

@LETIEKLEVEN

KVV CADETTEN EN SCHOLIEREN



JONG (HORDE)SPURTGEWELD KLAAR VOOR BK

Vorig jaar trokken de cadetten en scholieren naar het Limburgse Heusden-Zolder en ook dit jaar moesten ze naar de meest oostelijke provincie van Vlaanderen. In Tessenderlo was het warm, maar stond er wel telkens een matig windje. In tegenstelling tot de voorbije jaren sneuvelde er geen enkele top 10-notering uit de eeuwig ranglijsten. Veel atleten kwamen net uit vakantie en hadden de topvorm nog niet beet. Toch bleken veel winnaars opnieuw de stijgende vormcurve te pakken te hebben waardoor we op het BK in Nijvel, dat over amper 2 weken plaatsvindt, meer vuurwerk kunnen verwachten.

321



Ruben De Roy (558) en Victor Popelier (39)
Foto Nadia Verhoft

Dubbele winnaars in de spurtnummers zijn niet ongewoon en bij de jongens was het dezelfde atleet die zowel de 100m als de 200m won. Vorig jaar vestigde Jari De Proft/GRIM nog een Belgisch record in de kortste sprintafstand en ook in Tessenderlo toonde de Vlaams-Brabander zijn snelle benen. De eerstejaarsscholier kwalificeerde zich voor de finale met 10"93 om daarin nog eens 4 honderdsten sneller te gaan. Zijn overwinning is geen verrassing vermits hij eerder al tot 10"79 kwam en Rune Vandezande/ADD en Jim Van Bael/TUAC, allebei dit seizoen onder de 11", niet in actie kwamen. Ook de 200m ging naar de atleet uit Grimbergen. Met 21"91 ging hij Louis Smeets/DCLA (22"34) vooraf. In de 400m dook Ruben De Roy/OLSE met 49"59 als enige onder de 50 seconden. Niels Vandezande/DCLA mocht ook tweemaal juichen na vrij vlotte overwinningen. In de 100m werd het een winnende 11"32 en in de 200m kwam hij na 23"01 over de finish. Telkens was het Rune Lefever/AVLO (11"44 en 23"27) die met zilver naar huis mocht. Bij diezelfde cadetten was het uitkijken naar de 400m, want Xander Faes/PEGA liep eerder dit seizoen een zeer snelle 49"93 en dat is amper één tiende boven

het nationaal record. Zijn besttijd hield voorlopig stand maar met 50"38 bewees hij dat er zeker mogelijkheden zijn op het BK. Zowel Cyriel Dhont/DEIN (52"31) als Xanders clubgenoot Rune De Bouw (53"20) mochten met een nieuw persoonlijk record

mee op het podium. Thuisatlete H el ene Deckers pakte dan weer een andere dubbel. In de 200m snelde ze naar 25"41 en ook de 80mH schreef ze op haar naam. Het was Ella Hauquier/ROBA die de 100m won in 12"45. In de baanronde bij de cadetten gingen de eerste twee medaillewinnaressen sneller dan ooit voorheen. Marie-Lou Warnier/HCO was de snelste in 57"66 en werd op het podium geflankeerd door Fien De Decker/AVLO (58"31) en Janne Vergote/RIEM (58"54). Scholiere Noa Joos/ROBA pakte twee medailles. In de 100m moest ze Lore Foesters/AVT (12"06) nog voor zich dulden maar ze liep met 12"32 wel een nieuw PR. In de 200m was ze met 25"19 veruit de snelste. In de 400m werd Guinevere Cruyts/TACT (56"34) ietwat verrassend de nieuwe Vlaamse kampioene door favoriete Sterre Provost/MACW (56"79) te kloppen.

OOST-VLAAMS HORDESUCCES

In de hordenummers haalden de topfavorieten ook het goud. Opvallend is wel dat zes van de acht hordetitels naar Oost-Vlaamse atleten gingen. Het helpt uiteraard als er al een dubbelwinnaar tussen zit, want cadet Thor Notebaert/DEIN mocht tweemaal juichen. In de voormiddag was hij met 41"58 de betere van Wannes Vandriessche/AZW (42"14) in de 300m horden en net na de lunch herhaalde hij zijn stunt in de 110mH. Daar kon hij met 14"24 nog net, een zichzelf verbeterende, Thibault Boone/HAC achter zich houden. Vandriessche pakte hier nog zijn tweede medaille door een bronzen 14"35 te klokken. Ook scholier Luka Afschrift/KAAG zou twee medailles



Helle Kuipers
Foto Nadia Verhoft

veroveren. In de 400mH bleef hij met 56"22 zo'n anderhalve seconde boven zijn PR, maar het was voldoende voor de winst. Het was **Djibril Savané/DEIN** (56"60), met wél een nieuwe besttijd, die nog het dichtst in de buurt kwam. In de 110mH werd het zilver voor **Afschrift**. Met 15"29 klokte hij een seizoensbeste maar dat was onvoldoende om **Paul Sarens/ACW** (14"68) te verslaan. Sarens wordt binnen twee weken één van de medaillefavorieten op het BK. Ook de scholierenwinnarissen komen uit Oost-Vlaanderen. **Liese Van Theemsche/AVLO**, die vorige week nog de nationale meerkamptitel veroverde, won de 100mH in 14"55 en **Zina Looverie/LEBB** (64"96) was de beste in de baanronde met hindernissen. De cadetten meisjes weken wel af van de provinciekwestie. **Hélène Deckers/LOOI**, die in het eigen Tessenderlo dus ook de 200m kon winnen, won de 80mH vlotjes in 11"78. Achter haar behaalde **Elena Cespedes/AVT** met 12"03 een nieuwe besttijd. En in de 300mH ging het goud naar Herentals. **Lien Van Rooy** liep, net zoals zilveren **Fien Peeters/ROBA** (45"97), met 45"24 eveneens een persoonlijk record.

SPANNING VS OVERMACHT

In de middellange afstandsnummers kenden de uiteindelijke winnaressen bij de cadetten weinig moeite om het goud in de wacht te slepen. Zo finishten de nieuwe Vlaamse kampioenen in de 800m en de 1500m met een bonus van zo'n 5 seconden op hun dichtste belagers. **Fran Van Hollebeke/FLAC**, eerder dit seizoen al goed voor 2'09"64, klokte een winnende 2'14"26 in de



Fien Peeters
Foto Nadia Verhoft

dubbele baanronde en zag haar provinciegenoot **Marie-Alix Bonassi/AZW** (2'19"63) zilver pakken. Maar ook in de 1500m zat er een duidelijk verschil tussen gouden **Joke Tytgat/ROBA** (4'51"55) en haar eerste achtervolgster **Julie Mulier/AZW** (4'56"61). **Romy Allami/DUFF** won de 1500m steeple in 5'20"43. Ze vergaarde 40 seconden voorsprong op de rest van het pak. Ook de meeste Vlaamse kampioenen bij de scholieren meisjes haalden het vrij vlot. Zo liepen **Anna Paesmans/RCT** (3000m in 10'38"78) en **Noor Peeters/ROBA** (2000m steeple in een PR van 7'18"48) onbedreigd naar winst. **Kyra Verdonck/LOOI** (1500m in 4'37"13)



Thor Notebaert
Foto Nadia Verhoft

zou het thuispubliek dan weer laten juichen! Enkel in de 800m viel er echte spanning te beleven want **Yoni Nuyts/ACHL** en **Pauline Inghelbrecht/HAC** losten elkaar voor geen vin. Met 2'18"37 tegen 2'18"46 won de Kempense atlete nipt. Dan waren de loopnummers bij de jongens een stuk adembemender. Vooral bij de scholieren waren de verschillen zeer beperkt. De 1500m was allicht de spannendste wedstrijd van allemaal met een podium dat met minder dan zes tienden van elkaar gescheiden werd. Favoriet **Kilani Njema/EA** toonde zich net iets sneller aan de eindmeet en klokte een winnende 4'13"08. In zijn spoor strandden **Lennert Van Dyck/AVLL** (4'13"56) en **Lars Peeters/ROBA** (4'13"65). In de 800m had **Julian Van Aken/DCLA** (1'55"94) een nieuw persoonlijk record nodig om **Elouan Cauwels/HAC** (1'56"38) en **Lowie Wouters/SACN** (1'56"45) af te houden. **Nand Peeters/LOOI** won voor eigen publiek de 3000m in 9'20"40. **Tiemen De Pauw/ACKO** liep comfortabel naar winst in de 2000m steeple (6'34"36). Bij de cadetten verbeterde **Jorden Rooms/ACW** zich met meer dan een seconde in de 1500m. Met zijn nieuwe besttijd van 4'12"01 hield hij knap **Roel Damman/HCO** (4'14"03) en **Stef Janssens/BONH** (4'14"67) achter zich. Ook **Jorre Debergh/AZW** liep een besttijd. Zijn 4'47"78 werd bekroond met een Vlaamse titel in de 1500m steeple. **Wout Schepens/ACHL** dook, in de 800m, als enige onder de 2 minuten. Met 1'57"04 pakte hij overtuigend de titel.

HAC MET VEEL WERPTITELS

Met maar liefst vijf gouden medailles toon-



Julian Van Aken (705) en Elouan Cauwels (169)
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

de AC Houtland zich de meest veelzijdige werpclub. Vooral hun suprematie bij de cadetten meisjes was opmerkelijk, want daar gingen de 3 werptitels naar een HAC-atlete. In het kogelstoten werd het zelfs goud én zilver nadat **Daphne Desseyn** en **Chiara Dhont** er een tweestrijd van maakten. Beide meisjes staan op plaatsen één én twee van de eeuwige ranglijsten met de 15m25 van Dhont zelfs als Belgisch record. Deze keer liet ze zich echter verrassen door haar clubgenote. Met 13m13 bleef ze onder haar niveau. Desseyn stootte een winnende 14m67 in haar laatste beurt. Daarna pakte ze opnieuw goud in het speerwerpen (40m63). Dhont, op haar beurt, spoelde de ontgoocheling van het kogelstoten door in het discuswerpen. Daar kwam ze tot 34m16 en versloeg ze onder meer thuisatlete **Yanina Oeyen** (31m67). Ook **Manon Beernaert/HAC** voegde een nieuwe titel toe aan haar palmares. In het kogelstoten nam ze meteen de leiding en ze won uiteindelijk met 14m28. De overige gouden medailles bij de scholieren meisjes gingen naar **Laure Plaetevoet/HCO** (discus met 39m30) en **Ellen Schotte/DCLA** (41m53). Een laatste Houtlander die Vlaams kampioen werd is scholier **Wout Keerman**. In een vrij spannende discuswedstrijd was hij met 47m48 de betere van **Louis Coeckelberghs/DCLA** (46m32) en **Matteo Vercruyssen/DEIN** (46m03). En bijna kwam er nog een zesde titel bij want **Tore Dekoninck** verbeterde zich met de kogel tot 15m10. Pas in zijn laatste beurt ging **Victor Sergeant/STAX** er met 16m05 over. Ook hij verbeterde zich en wordt de nieuwe jaarranglijstaanvoerder. **Kobe Coenen/ROBA** (60m13) was dan weer de beste in



Tore Dekoninck
Nadia Verhoft

het speerwerpen. Bij de cadetten jongens kroonde **Lowie De Meyer/VS** zich tot dubbelkampioen. Met de kogel werd het 15m03 en de discus slingerde hij 44m31 ver. **Jan Breugelmans/DCLA** domineerde het speerwerpen. Met 50m26 benaderde hij zijn PR.

HINKSTAP-PR'S BIJ DE VLEET

In de vier categorieën zou de uiteindelijke hinkstapwinnaar de eigen prestatie extra glans geven door zichzelf te verbeteren. Dé beste prestatie kwam op naam van scholiere **Osahajajie Okaka/BVAC**. Haar winnende 11m78, die ze bij haar tweede poging noteerde, was de 17de prestatie

aller tijden. In de andere wedstrijden was er meer spanning. Zo nam scholier **Jannes Huyghe/AVLO** met 13m31 meteen de leiding, maar de wedstrijd werd pas beslist bij de slotsprong. **Treasure Itotoh/ASVO** kwam na zijn zesde sprong namelijk plots aan de leiding met 13m39. Huyghe kon zijn zenuwen echter bedwingen en antwoordde prompt met een winnende 13m43. Cadet **Jacob Obilagwa/STAX** (11m86) hield **Milas Delbare/DEIN** (11m79) af en **Lewis Geuens/AVT** (11m09) won voor **Annefien Casier/ACP** (11m00). Het zou niet de enige AVT-titel zijn bij die cadetten meisjes want clubgenote **Amélie Coenen** wipte, net zoals **Inthe Daniëls/ADD** en **Noa D'Hollander/**



Mila Verheyen
Foto Nadia Verhoft



Emiel Heylen
Foto Nadia Verhoft

ROBA, over 1m60, maar ze deed dat in iets minder pogingen dan haar concurrentes. De andere meisjes werden beiden bekroond met zilver. En voor Coenen was dit nog niet voldoende, want even later won ze ook het verspringen met 5m60. De polsstoktitel ging naar Marie Amandels/AZW (3m11). In het polsstokspringen was het vooral uitkijken hoe Kyani Joosten/SACN het zou doen in haar eerste wedstrijd na het EK voor scholieren. Daar werd ze negende met 3m60 en dat was voor haarzelf een grote teleurstelling. Ze nam de tijd om terug te trainen en liet een zeer bemoedigende 3m90 optekenen! In het hoog- en verspringen kwam de winnares uit Lokeren. Vlaams meerkampkampioene Liese Van Theemsche sprong 5m60 ver terwijl Svea Van Laere/AVLO het hoogspringen won door, net zoals zilveren Nora Vereecken/LEBB, over 1m71 te gaan. Bij de cadetten jongens dwong Wolf Beckers/RAM zijn concurrent in het polsstokspringen Lars Goossens/ACW tot het uiterste. Hij verbeterde zich namelijk tot 3m60 waardoor ook Goossens een nieuw PR moest springen. Met 3m65 lukte hem dat. Luka Schoolmeesters/ROBA sprong eveneens een nieuw record. Hij haalde 1m79 in het hoog. Thibault Boone/HAC won het verspringen met 6m01. De drie springkampioenen bij de scholieren jongens zijn Lorenzo Nys/DCLA (hoog met 2m01), Marek Delbaere/DEIN (ver met 6m48) en Stan Vertommen/ROBA (polsstok met 4m45).

REACTIES

Marie-Lou Warnier/HCO (cadette, goud 400m in 57"66): "Ik stond genoteerd met de snelste seizoentijd dus ik hoopte zeker om te kunnen winnen. Bovendien wist ik



Marie-Lou Warnier (621)
Foto Nadia Verhofs



Noa D'Hollander
Foto Nadia Verhofs

dat ik in vorm zat want ik liep twee weken geleden nog een 400m. Ik hield de hele wedstrijd de controle en voelde dat ik nog overschot had in de laatste rechte lijn waardoor ik nog kon versnellen. Ik ben zeer blij met de winst maar zeker ook met de snelle chrono. Een nieuw PR lopen op het BK is dus niet meer noodzakelijk maar ik hoop toch nog een medaille te halen."

Jannes Huyghe/AVLO (scholier, goud HSS met 13m43): "Ik ging op voorhand voor een persoonlijk record en hoopte dat het voldoende zou zijn om ook te kunnen winnen. Toch had ik er eerst niet zo'n goed oog in, want de benen voelden sloom aan tijdens de opwarming. Mijn eerste sprong was echter meteen een goede waardoor ik redelijk safe zat maar het venijn leek in de staart te zitten toen Treasure plots 13m39

sprong. Gelukkig bleef ik kalm en ging ik nog 4cm verder waardoor ik alsnog het goud pakte. Ik ben eerstejaars dus er zijn progressiemogelijkheden. Op het BK zijn er enkele LBFA-atleten die verder springen, maar ik ga toch voor een medaille."

Jan Breugelmans/DCLA (cadet, goud speer met 50m26): "Mijn doel was om opnieuw over de 50m te geraken en dat is me gelukt. Bij de eerste worp kreeg ik al quasi zekerheid van de winst, maar daarna stakte het een beetje. Een echte verklaring heb ik er niet voor maar misschien had ik als favoriet toch iets te veel last van de stress. Dat gevoel verdween waardoor ik bij mijn laatste poging voluit kon gaan met het gekende resultaat. De afstand was mooi maar de gouden medaille toch nog iets belangrijker. Hopelijk geraak ik dit seizoen nog aan



Jannes Huyghe
Foto Nadia Verhofs



Jan Breugelmans
Foto Nadia Verhofs

zo'n 52m."

Kyani Joosten/SACN (scholiere, goud polsstok met 3m90): "Het EK U18 werd een tegenvaller dus daarna heb ik een tijdje fysieke én mentale rust genomen. Na mijn vakantie ben ik er opnieuw ingevlogen en ook al voelde het wat stroefjes in het begin, ik voel dat de bewegingen stilaan terugkomen. Ik hoopte om meteen in de buurt van de 4m uit te komen en dus kan ik best tevreden zijn met mijn wedstrijd. Ik maakte het nog spannend op mijn opningshoogte maar daarna zat ik in de juiste flow. Op 4m01 miste ik maar nipt waardoor ik denk dat er dit seizoen nog een PR kan inzitten. Ik heb nog twee kansen te beginnen met het Belgisch kampioenschap."

Amélie Coenen/AVT (cadette, goud hoog met 1m60 en goud ver met 5m60): "Winst in het hoogspringen was het doel, maar vandaag zat er zeker geen PR in want het was te warm voor mij en ik had bovendien ook geen topbenen. Het was een zeer spannende wedstrijd en ik vreesde dat de andere meisjes me nog zouden passeren. Ik ben niet tevreden over mijn competitie maar de gouden plak maakt veel goed. In het verspringen lukte ik wél een nieuw record en dat stemt me hoopvol want binnen twee weken doe ik in Nijvel dezelfde combinatie."

Luka Afschrift/KAAG (scholier, goud 400mH in 56"22): "De conditie was zeker niet top want ik ging vaak op vakantie waardoor een optimale training er niet in zat. Vanuit baan 3 had ik echter een goed zicht op de naaste concurrenten waardoor

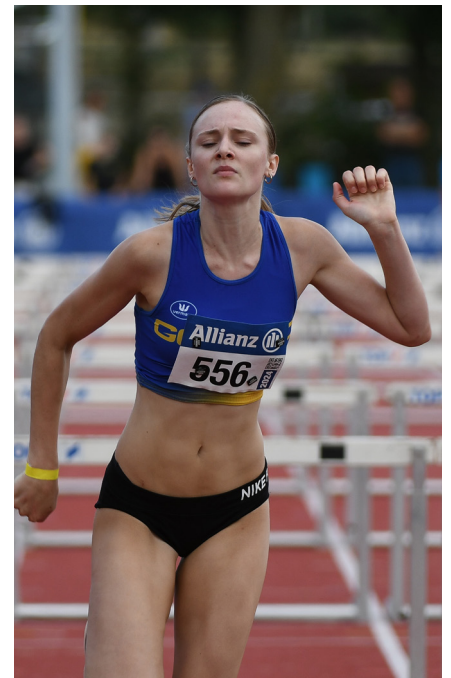


ik mijn positie steeds kon inschatten en op de anderen kon inlopen. Op karakter kon ik de laatste rechte lijn nog versnellen waardoor ik de wedstrijd win. Het was geen topchrono, maar op het BK wil ik nog sneller gaan om een podiumplek te bemachtigen. Met mijn snelheid zit het goed, want in de 110mH pakte ik zilver in een seizoensbeste."

Thibault Boone/HAC (cadet, goud ver met 6m01): "Ik kwam voor winst in een nieuw record. Dat tweede deel is me niet gelukt waardoor ik hongerig ben om op het BK voorbij de 6m20 te gaan. Tijdens de opwarming voelde ik me vrij goed en ook op de afzetbalk zat alles prima. Ik moest wel al om 5u45 opstaan, want de verplaatsing was ver en de wedstrijd startte al om kwart over negen. Misschien dat ik toch die vermoeidheid wat voelde. Een BK-medaille wordt niet evident want ik sta als vierde geklasseerd. Maar ik ga er alles voor geven!"

Laure Plaetevoet/HCO (scholieren, goud discus met 39m30): "Mijn voorbereiding was in orde dus ik zakte met veel vertrouwen af naar dit KVV. Kampioen worden op zo'n wedstrijd is uiteraard prioritair maar ik hoopte het toch ook te doen met een goede worp. Toch had ik ook enkele mindere worpen. Dat is wat jammer maar ik had, denk ik, alles onder controle en had geen schrik dat er nog iemand verder zou werpen. Over het algemeen ben ik tevreden. Ik hoop er dit seizoen nog een worp voorbij de 40m uit te halen. Hopelijk lukt het me op het BK."

Johan Permentier



Atletiek Vlaanderen vzw
@letiekleven 37 - Dinsdag 20 augustus 2024

FOTO'S: Nadia Verhoft
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.