

@LETIEKLEVEN

BELGISCHE KAMPIOENSCHAPPEN CADETTE EN SCHOLIEREN



RECORDS BLIJVEN OVEREIND

Het was warm en winderig in Nijvel. Er stond zelfs zoveel wind voor de sprintnummers dat persoonlijke records lopen nauwelijks mogelijk was. Zij die wel sneller liepen dan ooit voorheen zagen hun record dan ook niet gehomologeerd worden. Het werd ook niet het meest hoogstaande Belgisch kampioenschap van de afgelopen jaren, want slechts tien van de eenendertig winnaressen presteerden beter dan eerder dit seizoen. Het Vlaams kampioenschap van twee weken geleden was een goede waardemeter, want dertien gouden medaillewinnaressen van toen kroonden zich nu ook tot nationale kampioene. Bij de cadetten slaagden maar liefst drie Vlaamse atletes erin een gouden dubbel te realiseren. Bij de scholieren was er slechts één dubbelwinnares en was er meer evenwicht tussen beide landsdelen.



Sterre Provost
Foto Johnny De Ceulaerde

3 DUBBELS BIJ DE CADETTEN

Op de eerste dag stond de 200m geprogrammeerd en leek **Hélène Deckers/LOOI** al zegezeker na de reeksen. Met 24"90 zette ze toen al vrijwel elke concurrente op meer dan een halve seconde. In de finale ging ze nog 9 honderdsten sneller maar bleef ze wel een eind boven de 24"46 die ze eerder dit seizoen in Kortrijk liep. Achter haar verraste vooral **Helena Shudzeka/KAAG**. De Gentse stond op voorhand als tiende gerangschikt maar slaagde erin om zilver te veroveren in 25"27. Het brons was er voor de als tweede gerangschikte **Fien Peeters/ROBA** (25"45). Een dag later bleek Hélène ook de snelste in de 100m. In de reeksen liet ze 12"29 noteren, maar tijdens de finale stond er een serieuze tegenwind waardoor het uiteindelijk 12"36 zou worden. Ook haar provinciegenote **Amelie Coenen/AVT** mocht tweemaal juichen. Net zoals op het KVV won ze goud in zowel het hoog- als het verspringen. Dat ze het hoogspringen zou winnen was geen complete verrassing, want ze voerde de deelnemerslijsten al aan. Met 1m70 was het verschil met **Inthe Daniels/ADD**

en **Lucile Renaux/OSGA**, gedeeld zilver met 1m55, duidelijk. In het verspringen was er meer concurrentie want daar topte **Ella Hauquier/ROBA** de lijsten. Uiteindelijk zou de Vlaams-Brabantse met 5m35 slechts brons veroveren. Coenen won met 5m53 en sprong 3cm verder dan zilveren **Caroline Cristofoli/FCHA**. Voor nog een dubbelwinst was het uitkijken naar de

meisjes van Houtland. **Daphne Desseyn** won het speerwerpen met 41m46 terwijl clubgenote **Chiara Dhont** (34m25) met de discus de betere was van onder meer **Elke Gieghase/KAAG** (33m04) en **Lou Schildermans/SACN** (32m85). In het kogelstoten zouden ze onderling uitmaken wie er een tweede gouden plak huiswaarts mocht meenemen. Het was uiteindelijk Desseyn die met 14m44 de betere was van Dhont (14m01).

SNELLE CADETTEN

Het volledige podium van de 80mH slaagde erin om hun snelste seizoenstijd neer te zetten. Omdat de wind echter 2,5m/s in het voordeel blies, werden de tijden niet gehomologeerd. **Ella Hauquier/ROBA** was met 11"60 een fractie sneller dan clubgenote **Fien Peeters** (11"63). Het brons ging naar **Elena Cespedes/AVT** (11"84). **Léna Lesenfants/SPA** won de 300mH in 44"27 maar zag **Janne Vergote/RIEM** stilaan terug haar oude niveau bereiken. Met 45"55 pakte ze dan ook het zilver. **Maya Wintquin/RFCL** knalde eerder dit seizoen met 55"73 al naar de derde plaats aller tijden in de 400m. Met 55"88 zette ze ook deze keer iedereen schaakmat en sprintte ze een fenomenale voorsprong bijeen. Vlaams kampioene **Marie-Lou Warnier/HCO** (58"17) finishte op geruime afstand als tweede. In de 800m verraste **Elise Pleintinck/DUFF** door sneller te sprinten dan favorieten **Fien De Decker/AVLO** (2'15"54) en **Lien Van Rooy/ACHL** (2'16"35). De Duffelse liep de dubbele baanronde in een persoonlijke besttijd van 2'15"22. In de overige loopnummers was het wel de favoriete die aan het langste einde trok.



Fran Van Hollebeke
Foto Johnny De Ceulaerde



Zo kroonden **Fran Van Hollebeeck/FLAC** (1500m: 4'36"47) en **Romy Allami/DUFF** (1500m steeple: 5'25"28) zich zonder al teveel problemen tot nationale kampioenen. Ook **Marie Amandels/AZW** deed met de polsstok wat er van haar verwacht werd en won met 3m30. Hinkstapster **Ronja Van Kerckhoven/LACE** zorgde voor een van de betere prestaties, want haar 11m49 is de veertiende prestatie aller tijden. Ook zilveren **Lewis Geuns/AVT** (11m32) verbeterde zich.

DUBBEL NAFY THIAM

Daar waar de voertaal bij de cadetten vooral Vlaams was zou dat bij de scholieren heel wat meer in evenwicht zijn. Met negen tegenover zeven titels zouden de VAL-atleten nog steeds de meeste gouden medailles veroveren maar de Franstaligen lieten zich op z'n minst opmerken. Zo was **Nafy Thiam/RFCL** andermaal één van de uitblinkers. De bijna-naamgenote van 's lands beste zevenkampster mocht dan ook tweemaal op het hoogste schavot plaatsnemen. Met de kogel is ze de laatste jaren ongenaakbaar en dat bewees ze op dit BK opnieuw. Met 16m65 vergaarde ze een kloof van net geen 2m op zilveren **Manon Beernaert/HAC** (14m69). Dan was er met de speer wat meer geluk mee gemoeid. **Ellen Schotte/DCLA** haalde een mooie 39m83 maar Thiam zag haar speer nog zes centimeter verder landen. Ook in de (halve)fondnummers waren de zuiderburen oppermachtig. In de 800m won **Fleur Carmans/WACO** in 2'16"32 terwijl **Paulien Detournay/SCDY** (1500m in 4'36"65) ranglijstaanvoerster **Kyra Verdonck/LOOI** (4'37"01) wist te verschalken. In de 2000m steeple werd het een onewoman-show opgevoerd door **Clémentine Byl/RCB**. De Brusselse atlete klokte 6'54"87 en liep een voorsprong van ruim een halve minuut bij elkaar. De enige uitzondering was er op



Elise Pletinck

Foto Johnny De Ceulaerde

de 3000m want daar kleurde het volledige podium Vlaams. **Anna Paesmans/RCT** (10'03"70), **Anna Ornelis/EA** (10'32"00) en **Marith Op't Eynde/DCLA** (10'40"36) verbeterden zich alle drie.

EK U18-GANGERS WINNEN

Het Europees kampioenschap in Slovakije was natuurlijk hét hoogtepunt voor een deel van onze scholieren. Maar ook al was het al een lang seizoen, de EK-gangers zouden ook op dit BK zegevieren. Zo zat 200m-loopster **Lauren Petroci-Coninx/GENK** met haar 24"36 niet eens zo ver boven de 24"11 die ze eerder dit seizoen liep. Ze won vlot maar zag in haar ooghoeken zilveren **Noa Joos/ROBA** (24"69) nog geruime tijd met haar meegaan. **Kyani Joosten/SACN** zag haar mooie sprongen van op het KVV niet vertaald in een nieuwe topprestatie. Met 3m70 bleef ze een stuk verwijderd van haar beste maar het was uiteraard

meer dan voldoende voor een nieuwe titel. Meer nog...toen zilveren **Anouk Walcarius/AZW** na 3m45 afhaakte moest de competitie voor de Limburgse nog beginnen. En ook **Svea Van Laere/AVLO** nam het goud mee huiswaarts. In een volledig Oost-Vlaams podium wipte ze als enige over 1m66 en dat is drie centimeter hoger dan concurrentes **Enola Verschelden/DEIN** en **Nora Vereecken/LEBB**. Svea ging in mei nog over 1m78 en daarmee nestelde ze zich net niet in de eeuwige top tien.

FAVORIETEN GEKLOPT

Dat **Kezia Panzica/CRAC** de 100mH (13"93) zou winnen en dat **Juliette Dupont/SMAC** de beste was in het verspringen (5m82) is geen verrassing. In beide nummers zou het zilver gaan naar Belgisch meerkampkampioene **Liese Van Theemsche/AVLO** (14"20 en 5m65). En ook de overwinning van **Oshajajie Okaka/BVAC** (hinkstap met 11m58)



Fien Peeters

Foto Johnny De Ceulaerde



Nore Hendrickx

Foto Johnny De Ceulaerde



stond in de sterren geschreven. In de overige disciplines liet de ranglijstaanvoerder zich echter verrassen. Nu helemaal onverwacht komt de winst van **Sterre Provost/MACW** in de 400m ook niet. Twee weken geleden was zij de favoriete op het Vlaams kampioenschap maar ging **Guinevere Cruyts/TACT** met de bloemen aan de haal. Zij klokte toen in Tessenderlo met 56"34 een nieuw persoonlijk record. Provost deed in Nijvel echter hetzelfde en snelde naar een zeer mooie 56"00. Cruyts werd nog beloond met zilver (56"57). **Zina Looverie/LEBB** topte de lijsten in de 400mH en verbeterde zich tot 62"05. Deze nieuwe toptijd was echter slechts goed voor brons want **Ellemieke Maenhoudt/FLAC** (61"77) en **Flore Vergote/RIEM** (61"96) gingen zowaar nog sneller. **Laure Plaetevoet/HCO**, de kersvers Vlaamse kampioene, bekroonde zichzelf met de Belgische discustitel (39m06) en dat ondanks haar derde plek in de lijsten. Voor dé prestatie van de tweede dag moesten we naar de 100m. In de reeksen snelde **Ilona Dhaenens/DEIN** naar 11"85 (11eAT) terwijl ze eerder dit seizoen niet verder kwam dan 12"46. Daarmee stond ze op de achtste plaats bij de deelnemers. In de finale stond er een stevige tegenwind van 2,9m/s waardoor nieuwe toptijden niet meer mogelijk waren. Dhaenens won met 12"03 en verwees favoriete **Lore Foesters/AVT** (12"29) naar het zilver.

REACTIES

Ilona Dhaenens/DEIN (goud 100m met 12"03 in finale en 11"85 in reeksen):

"Nee, ik had dit niet verwacht. Deze prestatie kwam echt als een verrassing. Het was nog maar mijn tweede wedstrijd van het outdoorseizoen omdat ik lange tijd geblesseerd was geweest. Ik had een stressfractuur aan de voet. Vooraf hoopte ik wel om de finale te halen en ergens laag in de



Nafy Thiam

Foto Johnny De Ceulaerde

12 seconden te lopen, maar dit totaal niet. Eerst dacht ik dat er 12 seconden op de klok stond. De laatste meters bolde ik zelfs nog wat uit. Ik was superblij toen ik doorhad hoe snel het was. Ik heb na de blessure lang moeten revalideren dus dit is echt wel een mooie bekroning. Dankzij mijn prestatie op het BK, heb ik me nog geplaatst voor de Youth Memorial. Dat wordt dan de laatste wedstrijd van mijn seizoen. Het kan een hele mooie afsluiter worden. Ik ga er nog één keer alles geven. Het is ook een snelle piste daar dus wie weet zit er opnieuw nog een snelle tijd in als de wind oké is. Ik ben bij de overgang van cadet naar scholier in een andere trainingsgroep terechtgekomen bij een nieuwe trainster. Bij de cadetten trainde ik 2 keer per week, maar nu train ik iets meer met ook een beetje krachttraining. Door de blessure heb ik bij de kiné heel wat zaken aangepakt wat zeker mijn spurt ten goede is gekomen."

Lauren Petroci-Coninx/GENK (goud 200m in 24"36):

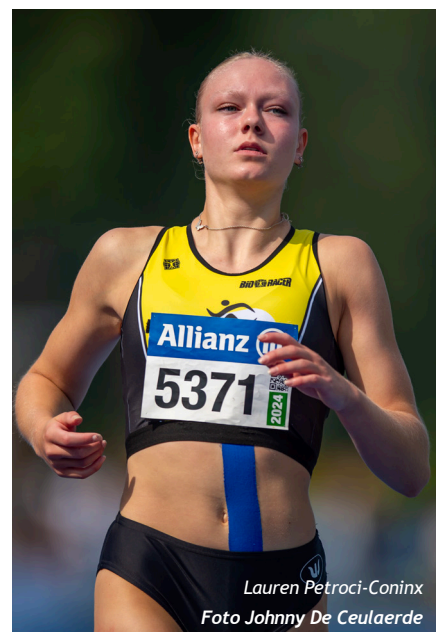
"Ik was heel tevreden over mijn tijd. Ik had op het moment dat ik liep een buikspierscheur. Maar van de dokter en de kiné mocht ik lopen. Als ik zo'n tijd kan lopen met een buikspierscheur dan weet ik dat ik het heel goed heb gedaan. Tijdens de opwarming, de reeksen en de finale heb ik er niets van gevoeld. Na de wedstrijd kreeg ik wel last. Maar tijdens de wedstrijd heeft het me niet gehinderd. Omdat ik na de 200m wel last had, heb ik dan de 100m niet meer kunnen lopen. Ik vond het echt mijn hoogtepunt. En het BK ook natuurlijk. Ik heb het seizoen heel mooi afgesloten. Eigenlijk wordt de Memorial de echte afsluiter. Omdat ik nu moet rusten, verwacht ik er niet te veel van. Ik ga puur genieten en het seizoen mooi beëindigen daar."

TEKST: Johan Permentier



Ilona Dhaenens

Foto Johnny De Ceulaerde



Lauren Petroci-Coninx

Foto Johnny De Ceulaerde

FINAL WANDA DIAMOND LEAGUE

Allianz 

Memorial
van damme

FRI.

SAT.

13

+

14

SEPTEMBER 2024

www.allianzmemorialvandamme.be



GO WITH GOLAZO



万达WANDA
DIAMOND
LEAGUE FINAL
BRUSSELS 2024

TOPEDITIE MET XANDER FAES IN ABSOLUTE HOOFDROL

De jongens zorgden in Nijvel voor een zeer hoogstaand BK. Vooral de cadetten lieten van zich spreken, met Xander Faes in een absolute hoofdrol. Nadat hij eerder dit seizoen al het BR op de 300m aanscherpte, verpulverde hij zondag het nationaal record op de 400m van ene Alexander Doom met bijna een halve seconde. De nieuwe toptijd staat nu op 49"40. Daarnaast knalde Niels Vandezande op de 100m bij de cadetten naar 10"98 en de tweede prestatie aller tijden. Ook de prestaties van twee andere cadetten sprongen in het oog. Ulysse Pahatouridis liep op de 100mH naar 13"44 en Sam Bosscher ging in het hoog over 1m95. Beide prestaties waren goed voor de vijfde plaats op de ranking aller tijden.



Thor Notebaert
Foto Johnny De Ceulaerde

De mooie piste van Nijvel in het Parc de la Dodaine vormde het decor van het nationaal kampioenschap voor cadetten en scholieren. Terwijl er op zaterdag heel wat wind stond, was het op zondag vooral de hitte die de atleten parten speelde. Toch werden er heel wat mooie prestaties geleverd. De grote uitblinker van de Nijvelse tweedaagse was Xander Faes/PEGA. De tweedejaarscadet had bij zijn eerste 400m van het seizoen al 49"93 laten optekenen en enkele weken geleden verbeterde hij met een verbluffende 35"26 het Belgisch record op de 300m. In de reeksen beperkte hij zich zaterdag tot controleren en liep hij ontspannen in 52"71 over de streep. In de finale ontbond hij zijn duivels en liep hij op indrukwekkende wijze naar een chrono van 49"40. Daarmee verbeterde hij het nationaal record van Alexander Doom met maar liefst 0"43. Indrukwekkend. De rest finishte op meer dan twee seconden, maar dat neemt niet weg dat ook de 51"99 van Ulysse Pahatouridis/RIWA en de 52"25 van eerstejaars Paulo Sannin/RCB heel mooie chrono's zijn. Pahatouridis veroverde immers ook nog goud op de 100mH. Hij verbeterde zich van 13"88 tot 13"44 en prijkt daarmee op de vijfde plaats van de ranglijst aller tijden.

Op de 400m bij de scholieren jongens stond er geen maat op favoriet Louis Smeets/

DCLA. Hij liep in de eerste helft van het seizoen heel wat wedstrijden van uitstekend niveau en strandde met 48"42 jammerlijk op enkele honderdsten van een EK-selectie. In Nijvel verbeterde hij zich in extremis nog tot 48"40 en staat daarmee nu alleen op de tiende plaats aller tijden. Het zilver was voor Théo Sartigny/JSMC in 49"68 en het brons voor Josse Martin/KAAG in 50"34.

DUBBEL NIELS VANDEZANDE

De korte sprintnummers haalden ook een heel hoog niveau. Bij de cadetten jongens behaalde Niels Vandezande/DCLA de sprintdubbel. Vooral zijn 10"98 op de 100m was indrukwekkend. Hij benaderde daarmee het nationaal record van de één jaar oudere Jari De Proft tot op twee honderdsten. Op de 200m rondde hij een zeer dominante race af met een chrono van 22"77. Yoan Arthur Kuidjeu/WACO mocht zowel op de 100m (11"14) als op de 200m (23"01) als tweede op het podium. Het brons op de 100m was voor Rune Lefever/AVLO in 11"20 en op de 200m voor Daniël Rymen/LOOI in 23"51. Bij de scholieren jongens was Rune Vandezande/ADD, die eerder dit seizoen het Belgisch record op 10"59 had gebracht, de snelste op de 100m in 10"72. Hij bleef daarmee eerstejaars Jari De Proft/GRIM (10"80) en Rafael Franzini/MOHA (10"84) voor. De Proft greep daarnaast ook nog heel overtuigend goud op de 200m. Met een chrono van 21"87 bleef hij amper vijf honderdsten boven zijn PR. Op ruime afstand werd Déodato Sendo/ULA (22"53) tweede en Sam Van Dooren/ALVA (22"73) derde.

Op de 400m horden ging EK U18-ganger Lucas Cordonnier/HERV met de zege aan de haal in 53"16. Hannes Gielen/ESAK stond pas ingeschreven met de negende tijd, maar in de finale verpulverde hij zijn record met ruim 2 seconden. Zo pakte hij onverhoopt zilver in 54"50 vlak voor Zaccaria Manzan/SER die het brons om z'n nek kreeg gehangen. Thor Notebaert/DEIN was afgetekend de beste in de 300m horden in een zeer behoorlijke 41"00. Op de 100m



Niels Vandezande
Foto Johnny De Ceulaerde

horden greep **Rafael Franzini/MOHA** na 100m-brons z'n tweede medaille. Hij knalde naar goud in een pijlsnelle 13"81.

STRAFFE 800M-FINALE

Ook op de lange afstandsnummers kreeg het publiek een aantal heel mooie wedstrijden voorgeschoteld. De 800m bij de cadetten was van ongezien hoog niveau. Nooit eerder finishte de volledige top 3 onder de twee minuten. Het goud was uiteindelijk voor **Barnabé Chiliade/ARCH** in 1'56"27. **Wout Schepens/ACHL** (1'58"58) en **Mateo Longo Murit/RESC** (1'56"89) vervolledigden dit historisch podium. Bij de scholieren jongens toonde EK-ganger **Lucas Barra/OEH** zijn klasse. Hij nam van bij de start het voortouw en bleef de hele wedstrijd aan de leiding lopen. Hij finishte in een bijzonder sterke 1'52"44. In het slot van de wedstrijd kwam eerstejaars **Julian Van Aken/DCLA** nog aandringen, maar ook hij was dolgelukkig met zilver en een chrono van 1'53"16. **Leon Coetsier/KAAG** werd knap derde in 1'54"46.

Op de 1500m bij de cadetten was het uitkijken naar topfavoriet **Jorden Rooms/ACW**, maar hij kende een complete offday en speelde nooit mee voor de prijzen. De overwinning ging naar de verrassende **Laurent Kral/USBW** met een tijd van 4'23"59. **Malo Robert/HUY** (4'24"22) en **Alexis Vast/DAMP** (4'25"80) grepen respectievelijk zilver en brons. Bij de scholieren jongens ontbrak met **Willem Renders/HCO**, **Tijl Wachteleaer/ACKO** en **Ilyès Druez/MOHA** de top drie van de jaarranglijst. Toch kreeg het publiek een mooie en spannende wedstrijd te zien. De nationale titel ging naar een zeer sterke **Mats Vervoort/AVLL** in 3'56"22, terwijl het zilver en het brons waren weggelegd voor **Hugo Jeukenne/HERV** (3'57"41)



Hannes Gielen

Foto Johnny De Ceulaerde

en **Elouan Cauwels/HAC** (3'57"65). In de 3000m bij de scholieren jongens, troefde **Ilyès Druez/MOHA** met 8'52"20 favoriet **Lars Peeters/ROBA** (8'53"18) af. **Nand Put/LOOI** mocht met 8'55"85 als derde op het podium. Op de 1500m steeple bij de cadetten werd de ranglijst gerespecteerd en greep **Jorre Debergh/AZW** met 4'49"46 de titel. Daarachter toonde **Lander Vanhauwere/DUFF** (4'54"18) zich de betere van **Kars Debergh/AZW** (4'57"21). Op de 2000m steeple bij de scholieren jongens was het goud voor **Louis Vanderpoorten/WACO** in 6'15"05. Het zilver en brons waren weggelegd voor **Arthur Reul/RFCL** (6'18"34) en **Ilyas Sakouane Zaghdoud/CSF** (6'20"58).

SAM BOSSCHER HEEL HOOG

Ook in de kampnummers werd een heel

hoog niveau gehaald. Uitschieter hier was **Sam Bosscher/BRAB** die bij de cadetten jongens het goud pakte met een sprong over 1m95. Dit was meteen ook de vijfde prestatie aller tijden. Het zilver was voor **Vince Mambo/OEH** die met 1m84 zijn persoonlijk record met maar liefst zes centimeter verbeterde. Het brons was voor **Shane Delreux/RIWA** met 1m82. Bij de scholieren was **Lorenzo Nijs/DCLA** de grote favoriet. Met zijn 2m10 staat hij zesde op de ranglijst aller tijden. Hij bleef echter steken op 1m97 en moest de nationale titel laten aan **Aymeric Evrard/SER**, die over 1m99 ging. Het brons was hier voor **Samuel Fallieu-Mané/RCB** met een sprong over 1m94. Geen verrassing in het polsstokspringen bij de scholieren. Europees U18 kampioen, **Matthias Urbanczyk/MOHA**, die dit seizoen al over 5m10 ging, had aan een sprong over 4m70 voldoende om goud te pakken. Ploegmaat **Owen Verset/MOHA** greep het zilver met 4m60 en verbeterde zijn PR daarmee met 12 centimeter. Het brons was voor **Stan Vertommen/ROBA** met 4m50. Bij de cadetten jongens kregen we wel een onverwachte winnaar. Favoriet **Hugo Martin/CSDY**, die dit seizoen al 3m81 liet noteren, faalde driemaal op 3m50 en bleef daarmee steken op de achtste plaats. Clubgenoot **Léo Lomez/CSDY** ging als enige over 3m70 en werd de verrassende winnaar. Hij verbeterde zijn persoonlijk record maar liefst met 20cm. **Simon Gava/FCHA** werd tweede met 3m65. Het brons was voor **Rik Bastiaens/RAM**, die eveneens over 3m65 ging. Hij deed daarmee maar liefst 35cm beter dan ooit.

VERRE SPRONGEN

In het verspringen was globaal gezien de competitie van de cadetten van uitstekend niveau. **Ugo Meecko/RFCL** won de wedstrijd met een fantastische sprong van



Sam Bosscher

Foto Johnny De Ceulaerde



6m72 en staat daarmee nu negende op de ranglijst aller tijden. 'Hoogspringer' **Sam Bosscher/BRAB** greep het zilver met 6m62 en eerstejaars **Thibault Boone/HAC** pakte brons met 6m42. Voor alle drie betekende die prestaties een serieuze verbetering van hun persoonlijk record. Bij de scholieren jongens stak **Mathieu Dorbolo/SER** er met kop en schouders bovenuit. Hij liet een sprong van 7m09 optekenen en deed daarmee ruim beter dan clubgenoot **Aymeric Evrard/SER** (6m72) en **Mathéo Tshibangu/SMAC** (6m50). De nationale kampioenen verspringen waren ook aan het feest in het hinkstapspringen, want ook hier grepen **Ugo Meecko/RFCL** (13m69) en **Mathieu Dorbolo/SER** (14m25) overtuigend goud.

Bij de werpnummers sprong vooral de dubbel van **Andreas Palm/RIEM** in het oog. De cadet won zowel het kogelstoten (14m39) als het discuswerpen (49m36), maar daar heeft hij wel hard voor moeten werken. In het kogelstoten legde **Lander Loomans/SACN** met 14m28 hem het vuur aan de schenen en in het discuswerpen dreef **Cédric Delfar/RCB** hem, met een worp van 49m19, tot het uiterste. Het speerwerpen bij de cadetten jongens leverde met **Tjorben Fredrickx/AVKA** een verrassende winnaar op. Hij verbeterde zich ruimschoots tot 48m50, terwijl topfavoriet **Jan Breugelmans/DCLA**, dit seizoen al goed voor 50m94, bleef steken op 45m51 en als vierde naast het podium viel. Het zilver was voor **Lowie Stevens/DEIN** (47m70) en het brons voor **Sverre Deleu/DCLA** (47m66). Bij de scholieren won **Matteo Vercruysse/DEIN** (48m79) een spannend duel van **Wout Keerman/HAC** (48m41). Het brons was voor **Tore Dekoninck/HAC** (45m77). Die laatste greep echter ook nog goud in het kogelstoten met 15m75, een serieuze verbetering van zijn persoonlijk record. Hij deed daarmee 70cm beter dan **Seppo Pauwels/ACW** (15m05). De Waaslander deed er nog een tweede zilveren plak bij in het speer met 63m11. Hij moest enkel een sterke **Kobe Coenen/ROBA** (63m53) voor zich dulden. **Jonathan Honnay/RAM** (59m29) won het brons.

REACTIES

Xander Faes/PEGA (goud 400m in 49"40):

"Ik was zeer blij toen ik van de speaker hoorde dat het een BR was. In Bornem voor de eerste keer onder de 50 seconden lopen was voor mij al super speciaal, maar nu heb ik het echt helemaal afgemaakt. Hoe ik de vooruitgang verklaar? Gewoon goed trainen. Ik heb ook altijd heel veel plezier gehad in de trainingen. Dat vind ik heel belangrijk. Ik vind het altijd supertof om naar de training te gaan en ik heb bij PEGA ook veel goeie coaches zoals Piet, Evert en

Kris. Dit BK was echt wel het hoofddoel. Ook mijn BR 300m vond ik al heel speciaal, maar dit vond ik nog mooier omdat het op een grote wedstrijd gebeurde. Ik wil ook iedereen die een rol heeft gespeeld bedanken: de trainers, familie, vrienden, bestuursleden en clubleden."

Lucas Barra/OEH (goud 800m in 1'52"44):

"Ik was gestart met het idee om de kop te nemen en er een snelle race van te maken omdat ik wist dat Julian Van Aken, die tweede werd, heel snel is in de spurt. Dat lukte. De laatste 150 meter had ik toch al een redelijke voorsprong. Julian kwam nog wel dicht, maar mijn voorsprong was groot genoeg. Ik was heel blij met de tijd. Normaal heb ik om zo snel te lopen een haas nodig. Nu heb ik het alleen gedaan bij een temperatuur van 30 graden Celsius. Als ik dit alleen kan lopen, dan weet ik dat er nog meer kan inzitten. Maar dit seizoen zal ik geen 800m meer lopen. Het seizoen is bijna gedaan. Ik loop enkel nog de 1000m op de Memorial Van Damme op 13 september. Vorig jaar stond ik op 1'57 en nu op 1'52. Ik heb het afgelopen jaar heel veel vooreringen gemaakt. Veel heb ik te danken aan mijn trainer Dirk De Maesschalck."

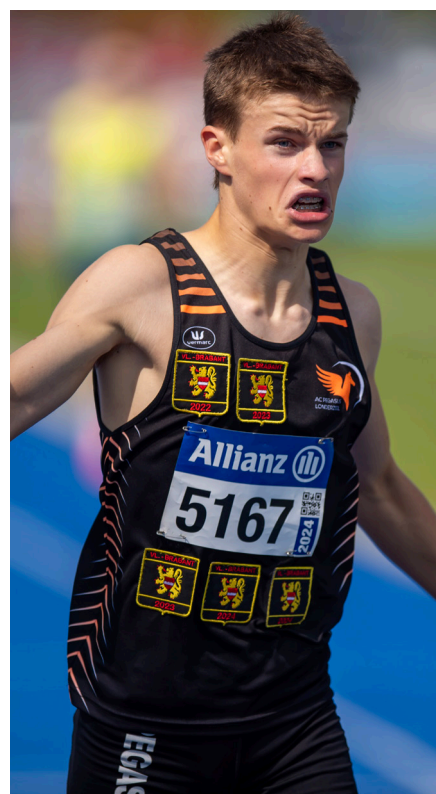
Seppo Pauwels/ACW (zilver kogel met 15m05 en zilver speer met 63m11):

"Ik ben heel tevreden met mijn 63m in het speer, maar eigenlijk ben ik ook heel blij dat ik in het kogel opnieuw de 15m heb gehaald na mijn heupblessure. In december heb ik op een 60m sprint een stuk bot van mijn heup getrokken. Na de blessure ben ik 10kg afgevallen en moest ik helemaal van nul opnieuw opbouwen. Het heeft toch 4 maanden geduurd vooraleer ik weer kon beginnen trainen. Er had niet meer ingezeten. Het was heel warm. Ik was heel tevreden over mijn prestatie in het kogel. Ik had maar één verre worp. Maar gelukkig had ik die goede poging nog. Donderdag doe ik nog een wedstrijd van onze eigen club ACW en in oktober is er ook nog een werp-wedstrijd. Ik hoop om met de speer nog de 65 meter te halen. Dat zou mooi zijn. We hebben een toffe trainingsgroep. Met Ides Verhulst train ik vaak samen en ook met Bram Van der Reysen en Cedric Sorgeloos train ik vaak."

Tekst: Gunther Dekie



Seppo Pauwels
Foto Johnny De Ceulaerde



COVER Xander Faes
Foto Johnny De Ceulaerde

Atletiek Vlaanderen vzw
@letieklevn 39 - Woensdag 4 september 2024

FOTO'S: Johnny De Ceulaerde
TEKST: Johan Permentier en Gunther Dekie, Bart Spruijt (reacties)

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.