

Mooie prestaties op meeting in Eeklo

2CR voor Adrien Devriendt

Eeklo 29 april

99 atleten hadden zich ingeschreven voor onze tweede werpermeeting. Het betere weer zorgde er voor dat de atleten met volle moed hun nummers betwistten.

Cad Frêle De Cocq nam deel aan het hamerslingeren. Haar eerste twee pogingen waren redelijk goed. Dan begon ze de foutjes op te stapelen in de werpring, met 4 foutworpen tot gevolg. Haar beste worp werd 25m73 genoteerd. Twee Jun dames op dit onderdeel. Morgane Van Daele won met een PR van 34m65 voor Ona Lemmens die ook in de knoei zat met haar techniek en slechts 22m07 liet optekenen. Morgane nam ook nog deel aan het gewichtwerpen waar ze de bol van 9kg 10m51 van zich af zwerde. Haar zus Maité, ondertussen al Sen slingerde de bol naar 34m30, in het gewichtwerpen haalde ze 10m23. Bij de Mas zagen we de zussen De Sutter het beste van zich zelf geven. In het hamerslingeren liet Carine 30m38 noteren met de hamer van 3kg. Mirjam wierp die van 4kg 21m94 ver. In het gewichtwerpen haalde Carine 8m98 met die van 7kg, Mirjam wierp die van 9kg 7m59 ver.

In het kogelstoten voor Cad jongens hadden we 3 van onze kerels bij de groep. Niels Staelens verpulverde zijn PR met bijna anderhalve meter en staat nu op 11m02. Sam Decousemaecker duwde de bon 9m82 van zich af en Ilya Moudretsov had als beste worp 6m90. In het discuswerpen liet Niels opnieuw een PR noteren met 27m40, Ilya verbeterde zijn beste worp ooit met meer dan 3 meter om die op 22m52 te brengen. Ze zijn klaar voor de interclub binnen 2 weken in Ertvelde. In het hamerslingeren was Sch Brend Goethals goed aan het knoeien onder het belangstellende oog van papa Danny. Hij liet slechts 1 geldige worp optekenen en die werd 21m97 gemeten. Leeftijdsgenoot Flor Laenens duwde de kogel van 5kg 9m47 van zich af. Sen Steffen Lemmens vestigde een nieuw PR in het hamerslingeren. De bol van 7kg260 plofte neer na precies 50 meter. Tim Bruggeman haalde 29m92. In het discus haalde Philip Milanov een goed niveau. Zijn discus plofte neer na precies 64m en dit is maar een fractie onder zijn PR. Bij de Mas heren haalde trainer Etienne De Vriendt behoorlijke prestaties ondanks het feit dat hij al van 8 uur in de weer was om de werpsectoren aan te leggen. Zijn hamer landde na 26m52, zijn gewicht vloog 10m24 (zijn beste worp viel nipt buiten) en de discus zweefde 24m05. Volgende meeting in Eeklo op 29 mei.

Brugge 29 april.

Cad Livia De Greve nam er deel aan de 200m waar ze, bij windstilte, haar PR op 30m18 bracht. In het polsstokspringen wipte ze over 2m30.

Nieuwpoort 30 april

Twee van onze Min jongens namen er deel aan een MK. Als je van zo ver komt, dan ga je voor een medaille. Dat deden onze jongens ook. Victor won de MK met 3301ptn. Hij liep de 80m in 11"23, wierp de speer 35m91 ver, wipte over 1m499 en landde na 4m59 in de zandbak. De afsluitende 1000m liep hij in 3'10"91. Tristan liet zich de zilveren medaille overhandigen voor 2879ptn. Hij sprintte naar 11"07, wierp 20m86, wipte over 1m43 en landde na 4m17. De afsluitende afstandsproef zette hij naar zijn hand in 3'09"12. Sterke wedstrijd van alle 2, proficiat.



Tristan en Victor. Foto Kelly

Vlierzele 1 mei

Op het Open Belgisch kampioenschap voor studenten vestigde Sen Adrien Devriendt 2CR. Op de 100m sprintte hij naar een knappe 10"76 (W +1.7m/s) en won de sterkste reeks. Het vorig CR bedroeg 10"80 en dateerde van 2021. Een paar uur later was hij de primus op de dubbele afstand. Hij legde de halve baanronde af in 21"11 (W -0.1m/s). Daarmee doet hij precies 4 tienden af van zijn bestprestatie van vorig jaar.

Herentals 1 mei

3 van onze Sen trokken naar deze sterk bezette meeting om er de vorm aan te scherpen in het vooruitzicht van de Interclub volgende zondag. Axana Schaevebeke toonde dat de vorm goed is door de 3000m af te leggen in 9'34"05, een mooie verbetering van haar PR. Op de zelfde afstand liep Sander Vercauteren naar een mooie prestatie. Met 8'13"03 deed hij 9 seconden af van zijn prestatie van vorig jaar en werd hij 7^{de} in de totaalstand. Wout De Waegenaere werd 25^{ste} van de 110 deelnemers in een PR van 8'40"97. Ook deze atleten tonen zich klaar voor volgende zondag.

Zaterdag is er de Interregio jeugdcup in Aalter en de zondag is er de clash in VAL ereklasse voor onze atleten. Supporters op post.

Achiel