Juniores tillen kampioenschap naar hoger niveau

Een week na het BK alle categorieën kregen de juniores en beloften een nieuwe kans om eremetaal binnen te halen. Negen van de tweeëntwintig te verdelen titels waren voor LBFA-atleten. Onze eigen atleten kregen dus zeker de nodige tegenstand voorgeschoteld.

Matthias Quintelier.

Een vergelijking met het Nederlands kampioenschap van een week eerder werd gemaakt door omroeper Johan De Beule en daar bleek dat onze noorderburen toch nog iets sterker presteerden. Enkele absolute toppers gaven dan ook forfait en zijn hun outdoorseizoen al aan het voorbereiden of moesten met blessures afhaken. De juniores haalden het alvast op punten van hun oudere collega's want met een Belgisch record en nog twee extra nieuwe top 10-noteringen, tilden ze het BK zeker naar een hoger niveau.

Juniores: Sterker dan vorige jaren

Het juniores-BK was duidelijk sterker dan de vorige jaren. Naast de vaste waarden van vorige winter, kwamen er nog heel wat sterke eerstejaars bij waardoor het kampioenschap duidelijk nog meer niveau kreeg. Dankzij een ideale mix van VAL- en LBFA-atleten werd het ook nog een stevige strijd tussen beide landsdelen. Zo werden onder meer de sprinttitels eerlijk verdeeld. Het was uitkijken naar wat seizoensrevelatie Kobe Vleminckx/ACHL zou presteren in de 60m, maar na het afhaken van Jordan Paquot lag de weg vrij naar een eerste Belgische titel. De eerstejaars verbeterde zich dit jaar spectaculair tot 6"89 en het was uitkijken of hij zo laat in het seizoen nog een beetje van deze tijd kon afpitsen. In de reeksen haalde hij, ondanks een afwachtende start, toch al een mooie 6"93 en in de finale deed hij nog 5 honderdsten sneller. De perfect tweetalige Arno Vanhamme/RESC kwam nog het dichtst in de buurt want hij verbeterde zich van 7"11 tot 6"95 en pakte zilver. Medefavoriet Raphael Kapenda/SMAC (6"98) werd derde.

Kobe Vleminckx haalt het van 200m-kampioen Arno Vanhamme.

Matthias schrijft opnieuw geschiedenis

Het leek wel een nieuwe episode van een langlopende soapserie. Dat de kogelduels tussen eeuwige rivalen Matthias Quintelier/AVKA en Ilya Defrère/DCLA altijd spektakel opleveren, leerden we uit het verleden. Meestal was het de Vlaams-Brabander die aan het langste eind trok maar sinds afgelopen zomer weet ook Matthias wat winnen betekent. Dit indoorseizoen stuwden ze elkaar andermaal naar een hoger niveau want eerst verbeterde Ilya het Belgisch record en een week later was het de beurt aan de Antwerpenaar. Dit indoorkampioenschap was het de laatste keer deze winter dat de kemphanen de kogels kruisten en het was Matthias die deze keer voor de absolute stunt zorgde. In een incidentrijke competitie die meermaals werd onderbroken, verbeterde Ilya zich tot 17m29 maar verbeterde Matthias tot tweemaal toe het Belgische record om uiteindelijk Belgisch kampioen te worden met een fenomenale 18m03. Volgende aflevering binnen enkele maanden… *"Achteraf is het uiteraard makkelijk praten maar ik kwam naar het BK om 18 meter te gooien. Rustig blijven was de enige voorwaarde om te slagen in mijn plannen maar dat lukte me slechts matig vermits de competitie regelmatig stil lag om worpen nog eens na te meten of de elektronica opnieuw op te starten. Ilya begon matig aan zijn wedstrijd maar met hem ben je nooit klaar. Bij mijn vierde worp haalde ik plots 17m50 en dat was op dat moment een nieuw Belgisch record. Bij mijn laatste poging werd het zelfs 18m03 ook al was het geen alles-of-niets-worp, want eerlijk gezegd dacht ik dat we nog maar in de vijfde beurt zaten. Technisch kan het allemaal nog beter maar dat wordt werk voor de zomer. De WK-limiet staat op 18m68 en die lijkt plots niet zo onbereikbaar meer. Nu ga ik even rusten en haal daarna opnieuw de discus boven."*

Op de baanronde was het uitkijken naar de prestatie van Kobe want iedereen verwachtte dat hij een pak sneller kon dan de 22”70 waarmee hij ingeschreven stond. In de voorlaatste reeks sprintte hij solo naar 21”96, de elfde tijd ooit gelopen. In de laatste reeks wisten ze bijgevolg dat ze hard moesten rennen voor het goud en Arno Vanhamme slaagde met glans in dat opzet want dankzij zijn 21”78 staat hij nu zevende allertijden. Een andere eerstejaars die opnieuw een afspraak had met de geschiedenis, was Jochem Vermeulen/KAPE. Als scholier al bijna ongenaakbaar op de 800m en de 1500m, kreeg hij ook als junior de favorietenrol toebedeeld. In zijn gekende stijl soleerde hij naar 1’52”08. Slechts vijf leeftijdsgenoten liepen ooit sneller. Het was zeker ook uitkijken naar de 400m waar een zeer getalenteerde lichting aan de start verscheen. Het was Dylan Owusu/RCG, de Belgische 400m hordekampioen van afgelopen zomer, die verschroeiend van start ging en na 300m fors aan de leiding ging. Uittredend kampioen Alexander Doom/AVR had echter de meeste reserves en ging nog vlot voorbij zijn leeftijdsgenoot om te winnen in 48”74. Dylan klokte 49”47 en hield nog net de sterke Gerbrand Huts/RCT (49”52) achter zich. Pech voor Julian Cobbaert/VITA, een andere podium-pretendent die uitviel met een valse start. Verrassend genoeg geen Dylan Caty/RESC aan de start van de 60m horden waardoor het een heel open wedstrijd zou worden. Na de reeksen had Jean-Baptiste Nutte/DS met 8”31 de sterkste troeven in de hand maar in de finale moest hij strijden tot de finish. Het was Hannes Huyck/SPBO die het best startte en pas in de laatste meters zijn meerdere moest erkennen in zijn Franstalige collega. Hannes verbeterde zich sterk van 8”51 tot 8”25 terwijl Jean-Baptiste 8”23 liet noteren. Even spannend werd de verspringcompetitie. Amaury Brouwers/CABW, ook de lijstaanvoerder, leek met 7m12 lang op weg naar winst maar dat was buiten Marvin Nicque/ACW gerekend. De Waaslander, die vorig jaar nog aan het WK voor scholieren deelnam, sprong 7m13 en daarna ook nog 7m14 en kroonde zich tot kampioen. Giebe Algoet/HCO was de laatste VAL-atleet die met het goud aan de haal ging. De kustatleet evenaarde zijn 2m00 die hij eerder dit seizoen in het hoogspringen neerzette en hij was de enige die deze hoogte kon klaren. Favoriet Jean-Baptiste Nutte, die eerder al 2m05 sprong, moest met 1m97 tevreden zijn met het zilver. De drie overgebleven Belgische titels gingen naar LBFA-atleten. Robin Bodart/BBS won het polsstokspringen met 4m60 en hinkstapspringer Christopher Hoorens/RESC (13m23) zag enkel Egbert Appiah/OLSE (13m10) nog in zijn buurt komen. In de afsluitende 1500m kon Oussama Lonneux/RFCL op het einde een kloofje slaan en won in 4’03”02.

Hoogspringer Giebe Algoet kon een dubbelslag van Jean-Baptiste Nutte (links) verhinderen. Tom Bellemans (rechts) pakte brons.

Belgische junioresbabbels

Alexander Doom/AVR (400m: Goud in 48”74): *“Ik wist dat een Belgische titel er in zat, want ik stond als eerste gerangschikt met een comfortabele voorsprong op de anderen. Als uittredend kampioen moest ik me trouwens ook tonen. Dylan vertrok ontzettend snel maar ik ben rustig gebleven en wist dat hij vroeg of laat zou stilvallen. Toen hij in de laatste bocht effectief vertraagde, ging ik er nog vlotjes voorbij en wist dat de titel binnen was. Laat de zomer nu maar komen.”*

Alexander Doom (40) kan de flinke tegenstand van Dylan Owusu (573) onder controle houden.

Kobe Vleminckx/ACHL (60m: Goud in 6”90; 200m: Zilver in 21”96): *“Toen ik vorige week plots 6”89 klokte op het BK alle categorieën, geloofde ik er zeker in. Met het afhaken van Jordan Paquot leek de titel voor het grijpen. In de finale liep ik iets te geforceerd want ik had graag nog enkele honderdsten van mijn record af gedaan. Toch is dit de ultieme bekroning van een topseizoen. Voor de 200m had ik weinig verwachtingen want ik trainde niet echt op dat nummer. Ik verraste dan ook mezelf met die toptijd. In de zomer ga ik de 100m en de 200m terug meer combineren.”*

Marvin Nicque/ACW (Ver: Goud met 7m17; 60m: disq): *“Ik kende een minder verspringseizoen en had dus iets goed te maken. Ik wou absoluut nog eens over de 7 meter springen want wegens allerlei kleine blessures lukte me dat nog niet. Bij de 7m14 kwam ik perfect uit op de plank ook al kon het technisch allemaal nog wel wat beter. Die valse start in de 60m is jammer maar de concentratie was wat weg. Deze zomer hoop ik stiekem om me te kwalificeren voor het WK verspringen. Een sprong van 7m67 is daarvoor nodig en dat wordt zeer moeilijk.”*

Hannes Huyck/SPBO (60mH: Zilver in 8”25): *“Ik kwam naar dit BK om mijn record aan te scherpen en hoopte ook op een finaleplaats. In de reeksen deed ik met 8”46 al beter dan mijn 8”51 en ging verrassend als derde de finale in. Tijdens die finale kende ik een superstart en Jean-Baptiste kon me pas remonteren na 58 meter. Uiteraard is het een beetje jammer dat het zo nipt was maar ik klokte een fantastische 8”25 en dat had ik nooit durven dromen. Het is een beetje vreemd dat ik het zo goed doe op zo’n explosief nummer want van nature ben ik eerder een 400m hordeloper. Dit biedt echter perspectieven voor de zomer.”*

Jean-Baptiste Nutte/DS (60mH: Goud in 8”23; Hoog: Zilver met 1m97): *“Na de reeksen van de 60m horden was ik favoriet voor winst maar ik moest echt het onderste uit de kan halen om nog voorbij Huyck te geraken. Hij heeft me naar een nieuw record gestuwd en dat gecombineerd met de titel, is super. In het hoogspringen ging het niet zoals gehoopt. Ik sprong dit seizoen al over 2m05 maar ik had mijn dagje niet. Proficiat echter aan Giebe Algoet want hij was duidelijk de beste.”*

Beloften: Sterke springers

In het algemeen deden de beloften het iets minder goed dan de juniores maar dat was buiten de springers gerekend. In alle vier de springnummers werd er een betere prestatie neergezet dan bij de jongere collega's. In de sprintnummers en de halve fond was het echter andersom. Het was vooral uitkijken hoe polsstokspringer Ben Broeders/DCLA zou omgaan met zijn laatste kans deze winter om de EK-limiet outdoor te halen. De Leuvenaar verbeterde zich deze winter tot 5m45 en etaleerde de afgelopen weken zijn topvorm. Echte tegenstand was er niet, ook al ging Bens ploegmakker Frederik Ausloos mee tot en met 5m00. Daarna stond hij er echter alleen voor en klaarde bij zijn tweede poging de 5m20, tevens zijn beginhoogte. Dan stokte het echter en drie ongeldige pogingen volgden over 5m40. Jannes Boonen/ABES vestigde wel een stevig nieuw record in het hinkstapspringen. Bij het bekijken van de deelnemerslijsten durfde niemand zijn geld op iemand inzetten want er stonden 5 atleten op amper twee centimeter van elkaar. Jannes bleek in het verleden wel eens meer de juiste gok en ook deze keer mocht hij het Belgische goud mee huiswaarts nemen. Met 14m49, oftewel 24 cm verder dan ooit tevoren, liet hij Yves Pausenberger/KAAG (14m32) en Didryck Nsonwe/CSF (14m14) achter zich. Meerkamper Vincent Stas/CABW mocht zelfs tweemaal juichen. In de verspringbak landde hij 7m16 ver en dat was ruim voldoende om François Grailet/RFCL (6m87) te verslaan. Helemaal tevreden kon de atleet uit Nijvel echter niet zijn want eerder haalde hij al 7m49. Ook in het kogelstoten kwam Stas niet in de buurt van zijn record. Geen 14m24 zoals eerder dit seizoen, maar wel 13m66 deze keer. Gelukkig voor hem bleven ook de concurrenten een beetje onder hun niveau en ging hij er opnieuw met de titel vandoor. Opmerkelijk was de zilveren medaille van zijn clubgenoot Florient Willocq die zich verbeterde van 12m89 tot 13m47. Ook een andere LBFA-atleet veroverde twee gouden medailles. Dat Thomas Durant/CRAC vlotjes de 60m horden zou winnen, leek vrij evident. De jongeman uit Charleroi deed zelfs beter dan de 8"16 waarmee hij zich inschreef en liep de afstand met hindernissen in 8"08. Ewout Dumon/KAAG (8"48) volgde op ruime afstand als tweede. In de 60m was er heel wat meer strijd maar niemand was opgewassen tegen Raymond Bang-Cuse/RCB. De Fransman finishte in 6"93 maar kwam uiteraard niet in aanmerking voor de medailles. Thomas won een tweede keer goud in 6"97 en werd op het podium geflankeerd door Clement Brunin/USBW (7"00) en Victor Hofmans/OLSE (7"00). Victor liet het echter niet aan zijn hart komen want in de 200m (21"92) mocht hij samen met clubgenoot Dylan Calluy (22"14) op het podium. Enkel Laurens François/OEH (22"11) kon zich tussen de atleten uit Merksem wringen. Vorige week bij de AC werd eerstejaarsbelofte Christian Iguacel/AVKA nog vice-kampioen 200m met een sterke 21"72 maar nu nam hij de dubbele afstand voor zijn rekening. Veel moeite kende hij niet om de beloftentitel te behalen en de boomlange atleet won, ondanks de scherpe indoorbochten, in 49"36. In de 800m werd het Oost-Vlaanderen boven. Sam Giedts/RCT kaapte nog wel het brons in 1'58"60 maar Viktor Benschop/KAAG en Arthur Bruyneel/ACME zouden onder hun tweetjes uitmaken wie de eindsprint won. Viktor was met 1'57"49 een fractie sneller dan Arthur (1'57"49). Slechts zes deelnemers aan de afsluitende 1500m maar winnaar Thijs Van Der Burgt/RCG trok zich van zijn tegenstanders niets aan en won met een voorsprong van liefst elf seconden (3'59"75).

Emile Verdonck (rechts) en Fabiano Kalandula.

Emile overleeft pokerspel

Het werd een spannend hoogspringduel bij de beloften en daar zorgden protagonisten Emile Verdonck/AZW en Belgisch outdoorkampioen Fabiano Kalandula/RESC voor. Met technisch sterke sprongen en vooral gepoker en cruciale pasbeurten in de finale, werd het een wedstrijd om duimen en vingers van af te likken. Het was Emile die zich mentaal het sterkst toonde want niet alleen verbeterde hij zich van 2m04 tot 2m12, ook slaagde hij er in om topfavoriet Fabiano zodanig onder druk te zetten dat die fouten begon te maken. De Belgische titel ging dus verdiend richting West-Vlaanderen. *"Het hele seizoen sprong ik op een behoorlijk niveau want telkens ging het over 2 meter. Toch wist ik dat er heel wat meer in zat maar elke keer hing het van details af waardoor ik niet hoger geraakte dan 2m04. Ik ben dus zeker niet als underdog gestart in deze wedstrijd want ik wist dat ik kansen had om Fabiano te kloppen. Ik kan best geloven dat de neutrale supporter dit een topwedstrijd vond want toen Fabiano begon te passen op bepaalde hoogtes, wist ik zelf niet goed wat te doen. Dat het uiteindelijk goed is uitgedraaid en ik de titel bemachtig, is top maar ik hecht nog meer waarde aan mijn prestatie van vandaag. Mijn zomerprogramma ligt nog lang niet vast maar ik start alvast met een bonus ten opzichte van vorige jaren. Eerst wil ik dan ook deze prestatie bevestigen in openlucht om daarna hopelijk ook over 2m15 te springen.*

Prangend 800m-slot: Viktor Benschop (1639) houdt Arthur Bruyneel nipt af. Brons gaat naar Sam Giedts.

Belgische Beloftenbabbels

Ben Broeders/DCLA (Polsstok: Goud met 5m20): *"De titel halen was niet ongewoon aangezien ik eerst stond op de ranglijsten. Dus kwam ik om nog eens een hele goeie wedstrijd te springen. Uiteindelijk kan ik nog tevreden zijn over het resultaat alhoewel ik gehoopt had toch die EK-limiet van 5m55 te springen. Mijn sprongen waren allemaal vrij goed maar een uitschieter ontbrak. Nu gaat mijn zomer iets anders worden want ik ga vroeg op het seizoen al prestatiegericht moeten werken om toch die limiet te halen. Ik geloof er alleszins nog in."*

Jannes Boonen/ABES (Hinkstap: Goud met 14m49; 200m: 6de in 22"38): *"We stonden met een vijftal atleten op een zakdoek bijeen op de startlijsten. Een medaille zou al mooi zijn. Ik trainde afgelopen winter amper op het hinkstapspringen en richtte me meer op de meerkamp. Op een bepaald moment stond ik aan de leiding met 14m09 maar de rest sprong plots allemaal verder. In mijn laatste poging haalde ik dan verrassend 14m49 en dat is 20cm verder dan ooit voorheen ! Ik ben uiterst tevreden en mik nu op een geslaagde zomer."*

Leuvense dubbelslag met de polsstok dankzij Ben Broeders en Frederik Ausloos (links). Daan Elsen werd derde.

Viktor Benschop/KAAG (800m: Goud in 1'57"49): *"Ik start liever als underdog maar als favoriet moet je nu eenmaal de koers in handen nemen. Die rol ligt me minder maar ik heb geprobeerd om het tempo progressief de hoogte in te jagen. Ik had schrik dat Arthur, een typische 400m-loper, me nog voorbij zou snellen maar gelukkig hield ik stand. Mijn tijd was niet super maar na een tactische race kan ik daar mee leven. Nu kijk ik uit naar de zomer want vorig jaar werd ik geveld door klierkoorts en heb iets goed te maken. Ik hoop richting 1'50" te gaan."*

Jannes Boonen.

Christian Iguacel controleert de 400m. Florent Mabille (2923) zal het zilver nog moeten afstaan aan Maarten Raes (rechts verdoken met bril). Camille Lubon (1459) wordt 5de in deze finalereeks na Giovanni Pieters (1851).

Vincent Stas/CABW (Kogel: Goud met 13m66; Ver: Goud met 7m16): *"Dat dubbelgoud voelt ongelooflijk goed aan. Toch wil ik zeker niet op mijn lauweren rusten en vanaf morgen start ik mijn trainingen in functie van mijn tienkamp volgende zomer. Mijn prestaties vandaag konden beter, dus ik weet waar ik allemaal aan moet werken."*

Christian Iguacel/AVKA (400m: Goud in 49"36): *"Ik dacht echt nog eens voor een snellere tijd te gaan maar toen ik hoorde dat Asamti Badji niet zou starten, paste ik mijn tactiek aan en koos voor de zekerheid. Voor mijn doen kwam ik vrij traag door na de eerste ronde en had dus nog voldoende energie om naar een zekere winst te lopen. Vorige week liep ik nog een zeer snelle 200m en de overgang naar de 400m verliep toch iets stroever dan ik verwachtte. Deze zomer ga ik die combinatie meer doen want vorig jaar liep ik iets teveel baanrondes."*

Ondertussen in de Verenigde Staten…

…waren er op deze zaterdag 27 februari ook atletiekkampioenschappen. Zo de *Rocky Mountains Athletics Confederation Indoor Championships* in Nebraska. Belofte **Brecht Van Waes**, reeds een tijdje student aan Adams State, verbeterde er opnieuw zijn record. Met zijn 15m83 wierp hij liefst twee meter verder dan de Belgische beloftenkampioen die dag in de Topsporthal *(Vincent Stas met 13m66).* Zijn laatste worp landde een eind voorbij de 16 meter, maar de werper van AV Lokeren kon zijn balans niet in de ring houden. Brecht werd vierde in deze competitie die gewonnen werd door z'n teamgenoot Samuel Reid met 17m22. Ter vergelijking: Stephan Ulrich wierp de kogel ooit het verst onder dak als Belgische belofte. In 1990 gooide de krachtpatser van Aartselaar 17m02. Het nationaal record outdoor is bij de beloften in handen van werpmonument Georges Schroeder die in 1972 al tot 17m83 kwam.
Vorige zomer lukte Brecht Van Waes – geboren in 1995 – 14m68 outdoor en 14m30 indoor. De progressie is dus significant na zes maanden verblijf in de USA waar hij ook zijn studies goed verteert.

Brecht Van Waes in de werpcirkel in Nebraska in 2016 (links) en Stephan Ulrich in de werpcirkel in Flanders Expo een kwarteeuw geleden. *(Foto's: archief)*

Links:
Zaterdag 27 februari 2016: Topsporthal Gent
Resultaten:
http://www.toastit-live.be/results/2016/feb/za27/schedule.html

@letiekleven verzonden: dinsdag 01 maart

Tekst: Johan PERMENTIER
Foto's: Luc DEQUICK

IEDEREEN ATLEET
Crelan
PARTENA
CHOCOVIT
Lotto
VAL VLAAMSE ATLETIEKLIGA
ethias

Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, website, mail, fotokopie of op welke wijze ook, zonder voorafgaandelijke toestemming van de uitgever. Teksten en foto's blijven eigendom van de auteur-fotograaf.