

de Interclubclash

Redelijk wat activiteit in dit zonovergoten weekend. Er werden mooie prestaties neergezet.

Oostende 09/05

Een trio Meetjeslanders ging aan de arbeid. Op de hectometer bij de Sch heren won Sam Decousemaecker de wedstrijd in een PR van 12"92. Ook in het kogelstoten was hij de primus met een PR van 10m18. Bij de Cad heren haalde Victor Neyt een tweede stek op de 100H. Vermits het de eerste maal is dat hij dit onderdeel betwistte is zijn 17"14 en PR. Op de dubbele baanronde werd Victor zevende in 2'24"34, Ilya Moudretsov verpulverde zijn PR met 19 seconden om dit op 2'29"08 te brengen. In het speerwerpen was er zilver en brons voor onze kerels. Victor wierp het tuig van 600gr naar 33m28, Ilya liet 32m91 optekenen.

Aalter 11/05

Bij de Kan en Ben tekenden Janne Ballegeer, Lauren Beheyt, Emiel Boelens en Marie-Lou de Decker present

Bij de Pup meisjes was enkel Zita Bonne opgedaagd. Ze vestigde een PR op de 60m sprint met 9"99 en in het vortexwerpen werd haar derde poging 17m28 gemeten wat ook al een bestprestatie was.

Min Astrid Van De Merlen won de 80m in een dik PR van 10"96. Nore Mattheeuws finishte na 11"88, Elena Ballegeer liep ook al een PR met 12"17, Darya Moudretsov liep door het oog na 12"51 en Inoa De Weerd na 12"77. In het kogelstoten was Darya onze beste vertegenwoordiger met 7m48, Inoa wierp 7m04, Nore vestigde een PR met 6m79 en Elena wierp nog nooit zo ver met haar 6m21. Op de 1000m ging Nore met de zegebloemen aan de haal in 3'27"26, Elena snelde door het oog na 3'41"95 wat meteen een PR was. Darya in 4'19"66 en Inoa in 4'25"63 liepen beiden een seizoenbeste.

Ditmaal waren wat meer Pup jongens opgedaagd. Op de 60m liepen ze alle vijf een Pr. Senne Masscho in 8"55, Sverre Dormaels in 9"48, Stan Van Landschoot in 9"57, Thorben Dormaels in 10"02 e, Arthur Blomme in 10"14. Ook in het vortexwerpen zie ik overal PB achter de naam staan. Senne verpulverde zijn beste met meer dan 8 meter om dit op 30m81 te brengen. Stan haalde 29m73, Sverre 29m34, Arthur 27m22 en Thorben 22m79. Senne won ook de 1000m, in een PR van 3'19", Stan liep nooit sneller van 3'53"20 en Arthur flitste door het oog in een bestprestatie van 4'06"91.

Sint Niklaas 12/05

De moeilijkste afspraak voor de trainers in een atletiekseizoen. Het is steeds een puzzelen om een ploeg op de been te brengen en ook dit jaar waren er lege vakjes doordat enkele sterkhouders zich gekwetst hadden tijdens een stage of op een wedstrijd. Toch bedankt aan alle atleten om zich ten volle in te zetten, soms op een nummer dat helemaal hun voorkeur niet wegdraagt.

Lobke Vanpetegem mocht de spits afbijten in het kogelstoten. Ze duwde de bol van 4kg naar 10m87, een fractie onder de beoogde 11 meter. Ze haalde daarmee een mooie vierde rang. Aan de andere kant van het veld was Marianne Huys aan de slag in het speerwerpen. Ook zij vestigde een PR en haalde een mooie vijfde stek met een worp van 31m77. Tristan De Greve kreeg de moeilijke taak toebedeeld zich in te zetten in het verspringen. Hij sprong 4m32 en werd twaalfde tegen al die reuzen. Na deze proeven hingen we halverwege het klassement. Om 10hr45 was het aan Kato Van Hoecke op de 400H. ze werd derde in haar

reeks in een PR van 68"89. In de totaalstand werd ze zevende en voegde 6 punten toe aan ons totaal. Op hetzelfde ogenblik was Jules Maenhaut bezig met PSS. Hij was tevreden met zijn SB van 3m80 die hem op een vierde plaats deed belanden. Ik had daar een geprivilegieerde plaats als tijd-aanduiders voor de sprongen. Olivia Besson was op hetzelfde moment bezig met hoogspringen en met een SB van 1m40 riefde ze toch een puntje binnen.

Om 11 uur werd dan de 400H bij de heren betwist. Briek Scheire, een ontdekking van Tom Du Pan, liep dit nummer voor het eerst en finishte in 75"10. Dit bracht 2 puntjes bij het totaal. Hij had de ondankbare taak om Robin Van Damme te vervangen. Die was er wel om het team aan te vuren maar sukkelde met een vochtophoping op de Achillespees na een doorgedreven stage. In de tussenstand waren we in de achterste regionen verzeild. Het kon alleen nog maar beteren. Nog voor de middagpauze was er de wedstrijd over 100m. Lieselotte Van Laere werd vierde in de sterkste reeks, vierde in totaal, in een SB van 12"27 bij een sterke tegenwind. Bij de heren moest Warre De Pauw een gekwetste Rendel Vermeulen vervangen en dit is geen cadeau. Hij werd vierde in de eerste reeks in een SB van 11"56 bij 1,2m/sec tegenwind. Op de 1500m liep Nel Vanopstal een doordachte wedstrijd. Tijden spelen geen rol, het is de plaats die telt. Ze deed met mondjesmaat haar deel van het kopwerk en ze scheidde zich met 3 af van de rest. Stelselmatig werd het tempo opgedreven en in de laatste rechte lijn wist ze zich met een mooie eindsprint te ontdoen van de laatste tegenspeerster. 4'31"01 is toch een SB. Ondertussen stond Philip Milanov in de discusring. In de vierde poging liet hij 60m16 noteren alhoewel hij bij het inwerpen veel verder gesmeten had. De zege was binnen. Olivia was ondertussen doorgestroomd naar het verspringen en werd negende met 4m76. Ook de mannen kregen een 1500m voorgeschoteld. In een sterk peloton liep Wout De Waegenaere naar een PB van 3'55"75 wat ons een vijfde plaats opleverde. Op de 400m, net voor het middagmaal, zat ik nog steeds op mijn uitkijktank in de laatste rechte lijn en zag Lieselotte het zee moeilijk krijgen in de laatste 50m. Ze liep naar een SB van 57"84 en werd daarmee vierde in totaal. Ze kon die tijd goed relativeren achteraf was het is een nummer waar ze helemaal niet op traint. Ze houdt meer van het korte werk. Ook de heren kregen dit nummer te bedwingen. Warre nam de honneurs waar en haalde een mooie derde plaats in een PR van 49"85. Zonder die tegenwind in de laatste hectometer zou de tijd nog scherper geweest zijn. In de tussenstand waren we ondertussen terug opgeklommen naar de top 5, een geruststelling.

Na de middagpauze opnieuw 4 kampnummers. In het hoogspringen was het MK trainer Gil Bourgeois die het voorbeeld gaf. Hij sprong over 1m70 en evenaarde zijn PR. In het kogelstoten werd Philip tweede met een SB van 17m26. Hij zag een atleet van VS het BR U23 verbreken en op 18m90 brengen. In het PSS was Livia De Greve aan het werk. Ik had weer mijn bevoorrechte positie en zag dat ze haar PB van 2m60 kon evenaren. Het is een plezier om haar bezig te zien. Je hoort ze bijna niet aanlopen, ze zweeft over die loopstrook. Ze was zeer opgetogen over haar prestatie die haar een evenaring van haar PR opbracht. In het speerwerpen konden we natuurlijk rekenen op Timothy Herman. Bij zijn eerste poging zweefde de speer naar 77m61. Nog een geluk dat hij niet in de buurt kwam van de 80 meter of zijn BR want daarvoor is het terrein te kort. Zijn worp landde net voor de kooi van de discus. Na 3 worpen gaf hij er wijselijk de brui aan want binnenkort mag hij naar Tokio om punten te verzamelen voor een eventuele deelname aan de OS in Parijs. Op de 100H werd Emma De Naeyer vierde in de sterkste reeks, vierde in totaal, in een SB van 14"56. Op de 800m bij de dames zagen we het wederoptreden van Axana Schaevebeke. Ze liep naar een vierde stek in 2'13"40. Ze wist me naderhand te vertellen dat de overgang van veldlopen naar de piste toch wel een redelijke opgave is. Ze wilde wel snel starten maar dat wilde niet lukken. Bij de mannen konden we rekenen op Aaron Botterman. Volgens trainer Philip moet hij meer lef tonen van in het begin en zich niet in slaap laten wiegen. Toch mag hij fier zijn op zijn SB van 1'50"94. Op de dubbele hectometer zagen we daarna Manon Depuydt aan het werk. Die moest het opnemen tegen Rani Rosius. Ze liep naar een SB van 24"26 maar was niet tevreden doordat de wind ondertussen nog meer in het nadeel blies. Bij de mannen won Adrien Devriendt overtuigend de sterkste reeks op dit onderdeel. Zijn tijd van 21"51 vond hij een goede waardemeter want hij beschouwde dit eerder als een doorgedreven training doordat de wind tegen zat. Ondertussen waren we opgeklommen naar de top drie. Wat een spanning begon er te groeien aan de Meetjeslandse tent. Lobke slingerde de discus naar een PR, met meer dan anderhalve meter, van 29m71, die 30 meter lijn komt nu wel goed dichterbij.

Toen was het aan de atleten die met plezier de lange afstand bedwongen. Jenka Wittevrongel mocht de spits afbijten. Naderhand wist ze me te vertellen dat het niet haar geprefereerde manier van lopen was. Feitelijk was het een duurloop van 2600m en dan een sprint van 400m. Ze houdt meer van een gelijkmatige hoge snelheid. Ze werd vijfde in 10'08"87. Daarna was het aan de heren voor dezelfde afstand. Ze trokken direct het tempo hoog op een En groep van 5 met Sander Vercauteren zonderde zich af. Stelselmatig werd het tempo opgedreven, Sander deed zijn duit in het zakje. Met nog 2 ronden voor de boeg schoten er nog 2 atleten over. Tegen de eindsprint van de atleet van RCG was Sander niet opgewassen en moest hij zich tevreden stellen met een tweede stek in een SB van 8'30"62. In de tussenstand stonden we weliswaar aan de leiding. Direct daarna was het aan Manuel De Backer om de 5000m te betwisten. Ook daar een hoog tempo en een kopgroep die verder en verder uit elkaar viel. Manuel streed tot op de streep maar ook hier was het RCG die de overwinning binnen haalde. Manuel klokte een SB van 15'08"05 en was tamelijk tevreden over het verloop van de wedstrijd.

Toen was het afwachten voor de estafetten. We stonden nog steeds in de top drie. Onze dames moesten dus de rechtstreekse concurrentie aangaan met RCG voor de promotie. Ze werden tweede in de sterkste reeks 4x100m na RCG. Yana Goosen, Emma, Lieselotte en Manon finishten nar 47"29. Bij de mannen een moeilijker opgave. Warre, Jules, Tristan en Wout werden zesde in hun reeks in 46"26. Het was nog altijd speelbaar voor de titel maar dan moesten de Gentenaars steken laten vallen. Dit gebeurde niet in de afsluitende 4x400m mixed relay. Adrien, Nel, Aaron en Axana finishten derde, na RCG en EA. Bij de afrekening werd RCG kappioen en promoveert naar First league. Wij werden tweede. Na de derde stek van vorig jaar opnieuw een bevestiging dat we goed bezig zijn.



De IC ploeg. Ontbreken : Lobke en Philip

Foto Kelly

Op de kalender

18 mei. KVV AC in Kortrijk

20 mei. Derde werpermeeting in Eeklo

26 mei. PK voor de jeugd in Ninove.

1 juni. Interregio jeugdcup in Ertvelde