

zondag 7 maart 2010: BK indoor kadetten en scholieren

Het was de eerste keer dat KASVO zo talrijk vertegenwoordigd was op een Belgisch kampioenschap kadetten en scholieren. Maar liefst 12 twaalf van onze jeugdige atleten streden naar podiumplaatsen en persoonlijke records. Een kort verslag hoe wij die spannende dag ervaren hebben...

10u10: **Nele Van Den Haesevelde** staat klaar voor haar 60m horden. Spijtig genoeg wordt er tussen de horden wat getrippeld, zodat er geen persoonlijk record inzit. Lichtjes teleurgesteld gaat ze huiswaarts om wat uit te rusten en zich mentaal op te laden om deze namiddag een goede 800m te lopen.

10u30: **Ine Paeme** begint haar verspringwedstrijd goed, met een sprong van 5m01. Hoewel haar enkel en voet ingetapet zijn, blijft ze er toch last van hebben... Tussen haar pogingen door loopt ze de 200m bij de scholieren meisjes in een tijd van 28.03, slechts 3 tienden trager dan haar beste prestatie ooit. Nadien lukt het haar niet meer om nog verder te springen, wat haar een mooie achtste plaats oplevert.

10u40: Hoewel **Laure Bosschaert** haar 200m in baan 1 moet lopen, wil ze toch haar uiterste best doen om een mooie tijd te lopen. De zenuwen worden op de proef gesteld wanneer een atlete uit haar reeks uitgeschakeld wordt na een valse start. Maar Laure blijft geconcentreerd, start snel, sluit aan bij de andere atletes en eindigt in een tijd van 29.28.

11u20: Twee kadetten jongens vertegenwoordigen de KASVO kleuren tijdens de 200m. **Simon De Lange** is het eerst aan de beurt. Hij loopt een heel sterke wedstrijd en verbetert zijn besttijd met bijna 1s tot 24.43. Ook **Alan De Meulemeester** bevestigt zijn goede vorm. Hij wint zijn reeks in een nieuwe persoonlijke besttijd: 24.30. Wij zijn positief verrast dat Alan en Simon respectievelijk de 2^{de} en 4^{de} tijd hebben gelopen van alle deelnemers, wat betekent dat ze deze namiddag de finale zullen lopen en zullen strijden om de fel begeerde podiumplaatsen.

13u45: **Laure** staat klaar voor haar laatste wedstrijd van het winterseizoen. Ze droomt ervan haar persoonlijke besttijd van 8.53 scherper te stellen. Hoewel ze een mooie wedstrijd loopt, komt haar droom niet uit ;-) en loopt ze 8.63. Hoewel ze wat teleurgesteld is over deze 60m mag ze, volgens ons, terugkijken op een geslaagd seizoen.

14u25: Opnieuw staan **Simon** en **Alan** in de oproepkamer, dit keer voor de 60m. Simon mag wederom de spits afbijten... Ondanks een minder goede start, wordt hij tweede in zijn reeks in een nieuw persoonlijk record van 7.65 en weeral goed voor een plaatsje in de finale (8^{ste}). Ook Alan wordt tweede in zijn reeks in een tijd van 7.64 (7^{de} tijd), wat 4 honderdsten sneller is dan hij ooit liep.

14u30: **Aline Wijnand** start in het hoogspringen met geslaagde pogingen over 1m40 en 1m45. Op 1m50 heeft ze drie pogingen nodig, maar 1m53 klaart ze opnieuw in de eerste beurt. Een nieuw PR van 1m56 zat er net niet in.

15u05: **Soetkin Devos, Iris Beatse** en **Amandine Dupont** nemen alle drie deel aan de 400m kadetten meisjes. Na wat wachten door problemen met de reekssamenstelling is het eindelijk zover. Hiernaar hebben zij (en wij ook natuurlijk) een heel seizoen uitgekeken... Ik spreek hen moed in en overtuig hen ervan snel te 'durven' starten. Soetkin en Iris lopen tegen elkaar, wat hen extra motivatie geeft om als eerste KASVO atlete over de streep te komen. Soetkin eindigt als tweede in haar reeks in een nieuw persoonlijk record van 64.23. Enkele tienden later komt ook Iris, na een goede wedstrijd over de aankomstlijn (65.11). Ook Amandine hoopt op haar snelste 400m van het seizoen. Haar trainingsarbeid loont, want ook zij slaagt erin haar tijd te verbeteren tot 67.59.

15u25: **Laura De Lange** loopt de 400m bij de scholieren meisjes. Ze is zenuwachtig, maar klaar om haar 62.62 van de tabellen lopen. Spijtig genoeg komt ze na 220m bijna ten val, door een aanraking met een andere atlete en komt bijgevolg aan in 63.85. Achteraf blijkt de blessure ernstiger dan op het eerste moment gedacht. Het verdikt luidt ...1 week gips voor haar verzwikte voet.

15u30: Naast het hoogspringen neemt **Aline Wijnand** ook deel aan het kogelstoten. Ze laat haar beste worp optekenen in haar eerste poging: 8m67. In haar volgende pogingen werp ze redelijk

constant, maar ze komt jammer genoeg niet in de buurt van haar seizoensbeste (9m13) en eindigt als 10de.

16u20: **Alan** en ik beslissen om 100% te gaan voor een mogelijke podiumplaats op de 200m en dus niet deel te nemen aan de finale van de 60m. **Simon** verkiest beide finales te lopen. In de 60m start hij een stuk beter dan in de reeksen, hij bevestigt zijn prestatie van de reeksen en wordt mooi 7^{de} in een tijd van 7.68.

16u35: **Margot Van Durme** komt in actie in de eerste reeks van de 800m bij de kadetten. Sinds Nieuwjaar traint Margot zoals een kadet zou moeten trainen ;-) en dat resulteerde vorige week reeds in een sterke 400m-tijd. Ook op de 800m hadden we dus op een verbetering van haar 2.33.89 gerekend. Margot loopt de hele wedstrijd attent mee voorin, maar het tempo valt volledig stil in de derde ronde waardoor een recordverbetering er net niet inzit. Met deze trainingsinspanningen zal tijdens het zomerseizoen de grens van 2.30 wellicht doorbroken worden.

16u45: **Nele** komt voor de tweede keer in actie, dit keer op de 800m. Op de Vlaamse kampioenschappen half januari liep Nele een teleurstellende 2.36. Tijdens het BK meerkampen half februari won ze haar 800m in 2.27.50 en nu wordt de stijgende lijn doorgetrokken met een tijd van 2.26.28. Op deze manier sluit Nele haar winterseizoen in schoonheid af.

16u55: **Jesse Glorieux** start in de snelste kadettenreeks. Gezien de deelnemerslijsten en de uitstekende conditie waarin Jesse verkeert, zou een podiumplaats wel eens tot de mogelijkheden kunnen behoren. Jesse volgt eveneens attent mee voorin en na 400m komt hij even aan de leiding. Er gaat hem nog één atleet voorbij en dan volgt een lange spannende sprint voor het zilver, waarin Jesse het uiteindelijk haalt in 2.09.90, 3 seconden sneller dan op het PK. **De eerste medaille is een feit!**

17u35: Nu het tweede hoogtepunt van de dag. Met de tweede en vierde tijd van alle deelnemers in de reeksen, zijn de kansen op een podiumplaats reëel. We mogen natuurlijk niet vergeten dat de vermoeidheid wat in de kleren begint te kruipen, want het is reeds hun derde en vierde wedstrijd van de dag...

Het wordt een heel spannende wedstrijd. **Simon** start in baan 4 en **Alan** in baan 6. Beide jongens zijn goed gestart en geven het beste van zichzelf. Simon loopt van begin tot einde op de vijfde plaats. Voor Alan, die van bij het begin tweede loopt, wordt het in de laatste meters nog erg spannend, maar hij kan zijn zilveren medaille behouden. Alan, die nog geen jaar is aangesloten, wordt tweede van België op de 200m bij de kadetten jongens. Prachtprestatie!

Ook voor Simon is deze 5^{de} plaats een verrassing, want hij stond op de deelnemerslijst met een 12^{de} tijd!

Dikke proficiat voor alle atleten! Het was een mooi kampioenschap en een geslaagd seizoen. Jullie 10 dagen rust zijn verdiend ;-).

Audrey en Tim