

@LETIEKLEVEN

BEKER VAN VLAANDEREN CADETTE EN SCHOLIEREN



LANDELIJKE 1: SPANNING OVER WINST TOT OP VANDAAG

Het werd spannend in Lokeren voor de eindwinst in de Beker van Vlaanderen landelijke 1, zelfs tot enkele dagen na het laatste startschot. Voor de start van de aflossingen stonden DCLA, AVLO en KAAG op enkele punten van elkaar bovenaan het klassement. Een valse start zorgde voor een bewogen kantelmoment. De strafste prestatie van de dag kwam op naam van Camille Sonnevile, want de Gentse scholiere verzekerde zich op de 100m horden van een ticket voor het EKU18.



Noor Koekelkoren en Camille Sonnevile
Foto Johnny De Ceulaerde

Na de middag voerde AC Herentals het klassement aan, na onder meer winst van cadette **Malien Van Baelen/ACHL** (kogel met 11m23) en scholieren **Anouk Smeyers/ACHL** (hoog met 1m61), **Martha Van Ballaer/ACHL** (kogel met 12m25), **Wout Buck/ACHL** (100m in 11"49) en **Arthur Engelen/ACHL** (1500m met 4'06"31). "Het plan was om vandaag krachten te sparen met het oog op morgen, want ik loop een 3000m in Herentals", vertelde Engelen achteraf. Een dag later in Herentals moest hij jammer genoeg wel uitstappen tijdens zijn 3000m. In Lokeren ging het wel goed. "Het was de bedoeling om op 100 meter voor de finish mijn sprint in te zetten, maar met nog 200m te gaan was ik al aan het twijfelen. Ik kon mij niet inhouden en uiteindelijk ben ik op 150 meter voor de finish vertrokken. Daarna heb ik voldoende afstand kunnen houden om te winnen".

AV Lokeren, Daring Club Leuven, AC Waasland en KAA Gent volgden binnen 24 punten, maar doorheen de namiddag moesten Herentals en Waasland een gaatje laten. De Waaslanders werden vierde voor de Kempenaars dankzij sterke resultaten in het werpen met overwinningen van scholieren **Ides Verhulst/ACW** (discus met 52m41 en kogel met 16m20), **Tijmen Van Handenhoven/ACW** (speer met 45m76) en

Zowie Tuyls/ACW (speer met 39m33) en twee tweede plaatsen van cadet **Seppo Pauwels/ACW** (discus met 39m43 en kogel met 13m47).

SONNEVILLE TOT TWEE KEER TOE BETER DAN OIT

DCLA pakte dertien punten met cadet **Louis Coeckelberghs/DCLA** (discus met 40m85), cadette **Annabel Molina/DCLA** (400m in 61"87) en scholier **Ylio Philtj-**

ens/DCLA (polsstok met 4m50). Nog bij de scholieren zorgde **Dai Keïta/DCLA** voor de nodige punten met winst in het hoogspringen (1m89) en een tweede plaats op de hoge horden (15"37). De Leuvense scholieren meisjes deden het ook uitstekend met een dubbele overwinning van **Uma Goedseels/DCLA** (100m in 12"70 en 400m in 60"54), winst voor **Roos Van Puyvelde/DCLA** (discus met 30m58) en tweede plaatsen van **Hannah Op't Eynde/DCLA** (800m in 2'27"10) en **Noor Jacques/DCLA** (1500m in 5'00"63).

Noor Koekelkoren/DCLA was goed twee tweede plaatsen (100m horden in 13"82 en 200m in 25"12). Ze moest twee keer de duimen leggen voor **Camille Sonnevile/KAAG**, die met dubbele winst haar club stevige punten bezorgde. Ze deed ook zichzelf een cadeau, want haar winnende 13"75 op de horden levert haar een ticket voor het EKU18 in Jeruzalem op. Ze bleef exact één honderdste onder de gevraagde tijd voor het EKU18. "Ik had niet verwacht om nu al zo snel te lopen, want ik heb de laatste weken nog niet veel getraind op de horden. Ik had al eens nagedacht over de limiet, maar ik was daar totaal niet op gefocust. Het is natuurlijk wel super om die limiet te lopen", aldus een tevreden Sonnevile. Met 13"82 kwam ook Koekelkoren heel dicht in de buurt van de limiet.

CADETTEN JONGENS VAN KAAG MET OVERMACHT

Na hun hordenrace trokken Sonnevile en Koekelkoren opnieuw hun spikes aan voor



Arthur Engelen
Foto Johnny De Ceulaerde

de 200m. De winst was opnieuw voor Sonnevile in een heel snelle 24"98, waarmee ze voor het eerst onder 25 seconden duikt. Vanuit Lokerse zijde werd het puntentotaal aandedt met dertien punten van scholieren **Dorien Poppe/AVLO** (1500m in 4'54"85), **Lennert D'hooghe/AVLO** (400m in 53"25), **Maxim Verniers/AVLO** (ver met 5m98) en cadette **Elise De Bruyn/AVLO** (1500m in 4'59"02). Toch werd het bikkelen met KAAG voor de eindwinst, want de Gentenaren mengden zich ook in de eindstrijd. De uitblinkers waren niet alleen Sonnevile, want bij de cadetten was **Finn Coene/KAAG** ook goed voor een dubbele overwinning (100m in 11"73 en ver met 5m83). Op de 300m horden was **Luka Afschrift/KAAG** opnieuw sneller dan ooit met 40"87 en **Milan Vandendriessche/KAAG** was de beste op 400m met een sterke 54"95. Met ook nog **Loen Coetsier/KAAG** (800m in 2'05"90), **Rens De Waele/KAAG** (1500m in 4'22"82) en **Guust Van Autreve/KAAG** (speer met 46m48) waren de Gentse cadetten jongens goed voor liefst zeven individuele overwinningen op dertien proeven.

EINDWINST ONZEKER

Andere mooie prestaties kwamen op naam van **Dario Bertotto/AVT**, want hij was de beste op de 200m in een mooie 24"38 en werd tweede op de horden met 14"60 na **Jonas Verschuere/RCG** (14"22), die met 3m00 ook het polsstokspringen op zijn naam schreef. "Op de horden had ik meer verwacht, maar ik was een beetje uit ritme nadat in de baan naast mij de horde werd geraakt. Maar er zijn nog veel wedstrijden, dus het komt wel goed op de horden tegen het BK", vertelde Bertotto. Clubgenoot **Bram De Raedt/AVT** pakte wel de dertien punten op de horden met 14"81. "Ik wou



Dorien Poppe
Foto Johnny De Ceulaerde

heel graag onder 15 seconden lopen en dat is gelukt, dus ik ben heel tevreden. De focus gaat ook meer richting de horden, zowel de 110m als de 400m. Dus wellicht loop ik dit seizoen minder vlakke 400m's", vertelde De Raedt na afloop. Bij de cadetten meisjes pakte **Marit Leysen/LOOI** de dubbel 100m (12"55) en 200m (26"22). Als slotloopsters op de 4x100m kwamen daar nog eens elf punten bij, waarmee ze haar club meehielp aan een verlengd verblijf in landelijke 1. Doorheen de dag moest Looise AV namelijk strijden met ASV Oudenaarde, AC Deinze en AC Lyra om de degradatieplaatsen te vermijden. Naarmate de dag vorderde namen LOOI en ASVO steeds meer afstand, waardoor ze met een gerust hart aan de aflossingen konden beginnen. Deinze en Lyra werden elfde en twaalfde en komen volgend jaar een afdeling lager uit.

EINDWINST ONZEKER

Op het einde van de dag ontvouwde zich een intense strijd voor de overwinning, want na een valse start van Lokeren bij de cadetten jongens lag de titel voor het grijpen voor KAAG na winst van hun cadetten jongens en scholieren meisjes op de 4x100m. Na een klacht mochten de Lokerse cadetten alsnog hun 4x100m lopen onder protest. De klacht moet nog worden behandeld jury van beroep, waardoor de officiële uitslag en de eindwinst nog onzeker zijn.

De voorlopige uitslag van de Beker van Vlaanderen landelijke 1 in Lokeren vind je [hier](#).

TEKST: Ben Ghyselinck



Finn Coene
Foto Johnny De Ceulaerde



Ylva Philipsen
Foto Johnny De Ceulaerde

LANDELIJKE 2A: NIEMAND OPGEWASSEN TEGEN ROBA

De clubs in landelijke 2A trokken op zaterdag richting Vilvoorde voor hun strijd om de Beker van Vlaanderen. Tien clubs kwamen in actie, na het forfait van Lanaken en Geraardsbergen. De degradatiestrijd was daardoor op voorhand beklonken. Bovendien was er eveneens weinig spanning met een overtuigende overwinning van Regio Oost-Brabant met maar liefst 119 punten voorsprong op Vlierzele Sportief.



Rune Ginkels
Foto Luc Dequick

De cadetten en scholieren van Regio Oost-Brabant pakten in Vilvoorde maar liefst achttien overwinningen op 48 proeven. Bij de cadetten pakten **Lars Peeters/ROBA** (1500m in 4'21"98), **Thias Van Rompaey/ROBA** (300m horden in 44"49), **Louis Van Mierlo/ROBA** (speer met 42m81), **Noa Joos/ROBA** (200m in 26"92), **Lotte Huenaerts/ROBA** (400m in 62"63), **Hanne De Ridder/ROBA** (300m horden in 48"68) en **Katho Bakelants/ROBA** (speer met 33m83) de dertien punten.

DUBBELE PUNTEN VAN GINKELS

Bij de scholieren kwamen de grootste punten op naam van **Rune Ginkels/ROBA** met dubbele winst na 6m32 in het verspringen en 1m91 in het hoogspringen. Bij zijn derde sprong over 1m86 was hij al zeker van winst. Nadien liet hij de lat op 1m91 leggen en bij zijn derde poging bleef ze liggen, goed voor de voorlopige beste jaarprestatie bij de scholieren. Op de sprint waren **Tinne Vertongen/ROBA** (100m in 12"50) en **Dier Bergs/ROBA** (100m in 11"03) overtuigend de beste. Met ook nog **Robbe Carhon/ROBA** (200m in 23"41) en **Lisa Vandamme/ROBA** (400m in 60"42) waren de Brabanders

sprokkelen, na winst op de 400m horden (**Anke Sirjacobs/VS**, 68"81), het kogelstoten (**Emma De Landsheere/VS**, 12m42) en de 4x100m. De Oordegemse meisjes presteerden in elke proef bij de beste vijf. Het leverde hen een tweede plaats op in het eindklassement.

PROVOST STERK OP 800M

MAC Westhoek werd derde en kon daarvoor rekenen op dertien punten van **Mathis Vandebussche/MACW** (400m scholieren in 52"67) en **Sterre Provost/MACW** (800m cadetten in 2'21"94). Het brengt Sterre trouwens op een tweede plaats in de voorlopige jaarranglijsten en bewijst andermaal haar veelzijdigheid. Verder vielen ook de prestaties van **Emma De Paepe/GENK** (1500m cadetten in 4'59"92), **Jens Keerman/HAC** (discus scholieren met 41m44) en **Laura Ooghe/HAC** (ver scholieren met 5m35) op. Die laatste twee hielpen hun club Houtland AC op die manier aan een vierde plaats in het eindklassement. Olympic Essenbeek Halle kreeg de rode lantaarn toegewezen, maar door het forfait van ATLA en ACG mogen ze volgend jaar opnieuw aantreden in landelijke 2.

De volledige uitslag van de Beker van Vlaanderen landelijke 2A in Vilvoorde vind je [hier](#).

TEKST: Ben Ghyselinck



Katho Bakelants
Foto Luc Dequick

LANDELIJKE 2B: LEBBEEKSE SPRINTERS DOMINEREN

Ondanks een gure wind zagen we toch alleen maar lachende gezichten in het Bornemse Breevenstadion. Het was dan ook van 2019 geleden dat de cadetten en scholieren nog eens in clubverband mochten aantreden. Bovendien was het ook de eerste editie waarin jongens en meisjes samen in actie kwamen dus er was in elk geval veel volk op de been. Omdat het ter ziele gegane ATAC, dat ondertussen werd opgesplitst in TUAC en AVOS, niet aanwezig was werden de degradatiezorgen voor de andere deelnemende clubs in elk geval al wat minder want er zou slechts één rechtstreekse zakker zijn. Op het einde van de rit triomfeerde de Lebbeekse Atletiekclub terwijl AC Meetjesland naar derde landelijke zakt.



Jarno Torck
Foto Johnny De Ceulaerde

Het was afwachten hoe de meeste clubs de coronaperiode hadden overleefd, want bij de cadetten en scholieren is het niet evident om een volledige ploeg te vullen. Slechts twee van de elf deelnemende clubs waren dan ook compleet. Thuisclub Sparta Bornem was één van hen en beleefde dus een rustige namiddag. Dankzij ook nog individuele overwinningen van scholier **Kamiel Van Raemdonck/SPBO** (discus met 47m48) en zijn leeftijdsgenoot **Jörne Diddens/SPBO**, die zowel het hoogspringen (1m83) als de 400m horden (57"75) won, nestelde het zich op een veilige achtste plaats. Tot halverwege de dag leek het trouwens een spannende competitie te worden. Bij de eerste tussenstanden waren het de Gentse roodherten van STAX die aan de leiding gingen. De Oost-Vlamingen waren vooral dominant in de werpnummers want scholiere **Sena Tay/STAX** begon met tweemaal dertien punten binnen te rijden. Met de kogel stootte ze 14m31 en met de discus werd het een vlotte 37m84. Ook cadet **Victor Sergeant/STAX** (kogel met 12m16 en discus met 37m56) mocht tweemaal juichen. **Kobe Thybaut/STAX** won dan weer het speerwerpen bij de scholieren met 39m09. Door twee diskwalifi-

caties in de 4x100m zakte STAX uiteindelijk terug naar een vijfde plaats in het eindklassement.



Kamiel Van Raemdonck
Foto Nadia Vernoyt

ROESELARE MET FONDLOPERS

Halverwege de competitie kwam AV Roeselare plots opzetten dankzij sterke prestaties in de halve fondnummers. Bij zowel de cadetten meisjes als de scholieren jongens werd de 800m én de 1500m gewonnen. In de dubbele baanronde snelde **Elise Meirlevede/AVR** naar vlotte winst in 2'26"20 terwijl **Jesse Claus/AVR** (2'07"58) in een spannende sprint **Charles Willems/ACME** (2'07"99) achter zich kon houden. In de 1500m bezorgde **Daglinde Cools/AVR** haar club de volle pot door in de laatste rechte lijn weg te snellen van **Yuna Willemsen/SPBO** (5'29"35). De cadette klokke zelf 5'28"51. Haar clubgenoot **Jerome Kindt/AVR** won vlot in 4'14"25. De West-Vlamingen zouden uiteindelijk tweede worden in het eindklassement met 5,5 punten voorsprong op Vabco Mol. Zowel bij de cadetten als de scholieren meisjes werden de Kempenaars tweede. De onvermijdelijke **Mechak Linda Bula Bula/VMOL** domineerde de 400m en finishte in 1'00"56 en haar clubgenote **Renee Bylemans/VMOL** was de enige die over 1m59 sprong. Ook bij de cadetten pakt ze tweemaal de maximumscore. **Diete Spapen/VMOL** was met 13"19 veruit de snelste in de 100m en **Amber Willepeninckx/VMOL** maakte haar favorietenrol waar in het discuswerpen (30m76).

LEBBEEKSE SPRINTERS AAN ZET

AC Lebbeke kon tot halverwege de compe-



Victor Sergeant
Foto Johnny De Ceulaerde

titie de schade meer dan beperken en sloeg daarna genadeloos toe in de sprintnummers! In maar liefst zeventien van de achtenveertig nummers, waarvan zelfs elf sprintnummers, was Lebbeke de beste. Scholier **Jarno Torck/LEBB** verbeterde zich stevig in de 200m en knalde naar 22"40. Leeftijdsgenoot **Tibe Temmerman/LEBB** won in de voormiddag al de 100m (11"44) en nam daarna ook succesvol de 400m voor zijn rekening. **Jeppe Deconinck/AZW** (54"72) hield lang gelijke tred maar Tibe kon in de laatste rechte lijn toch afstand nemen en 53"37 klokken. Bij de meisjes was 200m-loopster **Ella Heyvaert/LEBB** met 26"01 veruit de beste. Met **Zina Looverie/LEBB** hadden ze ook nog een dubbelwinnares bij de cadetten in hun rangen. Eerst won ze de 300m horden in 47"63 om daarna ook de 200m (26"74) winnend af te sluiten. Kortom, in alle sprintnummers was blauw de kleur die het vaakst de eerste de eindmeet overschreed. Hun sprintdominantie werd tijdens de afsluitende 4x100m nog eens extra in de verf gezet met winst voor zowel de scholieren meisjes en jongens als de cadetten meisjes. In totaal zou de Lebbeekse atletiekclub 443 punten halen, wat maar liefst 58 meer is dan om het even welke club.

Verantwoordelijke trainer én ploegafgevaardigde **Michiel De Proft** reageert dolenthousiast op de overwinning: "Het was drie jaar geleden dat we deze competitie hadden dus het was zeer moeilijk om de concurrentie te kunnen inschatten. We wisten dat we in de breedte goed zouden scoren en we profiteren nog steeds van de fusie met LAT waardoor we ook in de fondnummers mee konden strijden. Dat we hoog konden eindigen



Ella Heyvaert
Foto Johnny De Ceulaerde

was dus min of meer ingecalculiseerd maar aan winnen hadden we eerlijk gezegd niet gedacht. We hadden een ploeg die voltalig was en wisten dat we snelle sprinters in onze rangen hadden dus dan weet je dat je een sterke ploeg hebt. Komt daar nog eens bij dat er atleten waren die goed scoorden in disciplines die ze normaal niet beoefenen. Neem bijvoorbeeld scholiere Nienke Van Campenhout die verrassend tweede wordt met de speer. Nu we weten dat we naar eerste landelijke gaan willen daar ook lange tijd blijven. We hebben een stevige clubstructuur en, ook al zijn er enkele goede scholieren die junior worden, gaan we ook de komende jaren voor een goed resul-

taat! Maar nu dus even genieten van deze knalprestatie." Maar naast deze promovendus degradeert dus ook een Oost-Vlaamse club naar derde landelijke. AC Meetjesland kon slechts op vijf nummers iemand inzetten bij de cadetten meisjes en had ook geen estafetteteam. Het gebrek aan atleten brak hen zuur op want met 222,5 punten kwamen ze 16 punten te kort om Olse Merksem achter zich te houden.

De volledige uitslag van de Beker van Vlaanderen Landelijke 2B in Bornem vind je [hier](#).

TEKST: Johan Permentier



Zina Looverie
Foto Johnny De Ceulaerde



Tibe Temmerman
Foto Johnny De Ceulaerde



Behind you for what's ahead

Rani Rosius
Allianz Ambassador

LANDELIJKE 3A: OOSTENDE EN HAMME BLEVEN OVEREIND

Olympic Brugge behoorde zondag tot de 5 clubs, die voor het eerst een Jeugdbeker met jongens en meisjes organiseerde. Dat viel mee. De lokale jeugd had in 3de Landelijke A geen boodschap aan het thuisvoordeel met 12 forfaits en geen enkele individuele zege. OB werd negende. Hermes Club Oostende (376 punten) en AC Hamme (363 punten) promoveerden als eerste en tweede na een spannende strijd. AS Rieme (derde met 349 punten) en Kortrijk Sport (vierde met 311 punten) bleven in landelijke 3.



HCO viert de overwinning
Foto Paul De Schuyter

Voor Hermes Club Oostende leek het een terugkeer naar betere tijden. De jongens van de kustclub promoveerden in 2010 naar 1ste Landelijke en behoorden er een jaar later als vijfde tot de beste Vlaamse teams. Zij degradeerden in 2014 en verdwenen in 2017 uit 2de Landelijke. De meisjes traden in het vorige decennium stevast aan in 2de Landelijke, tot zij in 2019 forfait gaven. Secretaris **Dominique Algoet** durfde zich de promotie niet toevertrouwen. Hij sloot zelfs net na de afsluitende aflossingen de eindzege uit. "Wij telden volgens ons evenveel punten als AC Hamme, dat twee individuele zeges meer behaalde. De Oost-Vlaamse dichtten de achterstand van vijf punten dankzij winst van hun scholieren jongens in de 4x100m. Van hun diskwalificatie was toen nog geen sprake. Wij telden bovendien één discipline niet mee. De verrassing was er niet minder om. Wij ontbraken in drie nummers. Bovendien misten wij Willem Renders. Hij behoort als nationaal crosskampioen bij de cadetten tot onze sterkhouders, maar kon zich niet vrijmaken."

OOSTENDSE MEISJES MAKEN HET VERSCHIL

Hermes beleefde ook meevallers. Zo won cadette **Lisette Van Craeynest/HCO** het hoog-

springen met 1m50. Een verrassing, want zij nam voor het eerst deel aan een hoogspringcompetitie. Evenmin verwachtte iemand winst van **Laure Plaetevoet/HCO**. De Oostendse cadette had in het speerwerpen



Delphine Roels
Foto Paul De Schuyter

voldoende aan 22m96 voor de maximumscore. Hermes beschikte in Brugge bij de meisjes over de beste cadetten en scholieren. De oudste meisjes wonnen zes van hun tien disciplines. **Delphine Roels/HCO** verbeterde zich bij de 100m tevens van 13"59 tot 13"39. **Lore Mylle/HCO** (200m 1ste 26"94 en ver 1ste 4m80) en **Martha Mylle/HCO** (speer 1ste 30m96 en kogel 1ste 11m84) hadden het grootste aandeel in dat succes. Zij wonnen samen met **Delphine Roels/HCO** en **Marlies Schollaert/HCO** tevens de 4x100m in een degelijke 52"32.

JONGENS VAN HAMME MET GROTE PUNTEN

De Oostendse jongens bleven verstoken van individuele winst. Dat lag anders bij AC Hamme. De jongens zorgden er voor acht van de tien zeges. Spurters en kampers beten bij de Oost-Vlaamse club de spits af met **Arno Cappaert/HAMM** (100m in 11"95), **Victor Renders/HAMM** (300m horden in 45"64) en **Lex Meiresonne/HAMM** (kogel met 11m51 en ver met 5m49). Deze cadetten wonnen samen met **Kirster Van Haver/HAMM** de 4x100m in 49"36. Scholier **Kasper De Strycker/HAMM** won na de 100m (11"75) ook de 200m (24"18). Ook **Miram De Geest/HAMM** was als eerste van het speerwerpen (25m82) en het kogelstoten (10m27) goed voor dubbele winst. Trainer **Paul Roels** sprak van een hoogtepunt. "Wij traden nooit eerder aan in



Arno Cappaert
Foto Paul De Schuyter

tweede landelijke. Wij vinden de samenvoeging van jongens en meisjes in één interclub een pluspunt. Dat verbetert de clubsfeer. Bovendien bespaart het ons een verplaatsing. De promotie verraste ons aangenaam. Sita Steels kon niet aantreden vanwege een stressfractuur. Zij was voorzien voor de 400m horden en de aflossing. Een serieuze handicap, want we beschikten over amper drie scholieren meisjes en moesten forfait geven voor de 400m horden en de 4x100m.”

AS Rieme telde dankzij de cadetten **Helder De Baere/RIEM** (1500m in 4'46"28) en **Flore Vergote/RIEM** (300m horden in 47"33) en scholiere **Alyssa Pottie/RIEM** (hoog met 1m35) net als Kortrijk Sport drie zeges. Een pak minder dan Hermes Oostende en AC Hamme met de derde en de vierde plaats als resultaat. RA Mechelen en ALV Aalst eindigden in de buik van het peloton. Zij behaalden met cadette **Jolien Vergult/RAM** (ver met 4m67) en scholiere **Jesse De Keyser/ALVA** (1500m in 4'32"10) elk één individuele zege. De scholieren jongens van ALVA wonnen wel nog de 4x100m (49"16). Molenland haalde zes maximumscores met de cadetten **Tiago Dekie/AVMO** (800m in 2'17"60), **Bente Vandekerckhove/AVMO** (speel met 32m27), **Obe Vandekerckhove/AVMO** (hoog met 1m55), **Lonneke Callens/AVMO** (800m in 2'39"37) en de meisjes van de 4x100m (54"55) en scholiere **Margot Tanghe/AVMO** (1500m in 5'18"56), maar trad net als VITA aan zonder mannelijke scholieren. **Toon Van Esbroeck/PEGA** (400m horden in 64"68) redde bij Pegasus de eer met individuele winst

REACTIES

Aya Zahafi/KKS (Cadetten 100m 1ste 13"41): “Mijn vader Soufiane legde zich toe op de 800m en liep voor AZW in 2005 naar 1'47"57. Ik stapte één jaar geleden over van de Vrije Sporters van AB Marke naar Kortrijk Sport en train nu onder leiding van Wouter Decraene.”

Lonneke Callens/AVMO (Cadetten 800m 1ste 2'39"37 & 300m horden 2de 47"44): “Ik volgde bij Molenland als atlete mijn moeder Annelies Clincke op, die als jeugd-atlete ook actief was bij de Tieltsse club. Ik voel mij een meerkampster, dus ik sta open voor veel disciplines.”

Arno Cappaert/HAMM (Cadetten 100m 11"95): “Ik werd bij het KVV indoor bij de 60m en de 200m telkens tweede. Op het BK hield ik wel een bittere nasmaak over aan de 60m, want ik werd vierde op 3/1000 van de bronzen medaille. Mijn voorkeur gaat ook uit naar de 100m.”



Lonneke Callens en Flore Vergote
Foto Paul De Schuyter

Lisette Van Craeynest/HCO (Cadetten hoog 1m50): “Ik sloot één jaar geleden aan bij Hermes Oostende. Ik hield mij tot dan sportief bezig met turnen, maar tijdens een sportkamp maakte ik kennis met atletiek. Dat zette mij aan tot een overstap.”

Hanne Robberecht/HAMM (Scholieren 800m 1ste 2'37"30): “Ik woon in Zele, dat niet meer over een officiële atletiekclub beschikt. Er zijn genoeg grote clubs in de omgeving. Ik verkoos AC Hamme omdat ik mij er op de meest uiteenlopende disciplines kon toeleggen.”

Kasper De Strycker/HAMM (Scholieren 100m 1ste 11"75 & 200m 1ste 24"18): “Ik ben tevreden met een nieuw persoonlijk record op de 100m, want met een PR moet je altijd tevreden zijn. Arno Cappaert komt met zijn chrono's steeds dichterbij, maar een duel op de kampioenschappen zit er niet in want hij is twee jaar jonger.”

De volledige uitslag van de Beker van Vlaanderen Landelijke 3A in Brugge vind je [hier](#).

TEKST: Hans Vanbesien



Tiago Dekie
Foto Paul De Schuyter



Lex Meiresonne
Foto Paul De Schuyter

LANDELIJKE 3B: STRIJDEN VOOR ELK HALF PUNTJE

De promotiestrijd in derde landelijke 3B in Zwijndrecht bleef spannend tot het laatste startschot. Hoewel AC Alken zich mag troosten met eveneens de promotie naar tweede landelijke. De grootste strijd werd geleverd om zoveel mogelijk proeven van een atleet te voorzien. TACT, SACN en HAKI gaven forfait, waardoor tien ploegen de strijd aangaan. Het kwam uiteindelijk neer op een half punt voor winst in het voordeel voor AD De Demer.

sen AC De Demer en AC Alken, waarbij een half punt over de winst besliste. Want met 399,5 punten voor ADD en 399 punten voor ACA kon het verschil niet kleiner zijn. Op het einde van de dag maakte het half puntje van Iliana Houben/ADD in het hoogspringen bij de scholieren als gedeeld vierde het verschil voor de overwinning. Houben deelde die plaats overigens met Tine Trekels/ACA. Voordien haalde Trekels wel de volle buit binnen op de 400m horden in 75"53. Haar clubgenoten Cil Appeltans/ACA (300m horden in 50"18), Elena Roncada/ACA (speeër met 30m49) bij de cadetten en Norah Augustinas/ACA (100m in 13"19), Yarne Knuyssen/ACA (100m in 12"03), Cedric Mesotten/ACA (200m in 23"45) en de jongens op de 4x100m (46"71) bij de scholieren waren ook goed voor het maximum van de punten. Maar uiteindelijk moest AC Alken tevreden zijn met de tweede plaats.

DEVILLÉ EN VANDEZANDE PUNTENPAKKERS VOOR ADD

De winst in landelijke 3B was dus voor AC De Demer, ondanks de afwezigheid van Elodie Francart/ADD. Afgelopen winter werd Francart tweede op de BK indoor bij de scholieren op de 200m en derde in het verspringen, maar in Zwijndrecht moest ze passen vanwege last aan het scheenbeen. Met Zoë Devillé/ADD stond een bijzonder sterke clubgenote klaar om in die disciplines de kleuren van ADD te verdedigen. Devillé deed dat dan



Atletiek De Demer pakt de overwinning
Foto Jens Riskin

Zwijndrecht vormde het strijdtoneel voor de ploegen in 3B. Voor veel clubs werd het puzzelen om zoveel mogelijk disciplines van atleten te voorzien, met als gevolg dat be-

paalde proeven amper vier tot vijf atleten aan de start kregen. Vooral de afstandsnummers en de horden kregen het zwaar te verduren. Voor de eindstrijd ging het finaal tus-



Rune Vandezande
Foto Jens Riskin



Janne Camps en Iliana Houben op weg naar winst op de 4x100m
Foto Jens Riskin

ook met verve, want ze won het verspringen met 5m11 en werd tweede op de 200m met 26"33.

Met **Rune Vandezande/ADD** hadden ze nog een bijzonder sterke atleet in hun rangen. Vandezande werd afgelopen winter Belgisch kampioen op de 60m bij de cadetten en tweede op de 200m, maar ook in het verspringen kan hij goed uit voeten met onder meer een derde plaats op het Vlaams kampioenschap indoor. Zaterdag was hij

goed voor twee overwinningen, want zowel op de 100m in 11"45 en in het verspringen met 5m73 pakte hij de maximum score. Daarnaast dikten cadet **Aleardo Stefano/ADD** (winst 300m horden in 45"75 en tweede 200m in 24"87) en scholieren **Jasmine Lambrechts/ADD** (winst 800m in 2'32"63) en **Marthe Nyssen/ADD** (winst 1500m in 5'02"91) het puntentotaal van ADD aan. Met ook nog twee overwinning op de aflossingen voor de meisjes met 55"42 voor de cadetten en 54"26 voor de scholieren mochten ze de

beker in ontvangst nemen. Verder vielen ook nog de prestaties van **Ruben De Roy/ACBR**, met winst op de 200m cadetten in 24"57, en **Thomas Verbruggen/KAPE**, met winst in het hoogspringen met 1m80 en het verspringen met 6m04 bij de scholieren, op.

De volledige uitslag van de Beker van Vlaanderen Landelijke 3B in Zwijndrecht vind je [hier](#).

TEKST: Ben Ghyselinck



Zoë Deville
Foto Jens Riskin



Thomas Verbruggen
Foto Jens Riskin

Vlaamse Atletiekliga vzw

@letiekleven 23 - Woensdag 4 mei 2022

FOTO'S: Johnny De Ceulaerde, Paul De Schuyter, Jens Riskin, Luc Dequick en Nadia Verhofs

TEKST: Ben Ghyselinck, Johan Permentier en Hans Vanbesien

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.



COVER Camille Sonnevile wint de 200m en de 100m horden in Lokeren in eerste landelijke met een Eku20 limiet op de horden erbovenop
FOTO Johnny De Ceulaerde