

## De zomer kabbelt verder

**Vorig weekend was er eentje van bakken en braden op de pistes. Toch werden puike prestaties neergezet**

Deinze 7 juli

Een beperkte delegatie op deze avondmeeting die nochtans in ideale omstandigheden plaatsvond. Ondanks een tegenwind van 1,3m/sec wist Niels Staelens zijn PR op de 100m te verbeteren naar 12"58 en dit bracht hem op de derde plaats. Trainer Tom zag dat het goed was. Op de dubbele afstand werd hij opnieuw derde in 25"35. Ilya Moudretsov haalde de zevende rang in een PR van 29"47. Ilya wierp voor het eerst de kogel van 4kg over de 7 meterlijn. Zijn bestprestatie is nu 7m06 en hij werd daarmee tweede. In het speerwerpen haalde hij de vierde stek met ook al een PR. De speer prikte na 26m59. Leeftijdsgenoot Tercit Tessenaere sprong naar plek 5 door 3m97 ver in de zandbak te landen. Onze twee Mas op de langere afstanden tekenden ook weer present. Lizzy Immesoete won de 1500m in 4'59"99, een SB. Lucien komt er langzaam weer boven op na zijn kwetsuur. Hij voelt zelf dat het de goede kant opgaat. In de wedstrijd zelf maakte hij een kleine fout, dixit hemzelf, door de tweede ronde achter een ander atleet te blijven "haperen". Hij haalde de derde plaats in 5'00"96. Komt allemaal goed, Lucien.



Prachtige foto van Lizzy en Lucien door Kelly Cattoor

Lille (Fr) 5 Juli

Enkele van onze atleten trokken naar de werpermeeting van ASPPT met trainer Tony. Cad Tercit Tessenaere won het speerwerpen met 26m05. Jenny Lee Van Eeckhout won dit bij de dames met 31m22. Van de anderen op de foto vond ik geen uitslag terug



Foto Els Pierets

Kortrijk 8 juli

Sen Thibault Willems schoof nog eens in zijn spikes na een onderbreking van 3 jaar. Hij werd 24<sup>ste</sup> op de 400m in 55"84. Sander Vercauteren nam deel aan 1 van de vele reeksen 1500 en werd 39<sup>ste</sup> in de totaalstand in 3'53"92, net boven zijn PR.

Hamme 9 juli

Sigur Craeye liep er de ongebruikelijke 2000m. Hij haalde een tweede stek in 7'04"66 en wordt daarmee 4<sup>de</sup> in de club-lexicath.

Ieper 9 juli

Sch Jules Maenhout werd tweede in het polsstokspringen met 3m52. Hij slaagt er nog niet in om opnieuw boven de 3m70 te klimmen. Hij spaart dit waarschijnlijk op voor het Vlaams kampioenschap op 15 augustus

Kalender

De inschrijvingen voor het BK AC 29-30 juli in Brugge zijn geopend. Inschrijven via de gekende weg voor 22 juli om 12 uur. (Achiel)