

# @LETIEKLEVEN

BK CADETTEN EN SCHOLIEREN INDOOR





# ERG HOOGSTAAND BK CADETTEN EN SCHOLIEREN MET VEEL TOP 10-NOTERINGEN

Het werd een kwalitatief hoogstaand BK in Louvain-La-Neuve en enkel een nieuw Belgisch record ontbrak. Voor de rest waren er maar liefst 7 atleten die zich in de top 10 aller tijden konden nestelen en het waren zeker niet altijd de absolute topfavorieten die de oppergaai zouden meenemen. Driekwart van onze nationale titels ging naar atleten van Atletiek Vlaanderen en enkele clubs toonden zich absolute slokkoppen. Zo gingen Houtland en ROBA met maar liefst vier titels huiswaarts en deed Seraing, vanuit LBFA-zijde, het met drie stuks amper minder. Feit is dat de cadetten en scholieren voor een mooie apotheose van hun al prachtig indoorseizoen hebben gezorgd.

071



Lucas Van Nespén  
Foto Luc Dequick

## VAN NESPEN DICHT BIJ BR

Het was absoluut uitkijken wat scholier Lucas Van Nespén/ACW deze keer uit zijn sloffen zou schudden in de sprintnummers. De Wase atleet kroonde zich eind januari alvast tot absolute sprintkoning in Vlaanderen. Hij zette toen met 6"94 in de 60m de derde chrono aller tijden neer. Iedereen was benieuwd of het Belgisch record van Julien Watrin (6"91) zou sneuvelen, maar ook of pakweg Jari De Proft/GRIM alsnog voor enige bedreiging zou kunnen zorgen. Tijdens de reeksen hielden beide hoofdrolspelers het met 7"09 en 7"13 nog eerder bescheiden, maar in de finale had Van Nespén duidelijke plannen. In die finale werd potentieel medaillekandidaat Niels Vandezande/DCLA gediskwalificeerd, maar dat weerhield de anderen er niet van om snel te gaan. Van Nespén startte vlot en zag 6"93 verschijnen op het display. Een honderdste sneller dan ooit voorheen en de tweede chrono ooit door een Belgische

scholier. De Proft werd tweede in 7"00. De



Fien Peeters (l) en Nina Janssens (r)  
Foto Luc Dequick

atleet uit Sint-Niklaas won even later ook nog de 200m maar kwam niet meer in de buurt van zijn eerdere 21"89. Hij won de slotrace in 22"18 terwijl zilveren Daan Talloen/STAX een reeks eerder de beste was in 22"28 waardoor het alsnog spannend werd.

Cadette Fien Peeters/ROBA was de andere absolute uitblinker, want zij kon zelfs tweemaal de eeuwige top 10 aanpassen. Eerst werd het een zeer vlotte overwinning in de 60mH. Met 8"66 was ze niet enkel drie tienden sneller dan clubgenote Nina Janssens (8"96) en bronzen Elena Cespedes/AVT (8"98) maar moet ze in de eeuwige ranglijsten enkel nog Sarah Missine en Alexandra Mortant voor zich dulden. Peeters was ook nog veruit de beste in de 200m en dook als enige onder de 25 seconden. Met haar 24"98 komt ze voortaan op plaats 5 aller tijden. Ook de overige medaillewinnaressen, Terrie Mollie Nkuzou/MOHA (25"35) en Jada-Nora Stassart/SER (25"40), verbeterden zich sterk. In dezelfde leeftijdscategorie waren er nog enkele snelle meisjes, want Elise Medard/UAC komt eveneens binnen in de ranglijst aller tijden. Ze staat voortaan op plaats tien. Medard knalde naar 7"74 in de 60m nadat ze in de reeksen al een snelle 7"78 liet noteren. Lianne Jans/TACT won de 400m in 58"01 en dat is de negende prestatie ooit. Niet dat ze haar gouden medaille op een presenteerblaadje aangeboden kreeg, want Eva Moons/ESAK bleef lang volgen. Ook haar 58"57 is sneller dan eerder dit seizoen. Jans was echter indrukwekkend want in de deelnemerslijsten



stond ze pas tweede met 59"67. Er waren ook enkele snelle atleten die met twee gouden plakken huiswaarts konden keren. **Daniël Rymen/LOOI** was de favoriet bij de cadetten maar moest de reeksen van de 60m verlaten na diskwalificatie. Ook in de 200m bleef hij met lege handen achter want zijn 23"87 was één honderdste te traag voor een bronzen plak. **Mats Vangrunderbeeck/DCLA**, tweede op de inschrijvingslijsten van zowel de 60m als de 200m, profiteerde optimaal want hij won beide Belgische titels. In de 60m werd het 7"33 terwijl de 23"23 in de 200m de elfde tijd ooit is. **Dries Van Bael/TUAC** (7"43 en 23"51) veroverde respectievelijk zilver en brons. En ook **Elena Walraet/HAC** pakte dubbelgoud. In de 60m mét en zonder hindernissen was ze telkens de snelste. De 60m werd gewonnen in 7"70 en daar werd ze op het podium geflankeerd door **Helena Winters/ABES** (7"72) en Belgisch scholierenrecordhoudster 200m **Maya Wintquin/SER** (7"74). In de 60mH won Walraet in 8"64. Wintquin nam de 200m (24"34) voor haar rekening.

## FAES NOG WAT SNELLER

Scholier **Xander Faes/PEGA** is ondertussen een echt fenomeen. De Vlaams-Brabander werd afgelopen zomer nationaal cadettenkampioen en voegde nu ook als eerstejaars een Belgische scholierenrecord toe aan zijn palmares. In de 400m startte hij furieus, maar runner-up **Tiago Dekie/AVMO** (49"81) zou lang volgen. Faes bleef echter strijden tot op de finish en liet een zeer mooie 49"21 noteren. Daarmee komt hij op plaats zes aller tijden terecht. Om het nationaal



Eva Moons (l) en Lianne Jans (r)  
Foto Luc Dequick

record volgend jaar te verbeteren moet hij nog een seconde sneller want Tim Rogge liep in 1994 dezelfde afstand in 48"19. **Luka Moons/ACHL** werd derde in 51"87. Zijn clubgenoot **Jaden Coley**, die pas zijn tweede hordenrace van het seizoen liep, pakte dan weer zilver in de 60mH. Met 8"18 verbeterde hij zich maar het was onvoldoende om **Quentin Loris/OSGA** van het goud te houden. Een spannende cadettenwedstrijd in de 60mH want eerder dit seizoen knalde **Karsten De Weghe/DAC** naar 8"30 oftewel de derde plaats ooit. De Weghe deed het met 8"35 absoluut niet slecht maar zag een ongrijpbare **Jan Geirnaert/**



Jan Geirnaert  
Foto Luc Dequick

**KAAG** zowaar 8"27 klokken. Daarmee komt hij voortaan op de derde plek ooit. Met scholiere **Guinevere Cruyts/TACT** (57"92) en cadet **Paulo Samin/RCB** (53"17) kweten de andere favorieten in de 400m zich ook perfect van hun taak.

## MEESTE KOGELFAVORIETEN MAKEN HET WEER

In drie van de vier leeftijdscategorieën won de ranglijstaanvoerder ook de kogelcompetitie. Bij de scholieren was het Houtland boven, want zowel **Daphne Dessey** als **Tore Dekoninck** pakte onbedreigd de Belgische titel. Dessey opende eerder matig met drie worpen achteraan de 12m maar zette in haar vierde worp de puntjes op de i. Met 14m42 verbeterde ze zich tot de 12 de prestatie ooit door een scholiere neergezet. **Laure Plaetevoet/HCO** was met 13m49 de verrassende tweede. Dekoninck topte eveneens de deelnemerslijsten en had met zijn 16m04 een comfortabele voorsprong op de rest. Met 15m39 in zijn eerste worp was de overwinning al een feit maar dat was voor de West-Vlaming nog niet voldoende. Hij zette zijn zege nog kracht bij door maar liefst 16m54 te halen bij zijn laatste poging. Cadette **Etoilia Goren/ACA** was even dominant want ook zij zou met meer dan een meter voorsprong winnen. Met 12m10 pakte ze onbedreigd de titel. Vijf van haar zes worpen zouden uiteindelijk verder zijn dan die van zilveren **Imke Huyghebaert/FLAC** (10m98). Enkel Vlaams kampioen **Finn De Maere/AVLO** kon zijn eerste plaats op de deelnemerslijst bij de cadetten niet vasthouden. Met 13m44 presteerde hij zeker op niveau, maar het



Floor Smet  
Foto Luc Dequick



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





was de eerder verrassende **Brice Blaffart/HUY** die met 13m49 in zijn derde beurt de ideale hold-up pleegde.

## STERK SPRINGENDE LIMBURGSE CADETTEN

Bij de cadetten meisjes gingen de twee horizontale springnummers naar Limburgse atleten. Helemaal onverwacht kwamen deze overwinningen niet want **Amélie Coenen/AVT** en haar clubgenote **Lewis Geuns** topten de deelnemerslijsten van respectievelijk het ver- en het hinkstapspringen. Om nu te zeggen dat ze vlotjes het goud zouden binnenrijven is een brug te ver, want vooral het verspringen bleek een spannende bedoening. Coenen leek alles onder controle te hebben nadat ze bij haar tweede sprong tot 5m56 kwam en in haar 5 de sprong nog 2 centimeter verder ging. In de ultieme beurt sprong **Emelynn Squiflet/RESC** echter ontzettend ver maar met 5m57 strandde ze op één centimeter van een absolute stunt. Geuns bleef in het hinkstapspringen met 11m06 wel onder haar seizoensbeste van 11m29 maar het bleek wel voldoende om **Yuna Cosaert/ATH** (10m80) achter zich te houden. **Marie Amandels/AZW** (3m40) won, in dezelfde leeftijdscategorie het polsstokspringen en klopte gezamenlijke Vlaamse kampioenen **Lora Heyninck/RAM** (3m30) en **Onah Claes/RAM** (2m90). In het hoogspringen ging **Noa D'Hollander/ROBA** als enige over 1m63 en won dus de competitie. Een quasi identiek podium in het ver- en hinkstapspringen bij de scholieren jongens want **Ugoo Meecko/SER** (6m80 en 14m66) was telkens de betere van zilveren



Liese Van Theemsche  
Foto Luc Dequick

**Max Schymkowitz/RCT** (6m65 en 13m75). De bronzen medailles gingen respectievelijk naar **Simon Thonon/AVKA** (6m57) en **Jannes Huyghe/AVLO** (12m80). Met **Sam Bosscher/BRAB** kregen we een verrassende hoogspringwinnaar. Hij stond als zesde gearangschikt met 1m87 maar verbeterde zijn PR op 4 verschillende hoogtes tot 1m97 en dat was genoeg om favoriet **Mohamed-Reda Chemmakh/ACW** (1m94) af te houden. **Owen Verset/MOHA** (4m70) won zoals verwacht het polsstokspringen. Bij de scholieren meisjes won diens clubgenote **Zoé Depas** het hoogspringen. Haar 1m76 is de negende prestatie ooit voor een scholiere. **Anouk Walcarius/AZW** zorgde ook voor één

van de meest verrassende prestaties. Ze verbeterde zich in het polsstokspringen van 3m40 tot 3m65 en klopte haar clubgenote **Noor Declercq** (3m60). Met meerkampkampioene **Liese Van Theemsche/AVLO** (ver: 5m60) en **Miroo Nova Vervaeke/CSF** (hinkstap: 11m55) wonnen de verwachte kampioenen. Vier verschillende én Vlaamse winnaars bij de cadetten jongens in het springen. **Tjorben Fredrickx/AVKA** sprong, net zoals tijdens het KVV, als enige over 4m00 en won. Het was ietwat verrassend **Nand Jadoul/AVT** (3m95) die het langst meeding met de Antwerpenaar. **Karsten De Weghe/DAC**, die dus het hordegoud aan Jan Geirnaert moest laten, was even



De juryleden deden een prima job.  
Foto Luc Dequick



Max Schymkowitz  
Foto Luc Dequick



later wel de beste in het verspringen. Met 6m21 verbeterde hij zich en klopte hij een zichzelf eveneens verbeterende **Thibault Boone/HAC** (6m18). De Weghe maakte het spannend want hij nam pas in zijn laatste beurt de leiding. STAX mag ook nog twee titels op het palmares schrijven. **Jacob Obilagwa** was met 12m63 de beste in het hinkstapspringen en **Vik Wieme/STAX** won dan weer het hoogspringen met 1m77. Die laatste moest de titel wel delen met **Shane Delreux/RIWA**.

## VAN DYCK WINT PRESTIGEDUEL

Bij de scholieren jongens kondigde de 800m zich aan als een heel spannend duel tussen 3 medaillekandidaten die in de deelnemerslijsten met amper drie tienden van elkaar gescheiden werden. **Wout Schepens/ACHL**, die als tweede gerangschikt stond, zou uiteindelijk pas als zevende over de meet komen en het was 400m-loper **Julian Van Aken/DCLA** (1'58"38) die het meest profiteerde van de strijd en het brons kon veroveren. Voor de titel was het duel tussen **Renu De Samblancx/EA** en **Lennert Van Dyck/AVLL** er één op het scherpst van de snee. Van Dyck ontsnapte uit het pak en hield met een winnende 1'57"68 nog twaalf honderdsten voor op de aanstormende De Samblancx. Nog spannender ging het er aan toe bij de scholieren meisjes. **Lien Van Rooy/ACHL** wierp zich quasi gelijktijdig met **Fran Van Hollebeke/FLAC** over de finish. De foto achteraf duidde de Kempense aan als winnares. Met 2'14"83 zou ze zich 2 honderdsten eerder dan haar concurrente over de eindmeet gestort hebben. Bij de cadetten werden de ranglijsten wel gerespecteerd en **Joke Tytgat/ROBA** (2'17"08)



Marie-Lou Warnier(l) en Guinevere Cruyts (r)  
Foto Luc Dequick



Lien Van Rooy (5308) en Fran Van Hollebeke (5341)  
Foto Luc Dequick

en **Sacha Hastir/RIWA** (2'01"92) zouden al bij al vlotjes het goud veroveren.

## REACTIES

**Etoilia Gorrens/ACA** (cadette, goud kogel met 12m10): "Vandaag was de Belgische titel belangrijker dan het uiteindelijke resultaat. Ik kreeg eigenlijk bij de eerste worp al zekerheid over het goud maar kende geen al te beste dag. Stiekem had ik namelijk gehoopt toch in de buurt van de 13m te komen maar dat bleek uiteindelijk niet haalbaar. Ik heb dit seizoen nog één poging om toch die magische grens te slopen maar moest dat niet lukken is het zeker geen ramp. Deze zomer moet het echter wel lukken en ga ik opnieuw resoluut de strijd aan voor het eremetaal."

**Jaden Coley/ACHL** (scholier, zilver 60mH in 8"18): "Vorige week nam ik voor het eerst deel aan een hordewedstrijd want ik ben van nature een sprinter. In de reeksen kende ik een hele slechte start waardoor ik niet goed uitkwam op de eerste horde. Dat was in de finale al een heel stuk beter, maar ik raakte wel enkele hordes waardoor ik wat uit evenwicht geraakte. Met mijn tijd kan ik zeker tevreden zijn ook al denk ik nog een heel stuk sneller te kunnen. Ook met de tweede plaats kan ik leven alhoewel ik toch wel stiekem hoopte om hier het goud te bemachtigen. Nu is het afwachten wat ik waard ben in de 110mH."

**Liese Van Theemsche/AVLO** (scholiere, goud verspringen met 5m60): "Ik ben ziek geweest en ben nog niet volledig hersteld van



Sacha Hastir  
Foto Luc Dequick



Mats Vangrunderbeek  
Foto Luc Dequick



een blessure waar ik al even mee kamp en die me ook al parten speelde op het BK meerkampen. Op training begon het echter al wat vlotter te lopen waardoor ik toch wel vertrouwen had om de titel te bemachtigen. De afgelopen week had ik zelfs enkele sprongen in de buurt van 5m80 maar dat zat er vandaag niet in. In de 60mH verbeterde ik me wel dus ik ben blij met mijn zilveren medaille. Deze zomer staan vooral in functie van de meerkamp ook al zal ik regelmatig te zien zijn in de verspringbak of op de piste voor een horderace.”

076

**Joke Tytgat/ROBA (cadette, goud 800m in 2'17"08):** “Het was een bewuste keuze om zeker niet meteen de kop te nemen en eerder afwachting te lopen. De titel was namelijk het belangrijkste en ik wou geen onnodige inspanningen leveren. Na een versnelling raakte ik dan toch weg maar het bleef stressen tot aan de finish. Mijn vader riep dan wel tussentijden door maar het bleef toch bang afwachten. Ik ben niet zo heel tevreden over mijn hele seizoen maar sluit nu toch met een goed gevoel af. Dit kan een basis zijn om de zomer in te gaan, want daar hoop ik nog een heel stuk sneller te gaan.”

**Lucas Van Nespén/ACW (scholier, goud 60m in 6"93, goud 200m in 22"18):** “Ik kampte de laatste tijd met wat rugproblemen dus mijn trainer raadde me aan om zo relaxed mogelijk te lopen in de reeksen. Het lukte me om ontspannen te lopen en ook mijn chrono was behoorlijk waardoor ik met vertrouwen de finale in kon gaan. Diep vanbinnen droomde ik misschien van het nationale record maar vermits de voorbereiding niet optimaal was kan ik alleen maar zeer gelukkig zijn met dit resultaat.”



Thibault Boone  
Foto Luc Dequick



Etoifila Gorrens  
Foto Luc Dequick

Ook de titel in de 200m was mooi meegenomen. Vandaag kreeg ik twee gouden kersen op een al zeer gevulde taart. Nu kan ik gerust even wat gas terugnemen om dan in de zomer opnieuw zeer snel te gaan.”

**Tjorben Fredrickx/AVKA (cadet, goud polsstokspringen met 4m00):** “Ik mikte zeker op een podiumplaats maar was toch enigszins verrast dat het Nand Jadoul was die zo lang bleef meestrijden. Ik moest zelf dus top zijn vandaag om te kunnen winnen. Dat er opnieuw een 4m-sprong uitkomt is geweldig en dat gecombineerd zien met een gouden medaille maakt het nog mooier. Het is belangrijk dat ik ondertussen een consistent niveau haal en hoop daarop verder te kunnen borduren deze zomer. En wie weet lukt er dan wel eens een uitschieter ook al pin ik me voorlopig niet echt vast op bepaalde hoogtes.”

Johan Permentier



COVER Tjorben Fredrickx  
FOTO Luc Dequick

**Atletiek Vlaanderen vzw**  
@letiekleven 9 - Woensdag 5 maart 2025

**FOTO'S: Luc Dequick**  
**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.