

@LETIEKLEVEN

BK JUNIORES EN BELOFTEN



STERKE SPURTPRESTATIES ONDANKS TEGENWIND

De dag begon met een natte piste, maar al snel stak de zon de kop op in Ninove en kregen we mooie dag voor een van de laatste kampioenschappen van het seizoen. Ondanks de goed gevulde internationale zomerkalender was er veel enthousiasme bij de junioren en beloftes voor hun nationale titelstrijd. WK U20-deelnemers Noor Koekelkoren, Steffi De Saegher, Lola Lepère en Ides Verhulst trokken hun seizoen nog even door en de sprinters lieten zich ook zien met stevige sprintdubbels. Kampers Kwinten Cools en Elodie Francart zorgden als enige atleten voor nieuwe noteringen in de top 10 aller tijden.

DUBBEL VOOR VERHULST

In de kampnummers lieten enkele favorieten een steekje vallen. Bij de beloftes viel jaarranglijstaanvoerder Florence Boeynaems/ZWAT in het kogelstoten naast het podium ten voordele van Sara Van Hoyweghen/VOLH (12m68). De meerkampster haalde het nipt voor Jo-Anne Liefhooghe/DCLA (12m54) en mede-meerkampster Laura Van den Brande/VAC (12m36). Met de discus zette Boeynaems orde op zaken met een winnende 41m79, waarmee haar beste jaarprestatie van 45m37 overeind bleef. Liefhooghe mocht dankzij 36m32 een tweede zilveren medaille ophalen. Bij de junioren was het niet de dag van jaarranglijstaanvoerder Sena Tay/STAX. Met de discus kwam ze niet op het scorebord, waardoor Silke De Lathauwer/VS (36m57) de titel greep. Met de kogel kwam Tay, die de ranglijst daar ook aanvoert, niet in actie. De tweede jaarperformer, Martha Mylle/HCO, ging daardoor als favoriet van start. Met 12m15 stak ze goud op zak, hoewel ze stevige concurrentie kreeg van Belgisch kampioene zevenkamp Caro Vander Avert/KAPE die met 12m12 een nieuw PR liet opmeten. Met de speer mochten de favorieten Caroline Vanhamme/USTA (41m67) en Martha Van Ballaer/ACHL (42m42) de titel in ontvangst nemen.

Beloofte Andreas De Lathauwer/VS was de beste met de kogel met 18m81, amper twaalf centimeter onder zijn Belgisch record. Kwinten Cools/DCLA werd tweede met 17m27 en Alexander Anthonissen/KAPE derde met 16m39, waardoor de de

348

Allianz

ATLETIEK
VLAANDEREN



Het niveau op de spurt mocht er wezen, rekening houdend met de meestal ongunstige wind. Spurters die een titel wegkaapten hadden die niet gestolen. Bij junioren kroonden Noor Vermeiren/ACHL (12"08 & 24"35) en Dieter Bergs/ROBA (10"73 & 21"70) zich tot de dubbele kampioenen met winst op de 100m en 200m. Vooral Bergs maakte indruk door met overschot tweemaal zijn persoonlijke besttijd te realiseren. Tibe Temmerman/LEBB werd tweemaal tweede met sterke chrono's, 10"90 en 22"02. Bij de beloftes tekende Emiel Botterman/DEIN voor dezelfde dubbel met 10"52 en 21"22. Op de 100m bleef hij Cédric Verschuere/ACW (10"66) en de negende belofte aller tijden met 10"44 Ibrahim Camara/DACM (10"67) voor. Op de 200m moest Verschuere de strijd staken halverwege de bocht, waardoor Jaron De Vriese/ASVO voor het meeste weerwerk zorgde met 21"51. Bij de vrouwen schreef Alexandra Mortant/CABW zowel de 100m (11"90) als de 100m horden (13"90) op haar naam. Op de 100m hield ze clubgenote Kylie Lambert/CABW achter zich (12"10) en op de horden Emma De Naeyer/ACME (14"49). Op de 200m stond geen maat op Lambert met een winnende 24"11. Op de 400m deden favorieten Clara De Varé/KAAG (55"17), Adrien Devriendt/

ACME (47"10) en Audrey Mortant/CABW (56"47) hetzelfde met overtuigende overwinningen. Bij de junioren mannen bracht Enzo Legendre/DAMP zijn PR op 48"10, waarmee hij een nieuwe beste jaarprestatie presteerde en Lucas Demol/WS (48"30) achter zich hield.



top drie aller tijden bij de beloftes het podium bezette. Met de discus was Cools de betere. Met 53m46 klimt hij naar de achtste plaats aller tijden. De Lathauwer, zesde allertijden met 55m32, werd tweede met 52m06 en Lars Coene/KAAG, derde aller tijden met 56m55, pakte brons met 50m92. Met de speer was Devlin Neyens/VMOL de beste belofte met 57m05 voor Senne Van Gelder/ACHL (53m60) en uittredend kampioen Benjamin Bouvart/CAF (53m51). Bij de juniore stak Ides Verhulst/ACW overtuigend de werpdubbel op zak met speer (68m10) en discus (53m13). Met de kogel was jaarranglijst aanvoerder en zevende aller tijden Miguel Colen/AVT de beste met 17m13, waarmee zijn PR van 17m60 over-eind bleef.

Op het WK U20 finishte Noor Koekelkoren/DCLA nog zevende op de 100m horden en in Ninove was ze opnieuw goed voor sterke 13"60 tijdens haar laatste wedstrijd van het seizoen. Bij de beloftes verwees Nathan Boone/DEIN (14"66) favoriet Iben Degryse/AVR (14"74) naar zilver. Op de lange horden was er winst voor belofte Ilana Hanssens/ASVO (58"36) en junior Alexandre Bodde-wyn Dumon/CABW (54"20). Belgisch kampioen alle categorieën Mimoun Abdoul Wahab/HF kende meer moeite, want pas in de laatste meters remonteerde hij de sterk gestart Wout Bex/KAAG met 50"22 tegenover 50"58. Bex bleef amper één honderdste boven zijn PR, maar tijdens zijn uitstapje naar de hoge horden haalde hij met brons in 14"74 wel een PR. Bij de juniore stak Zélie Boucquey/RCB, de tweede jaarperformer, in afwezigheid van Zoë Laureys/DUFF de titel op zak in 1'03"76.

TOPFAVORIETEN VAN KOP AF

In de langere loopnummers toonde de favorieten zich oppermachtig. Belofte Laure Bilo/ASVO (2'14"85) sprintte weg van de zusjes Elena Kluskens/EA (2'15"42) en Jana Kluskens/EA (2'15"58) op de 800m. Belofte Mattis Tanghe/AVMO (1'50"82) en juniore Maaïke Vander Cruyssen/AZW (2'11"44) sloten hun solotocht succesvol af. Enkel junior Yannick Delanghe/HAC verraste de favorieten met de beste eindsprint en winst na 1'53"88 voor Gust Vancanneyt/FLAC (1'54"24). Op de 1500m hield belofte Emma D'haene/AZW (4'31"52) iedereen achter zich, nadat Lucie Grandjean/BBS na een snelle start werd bijgehaald. Timon Inghelbrecht/HAC dulde niemand voor zich en liep van start tot finish op kop. Hij hield Vlaams kampioen Elias Sleecx/DCLA achter zich met 4'00"24 tegenover 4'00"53.

Bij de juniore liepen de favorieten een alerte koers met winst voor Juliette Secretin/WACO (4'51"52) en Elliot Vermeulen/WS (4'06"72). Secretin ging samen met Nina Van Pelt/LOOI op pad, maar liet de Looise in de laatste rond achter zich. Vermeulen zette zich bij het ingaan van de laatste ronde op kop en stond die positie niet meer af. Op de 5000m kneep Sem Serrano/KAAG de concurrentie helemaal dood door langzaam het tempo op te drijven. Daan Lievens/VAC kon het langst aanklampen met zilver als beloning. Belofte Matteo Scieur/ACKO rekende op zijn eindsprint en sprong weg van Martin Oldenhove/CSDY, die de wedstrijd openbrak en beloond werd met een PR van 14'48"68. Juniore Charlotte Penneman/ACW vormde samen met beloftes Julie Voet/AVR, Charlotte Van

Laethem/HCO en Yana Pauwelyn/OEH de kopgroep in het begin van hun 5000m. Bij het ingaan van de finale bleven Penneman en Voet nog alleen over, maar op het einde had Penneman de beste eindsprint in huis. Op de steeple lieten beloftes Lore Weyers/ACHL en Clément Labar/ARCH zich niet verrassen met winst na een solorace tot de finish.

FRANCART IN TOP 10

In het hoog was belofte Sten Geenens/ASVO outstanding met 2m13. Een beste jaarprestatie, evenaring van zijn PR en een deugddoende opsteker voor Geenens die traint onder Jens Laporte. Junior Alexander Comte/SMAC kon het langst aanklampen met 2m06, vier centimeter onder zijn beste jaarprestatie. Meer spanning bij de vrouwen met het duel tussen Marie De Troyer/VS en Yorunn Ligneel/HAC met beide 1m75. De Troyer klaarde die hoogte bij haar eerste beurt, waardoor zij goud mocht ophalen. Bij de juniore was Louise Sodahlon/KAAG de beste met 1m59. Met de polsstok was juniore Lola Lepère/RESC zoals verwacht de allerbeste met 3m60 voor belofte Femi De Vleeschauwer/ASVO. Nadien liet Lepère de lat op 3m90 leggen, maar net als op het WKU20 was die hoogte te hoog grepen voor de derde performer aller tijden met 4m16. Bij de mannen bleef belofte Victor Priem/AVR na 4m95 alleen over. Voor junior Jean-Lou Barthelemy/MOHA eindigde de competitie met een winnende 4m70. Priem liet de lat op een nieuwe recordhoogte van 5m08 leggen, maar hij bracht de lat tweemaal naar beneden en staakte de strijd. In het hinkstap opende belofte Thais Favoreel/STAX sterk met 11m85, een nieuwe persoonlijk record. De concurrentie beet de tanden stuk op die afstand, enkel Estelle Goffin/CSF kon bij haar laatste poging die afstand evenaren. Maar de titel was toch voor Favoreel dankzij een betere twee sprong met 11m69 tegenover 11m61 voor Goffin. Het werd de enige Vlaamse titel in het hinkstapspringen, want belofte Lucas Descamps/USBW (13m90), juniore Eva Roth/SER (11m83) en Lucas Plainchamp/DAMP (13m48) staken de andere titels op zak. Meer succes in het verspringen, want de vier titels vielen in Vlaamse handen. Bij de beloftes ging Sennah Vanhoeijen/DEIN als enige voorbij zes meter met 6m07, terwijl Renzo Van de Vyvere/MACW moest afrekenen met Simon Dekoninck/HAC. In de derde beurt gingen ze beide voorbij zeven meter. Dekoninck vloog nog een tweede keer voorbij zeven meter met 7m07 als nieuwe persoonlijke bestprestatie. Van de Vyvere deed nog tweemaal beter. Met 7m32 greep hij autori-



Charlotte Penneman
Foto Johnny De Ceulaerde

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

tair de leiding, maar de wind stond te sterk in het voordeel. Een poging later stond er wel geldige windondersteuning en mocht de West-Vlaming dankzij 7m11 de titel vieren met een nieuw PR. Bij de junioren waren Flor Lambrechts/AVT en Elodie Francart/ADD de beste. Lambrechts bleef met 6m75 (+3,0m/s) amper vijf centimeter onze zijn SB. Voor Thomas Verbruggen/BRAB verscheen ook 6m75 op het scorebord, dankzij ideale meewind een nieuw PR voor de meerkamper. De tweede beste sprong was dus beslissend over winst. Met 6m69 tegenover 6m48 mocht Lambrechts het goud in ontvangst nemen. Francart stond na drie sprongen met 5m95 aan de leiding, een evenaring van haar PR. Die goede vorm trok ze door want met 6m08 en 6m04 deed de Limburgse tweemaal beter dan ooit. Met haar 6m08 zorgde Francart voor de tweede nieuwe toptienprestatie aller tijden van de dag, want ze spring over Maité Beernaert/HAC naar de tiende plek.

REACTIES

Belofte Florence Boeynaems/ZWAT (goud discus met 41m79 en vierde kogel met 12m19):

"Ik had eerder een teleurgesteld gevoel als het over de prestaties gaat. Het is ergens ook wel logisch dat het minder ging. Door pijn in de rug heb ik het afgelopen jaar heel weinig kunnen trainen. Ik ben vooral blij dat ik het na die vierde plaats in het kogel het nog heb kunnen rechtekken in het discus. Wat mijn favoriete discipline is? Dat wisselt, maar over het algemeen is het



Podium hoog junioren VLNR: Cassandra Theyskens, Louise Sodahlon, Anouk Smeyers, Antje De Schryver
Foto Johnny De Ceulaerde

discus waar ik het meest voor ga. Twee jaar geleden werd ik al eens Belgisch kampioene kogel en discus bij de junioren. Mijn PR discus is 48m25 en in het kogelstoten zat ik iets minder dan 2 meter onder mijn record. Mijn kracht is verminderd omdat ik met de rug aan het sukkelen ben. Maar deze prestatie stemt me hoopvol voor volgend jaar. Het plan is nu om een paar maanden te revalideren voor de rug en daarna terug de kracht op te bouwen."

Belofte Laure Bilo/ASVO (goud 800m in 2'14"85):

"Het werd een tactische wedstrijd. In het

begin dacht ik dat de zussen Kluskens misschien een plan hadden en dat één van de twee tempo zou maken. Maar na 100m was duidelijk dat het traag zou gaan. Dat vond ik helemaal niet erg, want ik weet dat ik snel ben op het einde. Al weet ik dat Jana en Elena ook een goeie eindsprint hebben. Ik heb dan 600m rustig gelopen en dan de laatste 200m voluit gespurt. Gelukkig kwam niemand me nog voorbij. Het is een tactiek die meestal wel werkt. Op het BK indoor heb ik het ook op exact die manier gedaan. Volgend weekend loop ik het BK 4x400m vrouwen op de Memorial en een dag later de Mixed Relays. Het wordt echt zot om op de Memorial te lopen. Als scholiere won ik er vijf jaar geleden de 1000m. Dat blijft nog altijd één van mijn allermooiste herinneringen. Dat blijft een topervaring. Of ik al nagedacht heb over de volgende doelen? IK denk vooral al aan het EK U23 volgend jaar. Nog nooit nam ik deel aan een internationaal kampioenschap en dat is mijn laatste kans bij de jeugd. Het is een droom om samen met mijn zus het EK U23 te halen. Liefst ieder op een andere afstand. Ik geloof echt dat het mogelijk is."

Belofte Emiel Botterman/DEIN (goud 100m in 10"52 en goud 200m in 21"22):

"Ik liep zeer ontspannen in de reeksen 100m. In de finale moest het natuurlijk wel sneller. Ik keek er enorm hard naar uit om te lopen, want ik wilde mezelf bewijzen. En dat heb ik ook gedaan. Ik heb er hard genoeg voor getraind en dan is het fijn om te winnen. Twee jaar geleden won ik al eens de 200m op het BK. Dat jaar verloor ik de 100m met twee honderdsten van Valentijn Hoornaert. Daarom ben ik heel blij



Laure Bilo (l) en Flore De Schepper (r)
Foto Johnny De Ceulaerde

dat het nu wel gelukt is. Op de 200m had ik iets meer vertrouwen vooraf omdat op de deelnemerslijst het verschil met de rest groter was. Het werd een hectische race met Cedric die jammer genoeg geblesseerd geraakte. Het niveau ligt enorm hoog op de 4x100m. Met 10"40 ben je er tegenwoordig al niet meer bij. Dat motiveert enorm. Het niveau moet gewoon omhoog blijven gaan om het team te halen. Jammer genoeg ben ik volgend jaar geen belofte meer. De mannen gaan heel hard lopen op het EK U23. Volgende zaterdag loop ik nog de 4x400m op het BK estafette op de Memorial met Ac Deinze. Dat wordt een 'specialleke'. Ik liep zelfs nooit eerder een 400m."

Belofte Sten Geenens (goud hoog met 2m13):

"Het was een mooie wedstrijd. Ik heb mijn PR geëvenaard. Daar was ik bijzonder blij mee. Dit was mijn laatste jaar als belofte en het is mooi om op deze manier af te sluiten. De pogingen op 2m15 zaten er zeker nog in. Het waren goeie sprongen. Het kon even goed gelukt zijn. Misschien doe ik hier of daar nog een paar kleine competities, maar het was de bedoeling om hier mijn seizoen af te sluiten. Het was dit jaar wat zoeken. Vooral in het winterseizoen. Maar uiteindelijk heb ik de goede vorm nog teruggevonden."

Juniore Noor Vermeiren/ACHL (goud 100m in 12"08 en goud 200m in 24"35):

"Ik heb er best een goed gevoel aan overgehouden. Alleen jammer van de wind. We hadden 2.3m tegenwind, wat maakte dat er geen snelle tijden uitkwamen in de 100m-finale. Op de 200m was het hetzelfde verhaal. Ik had heel hard toegewerkt naar dit BK. Ik wilde de dubbel halen en ik ben heel blij dat het gelukt is. Op de 200m was ik er redelijk gerust in, maar de 100m was heel spannend. Het was een strijd tot op de meet met Camille Sonnevile. Op de 200m won ik al eens goud op het BK indoor junioren en outdoor bij de scholieren, maar op de 100m is dit mijn eerste BK-goud. Voor mij begint nu de rustperiode. Ik had nog graag het BK estafette meegepikt, maar helaas waren er wat afmeldingen waardoor we geen ploegje bijeenkregen. Ik heb één van mijn beste seizoenen ooit achter de rug: sub 12 op de 100m en sub 24 op de 200m. Dat zijn mijlpalen. Zeker ook over het BK AC was ik heel tevreden. Daar werd ik vierde en indoor heb ik ook finales gehaald. Ik ben heel content over 2024."

Juniore Elodie Francaert/ADD (goud ver met 6m08 en 5de 100m in 12"52):



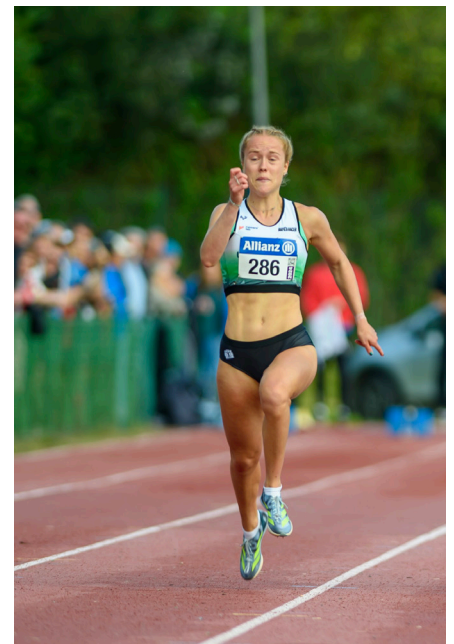
Emiel Botterman
Johnny De Ceulaerde

"Het was heel zot. Ik had er natuurlijk wel op gehoopt en ik had er naar toegewerkt. Dat het dan eindelijk is gelukt, is super. Ik heb een moeilijke winter gehad, met aanhoudende hamstringproblemen. Ik had niet gedacht dat dit nog zou lukken. Ik was superblij. De hamstring speelt soms nog op, maar we kunnen binnen de perken houden. Bij de cadetten en scholieren heb ik ook al Belgische titels behaald. Volgend jaar word ik belofte. Daar kijk ik heel hard naar uit. Dit BK was een mooie afsluiter. Ik doe nu nog twee wedstrijdjes: het BK estafette en nog een 150m. Ik combineer ver met spurt. Op het BK liep ik ook de 100m, maar daarover was ik minder tevreden. Het hoofddoel voor mij is het verspringen. Op dit moment ligt daar toch vooral de focus op."

Junior Ides Verhulst/ACW (goud speer met 68m10 en goud discus met 53m13):

"Ik was toch al wat meer op krachten (red. na zijn covidbesmetting die hij opliep op het WK U20). Maar ik had er een bacteriële infectie aan de sinussen bovenop gekregen waardoor ik nog aan de antibiotica zat. Het ging vooral om de titel, maar ik was best tevreden met mijn 68m. Ik heb de discus 3 maanden links laten liggen. Maar het ging best goed. Ik bleef maar 3 meter onder mijn PR en tijdens de opwarming vloegen de discussen nog verder. Op het einde van dit seizoen maak ik de keuze tussen discus en speer. Het wordt nog een moeilijke knoop om door te hakken. Nu krijg ik eventjes rust van de coach."

Ben Ghyselincx



COVER Elodie Francaert
FOTO Johnny De Ceulaerde

Atletiek Vlaanderen vzw

@letiekleven 41

Dinsdag 10 september 2024

FOTO'S: Johnny De Ceulaerde

TEKST: Ben Ghyselincx en 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.