



Tweedejaarscadetten aan het feest

Merksem (OLSE), 15 augustus – Zowaar de eerste zonnestrallen van augustus openden het Vlaams kampioenschap in het Rode Loopstadion van Merksem. Vooral de tweedejaarscadetten werden geïnspireerd door deze zomerse taferelen want ze veroverden liefst dertien van de vijftien titels. **Lissa Van Lent/SPBO** en **Hanne Maudens/VS** waren de uitzonderingen en beklommen als enige eerstejaars het hoogste schavot. En **Noor Vidts/VAC** was dan weer dé absolute uitblinkster met dubbelgoud.

Voor Noor begon het 's ochtends al vroeg in het hoogspringen. Na 1m55 nam ze al afscheid van Linde Ceyskens/AVT en Hanne Van Den Broeck/AVLO en mocht solo naar de titel springen. Uiteindelijk ging de favoriete over 1m66. Ook in de 400m ging het vrij vlot voor de Vilvoordse want met 59"53 dook ze als enige onder de minuut. De strijd voor het zilver werd spannender en de verrassende **Laura De Launoit/DUFF** (61"02) deed exact één honderdste beter dan **Lina Vrijzen/AVT**. Een andere atlete die alweer indruk maakte, was **Renée Eykens/KAPE**. Op de dubbele baanronde vloog ze naar 2'11"80 en zag **Ella Vanpoucke/FLAC** pas meer dan 5 seconden later het zilver binnenhalen. In het koninginnenummer, de 100m, was de strijd alvast een heel stuk spannender. **Emma Coppenolle/DEIN** (12"75) kon, dankzij een ultieme eindjump, **Paulien Couckuyt/AVKA** (12"76) afhouden. Bronzen **Sofie Laenen/VOLH** (12"80) nam even later in de 200m revanche. Met een PR (25"80) nam ze de titel mee naar Beveren. De hordenummers werden mooi verdeeld over Oost-Vlaanderen en Limburg. **Ashley Solomon/STAX** (11"65) op de 80mH en **Ans Didden/LOOI** (46"76) op de 300mH mogen zich een volledig jaar Vlaams kampioene noemen.

In de springnummers maakten de favorieten hun rol ook waar. **Jorien Hofman/ASVO** verbeterde zich in het hinkstap zelfs tot 10m92 en verwees

Anne Verstraeten/AVT en **Eline Van Doninck/ACBR**, die zichzelf eveneens allebei verbeterden tot 10m80, naar respectievelijk zilver en brons. Met de polsstok pakte **Magalie Vincke/HAMM** (3m23) het goud. Ook in het werpen geen echt opmerkelijke gebeurtenissen want de atleten die eerst gerangschikt stonden, klaarden probleemloos de klus. **Nele Meylemans/RCG**, die 40m68 haalde met de speer, had het nog het moeilijkst want **Katoke Van Den Brulle/ALVA** (39m75) bleek een te duchten tegenstreefster. **Julie Sagon/ABES** (12m14), dominerend met de kogel, en **Lotte Nagels/ACBR** (34m85), de beste van het discus, mochten ook de hoogste trede van het podium beklimmen. Het slotnummer van de dag, de 1500m steeple, werd vlot gewonnen door **Jitte Cosemans/ACA** in 5'29"21.

Johan PERMENTIER

Oost-Vlaanderen boven in de 200m: **Sofie Laenen** (midden, 25"80) wint het van streek- en voornaamgenote **Sofie Van Steelandt** (rechts, 26"01) en **Ashley Solomon** (links, 26"20). [Foto: Luc DEQUICK]

Lissa dankzij sterke laatste 100m

Tot 50 meter voor het einde leek topfavoriete **Lieselotte Schellekens/ROBA** zeker van de Vlaamse 1500m-titel. Maar dankzij een ijzersterke eindsprint wist eerstejaarscadette **Lissa Van Lent/SPBO** haar de titel af te snoepen. Lissa, die eerder ook in eigen provincie de titel won, had zelf niet op het goud gerekend in het jaar waarin ze vooral ervaring wou opdoen. Met haar 4'51"61 kon de frêle atlete uit Bornem haar PR bovendien benaderen. Ze blijft echter met beide voeten op de grond en zakt weldra naar het BK af om opnieuw gewoon te proeven van de kampioenschappen. "Als eerstejaars moet je echt niet al teveel doelstellingen hebben maar gewoon ervaring opdoen. Ik wist uiteraard dat een medaille er in zat maar **Lieselotte** was de favoriete. Toch heb ik me tijdens de wedstrijd nooit ingegraven en samen met **Lieselotte** zorgden we ervoor dat we met **Janne Geers/SACN** weg geraakten uit de groep. We wisselden elkaar dan ook geregeld af aan de kop. Met nog 200m te gaan moest ik een gaatje laten van enkele meters maar dankzij een zeer sterke sprint ging ik nog voorbij **Lieselotte**. Op dat moment wist ik eigenlijk al dat de buit binnen was. Ik ben echter zo diep gegaan dat ik, toen ik de eindmeet passeerde, me toch even op de grond moest leggen. Op het BK kies ik opnieuw voor de 1500m omdat ik dat gewoon het liefste doe. Aan medailles denk ik echter nog niet want ervaring opdoen blijft het belangrijkste."

Hanne verrast favoriete

Dé grote verrassing van het kampioenschap kwam op naam van eerstejaars **Hanne Maudens/VS** in het verspringen. De als tweede gerangschikte atlete kon dankzij een zeer sterke reeks sprongen de maat nemen van favoriete **Chloë Beaucarne/DEIN**. Met een verbetering van haar PR van 5m49 tot 5m73 was de Vlaamse titel een feit. Ei zo na kon de atlete, die eerder op het seizoen al zilver pakte op het KVV meerkampen, ook stunts in de 200m. Als winnares van de tweede serie zette ze uiteindelijk de vierde chrono van alle deelnemers neer, met opnieuw een ferm PR. Hanne is ervan overtuigd dat beter doen amper mogelijk is. "Vanaf mijn eerste sprong zat eigenlijk alles mee. Ik haalde meteen 5m42 en achteraf zou blijken dat die sprong al goud zou opleveren. Dankzij mijn sterke start heb ik **Chloë** wat onder druk kunnen zetten en kon ik zelf ontsnappen mijn competitie verder zetten. Bij mijn tweede sprong verbeterde ik me tot 5m73 ook al werd ik dan wel geholpen door iets teveel meewind. Op dat moment wist ik eigenlijk al dat ik de wedstrijd zou winnen. Ik veranderde onlangs mijn aanloop en dat heeft me blijkbaar nu al geholpen. Ik ben in elk geval zeer blij met de Vlaamse titel. Ook de 200m ging beter dan verwacht. Ik ging voor een PR en daar slaagde ik met mijn 26"32 in. Als ik had mogen starten in de laatste reeks, dan had ik misschien nog kunnen meedoen voor de medailles maar dat maakte mijn dag zeker niet minder. Op het BK combineer ik ook beide nummers en daar hoop ik te bevestigen wat niet vanzelfsprekend zal zijn."



Rode-Loopjes

Nele Peeters/SPBO (kogel, 3de met 10m62; discus, 4de met 29m82) "Ik kwam naar mijn eerste grote outdoorkampioenschap met de bedoeling om me bij de beste acht te plaatsen. Met een medaille had ik echt geen rekening gehouden. Mijn prestatie op zich was iets minder maar dat was bij de meesten het geval. Het was bibberen tot de laatste worp maar ik ben echt gelukkig met het brons."

Ans Didden/LOOI (300mH, 1ste in 46"76; ver, 4de met 5m33): "Toen ik over de eindmeet kwam wist ik echt niet dat ik had gewonnen en ik moest in spanning de fotofinish afwachten. Uiteraard was ik super gelukkig dat ik als winnares werd uitgeroepen. In het verspringen kwam ik een centimeter te kort voor het podium maar ik verbeterde me: ik kan dus van een quasi perfect kampioenschap spreken."

Laura De Launoit/DUFF (400m, 2de in 61"02) "Ik wou eigenlijk gewoon mijn tijd verbeteren naar het BK toe want met een medaille had ik geen rekening gehouden. Vanuit de ongunstige eerste baan ging ik echter perfect mee en liep in de laatste rechte lijn op de derde plaats. Een ultieme inspanning leverde me zelfs zilver op! Deze prestatie komt er dankzij de raadgevingen van mijn trainer **Jelle Van Bogaert**."

Sofie Laenen/VOLH (100m, 3de in 12"80; 200m, 1ste in 25"80) "Op voorhand ging ik voor 200m-goud en een podiumplaats in de 100m: mijn verwachtingen werden dus vervuld. Toch zat er in de 100m meer in dan brons want een mislukte start zorgde ervoor dat twee atletes me voorgingen. Een PR 200m maakte echter veel goed dus ik ben zeer tevreden."