

4 crossers – 3 podiumplaatsen

Gent 16/12

Een handvol van onze atleten trok naar de meeting van EA.

In de voormiddag waren er een tweetal van onze moedigen aan het werk. Lévinia Van de Sompele was de beste van alle Pup op de 60m en bleef met 8"86 luttele honderdsten boven haar CR dat ze vorige week vestigde. Senne Masscho slaagde in een zelfde huzarenstukje. Hij was de primus in 8"62, een PR maar nog geen CR maar hij komt dicht en dicht op de 8"53 die nu op de tabellen staat. Hij won ook nog eens, met ruime overschot, de 1000m in 3'22"09.

In de namiddag was het dan aan atleten vanaf Cad. Op de 60mH haalde Sch Niels Staelens de derde stek in 8"91, een PR, want de eerste maal dat hij dit betwist. In het kogelstoten duwde hij de bol van 5kg naar een bronzen plaats met 10m78. Dit is slechts 1 meter minder ver dan wat hij vorig jaar als Cad met de bol van 4kg liet optekenen.



Foto Kristof Staelens

Victor Neyt vestigde een PR op de 60m door de afstand te overbruggen in 8"50. Samen met trainingsmaatje Tristan De Greve nam hij dan deel aan het PSS. Het werd voor beide jongens geen onverdeeld succes want ze haalden beiden de aanvangshoogte niet. Ik liet me vertellen dat ze bezig zijn met de overgang naar een langere en zwaardere stok en dat het een kwestie is van finesses en mentaal er in geloven. Trainster Hanne heeft er alle vertrouwen in dat het voor nieuwjaar allemaal in orde zou moeten zijn.



Foto Kristof Staelens

Berlare 17/12

Slechts twee van onze atleten maakten de uitstap op zondag naar Berlare. De omloop lag er een klein beetje beter bij dan op de relays maar het blijft een sompig parcours.

Livia de Greve had zich pas op zaterdag namiddag ingeschreven omdat ze niet deelnam aan de indoorwedstrijd wegens nog niet op haar plooiën na de examens ballet. Ze zal het zich niet beklagd hebben. Blijkbaar verteert ze goed de overgang naar de langere afstanden. Ze won overtuigend, met ruime voorsprong, haar eerste veldloop van het seizoen. Bij de M50+ treffen we ook nog Marnix Leers aan. Hij kon een negende plaats veroveren.



Foto Kelly Cattoor

Lille 17/12

Met twee podiumplaatsen op twee wedstrijden scoorden onze halve fond lopers sterk op de cross van AVOS in de provincie Antwerpen. In de korte cross (alhoewel kort een eufemisme is voor een wedstrijd over twee en een halve kilometer) bij de dames was er geen kruid gewassen tegen Nel Vanopstal. Ze won zeer overtuigend en liet de tweede atlete meer dan 30 seconden achter zich. Bij de heren wordt dezelfde afstand gelopen. Daar weerde Wout De Waegenaere zich als een duiveltje in een wijwatervat maar hij moest zich neerleggen bij het meesterschap van een atleet van AVLL (Lier) maar hij zal zeker tevreden geweest zijn met zijn prestatie.



Foto's zijn scherper op FB pagina ACME photowall

Op de (jeugd)kalender :

Op 22 december is er geen jeugdtraining maar wordt deelgenomen aan de Kerstmannenloop ingericht door ACME.

Op 30 december is er de veldloop van AS RIEME in Ertvelde. De inschrijvingen verlopen via atletiek.nu en zijn al geopend. Het is de 75^{ste} Kerstcross. Daarom is er GRATIS toegang