

## FOCUS op het BK AC

### Monaco 21 juli

Timothy Herman had een totale off day op de Golden League in Monaco. Hij werd er zevende met een onbegrijpelijke 74m34 zoals papa Chris schrijft op zijn FB pagina.

### Ninove 22 juli

De wedstrijd trok 1080 atleten aan uit de vier windstreken. Veel buitenlanders komen hier fine-tunen voor het WK binnen een maand. Voor onze eigen atleten werden de laatste fitnesses bijgewerkt in het vooruitzicht van het BK in Brugge van volgend weekend.

Warre De Pauw wist nog niet goed wat hij zou deelnemen op het BK en probeerde het op de kortere nummers. Op het hectometer werd hij 52<sup>ste</sup> in totaal in een evenaring van zijn PR van 11"45. Adrien Devriendt haalde zijn normale niveau niet want hij finishte in 11"84, meer dan een seconde boven zijn PR. Op de dubbele afstand finishte Warre in 22"70, net boven zijn PR. Warre stelde zich kandidaat voor de 400m, Adrien voor de halve baanronde. Op de volledige baanronde haalde Wout De Waegenaere de eindstreep in 53"03, hij stelde zich kandidaat voor de dubbele baanronde. Philip Milanov won het discuswerpen met 64m33. Hij zal dit onderdeel betwisten op het BK. Het kogelstoten laat hij aan zich voorbijgaan omdat dit plaats vindt voor het schijfwerpen en hij daar voluit wil gaan in het vooruitzicht van het WK. Emma De Naeyer liep de 100mH en finishte in 14"20. Zij heeft nog een klein beetje werk voor de boeg.

### Beernem 22 juli

Enkele atleten uit de Cadettengroep gingen bij de dichtste burens uit de kustprovincie.

Niels Staelens werd vierde op de hectometer in 12"59. Tijd is niet homologeerbaar omdat de steunwind +2.2m/sec was en het max toegelaten 2.0m/sec is. Niels is in volle voorbereiding voor het BK-KVV MK. Vermits er geen MK plaats vindt voor die datum moeten de atleten zo goed mogelijk presteren op zoveel mogelijk verschillende proeven.



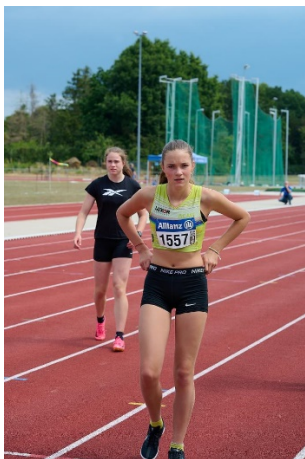
Niels haalde nog de tweede stek in het hoogspringen door over 1m45 te wippen. In het speerwerpen 3 van onze kerels aan de slag. Sam Decousemaecker gaf er opnieuw een lap op een bracht zijn PR op precies 43 meter, goed voor de zege. Daarmee komt hij de lexicath binnen op plaats 7. Niels liet het werptuig van 600gr prikken na 28m24 en werd derde. Ilya Moudretsov bleef onder zijn eigen verwachtingen en werd vijfde met 25m60.



Fangio

Ilya

Livia De Greve is in hetzelfde geval als Niels. Op de hectometer liep ze 14"51 en werd 11<sup>de</sup> maar ook te veel steunwind fnuiken haar prestatie net als die van Léonie De Baets die 13<sup>de</sup> werd in 14"75. Léonie haalde wel de tweede rang op de 1000m in 36"98. In het speerwerpen werd Livia 10<sup>de</sup> met een worp van 17m14 en in het hoogspringen haalde ze een PR van 1m40 en werd vijfde. Léonie werd tiende met 1m20. **Fotos : Kristof Staelens**



Léonie



Livia

Knokke 22 juli

Twee van onze Min namen deel aan de MK van het Leeuwjtjes criterium. Victor Neyt won deze met 3080ptn. Hij liep de 80m in 11"36 en de 1000m in 3'13"87. De discus zweefde naar 29m83, de kogel plofte neer na 10m40 en hijzelf plofte in de zandbak 4m79 voorbij de afstootbalk. Tristan De Greve haalde de zesde stek met 2755ptn. Hij sprintte naar 10"91 en liep naar 3'05"55. De discus landde na 18m21 (PR) en bij de kogel werd precies 7 meter (PR) opgetekend. Zijn verste poging in de zandbak werd 4m64 (PR) opgemeten.



Foto Mattias Neyt

Sint Niklaas 23 juli

Enkel Olivia Strobbe trok naar het Waasland criterium om er een MK te betwisten.

De MK bestond uit 80m-1000m-kogel-hoog en ver en er waren 26 meisjes die kwamen opdagen uit alle windstreken en Vlaamse provincies. Het begon al goed op het verspringen waar ze 4m33 (PR) ver in de bak landde. Daarna was het tijd voor de sprint waar ze derde werd in 11"35 (PR) en gevolgd door het hoog. Daar kende ze een beetje tegenslag want ze bleef steken op 1m35. De voorlaatste proef was kogelstoten. De verste poging werd 8m41 gemeten, een haar onder haar PR. Dan naar de afsluitende kilometer die ze won en bedwong in 3'29"73 (PR). Ze verzamelde 2697 punten en dit bracht haar op de meest ondankbare plaats, net naast het podium maar wel veruit de beste Oost-Vlaamse.

Agenda : the place to be is Brugge voor het BK AC op zaterdag en zondag.