



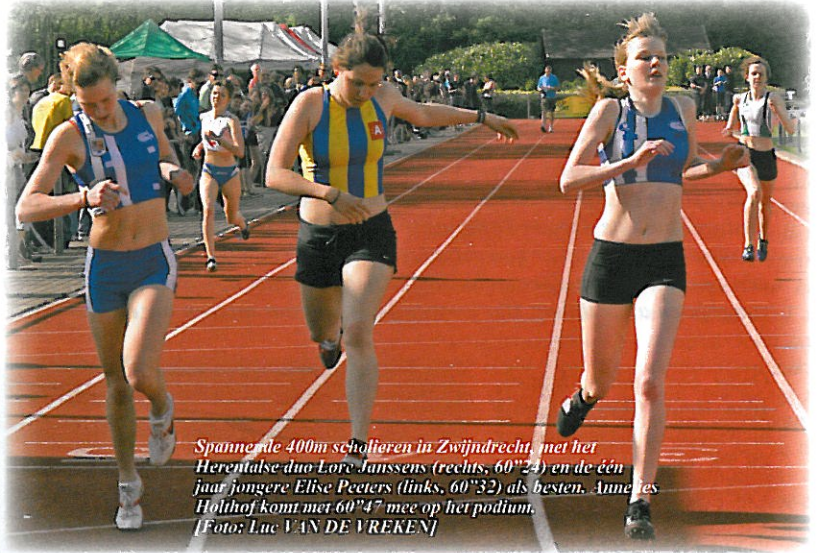
# LYRA pakt meeste medailles in zomerweertje

Burcht (ZWAT) 24 & Lier (LIER) 25 april - Zowaar zomerse tafereelen in Burcht en Lier waar de Antwerpse atleten er een jaarlijks atletiekfestijn van maakten. Voor de deelnemers zelf dé ideale omstandigheden om te presteren terwijl de talrijk opgekomen supporters een perfect excuus hadden om een iets bruinere teint te krijgen. De lichte tegenwind die de sprinters te verwerken kregen, kon - zeker bij de meisjes - niet deren want de meeste favorieten vervulden hun rol met glans. Toch waren dubbele sprinttitels schaars waardoor verschillende atleten met het goud naar huis gingen. Opvallend ook de weelde van AC LYRA die met heel wat medailles huiswaarts keerden. Zowel ZWAT als LIER zorgden voor voortreffelijke organisaties.

Moederziel alleen stond Anthony Koti Adroba/RAM aan de start van de 110mH bij de scholieren. De jongeman trok er zich niet veel van aan en finishte, opgejaagd door enkele junioren die dan maar in dezelfde reeks werden geplaatst, in 15"05 oftewel een nieuw clubrecord.

Een broederstrijd bij het hoogspringen want Ruben Devrieze en Wim Marynissen, beiden AVKA, bleven als enigen over na hun sprong over 1m98. Ze faalden allebei op 2m02 maar mochten beiden op het hoogste schavotje. Wim als senior en Ruben bij de junioren.

Het thuispubliek van ZWAT werd echt verwend in het kogelstoten bij de senioren. Winst was er voor Bart Pauwels (15m62) die op het podium geflankeerd werd door zijn clubgenoten Hans Van Alphen (14m98) en Jordi Van Campenhout (13m40). \* Voor Emma Moens en Johanna Lamberechts, sprinters van SPBO, was dit PK hun eerste wedstrijd ooit. Beide meisjes zullen zich hun debuut nog lang herinneren want Emma was zo zenuwachtig dat ze een valse start veroorzaakte op de 100m en mocht vertrekken. Johanna, duidelijk jaloers op haar 5 dagen oudere klasgenote, deed exact hetzelfde in de 200m. Ze werden teruggeschoten door Erik Borms, jurylid van...SPBO. \* Met drie scholierenfinalisten in de 100m was LYRA de best vertegenwoordigde club. Stefanie Verheyen en Karlien Smolders haalden zilver en brons in 12"93 en 13"03 maar moesten het goud laten aan Jane Huysmans/VMOL (12"86). Ook in de 200m presteerden de meisjes uitstekend maar op de halve baanronde kwamen ze met Jolien Leemans/DUFF (25"97)



Spannende 400m scholieren in Zwijndrecht, met het Herentalse duo Lore Janssens (rechts, 60"23) en de één jaar jongere Elise Peeters (links, 60"32) als besten. Anne Les Holihaft komt met 60"47 mee op het podium. (Foto: Luc VAN DE VREKEN)

## Hannah viert verjaardag met record

Exact 21 jaar geleden werd **Hannah Van Puyvelde/SPBO** geboren en ze heeft zichzelf het best mogelijke verjaardagscadeau gegeven. In het speerwerpen toonde de Bornemse zich niet enkel de betere van meerkampster Isabel Poelmans/ACHL en clubgenote Dorien Van Gool, ze ging tevens voor het eerst in haar carrière voorbij de magische 40m-grens. Een record dat zeker niet meer te verwachten viel vermits Hannah, die in het verleden al heel wat nationale medailles wist te veroveren, het de laatste jaren wegens haar doktersstudies iets rustiger aan moet doen op atletiekgebied. De titel en het record zijn serieuze opstekers voor de senioren. "Het waren uiteraard de ideale weersomstandigheden om voor een degelijke prestatie te gaan en in het begin van het seizoen is de motivatie altijd ontzettend groot maar een echte verklaring heb ik niet voor dit record. Ook mijn andere worpen waren zeer behoorlijk en ik kon ontspannen werpen na mijn opener van iets meer dan 37 meter. Ik heb echter niet heel veel kunnen trainen en tot poweren kom ik bijna helemaal niet meer, dus de 40m15 kwam er toch echt wel als een verrassing. Ik kreeg voor de wedstrijd nog een sms van mijn trainer Roger Dieltiens, die op weekend was, om me geluk te wensen. Het heeft duidelijk geholpen. Nu het goud en het record een feit zijn, ga ik mezelf trakteren op zelfgebakken verjaardagscake!"

alweer een snellere concurrente tegen. De fotofinish wordt meestal vooral bij de kortste afstanden gebruikt om een winnaar aan te duiden. In de 800m werden echter de kleinste verschillen genoteerd. Met 1'54"55 wierp junior Dimitri Teugels zich twee honderdsten voor Andy Groffen/AVKA over de finish. Ook senioren Stefan Van Aelst en Toon Dierckx van ACBR finishten op minder dan een tiende van elkaar. Contrast: cadette Renée Eykens/KAPE (2'15"05) liep een voorsprong van 13 volle seconden op de andere medaillewinnaressen bij elkaar...

Johan PERMENTIER

## Sam meteen paraat bij grote jongens

Elk jaar is het uitkijken naar de prestaties van de nieuwe cadetten die zich aanbieden. Telkens is er wel zo'n nieuwe naam die meteen verrast en in Lier was het **Sam Vanaghtmael/ACBR** die zich ontpopte als revelatie van het seizoenbegin. De eerstejaarscadet, die zich vooral richtte op de 100mH, behaalde brons op zijn favoriete nummer maar werd ook nog dubbel provinciaal kampioen in het verspringen en over 200m. Sam begrijpt zelf ook niet hoe hij zo goed kon presteren. "De verspringtitel was de meest opmerkelijke want het was maanden geleden dat ik er nog voor getraind had. Tijdens het opwarmen moest ik zelfs nog gaan afmeten van waar ik zou beginnen aanlopen. Dat er nog een sprong van 5m56 inzat, was dus op zijn minst gezegd opmerkelijk. De 200m-progressie valt te verklaren door een betere en intensievere training. Deze winter liep ik 26"89 dus hoopte ik onder de 26 seconden te lopen. In de finale liep ik 24"97 dus ik overtrof mezelf compleet! Het verraste me ook dat ik in die finale, mijn vierde loopwedstrijd van de dag, nog zo fris was. Op de horden werd het brons maar mits een iets betere start zat er nog meer in. Nu wil ik vooral onder de 15"11 duiken want dat zou een clubrecord zijn."

## Sofie, dé uitblinkster van dit PK

Met drie provinciale titels kroonde juniore **Sofie Daelemans/RAM** zich tot dé absolute spurtkoningin van dit kampioenschap. Op dag 1 nog veruit te sterk voor de concurrenten op de baanronde en een dag erna, zelfs met ietwat vermoeide benen, grandioos in de 100m en de 200m. Vóór die 200m klonk de atlete van Johan Wonnink nog ietwat gereserveerd maar na haar 25"53 waren de emoties ontzettend groot. Een ideale start van een outdoorseizoen waar ze zelf heel wat van verwacht. "In de 400m kwam ik al na de eerste bocht op kop en heb geprobeerd mijn tempo zo goed mogelijk te onderhouden. Ik ben gestrand op 58"90 maar Johan had verwacht dat ik een snellere tijd zou neerzetten. Ergens hopen we zelfs op een 56 uit te komen. We komen net terug van een stage en mijn snelheid is dus nog niet optimaal. In de 100m moest ik meteen achtervolgen want mijn startblok schoot een beetje achteruit. Ik ben echter kalm gebleven en probeerde zo ontspannen mogelijk te lopen. Dat is me gelukt en ik kon Michelle Fierens/LYRA en Kristel Bertels/LIER nog net remonteren. Mijn 12"66 was ondanks de omstandigheden dus nog zeer behoorlijk. Over 200m zette ik een quasi perfecte prestatie neer. Ik ben meteen vol gegaan en heb kunnen doorbijten tot het einde. Ik kon mijn ogen nauwelijks geloven toen ik de 25"53 zag staan want het is een dik persoonlijk record. Mijn seizoen kon dus echt niet beter beginnen!"