

## Belgische titels voor Philip en Timothy

### Puike prestaties van onze andere atleten

**Gent 26 juni**

Een mooie delegatie atleten vanaf Cad was naar Gentbrugge afgezakt om de kleuren van sponsor LUXOR met hand en tand te verdedigen

De eerste om dat te doen was Victor Neyt op de 100m. Hij werd derde in de eerste reeks in 13"29 maar er stond te veel wind voor homologatie. Dan had Lukas Fouquaert meer meeval. Hij werd zesde in de sterkste reeks in een PR van 12"53 met toegelaten rugwind van bijna 1m/sec. In de derde reeks bij de Sch vrouwen liep Louise Boone naar een vierde stek in een PR van 13"01. Die duik onder de 13 zit er aan te komen. Leeftijdsgenoot Rien Van Gils werd zesde in de eerste reeks in 12"53. Trainer Gil en ikzelf zagen dat er werk is aan zijn starthouding. Toen stond er een 600m op het programma. Bij de Cad dames zagen we Claire Van Paemelen een goede wedstrijd lopen. Ze finishte in een PR van 1'50"16, dit is tevens een CR want dit werd nog nooit gelopen door een Cadet van onze club. Positief was ook dat ze haar armen goed bleef gebruiken tot het einde en liep met hoge knieën. Ondertussen waren de Cad heren aan het speerwerpen. Victor Neyt won de wedstrijd met een PR van 40m11, Ilya Moudretsov werd negende met 32m08. Hij zag zich de 3 extra worpen door de neus geboord met 1 centimeter.

Volgend hoofdstuk van ongebruikelijke nummers was de 300m. Lukas betwistte ook dit onderdeel en haalde een PR van 40"68 waarmee hij de Lexicath induikt. Ook Louise betwistte dit onderdeel en werd vierde in de eerste reeks, zesde in totaal in een PR van 46"15. Leeftijdsgenoot Niels Staelens werd derde in de wedstrijd in een PR van 36"90 waarmee hij zesde aller tijden wordt van de club.



Bij de Sen heren won Warre De Pauw de tweede reeks, en de totale wedstrijd in 36"12. Ondertussen was Sam Decousemaecker bezig bij de Sch heren aan een goede wedstrijd speerwerpen die hij op zijn naam zette met 51m78. Ik zag wel dat de atleten worstelden met een strakke zijwind. Aan de binnenring van de piste was Victor ondertussen bezig aan een goede wedstrijd verspringen. Hij liet een PR van 5m11 optekenen en werd daarmee tweede. Op het einde stond nog zo'n ongebruikelijke afstand op het programma. 2000m wordt niet zo veel gelopen en daarom waren er toch twee goed gevulde reeksen. In de eerste reeks zagen we vader en zoon Van De Sompel gezamenlijk aan de start. Max nam direct de kop en liep een dijk van een wedstrijd. In de vijfde ronde zagen we hem het tempo meer en meer opdrijven en hij won die reeks in een PR van 5'50"52. Dit werd nadien in de gezamenlijke uitslag de tweede tijd van alle deelnemers. Met die puike prestatie duikt hij ook op in de toptien aller tijden van de club op een vijfde rang. Maarten liep ook een PR en finishte in 6'56"54.



### Laken 29 juni

Dag 1 van het BK is de dag voor de kwalificaties. Het is dus met een bang hartje dat veel van onze lopers naar het Koning Boudewijnstadion afzakten.

De eerste die werd opgemerkt in de kleuren van sponsor LUXOR was Manon Depuydt. Zij nam deel aan de reeksen 100m. In het zog van Rosius wist ze zich te kwalificeren voor de B-finale in 11"85. In de derde reeks werd Lieselotte Van Laere vijfde in 12"15, een honderdste boven haar SB. Zij kon niet doorstoten

naar de eindstrijd. In die B-finale werd Manon derde in 11"72. Nadien was het dan tijd voor de reeksen 1500m. Nel Vanopstal keek een beetje de kat uit de boom en kon zich met en vijfde rang plaatsen voor de eindstrijd. Over de tijd van 4'3425 gaan we niet spreken want in de reeksen tellen enkel de plaatsen. In de tweede reeks werd merkkelijk sneller gelopen. Axana Schaevebeke liep attent mee in de kopgroep. Dank zij een sterke sprint wist ze zich als tweede over de meet te wurmen in een SB van 4'27"15. 4 dames finishten in de zelfde seconde. Direct daarna was het aan Wout De Waegenaere op dezelfde afstand. Hij werd elfde in de tweede reeks in een tijd van 3'55"17, net boven zijn SB. Op het centrale plein was het aan Philip Milanov om zijn duivels te ontbinden. Hij ging van bij de eerste worp aan de leiding en finishte met een sterke zesde worp van 62m09. Zijn zoveelste Belgisch goud.



4 reeksen 800m met per reeks 2 rechtstreeks geplaatste deelnemers. Aaron Botterman liep in de derde reeks naar een tweede stek en was dus zeker van de eindstrijd. Zijn tijd van 1'52"31 is voor de archieven. Nadien moesten Manon en Lieselotte terug aan de bak voor de series 200m. Lieselotte werd vijfde in de eerste reeks in 25"27 maar mocht haar spikes opbergen voor dit onderdeel. Manon won de derde reeks in een evenaring van haar SB van 23"82 en wist zich zo verzekerd van een plaatsje op zondag. Haar tijd is ook de derde van alle deelnemers en dit geeft zicht op een betere baan. Daarna was het aan Adrien Devriendt om de halve baanronde te betwisten. Hij werd tweede in de tweede reeks in een voortreffelijke 21"37 en mag zich op zondag proberen in de medailles te werken. De laatste wedstrijden van de dag betroffen de 5000m, tevens de langste afstand op dit kampioenschap. Sander Vercauteren haalde er een zevende stek in 14'10"61. Bij de dames liep Jenka zich de ziel uit het lijf maar dit mocht niet baten. Ze finishte als zesde, vijfde Belgische, in 16'42"96.

## Oudenaarde 29 juni

Bij de Kan en Ben jongens waren Lukas Hollevoet, Remi Blomme en Briek Boelens van de partij. Briek wist me te vertellen dat hij zich goed vermaakt had. Mooi om die kinderen bezig te zien en alles te geven.

Reeds de vijfde manche van de Interregio. Ook ditmaal was de Meetjeslandse opkomst niet overdonderend te noemen. Pup Wout Boelens sprong over 95cm en dit betekende een PR. Op de 80m sprint voor Min meisjes ging Olivia Strobbe met de algemene zege aan de haal. Ze liep een PR van 11"03 en verovert een plaatsje in de Lexicath. Fran Dobbelaere werd veertiende in 12"01, Nore Mattheeuws zestiende met 1 honderdste meer. Darya Moudretsov liep door het oog na 12"48 en Jana Tiri finishte in 12"81. Bij de Pup meisjes werd begonnen met kogelstoten. Zita Bonne wierp daar een PR van 5m25, Lena Tiri staat net achter haar in de uitslag met 5m13. De Min jongens waren ondertussen bezig met speerwerpen. Lennerd Claeys wierp 16m20 wat hem op rang 17 deed belanden. De Min meisjes waren ondertussen doorgeschoven naar het verspringen. Olivia werd tweede met een sprong van 4m43, Nore dertiende met 3m81. Fran plofte na 3m46 in het zand en de beste sprong van Darya werd 2m59 opgemeten. Tijdens deze proef konden ze ook supportereren voor Lennerd op de 80m. Hij flitste door het oog na 12"20. De Pup meisjes moesten zich ook bewijzen op de hoogspringmat. Zita wipte over 1m15 en dit was een PR, Lena staat ook met een PR achter haar naam door over 1m04 te wippen. Op de stand net naast hen was Wout bezig aan een wedstrijd kogelstoten. Hij duwde de bol van 2kg naar een PR van 5m46. De Min kregen ook nog een verlengd sprintnummer over 150m voor de voeten geschoven. Lennerd volbracht de opdracht in 22"20 en hier staat PB in de uitslag. Direct daarna de dametjes op dit nummer. Fran was de beste Meetjeslandse op dit onderdeel in een PR van 21"99 net voor Nore dit met PB 22"02 gequoteerd werd. Darya vestigde met 22"63 ook een beste ooit door te finishen in 22"63 en Jana liet 25"26 optekenen. Lennerd was op zijn beurt doorgeschoven naar het verspringen en wipte naar een SB van 3m33. Wout kreeg als afsluiter een 1000m te betwisten. Hij werd vijfde in de tweede van vier reeksen in een PB van 3'44"62 en was tevreden over zijn namiddag. In het speerwerpen voor de oudste dametjes werd Nore vijfde met een PR van 18m52, Nana liet het ding prikken na een PR van 9m71 en de beste worp van Darya werd 9m34 gemeten. De jongste dametjes sloten af met een 1000m. Lena finishte in 4'15"27 en Zita in 4'28"67.

## Laken 30 juni

De dag van de finales en toch een achttal van onze atleten die present tekenden.

De eerste die aan de bak mocht, rond 15 uur, was Emma De Naeyer in de reeksen 100H. Ze nam een zeer goede start en kwam als vierde over de eindstreep in 13"67. Met deze tijd kwalificeerde ze zich voor de A-finale en dit was ook een CR (was van Siska Thys – 13"72 – 2010). Daarna was het tijd voor de finale van de 1500m met twee van onze dames. Het aanvangstempo viel goed mee en onze dames staken zich goed weg in de buik van de groep. Bij het ingaan van de laatste ronde werd het tempo opgedreven. Op 300m voor het einde werd Axana uit evenwicht gebracht en verloor ze haar ritme, ze zakte achteruit. Nel schoof wat meer naar voor. Bij het ingaan van de laatste bocht raakte ze ingesloten en werd ze voorbij gestoken. Ze probeerde in de laatste lijn nog een versnelling te plaatsen maar dit mocht niet baten. Ze haalde de vijfde stek in 4'35"67, Axana werd tiende in 4'37"82. Emma mocht toen weer aan de bak. Ze was niet zo goed weg als in de reeksen meende ik te zien. De anderen sprintten van haar weg. Ze werd achtste in 13"67 waardoor mijn visie niet de juiste bleek want ze deed nog een beetje af van haar CR. Toen werden de finales van de halve baanronde betwist en in elke wedstrijd iemand in de kleuren van sponsor LUXOR. Manon Depuydt was goed vertrokken maar kon het hoge tempo niet aanhouden. Bij het uitkomen van de bocht liep ze vierde en in de rechte lijn werd ze nog voorbij geslopen door een dame uit Herentals. Ze moest zich dus tevreden stellen met een vijfde stek in 23"86.



Ook Adrien Devriendt leek goed gestart maar na het uitkomen van de bocht zag ik hem plots afhaken en de strijd staken. Hopelijk heeft hij er geen kwetsuur aan over gehouden. Ondertussen was speerwerper Timothy Herman bezig aan zijn wedstrijd. Zijn eerste poging maakte hij zelf ongeldig, de tweede was direct goed voor zekerheid van de zege want 78m19. In de volgende pogingen kon hij zich niet meer verbeteren want de wind blies blijkbaar niet gunstig voor de werpers. Voor Timothy betekende dit de tiende nationale titel, vijftiende opeenvolgende podiumplaats op het BK. Straffe prestatie.



De laatste Meetjeslander op de piste was Aaron Botterman op de 800m. De eerste 600m liep hij gemakkelijk mee in de groep. Toen werd er een knallende versnelling geplaatst door de latere winnaar en Aaron kon niet direct reageren. Hij werd zesde in 1'51"27.



## Op de kalender

- 13 juli. BK werpvijfkamp Mas in St Niklaas
- 14 juli. BK hamer voor Cad tot en met Bel in Brugge
- 3 augustus. BK 10000m op de weg in Lokeren.
- 10/11 augustus. BK MK in Merksem
- 15 augustus. KVV Cad en Sch in Tessenderlo.