

@LETIEKLEVEN

BK MEERKAMPEN IN TURNHOUT



FLOR LAMBRECHTS PAKT KAMPIOENSCHAPSRECORD

Twee mooie namen op de erelijst van het BK meerkampen bij de seniores. Laura Van den Brande en Flor Lambrechts overklasten in Turnhout de tegenstand. Het werd een hoogstaand kampioenschap met vijf atleten dik in de 7000 punten in de tienkamp bij de seniores mannen. Eerstejaars senior Flor Lambrechts verbeterde het kampioenschapsrecord tot 7830 punten. De jeugd kwam ook beresterk voor de dag. Bij de scholieren stuntte Emelynn Squilfet met een bijzonder knap BR van 5554 punten in de zevenkamp. Cadet Finn De Maere noteerde in de achtkamp met 5377 punten de tweede nationale prestatie in zijn categorie. Hij deed er ook nog een pijlsnelle 13"05 bij op de 110m horden. Slechts 3 honderdsten boven het BR.

na (Tenerife) in juni is het duidelijk dat de beloftevolle meerkampspecialist mag dromen van de 8000 punten. Op het BK presteerde hij zeer solide. Met 7m33 in het ver en 13m10 in het kogel liet hij 2 persoonlijke records optekenen en op de overige proeven acteerde hij op niveau. Finaal strandde hij op een kampioenschapsrecord van 7830 punten. Hij speelde nog alles of niets door in de afsluitende 1500m met haaswerk van Jef Misplon/RCG voor 4'10 te gaan, maar de eindversnelling ontbrak. Hij won nog wel in 4'20"08. Bijna zes seconden boven zijn naar meerkampnormen erg straffe besttijd van 4'14"98 die hij in Arona neerzette. Titlederverdediger Dimitri Montilla/WS kon in het begin nog aardig wedijveren met Lambrechts. Nadat hij op dag 2 met degelijke prestaties op de 110m horden (14"49), het discuswerpen (42m16) en het polsstokspringen (4m70) wat achterstand had weggevoerd, bleef alles in theorie nog speelbaar. Maar toen de 20-jarige Limburger zijn speer 54m77 ver prikte (versus 47m22 voor Montilla), was de strijd gestreden. Montilla moest vrede nemen met zilver met 7510 punten. Een eindje verwijderd van zijn PR van 7784 pt. waarmee hij in 2025 in Bertrix de titel pakte. Cyriel Dauchat/HERV (7305 pt.) maakte het podium compleet. Hij was één van de vele sterke meerkampers van HERV dat goed vertegenwoordigd was in Turnhout.

Bij de vrouwen was Laura Van den Brande/VAC duidelijk de beste. Ze was een maatje te sterk voor de concurrentie. Met een eindtotaal van 5438 punten veroverde ze met grote voorsprong haar tweede na-

196



TUAC leverde als gastclub een uitstekende job. Het BK meerkamp is toch altijd een omvangrijk weekend. De organisatie verliep vrijwel vlekkeloos afgezien van een paar kleine probleempjes en een vervelende stroompanne op zaterdag. Maar zondag was dat volledig verholpen. Het contrast met het chaotische BK vorig jaar in Bertrix was groot. De dubbele polsstokstand bleek een grote meerwaarde om 'bottlenecks' te voorkomen. Het ingenieuze uurschema werkte voor zowel atleten als medewerkers. De nodige hittemaatregelen (sponzen, extra water, ...) zorgden ervoor dat de zware tweedaagse draaglijk bleef. Bovendien brachten de dubbele tribune en de bomen rondom voldoende schaduw. De gunstige wedstrijdstandigheden inspireerden de meerkampers tot topprestaties.

SENIORES: LAMBRECHTS BEVESTIGT

Het niveau bij de seniores mannen mocht er wezen. Liefst vijf tienkampers sloopten ruimschoots de 7000 puntengrens. Het feit dat Camille Snyders/SER met 7115 punten

slechts vijfde eindigde is een veelzeggende benchmark. Favoriet Flor Lambrechts/AVT maakte z'n status helemaal waar. Na z'n persoonlijk record van 7835 punten in Aro-



tionale titel nadat ze in 2022 ook al eens de beste was. Maar de strijd om de overige podiumplaatsen bleef boeiend tot het slot. **Laura Ooghe/HAC** (zilver met 5063 punten) verdedigde in de afsluitende 800m met succes haar comfortabele voorsprong op **Nicasina Rossaert/VAC** (brons met 5011 punten) die op haar beurt de hete adem van **Stefanie Brosens** in haar nek voelde. De lokale **Stefanie Brosens/TUAC** kon niet stunts in de slotproef en viel uiteindelijk net naast het podium met 4980 punten. Het was een blij weerzien met Brosens die de meerkamp enkele jaren links liet liggen, maar voor de gelegenheid nog eens terugkeerde naar haar oude liefde. De vrouwen gingen allemaal nog zeer diep in de 800m die gewonnen werd door Ooghe die nog een ferme eindsprint in huis had. Ooghe en Van den Brande haalden in het hoogspringen ook allebei een zeer aardige 1m73. Na de 800m wachtte meteen nog een dopingcontrole voor enkele deelnemers.

JUNIORES: VAN LOO EN DIRIX MET VOORSPRONG

Weinig spanning in de tienkamp bij de junioren. **Flavio Van Loo/ACME** legde met sterke prestaties op dag 1 de basis voor zijn overwinning. Op dag 2 kon hij zich een iets mindere prestatie in het speer (35m89) permitteren. Zijn eindtotaal: 6640 punten. **Siebe Bos/ACHL** (6441 punten) moest tot op het einde waakzaam blijven om **Loïc Deloyer/HERV** (brons met 6368 pt.) af te houden. Opmerkelijk: atletiekclub AVKA tekende met een mooi aantal van vier junioren present in de tienkamp. **Simon Thonon** was

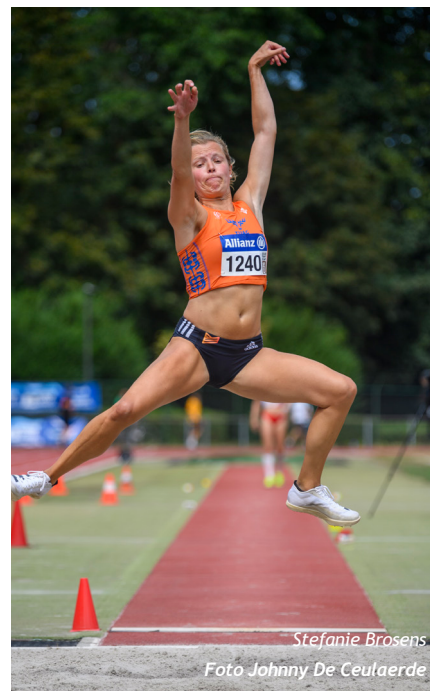


Laura Ooghe

Foto Johnny De Ceulaerde

op de vierde stek de beste van het kwartet met een score van 6215 punten.

Bij de junioren vrouwen stond er geen maat op **Phaedra Dirix/DCLA** die de beste meerkamp uit haar carrière neerzette. Dankzij persoonlijke records in het hoogspringen (1m64), in het speerwerpen (39m47) en op de 200m (25"25) verpulverde ze haar persoonlijk record tot 5321 punten. Zij zal de komende jaren zeker haar plekje opeisen tussen de betere Belgische seniores. **Enola Verschelden/DEIN** (4638 pt.), vorig jaar nog de laureate bij de scholieren, en **Lisette Van Craeynest/HCO** (4557 pt.) vergezel-



Stefanie Brosens

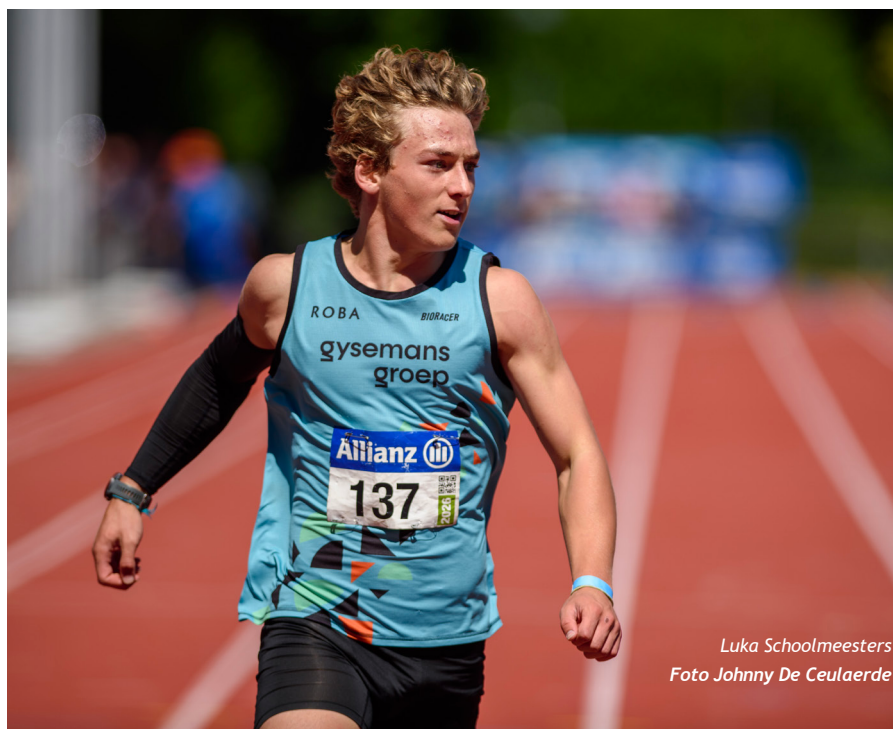
Foto Johnny De Ceulaerde

den haar op het podium.

SCHOLIEREN: BR SQUIFLET

Luka Schoolmeesters/ROBA kwam opnieuw sterk voor de dag bij de scholieren met een erg stabiele tienkamp zonder zwakke proeven. Hij pakte enkele PR's en op het einde stond de puntenteller op 7013. Zijn persoonlijk record van 7030 dat hij eind mei in Herentals neerzette, bleef nipt overeind. **Jan Geirnaert/KAAG** had na zijn EK U18 in Rieti, waar hij op een haar na de hordefinale miste, snel de knop omgedraaid. De eerstejaarscholiër toonde dat hij naast de horden ook op de meerkamp zijn mannetje kan staan. Hij 'tienkampte' 6683 punten bij elkaar en kreeg de zilveren medaille om zijn nek gehangen. Een iets mindere prestatie op de 1500m (5'20"70) kostte hem op het einde nog wat puntjes. Maar de kloof op **Louis Heyrbaut/BAV** (brons met 6537 pt.) was geruststellend. Vorig jaar verbeterde Geirnaert nog het Belgisch cadettenrecord op de achtkamp.

Emelynn Squiflet/RESC stuntte. Ze verbeterde PR na PR (enkel haar kogelrecord bleef overeind). Nadat ze haar speer 47m75 ver had geprikt, was duidelijk dat ze op recordkoers lag. In de 800m klokke ze af op 2'36"26 en dat was voldoende om het 15 jaar oude BR van Marjolein Lindemans van 5532 punten naar de prullenmand te verwijzen. 5554 is de nieuwe topscore. **Amélie Coenen/AVT** kwam ook bijzonder sterk voor de dag. Ondanks (iets) mindere werpproeven verzamelde de Belgisch scholieren-recordhoudster verspringen 5212 punten. Slechts 40 puntjes onder haar recordscore



Luka Schoolmeesters

Foto Johnny De Ceulaerde

50TH
EDITION

Allianz 

Memorial
van damme

FRIDAY

4

SEPTEMBER

SATURDAY

5

SEPTEMBER

where
legends
meet
BRUSSELS

KOOP NU
JE TICKETS



IVO
VAN DAMME

www.allianzmemorialvandamme.be

GO WITH GOLAZO

Allianz 

be
be.brussels

ENGIE

DELEN
PRIVATE BANK

HONDA
The Power of Dreams

BXL
LA VILLE
DE STAS

lotto



OMEGA

万达
WANDA



VISA

POWER
ADE

Adeps pro
FEDERATION
ATHLETIQUE

SPORT
VANDAMME

DH
SPORTS

N

FEBF
TIDIK

SPORZA

PLAN

WORLD
ATHLETICS
FOUNDING PARTNER



万达WANDA
DIAMOND
LEAGUE FINAL
BRUSSELS 2026

die ze eind mei in Herentals realiseerde. **Lucile Renaux/OSGA** (4991 pt.) claimde het brons.

CADETTEN: FINN DE MAERE MAAKT INDRUK

Finn De Maere/AVLO kwam, zag en overwon in de achtkamp. Op dag 1 pakte hij uit met een straffe stoot van 16m97 in het kogel en op dag 2 ging hij door op z'n elan met een pijlsnelle 13"05 (2 de AT) op de 100m horden. Ook in het speer (50m29) haalde hij een dikke score. Zijn eindtotaal: 5377 punten. Slechts één Belgische cadet deed ooit beter: **Daniel Segers/RESC** met 5414 punten in 2016. In de spannende strijd om het zilver moest **Tom Strubbe/MOHA** (zilver met 4929 punten) alles geven in de 1000m om **Jules Martens/AVT** (4915 punten) af te houden. De snelle 2'54"91 van Strubbe in de slotproef gaf de doorslag. Martens streed voor wat hij waard was, maar kwam met 3'04"64 uiteindelijk een paar tellen tekort. De cadetten jongens waren met 24 deelnemers. Heel leuk om zien hoe al die jongens samen op het podium mochten poseren met hun wedstrijddiploma.

Bij de cadetten meisjes kregen we exact hetzelfde podium als op het KVV meerkampen in Dilbeek (11-12 juli). Namelijk **Etoilia Gorrens/ACA** (goud met 4403 punten), **Lauren Wuyts/AVLL** (zilver 3986 punten) en **Elise Jordaan/DAC** (brons met een PR van 3786 punten). Gorrens had op het KVV de lat wel erg hoog gelegd door daar het BR aan te scherpen tot 4562 punten. Maar 4403 punten blijft een mooie bevestiging.



Finn De Maere
Foto Johnny De Ceulaerde

MASTERS: PIETER QUARTIER MET STERKE PRESTATIE

Ook de masters betwistten hun BK op zaterdag (mannen) en zondag (vrouwen) in Turnhout. Op zaterdag werkten de mannen hun vijfkamp af. De hoogste score bij de masters M35-40-45 was voor de net 45 geworden **Pieter Quartier/DEIN**. De Europees kampioen bij de masters M40 van vorig jaar scoorde 3520 punten. M35'er **Florent Gets/RESC** (3369 punten) en M40'er **Joachim Laus/ACBB** (2687 punten) pikten de overige ereplaatsen in. In de afdeling 50+ behaalde **Jurgen Brems/VOLH** (M50) de hoogste score. Zijn eindtotaal bedroeg 3045 punten.

Vaste waarde, M65'er **Andreas De Geest/LOOI** moest met 2927 punten niet gek veel onderdoen. In de spannende strijd om de resterende podiumstek gaf **Edouard Pelgrims/ACA** de plaatselijke TUAC-man en medeorganisator **Serge De Smedt** nipt het nakijken. Pelgrims pakte 2712 punten. 11 puntjes meer dan de onfortuinlijke lokale favoriet.

Bij de vrouwen viel de bezetting in de reeks 35-40-45 wat tegen. De enige deelneemster **Sandy Van Wabeke/AVKA** haalde de titel op met 2033 punten. Hopelijk volgend jaar iets meer masters vrouwen op de afspraak. Een warme oproep. Meerkamp is tof en bovendien is de vijfkamp vrouwen samengebond op één dag. De 67-jarige **Karine Clauwaert/DEIN** verlengde haar titel bij de 50+ met 3965 punten. Ze benaderde daarmee haar eigen BR bij de W65. De onverslijtbare **Jocelyn Pater/ACLO** (W70) kwam uit op 2599 punten en werd tweede. Pechvogel van de dag **Greetje De Greef/AVKA** bleef achter met een nulscore na het missen van de 800m.

REACTIES

Flavio Van Loo/ACME (goud tienkamp junioren met 6640 punten):

"De overgang naar de junioren verliep wel goed, maar ik had het voorbije jaar veel last van blessures. Dit is na de tienkamp in Herentals eind mei mijn tweede meerkamp van het seizoen. Ik ben best blij over het resultaat. In Herentals gingen andere disciplines beter dan hier. Vooral het kogelstoten en het verspringen zijn erg goed meegevallen. Over mijn eerste dag was ik



Serge De Smedt
Foto Johnny De Ceulaerde

heel tevreden. De werpnummers op dag 2 hebben me een beetje genekt. Maar de tevredenheid overheerst. Ik sluit de meerkamp af met vijf persoonlijke records. Deze meerkamp was zeker het hoofddoel van mijn seizoen. Ik heb geen pijntjes en blessures momenteel en daar ben ik heel blij mee. Dat is het belangrijkste.”

Siebe Bos/ACHL (zilver tienkamp juniorens met 6441 punten):

“Ik ben zeker blij met mijn tweede plaats. Het zag er op een bepaald moment niet al te best uit. Het was misschien niet mijn beste meerkamp, maar ik wilde in de 1500m nog goed eindigen. Dat was nodig ook. Ik moest namelijk zorgen dat Loïc niet te ver wegliep om het zilver veilig te stellen. Maar het is gelukt. Er zijn eerlijk gezegd weinig proeven waarover ik echt tevreden ben. De 400m was het enige onderdeel dat echt goed was. De trainingen gingen veel beter dan hoe ik presteerde. Ik ben nog eerstejaars dus volgend jaar een nieuwe poging. Ik woon in Herselt op een half uurtje van Turnhout. Ik neem nog deel aan het BK juniorens in september en als we een aflossingsploeg maken voor de kampioenschappen met ACHL ben ik ook beschikbaar.”

Finn De Maere/AVLO (goud cadetten met 5377 punten):

“Ik stond zondag op met een stijf gevoel. Daardoor zat ik toch met een beetje stress voor de horden, maar na de opwarming voelde ik met al snel beter. De horden gingen echt heel goed en toen was ik vertrokken. Vanaf dan was ik er vrij gerust in. Het doel was om opnieuw de 5000 punten te halen, maar dat ik de tweede prestatie AT zou halen, had ik niet verwacht. Na het KVV had ik mijn mindere proeven bijgewerkt en dat heeft geloond. Ik ben heel tevreden. Nu wil ik gewoon nog goed zijn op de kampioenschappen de rest van het seizoen. Op de horden zit ik met 13”05 niet meer zo heel ver van het Belgisch record van 13”02. Wie weet, als alle omstandigheden meezitten, kan ik het Belgisch record wel verbeteren.”

Jules Martens/AVT (brons cadetten met 4915 punten):

“Finn is natuurlijk een categorie apart. Ik mikte op plaats twee en dat is gelukt. Door een paar issues en foutjes op sommige proeven verloor ik hier en daar wel wat puntjes. Dat was jammer achteraf gezien. Zo raakte ik een horde wat me minstens een tiende kostte. Achteraf zijn



Podium scholieren meisjes
Foto Johnny De Ceulaerde

dat de 14 puntjes die ik tekortkwam voor zilver. Ik ben er wel nog voor gegaan tot het einde. We hadden een plan opgesteld om voor 3’00 te lopen op de 1000m ofwel 36 seconden per 200m, en dat is ook bijna gelukt. Het verschil tussen Tom Strubbe en mij mocht ruim acht seconden zijn. Lange tijd leek dat te lukken, maar toen Tom versnelde zat het er niet meer in voor mij. Hij liep een hele sterke 1000m. Ik deed wel drie seconden van mijn persoonlijk record af en daar ben ik heel tevreden over. Op de komende kampioenschappen ga ik vooral focussen op de horden. Tegen Finn wordt winnen een mission impossible, maar ik hoop op nog een paar medailles. Naast de horden kies ik wellicht voor de springnummers, want dat zijn mijn betere proeven.”

Karine Clauwaert/DEIN (goud W50+ met 3965 punten):

“Ik ben heel tevreden. De horden waren iets minder dan vorig jaar op het BK in Bertrix. Voor de rest haalde ik ongeveer mijn hoogst mogelijke niveau. Ik was heel blij om 4m00 te halen in het ver en in het hoog haalde ik ook het hoogst haalbare. Ik heb niet naar de score gekeken en proef per proef de meerkamp afgewerkt. Ik word ieder jaar een jaartje ouder, maar ik ben blij dat ik op mijn 67 ste nog een constant niveau haal.”

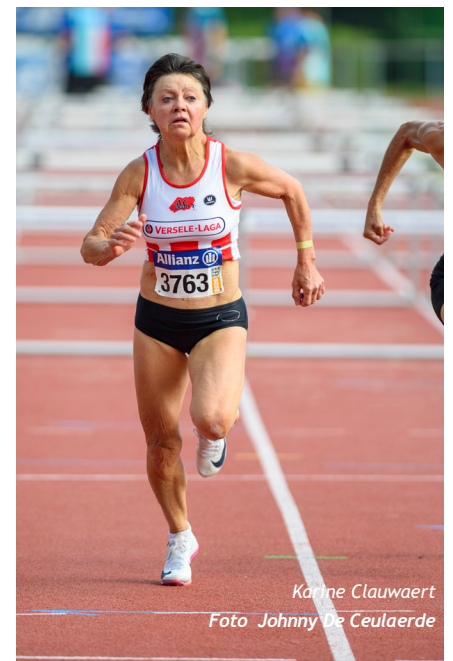
Laura Van den Brande/VAC (goud senioren met 5438 punten):

“Mijn enige doel was de Belgische titel. Ik kende een zeer moeilijke opbouw. Daarom had ik een persoonlijk record al op voorhand uit m’n hoofd gezet. Het is eigenlijk een mirakel dat ik het BK nog gehaald heb,

want tot op het laatste moment was er twijfel. Ik zat met een blessure aan de onderrug. Het was heel fijn om twee dagen te meerkampen met mijn trainingsgenote Laura Ooghe. We hebben heel veel aan elkaar. Het hoogspringen is nog best goed meegevallen. Over de overige proeven was ik over het algemeen wat teleurgesteld qua prestaties. Ik doe geen extra meerkamp meer dit seizoen. Ik ga volop inzetten op herstel, rust en revalidatie zodat ik volgend seizoen weer volledig gezond kan aanvatten.”

Phaedra Dirix/DCLA (goud juniorens met 5321 punten):

“Ik had het wel verwacht om te winnen. Aan de hand van de trainingen voelde ik



Karine Clauwaert
Foto Johnny De Ceulaerde

dat ik wel in vorm was. Er was nog wel een beetje marge, maar ik denk wel dat ik echt mijn best heb gedaan. In mijn vorige meerkampen ging er altijd wel iets mis of had ik één tegenvallende proef. Maar deze keer bracht ik het beste van mijn twee meerkampen samen in één meerkamp. Waarom dat nu lukte? Enerzijds een stukje extra ervaring en anderzijds wat extra training. Vorig jaar had ik veel blessures. Daardoor had ik tijd nodig om er wat terug in te komen. Nu ga ik gewoon voor de fun nog wat wedstrijden doen en ik ga ook met vakantie. Grote doelen heb ik niet meer. Ik ben heel blij met dit resultaat. Zeker over het hoog was ik heel tevreden. Die 1m60 voelt echt wel als een muur die ik heb overwonnen. Vroeger bleef ik vaak steken rond de 1m56. Heel tof dat ik nu die 1m60 haalde.”

Stefanie Brosens/TUAC (vierde seniores met 4980 punten):

“Normaal gezien was ik gestopt met meerkamp. Maar omdat het een BK voor eigen club was, heb ik besloten om toch nog één keer ervoor te gaan. Het gaat normaal gezien wel bij deze ene keer blijven. Het was lang geleden. Dat zorgde toch voor enige stress omdat ik totaal geen idee had waar ik stond. Ik had de disciplines wel allemaal al een keertje apart gedaan. Maar een competitie van twee dagen na elkaar was mijn lichaam niet meer gewend. Sommige technische disciplines zoals het kogel en het hoog waren net iets minder dan gehoopt, maar over het algemeen ben ik heel tevreden. Vlak voor de 800m stond ik 5 puntjes achter Nicasina. Ik had één doel en dat was om me vast te bijten in haar spoor. Die 800m is daardoor nog verbazingwekkend goed gegaan. Ik denk dat de strijd voor het publiek wel mooi was om zien. Na het mindere kogel en hoog had ik de grens van de 5000 punten uit mijn hoofd gezet, maar dankzij die snelle 800m kwam ik nog redelijk dicht. Het was een unieke ervaring. Ik had nog nooit een meerkampkampioenschap gedaan op de piste van Turnhout. Er kwamen heel veel familieleden en vrienden supporteren en ook de vele helpers op het terrein supporterden mee. Dat motiveerde me extra hard en dat droeg bij aan de speciale sfeer. Deze zomer heb ik geen grote doelen meer. Het is nu rustig uitbollen en recupereren van de meerkamp.”

Flor Lambrechts/AVT: (goud seniores met 7830 punten) :

“Ik kijk met een geslaagd gevoel terug op de tienkamp. Ik ging naar Turnhout met de intentie om een PR neer te zetten en richting de 8000 punten te gaan. Dat is niet



Milan Van de Walle (5494), Siebe Bos (4140)
Foto Luc Van de Vreken

gelukt, maar ik verbeterde wel het kampioenschapsrecord. Daar ben ik trots op. Maar ik blijf toch achter met een dubbel gevoel omdat ik mijn persoonlijke doelstelling niet heb gehaald. Al m'n proeven waren degelijk. Ik startte goed in de 100m. Geen ramp dat ik net boven de 11 seconden bleef met tegenwind. Het ver was super met 7m33 terwijl ik nog 20cm van de plank zat. Dat gaf veel vertrouwen. Na een outdoor-PR met de kogel lag ik nog helemaal op koers voor de 8000 punten. In het hoog is het dan misgelopen. Op 1m96 scheurde mijn spike en moest ik die vast tapen. Niet ideaal. Daardoor haalde ik de 2 meter niet, wat flink wat punten kostte. In de 400m had ik heel veel zin, maar ik startte te snel en viel compleet stil waardoor ik een seconde boven m'n PR bleef. De 110m horden was middelmatig en discus was degelijk. Tijdens de opwarming van het polsstok geraakte mijn schouder uit de kom. De kiné ter plaatse heeft me dan behandeld. Maar ik miste een groot deel van de opwarming en moest echt met beleid springen, waardoor het een middelmatig resultaat werd. In het speer zette ik een consistente reeks neer. Het plan in de 1500m was om voor 4'10 te gaan. Mijn trainingsmakker Jef Misplon heeft perfect gehaald, maar in de laatste 600m is de eindsprint er niet gekomen. Het was warm en het was ook al mijn derde tienkamp van het seizoen. De vermoeidheid was een factor. Het was al een geslaagd seizoen met twee keer de hoogste score ooit voor een Belgische eerstejaars. Nu vooral eerst rusten en hiervan herstellen en daarna zien we wel.”

Bart Spruijt



COVER Flor Lambrechts
FOTO Johnny De Ceulaerde

Atletiek Vlaanderen vzw
@letiekleven 24 - Woensdag 12 augustus 2026

FOTO'S: Johnny De Ceulaerde
TEKST: Bart Spruijt

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.