



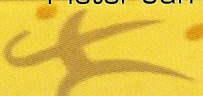
# Atletiekleven

Periodiek tijdschrift - jaargang 28 - nr. 1 / Januari 2014  
Officieel tijdschrift van de Vlaamse Atletiekliga

Afgiftekantoor Gent X - Erkenningsnummer P 409 158



Ann Maenhout \* Cedric Nolf \* Cisse De Locht \* Emiel Pauwels \* Gianni Roels \* Katrien Aerts  
\* Laures Bauwens \* Marjolein Lindemans \* Michael Somers \* Micheline Tack \* Philip Milanov  
\* Pieter-Jan Hannes \* Regina Lenaers \* Rik Didden \* Rik Tommelein \* Serge De Smedt \*  
Thomas & Maarten Verbiest \* Vincent & Laurent Bierinckx



Bioso



Bioso



Heeft u ook regionaal nieuws dat beslist de moeite waard is om in deze echo's vermeld te worden? Aarzel dan niet om Atletiekleven op de hoogte te brengen. Johan PERMENTIER verwacht uw seintje via telefoon (03-899 10 67, gsm 0472-64 26 94) of mail (j\_permentier@hotmail.com). Teksten afgesloten op 13 januari.



## In de provinciale indoorspots

### Lena verrast met titel

Ze kwam met één doel naar het PK en dat was haar kogel voorbij de 11 meter stoten. Het werd een veel groter succes voor tweedejaarsscholiere **Lena Michiels/WIBO** want met 12m23 in haar ultieme worp, verwees ze favorieten Nele Peeters/SPBO en Elise Helsen/ACHL naar plaatsen twee en drie. Voor Lena, die dit het hoogtepunt uit haar carrière noemt, werd het de eerste provinciale titel. *"Op training ging het zeer behoorlijk waardoor ik hoopte om ook in een wedstrijd de 11 meter te kunnen halen. De wedstrijd begon matig want na 10m08 in mijn eerste en een nulworp bij mijn tweede poging, leek ik me zelfs niet bij de beste acht deelnemers te kunnen plaatsen. Gelukkig belandde ik met 11m10 bij mijn derde beurt op een virtuele bronzen plaats. Op dat moment had ik mijn doel eigenlijk al bereikt en hoopte ik stiekem het brons te kunnen vasthouden. Vermits er op het PK slechts één extra worp wordt toegelaten voor de beste acht deelnemers, werd het voor mij een 'alles of niets-poging'. Clubgenoot Bjorn De Decker heeft me snel nog wat tips gegeven en dat heeft blijkbaar geholpen want plots stootte ik mijn winnende 12m23! Het was verbazing alom in mijn entourage maar dat maakte de vreugde er zeker niet minder om. Dit is echt hét hoogtepunt voor mij."* Toch blijkt het kogelstoten geen prioriteit voor de atlete uit Willebroek. Zelf geeft ze aan dat ze zich vooral focust op de 60m horden maar dat ze dit graag combineert met kogelstoten of verspringen. Ook

op de 60m horden zorgde Lena voor wat commotie. *"We hebben onze reeks twee keer moeten lopen want blijkbaar was er een valse start maar die werd veel te laat geschoten. Iedereen had al 3 hordes overschreden toen het tweede schot werd afgevuurd. Na 5 minuten moesten we opnieuw lopen en ik klokte 9"68 wat niet slecht is, maar de eerste keer liep ik toch zo'n 3 tienden sneller. Bon, ik hoop dit niveau nog wat aan te houden en dan richt ik me op de andere kampioenschappen."*

Lena Michiels met een onverwacht resultaat (12m23) en een even onverwachte titel op het kogelpodium, samen met Nele Peeters (links, 11m84) en Elise Helsen (11m71). [Foto: Luc DEQUICK]



### Provinciaal hinkstapproza

**Hannes Huyck/SPBO** (scholier: 1ste met 11m77): *"Vorige zomer sprong ik 11m62 en behaalde daarmee een Vlaamse bronzen medaille. Ik hoopte op een nieuw PR, dus kan ik enkel tevreden terugblikken dat het me effectief lukte en ik nog goud pakte ook. Met Elias Demont stond er trouwens een clubgenoot mee op het podium en dat maakte de vreugde nog groter."*

**Gorik De Herdt/AVKA** (senior: 1ste met 12m81): *"Ik was de enige deelnemer dus de titel was eigenlijk maar bijzaak. Mijn vorige record sprong ik in 2009 dus ik ben zeer blij dat het na enkele mindere jaren weer blijkt te lukken. Vooral mijn stap kwam er deze keer beter uit ook al was dat dan een beetje ten koste van mijn sprong. Technisch kan het allemaal nog beter dus ik zou toch graag voorbij de 13 meter landen deze zomer."*

**Lio Mortiers/AVKA** (scholier: 1ste met 10m78): *"Ik trainde niet specifiek naar dit kampioenschap en het was al van het BK outdoor geleden dat ik nog gesprongen had. Ik wist dat een titel er in zat ook al is het steeds afwachten wat de concurrenten doen. Stiekem hoopte ik op 11 meter maar dat kwam er vandaag nog niet uit. Al bij al ben ik toch tevreden!"*

**Jannes Boonen/ABES** (junior: 1ste met 13m79): *"Ik was favoriet voor de titel maar dan moet je het natuurlijk nog waarmaken. Ik ben tevreden met het goud maar mijn sprong kon toch een stuk beter."*

**Robbe Van Riel/KAPE** (cadet: 1ste met 11m53): *"Het clubrecord staat op 12m06 en ik hoopte dat te kunnen verbeteren. Ik heb echter geen specifieke voorbereiding gehad en ben alsnog tevreden. Ik was de enige deelnemer zodat de titel eigenlijk op voorhand al een feit was. Mijn trainingen verlopen nu in functie van het KVV en het BK en vermits ik weet dat het nog een heel stuk beter kan, hoop ik daar opnieuw voor de medailles mee te doen."*

### Seniores van AVKA springen naar goud

Een opmerkelijk resultaat bij de seniores mannen want de vier springnummers leverden allemaal een winnaar van AVKA op. Naast de winst van **Gorik De Herdt** in het hinkstapspringen, behaalden ook **Peter Lenaerts** (3m40 met de polsstok), **Sander Verduyn** (1m94 hoog) en **Wim Marynissen** (7m30 ver) een gouden plak. Alsof dat nog niet genoeg was, kroonde ook **Ruben Devrieze** zich tot provinciaal kampioen op de 60m horden en bleef in 8"88 zijn clubmakker **Jeroen Van De Vreken** (9"03) voor.

### Basketter met snelle benen

Hij is eigenlijk een basketter die enkel in de zomermaanden aan atletiek doet, maar toch kroonde cadet **Sven Van Den Bergh/RAM** zich tot provinciaal kampioen 200m. Met 23"71 was hij zelf een fractie sneller dan Vlaams-Brabander Tuur Bras/OEH. Bijna werd het een dubbel want dankzij een fenomenale verbetering tot 7"45 op de 60m, leek ook het goud op het kortste sprintnummer voor het grijpen. Simon Verherstraeten/LYRA (7"38) gooide echter roet in het eten. Toch is Sven uitermate tevreden met zijn kampioenschap en wordt meteen een potentieel medaillewinnaar voor de andere kampioenschappen. *"Ik had de deelnemerslijsten gezien en wist dus dat ik kans had op twee podia. Toch wou ik vooral mijn eigen tijden aanscherpen. Dat lukte al meteen in de reeksen van de 60m want daar klokte ik 7"52 ondanks een gereserveerde start. In de finale was mijn start zeer matig maar kon ik Simon op het einde nog bedreigen. Toch was ik zeer tevreden met het zilver en mijn 7"45 ook al denk ik nog sneller te kunnen. In de 200m liep ik wel de perfecte race. Tuur kwam me in de bocht voorbij maar ik had nog wat overschot om hem in de laatste rechte lijn te remonteren. Het is een beetje opmerkelijk dat ik zo verbeterd ben want momenteel train ik enkel in mijn basketclub. In de zomer volg ik sprinttrainingen bij Johan Womink en de combinatie van beide sporten heeft me completer gemaakt. Eerder in het seizoen liep ik de 400m al in 53"17 dus ik twijfel er nog over welke nummers ik op het BK zal doen. Technisch kan er nog heel wat verbeteren zodat ik momenteel nog steeds niet aan mijn maximum zit. Van medailles wil ik nog niet dromen."*

Sven Van Den Bergh.  
[Foto: Jasper JACOBS]

