een bronzen een exemplaar bovenop met 25"56. De winst op de halve baanronde was voor **Nele Borghgraef/STAX** met 25"49.

Op de 110m horden stonden amper vier scholieren jongens aan de start. Toch lag het niveau bijzonder hoog, want alle vier gingen ze sneller dan de snelste leeftijdsgenoten uit de andere provincies. **Jan Geirnaert/KAAG** dook naar winst in een sterke 13"92. De Belgische recordhouder indoor op de 60m horden was zichtbaar tevreden, maar voelt nog veel ruimte voor verbetering na zijn eerste hordenrace van het seizoen. Doorheen de zomer mikt hij op een chrono laag in de dertien seconden en dan komt het BR van **Rafael Franzini/MOHA** (13"22) mogelijks in zicht. **Felix Stockmans/VOLH** pakte zilver met 14"50, nadat hij eerder op de dag al een heel knappe 400m horden

Xiam Stevens (693) en Kamiel Vermael (430)

Johnny De Ceulaerde



Get ready for the **best**

Allianz 

Peter Genyn
Allianz Ambassador

Allianz 

Memorial
van damme



afwerkte. Met 54"64 zette hij een stevige seizoensopener neer en deed hij bijna vier seconden beter dan vorig seizoen. Op de 100m horden werd het bijzonder nipt tussen **Noémie Van Lokeren/AVLO** en **Lotte Guns/RCG**. Met 14"39 deed Van Lokeren amper drie honderdste beter dan Guns.

Op de 800m kregen we een mooie strijd tussen **Arnaud Vermoesen/EA** en **Kamiel Vermael/STAX**. Ze doken als enige scholieren onder de twee minuten, maar Vermoesen deed met 1'58"05 nipt beter dan Vermael (1'58"16). Op de 1500m pakte **Nena Germaey/ACG**, de Belgische veldlooptkampioene, zoals verwacht de titel met een sterke 4'38"44. Bij de jongens controleerde die andere Belgische veldlooptkampioen, **Xiam Stevens/EA**, de wedstrijd. Een sterke **Kamiel Vermael** kon het langste volgen, maar was niet opgewassen tegen de snelle slotronde van Stevens. Met 4'05"76 won hij voor Vermael die 4'06"25 klokte. De 3000m liet Stevens aan zich voorbijgaan, want de Belgische recordhouder indoor op die afstand met 8'23"98 focust zich op een snelle 3000m op 1 mei tijdens de Athletics Classic Meeting in Herentals. Stevens, die traint in de groep van Kim Barbé, wil zich namelijk plaatsen voor het Eku18 in het Italiaanse Rieti waarvoor de limiet op 8'15"57 staat. Gezien zijn indoorrecord kan hij die tijd vrijdag weleens kraken. De titel op de 3000m was voor **Matisse Demeulemeester/ASVO** met 9'21"41.

JUNIORES: SAM VAN DOOREN EN VICTOR SPIEGELEIRE



Speerpodium scholieren jongens: Ruben Minne (m), Matisse Alij (l), Victor Neyt (r)
Foto Johnny De Ceulaerde

Leon Coetsier/KAAG won het duel met club- en trainingsgenoot **Milan Vandendriessche/KAAG** met 1'54"81. Vandendriessche werd tweede met 1'55"23 en kwam later op de dag opnieuw in actie, want de Gentenaar plaatste zich voor de finale op de 100m waar hij zesde eindigde. De winst was voor **Sam Van Dooren/ALVA** met een sterke 10"87, nadat hij in de reeksen met 10"78 een nieuw PR klokte. **Ine Impens/KAAG** mocht meteen na de reeksen al goud ophalen, want de reeks deed meteen dienst als rechtstreekse finale. Met 11"99 bleef ze als enige vrouw onder de elf seconden. De wind zat doorheen het weekend ideaal voor de sprinters. **Victor De Spiege-**

leire/VS profiteerde daar optimaal van. Op zaterdag dook hij op de 200m onder de 22 seconden met 21"91 en een ideale meewind van 1,7 m/s. **Sil Caudron/LEBB** werd opnieuw tweede (22"00), nadat hij eerder op de dag al tweede eindigde op de 100m (11"09, finale en 11"02, reeksen). Een dag later gaf De Spiegeleire opnieuw zijn visitekaartje af met een winnende 49"18 op de 400m. De Spiegeleire mikt deze zomer op de aflossingsploegen voor het WKU20 en na dit weekend plaatst hij zich al meteen in een goede uitgangspositie. Op de horden leverde **Levi Hebbrecht/STAX** een knappe horderace af. Vanuit baan acht liep hij naar de overwinning dankzij een solide race met 14"89.

In het hoogspringen won **Mohamed-Reda Chemmakh/ACW** met 1m95, waarmee hij de winnende hoogte van senior **Viktor Van Aerde/KAAG** evenaarde. Met de polsstok stak **Bazil Geerts/EA** de titel op zak na 3m90. In het verspringen maakten **Mauro Vliebergh/EA** en **Lucas Paelinck/VOLH** het spannend tot in de laatste sprongen. Vliebergh zette in zijn vijfde sprong 6m56 op het bord. Paelinck reageerde sterk, maar met 6m49 moest hij nipt het hoofd buigen voor Vliebergh, die deze winter nog derde werd op het BK indoor. Bij de dames deed **Lien Swinnen/STAX** het ontzettend goed met een winnende 42m90 in het discuswerpen, amper drie centimeter onder haar persoonlijke beste. Toch hoopt Swinnen op meer na een moeilijk seizoen afgelopen jaar.

SENIORES: STERKE VAN HOORDE

Niet alleen in de jeugdcategoryen waren



Een groepje STAX-atleten
Foto Johnny De Ceulaerde

de werpers op de afspraak. **Andreas De Lat-hauer/VS** opende zijn zomerseizoen met een sterke 18m21 met de kogel. Met de discus liep het minder vlot, want hij kon geen geldige poging neerzetten. Een duel met **Lars Coene/KAAG** kwam er bijgevolg niet, waardoor de weg naar de titel open lag voor de Gentenaar. Met 53m47 deed Coene het uitstekend. Trainings- en clubgenoot **Pieter Stuyven/KAAG** deed het als tweede ook goed, want met 50m69 kraakte hij voor het eerst de grens van vijftig meter. In het kogelstoten liet de nummer twee ook van zich spreken. **Robbe Van Hoorde/VS** zette met 17m60 de vijfde prestatie aller tijden neer bij de U23 en de twaalfde prestatie aller tijden alle categorieën. Deze winter ging hij al voorbij zeventien meter en tijdens zijn eerste outdoorwedstrijd bevestigde hij meteen zijn progressie. De laatste werptitel van het weekend was voor **Ides Verhulst/ACW**, die het speerwerpen op zijn naam schreef met 69m64. Bij de vrouwen liet **Emma Van Iove/ACW** haar speer een dag eerder met 18m19 duidelijk verder landen dan haar collega's. Een dag later haalde **Elena Defrère/AAG** een nieuwe titel in het kogelstoten met 14m36. Met de discus moest ze het zoud, ondanks een sterke 48m76, laten aan specialiste **Anouska Hellebuyck/DEIN**. Met 30m76 ging Hellebuyck als enige voorbij vijftig meter. In het hoogspringen stak Vlaams doorkampioene **Marie De Troyer/VS** de titel op zak met 1m66.

Op de korte sprintnummers stak **Meindert Caudron/LEBB** met 10"85 de winst op zak. Ze doken maar liefst met vier mannen onder de elf seconden. **Ismail Muntslag/STAX** (10"91) en **Benjamin Evrard/KAAG** (10"96) paktten zilver en brons, waardoor **Wolf Beliën/STAX** (10"97) tevreden moest zijn met een vierde plek. Op de 200m eindigde Beli-

en wel op het podium met brons na 22"07. Evrard schoof een plek op met een zilveren 22"04. Het goud was **Lorenzo De Visscher/RCG** die een reeks eerder met 21"92 (+2,2 m/s) de beste tijd neerzette. Bij de vrouwen was de titel op de 100m ook voor Lebbeekse AC, want **Luca Heyvaert/LEBB** toonde zich de sterkte met 12"10. Een nieuwe persoonlijke beste die haar zichtbaar deugd deed. Op de 200m moest ze afrekenen met **Anaïs Van Snick/KAAG**, die deze winter onder de 24 seconden dook. Na een snelle bocht hield Van Snick met 24"67 Heyvaert met 24"72 achter zich. Voor het podium was trouwens een tijd onder de 25 seconden nodig, want **Lotte De Foer/ACW** pakte brons met 24"94.

Op de korte horden was er goud voor de thuisclub dankzij **Erinn Verbeke/STAX**. Ze won de 100m horden in 14"51. Op de 400m horden stak **Amelie Sonnevillie/KAAG** een nieuwe provinciale titel op zak in 1'03"26. Op de baanronde zonder horden was **Jenitty de Kler/ACW** de beste met 59"54. **Rob Van den Bogaert/VS** won op zaterdag de 800m met een sterke 1'52"90 voor drie atleten van Eendracht Aalst, waarvan **Brent Soetens/EA** met 1'53"50 naar zilver liep. Op zondag deed Van den Bogaert daar een tweede titel bovenop met een winnende 49"36 op de 400m. Hij blijft als enige onder de 50 seconden na een sterk slot. **Hanna Vereecke/KAAG** won een tactische 800m waar niemand enthousiast was om het kopwerk op zich te nemen. In de laatste 150 meter klaarde Vereecke de klus met een stevige sprint. **Hanne Willems/LEBB** won de 1500m met 4'45"54 en **Jennen Mortier/RCG** deed hetzelfde bij de mannen met 3'59"96, nadat hij de hele wedstrijd controleerde. Op de 5000m stak **Lucas Lievens/ZA** een nieuwe titel op zak. Met 14'51"45 hield hij **Ruben De Smedt/AVLO** (14'53"49) achter

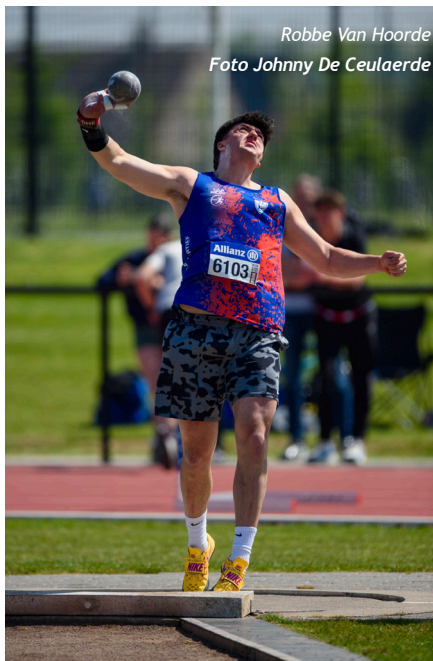
zich. **Femke D'hauwers/RCG** schonk haar club op zondag nog een mooie thuisoverwinning met 9'44"93 op de 3000m.

REACTIES

Finn De Maere/AVLO (goud cadetten kogel met 16m03, discus met 53m59 en 100m horden met 13"33 en zilver speer met 47m03): "Op training ging het werpen deze week iets minder, waardoor ik niet veel verwachtingen had dit weekend. Maar het viel beter mee dan gedacht. De horden gingen goed, maar het is altijd wennen aan de overgang van de 60 naar de 100 meter in het begin van het seizoen. Ik viel een beetje stil en dan is de techniek ook minder goed, maar ik ben wel tevreden met de tijd. Op speerwerpen train ik niet zo vaak. Maar als het goed gaat, zit er wel een mooie afstand in. Afgelopen winter moest ik passen voor het BK meerkamp door een hamstringblessure, maar dit seizoen blijft de meerkamp het hoofdoel."

Xiam Stevens/EA (goud scholieren 1500m in 4'05"76): "Op voorhand had ik nog even nagedacht over welke tijd ik vandaag wilde lopen. Maar deze wedstrijd diende vooral als voorbereiding op mijn eerste 3000m outdoor, dus de chrono was eigenlijk niet het belangrijkste vandaag. In begin heb ik wat afwachtend gelopen en nadien alles opengebroken. Volgende week vrijdag ga ik de limiet op de 3000m voor het EKU18 (8'15"57, red.) proberen lopen. Ik wil gewoon zo hard mogelijk lopen en dan zien we wel waar we uitkomen."

Jan Geirnaert/KAAG (goud scholieren 110m horden in 13"92): "Onder veertien seconden duiken was het doel vandaag, dus ik ben heel blij dat het lukte. Maar er zijn



Robbe Van Hoorde
Foto Johnny De Ceulaerde



Lucas Lievens
Foto Johnny De Ceulaerde



Jan Geirnaert
Foto Johnny De Ceulaerde

nog veel verbeterpunten. De 110m horden is toch nog anders dan de 60m horden, dat voel je op het einde. Sneller over de horden gaan en mijn topsnelheid behouden op de laatste horden vormen de grootste werkpunten. De meerkamp blijft sowieso het hoofddoel, maar de horden zijn toch mijn favoriete discipline.”

Felix Stockmans/VOLH (goud scholieren 400m horden in 54”64 en zilver 110m horden in 14”50): “Op de 400m horden ging het heel goed. Het doel was om onder 56 seconden te duiken en dat is ruimschoots gelukt. Op de 110m horden heb ik te veel hordes geraakt, maar de tijd is toch nog best goed. Dit seizoen blijf ik beide afstanden combineren en voorlopig lukt dat goed.”

Lien Swinnen/STAX (goud juniorees discus met 42m90): “Op training en tijdens de opwarming werp ik altijd net iets verder, dus ik blijf een beetje op mijn honger zitten. De limiet voor het junioreesgala in Mannheim ligt op 45 meter en dat lukt op training. Dus ik hoop de limiet te halen. Ik moet vooral de rust bewaren tijdens de wedstrijden. Het moet gebeuren op een wedstrijd die erkent is door World Athletics en ik heb nog drie kansen, dus hopelijk komt het goed.”

Victor De Spiegeleire/VS (goud juniorees 200m met 21”91 & goud 400m met 49”19): “Ik ben heel tevreden, vooral van de 200m. We hebben nog niet zoveel op snelheid getraind, dus die tijd had ik niet zien aankomen. Dit seizoen hadden we een tijd rond 22”20 vooropgesteld en daar zit ik al meteen een heel stuk onder. Tijdens de 400m voelde ik iets in mijn hamstrings, dus moest ik gecontroleerd lopen. Halverwege kon ik wel doorduwen, dus super blij met deze tijd. Niet van start gaan, was geen optie. Mocht het niet lukken, kon ik altijd uitstappen. Op de 400m wil ik me vooral plaatsen voor de aflossingsploegen voor het WKU20.”

Hanna Vereecke/KAAG (goud seniorees 800m met 2’15”02): “Mijn plan was sowieso om te volgen en op het einde alles op mijn sprint te zetten. Dus een tactische koers kwam mij niet slecht uit. Ik ging voor de titel, dus ik ben heel blij dat het is gelukt. De tijd is ook best goed en ik voel dat het sneller kan in de komende wedstrijden.”

Marie De Troyer/VS (goud seniorees hoog met 1m66): “Op zich een goede opener, maar het is toch een heel stuk onder mijn record (1m78, red.). Daarom vind ik het

Podium hoog cadetten meisjes: Fien Van Geyte (m), Roxanne Campo (l) en Lotte Van Gehuchten (r)
Foto Johnny De Ceulaerde



een beetje dubbel, want het ging eigenlijk wel goed. Dan hoop je op iets beter, maar uiteindelijk ben ik wel tevreden. De combinatie met mijn studies is niet altijd gemakkelijk. Nu heb ik stage en ben ik mijn masterproef aan het afwerken. Dat heeft voorrang, daarom kan ik niet alle trainingen doen. Maar er komen nog veel wedstrijden om te groeien.”

Luca Heyvaert/LEBB (goud seniorees 100m met 12”10 & zilver 200m met 24”72): “Het is opnieuw wat het moet zijn. Ik heb lang gesukkeld met de 100m, terwijl de 200m beter loopt. Ik werk intussen drie jaar en het was een zoektocht naar de juiste balans.”

Jennen Mortier/RCG (goud seniorees 1500m in 3’59”96): “Ik heb mijn verantwoordelijkheid genomen en de koppositie genomen. Normaal ging ik samen met Matthias (Loeys, red.) lopen, maar hij was ziek. We waren sowieso van plan om een hoog basistempo op te leggen en een snelle wedstrijd te lopen. Op het einde kon ik nog een snelle laatste ronde neerzetten, dus het gevoel zit goed. Er nog veel werk, maar de afgelopen trainingen gingen goed en dit vormt een goede opener.”

Ben Ghyselincx



COVER Finn De Maere
FOTO Johnny De Ceulaerde

Atletiek Vlaanderen vzw
@letiekleven 14 - Woensdag 29 april 2026

FOTO'S: Johnny De Ceulaerde
TEKST: Ben Ghyselincx

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, website, mail, fotokopie of op welke wijze ook, zonder voorafgaandelijke toestemming van de uitgever. Teksten en foto's blijven eigendom van de auteur en fotograaf.