

Belgisch en Vlaams goud voor Flavio Van Loo

Vlaams en provinciaal goud voor Lizzy Immesoete en Lucien Heyde

St Niklaas 16 augustus

Slechts 2 Meetjeslander verdedigden de kleuren van sponsor LUXOR Maldegem op de WDK meeting. Min Olivia Besson haalde twee maal brons. Op de 60H liep ze door het oog na 10"09. Ze werd vijfde op de minder gebruikelijke 300m met een verpulvering van haar SB met meer dan 5 seconden. Dit staat nu op 48"50. In het verspringen haalde ze haar tweede medaille met een sprong van 4m28. Leonie Wildemauwe nam zelfs deel aan 4 nummers. Op de 60H werd ze vijfde in 12"70, in het verspringen landde ze op de 20^{ste} plaats met 3m05. De kogel viel neer na 4m68 en dit was goed voor rang 23 en de afsluitende 1000m liep ze in 3'39"91 wat haar een zesde plaats opleverde.

Boedapest 19 augustus.

Philip Milanov nam deel aan de kwalificaties discuswerpen. Zijn beste worp werd 63 meter gemeten en hij werd achtste in zijn groep. In de andere groep smeten meer dan 4 atleten beter waardoor hij niet door kon stoten naar de finaleronde. Hij is zelf ontgoocheld want zijn seizoen gemiddelde staat op meer dan 64 meter. Daarmee zou hij wel de eindstrijd betwist hebben.

Gent 19 augustus

Op de Interregio waren de clubkleuren goed vertegenwoordigd. Bij de Min jongens werd Lennerd Claeys tiende op de 80m. Hij klokte af na 12"89. Op de 80H ging Tristan De Greve met de zege lopen in 13"34. Ferre Mattheeuws werd zesde in 15"74 en Lennerd haalde de 15^{de} stek in 18"58. Op de minder gelopen 300m was Tristan weer de beste in 41"98, Ferre werd tiende in een PR van 50"11. Er werd ook gekampt. Ferre viel net naast het podium in het discuswerpen maar vestigde wel een PR met 36m54. Ook Tristan verbeterde zich en zijn 21m84 brachten hem op de zesde rang. Lennerd wierp blijkbaar voor de eerste keer de schijf van 750gr. Ze landde na 14m89 en op plaats 18. Ook de kogel moest er aan geloven. Ferre haalde brons met 8m16, Tristan werd vijfde met een PR van 7m67 en ook Lennerd haalde een PR, dit staat nu op 5m86. Lennerd nam ook nog deel aan het ver waar hij 18^{de} werd met 3m18.

Bij de meisjes van deze leeftijdsgroep waren er vier atleetjes present. Op de 80m viel Olivia Besson, na fotofinish, op de 4^{de} stek in 11"50. Nore Mattheeuws werd 16^{de} in 12"53, Renée De Wever 18^{de} in 12"68, net voor Darya Moudretsov die 2 honderdsten meer nodig had. Olivia werd tweede op de 300m in een PR van 46"27, Nore haalde een tiende stek in 49"74, Renée verbeterde zich naar 51"30 en werd veertiende en op rang 21 vinden werd Darya die haar tijd naar beneden bracht tot 53"71. Olivia ging met goud aan de haal op de 60H in een tijd van 10"06. Nore haalde de meet in 13"14. In het kogelstoten werd Darya 9^{de} en ze trok haar PR op naar 6m52. Nore stootte 5m92, goed voor rang 11. Nore werd wel vijfde in het verspringen met 3m65. Renée haalde de tiende stek met 3m43 en Darya sprong 3m01. Olivia had blijkbaar een off-day met 2m38

Bij de Pup meisjes werd Jana Tiri elfde op de 60m in 10"41, Zita Bonne dertiende in 10"58. Op de 60H werd Zita zesde in een PR van 12"94, Leonie Wildemauwe achtste in 13"06. Leonie werd wel tweede op de 1000m in 3'40"28. In het vortexwerpen staat Leonie als twaalfde met 18m72, Jana wierp 12m12 en dit bracht haar op rang 20. In het verspringen wipte Zita naar een PR van 3m17, Jana plofte neer na 2m94.

Edegem 19 augustus

Twee van onze afstandsluipers op de ongebruikelijke 2000m. Axana Schaeveerbeke werd tweede in een CR van 6'06"50. Dit CR snoepte ze af van Lizzy Immesoete en dat stond al sinds 1989 op 6'13"74. Jenka Wittevrongel werd derde en bleef met haar 6'13"28 ook nog onder de oude recordtijd.

Herve 19 augustus

Drie Cad hadden zich ingeschreven voor het BK/KVV MK. Bij de meisjes staat een zeskamp op het programma, gespreid over 2 dagen. (dat is wat anders dan de Min die ze een vijfkamp doen afwerken op een namiddag). De jongens krijgen een achtkamp voorgeschoteld. Voor Livia De Greve en Niels Staelens een kennismaking met de MK en een mogelijkheid zoveel mogelijk PR te verbeteren.

Het begon dus met Livia die haar zeskamp 's morgens aanvatte met 80mH. Gevreesd door alle atleten en ook door sommige ouders. Livia werd vierde in haar reeks en brak haar eerste PR, dat nu op 15"03 staat. Direct daarna moest ze naar het hoogspringen maar haar benen ontbraken frisheid en ze wipte over 1m30. Voor Livia werd de dag afgesloten op het middaguur met kogelstoten waar ze de bol naar 6m25 duwde. Direct daarna kwamen de twee jongens opdagen voor de 100m. Flavio klokte de derde totaaltijd en vestigde een PR met 11"74 bij tegenwind dan nog. Niels bleef met 12"61 net boven zijn besttijd. Een uurtje later sloeg Flavio voor de eerste keer toe. In het verspringen wipte hij naar een CR van 6m26, enkele dagen nadat hij dit op 6m14 gebracht had. Niels landde op 5m01. Een uurtje rust werd hen gegund om zich voor te bereiden op het kogelstoten. Flavio haalde een derde stek met 12m70 en bracht weer een PR om zeep. Niels bleef maar flirten met zijn PR en haalde de zevende stek met 10m97. In de late namiddag was het dan tijd voor de polsstok. Vorig jaar was dit het nummer dat Flavio te titel kostte want geen prestatie. Ook dit jaar bleek dit een minder nummer te zijn. Hij werd zesde met 3m10 en bleef ruim onder zijn bestprestatie en zag de concurrentie snel nabij sluipen. Niels wipte over 2m60. De eerste dag werd afgesloten met Flavio aan de leiding met een honderdtal punten, Niels stond 19^{de}.

Herve 20 augustus

Flavio begon zeer sterk aan de tweede dag. De nachtrust had hem deugd gedaan. Op de 100H knalde hij naar een CR van 13"75, 7 honderdsten beter dan zijn beste ooit. Niels had blijkbaar ook goed geslapen want hij verbeterde zijn PR van 15"50 naar 15"16.



Waar staat die klok, Niels ?

Ook in het hoogspringen bij de jongens ging het goed. Niels wipte over 1m55 en voegde 10cm bij aan zijn PR. Flavio sloeg een tweede maal hard toe die dag. Met een PR van 1m83 liet hij de anderen beneden

zich. Ondertussen was Livia ook bezig aan dag twee. Het begon voor haar met verspringen. Zij was de nacht blijkbaar ook goed doorgekomen. Ze wipte naar een PR van 4m16.



Op het middaguur moest ze de speer werpen en ook daar haalde ze haar beste ooit. Met 21m29 deed ze meer van 4 meter bij haar PR.

In de late namiddag stond dan het speerwerpen jongens op het programma. Van de toppers had Flavio de minst goede prestatie en hij zou zich dus moeten verbeteren om afstand te houden. Van een verbetering gesproken!! Met 35m93, goed voor een vijfde stek, deed hij meer dan 5 meter bij zijn beste ooit. Een geruststelling. Niels zijn arm wilde niet mee en hij strandde op 24m57.

Livia liep de eerste reeks van de afsluitende 800m. Zij kon, mits een goede tijd, nog plaatsen goedmaken in de uitslag. Ze kweet zich goed van die opdracht en won de reeks in 2'29"38. Vermoeidheid alom.

Afsluiten bij de jongens gebeurt met een 1000m. Niels liep in de eerste reeks en finishte na 3'23"47, meteen een PR. In de tweede reeks dulde Flavio geen tegenstand. Hij won de reeks in 3'06"92, duidelijk op routine want zijn dichtste concurrenten liepen in deze reeks mee en werden op afstand gezet.

In de eindslag bij de meisjes werd Livia 18^{de} van de 24 atletes met een totaal van 2570ptn. Niet onaardig voor een eerste kennismaking. Bij de jongens werd Flavio gehuldigd als Belgisch en Vlaams kampioen (het podium was identiek. Anders dan vorig jaar kwamen de Franstalige atleten er niet aan te pas). Met 4861 punten verpulvert hij het CR van hemzelf. Niels werd 16^{de} van de 21 deelnemers en sprokkelde 3532ptn en komt op de vierde plaats in de Lexicath.

Merksem 20 augustus

Twee Master namen deel aan het KVV voor hun leeftijdscategorie en beiden op de 1500m en dan spreken we natuurlijk van Lizzy Immesoete en Lucien Heyde. Lizzy won de wedstrijd bij de dames 35+ in 3'14"96. Het wordt tijd dat ze eens een wedstrijd vindt waar ze enkele snellere loopsters voor zich heeft om zo haar tijd te verbeteren. Lucien werd derde in zijn wedstrijd 3'16"88 maar was wel de primus bij de heren 65+. Boven op hun Vlaams goud kregen ze ook de gouden medaille voor Oost-Vlaanderen.

KOMENDE KAMPIOENSCHAPPEN

Voor het PK Estafetten van 26 augustus in Oordegem dient ingeschreven te worden via het formulier op Twizzit.

Voor volgende kampioenschappen dient ingeschreven te worden via sportief secretaris:

BK CAD en SCH. Gentbrugge, 2 en 3 Sep. **Voor zaterdag 26 augustus 12 uur**

BK JUN en BEL. Jambes, 10 Sep. **Voor zaterdag 2 september 12 uur**

BK estafetten , Braine l'alleud, 17 september. **Voor zaterdag 9 september 12 uur (TRAINERS)**

BK hamerslingeren voor Cad/Sch/Jun en Bel, **Voor zaterdag 9 september 12 uur**