

@LETIEKLEVEN

NACHT VAN DE ATLETIEK



ONDANKS WIND TOCH ENKELE TOPPRESTATIES

En of er zaterdag gevloekt is op die vermaledijde wind in Heusden. Ze maakte in bijna alle disciplines topprestaties onmogelijk tijdens de Nacht van de Atletiek, maar gelukkig is aan een topatleet eigen dat hij flexibel omspringt met onverwachte omstandigheden. We denken dan in de eerste plaats aan de knappe 800 meter van Eliott Crestan en Jochem Vermeulen of de snelle 400 meter van Naomi Van Den Broeck. Er waren ook enkele niet-legale, maar desalniettemin straffe windgesteunde prestaties, met name van Elie Bacari over 110 meter horden. Hij hield er de trofee van Beste Belg van de avond aan over.



NOOR & NOOR

Al enkele jaren ondertussen is Rani Rosius/AVT de thuisfavoriet van het Limburgse publiek op de Nacht, en ook zaterdag kreeg ze weer veel applaus. Bij 2.8 meter meewind was ze de snelste landgenote over 100 meter in 11"26. Marine Jehaes/SER was in 11"31 de tweede landgenote en liet zo zien dat ze na blessureleed weer klaar is om haar plaatsje bij de Belgian Rockets op de te eisen. Rani Vincke/KAAG volgde één honderdste later in 11"32. Voor twee juniorees bleef de meewind met 2.0 meter wel voldoende beperkt voor homologeerbare prestaties, en daar maakten ze gebruik van om de top zestien aller tijden binnen te komen. Noor Vermeiren/ACHL snelde naar 11"76, Noor Koekelkoren/DCLA lukte 11"80. Ook Emma Verhulst/ACHL genoot in de 200 meter van een legale wind en was de snelste Belgische in 24"73. Over 100 meter horden hadden Lynn Beck/AVLL en juniore Steffi De Saegher/ACW de eer om het tegen regerend olympisch kampioene Jasmine Camacho-Quinn op te nemen. De Puerto Ricaanse won bij 2.8 meter meewind afgetekend in 12"56, Lynn en Steffi klokten 13"36 en 13"48.

STRAFFE NAOMI

Drie dagen na haar EK-brons met de Belgian

Cheetahs liet Naomi Van Den Broeck/ROCA redelijk straffe dingen zien over 400 meter. Ondanks de felle wind snelde ze naar 51"68, slechts een fractie boven haar persoonlijk record. Een dag later werd Naomi in Nijvel trouwens vijfde aller tijden over 400 meter horden in 55"40. Zaterdag in Heusden werd ze relatief dicht gevolgd door collega-Cheetah Imke Vervaeht/RCG, die het met 52"22

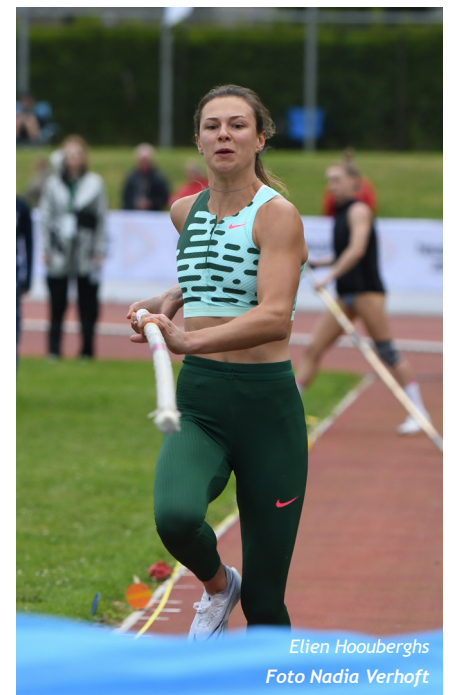


eveneens goed deed. Ook Paulien Couckuyt/VAC toonde dat ze op de weg terug is met 53"46. In de 400 meter horden was Nina Hespel/DCLA in 57"34 de beste, maar de wind liet daar geen snelle chrono toe. Over 800 meter was Vanessa Scaunet/CABW in een sterk internationaal veld duidelijk de sterkste landgenote in 2'04"63. In de 1.500 meter was dat haar clubgenote Elise Vanderelst/CABW, en gezien de minderige omstandigheden mocht haar 4'07"84 er best wel wezen. Op de olympische kwalificatieranking bezet ze de 32e van 45 plaatsen: ziet er héél goed uit.

Weinig kampnummers in Heusden, maar wel mooi om zien dat Elien Vekemans/DCLA in het polsstokspringen beetje bij beetje weer naar haar oude niveau groeit na een blessureperiode. Ze lukte een seizoensbeste van 4m23. Timothy Herman/ACME liet een degelijke speerprestatie optekenen met 79m21.

ELIE MAAKT INDRIJK

Bij de mannen profiteerden enkele snelle mannen nog meer dan bij de vrouwen van een favorabele rugwind. Zo denderde de Duitser Joshua Hartmann in de 100 meter bij 4.0 meter meewind naar 9"92 en liep Kobe Vlemminckx/AVLL ondanks een uitgetrapte schoen nog 10"21. Ook collega-Belgian Falcon Antoine Snyders/WACO was erg snel met 10"29. In de 200 meter was de rugwind met 4.1 meter per seconde nog net iets feller en was Adrien Devriendt/ACME de snelste landgenoot in 21"05, op één hon-



derdste gevolgd door **Timber Huysmans/OEH**. Over 400 meter was **Florent Mabile/RESC** niet alleen de beste Belg in 46"72, maar ook de overall internationale winnaar. **Elie Bacari/DCLA** maakte indruk door over 110 meter horden naar 13"39 te snellen. De wind blies met 2.2 meter per seconde dan wel te fel in het voordeel, maar zijn prestatie is toch veelbelovend voor wat nog komen gaat, zeker als je weet dat een felle wind het op de horden soms alleen maar moeilijker maakt.

ELIOTT TEGEN DE WIND

Niemand die in de 800 meter achter de pijlsnel vertrokken haas aan ging, en dus werd het nog meer een strijd tegen de wind. **Elliott Crestan/SMAC** kwam er een in een sterk veld als winnaar uit en dat hij in die omstandigheden nog 1'45"40 klokke, doet het beste vermoeden voor de komende weken. Ook **Jochem Vermeulen/AVLL** liet zich drie dagen na zijn EK-zilver nogmaals opmerken met een persoonlijk record van 1'46"38. In de 1.500 meter ging de winst naar de Australiër **Stewart McSweyn**. Geen verrassing, want hij heeft een persoonlijk record van onder de 3'30. **Antoine Senard/SER** was de landgenoot die het dichtst in de buurt kon blijven met een persoonlijk record van 3'39"41, op de hielen gevolgd door **Thomas Vanoppen/ACHL** met 3'39"82. Over 5.000 meter was **Guillaume Grimard/DCLA** de sterkste landgenoot in een persoonlijk record van 13'39"79.

REACTIES

Vanessa Scaunet/CABW (2'04"68 in 800m): "De wedstrijd verliep voor mij wat chaotisch. Ik ben een paar keer geduwd geweest in de eerste ronde en uiteindelijk ingesloten geraakt. Het mocht voor mij sneller gaan. Ondanks de wind denk ik dat er te hard vertraagd werd vooraan. Ik zat helemaal vast en in de laatste rechte lijn kon ik dan toch mijn ding doen en ben ik nog naar voor gekomen. Het is jammer dat vrouwen met tijden van 1'59 tot 2'01 niet durven lopen als er wind staat. Aan de andere kant had ik mij niet moeten laten insluiten en dan had ik misschien zelf meer initiatief kunnen nemen. Ik kijk uit naar woensdag in Luik."

Rani Vincke/KAAG (11"32win 100m): "Jammer van de wind natuurlijk en ook spijtig dat het geen volwaardige reeks was door alle afzeggingen, maar ik ben op zich wel tevreden met mijn eigen prestatie. Het enige waar ik wat mee zit is dat ik het gevoel heb dat ik precies niet echt mijn eigen wedstrijd gelopen heb. Ik ben zo af-



Annelies Nijssen en Vanessa Scaunet
Foto Nadia Verhoft

wachtend, klamp me dan vast en ga mezelf forceren. Ik voelde me wel goed, hoewel het een drukke periode is qua examens en wedstrijden. Ik kan daarom eigenlijk niet anders dan blij zijn met hoe het allemaal verloopt momenteel: ik loop behoorlijk constant en voel me fysiek helemaal in orde. Ik voel me klaar om een snelle tijd neer te zetten en kijk dus vooral uit naar de volgende wedstrijden en naar het einde van de examens."

Lynn Beck/AVLL (13"36w in 100m horden): "Het voelde nog niet aan als de perfecte race. Mijn start tijdens de wedstrijd was minder dan in de opwarming en op training. Vanaf de vierde horde kwam ik

wel heel goed op gang en kon in ondanks de felle meewind mijn ritme mooi door-trekken. Met een vierde plek in dit deelnemersveld, met onder andere de olympisch kampioene, kan ik zeker tevreden zijn. Het is heel motiverend mezelf te kunnen tonen op wedstrijden van dit niveau. Dit seizoen liep ik al consistent rond mijn PB van vorig jaar. Eén van de komende wedstrijden hoop ik in goede omstandigheden nog wel onder de 13"30 te kunnen duiken."

Guillaume Grimard/DCLA (13'39"79 in 5.000m): "De wedstrijd was op zich wel oké, maar ik had eigenlijk op sneller gehoopt. Ik kon heel goed mee tot 600 meter van het einde, maar dan kon ik niet echt



Elliott Crestan (vooraan) en Jochem Vermeulen (achteraan)
Foto Nadia Verhoft

FINAL WANDA DIAMOND LEAGUE

Allianz 

Memorial
van damme

FRI.

SAT.

13 + 14

SEPTEMBER 2024



www.allianzmemorialvandamme.be



GO WITH GOLAZO



WANDA
DIAMOND
LEAGUE FINAL
BRUSSELS 2024

mee met de versnelling voorin. De laatste ronde was eigenlijk gewoon niet goed genoeg, dus daar moet nog wat aan gesleuteld worden de komende weken.”

Noor Vermeiren/ACHL (11”76 in 100m): “Mijn start was zeker niet één van de besten, maar ook niet de slechtste. Daardoor had ik een kleine achterstand op Noor Koekelkoren, maar vanaf meter 40 kwam mijn topspeed eruit en heb ik die kunnen doortrekken tot de finish. Het was wel nog heel spannend tussen Noor en mezelf. De wind heeft zeker wat geholpen, al zat de sub 12 er aan te komen. Na een blessure aan de voet, die nu redelijk goed onder controle is, ben ik heel blij dat ik deze tijden loop en kijk ik uit naar meer.”

Adrien Devriendt/ACME (10”60w in 100m en 21”05w in 200m): “De start van de 100 meter was goed, maar de laatste 50 meter had ik het moeilijk om groot te blijven lopen. Op de 200 meter waren ook de eerste meters goed, maar daarna was er zoveel wind dat de benen moeilijk konden volgen. Overspeed en vermoeidheid gaat niet zo goed samen precies. Maar al bij al was het een goede training. Dit seizoen zou ik graag nog onder de 21 seconden duiken over 200 meter en stevig onder de 47 seconden gaan in de 400 meter.”

Emma Verhulst/ACHL (24”73 in 200m): “Voor mij was het de eerste keer in Heusden. Helaas ben ik door een blessure nog niet in de vorm die ik zou willen. Toch was het een leuke ervaring: het is een fijne piste om op te lopen. Jammer van de weersomstandigheden, en ook dat Leonie Van Vliet tijdens de wedstrijd geblesseerd raakte. Door die factoren word ik nog sterk



Timothy Herman
Foto Nadia Verhoft

beïnvloed, omdat ik nog niet zo lang atletiek doe en dus weinig ervaring heb.”

Thomas Vanoppen/ACHL (3’39”82 in 1.500m): “Ik had een goed gevoel en gehoopt om een mooi persoonlijk record te lopen. Helaas heb ik bijna 800 meter alleen gelopen en liet de wind het niet toe. Woensdag in Luik hoop ik wel mijn verwachtingen in te lossen. Ik denk dat ik dit seizoen zeker 3’35 moet kunnen lopen, en hoewel het niveau hoog ligt, zou dat voor mij een stap in de goede richting zijn. Op training draait het heel goed. In Rehlingen een paar weken geleden zat het al goed, maar verzeilde ik vanop de tweede startrij helemaal achterin.”

Noor Koekelkoren/DCLA (11”80 in 100m): “Deze maand heb ik samen met mijn trai-

ner besloten om me te focussen op zowel mijn snelheid als mijn examens. Ik wil mijn snelheid verbeteren omdat dat zeer voordelig is voor het hordenlopen. Daarom heb ik besloten om een 100 meter te lopen. Ik had een persoonlijk record van twee jaar geleden, dus het was leuk om zonder verwachtingen te kunnen lopen. Dat leidde tot een goed resultaat en een nieuw record. Nu kan ik met een goed gevoel verder werken richting juli, waar ik me weer volledig op de horden zal richten.”

Elie Bacari/DCLA (13”39w in 110m horden): “Jammer van de wind, maar eigenlijk is het wel goed nieuws dat ik een keer hard loop met meewind, want dat is iets waar ik met mijn lange benen in het verleden altijd moeite mee heb gehad. Volgende week loop ik een golden label-meeting in Finland waar veel punten te rapen zijn. Daarna hoop ik min of meer safe te zijn voor Parijs, maar het zal waarschijnlijk spannend blijven tot de kwalificaties afsluiten op 30 juni.”

Rani Rosius/AVT (11”26w in 100m): “Er is een ontsteking op mijn beide achillespezen. De ene dag is het beter dan de andere, maar ik mag ermee blijven lopen. Het kan blijkbaar geen kwaad om er wedstrijden mee te lopen, maar het deed wel veel pijn vandaag. Ik wil nog altijd in zowel 100m als 4x100 meter naar Parijs. Op de 100 meter sta ik er op de ranking nog altijd behoorlijk goed voor. Het zal nog even spannend worden met de Rockets, maar we hebben zelf in Genève ook nog de kans om ons te verbeteren.”

Eliott Crestan/SMAC (1’45”40 in 800m): “Het is goed voor het vertrouwen dat ik



Nina Hespel
Foto Nadia Verhoft

hier win in een sterk deelnemersveld, maar het is niet genoeg. Woensdag loop ik de 600 meter in Luik, maar in de weken nadien wil ik toch echt de olympische limiet slopen op de 800 meter. Via de ranking kan het ook, maar voor de geruststelling wil ik toch de limiet lopen en daarvoor begin ik eerlijk gezegd stilaan wel wat zenuwachtig te worden."

Jochem Vermeulen/AVLL (1'46"38 in 800m): "Voor een écht snelle chrono was de wind te fel. Het zijn ook superdrukke dagen geweest. Ik moet enorm veel berichtjes beantwoorden en veel mensen willen mij spreken. Als ik in Kapellen aan het trainen ben, toeteren de mensen vanuit hun auto's. Dat is wel leuk. Zeg nooit nooit als ik in een grote meeting binnen geraak, maar anders zie ik weinig reden om nog in competitie te komen voor de Spelen. Ik ga mij op training focussen en maken dat ik fit en gezond aan de start verschijn in Parijs."

Naomi Van Den Broeck/ROCA (51"68 in 400m): "Ik wist op voorhand dat de wind fel zou zijn, maar ik voelde me goed, dus ik wilde nog altijd hard lopen. Gelukkig was Imke er om mij te pushen. In deze periode loop ik enorm veel wedstrijden. Het lijkt misschien té veel, maar het zijn maar één keer om de vier jaar Olympische Spelen, dus ik wil mij echt individueel proberen plaatsen. Na het drieluik Rome-Heusden-Nijvel doe ik ook nog Madrid, Genève en het BK. Ik zal de grenzen opzoeken, maar die wedstrijden geven mij ook energie. Hopelijk kan ik tussendoor goed recupereren."

Milan Augustijns



Imke Vervaeke en Naomi Van Den Broeck
Foto Nadia Verhofs



Julien Watrin
Foto Nadia Verhofs



COVER Elie Bacari
FOTO Nadia Verhofs

Atletiek Vlaanderen vzw
@letiekleven 27-woensdag 18 juni 2024

FOTO'S: Nadia Verhofs
TEKST: Milan Augustijns

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.