

@LETIEKLEVEN

KVV MASTERS MECHELEN



STERKE PRESTATIES OP DE (HALVE) FOND KVV

De masters beleefden een aangename atletiekdag op hun KVV en PK op zaterdag 7 september op De Nekker in Mechelen. De organisatie liep op rolletjes, de weersomstandigheden waren gunstig en het prestatieniveau mocht er wezen. De Belgische records sneuvelen bij bosjes, met opvallend veel topprestaties op de (halve) fond.



Wim Raes (8675)

Foto Johnny De Ceulaerde

3m66 in het ver. Een van de vele sterke hordeprestaties bij de mannen kwam op naam van **Guy Van Damme/HAMM** (M60). Hij had 19"18 nodig voor zijn 100m met hindernissen. Ook de 300m horden was een kolfje naar zijn hand: goud in 50"57.

De serie 800m mannen 55+ was een topwedstrijd. Met een indrukwekkende **Patrick Depuydt/ZA** die in het zog van de jongere reekswinnaar **Joost Grymonpon/ROBA** (2'15"96) aflokte in een BR van 2'16"19. De bij Ac Brabo aangesloten Nederlander **Arnoldus Paulus Hulshof** volgde er vlak achter in 2'16"54. De veelzijdige Depuydt deed er overigens nog een gouden verspringmedaille bij: 4m40. Ouderdomsdeken, de 87-jarige **Louis Wouters/VMOL**, liep naar 1'57"91 op de 800m.

OPNIEUW BR IMMESOETE

Veel masters durfden zich te wagen aan de loodzware combinatie 800m en 1500m. Velen deden dat met succes. **Sabine Dejaeghere/AVR** met goud in 2'39"46 en 5'14"63 om er één voorbeeldje uit te lichten. Haar jongere zus, de intussen 51-jarige **Veerle Dejaeghere/AVR** (W50), was nipt de snelste in de serie 800m voor W45+. Ze klokte 2'30"50. Enkele masters gingen met succes voor de dubbel 1500m-5000m, zoals de twee ACHL-atleten **Stefan Rens** (4'49"74 en 18'02"89) en **Kristel Van Maldegem** (5'11"80 en 19'09"04). De Kempense club scoorde overigens in totaal negen keer goud. Wereldkampioene 1500m bij de W50 **Lizzy Immesoete/ACME** was na Göteborg nog niet helemaal verzadigd. Simpelweg

354

ATLETIEK
VLAANDEREN



Allianz

het aantal deelnemers aan het KVV masters uit de laatste jaren in stijgende lijn. 373 deelnemers (waaronder veel dubbelaars) rondten de weg naar Mechelen. Dat zijn er aanzienlijk meer dan de 286 op het KVV in Brugge (2022) en de 309 van het KVV in Aerksem vorig jaar. Honderden medailles en schildjes verspreid over 20 verschillende categorieën kregen een eigenaar/eigenares. Dat betekende podiumceremonies aan de lopende band. Uiteraard is het onmogelijk om alle kampioenen op te sommen, maar we vernoemen in dit verslagje toch een 40-tal namen.

De warme weersomstandigheden in combinatie met de recent vernieuwde piste op De Nekker waren bevorderlijk voor de prestaties. Al blies de wind meestal in het nadeel tot frustratie van de spurters. Desondanks toverden veel atleten stevige spurtchronos op het scorebord. Bij de (iets) oudere masters schitterde **Kristien Oplinus/FLAC** (W65) met 15"80 op de 100m en 33"16 op de 200m. **Hugo Verhaegen/AVLL** (M70) zette zich in de kijker met 14"24 op de 100m en 29"08 in de 200m. Maar de strafste spurtprestatie kwam op naam van **Thomas Van Ingelgem/LEBB**. De kersverse vicewereldkampioen 200m bij de M40 had z'n zinnen gezet op de 400m. Met succes. Nadat hij al de Belgische records bij de M40 op de 100m en 200m op zijn naam zette, moest nu het BR op de 400m eraan geloven. Hij dook bijna een seconde onder het vorige

BR van **Erwin Thibau/AVLO**. De klok stopte op 49"59. Thibau zelf, intussen actief bij de M55, pakte nog overtuigend de spurdubbel 100m (12"41) en 200m (25"04).

HORDEDUBBEL MAGDA AVAU

Op de hordespurt (80m horden en de zeldzame 200m horden) ging **Magda Avau/OEH** (W70) met twee titels aan de haal in resp. 20"80 (een dik BR) en 52"30. **Karine Clauwaert/DEIN** (W65) pikte ook weer haar titels mee: 15"19 op de 80m horden en



Stefan Rens (6770)

Foto Johnny De Ceulaerde



de titel oprapen volstond niet voor haar. Ze ging voluit. En met resultaat, want ze scherpte haar eigen BR aan met een kleine seconde tot 4'52"98. Haar coach/partner **Lucien Heyde/ACME** was bij de M65 nog een tikkeltje sneller met goud in 4'52"24. De 5000m-wedstrijden vonden plaats in de ochtend. Aangezien de temperaturen in de namiddag opliepen tot 28 graden Celsius bleek dat een uitstekende zet. **Ria Van Landeghem/SPBO** scherpte haar eigen Belgisch record nog wat aan. Ze verbeterde de top-tijd die ze op het BK in Beveren had neergezet van 20'54"48 tot 20'39"66. De sterk presterende tachtiger **Dirk Beeuwaert/KKS** klokte op de 5000m een indrukwekkende tijd van 22'17"02. Hij verbeterde het nationaal record in z'n leeftijdsklasse met bijna 2 minuten, nadat hij eerder dit seizoen al de BR's 3000m en 10.000m op zijn naam zette.

10 TITELS AVLO EN ROBA

Bert Muyldermans/SPVI (M45) ging nog maar eens met de dubbele titel ver en hinkstap naar huis. Met prestaties van 5m69 (bij zijn eerste poging) en 12m83 (bij z'n laatste poging) bleef hij toch wat onder zijn beste seizoensprestaties van resp. 6m23 en 13m00. Maar het zijn de titels die tellen. Bij de M55 was **Gert Eyckmans/ABES** één van de betere springers. 1m55 in het hoog volstond ruimschoots voor goud en in het ver won hij een spannend duel van **Danny Vanhoeijen/DEIN** met 5m29 (Gert) vs 5m25 (Danny). Bij de vrouwen behaalde **Clairette Laus/OEH** de verspringtitel bij de W70. Haar winnende 2m98 was een Belgisch record. Naar W70-normen is dat een zeer sterke prestatie. In de 400m deed ze er een tweede gouden plak bij in 1'36"04. **Valerie**



Elsje Bollen (links) en Veerle Dejaeghere (rechts)
Foto Johnny De Ceulaerde

Bastiaens/ABES (W40) liet een mooie winnende 1m50 optekenen in het hoogspringen. In het polsstok waren zoals meestal iets minder deelnemers. Maar bij de M65 zagen we een zeer behoorlijke 2m30 van **Geert De Berger/AVLO**, die er ook nog een discustitel bijdeed met 35m18. Zijn club AVLO was tamelijk succesvol met tien gouden medailles. De enige club die even vaak goud scoorde was ROBA.

PEETRAIN BEVESTIGT

Georges Bobbaers/ATLA (M65) realiseerde de werpdubbel kogel (10m09) en speer (33m54) en scoorde zo twee van de negen titels voor ATLA. **Filip Peetrain/OEH** (M50) trok zijn topvorm van het WK masters in Göteborg waar hij zilver won met een BR van 53m86 nog even door. Hij deed zijn discus 52m46 ver landen. De 38-jarige **Ed-**

win Nys/DCLA gooide zijn 2kg zware discus nog 47m27 ver. **Filip Eeckhout/VS** (M45) scoorde de traditionele werpdubbel kogel (13m84), discus (38m99). Bij de vrouwen kwam **Patricia Van Delsen/RCG** (W55) in het kogel en discus twee keer als winnares uit de bus in één van de sterkste bezette leeftijdscategorieën. Met 8m71 in het kogel hield ze nipt thuisatlete **Kathleen De Wolf/RAM** (8m65) achter zich. In de al even spannende discuscompetitie haalde ze het met 26m86 voor **Ingrid De Vos/ACW** (26m05). In het speer maakte **Zacarya Aznag/LOOI** een bevredigend wederoptreden nadat hij het WK masters moest laten schieten. 51m03 volstond voor het goud voor de 45-jarige atleet/trainer die op het EK masters eind maart z'n speer nog voorbij de 60m-grens prikte. Bij de M70 tekende **Frank Van Impe/BVAC** voor een degelijke speerprestatie van 30m50. Hij won ook het hinkstap met 7m76.

NIEUWE NAMEN

Opvallend veel atleten maakten hun debuut of relatieve comeback bij de masters. Zo was **Vincent Van Den Bosch/BRAB** (M35) de beste speerwerper op het KVV met 58m52 nadat hij recent nog deelnam aan het WK masters. **Toon Dierckx/VOLH** (in het verleden goed voor 1'49"27 op de 800m) maakte ook een mooi debuut bij de masters. Hij won de 800m in 1'58"18. Ook **Timothy Convents/ROBA** is intussen 35 geworden. Hij was de allersnelste op de 1500m (4'11"15) en de 5000m (15'46"57). Bij de vrouwen heeft **Jessica Van de Steene/KAAG** (in het verleden een zeer sterke ver- en hinkstap-springster met knappe PR's van 6m18 en 13m08) de draad weer opgepikt op haar 41ste. Met 13"84 (100m) en 4m82 (ver) ging ze met twee gouden medailles naar huis.



Zacarya Aznag
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



REACTIES

Kathleen De Wolf/RAM-W55 (zilver kogel met 8m65 en vierde discus met 21m50):

"Ik denk dat alles goed is verlopen. De wedstrijd was goed gepland en alles was goed voorbereid. Sportief denk ik dat we een paar mooie prestaties zagen op het KVV. We hebben een mooie piste. Veel masters hebben ons gefeliciteerd met onze faciliteiten. Speer en discus kunnen op onze piste tegelijkertijd plaatsvinden en dat is natuurlijk een grote meerwaarde voor masterskampioenschappen. Ik denk dat we voor kampioenschappen op meerdere vlakken troeven hebben in Mechelen: een goed bereikbare locatie, een mooi domein op De Nekker, voldoende parkeergelegenheden en we beschikken over de nodige vrijwilligers bij RAM. Alles was in orde. Ik denk dat het een geslaagd KVV was. Ik kon geen goud halen deze keer, maar ik moet zeggen dat Patricia (red. Van Delsen) zeer sterk heeft gepresteerd."

Vincent Van den Bosch/BRAB-M35 (goud speer met 58m82):

"In eerste instantie voel ik me wel iets ouder nu ik master ben. Het is lang geleden dat ik nog van categorie ben veranderd. Het geeft een nieuwe dimensie. Leuk om wat recreatiever bezig te zijn bij de masters terwijl ik nog vaak meedoe bij de seniores. Maar je merkt dat er bij de masters nog wel een bepaalde drang is om te presteren, een gezonde onderlinge concurrentie. Al gaat het er over het algemeen bij de masters wat gemoedelijker en amicaler aan toe dan bij de seniores. Jammer dat ik de enige M35'er was en alleen op het podium stond. Ik ben nog maar 3 maanden master. Op het WK werd ik zesde met een afstand die in verhouding tot het seizoen aanvaardbaar was. Maar ik voelde dat er veel meer inzet, maar de wedstrijd- en opwarming-somstandigheden waren niet ideaal."

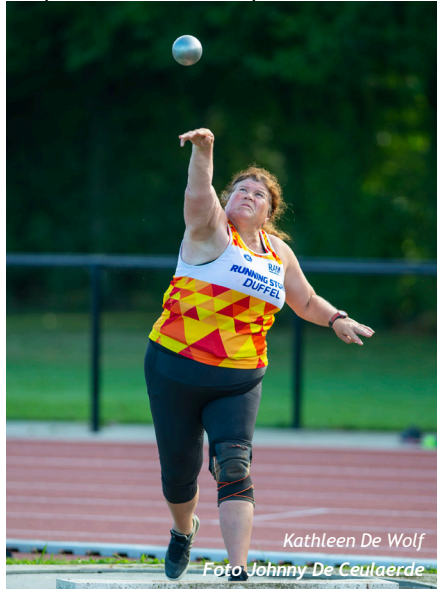
Patrick Depuydt/ZA-M60 (goud 800m in 2'16"19 en goud ver met 4m40):

"De Nederlander Arnoldus nam direct de kop met Joost Grymonpon en ik erachter. Aanvankelijk was mijn plan om te versnellen in de laatste 250 meter. Maar het ging zodanig snel dat ik enkel kon volgen. Ik bleef meegaan en in de laatste 100m ben ik in het spoor van Joost mee voorbij de Nederlander gespurt. Het is dankzij Arnoldus dat er zo'n snelle tijd is uitgekomen. Onderweg had ik niet naar de klok gekeken. Ik dacht vooral: ik moet hier winnen van die twee Nederlanders. De aanwezigheid van de Nederlandse atleten heeft me extra

getriggerd. Voor mij is dat BR de kers op de taart. Het is zeer uitzonderlijk voor mij om een BR te verbeteren. Ik ben vooral goed in verschillende proeven zoals ook hinkstap, 400m horden en ver. Ik won zelfs al eens een 14-kamp. Ik ben nergens uitzonderlijk goed in, maar de 800m is duidelijk mijn beste proef en ik had me er de voorbije periode ook op toegelegd. Eigenlijk wilde ik op het WK in Göteborg die 2'16 al lopen. Daar is het toen niet gelukt om die tijd te halen en ik stond er ook niet in de finale. Ik heb mijn conditie wel kunnen behouden. Voor mij was dit toch een mooie revanche voor het WK. Ik heb nu toch ook al eens het BR indoor nagekeken. Dat staat op 2'19. Binnenkort wil ik ook nog heel graag deelnemen aan het Oost-Vlaams PK meerkamp."

Sabine Dejaeghere/AVR-W55 (goud 800m in 2'39"46 en goud 1500m in 5'14"63):

"Normaal gezien zou mijn zus en trainster Veerle hazen in de 800m. Maar ik voelde me niet zo fit dus ik zei dat ze haar eigen kans mocht gaan. Ik heb nog 400m proberen aan te klampen. Maar toen moest ik lossen. Dan heeft Veerle voor eigen rekening gelopen. Het was spannend tussen haar en Elsje Bollen om de reekswinst, maar ze was heel blij dat ze eerste finishte. Echt knap van haar aangezien ze nog maar één keer per week traint. Ik kon aanpakken bij de jongere Benediekt Van Damme en het viel nog mee. Al ging de 1500m eerlijk gezegd beter dan de 800m. Op de middag deed ik nog een dutje en ik had een veel beter gevoel daarna. Mijn recordtijd heb ik niet kunnen verbeteren. Maar ik ben wel zeer tevreden over mijn 2 wedstrijden. Het was voor mij mijn beste seizoen ooit met onder andere drie Belgische records dankzij het haaswerk van



Kathleen De Wolf
Foto Johnny De Ceulaerde

mijn zus. Nu is het tijd voor een rustperiode en daarna kijk ik enorm hard uit naar de veldlopen. De laatste jaren vind ik het steeds leuker om te crossen."

Magda Avau/OEH-W70 (goud 80m horden in 20"80 en goud 200m horden in 52"30):

"Ik doe nooit mee om BR's te verbeteren, maar als dat gebeurt, is dat mooi meegenomen. Ik doe het altijd voor het plezier. Op het KVV wilde ik gewoon zo snel mogelijk lopen. Het ging vlot vond ik. Ik start niet uit startblokken. Niet dat ik dat niet kan, maar ik heb het gevoel dat het zonder beter gaat. Over de 80m horden was ik heel tevreden. De 200m horden viel ook heel goed mee. Onlangs liep ik nog een 300m horden. Maar zo'n 200m horden vond ik ook wel eens fijn. Binnenkort wil ik graag nog deelnemen aan het open PK vijfkamp in Oordegem. Daar kijk ik naar uit. Alleen van het hoogspringen heb ik wat schrik omdat het lang geleden is dat ik dat nog deed in competitie. Vroeger heb ik altijd basket gespeeld. Tot onze vrouwenploeg plots is gestopt. Dat moet rond 1983 zijn geweest. Dan heb ik eens gekeken wat ik nog kan doen en dan ben ik beginnen lopen samen met een vriendin. Uiteindelijk kwam ik dan bij OEH terecht. Eerst deed ik afstandslopen, maar al snel ben ik naar de piste gegaan. Ik heb alle disciplines al wel gedaan met uitzondering van polsstok."

Bart Spruijt



COVER Dirk Beeuwaert
FOTO Johnny De Ceulaerde

Atletiek Vlaanderen vzw - @letiekleven 42 - Woensdag 11 september 2024

FOTO'S: Johnny De Ceulaerde & TEKST: Bart Spruijt

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.