

@LETIEKLEVEN

BK MEERKAMPEN IN BERTRIX



BR'S VOOR CADETTEN GORRENS EN GEIRNAERT

Afgelopen weekend zakten onze betere meerkampers af naar Bertrix voor een hoogstaand tweedaags Belgisch kampioenschap. Het stadje in de Ardennen verwelkomde ons met stralend zomerweer, waardoor atleten én supporters konden genieten. Enkel de stevige wind strooide soms wat roet in het eten. De allergrootste namen lieten dit BK aan zich passeren, want zij hebben andere seizoensoelen. De jeugdathleten toonden zich echter wél. Hoogtepunten waren zonder twijfel de twee nieuwe Belgische cadettenrecords die sneuvelen, een zeldzame traktatie op één kampioenschap. Daarnaast werden er ook talloze persoonlijke beste prestaties neergezet, zowel in de individuele disciplines als in het eindklassement.

ze alleen maar uit door ook het kogelstoten (12m41) en de 200m (25"77) winnend af te sluiten. Op dag 2 ging de Wase atlete verder op haar elan met een overwinning in het verspringen. Met een stevige 5m98 was ze opnieuw ruim de beste. Rossaert (5m33) en Vanhamme (5m30) losten elkaar opnieuw amper. De LBFA-atlete zou echter aan haar achterstand knabbelen in het speerwerpen, want met 36m25 was ze duidelijk de betere van haar rechtstreekse concurrente voor plek twee. Rossaert liet namelijk 28m31 noteren. Ook in de afsluitende 800m was Vanhamme de beste, maar de verschillen waren onvoldoende om het podium nog te herschikken. Na een ongenaakbare Van Hoyweghen gingen het zilver en het brons naar respectievelijk Rossaert (4.799 punten) en Vanhamme (4.722 punten).

Bij de mannen was de dominantie van **Dimitri Montilla/WS** ietwat verrassender. Niet dat de tweetalige atleet uit Neder-Over-Heembeek geen gerenommeerde meerkamper is, maar **Robin Bodart/BBS** was, gezien zijn persoonlijk record op de tienkamp, toch lichtjes favoriet. Montilla wist zichzelf echter te overtreffen terwijl Bodart het overal net iets minder deed. Met zijn totaalscore van 7.789 punten komt Montilla trouwens op plaats 10 van de nationale ranglijst aller tijden. Hij doet zo in de ranking haasje-over met zijn weekendconcurrent. Het was spurtspecialist **Camille Snyders/WACO** (10"81) die, niet geheel onverwacht, als eerste aan de leiding kwam na de 100m. Ondanks een tegenwind van 1,1 m/s opende ook Bodart zeer sterk, want met 10"88 bleef hij am-

215



Sara Van Hoyweghen
Foto Roel Donckers

EERSTE TITEL VOOR VAN HOYWEGHEN EN MONTILLA

Met Sara Van Hoyweghen/VOLH en Dimitri Montilla/WS kregen we alvast twee laureaten die ook op voorhand hoog op het favorietenlijstje stonden. Ze veroverden beiden hun eerste titel bij de seniores. De verschillen met hun uitdagers waren voor beide atleten echter groter dan verwacht. Zo werd bij de vrouwen op voorhand toch gehint op een felle strijd tussen Van Hoyweghen en haar belagers **Nicasina Rossaert/VAC** en **Caroline Vanhamme/USTA**. Met een totaal van 5.314 punten zou de Oost-Vlaamse atlete echter een voorsprong van meer dan 400 punten vergaren op haar concurrentes. In de 100m horden, waar een felle tegenwind van 3,0 m/s stond, klokte Van Hoyweghen al meteen een vrij degelijke 14"62 en zo nam ze na één onderdeel de leiding. De koppositie zou ze trouwens niet meer afstaan, want liefst vier van de zeven onderdelen sloot ze winnend af. Rossaert deed het met 15"17 in het openingsnummer echter nog meer dan behoorlijk en zette toen al druk op Vanhamme (15"66) voor de zilveren

medaille. Rossaert won daarna het hoogspringen met 1m70, maar met 1m67, amper 5cm onder haar PR, hield Van Hoyweghen meer dan stand. Haar voorsprong breidde



Thuisatleet Robin Bodart
Foto Roel Donckers

per 2 honderdsten boven zijn persoonlijk record. Ook **Jonas Vander Avert/KAPE** (11"08) en **Dimitri Montilla** (11"09) konden best tevreden zijn met hun opener. Het uiteindelijke podium zou ook de eerste drie plaatsen bezetten in het verspringen en het kogelstoten en telkens was Montilla (7m35 en 13m79) de betere. In het hoogspringen nam hij dan met 1m99 echt afstand van zijn dichtste belager. Bodart bleef steken op een bescheiden 1m81. Op het slot van dag 1 kwam ook **Simon Versavel/FLAC** zich moeien voor de laatste podiumplek. Met 48"94 zette hij alvast druk op Vander Avert (52"63). Snyders, die uiteindelijk zesde werd in het totaalklassement, liet een snelle 47"65 noteren. Montilla zette met 50"28 een nieuwe persoonlijke besttijd neer. Ook op de tweede dag kwam de koppositie van de atleet uit Woluwe niet meer in gevaar, want hij won meteen de 110mH (14"40) en het discuswerpen (43m50). Vander Avert (discus: 41m57 en polsstok: 4m80) stelde dan weer zijn derde plek veilig en zou uiteindelijk 6.876 punten scoren. Versavel, die de 1500m won in 4'21"50, strandde op 109 punten van het podium. Viervoudig Belgisch kampioen tienkamp Bodart pakte zilver met 7.446 punten.

BELGISCHE RECORDS FLEUREN KAMPIOENSCHAP OP

Het waren de cadetten die voor de meest hoogstaande resultaten zorgden op dit BK, want maar liefst twee nationale records sneuvelden. Beide records zijn best indrukwekkend te noemen, want **Jan Geirnaert/KAAG** verbeterde het record van



Jan Geirnaert
Foto Roel Donckers

EYOF-kampioen **Rafael Franzini/MOHA** op de 100m horden met 3 honderdsten tot 12"99 terwijl **Etoilia Gorrens/ACA** het zo waar ongenaakbaar geachte totaalrecord van **Sarah Mees/LYRA** uit 1999 verbrak. Kortom, schitterende prestaties van onze jongste atleten. Het werd een overtuigende zege voor Gorrens die vanaf de eerste proef haar stempel drukte op de wedstrijd. In de 80m horden opende ze sterk met 11"65. Ze liep zo al meteen uit op haar concurrentes voor het eindpodium **Eva Moons/ESAK** (12"07) en **Noa D'Hollander/ROBA** (13"11). Die voorsprong gaf ze nooit meer uit handen. D'Hollander zette met 1m66 wel een



Eva Moons
Foto Roel Donckers

nieuw record neer in het hoogspringen en ze won dat onderdeel dan ook probleemloos. Daarna was het opnieuw aan Gorrens, want zowel met de kogel (12m62) als in het verspringen (5m76) was zij duidelijk de beste. De genadeslag kwam dan in het speerwerpen, want in haar eerste poging haalde Gorrens een schitterende 42m40 en dat was zo'n 15 meter verder dan om het even welke andere atlete. Moons snelde nog weg in de 800m (2'27"68), pakte zilver met 3.793 punten, en verwees D'Hollander (3.613 punten) naar plek drie. Maar het kersverse Belgische record staat dus op 4.385 punten en dat is 98 punten beter dan het vorige 26 jaar oude record. Voor Geirnaert begon zijn achtkamp eveneens goed met winst in de 100m. Ondanks een stevige 2,5m/s tegenwind wist hij toch een mooie 11"75 te klokken. Hij was trouwens de enige cadet die onder de 12 seconden dook. Ook het verspringen ging met 6m49 naar de Gentenaar waardoor hij een comfortabele voorsprong vergaarde. **Tjorben Fredrickx/AVKA**, die met 5m82 een beetje onder de eigen verwachtingen bleef, sloeg terug in het kogelstoten. Met 14m22 verbeterde hij zich niet enkel met anderhalve meter, maar hij komt ook op plaats twee van de jaarranglijsten in het werpnummer. Ook het polsstokspringen is een favoriet onderdeel van de Antwerpenaar en die competitie sloot hij winnend af met 3m90. Dag 2 begon dan met een absoluut hoogtepunt! De wind was positief gedraaid en Geirnaert liep naar 12"99 op de 100m horden wat een nieuwe Belgisch record betekende. **Thibault Boone/HAC** bleef met 14"07 het dichtst in de buurt en zou de strijd met Fredrickx voor plaats twee aangaan. Die



Tjorben Fredrickx
Foto Roel Donckers

BRUSSELS

Allianz 

*Memorial
van damme*

FRIDAY

22

AUGUST

2025

where
legends
meet

BUY YOUR TICKETS NOW!

www.allianzmemorialvandamme.be

GO WITH GOLAZO

Allianz 

be
be.brussels

ENGIE

HONDA
The Power of Dreams

CM CM.com

BYL LA VILLE
DE BRUXELLES

lotto



OMEGA

万达
WANDA



VISA

POWER
RIDE

Adidas
FEDERATION

SPORT
LONDON

DH
SPORTS

N

TIPK

sporza

PLAN

WORLD
ATHLETICS
FOUNDING PARTNER

 万达 WANDA
DIAMOND
LEAGUE

laatste won echter met 50m34 het speerwerpen en mocht zo'n 14 seconden achter Boone finishen om alsnog zilver te veroveren. Het werden er 11 waardoor het zilver naar Frederickx (4.789 punten) en het brons naar Boone (4.760 punten) ging. Jan Geirnaert was echter ongenaakbaar met zijn 5.018 punten.

SCHOLIEREN HOUDEN HET SPANNEND TOT HET EIND

218

Bij de scholieren was het spanning troef en zowel bij de jongens als bij de meisjes zou het slotnummer bepalen wie er Belgisch kampioen werd. Vooral bij de meisjes werd het een echte strijd tussen provinciegenoten **Enola Verschelden/DEIN** (5.091 punten) en **Liese Van Theemsche/AVLO** (5.066 punten). Van Theemsche had de leiding vlak voor de afsluitende 800m, maar Verschelden (2'26"61) snelde op het einde nog weg en vergaarde een voorsprong van 3 seconden waardoor ze haar meerkamp alsnog winnend kon afsluiten. De overige nummers werden mooi verdeeld onder de twee protagonisten. Van Theemsche was de betere in de 100mH (14"46), het kogelstoten (13m40) en het verspringen (5m72) terwijl haar concurrente zich dan weer sterker toonde in het hoogspringen (1m70), de 200m (26"24) en het speerwerpen (31m40). De overwinning in de 200m ging trouwens naar **Janne Vergote/RIEM** in 25"73. De atlete die onlangs nog deelnam aan de 400m horden op het EYOF eindigde uiteindelijk vierde met 4.801 punten. De alweer stevige tegenwind verhinderde een nog snellere 200m-tijd. **Lena Lesenfants/SPA** (4.920



Enola Verschelden (m), Liese Van Theemsche (r), Lena Lesenfants (r)
Foto Luc Van de Vreken

punten) toonde zich eveneens zeer veelzijdig en pakte brons.

Ook bij de jongens was het nagelbijten tot het einde. **Siebe Bos/ACHL** zal op voorhand wel genoemd zijn als schaduwfavoriet, maar ook andere atleten waren op voorhand zeker kanshebber op een titel. Geen **Flavio Van Loo/ACME** in elk geval, want hij finishte niet in de 100m. Ook Siebes clubgenoot Sepp Lathouwers gaf er na het kogelstoten de brui aan waardoor er kansen kwamen voor anderen. **Ulysse Pahatouridis/RIWA**, die vorig jaar nog autoritair won bij de cadetten, deed het met enkele persoonlijke records zeer goed, maar moest in

het discuswerpen (28m39) teveel toegeven op de rest om aanspraak te maken op een nieuwe titel. Met 6.248 punten veroverde hij wel brons. Bos kreeg het meeste tegenstand van **Quinten Saverwyns/DCLA**, maar de Leuenaar moest met 6.282 punten uiteindelijk 101 punten toestaan op de Kempenaar. Saverwyns won wel het kogelstoten met 14m69 en dat is een nieuw record. Maar ook in het verspringen deed hij met 6m32 beter dan ooit voorheen. Bos reageerde na zijn mindere nummer (hoog: 1m55) met een knappe 52"51 in de 400m en dook zo voor het eerst onder de 53 seconden. In het speerwerpen boekte hij ook een individuele overwinning en met 52m81



Janne Vergote
Foto Roel Donckers



Laurens De Neef
Foto Roel Donckers

deed hij ook beter dan ooit. De 1500m was dan weer in het voordeel van de man uit Herentals en met 4'42"70 liep hij 26 seconden sneller dan Saverwyns, die weliswaar zijn eigen record sterk aanscherpte. Zo was Bos uiteindelijk de kampioen met 6.383 punten.

LBFA-PODIUM BIJ JUNIORES JONGENS

Het merendeel van de medaillewinnaars waren atleten van Atletiek Vlaanderen, maar bij de junioren jongens was dat anders, want het volledige podium was Frans-talig. De eerste Vlaming vinden we pas op plek vier waar **Thomas Verbruggen/BRAB** strandde met 6.807 punten. Spannend was het wel bovenaan het klassement, want tussen de eerste en de derde plaats zaten amper 114 punten. **Samuel Falieu-Mané/RCB** (7.052 punten) zou uiteindelijk zilver pakken en was vooral in de sprintnummers ongenaakbaar. Hij won de 100m in 11"27, de 400m in 49"85 en strandde in de 110mH met 14"29 op amper één honderdste van latere eindwinnaar **Cyril Dauchat/HERV**. Die verwierf pas zekerheid over de gouden medaille na de 1500m waar hij met 4'24"95 alle concurrenten op minstens 10 seconden liep. Dauchat legde de basis van zijn overwinning echter ook in de werpnummers. Met 14m07 in het kogelstoten en 41m80 in het discuswerpen zorgde hij voor een comfortabele voorsprong op de andere atleten. Hij totaliseerde een erg mooie score van 7.134 punten. **Hugo Verzele/SMAC**, die zowel het speerwerpen (48m80) als het hoog- (1m96) en verspringen (7m23) won, werd uiteindelijk derde met 7.017 punten. Bij de junioren vrouwen was er vooral spanning voor plek twee en drie. Lisette Van Craeynest/HCO (4.570p.) zou na een felle strijd met **Maliha Moussa/BBS** (4.564p.) uiteindelijk zegevieran voor de zilveren medaille. Zelfs in de afsluitende 800m losten ze elkaar van geen vin, want het verschil bedroeg amper 2 tienden tussen beide meisjes. En ook in de 100m horden bleven de verschillen met respectievelijk 16"48 en 16"46 beperkt tot het absolute minimum. Lisette maakte vooral het verschil in het hoogspringen dat ze, weliswaar samen met de uiteindelijke winnares **Nora Vereecken/EA**, won met 1m70. Maliha was dan weer de betere in de werpnummer. Vereecken won de competitie trouwens vrij overtuigend en toonde zich in elk onderdeel van haar veelzijdige kant. In vier onderdelen was ze zelfs de beste van alle deelnemers want naast haar overwinning in het hoogspringen pakte ze ook de meeste punten met de kogel (12m08), in de 200m (25"27) én in het verspringen (5m58). Samen was dat goed



Groepsfoto met een aantal medaillewinnaressen
Foto Luc Van de Vreken

voor een gouden 4.780 punten.

MASTERS: DEGELIJK DEBUT VAN BJÖRN DE DECKER

Met een 30-tal inschrijvingen waren de masters goed vertegenwoordigd op het kampioenschap. De 35-jarige **Björn De Decker/WIBO** (2.960p.) was de autoritaire winnaar van de vijfkamp bij de M35-45. De ver- en hinkstapspecialist won 4 van de 5 onderdelen en toonde zich vooral in de 200m (24"05) en het verspringen (6m92) superieur. Een mooi debuut. Maar ook de gevestigde waarden lieten zich gelden. Bij de W65 behaalde **Karin Clauwaert/DEIN** een erg hoge score van 4.042 punten. Een aanzienlijke verbetering van haar vorige BR van 3.960 punten dat ze eind juni in Dilbeek neerzette. Bij de W70 realiseerde **Jocelyne Pater/ACLO** een recordscore van 3.063 punten. De volgorde van proeven in de competitie bij de masters vrouwen blijkt al sinds enkele jaren niet in lijn met de richtlijn van de WMA (World Masters Association) te zijn. Een attente volger maakte ons daarop attent. Het werd overgemaakt aan de beleidscommissie competitie. Die zal ervoor zorgen dat de kampioenschappen van de masters vrouwen volgend jaar met de juiste WMA-volgorde van proeven worden afgewerkt.

REACTIES

Dimitri Montilla/WS (senior, goud met 7.784p.): "Zoveel mogelijk punten scoren in elke discipline was het doel. Ik weet echter dat ik mijn volledige potentieel nog niet bereikt heb en ga me volgend jaar nog specifiek op de onderdelen richten terwijl ik nu vooral op mijn fysieke capacitei-

ten heb gewerkt. Schrik van tegenstanders heb ik nooit, want sterke concurrentie helpt me om zelf een hoger niveau te halen. Het hoogspringen gaf me het meeste voldoening vermits ik door knieproblemen lang niet meer heb kunnen trainen, maar het wel uitstekend deed. Meteen erna kon ik ook een PR op de 400m neerzetten, ook al denk ik nog sneller te kunnen. Het is een tijdje geleden dat ik nog deelnam aan een tienkamp waarin ik kon winnen. En ook al haal ik heel wat punten, toch zal ik nooit helemaal tevreden zijn. Ik heb er een jaar opzitten waarin ik goed heb kunnen trainen en merk dat ik nog steeds progressie maak. Ook komende winter wil ik op een hoog niveau presteren."

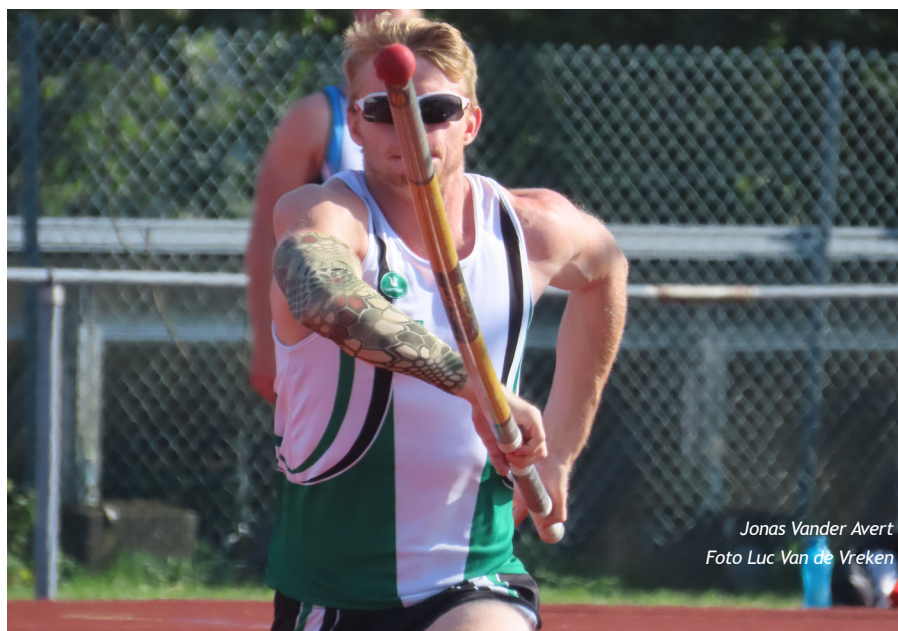


Björn De Decker
Foto Luc Van der Veken

Tjorben Fredrickx/AVKA (cadet, zilver met 4.789p.): “Ik voelde me klaar om te knallen maar de tegenwind verhinderde toptijden. Het verspringen was gewoon een ramp en ook met de polsstok had ik op meer gehoopt. Mijn stevig record met de kogel was dan weer een hoogtepunt. Door de steun van mijn trainingsgenoten en de trainer kon ik me mentaal over enkele mindere resultaten zetten en besloot ik om voluit te gaan om toch het zilver te veroveren. Ik liep me volledig kapot in de 1500m maar het rendeerde, want ik slaagde erin om de achterstand op Thibault Boone te beperken. Ik weet dat er nog meer inzat, maar ik moet ook gewoon tevreden zijn met een zilveren medaille. Nu komen er nog het KVV en BK voor cadetten aan waar ik me focus op het polsstokspringen en het speerwerpen.”

Sara Van Hoyweghen/VOLH (seniore, goud met 5.314p.): “Ik voelde dat ik in vorm was en zelfs het hordenlopen, waarvan ik vorige week op het BK nog een nieuw record neerzette, boezemde me geen angst in. Ik wist dat Nicasina en Caroline mijn grootste tegenstanders zouden worden, maar besepte ook dat ik vooral naar mezelf moest kijken. Ik startte met zeer veel goesting, maar de tegenwind ontnam me wel de hoop om looprecords neer te zetten. Na enkele moeilijke jaren staat het hoogspringen weer stilaan op punt, maar in bijvoorbeeld het kogelstoten kan ik nog heel wat progressie boeken. Na dat onderdeel wist ik dat een totaalrecord niet meer haalbaar was, maar ik slaagde er wel nog in me te focussen op de resterende onderdelen. In de 800m volstond het dan ook om gewoon te volgen. Het blijft een BK dus met een gouden plak moet ik absoluut tevreden zijn. Het is gewoon jammer dat het puntenaantal mijn persoonlijke goed gevoel niet volledig weerspiegelt. Ik kijk echter al uit naar de winter, want ik hoop dan weer enkele stappen vooruit te zetten.”

Jonas Vander Avert/KAPE (senior, brons met 6.876p.): “Ik scheurde mijn hamstring begin mei dus mijn enige doel was nog eens een tienkamp volledig afwerken. Ik had vooral schrik bij het verspringen en koos bewust voor een kortere aanloop. Met 6m92 kan ik echter zeker tevreden zijn. De grootste vraagtekens had ik bij de 400m en de 1500m, want daar had ik te weinig tijd voor om specifiek op te trainen. In de 400m ging ik té traag van start en dat bleek een verkeerde gok, want ik strandde op amper 1 tiende van mijn PR. Daar zat dus zeker meer in. Ondanks een slechte hordenrace behaal ik wel een record dus ik weet dat ik daar nog heel wat extra punten kan sprok-



Jonas Vander Avert
Foto Luc Van de Vreken

kelen. De 1500m werd een calvarietocht, maar dankzij de steun van supporters hield ik toch stand. De bronzen medaille is zeker een beloning. Nu wordt het rusten en ik hoop opnieuw een goed indoorseizoen te draaien.”

Nicasina Rossaert/VAC (seniore, zilver met 4.799p.): “Sinds een half jaar kamp ik met een blessure waarvan ze de oorsprong nog niet kennen. Een MRI staat gepland. Het was zelfs niet zeker of ik überhaupt zou deelnemen aan dit BK. Toch verliep de competitie beter dan verwacht. Door rugproblemen is afwerking boven de lat in het hoogspringen onbestaande, maar toch zette ik een mooi resultaat neer. Ook mijn hordenrace was, ondanks de tegenwind, vrij goed. De vermoeidheid sloeg sneller toe dan normaal dus het was best wel een zware meerkamp waarin ik mijn niveau toch wel gehaald heb. De tweede plaats was het hoogst haalbare dus ik ben absoluut tevreden. Nu wordt het rusten en revalideren. Alhoewel...er staat een verhuis naar Stekene gepland met mijn vriend dus ik zal mijn bezigheid hebben.”

Johan Permentier



COVER Etoilia Gorrens
FOTO Roel Donckers

Atletiek Vlaanderen vzw
@letiekleven 28 - Woensdag 13 augustus 2025

FOTO'S: Roel Donckers, Luc Van de Vreken
TEKST: Johan Permentier

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.