

# Atletiek

## PK INDOOR IN GENT

Polstokspringster Aurélie De Ryck zet beste prestatie in drie jaar neer

# “Opgelucht dat ik eindelijk weer niveau haal”

**AC Lyra (18 medailles), AVKA (27 medailles), OLSE Merksem (15 medailles) en AC Kapellen (15 medailles) waren de grote slokken op de provinciale indoorkampioenschappen in de Gentse topsporthal.**

• AC Lyra scoorde maar liefst medailles waaronder zeven gouden. Een van de opvallendste overwinningen kwam op naam van polstokspringster Aurélie De Ryck. De Lyra-atlete haalt na drie moeilijke jaren (schouderoperatie, sabbatjaar, trainerswissels, studies kinesitherapie die voorrang kregen) eindelijk opnieuw een zeer hoog niveau. Op het PK zette de Belgische kampioene bij de beloften haar beste sprong in drie jaar neer: 4m05. “Ik ben terug op de goede weg”, wist de 23-jarige atlete. “Mijn aanloop zat opnieuw goed en ik was tevreden over mijn sprongen.”

Na haar gelukke poging op 4m05 liet De Ryck de lat ook nog op 4m15 leggen. Dat bleek echter nog te hoog. “Mijn pogingen op 4m15 heb ik compleet weggegooid. Dat leek nog nergens op, maar ik voel dat er meer inzit. Polstok blijft een technische discipline en om hoog te springen moet het hele plaatje kloppen. Daarom blijf ik op aanraden van mijn trainer nog de korte stoken gebruiken om eerst daarmee goed te springen. Stap voor stap wil

ik vooruit blijven gaan. Ik ben al heel content dat ik na drie mindere jaren opnieuw vlot over de 4m spring. Dat geeft veel vertrouwen. Doel is om te bevestigen en te verbeteren.”

### Sven Van den Bergh

AVKA was goed voor 27 medailles. Scholier Sven Van Den Bergh nam er twee voor zijn rekening. Hij begon met goud in de 200m in 22”42. “Ik vind het wel een goede tijd. Mijn vorige record was 22”86. Daar duik ik ver onder.”

Enkele uren later was Van Den Bergh al goed gerecupereerd, want hij dook op de 400m dik onder de vijftig seconden: goud in 49”59. Opnieuw een mooi persoonlijk record. Bij de cadetten zorgde Lynn Beck voor een van de strafste prestaties van het kampioenschap. De atlete van AC Kapellen won goud in de 60m horden in een supertijd van 8”77. Slechts drie Belgisch cadetten liepen ooit sneller. “Ik ben heel tevreden. Vooral omdat ik mijn record verbeter met vier honderdsten. Alles lukte gewoon vlot”, vertelde de atlete uit Zoersel die ook goud haalde in het verspringen met 5m43. Eerstejaarsjuniore Rani Baillievier (OLSE) zorgde met winst in de 400m in 57”50 voor een van de sterkere junioreprestaties.

**BART SPRUIJT**



Aurélie De Ryck (rechts) met zilveren medaillewinnares Eva De Laet naast haar. FOTO BASP