

Lindsey De Grande op EK-benen naar record

Gent (RCG), 21 juli - Met een drache nationale in de vooravond werd de nationale feestdag alle eer aangedaan. Pech voor de verspringers, discuswerpers, kogelstootsters en spurters die alle hemelwater over zich heen kregen; een zegen voor de anderen die profiteerden van windstille, zuurstofrijke omstandigheden. Lindsey De Grande/OEH was pas een dag terug van het beloften-EK en gedreven door de adrenaline van haar vierde plaats in de 1500m snelde ze in de dubbele baanronde naar 2'03"12. Anderhalve seconde beter dan ooit én goed voor de twaalfde plaats aller tijden. De Grande had wel een ideale reeks getroffen want winnares Maggie Vessey uit de VS verbeterde het meetingrecord naar 2'00"04. En dat mag geen verwondering wekken van iemand die eerder dit seizoen al de Golden League van Rome op haar naam schreef.

Net voor het onweersgeweld losbarstte, spurtte Laetitia Libert/CABW naar een snelle 11"83 in de 100m-serie. Een chrono die ze later bijstelde tot een winnende 11"78. Justine Desondre/ACME kwam tot 12"25 maar paste voor de finale wegens een opspelende knie. Ze trad daarvoor wel nog aan in de 200m en liet daarin 24"25 afklokken. Ook hier moest ze echter duidelijk haar meerdere erkennen in Libert die naar 23"80 snelde. Denis Van De Woestyne/STAX steekt nog steeds in bloedvorm en spurtte naar reekswinst in 10"91. Ingmar Herreman/KKS dook in 10"96 ook nog net onder de 12 seconden. Logische chrono's dus in de finale met 10"95 voor de Gentenaar en 11"17 voor de Kortrijkzaan. In de 200m zat Lars Herreman zijn 1 jaar oudere broer Ingmar nu wel heel dicht op de hielen met 21"92 tegen 21"97. "Door het regenweer durfde ik niet voluit te gaan in de bocht en dat verklaart mijn mindere tijd. Ik wil nu echt geen risico's meer nemen tegen het BK,"



verduidelijkt de oudste van de Herremans. Elke Bogemans/ACW bevestigde haar status van snelste Belgische in de 400m met 53"99. Toch had ze op meer gehoopt. "Ik kwam voor mijn PR (53"75) maar een te trage start deed me de das om. Kapot ben ik dan ook allerminst. Jammer want dat verzuurde gevoel had ik vandaag graag ervaren," aldus de Sint-Niklase. Wie wel stond te trillen op zijn benen na zijn baanronde was trainingspartner Bart Helskens/ACW. "Ik ben tevreden met mijn 48"98 maar moest er wel heel diep voor gaan," hijgt de leraar LO uit Melsele nog na. Opmerkelijk in de 400m was ook de prestatie van cadette Camilla De Bleecker/DEIN. Met 57"64 duikelt ze zelfs net de top 20 aller tijden binnen. En ook 800m-loper Matthias Rosseeuw/FLAC week voor een

keertje uit naar de 400m. In 49"00 bleef de gehoopte sub-49'er uit. "Ik hoef niet van die startblokken en moest gisteren nog snel snel wat oefenen. Vervelend was wel dat men me eerst verkeerdelijk uitriep met 48"99. Te vroeg gejubeld dus."

Het hoge hordenummer moest het stellen zonder Belgische toppers maar thuisloper Sander Vermeulen/RCG liep naar een degelijke 15"00.

Belgen tegen Buitenlanders

Geen Belgen in de A-reeks van de 3000m en ook in de B-serie konden ze nimmer een vuist maken. Wesley De Kerpe/ROBA had in 8'16"12 uiteindelijk nog de beste papieren op zak. De 800m kon, samen met de 1500m, op de meeste belangstelling rekenen. In de B-reeks snelde Mariska Parewyk/LAT naar een net niet seizoensbeste van 2'08"28. Ali

Dupré weer op goede weg

Melissa Dupré/RCG kon zich op vertrouwd terrein en voor de talrijke supporters extra opladen. Met 52m40 was ze vooral blij terug uit het dalletje van de Universiade te klimmen. Vincent Van Den Bosch/DUFF zegevierde met 65m57. De hamerslingeraars mochten hun ding al doen voor al de anderen. Nicolas Pierre/CABW kwam tot 63m42, clubgenote Irina Sustelo/CABW slingerde het tuig 53m75 weg. Catherine Timmermans/DCLA won het kogelstoten met een jaarbeste 15m98. Naar eigen zeggen werden de 2 laatste cijfers echter omgewisseld en bleef ze steken op 15m89. Wim Blondeel/KAAG blijft heer en meester met de kogel en discus: 52m92 en 18m12. Van regelmaat gesproken! Hoogspringer Stijn Stroobants/SPVI overschreed 2m20 en had zo 5cm bonus voor de zege.

Ook welkom bij de FC te Gent: de sterke jongens met de zware tuigen. Hamerslingeraars Nicolas Pierre (links) en Tim De Coster (rechts) kegelden hun projectiel ver doorheen het Gentse zwerk: 63m42 en 59m17 [Foto: Dirk VAN AELST]

Hamdi/GRIM deed in de B-serie met 1'50"15 beter dan Jan Van Den Broeck/LAT die vrede moest nemen met 1'51"64. Vier reeksen 1500m voor vrouwen en daarin mondde de snelste 'heat' uit in een bloedstollende spurt waarin Almensch Belete/VAC in 4'09"88 maar nipt het onderspit moest delven tegen de Amerikaanse Brenda Martinez. Veerle Van linden/DCLA scherpte haar chrono van dit jaar aan tot 4'22"21 terwijl clubgenote Corinne Debaets/DCLA nog maar eens tekende voor een BR. Geen enkele W45 master liep ooit sneller dan haar 4'27"47. Tussen beiden in snelde een andere Leuvense - Sandra Schenkel - naar een PR van 4'24"08. Snel ging het er ook aan toe bij de mannen. Russel Brown haalde het in 3'57"32 van alle andere buitenlanders (!) in de A-reeks. Op de beste Belg was het wachten tot de tweede 1500m met Tim Luyckx/OEH. De Hallenaar liet 3'48"23 noteren en dat betekende een 'season's best'.

Xavier RONDAS

Marynissen recordver net voor de zondvloed

Net voor het onweer boven de Gentse Blaarmeersen losbarstte, sprong Wim Marynissen/AVKA bij zijn tweede beurt naar 7m30. "Ik begon met een nulsprong maar jumpste daarna naar 7m30. Als een verrassing kwam dat allerminst aan omdat ik een paar weken eerder al 7m24 had laten optekenen. Ik wist dus dat het er een dezer dagen wel zou uitkomen. Jammer genoeg gingen de hemelsluizen daarna open en stonden we opeengepakt te schuilen in een tentje. Dan besef je meteen dat het over is en dat bleek ook uit mijn resterende nulsprongen. Vroeger was ik hordeloper en verspringer, tegenwoordig combineer ik het hoog en ver. Op het 'verspring-verlanglijstje' staan onder meer een 7m50-sprong, een goede prestatie op het BK AC en een verlenging van mijn nationale beloftentitel," aldus de 20 jarige atleet uit Wilrijk.

"Benen voelden nochtans niet fris aan"

Lindsey De Grande/OEH schreef zich vooraf in voor de 800m maar besliste pas de dag zelf over deelname. "Ik wachtte af hoe ik me voelde na de vermoeiende terugreis uit Londen. Maar de knoop is natuurlijk snel doorgehakt als je moet kiezen tussen een zware training en een wedstrijd," knipoogt de studente kinesitherapie uit Sijslele. "Tijdens de opwarming voelden de benen niet echt fris aan. Geen grote verrassing als je weet dat ik op drie dagen tijd twee 1500'en liep. Ook de laatste 100m kon ik de 'push' van het EK niet meer doorzetten. Dat ik toch nog dik anderhalve seconde van mijn PR knijp, heeft dan ook alles te maken met de uitstekende vorm waarin ik nu verkeer. Verwacht was het hoe dan ook zeker niet. Mijn seizoen is nu al gesloten maar een nog iets snellere 1500m-tijd (PR 4'15"90) zou de kers op de taart zijn."