

@LETIEKLEVEN

BK EN KVV MEERKAMPEN INDOOR



20-JARIGE DAI KEÏTA GEEFT VISITEKAARTJE AF

Wie in de uitslag van het BK op zoek gaat naar internationale toppers als Nafi Thiam/RFCL, Noor Vidts/VAC en Jente Hauttekeete/KAAG komt bedrogen uit. Ook Laura Van den Brande/VAC, die onlangs samen met Jente nog deelnam aan de meerkamp in Aubière, had andere seizoenendoelen. Dat betekende dat de weg naar succes voor de andere atleten plots open lag. Onze Atletiek Vlaanderen-atleten moesten de verplaatsing naar Louvain-La-Neuve maken, maar dat bleek achteraf alles behalve een hindernis, want liefst 10 van de 12 nieuwe nationale kampioenen spreken Nederlands. En dat de jeugd de toekomst is, bleek in de seniorescompetitie, want met Dai Keïta/DCLA en Sara Van Hoyweghen/VOLH ging het goud telkens naar iemand die nog tot de U23-categorie behoort.

ledig terug was door een totaal van 5.709 punten te scoren en daarmee Belgisch zilver én de LBFA-titel te veroveren. Keïta won ook de 60mH in een bijzonder snelle 8"13 en het polsstokspringen (4m90). Robin Hendry/BBS zou uiteindelijk nog het brons pakken met 5.222 punten. Het KVV-zilver ging naar Jonas Vander Avert/KAPE. De Vlaamse outdoorkampioen opende met een nieuwe duik onder de 7 seconden op de 60m (6"98) en met een sprong van 7m01 waarmee hij de basis legde van zijn totaal-score van 5.155p. Hij hield uiteindelijk 25 punten over op bronzen Victor Priem/AVR. Bij de vrouwen was het volledige nationale podium Vlaams. Met Sara Van Hoyweghen en Nicasina Rossaert/VAC waren er op voorhand twee topfavorieten en zij zouden dan ook strijden voor het goud en het zilver. Uiteindelijk zou de Oost-Vlaamse het halen met een voorsprong van 57 punten. In de 60mH was er nochtans nog geen afscheiding tussen de twee protagonisten want ze klokten beiden 9"01. In de overige onderdelen zouden ze trouwens telkens in de top 2 eindigen. Rossaert won het hoogspringen (1m73) en de afsluitende 800m (2'23"36) terwijl Van Hoyweghen de beste was in zowel het kogelstoten (12m25) als het verspringen (5m77). De Wase atlete kon het verschil in de 800m zodanig beperken dat ze niet meer in de gevarenzone kwam. Met 3.898 punten scoorde ze er exact drie puntjes minder dan een jaar eerder maar het bleek wel voldoende voor de nationale titel. Freya De Roost/DAC (3.396p) toonde zich 'the best of the rest' en pakte brons.

042



Jef Misplon (5140), Glen Van Liefveringhe (5931), Guillaume Nihoul (1291)
Foto Nadia Verhoft

KEÏTA EN VAN HOYWEGEN MET EERSTE SENIORESTITEL

De jongste atleten waren aan het feest bij de seniores, want de beide kampioenen behoren nog tot de beloftecategorie. Dai Keïta is zelfs nog maar eerstejaars, won vorig jaar nog de juniorestitel en mocht nu dus al victorie kraaien bij de seniores. Dat deed de Leuvenaer trouwens in stijl, want met zijn 5.860 punten bezet hij de zesde plaats in de nationale rangschikking aller tijden. Helemaal verwacht was zijn overwinning niet, want de meeste kenners zouden Robin Bodart/BBS op voorhand de favorietenrol hebben toebedeeld. Bodart opende alvast sterk met overwinningen in de 60m (6"90) en het verspringen (7m35) maar haakte af op de beginhoogte van het hoogspringen. Ook medaillekandidaat Jef Misplon/RCG, die het kogelstoten won met 15m02, zou vroegtijdig de strijd staken. Toch zouden zij het absoluut niet onder de markt hebben gehad met een vrij ongenaakbare Keïta. Met 7m34 moest hij amper 1 centimeter toegeven op Bodart en daarna zou hij zich nog de beste tonen in 3 onderdelen. Dag

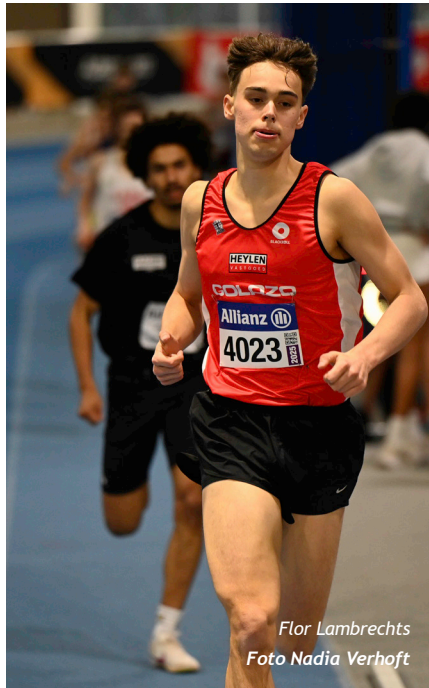
één sloot hij trouwens af met een schitterende hoogtesprong van 2m05 en dat was ruim 12cm hoger dan Dimitri Montilla/WS. Die laatste bewees trouwens dat hij vol-



Sara Van Hoyweghen
Foto Nadia Verhoft

SPANNENDE JUNIORESSTRIJD

Veelzijdigheid is een troef in de meerkamp en dat bewees **Flor Lambrechts/AVT** absoluut bij de juniore jongens. De Limburger toonde zich in geen van de zeven onderdelen het sterkst, maar scoorde overal voldoende om met 5.321 punten het totaal-klassament te winnen. Met deze prestatie komt hij op de elfde plaats aller tijden terecht. Het was **Stan Vertommen/ROBA**, die ook het polsstokspringen zou winnen met 4m60, die de zevenkamp het best opende met zijn 7"19 in de 60m. Lambrechts reageerde met een nieuw PR van 7"24. Vertommen zou met 4.953 punten uiteindelijk de vijfde totaalplaats realiseren en Vlaams brons veroveren. **Samuel Falieu-Mané/RCB** (5.255p) legde de basis voor zijn zilveren plak in het hoogspringen. De Brusselselaar won daar met 1m93 maar zag ook daar Lambrechts (1m90) standhouden. De twee losten elkaar trouwens nauwelijks in de afsluitende 1000m, die gewonnen werd door bronzen **Cyril Dauchat/HERV** (5.166p) in een snelle 2'39"46, waardoor er geen nieuwe verschillen meer werden gemaakt. Lambrechts, die er vorig jaar na zijn 60mH de brui aan gaf, kroonde zich dus nu tot de verdiende kampioen. Bij de meisjes was de strijd trouwens nog spannender want daar werd de volledig top drie, die trouwens volledig Vlaams kleurde, van elkaar gescheiden met amper 81 punten. In de 60mH nam **Martha Geerardyn/ACW** (8"92) al een fikse voorsprong op de rest van het pak, maar dat zou onvoldoende zijn om uiteindelijk te winnen. Vooral in het verspringen (4m80) bleef ze wat onder de verwachtingen maar



Flor Lambrechts
Foto Nadia Verhofs

ze zou uiteindelijk wel 3.198 punten scoren en als derde mee het podium op mogen. De strijd voor de eerste plaats was er een tussen **Nora Vereecken/EA** en **Lenne Jacobien/ACHL**. De Kempense haalde het zoals verwacht met de kogel (12m79) maar ze sprong 14cm minder hoog dan haar opponente die 1m64 haalde. Jacobien probeerde in de 800m nog een gooi te doen naar de overwinning maar haar 2'37"86, tegenover 2'45"24 voor Vereecken, was onvoldoende om de Oost-Vlaamse van de totaalzege te houden. Vereecken mocht juichen met 3.279 punten en dat zijn er exact 61 meer dan Jacobien.



Dimitri Montjilla
Foto Nadia Verhofs

OOST-VLAAMSE STRIJD BIJ SCHOLIEREN MEISJES

Vorig jaar kroonde **Liese Van Theemsche/AVLO** zich als eerstejaars meteen tot Belgisch vijfkampkampioene. Met 3.721 punten toonde zich toen de betere van clubgenote **Svea Van Laere**. Ook een jaar later was ze de absolute favoriete ook al gooide ziekte én een spierblessure de week voor dit BK nog bijna roet in het eten. Toch zou ze in een duel met provinciegenote **Janne Vergote/RIEM** opnieuw aan het langste einde trekken. Van Theemsche greep met 8"81 in de 60mH meteen de macht na het openingsnummer. Echt spannend leek het niet te worden want ook in het hoogspringen (1m61) en het verspringen (5m43) was de athlete uit Lokeren de beste. Het kogelstoten werd in de tussentijd gewonnen door **Camille De Clercq/ASVO** (12m33). Ondertussen was **Sarah Moussa/BBS** zich aan het verzekeren van een podiumplek. Moussa deed het vooral goed met een hoogtesprong van 1m58. Vergotes moment moest toen nog komen want ze zou dankzij een schitterende 800m nog naar een knappe tweede plaats stijgen. Met 2'16"29 liep ze maar liefst 13 seconden sneller dan om het even wie van het hele pak. Ze zou stranden op 3.606 punten en dus het zilver veroveren. Van Theemsche bleef met 3.661 punten wel onder haar eindtotaal van 2024 maar het was wel nog ruim voldoende voor de overwinning. Bij de jongens waren de Franstalige atleten oppermachtig. **Simon Thonon/AVKA** zou nog wel het Belgisch brons én de Vlaamse titel veroveren maar bleef met 4.680 punten toch onder zijn twee rivalen.



Stan Vertommen
Foto Nadia Verhofs

AL 25.000 LOPERS INGESCHREVEN

EUROPEAN
RUNNING
CHAMPIONSHIPS

BRUSSELS » LEUVEN

MARATHON | HALF MARATHON | 10K

12-13 APRIL 2025



**RUN WITH THE
CHAMPIONS**



SCAN FOR MORE INFO



Loris Quintin/OSGA was met 4.801 punten de betere van **Guillaume Bruynbroeck/CABW** (4.715p). Quintin legde de basis van zijn overwinning vooral in de sprintnummers. Op dag één won hij de 60m in 7"21 om een dag later te openen met 8"11 in de 60mH. Bruynbroeck was dan weer dominant in het springen want niemand was beter dan hij in het verspringen (6m50) en met de polsstok (4m20). Voor de Vlaamse strijd was het ook wel spannend want **Flavio Van Loo/ACME** werd dé uitdager van Thonon. Met 6m39 ten opzichte van 6m00 sloeg Thonon echter een kloofje dat niet meer overbrugd zou worden door Van Loo. Die sprokkelde uiteindelijk 4.644 punten. Vlaams brons ging naar **Luka Schoolmeesters/ROBA** (4.373p).

SPANNEND CADETTENDUEL

Al sinds hun jeugd jaren vechten **Wolf Beckers/DCLA** en **Tjorben Fredrickx/AVKA** spannende duels uit en dat was op dit BK meerkampen niet anders. In het verleden streeden beide atleten zelfs binnen dezelfde provincie, maar sinds Wolf van Mechelen naar Leuven verhuisde konden ze elkaar op een PK alvast mijden. Het was Tjorben die, met enkele persoonlijke records, na dag 1 aan de leiding ging. In het verspringen werd het 5m79 (tegenover 5m45 voor Wolf) en met de kogel moest hij met 11m95 amper 13cm prijsgeven op zijn grootste concurrent. Het was **Karsten De Weghe/DAC**, die met 3.552 punten uiteindelijk Vlaams én Belgisch brons zou veroveren, die als allereerste de leiding nam met een vertesprong van 5m97. Van De Weghe won op dag 2



Wolf Beckers
Foto Nadia Verhoft

eveneens de 60mH in 8"30 maar ook Fredrickx (8"59) en Beckers (8"73) deden het daar goed. De Antwerpenaar ging daarna met de polsstok voor het eerst in zijn carrière over 4m00 maar ook Beckers deed met 3m90 beter dan ooit voorheen. De kersvers Vlaams-Brabander won het 1000m-duel in 3'06"17 en pakte goud met 3.660p. Fredrickx was eveneens tevreden met zijn zilveren 3.631 punten. Bij de meisjes was het een LBFA-atlete die zich over de 5 onderdelen het sterkste toonde. **Emelynn Squiflet/RESC** was met 3.247 punten dan ook de betere van **Etoilia Gorrens/ACA** (3.144p) en **Eva Moons/ESAK** (3.075p). Gorrens, die dus wel de Vlaamse titel veroverde, was met de

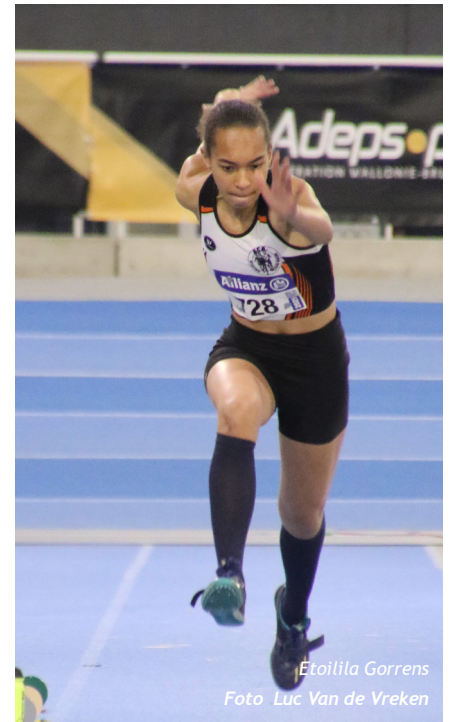
kogel (11m78) veruit de beste maar Squiflet antwoordde met een sterke én winnende vertesprong van 5m31.

VERWACHTE MASTERSZEGES

Echte verrassingen waren er niet bij onze oudste categorieën en de vier winnaars zouden het al bij al met een comfortabele voorsprong halen. Enkel bij de M50+ was er van spanning nog enige sprake want **Serge De Smedt/TUAC** probeerde uiteindelijk winnaar **Gert Eyckmans/ABES** het vuur aan de schenen te leggen. In dit Antwerps duel maakte vooral de 5m25 in het verspringen en de 1m52 in het hoogspringen het verschil



Lauren Wuyts
Foto Nadia Verhoft



Etoilia Gorrens
Foto Luc Van de Vreken

voor Eyckmans. Met een totaal van 3.476 punten vestigde hij trouwens een nieuw nationaal record bij de M55. Kersvers master Jori Stroobants/VITA (3.420p) was dan weer ongenaakbaar bij de 35'ers. Hij won vier van de vijf onderdelen en maakte absoluut indruk door de afsluitende 1000m te winnen in een schitterende 2'38"70. Ook hij realiseerde een BR met z'n 3.420 punten. Ook het ver (6m35) en het hoog (1m73) waren zeer impressionant. **Petra Bruggeman/RIEM** was de beste bij de jongste masters dames. Met 4m49 in het verspringen en 2'25"82 in de 800m zette ze de puntjes op de i nadat zilveren **Valerie Bastiaens/ABES** eerder al stuntte met een hoogtesprong van 1m55. Bruggeman totaliseerde finaal 3.037 punten. En bij de 50+ers was **Karine Clauwaert/DEIN** (3.345p) de uitblinkster. Ze opende met 12"23 in de 60mH en zou de hele competitie aan de leiding blijven. Ze zet zo het BR bij de W65 op haar naam. Nadat ze eind januari een barstje in haar heiligbeen had opgelopen, geraakte ze gelukkig nog net op tijd fit voor het BK meerkampen.

REACTIES

Jonas Vander Avert/KAPE (senior, 4de met 5.155p): "Ik wou absoluut over de 5000 punten uitkomen en hoopte op nog wat extra. Met medailles hield ik me niet bezig, want ik achtte de concurrentie te sterk. Ik scoor een goeie 200 punten beter dan ooit voorheen dus ik mag absoluut niet klagen. Ik ben gewoon veel constanter geworden en met uitzondering van het hoogspringen en de 1000m, waar ik op iets beter had gehoopt, lukte alles wonderwel. Ik sprint onder de 7" en spring voorbij de 7m en ook



Jonas Vander Avert
Foto Nadia Verhoft



Groepsfoto masters vrouwen
Foto Luc Van de Vreken

in het polsstokspringen loopt het weer als vanouds. En toch denk ik dat er overal nog een beetje rek op zit. Ik kijk al een beetje uit naar de zomer want daar droom ik toch stiekem om de 7000 puntengrens te doorbreken op de tienkamp."

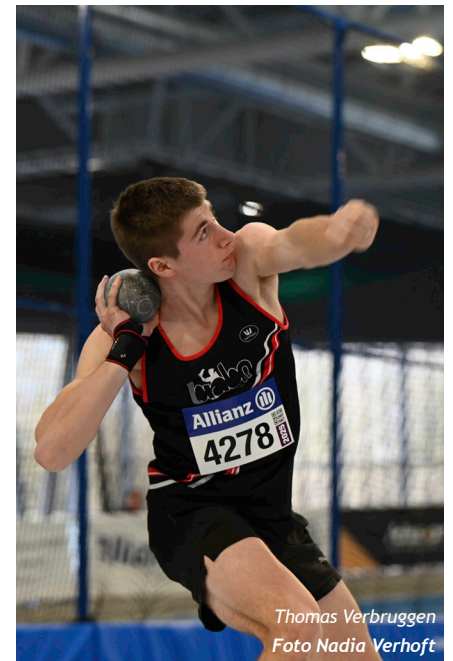
Gert Eyckmans/ABES (M55, goud met 3.476p): "Ik dacht op voorhand dat Serge de favoriet was dus de overwinning komt toch een beetje als een verrassing. Ik begon met een PR in de 60mH en dat was natuurlijk hét ideale begin. Ook in het verspringen en het kogelstoten was ik op niveau. Enkel over de 1m52 in het hoogspringen ben ik niet zo tevreden. Serge bleek in de 1000m de ideale gids en ik ben dan ook bijzonder blij met mijn eindtotaal. Dat de Belgische titel gecombineerd wordt met een nieuw nationaal record maakt het

extra mooi."

Sara Van Hoyweghen/VOLH (seniore, goud met 3.898p): "Ik kan nog steeds niet voluit trainen na een hamstringblessure die ik in het najaar opliep. Technisch gaat het allemaal wel behoorlijk maar de topvorm die is er zeker nog niet. Ik had wel wat stress want ik had, door de blessure, geen hordenwedstrijd op voorhand gedaan en daar kan natuurlijk vanalles mislopen. Ondanks een matige start ging het tussen de hordes echter nog zeer behoorlijk. Na het kogelstoten wist ik al dat een topscore uit den boze was dus was het enkel nog gaan voor de titel. Gelukkig verloor ik niet al teveel tijd op Nicasina in de 800m waardoor het goud toch binnen was. Ik ga nu nog deelnemen aan de BK's verspringen en me dan richten op de zomer."



Petra Bruggeman
Foto Luc Van de Vreken



Thomas Verbruggen
Foto Nadia Verhoft

Tjorben Fredrickx/AVKA (cadet, zilver met 3.631p): "Ik wist dat een medaille tot de mogelijkheden behoorde ook al vreesde ik het hoogspringen. Daar hebben enkele concurrenten sowieso een voorsprong op mij. Mijn eerste dag was echter top en in het kogelstoten behaalde ik zelfs een bonus ten opzichte van wat ik in gedachte had. Dat ik voor het eerst over de 4m sprong met de polsstok maakte me ook gelukkig. Maar ook op dag 2 volgden er twee persoonlijke records dus ik heb het maximum eruit gehaald vandaag. Nu mik ik nog op een Belgische medaille op het individuele BK."



Tjorben Fredrickx
Foto Luc Van de Vreken

Flor Lambrechts/AVT (junior, goud met 5.321p): "Onder leiding van federatiecoach Bart Bennema ben ik op meer trainingsvolume aan het werken dus echte verwachtingen waren er nog niet. Na twee dagen blijkt dat de basis er absoluut is! Ik ben veel constanter geworden en dat is een surplus voor meerkampers. In het hoogspringen werd het 1m90 maar daar laat ik volgens mij nog wat liggen. De rest was dus allemaal op niveau ook al bleef ik op de 1000m wat op mijn honger zitten. Vorige zomer liep ik 4'21 in de 1500m dus mijn 2'46 moet ook sneller kunnen. Welke disciplines ik doe op het BK voor junioren moet nog beslist worden maar daar mik ik sowieso op 2 PR's."

toch wat ontgoocheld achter. Enkel over de 60mH ben ik nog enigszins tevreden, want na een dramatische start kon ik alsnog een mooie chrono neerzetten. Ik zit al even met een heupblessure dus na het individuele BK ga ik zeker voldoende rust nemen om mijn lichaam zich te laten herstellen. En uiteindelijk word ik hier nog wel tweede van België dus zo slecht was het ook allemaal niet."

Nicasina Rossaert/VAC (seniore, zilver met 3.841p): "Ik ging voor winst maar het liep niet zoals ik wou. Alles was redelijk maar nergens blonk ik echt uit dus ik blijf

Johan Permentier



Victor Priem
Foto Luc Van de Vreken



COVER Dai Keïta
FOTO Nadia Verhoft

Atletiek Vlaanderen vzw
@letiekleven 5 - Woensdag 12 februari 2025

FOTO'S: Nadia Verhoft en Luc Van de Vreken
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.