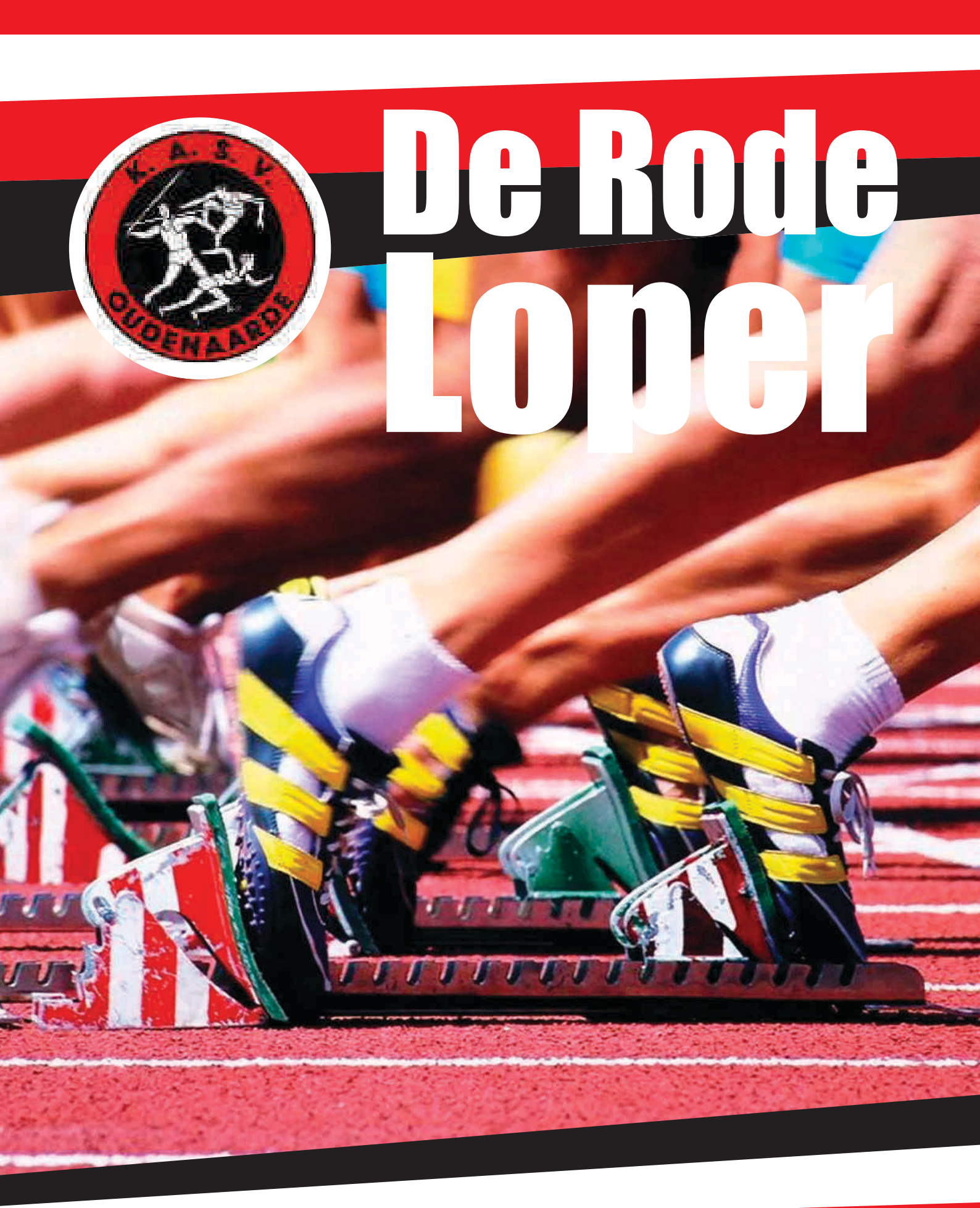
De Rode Loper

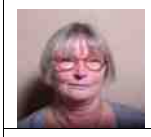


59ste jaargang - september-oktober 2019 - nr.368

Koninklijke Atletiek Sport Vereniging Oudenaarde v.z.w.

De club is sinds 27/12/1927 aangesloten bij de Koninklijke Belgische Atletiek Bond (KBAB) met stamnummer 13.
website: www.kasvo.be

BEHEERRAAD

	Pieter Demetter	Kokerellestraat 9A Maarkedal pieter.de.metter@ulb.ac.be	055/31.12.05	voorzitter
	Filip De Smet	Ronsenheerweg 70 Oudenaarde filip_desmet@hotmail.com	055/49.68.45 0478/58.76.59	ondervoorzitter - materiaal organisator veldloop
	Tine De Cooman	Perreveld 27 Brakel tine.decooman@gmail.com	055/45.61.22 0476/29.34.47	ondervoorzitter clubblad
	Els Balcaen	Hogerlucht 84 Ronse asvo@val.be	055/21.59.35	secretariaat ledenadministratie
	Conny Rogiers	Wallestraat 54 Oudenaarde rogiers-vanlangeraert@scarlet.be	055/31.96.30 0470/03.56.41	aanspreekpersoon juryleden evenementen bonussysteem
	Mia Slabbaert	Kokerellestraat 9A Maarkedal kasvoboekhouding@gmail.com	0479/02.58.89	penningmeester rekeningnummer.KASVO: IBAN BE58 3900 4548 5779 BIC BBRUBEBB BTWnr. BE 0431.013.956

BESTUURSLEDEN

	Gerben Hanssens	Gentstraat 245 Oudenaarde gerben.hanssens@yahoo.co.uk	0494/44.55.21	verantwoordelijke sponsoring vertegenwoordiger ouders atleten
	Marc Bogaert	Reytstraat 57 Oudenaarde mboogie800@hotmail.com	0476/98.38.53	vertegenwoordiger trainers jeugdcoördinator
	Frank Bastil	Neerstraat 56 9630 Zwalm frank.bastil@gmail.com	0473/63.27.16	materiaalmeester webmaster jongkasvo
	Wendy Gosseye	Mijttestraat 54 9700 Oudenaarde wendygosseye@hotmail.com	0474/86.63.29	vertegenwoordiger werkgroep jeugd

Terrein: Burgemeester Thienpontstadion, Prins Leopoldstraat, 9700 Oudenaarde 0477/07.48.61

Beste KASVO-leden en -supporters,

We komen zo stilaan bij het eind van een voor ons zonder twijfel geslaagd zomerseizoen. Door aanslepende blessures was het Belgisch kampioenschap alle categorieën wat minder: geen enkele KASVO-atleet wist er een top 8-plaats te behalen. Wie naar de deelnemerslijsten van de Youth Memorial Van Damme kijkt, ziet echter dat dit over enkele jaren helemaal anders kan zijn: slecht één club heeft voor deze wedstrijd evenveel geselecteerde atleten als wij, en niemand doet beter…

Tijdens de wedstrijdvrije periode die er nu aankomt, organiseren we een gezellig samenzijn met muziek en dans. Dit gaat door in onze kantine op zaterdag 19 oktober en staat open voor alle atleten vanaf de kadettencategorie en hun gezinsleden. Zij zijn welkom vanaf 20u. Zoals het hoort voor een sportvereniging, wordt het geen fuif die doorgaat tot in de vroege uurtjes: om 1u stipt gaan de lichten uit en de deuren weer dicht. Onze DJ Mathias De Groote, clubman in hart en nieren, is bereid ook uw verzoeknummers te draaien. Iedereen mag deze op voorhand aan hem doorgeven.

Tijdens de eerste maand van het nieuwe seizoen zal ook de Algemene Vergadering, het hoogste beleidsorgaan van de vereniging, samenkomen; de bijeenkomst is voorzien voor zaterdag 23 november, in de voormiddag. De leden van deze Vergadering zullen nog een persoonlijke uitnodiging ontvangen, doch we vragen hen nu reeds deze datum vrij te houden; voor een geldige vergadering dienen immers voldoende mensen aanwezig te zijn.

Onze grootste organisatie van het komende winterseizoen wordt traditiegetrouw de Veldloop Stad Oudenaarde - Memorial Valentien De Smet, die zal plaatsvinden op zondag 1 december. In het verleden mochten we op deze wedstrijd meer dan 1.000 deelnemers en nog meer toeschouwers verwelkomen – we hebben alvast de ambitie dit jaar even goed te doen. Hopelijk mogen we daarvoor op jullie rekenen.

Tegen het eind van het kalenderjaar verwachten we ook een principsbeslissing van het stadsbestuur rond de terreinen voor voetbal en atletiek in Oudenaarde. Er wordt momenteel overlegd tussen stadsbestuur en beide verenigingen, en deze gesprekken verlopen in een constructieve sfeer. Voor elk op tafel liggend scenario zijn argumenten pro en contra – ik ben er echter van overtuigd dat er een voor iedereen aanvaardbaar voorstel in de maak is!

Pieter Demetter

vrijdag
11 oktober

oefenveldloop +
croque
monsieuravond

zaterdag
17 oktober

gezellig
samenzijn
voor jeugd en
ouders

in dit nummer:

voorwoord	3
trainingsinfo	4
lid worden	8
G-atletiek	11
omgaan met personen met een handicap	15
EYOF	17
KASVO-kroniek	19
ondertussen bij de KASVO-jeugd...	23
FEThrowers	27
ereplaatsen kampioenschappen	29
sportpuzzel 20	31
KASVO voor WOII: de jaren 1936 en 1937	35
het stond in de krant...	37
wat te doen bij een ongeval	41
bonussysteem zomerseizoen	43
KASVO-jarigen	47
kledijshop	48
uitslagen	49

VERTROUWENSPERSOON

Ilse Van Nerom
0476/72.66.77
ilse.van.nerom@telenet.be

Gerben Hanssens
0494/44.55.21
gerben.hanssens@yahoo.co.uk

Een vertrouwenspersoon in de club

Elke vereniging heeft wel eens te maken met ontevredenheid bij trainers, ouders, sporters, bestuurders,... Vaak volstaat een goed gesprek om de problemen of misverstanden op te lossen en de samenwerking weer op goede rails te krijgen.

Af en toe kunnen ontstane spanningen binnen de club niet op dergelijke manier opgelost worden en is het nodig verdere stappen te nemen.

Dan kan het nuttig zijn om een derde, liefst neutrale, persoon te betrekken. Deze zal op een objectieve manier via gesprekken en aangereikte info de elementen van de problemen oplijsten en op basis daarvan proberen om tussen beide partijen tot een consensus te komen.

Anderzijds is het belangrijk dat elke persoon in de vereniging te allen tijde met individuele problemen terecht kan bij een vertrouwenspersoon. Vaak wordt deze functie gelinkt aan problemen van handtastelijkheden binnen de club, doch ook problemen tussen ouders en trainers of tussen trainers onderling zouden tot de bevoegdheid van de vertrouwenspersoon kunnen behoren.

TRAININGSINFO

AANSPREEKPUNT TRAINERS

Audrey Baguet

0479/67.54.37
a_baguet@hotmail.com

VERTEGENWOORDIGER IN BESTUUR

Marc Bogaert

0476/98.38.53
mboogie800@hotmail.com

COORDINATIETEAM JEUGD

Marc Bogaert
jeugdcoördinator

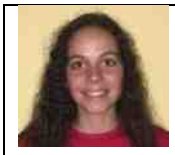
0476/98.38.53
mboogie800@hotmail.com

Frank Bastil
webmaster jong KASVO

0473/63.27.16
frank.bastil@gmail.com

JEUGD

KANGOEROES



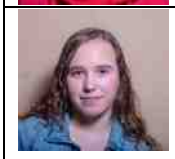
Eline Gheerolfs
aspirant-initiator
0494/89.90.06
eline.gheerolfs@outlook.com

woensdag van 17 tot 18u
!!kangoeroes trainen niet tijdens de schoolvakanties !!
zomer (maart – december): **Burgemeester Thienpontstadion**
winter (januari-februari) **sporthal Groenhof Groenstraat 46**

BENJAMINS

Natalie Meirlaen
aspirant-initiator
0478/60.68.39
meirlaen_natalie@telenet.be

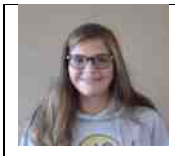
Simcke Vandriessche
initiator
0470/44.08.96
simcke.vandriessche@gmail.com



Febe Ketsman
aspirant-initiator
0468/17.62.24
febeketsman@hotmail.com

woensdag en vrijdag van 17 tot 18u

PUPILLEN/MINIEMEN



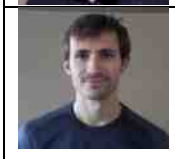
Amber Baert
initiator
0485/03.85.89
baertamber@gmail.com

Febe Vandewalle

0491/64.97.91
febevandewalle@live.be

Kaat Demetter
aspirant-initiator
0479/94.61.05
kaat.demetter@hotmail.be

Ilana Hanssens
aspirant-initiator
0493/65.90.22
ilana.hanssens@hotmail.be



Ben Ghyselinck
trainer B sprint-horden
0472/32.50.71
ghy_ben@hotmail.com

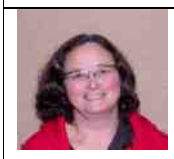
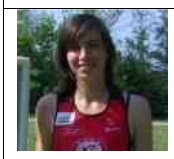
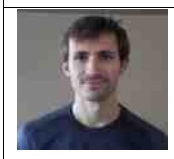
Freddy Ketsman
aspirant-initiator
0474/48.61.64
freddysandra@telenet.be

Jan Van Rillaer
initiator running
aspirant-initiator
0499/64.31.07
jan.van.rillaer@telenet.be

woensdag en vrijdag van 18u tot 19u30

COMPETITIEGROEPEN

SPRINT-HORDEN-SPRINGEN

	Audrey Baguet **licenciaat L.O.** **trainer B sprint-horden** **trainer A ver-hinkstap** 0479/67.54.37 a_baguet@hotmail.com	Doctor in de Sport- en Bewegingswetenschappen Sportvoedingsdeskundige Docente aan de Vlaamse Trainersschool
	**Ilse Van Nerom** **trainer A sprint-horden** **trainer B springen** 0476/72.66.77 ilse.van.nerom@telenet.be	2007-2017 trainster Belgische jeugd aflossingsploegen Met deze ploegen selecties behaald voor EK/WK en EYOF
	**Hanne Van Hessche** **aspirant-initiator** 0476/36.57.81 hanne_van_hessche@hotmail.com	Specialiteit hoogspringen (PR 1m88) Meervoudig Belgisch kampioene hoogspringen Deelnames aan Memorial Van Damme, Universiade 2011, EK U20 en U23, WK U20 2010 winnaar Gouden Spike voor Belofte van het jaar
	**Ben Ghyselinck** **trainer B sprint-horden** 0472/32.50.71 ghy_ben@hotmail.com	
	Patrick De Vleeschauwer **trainer B speerwerpen** **trainer B kogelstoten** 0479/39.43.66 055/49.52.23 patrick.de.vleeschauwer1@skynet.be	

dinsdag **van 18u tot 19u45**
donderdag **van 17u30 tot 18u45:** **kracht gevorderden**
van 18u30 tot 19u45: **basiskracht**
vrijdag **van 18u tot 19u45**
zondag **van 10u tot 11u45**

HALVE FOND-FOND

	Marc Bogaert **(kadetten/scholieren)** **Regent L.O.** 0476/98.38.53 mboogie800@hotmail.com	Gewezen eliteatleet VAL ½ fond PR 800m 1'48"40 Belgische titels op 400m/800m
	Tim Van Coster **(junioren/senioren/masters)** **trainer B halve fond-fond** 0472/49.40.04 timvancoster@hotmail.com	Trainer sinds 2000 (jeugd) Trainer sinds 2006 (competitiegroep halve fond-fond) 5x podium op Vlaams kampioenschap als kadet/scholier Meerdere provinciale titels

Marc: woensdag van 18u tot 19u45
vrijdag van 18u tot 19u45
zondag van 10u tot 11u45

Tim: dinsdag van 18u tot 19u45
vrijdag van 18u tot 19u45
zondag van 10u tot 11u45

WERPEN

SPEERWERPEN

	Patrick De Vleeschauwer **trainer B speerwerpen** **trainer B kogelstoten** 0479/39.43.66 055/49.52.23 patrick.de.vleeschauwer1@skynet.be

donderdag van 18u tot 19u45

KOGELSTOTEN - DISCUSWERPEN

	Filip Eeckhout **trainer A kogel/discus** **trainer B speerwerpen** filip@fethrowers.be	Meervoudig Belgisch kampioen kogelstoten Meervoudig Belgisch kampioen werpvijfkamp Diverse podiumplaatsen discus

trainingsdagen volgens afspraak **Sport Vlaanderen Oordegem**

HAMERSLINGEREN

	Steven Lucas 0495/45.73.16 lucas.steven@gmail.com	Specialiteit werpnummers 20 jaar werpervaring Meervoudig provinciaal kampioen hamerslingeren

zondag van 10u tot 11u30
locatie volgens trainingsschema: **Burgemeester Thienpontstadion Oudenaarde**
't Sportkot Leupegem

POLSSTOKSPRINGEN

	Peter Moreels	Meervoudig Belgisch kampioen polsstokspringen

trainingsdagen volgens afspraak **Amo Sport Zottegem (winter)**
Burgemeester Thienpontstadion Oudenaarde (zomer)

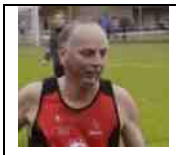
NIET-COMPETITIEVE GROEPEN

BASISGROEP LOPEN-SPRINGEN-WERPEN

	Betty Peyskens 0479/25.16.40 betty.peyskens@telenet.be		**Peter Notebaert** 0489/76.11.33 peter.notebaert@gmail.com

woensdag 17u30 - 19u00 Burg. Thienpontstadion Oudenaarde
vrijdag 17u30 - 19u00 Burg. Thienpontstadion Oudenaarde
Deze groep traint niet tijdens de meeste schoolvakanties!

START TO RUN

	**0-5km** **Geert De Groote** **voorjaar 2019** 0472/78.50.25 de.groote.geert@skynet.be		**5-10km** **Ignace Penninck** **vanaf 18 september** 0479/98.04.95 ignace.penninck@skynet.be

woensdag 17u45 **woensdag 17u45**
vrijdag 17u45 **vrijdag 17u45**

JOGGERS
woensdag van 17u45 tot 19u15
vrijdag van 17u45 tot 19u15
zondag van 9u30 tot 11u

G-SPORT

	Nienke De Waele **aspirant-initiator** 0479/56.44.93 de.waele.nienke@live.be		Branko Baert baertbranko11@gmail.com

zaterdag van 10u tot 11u15 **Burgemeester Thienpontstadion Oudenaarde**

LID WORDEN ATLETIEKSEIZOEN 2019-2020

Vanaf begin september start de inschrijvingsperiode voor het nieuwe atletiekseizoen 2019-2020.
De inschrijvingsperiode bestaat uit verschillende fases die hieronder duidelijk zijn omschreven.
Je kan bij de club aansluiten vanaf geboortejaar 2013.

Voor de **jeugdcategorieën (° 2013-2007)** werken we met een maximaal aantal toegelaten atleten. Op deze manier kunnen we aan alle inschreven atleten kwalitatieve trainingen garanderen. Een inschrijvingsstop zal worden ingelast bij het bereiken van het maximale aantal inschrijvingen. Vanaf dat ogenblik kan je inschrijven op een wachtlijst. Je zal gecontacteerd worden zodra er een plaats vrijkomt.

Voor de **oudere categorieën (° 2006 en ouder)** is er geen beperking. Vanaf de categorie van de kadetten is er een opsplitsing tussen de competitieve groepen en de recreatieve groepen. Nieuwe atleten kunnen starten in één (of meer) disciplinegroep(en) naar voorkeur. Neem hiervoor best vooraf contact op met de respectievelijke trainer(s)! Atleten in de competitiegroepen worden verondersteld om op regelmatige tijdstippen deel te nemen aan wedstrijden die in overleg met de trainers worden bepaald. Uiteraard staat het de atleten uit de recreatieve groepen vrij om ook aan wedstrijden deel te nemen. In sommige gevallen is het mogelijk dat atleten die wensen te starten in de competitiegroepen eerst enkele weken meedraaien in de recreatieve groep om voldoende basis op te bouwen om te kunnen aansluiten in de competitiegroepen.

Nieuwe joggers
Kom eens langs vóór aanvang van de training: joggers verlaten immers de piste om hun training af te werken.
Een overzicht van hun trainingsuren vindt u op p7.

Start-to-run
Er start een nieuwe sessie 5-10km op woensdag 18 september.
In het voorjaar 2020 komt er een nieuwe reeks voor beginners (0-5km).

NIEUW !
G-Sporters met een verstandelijke beperking
De Vlaamse Ardennen zijn een blinde vlek op het vlak van sportmogelijkheden voor jongeren met een beperking. Daarom start ASVO vanaf oktober met een G-sport werking. Met een enthousiast team stellen we onze atletiekclub open voor jongeren met een verstandelijke beperking van 9 tot en met 14 jaar (° 2006-2010).
De trainingen zullen doorgaan op zaterdagochtend tussen 10u00 en 11u15.
Voor het seizoen 2019-2020 zijn er 8 plaatsen beschikbaar.
Voor deze groep geldt een specifieke inschrijvingsprocedure!
Meer info hierover vind je verder in dit nummer.

Vanaf 01/09/2019 tot en met 15/09/2019: voorrangsregeling voor KAN-BEN-PUP-MIN

Voor wie ?

- Alle huidige aangesloten kangoeroes (° 2012).
- Alle huidige aangesloten benjamins (° 2011-2010), pupillen (° 2009-2008) en eerstejaars miniemen (° 2007) die in het huidige seizoen aan minimum 6 wedstrijden hebben deelgenomen (veldloop-indoor-piste).

Deze atleten zullen per mail een link ontvangen naar de inschrijvingstool.

Vanaf 21/09/2019: jeugdatleten die geen gebruik konden maken van de voorrangsregeling

Voor wie ?

- Nieuwe jeugdatleten KAN-BEN-PUP-MIN (° 2013-2007).
- Jeugdatleten die reeds aangesloten waren in 2018-2019, maar niet aan 6 wedstrijden hebben deelgenomen en dus geen mail hebben ontvangen.
- Jeugdatleten die een mail kregen, maar zich niet inschreven tussen 01/09/2019 en 15/09/2019.

Proeftrainingen jeugd

Kinderen kunnen proeven van atletiek door deel te nemen aan de Kids' Athletics op woensdag 28 augustus vanaf 13u30.
Deze namiddag staat open voor nieuwe en reeds aangesloten leden. Deelname is volledig gratis.

Verder kunnen nieuwe atleten gratis aan maximaal 2 proeftrainingen deelnemen en dit op volgende dagen en uren:

- Voor kangoeroes (° 2013): woensdag 18/09 van 17u00-18u00
- Voor benjamins (° 2012-2011): woensdag 18/09 en vrijdag 20/09 van 17u00-18u00
- Voor pupillen (° 2010-2009) en miniemen (° 2008-2007): woensdag 18/09 en vrijdag 20/09 van 18u00-19u30

De proeftrainingen zijn enkel bedoeld voor nieuwe atleten!
Voor de huidige ASVO-jeugdatleten is er die dagen GEEN training.

Wie deelneemt aan de voorziene proeftrainingen in september, kan de trainingen starten vanaf woensdag 02/10/2019 op voorwaarde dat de jeugdatleet is ingeschreven en dat het lidgeld is betaald. Wie zich als jeugdatleet pas aanbiedt na 01/10/2019 kan vrijblijvend één training volgen. Vooraleer aan een volgende training wordt deelgenomen, dienen inschrijving en betaling in orde te zijn. De aanwezigheidslijsten zullen regelmatig overlopen worden.

SNEL ZIJN IS DE BOODSCHAP: een inschrijvingsstop zal worden ingelast bij het bereiken van het maximale aantal inschrijvingen. Vanaf dat ogenblik kan je inschrijven op een wachtlijst. Je zal gecontacteerd worden zodra er een plaats vrijkomt.

- **kangoeroes 2013 = nog plaatsen vrij**
- **benjamins 2012/2011 = nog plaatsen vrij**
- **pupillen 2010/2009 = nog plaatsen vrij**
- **miniemen 2008/2007 = nog plaatsen vrij**

Vanaf 21/09/2019: alle atleten vanaf kadet en joggers

Voor wie ?

- Nieuwe atleten vanaf kadet (°2006 of vroeger).
- Nieuwe joggers.
- Atleten die reeds aangesloten waren in 2018-2019 kadet - scholier - junior - senior - master
- Atleten die reeds aangesloten waren in 2018-2019 als 2de jaars miniem (° 2006)
- Joggers die reeds aangesloten waren in 2018-2019.

Hoe inschrijven ?

Om je aansluiting voor het nieuwe seizoen in orde te brengen, moet je:

- bij voorkeur gebruik maken van de juiste inschrijvingstool

  - voorrangsregeling (link naar deze inschrijvingstool wordt enkel per mail verzonden)
  - inschrijvingstool jeugd (beschikbaar vanaf 21/09/2019)
  - inschrijvingstool vanaf kadet en joggers (beschikbaar vanaf 21/09/2019)
  - inschrijving G-sporters via specifieke inschrijvingsprocedure: zie: volgende pagina
  - wachtlijst jeugd (beschikbaar van zodra een jeugdcategorie volzet is)

  EN je lidgeld via overschrijving betalen op de KASVO clubrekening
  BE58 3900 4548 5779 - BIC: BBRUBEBB.
  Vermeld bij de opmerking:
  LIDGELD 2019-2020 + NAAM + GESLACHT (D voor dames of H voor heren) + **GEBOORTEDATUM**

  Inschrijving is slechts definitief na ontvangst van het lidgeld.
  Pas dan volgt aanmelding bij de VAL en is men verzekerd tegen ongevallen.

- **OF** in de kantine een aansluitingsformulier (Word - PDF) komen invullen en je lidgeld cash betalen.

Lidgeld en voordelen

Lidgeld

Het lidgeld voor één seizoen (tot 31/10/2020) blijft voor alle categorieën ongewijzigd. Atleten die deelnemen aan voldoende wedstrijden kunnen een deel van dit lidgeld terugverdienen via het bonussysteem. Informeer ook bij je mutualiteit/werkgever of je in aanmerking komt voor een gedeeltelijke terugbetaling van je lidgeld. Een formulier voor de mutualiteit ontvang je automatisch na betaling van je lidgeld.

Categorie	Geboortejaar	Lidgeld voor nieuwe atleten	Lidgeld voor atleten reeds aangesloten in seizoen 2018-2019
Kangoeroes	2013	€ 65,00	n.v.t.
Benjamins	2012-2011	€ 170,00	€ 150,00
Pupillen	2010-2009	€ 170,00	€ 150,00
Miniemen	2008-2007	€ 170,00	€ 150,00
Kadetten	2006-2005	€ 170,00	€ 150,00
Scholieren	2004-2003	€ 170,00	€ 150,00
Junioren	2002-2001	€ 170,00	€ 150,00
Senioren	2000- dag dat je 35 wordt	€ 170,00	€ 150,00
Masters	vanaf 35 jaar	€ 170,00	€ 150,00
G-sporters	2010-2006	€ 80,00	n.v.t.
Joggers	vanaf 18 jaar	€ 55,00	€ 55,00
	aansluiting na start to run voorjaar 2019	€ 50,00 vóór 01/11	n.v.t.
	aansluiting na start to run voorjaar 2019	€ 55,00 ná 01/11	n.v.t.
	aansluiting na start to run najaar 2019	€ 35,00	n.v.t.

- Atleten die vorig jaar aangesloten waren als kangoeroe en dit jaar benjamin worden (geboortejaar 2012), worden beschouwd als een nieuw lid!
- Wanneer drie of meer atleten van eenzelfde gezin aansluiten, wordt het lidgeld vanaf de derde atleet met € 25,00 per persoon verminderd.

Voorbeeld voor een gezin van 4 personen waarvan alle atleten reeds in 2018-2019 aangesloten waren:

2 senioren	2x € 150,00	€ 300,00
1 miniem	€ 150,00 - € 25,00	€ 125,00
1 kadet	€ 150,00 - € 25,00	€ 125,00
Totaal		**€ 550,00** (in plaats van € 600,00)

- Atleten die een **kansenpas** kunnen voorleggen betalen slechts 25 % van het lidgeld
(enkel mits effectief voorleggen van de kansenpas of een kopie ervan)
(€ 16,25 euro voor een kangoeroe, € 37,50 euro voor een atleet die vorig seizoen reeds aangesloten was, € 42,50 euro voor een nieuwe atleet, € 13,75 euro voor een jogger).

Het lidmaatschap geeft recht op:

- Lidmaatschap gedurende een volledig seizoen (van 01/11/2019 tot 31/10/2020).
- Aansluiting bij de Vlaamse Atletiek Liga.
Je ontvangt een borstnummer dat je gedurende het volledige seizoen op alle wedstrijden moet dragen.
(niet voor joggers, kangoeroes en G-sporters: zij ontvangen een lidkaart)
- Verzekering tijdens trainingen en wedstrijden.
- Kangoeroes en G-sporters: 1 begeleide training per week.
Benjamins-pupillen-miniemen: 2 begeleide trainingen per week.
Kadetten tot masters: 2 tot 4 begeleide trainingen per week.
Joggers: 3 joggings in groep per week.
- Gebruik van de piste en de kleedkamers.
- Gratis deelname aan wedstrijden door KASVO zelf georganiseerd.
- Vijf keer per jaar ontvang je het clubblad "De Rode Loper" (elektronisch en/of op papier).
- Deelname aan het bonussysteem (niet voor joggers, kangoeroes en G-sporters).
- Voor nieuwe leden die € 170 lidgeld betalen (of € 145 vanaf derde lid van een gezin): waardebon voor KASVO t-shirt of KASVO-wedstrijdtruitje, in te wisselen tijdens seizoen 2019-2020 (voor 31/08/2020)
- Voor iedereen die minstens € 120 lidgeld betaalt voor seizoen 2019-2020: een waardebon in te wisselen voor een gratis toegangskaart voor het eetfestijn op nog nader te bepalen datum (voorjaar 2020)
- Korting bij de door KASVO georganiseerde paas- en zomerkampen voor jeugdatleten.
- Korting bij aankoop artikelen bij Etixx (zie rechterkolom homepagina website)

De waardebonnen en attesten voor mutualiteit zullen samen met het borstnummer of het lidkaartje afgehaald kunnen worden in de kantine na ontvangst van het lidgeld.

G-ATLETIEK INFO

1. Visie

Als ouder van een kind met een beperking merken we op hoe weinig ontspanningsmogelijkheden er zijn voor onze kinderen. Regio Vlaamse Ardennen is helaas een zwarte vlek als het om G-sport gaat voor kinderen en jongeren met een beperking.

Daarom willen we in het seizoen 2019-2020 van start gaan met een pilootproject, G-atletiek voor kinderen met een mentale beperking tussen de 9 en 14 jaar.

Ons doel is enerzijds om hen op een aantrekkelijke en aangename manier te laten kennismaken met atletiek en indien mogelijk wedstrijddeelname te stimuleren. Anderzijds wensen we een duurzaam aanbod uit te bouwen voor kinderen die de reguliere trainingen niet aankunnen.

We willen hen de kans geven om in kleine groepen te trainen en plezier te beleven met als doel hun zelfvertrouwen en doorzettingsvermogen te vergroten. Beide eigenschappen zijn onontbeerlijk voor deze kinderen/jongeren in onze maatschappij.

We bieden trainingen op maat aan waarin zowel snelheid, uithouding, coördinatie, kracht en stabilisatie, lenigheid en techniek aan bod komen. We brengen geleidelijk de verschillende atletiekdisciplines aan op ieders niveau.

2. G-atletiek

G-atletiek is de term die gebruikt wordt voor atletiek beoefend door personen met een handicap.

G-atletiek staat open voor alle beperkingen.

G-atleten die kunnen aansluiten bij de reguliere trainingen zijn al langer welkom bij ASVO. We noemen hen inclusieve G-atleten.

Daarnaast zijn er ook G-atleten waarvoor de inclusieve trainingen te moeilijk zijn, voor hen richt ASVO exclusieve trainingen in. We kiezen ervoor om te starten met een pilootproject voor kinderen-jongeren met een verstandelijke beperking tussen de 9 en 14 jaar.

G-atletiek kan zowel beoefend worden op competitief als op recreatief niveau.

Inclusieve trainingen :

De G-atleet sluit aan bij de valide atleten. Samen met de G-atleet gaan we op zoek naar de meest geschikte trainingsgroep. Hierbij wordt rekening gehouden met de wensen en noden van zowel de G-atleet, valide atleten en trainers.

Exclusieve trainingen :

Op zaterdag van 10u tot 11u15

Doelgroep : kinderen en jongeren van 9 tot 14 jaar met een verstandelijke beperking.

3. Wedstrijden

Welke soorten G-wedstrijden bestaan er?

RECREATIEVE WEDSTRIJDEN

G-recrea piste wedstrijden:

Doelstelling: atleten met een handicap op een aantrekkelijke en aangename manier laten kennis maken met atletiek om zo de wedstrijddeelname in de toekomst te stimuleren.

Aanbod: De organisator bepaalt het aanbod. Het betreft zowel officiële disciplines, als atletiekgerichte spelvormen.

G-recrea veldloop:

Doelstelling: een G-veldloop wordt zo georganiseerd dat elke sporter met een handicap die zich in het veld kan voortbewegen, kan deelnemen.

Aanbod: Een afzonderlijke reeks atleten met een handicap, meestal over een afstand van max 1000 m, waarbij alle atleten samen lopen onafhankelijk van hun geslacht of leeftijd.

COMPETITIEVE WEDSTRIJDEN

Geïntegreerde wedstrijd met of zonder aparte categorie AMH op het programma, al dan niet IPC-goedgekeurd.

AMH (Atleten Met een Handicap) nemen deel aan een wedstrijd georganiseerd voor valide atleten, zowel aan wedstrijden waaraan een aparte categorie AMH is toegevoegd als aan wedstrijden waar dit niet het geval is.

Wanneer een wedstrijd IPC (Internationaal Paralympic Comitee) –goedgekeurd is zal de geleverde prestatie internationaal erkend worden.

BK AMH

Op het Belgisch Kampioenschap worden alle disciplines voor alle classificaties georganiseerd en dit voor alle geclassificeerde atleten vanaf de leeftijd van kadet.

(Uitzondering: atleten met ASS, classificatie is nog niet internationaal erkend)

4. Classificaties

Om een eerlijke strijd mogelijk te maken is classificatie vereist als competitiesporter.

Dit is een screening die atleten met een handicap doorlopen om in een bepaalde klasse ingedeeld te worden. Deze indeling gebeurt in de eerste plaats op basis van de handicap en daarna op basis van de functionele mogelijkheden van de atleet. Door atleten met hetzelfde functionele potentieel met elkaar in competitie te laten treden (in dezelfde klasse) ontstaan er eerlijke competities en gelijke sportkansen voor alle deelnemers.

We onderscheiden volgende classificaties. De meeste classificaties hebben nog subgroepen.

- Atleten met een fysiek beperking
- Atleten met een visuele beperking
- Atleten met een auditieve beperking
- Atleten met een verstandelijke beperking (classificatie 21)
- Atleten met een psychische beperking

Meer informatie rond deze attesten en classificaties kan u bekomen bij Ilse Van Nerom.

5. Werking G-atletiek Oudenaarde

Wie kan aansluiten ?

Kinderen en jongeren vanaf 9 tot 14 jaar met een verstandelijke beperking die aan sport willen doen op basis van aangepaste trainingen.

Welke formaliteiten dienen verricht te worden ?

- De atleet wordt aangemeld via mail bij Ilse Van Nerom en er wordt een datum voor een intakegesprek afgesproken.
- Er vindt een intakegesprek plaats met de atleet, ouder-voogd, verantwoordelijke en trainer. Dit intakegesprek is geen selectiegesprek. De eerste 8 aangemelde atleten worden opgenomen in de werking. Dit gesprek dient enkel om de atleet zo optimaal mogelijk te kunnen begeleiden.
- Daarna krijgt de atleet indien gewenst 2 oefentrainingen, indien deze positief verliepen voor de atleet kan deze zich aansluiten.
- Het lidgeld bedraagt 80 euro. Na betaling van de het lidgeld is de atleet verzekerd en aangesloten bij de Vlaamse Atletiekliga (VAL) en Parantee /Psylos.

Welke attesten zijn er nodig ?

- Aansluitingsfiche dient door ouders /voogd ingevuld te worden.
- Attest verstandelijke handicap ingevuld door een arts of CLB. Dit attest zal u bij het intakegesprek ontvangen maar kan u via onderstaande link ook downloaden.
  https://www.atletiek.be/admin/storage/main/attest-verstandelijke-handicap.pdf

6. Trainers, begeleiders en coördinatoren

Coördinator	Ilse Van Nerom ilse.van.nerom@telenet.be 0476 72 66 77
Ondersteuning coördinator	Nathalie Corne Vera Van Den Berghe
Trainers	Nienke De Waele de.waele.nienke@live.be 0479 56 44 93 Branko Baert baertbranko11@gmail.com (reserve: Ilse Van Nerom)
Begeleiders	Dries Van Schuylenbergh Pepijn Neuville Amber Baert Simcke Vandriescche Hannah Busselen Ilana Hanssens
Vertrouwenspersonen	Ilse Van Nerom ilse.van.nerom@telenet.be 0476 72 66 77 Gerben Hanssens gerben.hanssens@yahoo.co.uk 0494 44 55 21

De trainers en begeleiders hebben allemaal een trainersdiploma. Er worden ook specifieke G-sport opleidingen door hen gevolgd. Daarnaast kregen ze ook een initiatie SMOG.
Nienke en Branko zijn de vaste trainers en het eerste aanspreekpunt voor de atleten. Ze worden tijdens de trainingen bijgestaan door begeleiders zodat iedere atleet op de best mogelijke manier atletiek kan beoefenen. Naargelang de behoeftes van de atletengroep zullen er meer of minder begeleiders op de training aanwezig zijn.

START TO RUN

START TO RUN
voor conditie en fun

van 5 naar 10 km in 10 weken

begeleide trainingen op woensdagavond en vrijdagavond om 17u45

eerste training op woensdag 18 september 2019

plaats:	**Burgemeester Thienpondtstadion, Prins Leopoldlaan** **9700 Oudenaarde**
Inschrijvingsgeld:	**20 euro** **verzekering + mogelijkheid tot douchen na de training inbegrepen**
info op:	**www.kasvo.be** **asvo@val.be** **ignace.penninck@skynet.be**

dit is een organisatie van atletiekclub KASVO Oudenaarde

TRADE MARK
AA
DRINK

Loetie
www.loetie.be
★ Toffe sweaters en T-shirts met een leuke tongval en een Oudenaardse twist ★
★ Made in Oudenaarde ★ voor lieve loeties, kleine verkies en wijze wieties ★

etixx
sports nutrition

OMGAAN MET PERSONEN MET EEN HANDICAP

Het is belangrijk dat onze maatschappij toegankelijk is voor iedereen, en iedereen heeft recht om de sport van zijn/haar keuze te beoefenen. Als federatie staan we dan ook open voor alle atleten, ook voor atleten met een handicap.

Iedereen wordt graag respectvol behandeld, dus ook de persoon met een handicap.

Enkele algemene tips voor het omgaan met personen met een handicap:

- We spreken over personen met een handicap, niet over gehandicapten. Altijd eerst de persoon benoemen. De persoon is belangrijker dan zijn of haar handicap. Spreek beter ook niet van “mindervaliden” of “andersvaliden”.

- Een rolstoel is een hulpmiddel, geen beperking. We spreken over rolstoelgebruikers, niet over rolstoelpatiënten, rolstoelgebonden of nog erger: ‘aan de rolstoel gekluisterd’. Voor een rolstoelgebruiker maakt zijn/haar rolstoel deel uit van de persoonlijke ruimte. Heb hier respect voor.

- Geduld hebben is vaak de boodschap. Soms gaan bepaalde handelingen wat trager. Heb hier begrip voor.

- Medelijden hebben met personen met een handicap is absoluut niet nodig. Medelijden en overmatige bezorgdheid (betutteling) worden door heel wat personen met een handicap niet aanvaard.

- Spontane hulp bieden kan in slechte aarde vallen, hoe goed je bedoelingen ook zijn. Mensen die hulp nodig hebben, zullen deze hulp wel vragen. Je kunt wel altijd vragen of jouw hulp gewenst is.

- Als je iemand met een handicap iets wil vragen, richt je dan tot die persoon zelf, niet tot een eventuele begeleider, vriend of tolk.

- Zorg voor een toegankelijke omgeving. Toegankelijkheid gaat verder dan een toegankelijk gebouw (liften i.p.v. trappen, hellend vlak, verlaagde toog in de cafetaria, aangepast sanitair, brede deuren). Ook communicatie moet toegankelijk zijn (vb. website die ook door slechtzienden kan gebruikt worden, flyers en affiches, bewegwijzering)

Naast deze algemene tips zijn er ook specifieke tips toepasbaar voor verschillende doelgroepen van personen met een handicap

Mensen met een auditieve beperking

Personen die doof of slechthorend zijn, behoren tot deze groep. Spreek deze mensen nooit aan met ‘doofstom’; zij zijn misschien wel doof maar niet stom! Slechthorenden maken vaak gebruik van gehoorapparaten en/of liplezen. Veel mensen die doof zijn van bij de geboorte communiceren via de Vlaamse Gebarentaal

tips voor de omgang met slechthorende:

- Spreek traag en duidelijk, goed articuleren
- Het is niet nodig om te roepen, maar vermijd achtergrondlawaai
- Spreek Algemeen Nederlands (geen dialect)
- Spreek zonder iets voor of in de mond (sigaret, kauwgom, onverzorgde baard en/of snor)
- Maak oogcontact
- Creëer een sfeer van vertrouwen
- Herhaal jezelf indien nodig, gebruik eens andere woorden
- Het is moeilijk om groepsgesprekken te volgen, 1 op 1 is beter
- Vermijd te moeilijke of heel specifieke woorden en lange zinnen
- Schrijf belangrijke informatie op (adressen, telefoonnummer)

Mensen met een visuele beperking

Personen die blind of slechtziend zijn, behoren tot deze groep. Soms herken je deze mensen gemakkelijk aan hun witte stok of geleidehond. Bij velen van hen merk je pas als je beter toekijkt dat die persoon een visuele beperking heeft; bijvoorbeeld omdat de persoon iets van heel van heel dichtbij bekijkt, bv. met een loep of kijkertje. Wij verkennen onze omgeving vooral met de ogen, maar blinden en slechtzienden moeten zich beroepen op hun tastzin en gehoor.

tips voor de omgang met slechtziende:

- Introduceer jezelf voor je begint te praten
- Als je een hand wil geven, raak dan zelf even de hand aan, of waarschuw “ik ga u een hand geven”
- Kijk naar de persoon terwijl je praat
- Vermijd storende omgevingsgeluiden
- Ondersteun je spontane gebaren met woorden (vb. gelaatsuitdrukkingen, knikken, glimlachen)
- Richt je altijd tot de persoon zelf en praat niet via een eventuele begeleider
- Om iemand te begeleiden bied je best je arm aan. De persoon die moet begeleid worden, kan dan je arm vastnemen boven je elleboog of inhaken. Het is dan niet nodig om te zeggen of je naar links of rechts draait, dat voelt die persoon wel
- Aan trappen of obstakels kan je best wel even stilstaan en zeggen wat er komt (vb. trap naar boven, roltrap naar beneden)
- Om een zitplaats aan te wijzen is het voldoende de hand van de persoon op de rugleuning van de stoel te brengen
- De woorden ‘hier’ en ‘daar’ betekenen voor een persoon met visuele handicap niets
- De woorden ‘zien’, ‘kijken’, ‘lezen’… zijn geen taboewoorden. Je kan bijvoorbeeld gerust aan een blinde persoon vragen “Wil je dit even zien?”.
- Verwittig als je weggaat
- Zorg ervoor dat een deur ofwel helemaal open, ofwel helemaal dicht is. Een halfopen deur is een gevaarlijk obstakel

Mensen met een fysieke beperking

Een fysieke beperking verwijst naar een obstakel in de lichamelijke context. Sommige personen met een fysieke beperking zijn rolstoelgebruikers, andere niet. Sommigen hebben een amputatie van een lidmaat of halfzijdige verlamming (hemiplegie).

tips voor de omgang met iemand met een fysieke beperking:

- Raak de hulpmiddelen (vb. rolstoel) niet aan. Aai een geleidehond nooit.
- Neem geen beslissingen in plaats van de persoon met een fysieke beperking
- Spreek de persoon in een rolstoel op ooghoogte aan (ga zitten, of buk je een beetje)
- Als iemand moeilijk spreekt (vb. CP), tracht dan zo aandachtig mogelijk te luisteren. Als je het niet begrijpt, vraag dan om het te herhalen. Doe zeker niet alsof je het verstaan hebt

Mensen met een verstandelijke beperking

Een verstandelijke beperking is de naam voor een ontwikkelingsstoornis waarbij de verstandelijke vermogens zich niet met de normale snelheid ontwikkelen, en meestal ook nooit een normaal niveau bereiken. De persoon heeft door een cognitief tekort moeite om hetzelfde te functioneren, in vergelijking met leeftijdgenoten.

Vermijd verouderde en denigrerende terminologie als mentaal gehandicapten, zwakzinnigen, of geestelijk gehandicapten.

tips voor de omgang met iemand met een verstandelijke beperking:

- Zorg voor een omgeving met niet te veel afleiding
- Laat de persoon niet alleen achter in een ruimte (sporthal, kleedkamer, …)
- Gebruik eenvoudige taal. Probeer zoveel mogelijk moeilijke woorden en lange zinnen te vermijden
- Checken of de persoon je begrepen heeft kan zeker geen kwaad
- Behandel volwassen mensen met een verstandelijke beperking niet als kleine kinderen
- Geef duidelijkheid en structuur: tijdsschema, niet te veel informatie ineens
- Maak duidelijk wat er gaat gebeuren en wanneer zodat de persoon met een verstandelijke beperking weet wat hij kan verwachten
- Hou er rekening mee dat zij niet altijd oogcontact maken
- Hou rekening met spontaan, vrij direct gedrag
- Hou rekening met het feit dat niet iedereen met een verstandelijke beperking kan lezen en/of schrijven

ZES BELGISCHE ATLETEN MAKEN KENNIS MET HET HOOGSTE NIVEAU IN AZERBEIDZJAN: HET EUROPEAN YOUTH OLYMPIC FESTIVAL (EYOF)

Ons EYOF-verhaal begon ergens begin dit jaar, toen Sten 2 meter en hoger begon te springen, en aldus de Europese top tien haalde bij de scholieren. Aansluitend ontvingen we vol ongeloof - zoals zovelen - een uitnodiging tot aanmelding bij het BOIC.

Het initiële enthousiasme zonk echter naar het absolute nulpunt - opnieuw zoals bij zovelen - toen we enkele weken later de limieten gepubliceerd zagen. Deze waren gewoon niet haalbaar! Sten dacht er echter duidelijk anders over: al bij de eerste wedstrijd haalde hij als eerste Belg de gevraagde hoogte. Faut le faire: 2m06.

De daaropvolgende maanden werden een schitterende voorbereiding. Samen met de trainer Chris Van Landschoot werd de techniciteit van de trainingen opgevoerd en organiseerden we zelfs een mini-stage. Ook de corestability- en hordentraining bij Hanne, Ilse en Audrey werd aangehouden. Vier trainingen per week. Op school werd de finale van de wiskunde olympiade gehaald, en werden de GIP (eindwerk) en examens afgewerkt, het diploma behaald, en werd er ingeschreven op de Universiteit.

Als toetje volgden hierop nog drie stagedagen bij het BOIC waar 'de zes atletiekers voor EYOF' elkaar leerden kennen, en... wauw... Wat is dat verdomd leuk! Mariam, Liefde, Syrah, Jente, Jules en Sten werden ondergedompeld in 'Team Belgium', en in de watten gelegd.

De afreis met de Belgische delegatie (de 4000 km verplaatsing ging over Istanboel), het verblijf in het immense atletendorp en een emotionele openingsceremonie: alles verliep voorspoedig én maakte indruk! We krijgen nog steeds kippenvel bij het denken aan het binnendragen van de olympische vlag, de olympische vlam, en de eedaflegging. En wat een show in de mooie Crystal Arena aan de rand van de Kaspische zee!

Wat een start ook van de wedstrijden voor de Belgen: Jente Hauttekeete steeg boven zichzelf uit in de tienkamp. Het was zuiver genieten om die kerel bezig te zien.

We leerden elkaar ondertussen ook echt kennen: de atleten, de coaches, de begeleiding (waaronder mijn idool Hans Van Alphen), en de nagereisde ouders.

Ook Mariam Oulare, Liefde Schoemaker en Sten deden met een vlekkeloze kwalificatie in de respectievelijke 100m, 400m en het hoogspringen het beste voor de toekomst verhopen. Les petits belges lieten zich jandorie gelden!

Syrah Ghijselings lag even in de knoop toen bleek dat haar kwalificaties niet doorgingen. Even dus decompressie maar met steun van het team snel terug in focus voor finale op zaterdag waar ze achtste werd.

Ze had even een blik van ontgoocheling, in zichzelf gekeerd, maar tussen ma en oma vast geknuffeld is er geen ruimte voor gesakker. Drie sterke vrouwen op een rij.

De finale voor Mariam op de 100 meter leverde een vierde plaats op. Zo dicht bij podium, en jammer genoeg in een tijd waar zij niet mee tevreden was. Ontgoocheling en verdriet.

Een avond gezelschap van de mama, de juiste klap van de teamgenoten en van de begeleiding doet hierbij wonderen. En ook de hierop volgende revanche van Liefde door een tweede plaats te behalen op de 400m bracht de positieve vibe absoluut terug.

Op dat moment wisten we niet dat dé absolute thriller van het kampioenschap nog moest komen: het polsstokspringen van Jules!

Je moet weten dat we Jules leerden kennen als dertienjarige op een wedstrijd in Tienen. Hij sprong die dag - als echt klein ventje - over 3m60 op een

voor de gewone sterveling technisch perfect wijze.

Maar nu drie jaar later was hij aan het struggelen in zijn opwarming en in zijn eerste sprongen. Eigenlijk was het niet om aan te zien; de wind en algemene omstandigheden speelden hem parten.

Hij gokte zich naar het podium door enkele beurten over te slaan, een derde poging te verschuiven naar grotere hoogte, en viel bovendien bij een geslaagde sprong volop naast de mat! Achterwaarts bij een 4m60 sprong, op de rug, op de piste!

Paniek en angst, maar Jules sprong recht en maakte duidelijk dat alles ok is. Zijn trainer Steffen zag groen van spanning en bezorgdheid. Zijn ouders op het thuisfront panikeren; de livestream viel immers uit na zijn val.

Met moeite bereiken ze telefonisch - een eeuwigheid later - één van de Belgen in het publiek: 'Alles is goed met Jules. Hij heeft de wedstrijd verder gezet en behaalde brons!' De hierop volgende dagen was hij stokstijf, maar hij houdt er geen letsel aan over.

Euforie in het Belgische kamp! De jeugd maakt elkaar gek: Morgen Sten is het aan jou! Hoehaa!

Stonden wij de volgende dag plots even wezenloos voor ons uit te staren... De blik op oneindig en vol ongeloof. De hoogspringlat was net voor een derde maal gevallen. De wedstrijd was voor Sten afgelopen!

Zo hard gewerkt en hiernaartoe geleefd, en nu - op het moment van de waarheid - zelfs niet in de wedstrijd gekomen! Verscheidene atleten vervoegen zich al snel bij onze Sten.

De één na de ander presteert op dit kampioenschap zwaar onder niveau, en zit nu intriest voor zich uit te staren op het atletenbankje. Ze merken elkaar zelfs niet op; ze zijn volledig alleen met zichzelf en hun ontgoocheling. Dit is echt hard en donker voor deze zestien- en zeventienjarigen. Een zwaar contrast met een half uurtje geleden toen ze elk in hun nationale outfit stonden te blinken, aangemoedigd door hun delegatie, collega-atleten, entourage en supporters. Een lach en een traan. Emoties. Dat is sport ten voeten uit!

We weten intussen wat er fout liep. Het is het leergeld dat betaald wordt. Het is het bouwen van een fundament om er straks een nog steviger gebouw op te zetten. Maar nog belangrijker: die avond werd er doorgesproken. Door Sten, door de coach, door wij als ouders, de begeleiding en de collega-atleten. We hebben nog een heel uitdagend traject te gaan, maar de vaardigheden die je als sporter oppikt zijn onbetaalbaar en een winst voor het leven.

Dit lukt echter niet alleen, en daarom een volle dank u aan de club ASVO, de trainers, de clubgenoten en supporters voor de ondersteuning! Tous ensemble ;-)

Meer info op
stengeenens.blogspot.com

Katrien Buyst
Dieter Geenens

KASVO-KRONIEK

BK JUNIOREN/ BELOFTEN LEBBEKE 29/06/2019

Zaterdag vond het BK junioren en beloften plaats te Lebbeke bij tropische temperaturen. **Nienke** behaalde brons in het hoogspringen en behaalde met beentjes die dienst weigerden een 7de plaats op de 100m horden.

Dries moest de spikes aanbinden voor de baanronde en behaalde een mooie 5de plaats in een PR van 50.11. Ook **Stef** liep de baanronde bij de beloften. Hij startte wat sneller dan gewoonlijk en na 300m lag iedereen op 1 lijn - de laatste 100m tegenwind was er te veel aan: Stef klokte de 8ste tijd in een nog steeds zeer mooie 49.23.

Beau behaalde een 7de plaats in het discuswerpen en een 9de plaats in het speerwerpen ondanks een pijnlijke elleboog. Op de 3.000m steeple werd **Dieter Robbens** 6de bij de beloften in 11.11.36.

KAMPIOEN-SCHAPPEN JUNI SINT-NIKLAAS/ ERTVELDE/ IZEGEM/ OUDENAARDE 30/06/2019

De afgelopen weken vonden naast het BK masters en het BK voor junioren en beloften (zie onderstaande artikels) nog allerhande kampioenschappen plaats waar we regelmatig KASVO-atleten op het podium zagen.

Zo werd **Lode Lucas** afgelopen zondag provinciaal kampioen werpvijfkamp bij de junioren.

Zaterdag brachten de jeugdatleten 10 medailles mee van de provinciale kampioenschappen (6x goud - 1x zilver - 3x brons).

Vorige week werd **Sofie Vervaeke** Vlaams kampioene in het hamerslingeren bij de masters dames 45+. **Steven Lucas** werd 5de bij de mannen.

Begin juni organiseerde KASVO het provinciaal kampioenschap steeple. Daar werd **Flore De Schepper** provinciaal kampioene bij de kadetten meisjes en behaalde **Korneel Van Rillaer** brons bij de kadetten jongens.

Hier was er ook nog een 4de plaats voor **Dieter Robbens** (sen) en een 5de voor **Matteo Vandendriessche** (kad).

ROSINE WALLEZMEETING OUDENAARDE 12/07/2019

Tijdens deze Rosine Wallezmeeting staat de 400m, het nummer waar Rosine destijds in uitblonk, centraal. Voor dit nummer zijn bijkomende prestatiebonussen voorzien.

Kadetten Amélie Sonneville (KAAG), Thibaut Delbecque (JSMC), **Jaron De Vriese** (ASVO) en scholieren **Anaïs Van Snick** (ASVO) en Kato Moustie (DEIN) gingen met deze extra bonus lopen.

Verder werden nog enkele stadionrecords verbeterd met als uitschieter de 58m95 van de Jamaicaan Chad Wright in het discuswerpen

STEN GEENENS 11de in EYOF-finale hoogspringen BAKU 26/07/2019

Op het EYOF in Baku behaalde Sten Geenens met een sprong over 1m93 een 11de plaats in het hoogspringen.

Proficiat met je prestatie Sten!

VAKANTIEMEETING OUDENAARDE 30/07/2019 net geen limiet voor het WK in Doha

Onze eerste vakantiemeeting kon rekenen op een topreeks in de 1.500m bij de mannen.

Isaac Kimeli had zijn zinnen gezet op de limiet (3.36.00) voor het WK in Doha. Uitstekend gegangmaakt door Philip Cortvriendt en Aurèle Vandeputte en met de steun van Stijn Baeten en twee Australiërs en een Nieuw-Zeelander miste hij slechts nipt de gewenste tijd (3.36.96).

Met ook Luke Mathews (3.37.13) en Stijn Baeten (3.39.20) liepen maar liefst drie atleten onder de 3.40!

BK 10km op de weg LOKEREN 03/08/2019

Voor het vierde jaar op rij werd het BK 10km op de weg gekoppeld aan de Optiek Sonck Streetrace in Lokeren. Deze wedstrijd vindt traditiegetrouw plaats in het eerste weekend van de Lokerse Feesten met start en aankomst op de piste van AV Lokeren. Heel wat Belgische toppers kwamen er aan de start.

Voor ASVO zette **Olivier De Wolf** de beste prestatie neer. Hij werd 24ste op 279 deelnemers aan het BK (samen met de niet-BK-deelnemers kwamen in totaal 699 deelnemers aan de start van de 10km) in een tijd van 32.25.

Op plaats 105 vonden we **Dieter Robbens terug** in 36.21. Masters **Tim Van Coster** (38.38/145ste), **Karel Huysman** (41.49/189ste),**Patrick De Lange** (42.09/195ste) en **Pieter Demetter** (43.12/207de) gingen seniore **Evelien De Smet** (46.07/231ste) nog vooraf.

Mia Slabbaert, die niet in aanmerking kwam voor het BK, eindigde globaal op plaats 547 in 58.23.

PK HAMER EN GEWICHTWERPEN SINT-NIKLAAS 04/08/2019

En hoe zou het nog zijn met onze groep hamerslingeraars? Zeer goed, uitstekend zelfs! Dat bleek immers na afloop van het provinciaal kampioenschap hamerslingeren en gewichtwerpen in Sint-Niklaas.

Laten we beginnen bij het begin. Het was aan de trainer, uw verslaggever **Steven**, om de debatten te openen bij het hamerslingeren. Echt tevreden over de gelukte afstand kon hij niet zijn maar het bleek wel voldoende voor de provinciale titel. De eerste van de dag.

Ook spannend voor de titel kon het worden bij de junioren. Het bleek al snel dat **Lode** zijn persoonlijk record zou moeten breken om de titel binnen te rijven. En dat deed hij ook, en hoe! Lode sloopte netjes de muur van 40m door de 6kg-hamer 40m61 ver te gooien. Een verbetering van zijn PR met 6m. Met dank aan zuslief voor de extra tips. Die afstand is meteen ook goed voor een 4e plaats op de nationale ranglijst bij de junioren!

Onze dames, **Sofie** en **Yelena,** waren meteen wakker na het zien van dit jonge geweld. Ze bevestigden met respectievelijk 20m20 en 28m72 de afstanden die ze eerder dit seizoen al lieten optekenen. Voor Sofie leverde dit naast een lichte verbetering van haar clubrecord ook de provinciale titel op. Yelena viel net naast het podium, figuurlijk hé.

Over naar de zwaardere werptuigen. Het was opnieuw aan de trainer om het goede voorbeeld proberen te geven. Dat lukte ook met een worp netjes over de 9m én een provinciale titel. Maar het was opnieuw **Lode** die zijn trainingsmaatjes met verstomming sloeg. Ook met het zwaargewicht van meer dan 11kg slaagde hij erin zijn clubrecord te verpulveren: 14m04! Ook voor hem dus een 2de titel van de dag. De trainer pinkte een gelukstraan weg.

En nog steeds was de honger naar titels en medailles niet gestild. Ook **Sofie** en **Yelena** deden hun duit in het zakje. Sofie haalde in haar eerste gewichtwerpwedstrijd de titel binnen met een worp van net geen 7m. Yelena flirtte met de 10m-lijn (ook figuurlijk natuurlijk): 9m79. Goed voor brons trouwens. Voor beide dames betekende dit ook een instelling/verbetering van het clubrecord.

Voor wie de tel kwijtraakte: ASVO haalde op dit PK 6 titels en 1 bronzen medaille. En maar liefst 5 clubrecords werden scherper gesteld. De kans is groot dat je de komende dagen de trainer op een roze wolk ziet voorbijzweven. Ook figuurlijk uiteraard...

Steven Lucas

MARGO VAN PUYVELDE past voor het WK in Doha 08/08/2019

Margo Van Puyvelde heeft door aanhoudende achillespeesklachten definitief een streep door het WK in Doha moeten trekken. Ze wil zich nu op haar eigen ritme voorbereiden op het volgende, olympische seizoen.

"De scheur tussen achillespees en kuit was goed genezen, maar sinds een maand is mijn achillespees ontstoken", doet Margo haar verhaal. Sinds het EK in Berlijn is ze al aan haar derde zware blessure toe.

"Waarschijnlijk heeft de scheur ook een impact op mijn pees gehad en is die daardoor beginnen opspelen. Tevoren was ik er echt nog van overtuigd dat ik in deze periode weer wedstrijden aan het lopen zou zijn, want de revalidatie verliep goed."

Ondertussen heeft Margo een moeilijke knoop moeten doorhakken. "Ik ben nu op mijn gemak aan het opbouwen richting volgend jaar. Doha komt te vroeg. Het is even moeilijk geweest om dat te aanvaarden en in theorie zou ik nog alles op alles kunnen zetten om er toch bij te zijn, maar ik wil geen risico's nemen met het oog op de Spelen. En bovendien heb ik geen zin om een WK op halve kracht aan te treden."

Foto: Jeroen Demeyer
Artikel: Vlaamse Atletiek Liga

succesvol Vlaams kampioenschap kadetten-scholieren OORDEGEM 15/08/2019

Wat een mooi kampioenschap werd het weer voor onze kadetten en scholieren - en dan geven we nog mee dat het geluk vandaag niet echt de kant van ASVO koos.

Maar de cijfers blijven indrukwekkend: 3 Vlaamse kampioenen, 4x zilver en 2x brons en maar liefst 19 top 8-plaatsen.

Goud voor hoogspringer **Sten** die ondanks wat gezondheidsproblemen 2m05 sprong, Goud ook op de 1.500m steeple voor **Flore** 5.18.94 en op de 2.000m steeple voor **Laure** in 7.24.13 (CR).

Zilver voor **Femi** in het polsstokspringen met 3m00 - Femi sprong even hoog als de kampioene en moest een lange barrage springen om de winnaar te kunnen aanduiden. Helaas was het Femi die na 6 sprongen in de fout ging.

Ook **Arnaud** pakte de zilveren plak in het kogelstoten met 14m60. Nog een zilveren medaille was er voor **Jaron** in een ijzersterke 400m. Het werd een millimetersprint voor zowel de eerste plaats als de derde. Jaron kwam met 52.53 een paar honderdsten te kort voor de eerste plaats en **Killian** verbeterde zich in dezelfde reeks tot 53.74 en kwam zo ook die paar honderdsten te kort voor de 3de plaats. Maar prachtig gedaan!

Ilana pikte ook de zilveren medaille mee op de 400 m in 57.86 en mocht dit samen met bronzen **Anaïs** (59.04) vieren op het podium. Nog een bronzen plak was er voor **Febe** in het discuswerpen met een worp van 31m72.

Arnaud had door de wind wat moeite met de discus binnen de lijnen te gooien vandaag en behaalde een 5de plaats met een worp van 40m71. **Kato** werd 6de in het hinkstapspringen met een sprong van 10m92. **Femi** behaalde dezelfde plaats in het speerwerpen met een worp van 32m24. Een 7de plaats was er voor **Pepijn** in de 400 m bij de scholieren hij liep naar een PR van 52.49. Ook een zevende plaats en PR voor **Margaux** op de 300mH, ze liep 47.89.

Nina had wat meer moeite met het vroege ochtenduur waarop de 300mH werd gelopen, maar kwam toch tot een mooie 50.53. **Margaux** liep na de middag ook een goede 80mH in 12.81.

8ste plaatsen waren er voor **Daan** in het speerwerpen (35m23), **Robbe** op de 800m (2.11.05) - in de eerste reeks liep ook **Lars** naar een stevige (2.12.96). Nog 8ste plaatsen voor **Julie** op de 1.500m (5.01.34) en **Korneel** op de 1.500m steeple (4.56.00). **Daan** stootte ook de kogel naar een nieuw PR van 11m19.

Nogmaals een dikke pluim voor jullie prestaties en we kijken uit naar de komende wedstrijden en kampioenschappen.

--- Ilse ---

PK 10.000m LEBBEKE 18/08/2019

Dit jaar was AC Lebbeke gastheer voor de organisatie van het PK 10.000m. Jammergenoeg stond de 10.000m uren na de overige nummers geprogrammeerd, waardoor er slechts weinig toeschouwers aanwezig waren.

De eerste reeks ging van start met slechts 8 dames, waaronder 2 seniores. **Sofie Verstichelen** was hierdoor dus al zeker van een PK-medaille. Al vrij snel werd duidelijk dat het zilver zou worden en na 25 ronden eenzaam strijden tegen de strakke wind stopte de klok na 45.04.

In de eerste van 2 reeksen bij de mannen gingen **Dieter Robbens** en **Tim Van Coster** van start. Dieter voegde zich de eerste 2 ronden bij het groepje van Tim, waarna hij in zijn eigen tempo verderging in een tijd van net boven de 38 minuten, Tim eindigde net onder de 39 minuten.

Tijdens de tweede reeks had de wind nog wat in kracht toegenomen. **Karel Huysman** nam de beste start, van dichtbij gevolgd door **Pieter Demetter.**

Patrick De Lange moest al snel de rol lossen. Iets over halfweg verloor Karel de strijd tegen de wind. Pieter ging hem vlot voorbij en liep uiteindelijk zijn tweede wedstrijdhelft aan hetzelfde tempo als de eerste 5.000m.

Patrick kon rekenen op zijn uithouding door de vele kilometers in voorbereiding op de marathon en liep zijn tweede wedstrijdhelft 17 seconden sneller, waardoor hij op slechts 2 seconden van Pieter kon eindigen (41.55 en 41.57). Karel moest finaal een minuut prijsgeven om te eindigen in 42.55.

VAKANTIE-MEETING EN MEMORIAL RACHEL HANSSENS OUDENAARDE 21/08/2019

PK AFLOSSING DEINZE 25/08/2019

73 atleten / 29 ploegjes =>
7 medailles (4x goud - 3x zilver)
+ 7 clubrecords

KBC
Bank & Verzekering

I ♥ FRUIT

DIËTISTE - SPORTDIËTISTE
MOVIMENTO
DE WEG NAAR EEN GOEDE GEZONDHEID

WENDY VAN SEYMORTIER
voedings- en dieetadvies

t 0476 29 28 49
info@vanseymortier.be

Berchemweg 190
9700 Oudenaarde (Melden)

ONDERTUSSEN BIJ DE KASVO-JEUGD...

INTERREGIO OUDENAARDE 23/06/2019

65 KASVO jeugdatleten kwamen onder tropische temperaturen het beste van zichzelf geven tijdens onze eigen Interregio.

PK JEUGD RIEME 29/06/2019

Tijdens de voorlopig heetste dag van het jaar, kwamen 26 KASVO jeugdatleten in actie te Rieme om te strijden voor de provinciale titels: 4 benjamins, 12 pupillen en 10 miniemen.

Onze youngsters kwamen met 10 medailles terug naar Oudenaarde!

GOUD
Cato Chiers (60m)
Camille De Clercq (Kogel)
Robbe Van Overmeiren (Hockey)
Robbe Van Overmeiren (Hoogspringen)
Mateo Bogaert (80m)
Mateo Bogaert (150m)

ZILVER
Cato Chiers (Verspringen)

BRONS
Julie Bastil (60 horden)
Marte Chiers (Verspringen)
Camille De Clercq (Hockey)

ZOMERSTAGE JEUGD 2019

De zomerstage editie 2019 (van 29 juli tem 2 augustus) zit er ook alweer op. Dit jaar mochten we maar liefst 108 jeugdige sportievelingen verwelkomen.

Alle disciplines werden op een speelse manier aangeleerd zodat nieuwkomers konden proeven van de mooie atletieksport. Voor de ervaren rotten was het dan weer een ideale week om hun technieken te kunnen verbeteren.

Als orgelpunt sloten we vrijdag traditiegetrouw af met de gouden 2000. Veel volk op de tibunes om hun oogappels aan te moedigen.

INTERREGIO RCG 17/08/2019

23 KASVO-atleten waren aanwezig op de voorlaatste Interregio van het seizoen.

BEN Dames
Floor Cosyns
(60m: 10.99 – Kogel: 4m46 – Hockey: 12m44)
Celestien Kesteleyn
(60m: 11.14 – Ver: 2m57)
Geike Baele
(60m: 11.42 – Ver: 2m62 – Kogel: 4m69 – Hockey: 13m32)
Sienna Vandriessche
(60m: 11.43 – Ver: 2m83 – Kogel: 4m95 – Hockey: 9m51)
Nienke Vandemeulebroucke
(Ver: 2m59 – Kogel: 4m21)

BEN Heren
Ruben De Stoppeleire
(60m: 11.29 – Ver: 2m76 – Kogel: 4m51 – Hockey: 15m55)
Rune Haeck
(60m: 11.75 – Ver: 2m51 – Kogel: 3m63 – Hockey: 8m94)
Leandro Pandelaere
(60m: 12.91 – Ver: 2m41 – Kogel: 2m31 – Hockey: 9m93)
Martijn Van Daele
(60m: 11.93 – Ver: 2m83 – Kogel: 5m76)

PUP Dames
Cato Chiers
(60m: 9.11 – Hoog: 1m10 – Hockey: 20m16)
Marte Chiers
(60m: 9.36 – Hoog: 1m20 – Hockey: 18m88)
Ella De Paepe
(60m: 11.34 – Hoog: 1m00 – Hockey: 11m96)
Enna Vanpevenaeyge
(60m: 11.56 – Hoog: 95cm – Hockey: 17m00)

PUP Heren
Thibo Kesteleyn
(60m: 9.60 – 60H: 12.43 – Hoog: 1m05)
Milos Dewaele
(60m: 9.73 – 60H: 14.15 – Hoog: 1m10 – Hockey: 19m97)
Robbe Van Overmeiren
(60H: 11.56 – Hoog: 1m35 – Hockey: 45m57)

MIN Dames
Lara Heyse
(300m: 49.05)
Yitske Walraeve
(300m: 46.89 – 60H: 12.36 –)

Tess De Vriese
(300m: 49.13 – Ver: 3m69 – Kogel: 7m47 – Discus: 14m90)
Catho De Cremer
(300m: 52.01 – Kogel: 6m81 – Discus: 11m58)
Elise Romeyns
(300m: 54.92 – Ver: 2m81 – Kogel: 5m22 – Discus: 13m79)

MIN Heren
Mateo Bogaert
(300m: 40.53 – 80H: 16.13 – Ver: 4m85 – Discus: 16m90)
Thor de Paepe
(300m: 47.07 – 80H: 17.32 – Discus: 16m22)

PK AFLOSSING DEINZE 25/08/2019

Onder een brandende zomerzon was het voor iedereen zoeken naar een plekje schaduw tijdens het PK aflossingen te Deinze.

Onze roodzwarte jeugdatleten kwamen huiswaarts met 2 gouden medailles, 2 zilveren en 3 clubrecords!

BEN meisjes 4×60
(14 deelnemende ploegen)
– **Emma Waelkens, Eline Callebaut, Celestien Kesteleyn, Floor Cosyns** (42.19 – 6de plaats)
– **Geike Baele, Lika Leyman, Suzanne Mespreuve, Sienna Vandriessche** (43.32 – 8ste plaats)

BEN meisjes 3×600 (19 deelnemende ploegen)
– **Geike Baele, Celestien Kesteleyn, Floor Cosyns** (7:14.15 – 6de plaats)
– **Emma Waelkens, Nienke Vandemeulebroucke, Sienna Vandriessche** (7:40.93 – 16de plaats)

PUP meisjes 4×60
(20 deelnemende ploegen)
– **Camille De Clercq, Elodie Van Rillaer, Marte Chiers, Cato Chiers** (33.86 – **GOUD! + CLUBRECORD**)
– **Enna Vanpevenaeyge, Estelle Demoor, Julie Bastil, Fran Van Israël** (38.98 – 15de plaats)

PUP meisjes 3×600
(20 deelnemende ploegen)
– **Cato Chiers, Marte Chiers, Elodie Van Rillaer** (5:57.90 – **ZILVER!**)
– **Camille De Clercq, Ella De Paepe, Fran Van Israël** (6:29.61 – 11de plaats)

MIN meisjes 4×80
(16 deelnemende ploegen)
– **Tess De Vriese, Yitske Walrave, Mirte Puissant, Aude Ysebaert** (44.60 – 6de plaats)
– **Astrid Meuleman, Catho De Cremer, Amélie Callebaut, Lara Heyse** (47.33 – 10de plaats)

MIN meisjes 3×600
(17 deelnemende ploegen)
– **Yitske Walrave, Astrid Meuleman, Catho De Cremer** (6:14.33 – 12de plaats)

BEN Jongens 4×60
(20 deelnemende ploegen)
– **Artuur Pauwels, Ruben De Stoppeleire, Iljo Gosseye, Mathis Vrijens** (42.47 – 13de plaats)
– **Leandro Pandelaere, Edward Cheyns, Rune Haeck, Martijn Van Daele** (45.82 – 17de plaats)

BEN Jongens 3×600
(24 deelnemende ploegen)
– **Artuur Pauwels, Iljo Gosseye, Mathis Vrijens** (6:28.08 – 6de plaats)
– **Cas Gevaert, Rune Haeck, Martijn Van Daele** (7:05.74 – 21ste plaats)

PUP Jongens 4×60
(21 deelnemende ploegen)
– **Thibo Kesteleyn, Bo Meirhaeghe, Mano Bogaert, Robbe Van Overmeiren** (34.72 – **ZILVER! + CLUBRECORD**)
– **Ian De Meester, Laurens Vandewattyne, Andries De Boe, Thomas Lerouge** (36.96 – 7de plaats)

PUP jongens 3×600
(28 deelnemende ploegen)
– **Laurens Vandewattyne, Thomas**

Lerouge, Robbe Van Overmeiren (6:07.49 – 9de plaats)
– **Bo Meirhaeghe, Mano Bogaert, Thibo Kesteleyn** (6:07.66 – 10de plaats)

MIN Jongens 4×80
(15 deelnemende ploegen)
– **Mateo Bogaert, Senne Ketsman, Juul Vander Beken, Briek Neuville** (43.30 – 5de plaats)

MIN jongens 3×600
(17 deelnemende ploegen)
– **Thor De Paepe, Mateo Bogaert, Juul Vander Beken** (5:10.64 – **GOUD! + CLUBRECORD**)

KIDS'ATHLETICS 28/08/2019

Op woensdag 28 augustus hebben we de "Kids' Athletics" op onze eigen KASVO piste.

Wat is Kids' Athletics?
Kids' Athletics is de ideale instap-wedstrijdvorm voor beginnende jeugdatleten, het is gebaseerd op het IAAF Kids' Athletics-concept van de internationale atletiekbond IAAF.

Kids' Athletics is…
Voor iedereen: Ben je tussen 5-12 jaar oud en heb je zin in je eerste atletiekuitdaging, dan is Kids' Athletics iets voor jou! Iedereen mag meedoen, ook al ben je nog geen lid van een atletiekclub.

Samen voor de overwinning gaan: Je doet in groepjes van 4-8 kinderen verschillende atletiekwedstrijdjes, op het einde wordt een ploegenrangschikking gemaakt. Help jij jouw ploeg aan de winst?

Lopen, werpen én springen: Je doet 8-10 verschillende wedstrijdjes die een leuke mix zijn van spurten, lopen, werpen en springen.
Snel: In 3 uur tijd heb je je spieren opgewarmd, en heb je alle wedstrijdjes gedaan. Gedaan met wachten, Kids' Athletics is 3 uur non-stop atletiekplezier!

Hoe doe ik mee?
Kids' Athletics is volledig gratis, voor zowel atleetjes als toeschouwers.
Je kan individueel of in groep inschrijven de dag zelf van 13u tot 13u30.
Daarna worden de groepjes verdeeld en start de opwarming.
Om 16u worden de atleteetjes terug afgehaald.

INTERREGIO KAAG + EINDSTAND 01/09/2019

Wat had moeten eindigen als een mooie afsluiter van het seizoen eindigde in totale verslagenheid na de zware blessures van **Sara Willaert** tijdens een val op de 150m horden.
Via deze weg wenst de werkgroep jeugd Sara een spoedig herstel en revalidatie toe!

Camille De Clercq verbeterde het clubrecord bij het kogelstoten (9m92!).

Volgende atleten mochten plaatsnemen op de beroemde Interregio trap na het behalen van een top-10 plaats na 7 Interregio's:

Pupillen jongens:
Robbe Van Overmeiren
(2de plaats)
Mano Bogaert
(7de plaats)

Pupillen meisjes:
Camille De Clercq
(Interregio kampioen!)
Cato Chiers
(4de plaats)
Marte Chiers
(5de plaats)
Elodie Van Rillaer
(8ste plaats)

Miniemen jongens:
Mateo Bogaert
(3de plaats)

Miniemen meisjes:
Sara Willaert
(4de plaats)
Yitske Walraeve
(7de plaats)

Derveaux Mireille
Bloemen - Planten - Decorati
Schoolstraat 7/1 - 9636 Nederzwalm
Tel & Fax 055 49 97 09

iD
iD
Cleaning Cleanhouse
Algemene schoonmaak
Schoonmaak met dienstencheques
Eerste opkuis
Service op maat
Strijkwinkel
Tussenbruggen 1 te Oudenaarde
NIEUWE STRIJKWINKEL DEPOT
Rekkemstraat 8a te Oudenaarde

ALLE KARWEIEN
VAN SNICK FILIP
Binnen & buitenwerken
Caudenberg 55 - 9570 Lierde
filip.vansnick@telenet.be
0476 - 53 14 00

DISCUS EN KOGEL FETHROWERS

PK EN BK WERPVIJFKAMP

Op 30 juni trokken Filip Eeckhout (M40), Davy Uyttenhove (M35) & **Lode Lucas** (JUN – ASVO) naar Sint Niklaas om er deel te nemen aan het PK & BK werp5kamp voor masters. Beide masters trotseerden de warmte en maakten er een gezellige dag van. Zowel Filip als Davy hadden wel meer verwacht van dit kampioenschap. Junior Lode, voor wie dit geen Belgisch kampioenschap was, leverde dan weer wel een knappe meerkamp af.

Lodes cijfers van de dag waren best wel goed. Zo viel enkel kogel en discus wat tegen, maar waren hamer en speer dan weer knappe persoonlijke records. Op de totale werp5kamp behaalde hij 2263 punten wat ook voor hem een clubrecord betekende. Tot zijn verrassing kreeg hij op het podium een schildje van Provinciaal kampioen. Dus toch een kampioenschap voor Lode .

Lode:

hamer =>	34m62	PR
kogel =>	9m97	
discus =>	25m57	
speer =>	36m27	PR
gewicht =>	12m42	

BAM!

Vrijdagavond 5 juli te Deinze, een mooie zomeravond met ideale atletiekomstandigheden. Cédric Broeckaert, Anouska Hellebuyck (DEIN) en **Steven Lucas** (ASVO) trokken naar de avondmeeting die er werd georganiseerd door de plaatselijke club. Niet voor de eerste keer deze zomer was het Cédric die door zijn knappe prestaties de meeste aandacht trok. Hij doorbrak er voor het eerst op wedstrijd een magische grens als discuswerper.

Cédric (CAD) begon prima met de kogel. Ondanks dat hij zich bij de eerste poging wat pijn aan zijn vingers deed, realiseerde hij een knappe 13m60. Kogel en discus lagen op het uurrooster ver uit elkaar waardoor er dus even diende gewacht te worden alvorens hij met de discus kon aantreden. Wat hij daar liet zien was straf. Voor het eerst ging hij voorbij de 50m tijdens een officiële wedstrijd. Met 50m34 en nog enkele worpen van om en bij de 50m kan hij terugblikken op een schitterende avond en dito prestaties. Met deze prestatie komt hij op de 2de plaats te staan van de huidige Belgische jaarranglijst. Proficiat Cé! Thuisatlete Anouska (SEN) was ook opdreef. Met 3 worpen ruim boven de 51m en als beste 51m88 was ze duidelijk in goede doen. Nu duimen dat die superworp er eens uitkomt…

Met al deze goede prestaties kon **Steven** (M45) niet achterblijven. Ook hij presteerde op niveau met 10m67 in het kogelstoten en 27m62 in het discuswerpen

ROSINE WALLEZ-MEETING

Op 12 juli trokken de FEThrowers richting de avondmeeting van ASVO in Oudenaarde. Even kwamen er donkere wolken opzetten maar het bleef droog en de temperatuur was ideaal. Een uitgebreid verslag kan u hieronder raadplegen.

De 2 scholieren: Andreas De Lathauwer en **Arnaud De Cremer** (ASVO) openden de avond met discus. Er werden een aantal mooie worpen opgemeten, maar er zit zeker nog rek op: 41m76 voor Andreas en 43m31 voor Arnaud. Meteen goed voor een verbetering van Arnauds PR en CR.

Later op de avond kwamen ze in actie bij het kogelstoten. Met een paar goede trainingen achter de rug beloofde het een mooie wedstrijd te worden. Andreas liet in de opwarming mooie dingen zien met een worp over de 14m. In de wedstrijd haalde hij 12m95. **Arnaud** gooide 15m26 en komt zo weer op dreef. Hiermee stelt hij zijn 2de PR en het CR van de avond een klein beetje scherper.

Moeder en dochter **Sofie Vervaeke** (ASVO – W45) en **Febe Vandewalle** (ASVO) waagden zich beide aan het discuswerpen. Sofie had een paar mooie worpen bij het inwerpen, maar naar eigen zeggen ging het iets minder in de wedstrijd. Ze wierp uiteindelijk 20m31 en overschreed daarmee terug de grens van de 20m. Voor Febe ging de wedstrijd niet super, jammer genoeg had ze 3 ongeldige worpen. Maar niet getreurd, volgende keer beter!

Ook vader en zoon **Steven Lucas** (ASVO – M45) en **Lode Lucas** (ASVO) waren van de partij. Zij namen deel aan het kogelstotren en discuswerpen. Ook zij konden niet achter blijven en deden het goed. Met respectievelijk 10m90 & 29m65 voor Lode en 10m47 & 26m63 voor Steven konden ze tevreden terugkeren.

Reporter ter plaatse: Arnaud De Cremer

MEMORIAL FRANCOIS

De zilveren discus – memorial François Van Den Branden werd opnieuw een super geslaagde kogel- en discusmeeting. Elk jaar opnieuw is dit een prachtig eerbetoon aan François, een topwerptrainer en 2de vader voor al zijn atleten. De sfeer was super onder de werpers en we zagen enkele prima prestaties. Op 14 juli trokken we dus met heel wat FEThrowers en oud-atleten naar de Memorial François Van Den Branden meeting te Lokeren.

Moeder en dochter **Sofie Vervaeke** (W45 – ASVO) en **Febe Vandewalle** (SCH – ASVO) kwamen ook terug in actie. Febe ging van start met discus en haalde een mooie afstand van 32m39 en stond daarmee op een knappe derde plaats.

Na lang wachten was er dan ook nog het kogel maar dat ging iets minder dan verwacht, 10m40. Sofie deed mee aan discus en kon tevreden huiswaarts keren met een worp van 20m79.

OUDENAARDE & BEVEREN

Op dinsdag 30 juli stonden 2 avondmeetings op de agenda. In Oudenaarde kwamen plaatselijke atletes **Febe Vandewalle** (ASVO) en mama **Sofie Vervaeke** (ASVO) in actie. Cédric Broeckaert trok dan weer naar de prijzenmeeting in Beveren

Febe Vandewalle kende een mindere dag met in het kogelstoten 10m66 en het discuswerpen 30m56. De drukke en vooral vermoeiende dagen, als trainster tijdens een jeugdstage deze week, zullen er wellicht voor iets tussen gezeten hebben. **Sofie Vervaeke** (W45) blijft op niveau presteren met 20m63 in het discuswerpen. Jammer dat die verre worp, die ze op training al af en toe eens liet zien, er op wedstrijd nog niet uitkomt

KVV CAD/SCH

Naar jaarlijkse traditie is 15 augustus de dag van de Vlaamse kampioenschappen voor cadetten en scholieren. Deze keer streken onze meest talentvolle Vlaamse jonge atleten neer in het Putbosstadion te Oordegem, een thuiswedstrijd dus voor onze FEThrowers. 4 van onze werpers schreven zich in en mochten uiteindelijk deelnemen aan deze titelstrijd. Vandaag sneuvelden er geen persoonlijke records. Op een kampioenschap tellen de plaatsten en met 4x eremetaal kunnen we dan ook zeer tevreden terugblikken.

9u45 en **Febe Vandewalle** (ASVO) moest reeds aantreden in het discuswerpen. De weersomstandigheden waren allesbehalve waardoor er zeer wisselvallig gepresteerd werd. Febe slaagde erin, ondanks de regen, een degelijke wedstrijd af te werken. Met 31m72 kon ze als eerstejaars scholier een knappe 3de plaats bemachtigen.

Na de middag was het de beurt aan onze 2 scholieren jongens, Andreas De Lathauwer en **Arnaud De Cremer** (ASVO). Beiden kenden ze een moeizaam kampioenschap. In het discuswerpen werden ze respectievelijk 4de (41m30) en 5de (40m71) na een matige wedstrijd met heel wat ongeldige worpen. Bij het kogelstoten kwam eerstejaars Andreas ook wat moeizaam op gang. In z'n laatste poging kon hij met 12m65 nog beslag leggen op een degelijke 5de plaats. Arnaud bouwde z'n wedstrijd goed op, ook al bleef hij wat onder zijn niveau. Met 14m60 kan hij met een knappe 2de plaats huiswaarts

WEEKEND-SPROKKELS

Het werd een druk weekend voor de FEThrowers. Zaterdagavond stond er een BBQ op het programma ter gelegenheid van trainer Filip z'n 40ste verjaardag. Heel wat atleten tekenden present en zorgden voor een leuke en super gezellige avond. Langs deze weg plaatsen we graag ook nog een dankwoordje aan Dorien, die voor een lekkere culinaire avond zorgde! Eerder op de dag waren er atleten in actie op een meeting te Zwevegem en op het BK meerkamp te Brugge. Ook op zondag was er heel wat bedrijvigheid met knappe prestaties in Lebbeke en Brugge!

In Zwevegem (17/08) kwam cadet **Hervé De Cremer** (ASVO) voor het eerst in actie na een verplichte rustperiode door een blessure. Met de kogel stootte hij een degelijke 12m16.

Op zondag (18/08) trok scholiere **Febe Vandewalle** (ASVO) naar Lebbeke. In natte omstandigheden werkte ze een prima discuswedstrijd af. Haar verste worp werd 32m05 opgemeten, wat gezien het weer best goed was. Met de kogel realiseerde ze 10m80.

ARNAUD MET PR

Tijdens de vakantiemeeting en Memorial Rachel Hanssens te Oudenaarde zagen we scholier **Arnaud De Cremer** (ASVO) knappe prestaties neerzetten! Ook onze masters **Steven Lucas** (M45 – ASVO) en **Sofie Vervaeke** (W45 – ASVO) deden het behoorlijk. De prestatie van de avond was deze keer voor **Arnaud**. Hij was de enige scholier en moest dus alleen z'n discuswedstrijd afwerken. Niet ideaal maar toch kon hij uitpakken met een nieuw PR en clubrecord. Zijn nieuwe bestwaarde bedraagt nu 44m35! Als opwarmertje nam hij ook nog deel aan het verspringen waar hij met 3cm (5m84) zijn jongere broer nog net voorbleef. Knappe prestatie van cadet **Hervé** die met 5m81 een nieuw PR liet opmeten.

Bij de masters was **Sofie** de bezige bij met deelname aan 3 nummers. Zo kwam ze tot 20m20 met de discus, 7m38 met de kogel en 20m80 met de speer. **Steven** hield het bij 2 nummers. Met de discus gooide hij 25m67 en zijn kogel stootte hij 10m18 ver.

TOPMEETING

Op donderdag 22 augustus traden zeven FEThrowers in actie tijdens de Topsport Lebbeke Sprintmeeting van VS. Het werd niet alleen een mooie zomeravond maar ook een zeer geslaagde avond. Een ontspannen wedstrijd op de plaats waar je wekelijks kan trainen, is vaak een ideale gelegenheid om iets moois te presteren en zo geschiedde… Beginnen doen we met meerkampster Nina Denolf die enkel deelnam aan het kogelstoten. Luid aangemoedigd liet ze van bij het begin enkele mooie worpen opmeten tot ze in haar 3de poging de kogel prima trof en haar PR gevoelig verbeterde tot 11m01.

In dezelfde wedstrijd zagen we **Febe Vandewalle** (ASVO) 10m56 stoten. Febe kwam eerder op de avond al tot 31m23 met de discus. Jammer dat haar beste worpen tijdens de opwarming vielen want haar prestaties geven voorlopig nog niet haar echte "kunnen" weer.

EREPLAATSEN KAMPIOENSCHAPPEN

KVV HAMERSLINGEREN	IZEGEM	23/06/2019
hamerslingeren 4kg masters dames W45	1.Sofie Vervaeke	Vlaams kampioen

BK JUNIOREN/BELOFTEN	LEBBEKE	29/06/2019
hoogspringen beloften dames	3.Nienke De Waele	

PK JEUGD	ERTVELDE	29/06/2019
60m pupillen meisjes	1.Cato Chiers	provinciaal kampioen
60m horden pupillen meisjes	3.Julie Bastil	
verspringen pupillen meisjes	2.Cato Chiers	
verspringen pupillen meisjes	3.Marte Chiers	
kogelstoten 2kg pupillen meisjes	1.Camille De Clercq	provinciaal kampioen
hockeywerpen pupillen meisjes	3.Camille De Clercq	
hoogspringen pupillen jongens	1.Robbe van Overmeiren	provinciaal kampioen
hockeywerpen pupillen jongens	1.Robbe van Overmeiren	provinciaal kampioen
80m miniemen jongens	1.Mateo Bogaert	provinciaal kampioen
150m miniemen jongens	1.Mateo Bogaert	provinciaal kampioen

PK WERPVIJFKAMP	SINT-NIKLAAS	30/06/2019
werpvijfkamp junioren heren	1.Lode Lucas	provinciaal kampioen

EUROPEAN YOUTH OLYMPIC FESTIVAL	BAKOE (AZE)	21-27/07/2019
Finale hoogspringen scholieren jongens	11.Sten Geenens	

PK HAMER/GEWICHTWERPEN	SINT-NIKLAAS	04/08/2019
hamerslingeren 4kg JSM dames	17.Sofie Vervaeke	provinciaal kampioen W45
gewichtwerpen 9,08kg JSM dames	5.Yelena Vandermeulen	3de senioren
gewichtwerpen 9,08kg JSM dames	8.Sofie Vervaeke	provinciaal kampioen W45
hamerslingeren 6kg junioren heren	1.Lode Lucas	provinciaal kampioen
gewichtwerpen 11,34kg junioren heren	2.Lode Lucas	provinciaal kampioen
hamerslingeren 7,26kg masters heren	1.Steven Lucas	provinciaal kampioen M45
gewichtwerpen 15,88kg masters heren	2.Steven Lucas	provinciaal kampioen M45

KVV KADETTEN/SCHOLIEREN	OORDEGEM	15/08/2019
1500m steeple kadetten meisjes	1.Flore De Schepper	Vlaams kampioen
400m kadetten jongens	2.Jaron De Vriese	
400m scholieren meisjes	2.Ilana Hanssens	
400m scholieren meisjes	3.Anaïs Van Snick	
2000m steeple scholieren meisjes	1.Laure Bilo	Vlaams kampioen
polsstokspringen scholieren meisjes	2.Femi De Vleeschauwer	
discuswerpen 1kg scholieren meisjes	3.Febe Vandewalle	
hoogspringen scholieren jongens	1.Sten Geenens	Vlaams kampioen
kogelstoten 5kg scholieren jongens	2.Arnaud De Cremer	

PK 10.000m	LEBBEKE	18/08/2019
10.000m JSM dames	4.Sofie Verstichelen	2de senioren
10.000m JSM heren	20.Tim Van Coster	3de M35
	27.Pieter Demetter	3de M45

PK AFLOSSINGEN	DEINZE	25/08/2019
4x60m pupillen meisjes	1.Camille De Clercq-Elodie Van Rillaer- Marte Chiers-Cato Chiers	provinciaal kampioen
3x600m pupillen meisjes	2.Cato Chiers-Marte Chiers-Elodie Van Rillaer	
4x60m pupillen jongens	2.Thibo Kesteleyn-Bo Meirhaeghe- Mano Bogaert-Robbe Van Overmeiren	
3x600m miniemen jongens	1.Thor De Paepe-Mateo Bogaert-Juul Vander Beken	provinciaal kampioen
4x100m kadetten jongens	2.Hervé de Cremer-Jelle Vandriessche- Jaron De Vriese-Killian Mersseman	
4x800m kadetten jongens	1.Matteo Vandendriessche-Korneel Van Rillaer- Lars Meuleman- Robbe Martens	provinciaal kampioen
4x100m scholieren meisjes	1.Amber Vander Beken-Anaïs Van Snick- Ilana Hanssens-Kaat Demetter	provinciaal kampioen

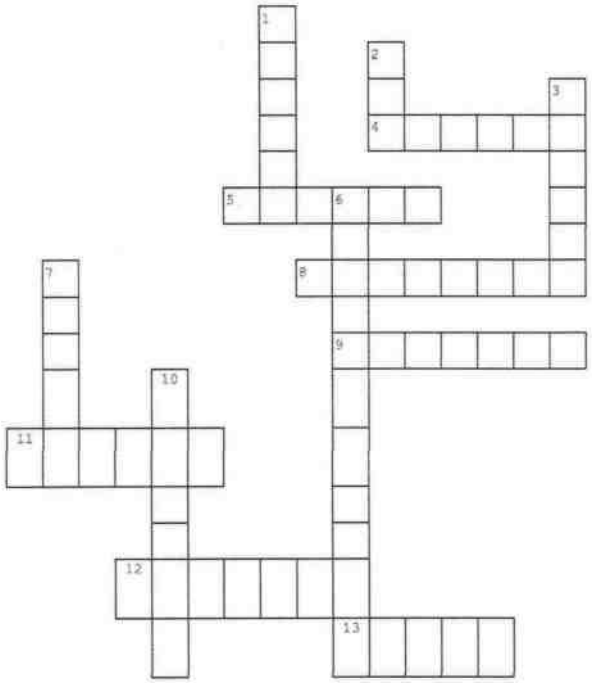
descamps

Etikhovestraat 19 -
9680 Maarkedal - Etikhove - Tel. 055 31 23 48

Benna
HAIR & BEAUTY
Natalie Meirlaen 0478/60.68.39

jo de bock BVBA
bank &
verzekeringen
en zonen

SPORTPUZZEL 20



Horizontaal

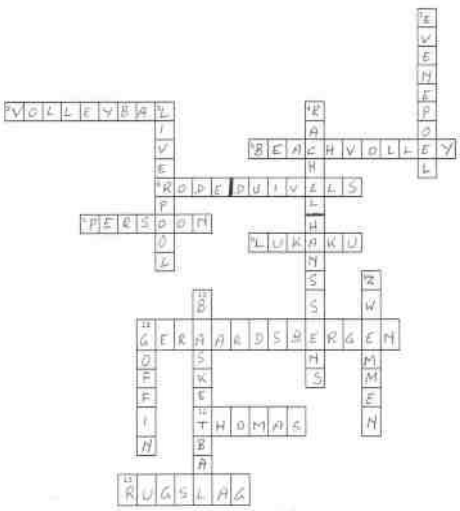
4. voornaam van zus Borlee
5. voornaam van voetballer Defour
8. onderdeel bij paardensport
9. Italiaans wielrenner ("Olifantje")
11. laatste grandslamtoernooi v.h.jaar
12. plaats van 1ste manche Crosscup 2019
13. marathonlopende Belgische Koen

Verticaal

1. overleden autocoureur (Spa)
2. voornaam van atleet Van Damme (Memorial)
3. Belgisch kampioen 400meter
6. 6,86m is hier het Belg. record
7. Belg. Hanne op 400m horden
10. sport waarin men overstag gaat

Bernard Demetter

OPLOSSING SPORTPUZZEL 19



Horizontaal

2. sport van de Red Dragons
5. strandnetbal
6. onze nationale voetbalploeg
7. boksende Delfine
8. 26 jaar, 28 goals voor België
11. Vlaamse stad van De Muur
12. voornaam tienkamper Vanderplaetsen
13. echterwaartse zwemwijze

Verticaal

1. 19 jaar, winnaar Ronde van België
3. club van Divock Origi
4. overleden erelid Kaavo
9. sport van Pieter Timmers
10. sport van Antwerp Giants
11. tennissende David

PK JEUGD RIEME 29/06/2019

VAKANTIEMEETING OUDENAARDE 30/07/2019

KVV KAD/SCHOL OORDEGEM 15/08/2019

ZOMERSTAGE 2019

PK AFLOSSING DEINZE 25/08/2019

INTERREGIO KAAG 01/09/2019

IPCF BIBF

JO DE JONGHE

Boekhouding – Fiscaliteit – BTW

Elfdagwandkouter 7 9700 Oudenaarde

Tel. 055/30.12.12

GSM 0477/22.42.15

GO SPORT

Uyttendaele

RENAULT DACIA

Ronseweg 48 (N60) - 9700 Oudenaarde - 055 31 14 13

RENAULT-OUDENAARDE.BE DACIA-OUDENAARDE.BE

KASVO VOOR WOII: DE JAREN 1936 EN 1937

De eerste zondag van het nieuwe jaar 1936 vond de negende Cross Burgemeester Thienpont plaats in en rond ons stadion.

Volgens de reporter in De Scheldeklokke van 12 januari was het *" een festijn dat nergens anders zijn weerga vindt: de inrichting is voortreffelijk, de omloop is uitstekend en de prijzen loonen de moeite"*.

Bij de scholieren was de eerste Audenaerdist **Vandendriessche** met een derde plaats. Bij de junioren was **Van Dorpe** tweede en bij de militairen eindigde **Van De Putte** als vijfde. Van Rumst van Gantoise won voor de vierde maal onze cross bij de senioren terwijl we geen eigen atleten terugvinden binnen de top twintig. ASVA (KASVO) had al betere tijden gekend en dus was de ontgoocheling groot op sportief vlak.

Maar verder dat jaar werd er weinig of niets gepubliceerd over onze club, enkel dat onze jongens op zondag 13 december in Namen het schone weer maakten met een overwinning voor **Verheylesonne**, een derde plaats voor **Willems** en een vijfde voor **De Vos.**

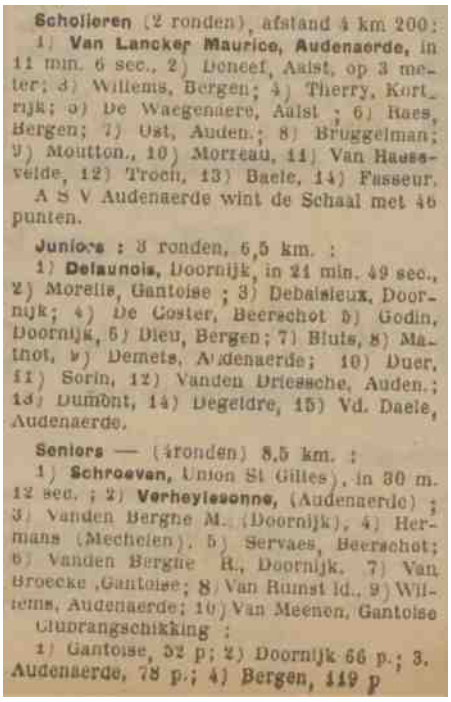
Aangezien er nog geen vaste datum was om de jaarlijkse cross te organiseren werd de tiende uitgave op zondag 20 december 1936 geprogrammeerd, waarvoor reeds 160 crossers op voorhand waren ingeschreven.

De knapen liepen 1400 m, de scholieren moesten 4200 m crossen waarbij onze **Van Lancker** zegevierde en de junioren moesten 3 ronden lopen, hetzij 6km 500m. Het hoofdnummer was uiteraard de seniorenwedstrijd over 4 ronden (8.5 km). De atleet van Union St Gilles Schroeven won in 30 m 12 sec en Verheylesonne was nu tweede.

SPORTNIEUWS

LOOPWEDSTRIJDEN

Knapen. — Afstand 1400 meters :
1) Leens, 2) Delmotte, 3) Ballin, 4) De Gheyndt, 5) Besin, 6) De Deken, 7) De Cremer, 8) Coulon, 9) Eeckhout, 10) Verzieren, 11) Maes, 12) Joret.
Schaal : 1) Aalst.



Scholieren (2 ronden), afstand 4 km 200 : 1) **Van Lancker Maurice, Audenaerde,** in 11 min. 6 sec., 2) Deneef, Aalst, op 3 meter; 3) Willems, Bergen; 4) Therry, Kortrijk; 5) De Waegenaere, Aalst ; 6) Raes, Bergen; 7) Ost, Auden.; 8) Bruggelman; 9) Moutton., 10) Morreau, 11) Van Hasseveide, 12) Troch, 13) Baele, 14) Fasseur. A S V Audenaerde wint de Schaal met 46 punten.

Juniors : 3 ronden, 6,5 km. :
1) **Delaunois,** Doornijk, in 21 min. 49 sec., 2) Morelis, Gantoise ; 3) Debaisieux, Doornijk; 4) De Coster, Beerschot 5) Godin, Doornijk, 6) Dieu, Bergen; 7) Bluts, 8) Mathot, 9) Demets, Audenaerde; 10) Duer, 11) Sorin, 12) Vanden Driessche, Auden.; 13) Dumont, 14) Degeldre, 15) Vd. Daele, Audenaerde.

Seniors — (4ronden) 8,5 km. :
1) **Schroevan,** Union St Gilles), in 30 m. 12 sec. ; 2) **Verheylesonne,** (Audenaerde) ; 3) Vanden Bergne M. (Doornijk), 4) Hermans (Mechelen), 5) Servaes, Beerschot; 6) Vanden Bergne R., Doornijk. 7) Van Broecke ,Gantoise; 8) Van Rumst Id., 9) Willems, Audenaerde; 10) Van Meenen, Gantoise
Clubrangschikking :
1) Gantoise, 52 p; 2) Doornijk 66 p.; 3. Audenaerde, 78 p.; 4) Bergen, 119 p

Verder werd er weinig geschreven over deze laatste editie. Ofwel bleef de club zelf een beetje in gebreke om zijn publiciteit te verzorgen, ofwel had de vaste reporter zijn jaartje niet.

In elk geval het jaar 1937 begon hoopvol met de inrichting van het Belgisch Kampioenschap voor junioren op zondag 21 februari. De favorieten voor de Belgische titel waren de mannen van Doornik. De week ervoor verscheen het volgende artikel in het weekblad :

SPORTNIEUWS

LOOPWEDSTRIJDEN

Het Audenaerdsche publiek heeft waarlijk niet te klagen. Geen enkele klub lukte het dees seizoen te verrichten wat A. S. V. Audenaerde vermocht In twee inrichtingen op een enkele uitzondering na — Honorez — al de vedetten der onderscheidene kategorien op het terrein te Audenaerde zien evolueeren. Voegen we er echter aan toe dat het Bestuur van A. S. V A. zich ook over de opkomst van het publiek niet beklaagt, zoodat er op beide kanten geen ontevredenen zijn. Het kampioenschap voor juniors welke nu Zondag ingericht wordt, benevens de bijkomende wedstrijden zullen opnieuw aanleiding geven tot prachtige inspanningen vanwege de onderscheidene mededingers. Het feest zal stipt aanvangen om 2 uur 30, om te eindigen rond 4 uur met de aankomst van het Juniorskampioenschap.

De week erna volgde het resultaat " *niettegenstaande het alles behalve aangenaam weder werd de cross onder de grootste belangstelling betwist. De loopers hadden het erg te bezuren, want de belendende weiden en wegen waren doordrenkt van de overstroomingen der laatste dagen."*

45 deelnemers over 3 en een halve ronde streden voor de titel waarbij de pronostiek van de reporter bewaarheid werd, nl Delanois van Doornijk won in 24 m 8 s. en **Van Dorpe** was de eerste Audenaerdist.

Verder verscheen er in 1937 niets over ASVA in het voormelde weekblad. Bovendien had er geen cross Burgemeester Thienpont meer plaats in dat jaar want deze was verschoven naar december 1936 zoals u hierboven reeds vernam. Dus beperken we ons in dit clubblad tot wat de plaatselijke pers in de jaren 1936 en 1937 kwijt wilde.

Tot nog eens!

Roger Peyskens

GRAPJES

VRAAG EN ANTWOORD
In welke staat vloeit de Mississipi?
In vloeibare staat!

Wat is de voornaamste oorzaak van een echtscheiding?
Het huwelijk!

RAADSEL
Eén voor één stappen mensen op een bus. Even later stappen er nog zes mensen op. Bij de volgende halte stappen er twee uit. Hoe laat is de bus vertrokken?
Antwoord: lees van rechts naar links: néé roov néé mo.

WOORDSPELING
Als ik ruzie heb met mijn vrouw wordt ze historisch.
Historisch? Je bedoelt zeker "histerisch"?
Nee historisch. Ze herinnert me dan alles wat ik ooit tegen haar heb gezegd.

Sleeplife®
Slapen op maat van jouw leven
Gentsesteenweg 56
9750 Zingem - Kruisem
kruispunt N 60 't Peerdeke

JONG KASVO
JONG.KASVO.BE
DE SITE VAN EN VOOR DE JONGE ASVO-ATLEET

Oudenaardse atletiekclub KASVO verpulvert records op de "Ifam Relays Meeting" in Oordegem

Ronny De Coster

Johnny De Ceulaerde Anaïs Van Snick, Kaat Demetter, Kato De Schepper en Ilana Hanssens

Atletiekclub KASVO Oudenaarde nam met twee teams succesvol deel aan de Ifam Relays Meeting in Oordegem. De Oudenaardse atleten daar een paar records sneuvelen.
Ben Ghyselinck, Amber Baert, Nathalie Verstichel en Jonas Vanderbeken vestigden voor hun club een eerste besttijd op de Mixed 4x400m.

De KASVO meisjes Kato De Schepper, Anaïs Van Snick, Ilana Hanssens en Kaat Demetter namen deel aan de 4x100m. Ze verpulverden niet enkel het clubrecord bij de scholieren, maar bleven met ook ruim onder het clubrecord alle categorieën.

Deze nieuwe recordhoudsters bij de 4x100m hebben bij de scholieren ook de beste jaarprestatie in België, waardoor ze een grote kans maken om begin september deel te nemen aan aan het voorprogramma van de Memorial Van Damme.

Johnny De Ceulaerde Ben Ghyselinck, Jonas Vanderbeken, Nathalie Verstichel en Amber Baert

ATLETIEK EYOF BAKU

STEN GEENENS
HOOGSPRINGEN

"Graag nog eens over 2,06 meter springen"

Voor hoogspringer Sten Geenens worden het volgende week zijn allereerste internationale kampioenschappen. De bij ASV Oudenaarde aangesloten jongeman verdiende eind april in Lebbeke met een sprong van 2,06 meter zijn ticket voor de EYOF-Spelen in Baku (Azerbeidjan).

"In mijn jongere jaren was mijn atletiekopleiding vrij algemeen, maar de jongste jaren heb ik de focus op het hoogspringen gelegd", vertelt de tweedejaars scholier. Vorige zomer sloot hij het seizoen af met 1,92 meter. Op het einde van het indoorseizoen stond er al 2,02 meter achter zijn naam. Dat atletiek in de genen zit, mag duidelijk zijn. Ook vader Dieter is nog actief met spurten en af en toe speerwerpen.

Geenens maakte net zijn humaniora in het Oudenaardse Bernardustechnicum af in de afdeling Industriële Wetenschappen. Zijn wiskundige capaciteiten zette hij recent in de verf met een finaleplaats in de Vlaamse Wiskunde Olympiade.

"Ik ga nu de studies industrieel ingenieur aanvatten", vervolgt de Nukerkenaar. "Maar eerst zijn er nog mijn sportieve ambities. Ik heb de voorbije weken goed kunnen trainen. Vorige week heb ik nog een laatste competitietest uitgevoerd op de Rosine Wallezmeeting. Het was vooral testen op het gebied van de aanloop en een aantal technische aspecten. Het was alleen jammer dat we erg veel gehinderd werden door de wind."

Geenens staat op de Europese ranglijst op de negende plaats. "Natuurlijk is het mijn ambitie om die 2,06 meter nog eens te kunnen overschrijden. Daar gaan we toch voor." (wgo)

EDP

Loopster Anaïs Van Snick gelauwerd voor sterk seizoen

LIERDE

Loopster Anaïs Van Snick (17) werd in Lierde gelauwerd voor een straf sportseizoen met acht podiumplaatsen. Ze werd onder meer provinciale kampioen op de 400 meter outdoor. Met haar scholierenteam van atletiekclub KASVO Oudenaarde maakt ze een grote kans om begin september deel te nemen aan het voorprogramma van de Memorial Van Damme in de 4x100m. (edp)

ATLETIEK EYOF

STEN GEENENS

«Finale halen zou super zijn»

Wat een seizoensopener was dat voor Sten Geenens! De scholier van KASVO wipte bij zijn eerste wedstrijd van het seizoen meteen over 2m06 in het hoogspringen en verzekerde zich daarmee van een ticket voor de EYOF. Dat zijn de Europese Olympische Spelen voor de jeugd. Vandaag springt hij in de kwalificaties voor een plaatsje in de finale van vrijdag.

Na die hoge openingsprong slaagde Geenens er niet meer in die hoogte nog eens te halen. «Op de Beker van Vlaanderen sprong ik nog wel eens 2m03 maar mijn record kon ik inderdaad niet meer evenaren of verbeteren. Ik til er niet zo zwaar aan. Het kan niet elke keer prijs zijn. Al volgden ook nog enkele wedstrijden waarin het van langs geen kanten draaide. Dat vond ik minder leuk», aldus de student industriële wetenschappen. De voorbije weken heeft hij zich helemaal op de voorbereiding van de EYOF gestort. «Ik heb hard getraind en daardoor ging het op de laatste wedstrijden wellicht wat minder. De bedoeling is om op de EYOF te pieken. Ik hou de verwachtingen bewust wel laag want als je er te veel van verwacht kan dat extra druk opleveren en dat vermijd ik liever. Ik sta ingeschreven met de tiende prestatie en op papier zit ik daarmee in de finale. Maar elke wedstrijd moet gesprongen worden en zeker bij hoogspringen kunnen er al eens verrassingen uit de lucht vallen. Ik ga gewoon heel hard mijn best doen en dan hopen dat dat volstaat om een mooi resultaat neer te zetten. Dit is ook mijn eerste internationale ervaring: een prima leerschool.» (XRE)

ATLETIEK

STEN GEENENS Op de EYOF-Spelen in Baku heeft Sten Geenens zich kunnen kwalificeren voor de finale van het hoogspringen van vrijdag. De atleet van ASV Oudenaarde ging bij zijn derde poging over 1,99 meter. Toen twaalf deelnemers deze hoogte hadden overschreden, werd niet meer verder gesprongen. (wgo)

ATLETIEK KVV SCHOLIEREN MEISJES

Ilana Hanssens favoriete voor Vlaams 400m-goud

Vorige zomer geraakte ze op haar 400m met moeite onder de minuut, maar dit jaar gaat het Ilana Hanssens wel voor de wind. De atlete van KASVO is donderdag op het Kampioenschap van Vlaanderen in Oordegem dan ook een van de favorieten op de titel bij de scholieren meisjes.

Hanssens verbeterde zich begin juni tot 57.79. Daarmee deed ze voor het eerst outdoor ook beter dan indoor.
«Normaal gezien loop je buiten altijd sneller dan binnen. Dat was bij mij dus niet het geval. Blij dat daar nu ook verandering in gekomen is», steekt de studente Latijnwetenschappen uit Oudenaarde van wal.
Vorige zondag testte ze de conditie nog een laatste keer op een meeting in Aalst. Ze koos er voor de 100m en de 200m. «Ik evenaarde op beide afstanden mijn persoonlijk record. Het bewijs dat het met de conditie weer de goede richting uitgaat, want die zakte na mijn reis toch wel eventjes weg. Zo erg als vorig jaar was het gelukkig niet. We kozen dit keer met het gezin voor een actieve vakantie in Noorwegen tegenover een strandvakantie in het zuiden vorig jaar en dat scheelde toch een slok op een borrel. De tempo's zaten dan ook vrij snel weer goed. Enkel aan de pure snelheid was er wat meer werk. Ik heb de snelste tijd achter mijn naam staan voor het KVV, maar dat garandeert nog geen gouden medaille. Clubgenote Anaïs Van Snick zit me immers op de hielen. In onderlinge 400m-duels liet ik haar tot op vandaag wel steeds mijn hielen zien, maar ik blijf voorzichtig. Ook de andere concurrentes volgen me immers op de voet. Na dit KVV wordt het trouwens een erg drukke periode met zowat elk weekend een wedstrijd. Zo staat het PK aflossingen nog op de planning en doe ik ook mee aan het BK alle categorieën. Mijn trainster Ilse Van Nerom vindt namelijk dat ik als tweedejaarsscholiere wel al eens wat ervaring mag opdoen bij de grote meisjes. Daarna volgt nog de Youth Memorial Van Damme waar ik zowel op de 4x100m als op de 400m mag aantreden. De apotheose verwacht ik echter op het BK voor mijn eigen categorie. Daar wil ik graag afsluiten met een medaille. Het liefst ook nog met een scherpere tijd, want 57.50 moet er zeker nog inzitten», besluit Hanssens. *(XRE)*

ATLETIEK

KASVO start met G-atletiek, RAT werkt mee aan armoedeplan

De Vlaamse Ardennen zijn een blinde vlek op het vlak van sportmogelijkheden voor jongeren met een beperking. Daarom start KASVO vanaf oktober met een G-sportwerking. Met een enthousiast team stelt de Oudenaardse club zijn trainingen open voor jongeren van 9 tot en met 14 jaar (geboortejaar 2006-2010) met een verstandelijke beperking.

Ilse Van Nerom is de drijvende kracht achter de opstart van de G-atletiek in Oudenaarde.
«We hebben bewust gekozen voor de doelgroep 9- tot 14-jarigen met een verstandelijke beperking omdat er in de Vlaamse Ardennen weinig sportmogelijkheden zijn voor hen. In het eerste jaar hebben we plaats voor acht atleten. Jongeren kunnen zich aanmelden voor een intakegesprek via mijn e-mailadres, Ilse.van.nerom@telenet.be. Mochten er meer dan acht aanmeldingen zijn, dan wordt er een wachtlijst aangelegd. De trainingen zullen doorgaan op zaterdagvoormiddag tussen 10 uur en 11.15 uur. De eerste training staat alvast gepland op zaterdag 5 oktober», vertelt Van Nerom. In onze regio heeft onder meer AC Deinze al een G-werking uitgebouwd.

Spikes

In Vlaanderen wordt één op de tien kinderen in armoede geboren. In Ronse is dat echter één op vier kinderen. Cijfers die RAT niet onberoerd laten.
«Ons motto is dat sport er voor iedereen moet zijn. Sporten kan voor kansarme kinderen immers een gezonde en positieve vrijetijdsbesteding zijn en misschien zelfs mooie toekomstperspectieven bieden», vertelt RAT-voorzitter Gunter D'hondt.
«Bij ons kunnen kansarme kinderen voortaan voor slechts 50 euro, mits voorleggen van omniostatuut, een heel jaar lang atletiek beoefenen. Dure sportuitrusting is ook helemaal niet nodig, de jeugdatleten krijgen bij wedstrijddeelname een gratis wedstrijdtrui aangeboden en zelfs spikes hebben we beschikbaar in meerdere maten. Zo draagt Ronse Atletiek Team ook zijn steentje bij in het armoedeplan van Ronse. Alle geïnteresseerden kunnen in de maand september bovendien twee keer gratis komen proberen vooraleer te beslissen om zich in te schrijven», besluit D'hondt. *(XRE)*

KASVO trekt aan de kar voor G-sport in Oudenaarde

OUDENAARDE Vanaf oktober start KASVO met een G-sportwerking. De atletiekvereniging is daarmee een van de eerste clubs uit Oudenaarde die bewust de kaart trekt van kinderen met een beperking. De stedelijke Sportdienst belooft alvast hierop in te zetten. *Alain Vanden Bossche*

"We stellen vanaf oktober onze club open voor kinderen tussen 9 en 14 jaar met een verstandelijke beperking", legt initiatiefneemster Ilse Van Nerom uit. Zij is al jaren trainster bij de club én mama van een zoontje met een beperking. "We voorzien onze trainingen iedere zaterdag tussen 10 en 11.30 uur. Voorlopig houden we het beperkt tot acht plaatsen om het voor zowel de atleetjes als de trainers werkbaar te houden. Na afloop van het seizoen zullen we dan evalueren en zien waar we moeten bijsturen en of we de groep eventueel kunnen vergroten." Om de trainingen te garanderen, kan Ilse rekenen op Nienke Dewaele en Branko Baert als trainers. "Zij worden de vaste gezichten van onze G-sportwerking. Op die manier bieden we onze leden een houvast aan, want het is voor hen niet altijd even evident om steeds verschillende mensen voor zich te hebben." Volgens Ilse zal de G-sportwerking van KASVO een van de eerste sportinitiatieven in de regio zijn die inzet op kinderen met een beperking. "De Vlaamse Ardennen zijn op dat gebied echt een blinde vlek op de kaart in Vlaanderen." Een vaststelling die ook Griet Bonamie, diensthoofd van de Oudenaardse Sportdienst, deelt: "Er zijn wel een aantal clubs in onze stad die hier oog voor hebben, maar het is voorlopig nog een kleine minderheid. Het is onze bedoeling om daar, samen met de clubs, de komende jaren serieus op in te zetten. Hoe we dat concreet gaan doen, weten we nog niet onmiddellijk, maar de uitbouw van G-sportwerking staat in onze doelstellingen voor de komende jaren".

OUDENAARDE

Atletiekclub KASVO start met jeugdafdeling G-sport

Atletiekclub KASVO Oudenaarde gaat vanaf oktober van start met een afdeling G-sport voor jeugd. "We kozen voor de doelgroep van negen- tot veertienjarigen met een verstandelijke beperking, omdat voor hen in de Vlaamse Ardennen maar weinig sportmogelijkheden zijn", zegt Ilse Van Nerum. "In het eerste jaar hebben we plaats voor acht atleten. Mochten we meer dan acht kandidaten hebben, dan wordt een wachtlijst aangelegd."

Jongeren kunnen voor een intakegesprek contact opnemen via ilse.van.nerom@telenet.be. De trainingen zullen plaatsvinden op zaterdag van 10 tot 11.15 uur. De eerste training is op zaterdag 5 oktober gepland. (pd)

makro

WINKELEN BIJ MAKRO
DA'S KASSA-KASSA
VOOR JE VERENIGING!

Doe mee op leuksteuntje.be en **schenk je favoriete vereniging 3% van de waarde van je aankopen bij MAKRO**.

Meedoen met leuksteuntje.be is erg makkelijk:

1. Schrijf je in met de knop hieronder en kies je favoriete vereniging

JA, ik steun mijn vereniging

2. Ingeschreven? Kom dan winkelen bij MAKRO.

3. Met elke aankoop rinkelt de kassa van je vereniging. Zelfs bij iets kleins als een tros tomaten: veel kleintjes maken veel groot!

WAT TE DOEN BIJ EEN ONGEVAL?

Beste atleet, ouder

Als je geblesseerd geraakt tijdens de training of een wedstrijd ten gevolge van een ongeval, en je hebt medische verzorging nodig, dan kan je deze onkosten terugbetaald krijgen van de verzekeringsmaatschappij. Onze club is aangesloten bij de VAL (Vlaamse Atletiek Liga) en de liga heeft een verzekeringspolis afgesloten bij Ethias.

Om de tussenkomst van de verzekering en de terugbetaling van de medische kosten te bekomen is uw medewerking belangrijk.

STAP 1:
Meld het ongeval de dag zelf of de volgende dag aan mevr. Els Balcaen, verantwoordelijk voor het secretariaat. Je hoeft hiervoor nog geen arts geraadpleegd te hebben.

Opdat de verzekering zou tussenkomen is het heel belangrijk om zo snel mogelijk (binnen de 24u) met Els contact op te nemen !
Via asvo@val.be
Via 055/21.59.35
Via de kantine wanneer Els in het secretariaat aanwezig is

STAP 2:
Twee formulieren moeten ingevuld worden en zo snel mogelijk aan het secretariaat bezorgd worden. Je kan deze formulieren vinden aan het prikbord in de kantine.
Deze formulieren zijn:

1. Meldingsformulier
Dit formulier vul je zelf in en bezorg je aan het secretariaat
Via de kantine ter attentie van Els Balcaen
Ingescand doormailen naar asvo@val.be
Opsturen naar Els Balcaen, Secretariaat KASVO, Hogerlucht 84, 9600 Ronse
Je mag deze gegevens ook per e-mail doorsturen naar asvo@val.be

2. Medisch attest
Dit attest moet door de behandelende arts ingevuld worden.
Het origineel bezorg je aan het secretariaat.

Wij hebben beide documenten nodig om een volledige aangifte te kunnen doen bij de verzekeringsmaatschappij.

STAP 3:
bewijsstukken verzamelen

Verzamel de originele ereloonnota's van de arts en eventuele kwijtschriften (geen kasticket) van de apotheker. Groepeer deze en bezorg deze aan het secretariaat. Wij bezorgen deze documenten aan de verzekeringsmaatschappij. Neem eventueel een kopie voor jezelf.

Bewaar dit document.
Hopelijk heb je het nooit nodig, maar ingeval van … kan het een eerste hulp zijn voor het invullen van je papieren.

Je kan dit document ook terugvinden op de website.

Het bestuur

UW PUBLICITEIT HIER?

Wenst U onze club te sponsoren?

Of kent U iemand die onze club financieel wil steunen?!!

We beschikken over een waaier aan mogelijkheden, zodat sponsoring steeds kan aangepast worden in functie van de interesse en budget.

Voor verdere info en het bekomen van een SPONSORDOSSIER kan u steeds terecht bij
één van de bestuursleden (bestuurkasvo@gmail.com)

slagerij- traiteur 't Culinairke
koude en warme buffetten
fondue - gourmet

Maarkeweg 67
9680 Maarkedal
Tel. 055 31 30 66
www.culinairke.be
culinairke@telenet.be

CLARYSSE DRANKEN
AVELGEM - EINE - OUDENAARDE - RONSE

Reglement bonussysteem jeugd benjamin-pupillen-miniemen

Seizoen 2018 - 2019

Wat is het doel van het bonussysteem ?

Het bonussysteem beloont jeugdatleten de regelmatig – winter en zomer - aan wedstrijden deelnemen en laat toe een deeltje van het lidgeld te recupereren onder de vorm van een **waardebon van 10€ of 25€.** Deze waardebonnen (verdiend in het seizoen 2018-2019) worden uitgereikt op de **nieuwjaarsreceptie 2020** waarvan de datum later zal worden bekend gemaakt.
Daarbovenop komt nog eens een heerlijke **bowlingavond** die georganiseerd wordt in clubverband op vrijdag **25/10/2019**! Hou die avond alvast vrij !

Wanneer kan men genieten van een bonus 2018-2019 ?

Om in aanmerking te komen voor een waardebon en/of bowlingavondje moet aan onderstaande voorwaarden worden voldaan:

*Lid zijn van KASVO en van de Vlaamse Atletiek Liga voor seizoen 2018-2019 en aldus beschikken over een officieel borstnummer.

*Steeds aantreden in het officiële clubtruitje.
Wedstrijden die worden betwist vooraleer een borstnummer werd aangevraagd of zonder officieel clubtruitje, komen niet in aanmerking.

*Tijdig vernieuwen van de aansluiting bij KASVO voor het *volgende* seizoen,
door het inschrijvingsformulier in te dienen (online of op papier) en betalen van het lidgeld **vóór 15/10/2019**. Wie pas na 15/10/2019 in orde is met betaling van het lidgeld en/of het indienen van het inschrijvingsformulier, ontvangt de helft van het bedrag van de bonus.

*Persoonlijk aanwezig zijn op de avond van de uitreiking van de bonus (nieuwjaarsreceptie). Wie toch niet persoonlijk aanwezig kan zijn en het bestuur niet vooraf heeft verwittigd met een geldig excuus, ontvangt de helft van het bedrag van de bonus. De waardebon wordt niet opgestuurd, maar is persoonlijk af te halen op het secretariaat vóór 31/01/2020.

*Het ingevulde formulier "bonusstelsel winterseizoen" op het secretariaat afgeven vóór **15/04/2019** (bij voorkeur mailen naar **jeugd@kasvo.be**) EN het ingevulde formulier "bonusstelsel zomerseizoen" op het secretariaat afgeven vóór **15/10/2019** (bij voorkeur mailen naar **jeugd@kasvo.be**). Wie te laat is met het indienen van het bonusformulier, kan geen aanspraak maken op een waardebon maar kan wel nog deelnemen aan de bowling.

*Behalen van een **minimum aantal** deelnamepunten (zie verder).

Deelnamepunten

Punten kunnen behaald worden door deelname aan de wedstrijden die vermeld staan op het **invulformulier bonusstelsel**.

Voor de 'wedstrijden van vrije keuze' komen enkel de wedstrijden van de VAL-kalender in aanmerking (de SVS-wedstrijden tellen echter niet mee).

*Winterseizoen: er komen maximum 2 'veldlopen van vrije keuze' en maximum 2 'indoorwedstrijden van vrije keuze' in aanmerking voor de puntentelling
*Zomerseizoen: er komen maximum 4 'outdoorwedstrijden van vrije keuze' in aanmerking voor de puntentelling

Om voor de "bonus" in aanmerking te komen dient de atleet

1. een minimum aantal punten in de winter te behalen (indoor telt mee)
2. **EN** een minimum aantal punten in de zomer te behalen
3. **EN** een minimum aantal punten voor winter+zomer samen te behalen
4. **EN** over het gehele seizoen aan minstens 7 wedstrijden
(veldloop of outdoor piste; indoorwedstrijden tellen hier niet mee) deelnemen
(voor benjamins volstaan 5 wedstrijden)
5. **NIET** aan meer dan 30 wedstrijden te hebben deelgenomen (winter+zomer), omdat overdaad te belastend en ongezond is voor het lichaam.
Bonus vervalt dus bij meer dan 30 wedstrijddeelnames in één seizoen!

Minimaal te behalen punten: **winter** (indoor telt mee)	Minimaal te behalen punten: **zomer**	Minimaal te behalen punten: **winter + zomer** (indoor telt mee)	Minimaal aantal wedstrijden over **winter en zomer** samen (indoor telt **niet** mee)	Uitgereikte bonus
12 pnt	20 pnt	42 pnt	**7** (5 voor benjamins)	Bowling + €25
8 pnt	12 pnt	26 pnt	**7** (5 voor benjamins)	Bowling + €10

We gaan ervoor !

Bonusstelsel jeugd deel B

Zomerseizoen 2019

Gelieve dit formulier af te geven op het secretariaat vóór 15 oktober 2019

Naam				Afgegeven op	
Categorie	☐ benjamin	☐ pupil	☐ miniem	geboortejaar	

☐ **Ik ben benjamin en nam deel aan minimaal 5 wedstrijden tijdens seizoen '18-'19 (veldloop/outdoor)**
☐ **Ik ben pupil of miniem en nam deel aan minimaal 7 wedstrijden tijdens seizoen '18-'19 (veldloop/outdoor)**

De begeleide wedstrijden zullen naar de ouders worden gecommuniceerd via de website.
Het is dus mogelijk dat een aantal wedstrijden niet begeleid worden.

Kruis aan waar je hebt deelgenomen en vul je puntenaantal in:

		Wedstrijd	Punten Voorzien	Behaalde
☐	6 april	Interregio Deinze (DEIN)	3	
☐	20 april	Interregio Maldegem (ACME)	3	
☐	27/28 april	Beker van Vlaanderen pup/min (Roeselare/Zwevegem)	4	
☐	11 mei	Interregio Aalter (HALE)	3	
☐	8 juni	Interregio Ertvelde (RIEM)	3	
☐	23 juni	Interregio Oudenaarde (ASVO)	4	
☐	29 juni	PK Jeugd Ertvelde (RIEM)	4	
☐	17 augustus	Interregio Racing Gent (RCG)	3	
☐	25 augustus	PK aflossingen Deinze	4	
☐	1 september	Interregio Gent (KAAG)	3	
☐	14 september	Beker van Vlaanderen Finale pup/min	4	
☐	21/22 september	PK Meerkamp Sint-Niklaas	4	
☐	28 september	Criterium des Jeunes Nijvel (ENKEL OP UITNODIGING)	4	
☐	...	Deelname aan een 'provinciale training' waarvan de datum op een interregiowedstrijd valt	3	
☐	...	Meeting naar keuze: ...	1	
☐	...	Meeting naar keuze: ...	1	
☐	...	Meeting naar keuze: ...	1	
☐	...	Meeting naar keuze: ...	1	
		Totaal aantal punten zomerseizoen		

het reglement bonussysteem outdoor
voor kadetten - scholieren - junioren - senioren - masters
seizoen 2018-2019
vindt u terug op de website

Bonussysteem OUTDOOR

kadetten – scholieren – junioren – senioren - masters

seizoen 2018 - 2019

Geef dit formulier af op het secretariaat voor 31 oktober 2019

Afgegeven op: …. / …. / 2019

Naam: _____

Categorie: _____

Vul de wedstrijden in waar je aan hebt deelgenomen + discipline(s) en punten vermelden:

Deelname Belgisch kampioenschap: **€ 5,00 (niet voor aflossing en BK studenten)**
Kruis aan: **O** niet **O** 1x **O** 2x of meer

Datum	**Wedstrijden**	**discipline**	**punten:voorzien**	**behaald**
1. _____	Beker van Vlaanderen	_____	5p	_____
2. _____	Beker van Vlaanderen	_____	3p	_____
3. _____	Wedstrijd Oudenaarde	_____	3p	_____
4. _____	Wedstrijd Oudenaarde	_____	3p	_____
5. _____	Wedstrijd Oudenaarde	_____	3p	_____
6. _____	Prov. kampioenschap	_____	3p	_____
7. _____	Prov. kampioenschap	_____	3p	_____
8. _____	Vlaams kampioenschap	_____	3p	_____
9. _____	Belgisch. kampioenschap	_____	5p	_____
10. _____	Europese wedstrijden	_____	5p	_____
Overige wedstrijden op de kalender:				
11. _____	_____	_____	1p	_____
12. _____	_____	_____	1p	_____
13. _____	_____	_____	1p	_____
14. _____	_____	_____	1p	_____
15. _____	_____	_____	1p	_____
16. _____	_____	_____	1p	_____
17. _____	_____	_____	1p	_____
18. _____	_____	_____	1p	_____
19. _____	_____	_____	1p	_____
20. _____	_____	_____	1p	_____
21. _____	_____	_____	1p	_____
TOTAAL				_____

Bonussysteem OUTDOOR

kadetten – scholieren – junioren – senioren - masters

seizoen 2018 - 2019

Geef dit formulier af op het secretariaat voor 31 oktober 2019

Afgegeven op: …. / …. / 2019

Naam: _____

Categorie: _____

Behaalde titel of podiumplaats (1ste, 2de of 3de plaats + discipline(s) vermelden):

Wereld/Europees kampioenschap: _____
_____

Belgisch kampioenschap: _____
_____
_____

Vlaams kampioenschap: _____
_____
_____

Provinciaal kampioenschap: _____
_____
_____
_____
_____
_____

Belgisch kampioenschap aflossingen: _____

Beste Belgische jaarprestatie: discipline vermelden: _____
discipline vermelden: _____

Belgisch record: discipline vermelden: _____
discipline vermelden: _____

Clubrecord: verbeterd en behouden tot het einde van het seizoen:
discipline vermelden: _____
discipline vermelden: _____
discipline vermelden: _____

Selecties:	ja of nee, indien ja: plaats en datum
Universiade:	_____
EYOF:	_____
Europees kampioenschap:	_____
Wereldkampioenschap:	_____

Internationale kampioenschappen:

	EK	**WK**
Titel:	ja - nee	ja - nee
Podium:	ja - nee	ja - nee
Finale:	ja - nee	ja - nee
Halve finale:	ja - nee	ja - nee
Kwartfinale:	ja - nee	ja - nee

Internationale ranking

Top 50 op wereldranglijst of Top 20 Europa: ja - nee

KASVO-JARIGEN

OKTOBER

De Vos Soetkin	01-10-1996
Declercq Ibe	02-10-2009
Lauwers Pepijn	02-10-2008
Grijp Eva	05-10-2006
Huwel Wim	05-10-1963
Garcia Manu	07-10-2005
Slots Lars	08-10-2011
Meuleman Astrid	08-10-2007
Ketsman Febe	10-10-2002
Dreelinck Jenna	12-10-2005
Van Houtte Maarten	13-10-2010
Turpin Lana	13-10-2009
Neuville Isaak	14-10-2003
De Vleeschauwer Femi	15-10-2002
De Bruycker Bontu	17-10-2009
Van de Velde Ian	17-10-2009
Verroken Lukas	18-10-2010
Loterman Natascha	20-10-1974
De Wilde Linne	21-10-2012
Mersseman Kilian	21-10-2004
Eeckhout Nathalie	21-10-1971
Bogaert Mateo	23-10-2006
Gheerolfs Joachim	24-10-1994
Balcaen Els	25-10-1961
Vlemickx Lowie	30-10-2011
Smekens Jill	31-10-2007

NOVEMBER

Planckaert Kato	01-11-2003
Pareyt Johan	01-11-1959
Vandriessche Simcke	02-11-2001
De Meester Ian	03-11-2008
Vandewattyne Margot	05-11-2009
Waelkens Emma	06-11-2010
Peyskens Betty	09-11-1981
Houwen Norah	10-11-2008
Vermeiren Jesse	11-11-2007
Bastil Julie	14-11-2008
Dhont Gallant Helena	14-11-2008
Ketels Milan	15-11-2011
Bourdeaud'hui Katleen	15-11-1964
Lecluyze Stien	16-11-2004
Vanderschueren Carine	19-11-1966
De Pauw Lukas	21-11-2010
De Nil Marc	22-11-1943
Saeys Jonah	23-11-2012
Cheyns Edward	23-11-2011
Vandemeulebroecke Nienke	23-11-2011
Langeraert Maud	23-11-2009
Peyskens Sarah	23-11-1977
Van Nieuwenhuize Wim	23-11-1971
Vlassenroot Isidore	24-11-2006
De Cremer Dirk	25-11-1965
Van Nerom Ilse	26-11-1975
De Bleeckere Roos	26-11-1946
Van Hoye Mila	28-11-2012
Martens Robbe	29-11-2004
Decorte Maloe	29-11-1993

25/09/2019:
DOORSCHUIVEN
NAAR DE VOLGENDE TRAININGSGROEP
kangoeroes in 2018-2019 worden benjamin
tweedejaarsbenjamins in 2018-2019 worden pupil
tweedejaarspupillen in 2018-2019 worden miniem
tweedejaarsminiemen in 2018-2019 worden cadet
tweedejaarscadetten in 2018-2019 worden scholier
tweedejaarsscholieren in 2018-2019 worden junior
tweedejaarsjunioren in 2018-2019 worden senior

KASVO KLEDIJSHOP

Er zijn 2 pasdagperiodes per jaar (hoodies, t-shirts en windjacket).
Deze pasdagen worden aangekondigd op de website, affiches, facebook, ...
Buiten deze bestelperiodes kan er kledij besteld worden door een mail te sturen naar Veerle of Muriel.
Per maand wordt er 1 maal een bestelling geplaatst bij de leverancier (laatste vrijdag van de maand).
De wedstrijdkledij kan je wel steeds kopen in het secretariaat van de kantine.
Indien nog vragen, mail naar Veerle of Muriel.

Veerle Van Coster 0474/27.16.22
veerle.van.coster@telenet.be
Muriel Dewilde 0497/75.20.68
muriel.dewilde@yahoo.co.uk

TE PASSEN EN TE BESTELLEN
(betaling/overschrijving bij bestelling)

	WIND/REGENJAS	kinderen:128-140-152-164 dames: XS-S-M-L-XL heren: S-M-L-XL	45 euro 50 euro 50 euro
	HOODIE	kinderen: (116-128-140-152) dames: (XS-S-M-L) heren: (XS-S-M-L-XL)	25 euro 30 euro 30 euro
	T-SHIRT	kinderen (S-M-L-XL) dames (S-M-L) heren (S-M-L-XL)	12 euro 12 euro 12 euro

ONMIDDELLIJK BESCHIKBAAR

	CLUBTRUITJE dames/heren	alle maten in voorraad verplicht te dragen bij wedstrijddeelname	20 euro
	TOPJE	alle maten in voorraad verplicht te dragen bij wedstrijddeelname	20 euro
	RUGZAK	met ASVO-logo en opbergvakje voor spikes	25 euro
	SPIKEPUNTEN per set	verkrijgbaar in volgende lengtes: 6-9-12-15mm	3,50 euro

Wedstrijdresultaten van 21 juni tot en met 1 september 2019

TORHOUT, 21 juni 2019.
40ste Nacht van West-Vlaanderen.

21,097 kilometer (958 deelnemers)

117. Van Coster Tim	1u31.45
138. Huysman Karel	1u33.39
171. Verstichelen Sofie	1u36.01

NINOVE, 21 juni 2019.
Avondmeeting.

400m jsm dames (4)

4. Decorte Maloe	66.33

400m jsm heren (15)

1. Van Schuylenbergh Dries	50.57
13. Huwel Wim	58.42

KORTRIJK, 22 juni 2019.
Grote Prijs Paul Van Walleghem.

4x100m AC dames (2)

2.	De Schepper Kato	49.17
	Van Snick Anaïs	
	Hanssens Ilana	
	Demetter Kaat	

150m kadetten meisjes (15)

3. Bastil Margaux	+0,7m/s	20.42
Clubrecord !		
6. Dreelinck Jenna	+1,6m/s	20.90
8. Backaert Aline	+0,7m/s	20.95
11. Mannens Cato	+1,6m/s	22.04

verspringen kadetten meisjes (16)

5. Bastil Margaux	+2,2m/s	4m64
	-0,3m/s	4m42
9. Backaert Aline	-0,6m/s	4m23
12. Mannens Cato	+0,9m/s	3m81

150m kadetten jongens (8)

1. De Vriese Jaron	-2,5m/s	17.40
Clubrecord !		

400m kadetten jongens (6)

1. Mersseman Killian	55.48

800m kadetten jongens (8)

3. Martens Robbe	2.11.90

kogelstoten 4kg kadetten jongens (4)

2. Rogge Daan	11m04

150m scholieren meisjes (7) +0,3m/s

2. Van Snick Anaïs	18.90
Clubrecord !	
4. Hanssens Ilana	19.41
5. De Schepper Kato	19.49

kogelstoten 3kg scholieren meisjes (3)

1. De Vleeschauwer Femi	11m10

150m scholieren jongens (6) -2,3m/s

6. Neuville Isaak	19.40
Clubrecord !	

400m scholieren jongens (9)

4. Neuville Pepijn	52.61

150m jsm dames (4) reeksen

4. Dewitte Sara	+1,9m/s	20.47
Clubrecord !		

800m jsm dames (4)

1. Laridon Ine	2.31.67
2. De Vos Kim	2.33.62
3. De Groote Sarah	2.41.33

150m jsm heren (10) reeksen

4. De Vriese Christophe	-1,3m/s	17.55
Clubrecord !		
		finale
3. De Vriese Christophe		17.3

400m jsm heren (7)

5. Vanderbeken Jonas	52.18

IZEGEM, 23 juni 2019.
Vlaams kampioenschap hamerslingeren.

hamer 4kg masters dames W45 (1)

1. Vervaeke Sofie	20m11
Vlaams kampioene en clubrecord !	

hamer 7,26kg masters heren M45 (6)

5. Lucas Steven	26m00

OUDENAARDE, 23 juni 2019.
Open Interregio Jeugdcup - wedstrijd 5/7.

600m benjamins meisjes (31)

5. Cosyns Floor	2.16.24
6. Decroix Dieuwke	2.16.25
11. Baele Geike	2.20.50
12. Kesteleyn Celestien	2.28.48
13. Vandemeulebroucke Nienke	2.28.60
17. Vandriessche Sienna	2.31.03

verspringen benjamins meisjes (29)

8. Decroix Dieuwke	2m90
10. Baele Geike	2m90
14. Callebaut Eline	2m80
15. Vandriessche Sienna	2m80
16. Kesteleyn Celestien	2m80
19. Cosyns Floor	2m72

hockeywerpen benjamins meisjes (29)

6. Decroix Dieuwke	16m20
15. Cosyns Floor	13m14
21. Baele Geike	10m57
26. Vandriessche Sienna	8m40
27. Kesteleyn Celestien	8m32
29. Callebaut Eline	7m51

600m benjamins jongens (43)

8. Gosseye Iljo	2.08.00
9. Vrijens Mathis	2.08.05
11. Griebeling Ferre	2.10.40
12. Pauwels Artuur	2.10.55
14. Gevaert Cas	2.12.19
18. Van Daele Martijn	2.13.62
21. Pot Mathis	2.16.41
25. Haeck Rune	2.20.50
26. De Stoppeleire Ruben	2.20.72
28. Ronsse Lars	2.21.65
31. Cheyns Edward	2.27.74
32. Van Den Berghe Seppe	2.29.33
41. Ketels Milan	2.44.45
42. Martens Thor	2.58.26

verspringen benjamins jongens (41)

1. Pauwels Artuur	3m58
15. Ronsse Lars	3m06
19. Van Daele Martijn	2m93
18. De Stoppeleire Ruben	2m93
20. Gosseye Iljo	2m90
22. Griebeling Ferre	2m88
25. Pot Mathis	2m84
27. Gevaert Cas	2m73
32. Ketels Milan	2m56
38. Van Den Berghe Seppe	2m42
39. Haeck Rune	2m39
40. Martens Thor	2m21

hockeywerpen benjamins jongens (39)

8. Gosseye Iljo	23m28
13. Pauwels Artuur	19m96
15. Van Daele Martijn	18m82
20. Van Den Berghe Seppe	16m69
21. Griebeling Ferre	15m87
25. Ronsse Lars	14m37
26. Cheyns Edward	13m30
28. Pot Mathis	13m18
31. De Stoppeleire Ruben	12m24
35. Gevaert Cas	10m10
37. Haeck Rune	7m80

1.000m pupillen meisjes (25)

3. Van Rillaer Elodie	3.37.05
4. Chiers Marte	3.37.28
5. Chiers Cato	3.38.71
9. De Clercq Camille	3.44.30
16. Eeckman Florence	4.02.43
17. Bastil Julie	4.05.00
20. Demoor Estelle	4.20.04

21. Vandewattyne Margot 4.21.40
22. Turpin Lana 4.27.97

hoogspringen pupillen meisjes (29)
4. De Clercq Camille 1m15
10. Van Rillaer Elodie 1m10
12. Bastil Julie 1m05
12. Chiers Marte 1m05
16. Chiers Cato 1m05
18. Demoor Estelle 1m05
21. Eeckman Florence 1m00
26. Turpin Lana 0m90

kogelstoten 2kg pupillen meisjes (28)
1. De Clercq Camille 9m75
4. Van Rillaer Elodie 6m82
11. Chiers Cato 6m07
13. Chiers Marte 5m82
14. Demoor Estelle 5m66
18. Bastil Julie 5m22
21. Van Gasse Nanou 4m63
22. Turpin Lana 4m49
23. Eeckman Florence 4m30
25. Vanpevenaeyge Enna 4m12

1.000m pupillen jongens (44)
6. Kesteleyn Thibo 3.33.83
9. Bogaert Mano 3.36.66
10. Vandewattyne Laurens 3.40.35
13. Van Overmeiren Robbe 3.41.71
16. Depraetere Ilyano 3.43.94
21. Dewaele Milos 3.49.46
34. Lerouge Thomas 4.00.67
38. Van Gasse Finn 4.08.79

hoogspringen pupillen jongens (40)
2. Van Overmeiren Robbe 1m30
6. Kesteleyn Thibo 1m25
13. Bogaert Mano 1m15
19. Vandewattyne Laurens 1m05
19. Dewaele Milos 1m05

kogelstoten 2kg pupillen jongens (44)
2. Van Overmeiren Robbe 9m08
11. Bogaert Mano 6m26
18. Dewaele Milos 5m89
25. Kesteleyn Thibo 5m47
30. Lerouge Thomas 5m15
32. Van Gasse Finn 5m05
39. Depraetere Ilyano 4m36

80m miniemen meisjes (35)
2. Willaert Sara 10.96
4. Ysebaert Aude 11.56
5. Puissant Mirte 11.61
6. Walrave Yitske 11.62
8. Heyse Lara 11.69
12. Callebaut Amélie 11.99
14. De Vriese Tess 12.03
21. Dewaele Naïobe 12.71
23. De Cremer Catho 12.79
25. Romeyns Elise 12.87
28. Meuleman Astrid 13.09
31. Moreels Marta 13.33

150m miniemen meisjes (32)
2. Willaert Sara 20.85
4. Puissant Mirte 21.69
7. Walrave Yitske 22.15
11. Heyse Lara 22.32
13. Ysebaert Aude 22.39
14. De Vriese Tess 22.79
16. Callebaut Amélie 23.11
20. De Cremer Catho 23.81
22. Dewaele Naïobe 23.97
27. Meuleman Astrid 24.43
28. Moreels Marta 24.54
29. Romeyns Elise 24.80

verspringen miniemen meisjes (35)
7. Willaert Sara 3m82
9. Callebaut Amélie 3m74
10. De Vriese Tess 3m74
12. Ysebaert Aude 3m62
13. Puissant Mirte 3m62
16. De Cremer Catho 3m53
17. Walrave Yitske 3m53
18. Heyse Lara 3m49
24. Moreels Marta 3m31
26. Meuleman Astrid 3m24
29. Romeyns Elise 3m12
30. Dewaele Naïobe 3m00

speerwerpen 400g miniemen meisjes (29)
5. Ysebaert Aude 16m86
12. De Waele Naïobe 14m01
13. De Vriese Tess 13m08
14. Callebaut Amélie 12m13
16. Willaert Sara 12m04
18. Meuleman Astrid 11m79
21. Walrave Yitske 11m24
22. De Cremer Catho 10m34
24. Romeyns Elise 10m02
25. Moreels Marta 10m01

80m miniemen jongens (26)
1. Bogaert Mateo 10.29
10. De Paepe Thor 11.88
12. Ketsman Senne 11.95
14. Vander Gheynst Frem 12.10
24. Muys Elias 13.17

150m miniemen jongens (31)
1. Bogaert Mateo 19.27
7. Vander Beken Juul 21.70
8. Neuville Briek 21.72
11. De Paepe Thor 21.88
14. Ketsman Senne 22.13
16. Gosseye Leko 22.78
27. Vander Gheynst Frem 23.96
30. Muys Elias 24.76

verspringen miniemen jongens (31)
3. Bogaert Mateo 4m53
7. De Paepe Thor 4m04
10. Ketsman Senne 3m86
18. Vander Beken Juul 3m57
20. Muys Elias 3m52
24. Vander Gheynst Frem 3m38

speerwerpen 400g miniemen jongens (30)
6. Bogaert Mateo 25m77
11. Ketsman Senne 18m83
13. Vander Gheynst Frem 18m02
14. Muys Elias 17m96
19. De Paepe Thor 15m73
23. Gosseye Leko 13m91

LOKEREN, 23 juni 2019.
Flanders Cup - Grote Prijs Stad Lokeren.

800m AC dames (81)
34. De Schepper Flore 2.21.70
57. Van De Walle Julie 2.29.03

hoogspringen AC dames (11)
9. De Waele Nienke 1m64

hinkstapspringen AC dames (10) +0,9m/s
3. De Schepper Kato 11m19

hoogspringen AC heren (7)
5. Geenens Sten 1m87

SINT-LIEVENS-HOUTEM, 23 juni 2019.
10de Livinusrun.

31,1 kilometer (217 deelnemers)
35. Verdonckt Greet 2u31.58
39. De Lange Patrick 2u33.21
53. De Cremer Dirk 2u36.25
99. Van Nieuwenhuize Wim 2u51.44

GENT, 28 juni 2019.
Midzomernachtrun.

10 kilometer (1141 deelnemers)
43. Verstichelen Sofie 43.17

HUISE, 28 juni 2019.
Adelardusjogging.

13,5 kilometer (85 deelnemers)
3. Wancour Brechtel 51.38
10. Geldhof Peter 55.55
25. De Cremer Dirk 1u01.01
29. Van Nieuwenhuize Wim 1u02.24

LEBBEKE, 29 juni 2019.
Belgisch kampioenschap JUN/BEL.

100mH beloften dames (12) reeksen
7. De Waele Nienke -1,4m/s 16.14
finale
7. De Waele Nienke -1,9m/s 16.59

hoogspringen beloften dames (4)
3. De Waele Nienke 1m59

400m junioren heren (11)
5. Van Schuylenbergh Dries 50.11

400m beloften heren (12)
8. Botte Stef 49.23

3.000m steeple beloften heren (6)
6. Robbens Dieter 11.11.36

speerwerpen 800g beloften heren (9)
9. Le Compte Beau 33m31

discuswerpen 2kg beloften heren (7)
7. Le Compte Beau 22m67

ERTVELDE, 29 juni 2019.
Provinciaal kampioenschap jeugd.

60m benjamins meisjes (21)	reeksen
13. Kesteleyn Celestien	10.70

600m benjamins meisjes (20)
12. Kesteleyn Celestien 2.22.96
17. Vandriessche Sienne 2.30.84

verspringen benjamins meisjes (26)
10. Vandriessche Sienna 2m80
11. Callebaut Eline 2m76

kogelstoten 1kg benjamins meisjes (8)
4. Callebaut Eline 5m70

hoogspringen benjamins jongens (9)
9. Pandelaere Leandro 0m85

kogelstoten 1kg benjamins jongens (16)
16. Pandelaere Leandro 3m52

60m pupillen meisjes (29)	reeksen
1. Chiers Cato	8.80
3. Chiers Marte	9.07
25. Demoor Estelle	10.54
	finale
1. Chiers Cato	8.68
Provinciaal kampioene !	
4. Chiers Marte	9.02

1.000m pupillen meisjes (19)
5. Van Rillaer Elodie 3.33.54

60m horden pupillen meisjes (18)
3. Bastil Julie 12.39
16. Demoor Estelle 14.36

verspringen pupillen meisjes (17)
2. Chiers Cato 4m00
3. Chiers Marte 3m94

kogelstoten 2kg pupillen meisjes (20)
1. De Clercq Camille 9m05
Provinciaal kampioene !

hockeywerpen pupillen meisjes (16)
3. De Clercq Camille 28m35

60m pupillen jongens (27)	reeksen
5. Kestelyn Thibo	9.02
15. Meirhaeghe Bo	9.65
15. Vanhove Emile	9.65
	finale
5. Kestelyn Thibo	8.91

1.000m pupillen jongens (29)
17. Meirhaeghe Bo 3.34.13
26. Vanhove Emile 3.55.32

60m horden pupillen jongens (17)
10. Bogaert Mano 12.37
15. Lerouge Thomas 13.80

hoogspringen pupillen jongens (22)
1. Van Overmeiren Robbe 1m38
Provinciaal kampioen !
11. Kestelyn Thibo 1m20
13. Bogaert Mano 1m20

discuswerpen 0,6kg pupillen jongens (12)
9. Lerouge Thomas 11m72

hockeywerpen pupillen jongens (14)
1. Van Overmeiren Robbe 45m09
Provinciaal kampioen !

80m miniemen meisjes (19)	reeksen
10. Puissant Mirte	11.53
11. Walrave Yitske	11.55
12. Ysebaert Aude	11.63
13. Heyse Lara	12.15
17. De Cremer Catho	12.56

150m miniemen meisjes (16)
7. Puissant Mirte 21.43
11. Heyse Lara 22.44

300m miniemen meisjes (9)
4. Walrave Yitske 47.47

60m horden miniemen meisjes (16)
9. Callebaut Amélie 11.45

verspringen miniemen meisjes (11)
11. Callebaut Amélie 3m65

kogelstoten 2kg miniemen meisjes (9)
8. De Cremer Catho 7m29

discus 0,75kg miniemen meisjes (10)
5. Ysebaert Aude 18m14

80m miniemen jongens (18)	reeksen
1. Bogaert Mateo	10.37
10. De Paepe Thor	11.59
12. Ketsman Senne	11.83
	finale
1. Bogaert Mateo	10.24
Provinciaal kampioen !	

150m miniemen jongens (26)
1. Bogaert Mateo 18.53
Provinciaal kampioen !

1.000m miniemen jongens (16)
4. Vander Beken Juul 3.05.68
12. De Paepe Thor 3.23.42

speerwerpen 400g miniemen jongens (15)
12. Ketsman Senne 17m42

POPERINGE, 30 juni 2019.
Kermismeeting.

200m kadetten meisjes (8)	+0,6m/s
2. De Stercke Flore	28.27

hoogspringen kadetten meisjes (3)
1. De Stercke Flore 1m28

speerwerpen 400g kadetten meisjes (11)
3. De Stercke Flore 26m49

SINT-NIKLAAS, 30 juni 2019.
Provinciaal kampioenschap werpvijfkamp.

werpvijfkamp junioren heren (2)
1. Lucas Lode **2.263 ptn**
Provinciaal kampioen en clubrecord !

1	- kogel	9m97
1	- speer	36m27
1	- discus	25m57
2	- hamer	34m62
2	- gewicht	12m42

KRUISEM, 1 juli 2019.
Avondmarktloop.

6 kilometer heren (39 deelnemers)
7. Van Den Bulcke Arne 22.44

9 kilometer heren (30 deelnemers)
5. Wancour Brechtel 32.23

12 kilometer heren (33 deelnemers)
3. Robbens Dieter 45.06
12. Van Nieuwenhuize Wim 52.22

NINOVE, 3 juli 2019.
Open avondmeeting.

300m horden kadetten meisjes (8)
3. Bastil Margaux 48.73

kogelstoten 3kg kadetten meisjes (6)
3. Bastil Margaux 8m42

100m jsm dames (16)	-1,2m/s
13. Verstichel Nathalie	14.37
14. Baert Amber	14.43

200m jsm dames (21)	+0,6m/s
17. Baert Amber	29.25
19. Verstichel Nathalie	29.78

kogelstoten 4kg jsm dames (4)
2. Baert Amber 8m55
4. Verstichel Nathalie 6m29

3.000m jsm heren (19)
4. De Wolf Olivier 9.07.97

DEINZE, 5 juli 2019.
Open meeting voor kad-sch-jsm.

100m kadetten meisjes (19) +1,0m/s
7. De Stercke Flore 13.62

200m kadetten meisjes (18) +0,6m/s
12. Dreelinck Jenna 28.91

hoogspringen kadetten meisjes (4)
3. De Stercke Flore 1m35

kogelstoten 3kg kadetten meisjes (11)
8. De Stercke Flore 8m30
10. Dreelinck Jenna 7m03

100m kadetten jongens (16) +0,5m/s
1. De Vriese Jaron 11.62

200m kadetten jongens (17) +0,2m/s
1. De Vriese Jaron 23.25

800m kadetten jongens (14)
2. Martens Robbe 2.11.11

kogelstoten 4kg kadetten jongens (4)
2. Rogge Daan 11m13

discuswerpen 1kg kadetten jongens (5)
4. Rogge Daan 27m83

100m scholieren meisjes (11)
2. De Schepper Kato +1,2m/s 13.12
6. Vander Beken Amber +1,6m/s 13.51

200m scholieren meisjes (11) +1,2m/s
4. De Schepper Kato 26.95

400m scholieren meisjes (2)
2. Vander Beken Amber 63.96

100m jsm dames (11)
2. Dewitte Sara +1,6m/s 13.35
6. Baert Amber +0,5m/s 14.03
8. Verstichel Nathalie +0,5m/s 14.22

200m jsm dames (10)
5. Dewitte Sara +0,4m/s 28.15
7. Baert Amber +0,5m/s 29.00
9. Verstichel Nathalie +0,5m/s 29.88

1.500m jsm dames (4)
4. De Groote Sarah 5.40.92

kogelstoten 4kg jsm dames (5)
3. Baert Amber 8m62

speerwerpen 600g jsm dames (11)
8. Baert Amber 25m64

400m jsm heren (4)
3. Van Schuylenbergh Dries 51.18

kogelstoten 7,26kg sen-mas heren (2)
2. Lucas Steven 10m67

discuswerpen 2kg sen-mas heren (3)
3. Lucas Steven 27m62

SLEIDINGE, 6 juli 2019.
Food Blending Run.

12 kilometer (27 deelnemers)
6. Van Nieuwenhuize Wim 53.40

SINT-TRUIDEN, 6 juli 2019.
Trudo medaillemeeting.

60m pupillen meisjes (24)
2. Chiers Cato 8.59
Clubrecord !
5. Chiers Marte 8.97

hoogspringen pupillen meisjes (21)
3. Chiers Marte 1m30
8. Chiers Cato 1m15

kogelstoten 2kg pupillen meisjes (22)
9. Chiers Marte 6m01
10. Chiers Cato 5m85

ERTVELDE, 7 juli 2019.
Athletics Classic - Gouden 3.000m.

800m AC dames (30)
18. Decorte Maloe 2.26.56

800m AC heren (49)
6. Vanderbeken Jonas 1.57.44

BRAKEL, 7 juli 2019.
Raploperkesjogging.

4,5 kilometer (123 deelnemers)
22. De Vos Kim 18.51

13,5 kilometer (76 deelnemers)
8. Wancour Brechtel 51.50
14. Van Coster Tim 56.18
19. Verdonckt Greet 59.57
24. Huysman Karel 1u00.37
27. De Lange Patrick 1u01.17
31. Demetter Pieter 1u02.23
50. Wijnand Marc 1u10.38
73. Slabbaert Mia 1u24.46

HAMME, 7 juli 2019.
WDK Hamme.

60m pupillen meisjes (26)
2. De Clercq Camille 8.88

1.000m pupillen meisjes (22)
8. De Clercq Camille 3.51.79

hoogspringen pupillen meisjes (21)
2. De Clercq Camille 1m26

kogelstoten 2kg pupillen meisjes (24)
1. De Clercq Camille 8m91

ZEVERGEM, 12 juli 2019.
36ste Avondjogging Zevergem.

5 kilometer (143 deelnemers)
71. Peyskens Sarah 27.42

10 kilometer (218 deelnemers)
24. De Werdt Peter 39.50
37. Van Nieuwenhuize Wim 42.26

OUDENAARDE, 12 juli 2019.
Rosine Wallez-meeting.

100m kadetten meisjes (16) +1,7m/s
13. Detemmerman Nina 13.75

80m horden kadetten meisjes (8) +2,1m/s
7. Detemmerman Nina 13.95

400m kadetten jongens (10)
2. De Vriese Jaron 52.37
Clubrecord !
4. Martens Robbe 56.73

2.000m kadetten jongens (12)
6. Meuleman Lars 6.33.16
10. Vandendriessche Matteo 6.50.64
12. Deblock Arthur 7.21.27

100m scholieren meisjes (9)
1. De Schepper Kato +3,8m/s 12.94
3. Vander Beken Amber +3,8m/s 13.38
6. De Vleeschauwer F. +1,9m/s 14.16

400m scholieren meisjes (8)
1. Van Snick Anaïs 58.09
5. Vander Beken Amber 62.39
7. Ketsman Febe 72.85

verspringen scholieren meisjes (6)
1. De Schepper Kato +0,2m/s 5m09

discuswerpen 1kg scholieren meisjes (5)
3. De Vleeschauwer Femi 21m32

2.000m scholieren jongens (9)
9. De Coster Ward 6.33.44

hoogspringen scholieren jongens (2)
2. Geenens Sten 1m93

kogelstoten 5kg scholieren jongens (4)
1. De Cremer Arnaud 15m26
Clubrecord !

discuswerpen 1,5kg scholieren jongens (3)
1. De Cremer Arnaud 43m31
Clubrecord !

100m jsm dames (12)

4. Vanderbauwhede Lies	+1,9m/s	12.84
9. Peyskens Betty	+1,8m/s	13.70
11. Buyst Katrien	+1,8m/s	15.69

200m jsm dames (14)

10. Peyskens Betty	+2,8m/s	28.70

400m jsm dames (15)

4. Decorte Maloe	63.73
9. De Vos Kim	65.77
10. Verstichel Nathalie	66.56
12. Van Schaeren Hedwig	71.64

2.000m jsm dames (14)

11. De Groote Sarah	7.44.57

kogelstoten 4kg jsm dames (8)

6. Vervaeke Sofie	7m44

discuswerpen 1kg jsm dames (7)

6. Vervaeke Sofie	20m31

100m jsm heren (6)

1. De Vriese Christophe	+1,2m/s	11.55

200m jsm heren (5)

2. De Vriese Christophe	+1,1m/s	23.58

400m jsm heren (19)

1. Botte Stef	49.20
11. Huwel Wim	56.48

800m jsm heren (7)

2. Vanderbeken Jonas	2.01.58

2.000m jsm heren (22)

2. De Wolf Olivier	5.51.27
4. Van Dorpe Joren	5.54.77
10. Devos Theo	6.15.71

kogelstoten 6kg junioren heren (2)

2. Lucas Lode	10m90

kogelstoten 7,26kg sen-mas heren (7)

4. Lucas Steven	10m47
7. Le Compte Beau	8m49

discuswerpen 1,75kg junioren heren (1)

1. Lucas Lode	29m65

discuswerpen 2kg sen-mas heren (6)

5. Lucas Steven	26m63
6. Le Compte Beau	23m86

NINOVE, 14 juli 2019.
Jeugdmedaillemeeting.

60m benjamins meisjes (16)

11. Callebaut Eline	11.15

verspringen benjamins meisjes (19)

12. Callebaut Eline	2m72

kogelstoten 1kg benjamins meisjes (13)

3. Callebaut Eline	5m64

60m pupillen meisjes (31)

1. De Clercq Camille	8.92

60m horden pupillen meisjes (7)

2. De Clercq Camille	12.03

hoogspringen pupillen meisjes (11)

3. De Clercq Camille	1m25

verspringen pupillen meisjes (33)

2. De Clercq Camille	4m01

kogelstoten 2kg pupillen meisjes (22)

1. De Clercq Camille	9m36

1.000m pupillen jongens (18)

6. Depraetere Ilyano	3.35.28

80m miniemen meisjes (19)

5. Willaert Sara	11.02
7. Puissant Mirte	11.29
12. Heyse Lara	11.75
14. Callebaut Amélie	12.21

300m miniemen meisjes (15)

4. Willaert Sara	44.86
8. Puissant Mirte	47.37
10. De Vriese Tess	48.64

60m horden miniemen meisjes (12)

5. Callebaut Amélie	11.40

4x80m miniemen meisjes (2)

2.	De Vriese Tess	44.60
	Callebaut Amélie	
	Heyse Lara	
	Willaert Sara	

LESVE, 19 juli 2019.
Jogging kermesse Saint Wilmar de Lesve.

10,56 kilometer (60 deelnemers)

16. De Lange Patrick	51.58

HEUSDEN-ZOLDER, 20 juli 2019.
Nacht van de Atletiek.

800m kadetten meisjes 2004 (14)

11. Van De Walle Julie	2.30.50

AMOUGIES, 20 juli 2019.
10km du Mont.

10 kilometer (37 deelnemers)

18. Christiaens Sylvie	1u04.50

20 kilometer (29 deelnemers)

2. Geldhof Peter	1u25.48

TIELT, 21 juli 2019.
Jeugdmeerkamp.

vierkamp pupillen meisjes (13)

2. De Clercq Camille		**1.917 ptn**
	- 60m	8.79
	- 1.000m	3.55.62
	- ver	3m72
	- kogel	9m07

BAKOE (AZE), 21-27 juli 2019.
European Youth Olympic Festival.

hoog scholieren jongens (18)		kwalificaties
10. Geenens Sten	q	1m99
		finale
11. Geenens Sten		1m93

GENTBRUGGE, 21 juli 2019.
Athletics Classic - Gentsefeestenmeeting.

200m AC heren (31)	+1,2m/s
11. Botte Stef	22.48

DILBEEK, 27-28 juli 2019.
Vlaams kampioenschap meerkampen.

zevenkamp scholieren meisjes (13)

12. De Vleeschauwer Femi			**3.026 ptn**
12	- 100m horde	17.28	+0,1m/s
11	- hoog	1m40	
8	- kogel	9m22	
11	- 200m	29.56	+0,5m/s
7	- ver	4m69	+1,1m/s
3	- speer	30m18	
-	- 800m	DNS	

SINT-NIKLAAS, 28 juli 2019.
VAL-jongerentrofee.

vijfkamp miniemen jongens (19)

18. Ketsman Senne		**181 ptn**
	- 80m	GP
	- 1.000m	GP
	- hoog	GP
	- ver	3m21
	- kogel	GP

OUDENAARDE, 30 juli 2019.
Vakantiemeeting 1.

1.500m kadetten meisjes (2)

2. Van De Walle Julie	5.16.29

300m horden kadetten meisjes (10)

2. Bastil Margaux	48.35

kogelstoten 3kg kadetten meisjes (4)

2. Bastil Margaux	8m63

200m kadetten jongens (5)	+0,3m/s
1. De Vriese Jaron	24.12

1.500m kadetten jongens (6)

2. Martens Robbe	4.36.28

100m scholieren meisjes (3) -0,7m/s
1. Van Snick Anaïs 13.05
3. Demetter Kaat 13.55

kogelstoten 3kg kadetten meisjes (5)
1. De Vleeschauwer Femi 10m90
2. Vandewalle Febe 10m66
4. Ketsman Febe 8m08
5. Demetter Kaat 7m12

discuswerpen 1kg scholieren meisjes (3)
1. Vandewalle Febe 30m56
3. Ketsman Febe 16m77

100m jsm dames (11)
8. Verstichel Nathalie -1,6m/s 14.16
9. Dewitte Sara -0,9m/s 14.23
10. De Vos Soetkin -1,6m/s 14.35

200m jsm dames (8)
6. Dewitte Sara -0,3m/s 29.33
7. Verstichel Nathalie +0,9m/s 29.50

1.500m jsm dames (4)
2. Laridon Ine 5.24.39
3. Van Schaeren Hedwig 5.50.46

5.000m jsm dames (3)
3. Verstichelen Sofie 20.59.96

hoogspringen jsm dames (1)
1. De Waele Nienke 1m56

discuswerpen 1kg jsm dames (4)
3. Vandermeulen Yelena 24m15
4. Vervaeke Sofie 20m63

100m jsm heren (11) -0,7m/s
4. De Vriese Christophe 11.74

200m jsm heren (9)
1. Botte Stef 0,0m/s 22.37
7. Wieme Bert +0,7m/s 25.50

1.500m jsm heren (17)
11. De Groote Mathias 4.41.46
15. Wijnand Marc 5.53.36

5.000m jsm heren (15)
6. Devos Theo 16.51.82
8. Robbens Dieter 17.28.47
10. Van Coster Tim 18.29.06
12. Demetter Pieter 19.50.38
13. Huysman Karel 19.56.04
14. De Lange Patrick 21.14.55

400m horden jsm heren (4)
2. Van Schuylenbergh Dries 59.61

LOKEREN, 3 augustus 2019.
Belgisch kampioenschap 10K op de weg.

10 kilometer (699 deelnemers)
26. De Wolf Olivier [24-20] 32.25
Clubrecord alle categorieën !
120. Robbens Dieter [105 - 50] 36.21
173. Van Coster Tim [145 - 21] 38.38
Clubrecord masters M35 !
247. Huysman Karel [189 - 18] 41.49
255. De Lange Patrick [195 - 16] 42.09
275. Demetter Pieter [207-18] 43.12
341. De Smet Evelien [231-27] 46.07
547. Slabbaert Mia 58.23
[plaats BK algemeen - plaats in categorie]

NINOVE, 3 augustus 2019.
Flanders Cup - Memorial Rasschaert.

400m AC dames (26)
22. Verstichel Nathalie 66.35

800m AC dames (61)
49. Decorte Maloe 2.28.32

SAINT-SAUVEUR, 3 augustus 2019.
La Fourmi Trail des Collines.

25 kilometer (156 deelnemers)
3. Devos Theo 1u48.46
15. Geldhof Peter 2u04.36

SINT-NIKLAAS, 4 augustus 2019.
Provinciaal kampioenschap hamer/gew.

kogelstoten 3kg scholieren meisjes (2)
2. De Vleeschauwer Femi 10m14

discuswerpen 1kg jsm dames (7)
5. Vandermeulen Yelena 25m00
7. Vervaeke Sofie 21m58

hamerslingeren 4kg jsm dames (17)
13. Vandermeulen Y. ***SEN: 4e*** 28m72
17. Vervaeke Sofie 20m20
CR en provinciaal kampioene W45 !

gewichtwerpen 9,08kg jsm dames (8)
5. Vandermeulen Y. ***SEN: 3e*** 9m79
Clubrecord !
8. Vervaeke Sofie 6m73
CR en provinciaal kampioene W45 !

hamerslingeren 6kg junioren heren (2)
1. Lucas Lode 40m61
Clubrecord en provinciaal kampioen !

gewichtwerpen 11,34kg junioren heren (3)
2. Lucas Lode 14m04
Clubrecord en provinciaal kampioen !

hamerslingeren 7,26kg masters heren (2)
1. Lucas Steven 26m31
Provinciaal kampioen M45 !

gewichtwerpen 15,88kg masters heren (3)
2. Lucas Steven 9m11
Provinciaal kampioen M45 !

CARDET (FRA), 6 augustus 2019.
Tour des vignes.

8 kilometer (166 deelnemers)
66. Van Nieuwenhuize Wim 41.38

ENAME, 10 augustus 2019.
Pelikaanrun.

500m kinderloop 2007-2013 (89)
1. Van Overmeiren Robbe
9. Griebeling Ferre
10. Van Daele Martijn
13. Ronsse Lars
22. Declercq Ibe
28. Vandemeulebroucke Nienke

5 kilometer (216 deelnemers)
16. Vanhessche Hilde 1e vrouw 18.15
26. Laridon Ine 2e vrouw 19.46
30. Dewaele Naiobe 3e vrouw 20.15
79. Romeyns Elise 24.30
107. Peyskens Sarah 26.36
194. Loterman Natasha 32.13
195. Michels Xavier 32.14

10 kilometer (218 deelnemers)
8. Robbens Dieter 35.25
32. Lamont Christophe 39.15
35. De Werdt Peter 40.10
44. Van Nieuwenhuize Wim 41.17
126. Wijnand Marc 49.04
137. Vanmaldegem Marc 50.27

BRUSSEL, 10 augustus 2019.
Meeting Estival.

200m AC heren (33) -0,5m/s
11. Botte Stef 22.88

NINOVE, 10 augustus 2019.
Jeugdmedaillemeeting.

60m pupillen meisjes (34)
1. Chiers Cato 8.78
2. De Clercq Camille 8.94
4. Chiers Marte 9.15

1.000m pupillen meisjes (23)
2. Van Rillaer Elodie 3.41.41
8. Chiers Marte 3.49.21
9. Chiers Cato 3.50.74

60m horden pupillen meisjes (12)
3. De Clercq Camille 11.82

verspringen pupillen meisjes (31)
1. De Clercq Camille 4m16
4. Chiers Cato 3m78
5. Chiers Marte 3m75

hockeywerpen pupillen meisjes (32)
1. De Clercq Camille 34m99
23. Chiers Marte 19m03
26. Chiers Cato 18m67

discuswerpen 0,6kg pupillen meisjes (16)
2. De Clercq Camille 22m25

80m miniemen meisjes (35)
4. Willaert Sara 11.07
8. Puissant Mirte 11.41
10. De Vriese Tess 11.60
15. Heyse Lara 11.77

150m miniemen meisjes (26)
3. Willaert Sara 20.31
9. Puissant Mirte 21.14
14. Heyse Lara 22.19

AALST, 11 augustus 2019.
Oost-Vlaams Criterium.

100m scholieren meisjes (13) -0,7m/s
3. Hanssens Ilana 13.14
9. Vander Beken Amber 13.80

200m scholieren meisjes (2) +0,4m/s
1. Hanssens Ilana 26.26

400m horden scholieren meisjes (2)
1. Vander Beken Amber 69.77

OORDEGEM, 15 augustus 2019.
Vlaams Kampioenschap KAD-SCH.

1.500m kadetten meisjes (14)
8. Van De Walle Julie 5.01.34

80m horden kadetten meisjes (24)
11. Bastil Margaux +0,1m/s 12.81

300m horden kadetten meisjes (14)
7. Bastil Margaux 47.89
13. Detemmerman Nina 50.53

1.500m steeple kadetten meisjes (3)
1. De Schepper Flore 5.18.94
Vlaams kampioene!

400m kadetten jongens (21)
2. De Vriese Jaron 52.53
4. Mersseman Killian 53.74

800m kadetten jongens (22)
8. Martens Robbe 2.11.05
12. Meuleman Lars 2.12.96

1.500m steeple kadetten jongens (12)
8. Van Rillaer Korneel 4.56.00

kogelstoten 4kg kadetten jongens (10)
10. Rogge Daan 11m19

speerwerpen 600g kadetten jongens (12)
8. Rogge Daan 35m23

400m scholieren meisjes (13)
2. Hanssens Ilana 57.86
3. Van Snick Anaïs 59.04

2.000m steeple scholieren meisjes (3)
1. Bilo Laure 7.24.13
Vlaams kampioene en clubrecord!

hinkstapspringen scholieren meisjes (11)
6. De Schepper Kato -0,6m/s 10m92

polsstokspringen scholieren meisjes (2)
2. De Vleeschauwer Femi 3m00

speerwerpen 500g scholieren meisjes (8)
6. De Vleeschauwer Femi 32m24

discuswerpen 1kg scholieren meisjes (12)
3. Vandewalle Febe 31m72

400m scholieren jongens (17)
7. Neuville Pepijn 52.49

hoogspringen scholieren jongens (12)
1. Geenens Sten 2m05
Vlaams kampioen!

kogelstoten 5kg scholieren jongens (9)
2. De Cremer Arnaud 14m60

discuswerpen 1,5kg scholieren jongens (11)
5. De Cremer Arnaud 40m71

GENTBRUGGE, 17 augustus 2019.
Open Interregio Jeugdcup - wedstrijd 6/7.

60m benjamins meisjes (35)
9. Cosyns Floor 10.99
16. Kesteleyn Celestien 11.14
22. Baele Geike 11.42
23. Vandriessche Sienna 11.43

verspringen benjamins meisjes (34)
14. Vandriessche Sienna 2m83
21. Baele Geike 2m62
22. Vandemeulebroucke Nienke 2m59
24. Kesteleyn Celestien 2m57

kogelstoten 1kg benjamins meisjes (37)
16. Vandriessche Sienna 4m95
21. Baele Geike 4m69
24. Cosyns Floor 4m46
27. Vandemeulebroucke Nienke 4m21

hockeywerpen benjamins meisjes (40)
13. Baele Geike 13m32
16. Cosyns Floor 12m44
25. Vandriessche Sienna 9m51

60m benjamins jongens (48)
25. De Stoppeleire Ruben 11.29
34. Haeck Rune 11.75
35. Van Daele Martijn 11.93
48. Pandelaere Leandro 12.91

verspringen benjamins jongens (37)
23. Van Daele Martijn 2m83
25. De Stoppeleire Ruben 2m76
31. Haeck Rune 2m51
34. Pandelaere Leandro 2m41

kogelstoten 1kg benjamins jongens (46)
25. Van Daele Martijn 5m76
35. De Stoppeleire Ruben 4m51
44. Haeck Rune 3m63
46. Pandelaere Leandro 2m31

hockeywerpen benjamins jongens (40)
29. De Stoppeleire Ruben 15m55
39. Pandelaere Leandro 9m93
40. Haeck Rune 8m94

60m pupillen meisjes (41)
1. Chiers Cato 9.11
6. Chiers Marte 9.36
34. De Paepe Ella 11.34
36. Vanpevenaeyge Enna 11.56

hoogspringen pupillen meisjes (38)
8. Chiers Marte 1m20
16. Chiers Cato 1m10
29. De Paepe Ella 1m00
35. Vanpevenaeyge Enna 0m95

hockeywerpen pupillen meisjes (43)
25. Chiers Cato 20m16
29. Chiers Marte 18m88
32. Vanpevenaeyge Enna 17m00
42. De Paepe Ella 11m96

60m pupillen jongens (35)
11. Kesteleyn Thibo 9.60
13. Dewaele Milos 9.73

60m horden pupillen jongens (30)
4. Van Overmeiren Robbe 11.56
8. Kesteleyn Thibo 12.43
15. Dewaele Milos 14.15

hoogspringen pupillen jongens (31)
1. Van Overmeiren Robbe 1m35
10. Dewaele Milos 1m10
15. Kesteleyn Thibo 1m05

hockeywerpen pupillen jongens (43)
1. Van Overmeiren Robbe 45m57
35. Dewaele Milos 19m97

300m miniemen meisjes (32)
7. Walraeve Yitske 46.89
10. Heyse Lara 49.05
12. De Vriese Tess 49.13
20. De Cremer Catho 52.01
28. Romeyns Elise 54.92

60m horden miniemen meisjes (26)
15. Walraeve Yitske 12.36

verspringen miniemen meisjes (32)
18. De Vriese Tess 3m69
31. Romeyns Elise 2m81

kogelstoten 2kg miniemen meisjes (28)
12. De Vriese Tess 7m47
16. De Cremer Catho 6m81
28. Romeyns Elise 5m22

discus 0,75kg miniemen meisjes (25)
11. De Vriese Tess 14m90
18. Romeyns Elise 13m79
21. De Cremer Catho 11m58

300m miniemen jongens (29)
1. Bogaert Mateo 40.53
13. De Paepe Thor 47.07

80m horden miniemen jongens (23)
12. Bogaert Mateo 16.13
16. De Paepe Thor 17.32

verspringen miniemen jongens (20)
4. Bogaert Mateo 4m85

discus 0,75kg miniemen jongens (22)
14. Bogaert Mateo 16m90
15. De Paepe Thor 16m22

ZWEVEGEM, 17 augustus 2019.
Ereprijs Colora/Crops.

100m kadetten jongens (8) +0,1m/s
1. De Cremer Hervé 12.58

kogelstoten 4kg kadetten jongens (2)
1. De Cremer Hervé 12m16

100m scholieren meisjes (8) -1,4m/s
2. Demetter Kaat 13.43

400m horden jsm heren (5)
3. Van Schuylenbergh Dries 58.78

ZOTTEGEM, 17 augustus 2019.
38ste Egmontloop.

10,4 kilometer dames (20 deelneemsters)
12. Slabbaert Mia 1u00.16

10,4 kilometer dames (52 deelnemers)
5. Wancour Brechtel 38.40

LEUPEGEM, 17 augustus 2019.
4de Leupeloop.

5,2 kilometer (134 deelnemers)
8. Vanhessche Hilde 20.41
67. Meirlaen Marijke 29.48
73. Peyskens Sarah 29.52
74. Peyskens Betty 29.53

10,4 kilometer (79 deelnemers)
3. Robbens Dieter 40.06
7. De Werdt Peter 43.30
14. Van Nieuwenhuize Wim 45.48
28. Wijnand Marc 51.01
52. Vanmaldegem Marc 57.07

MIDDELKERKE, 18 augustus 2019.
36ste Sirenejogging.

16,09 kilometer (234 deelnemers)
65. Verdonckt Greet 1u10.56

LEBBEKE, 18 augustus 2019.
Oost-Vlaams Criterium + PK 10.000m.

100m scholieren meisjes (9) +2,5m/s
6. Vander Beken Amber 13.52

200m scholieren meisjes (6) +1,2m/s
4. Vander Beken Amber 28.27

kogelstoten 3kg scholieren meisjes (4)
1. Vandewalle Febe 10m80

discuswerpen 1kg scholieren meisjes (4)
1. Vandewalle Febe 32m05

100m scholieren jongens (5) +2,1m/s
3. Dhont Gauthier 12.93

200m scholieren jongens (6) +1,0m/s
5. Dhont Gauthier 27.16

400m jsm heren (8)
3. Vanderbeken Jonas 53.29

10.000m jsm dames (8)
4. Verstichelen Sofie **SEN: 2e** 45.04.42

10.000m jsm heren (34)
14. Robbens Dieter **SEN: 5e** 38.00.72
20. Van Coster Tim **M35: 3e** 38.58.39
27. Demetter Pieter **M45: 3e** 41.55.19
28. De Lange Patrick **M50: 4e** 41.57.18
32. Huysman Karel **M40: 5e** 42.55.09

OUDENAARDE, 21 augustus 2019.
Vakantiemeeting 2 + Mem. R. Hanssens.

150m kadetten meisjes (7)
4. Bastil Margaux -0,7m/s 20.94
5. Detemmerman Nina +0,2m/s 21.46
7. Mannens Cato +0,2m/s 22.47

mijl kadetten meisjes (4)
2. De Schepper Flore 5.29.34
4. Van De Walle Julie 5.33.14

verspringen kadetten meisjes (4)
2. Bastil Margaux -0,7m/s 4m55
4. Mannens Cato -0,2m/s 3m73

150m kadetten jongens (4) -0,2m/s
1. De Vriese Jaron 17.69
2. Mersseman Killian 18.40
3. De Cremer Hervé 18.83

600m kadetten jongens (6)
1. Martens Robbe 1.29.77
Clubrecord !
2. Meuleman Lars 1.34.87
3. Vandendriessche Matteo 1.35.69

mijl kadetten jongens (4)
2. Van Rillaer Korneel 5.10.28

verspringen kadetten jongens (2)
1. De Cremer Hervé -0,4m/s 5m81

150m scholieren meisjes (9)
1. Hanssens Ilana -0,3m/s 19.64
2. Van Snick Anaïs -0,3m/s 19.81
3. De Schepper Kato -0,3m/s 19.90
4. Demetter Kaat -0,3m/s 20.07
5. Vander Beken Amber -0,3m/s 20.45
6. De Vleeschauwer F. -0,8m/s 21.50
9. Ketsman Febe -0,8m/s 22.72

600m scholieren meisjes (3)
3. Vander Beken Amber 1.43.77
Clubrecord scholieren en AC !

verspringen scholieren meisjes (6)
1. De Schepper Kato -0,2m/s 4m96
2. Hanssens Ilana -0,9m/s 4m90
3. De Vleeschauwer F. -0,2m/s 4m84
6. Van Snick Anaïs +0,1m/s 4m01

150m scholieren jongens (4) -0,4m/s
2. Neuville Pepijn 17.88
Clubrecord !
3. Neuville Isaak 19.16
4. Dhont Gauthier 19.51

600m scholieren jongens (4)
3. Neuville Pepijn 1.29.06
Clubrecord !
4. De Coster Ward 1.39.17

verspringen scholieren jongens (1)
1. De Cremer Arnaud -0,7m/s 5m84

discuswerpen 1,5kg scholieren jongens (1)
1. De Cremer Arnaud 44m35
Clubrecord !

150m jsm dames (13) -0,1m/s
6. Peyskens Betty 21.43
Clubrecord masters!

600m jsm dames (7)
2. Decorte Maloe 1.45.07
3. Verstichel Nathalie 1.51.19
5. Van Schaeren Hedwig 1.57.15
Clubrecord masters!

mijl jsm dames (7)
4. Vanhessche Hilde 5.48.97
5. De Groote Sarah 6.18.10
6. Bogaert Franka 6.27.60

speerwerpen 600g jsm dames (7)
3. Vandermeulen Yelena 33m83
5. Baert Amber 28m93

kogel 4kg masters dames W35-45 (3)
2. Vervaeke Sofie 7m38

speer 600g masters dames W35-45 (2)
2. Vervaeke Sofie 20m89

discus 1kg masters dames W35-45 (8)
5. Vervaeke Sofie 20m20

150m jsm heren (11)
1. De Vriese Christophe +0,1m/s 17.57

600m jsm heren (17)
2. Van Schuylenbergh Dries 1.24.35
Clubrecord junioren en AC!
4. Vanderbeken Jonas 1.25.82
12. Huwel Wim 1.33.30
Clubrecord masters M50+!

mijl jsm heren (8)
4. De Groote Mathias 4.59.75
8. Wijnand Marc 6.15.45

speerwerpen 800g jsm heren (3)
1. Lefebvre Elard 50m99
2. Le Compte Beau 34m46

kogel 7,26kg masters heren M35-45 (2)
2. Lucas Steven 10m18

speer 700g masters heren M50-55 (4)
1. Geenens Dieter 40m19

discus 2kg masters heren M35-45 (4)
2. Lucas Steven 25m67

discus 1,5kg masters heren M50-55 (3)
3. Geenens Dieter 24m84

OORDEGEM, 22 augustus 2019.
Topsport Lebbeke Sprintmeeting.

kogelstoten 3kg scholieren meisjes (5)
4. Vandewalle Febe 10m56

discuswerpen 1kg scholieren meisjes (5)
1. Vandewalle Febe 31m23

ERWETEGEM, 24 augustus 2019.
Kermisjogging Erwetegem.

2,6 kilometer SEN dames (19 deelnemers)
1. De Vos Kim 10.37

7 kilometer SEN dames (9 deelnemers)
3. Wannez Domitilla 39.09

21,1 kilometer dames (10 deelnemers)
3. Verdonckt Greet 1u36.51

21,1 kilometer heren (55 deelnemers)
3. Devos Theo 1u20.23
8. Wancour Brechtel 1u25.50
26. Huysman Karel 1u40.56
27. De Lange Patrick 1u41.53
35. Wijnand Marc 2u07.30

HUIZINGEN, 24 augustus 2019.
Flanders Cup.

hoogspringen AC heren (10)
7. Geenens Sten 1m91

DEINZE, 25 augustus 2019.
Provinciaal kampioenschap aflossing.

4x60m benjamins meisjes (14)
6. Waelkens Emma 42.19
Callebaut Eline
Kesteleyn Celestien
Cosyns Floor
8. Baele Geike 43.32
Leyman Lika
Mespreuve Suzanne
Vandriessche Sienna

3x600m benjamins meisjes (19)
6. Baele Geike 7.14.15
Kesteleyn Celestien
Cosyns Floor
16. Waelkens Emma 7.40.93
Vandemeulebroucke Nienke
Vandriessche Sienna

4x60m benjamins jongens (20)
13. Pauwels Artuur 42.47
De Stoppeleire Ruben
Gosseye Iljo
Vrijens Mathis
17. Pandelaere Leandro 45.82
Cheyns Edward
Haeck Rune
Van Daele Martijn

3x600m benjamins jongens (24)
6. Pauwels Artuur 6.28.08
Gosseye Iljo
Vrijens Mathis
20. Gevaert Cas 7.05.74
Haeck Rune
Van Daele Martijn

4x60m pupillen meisjes (20)
1. De Clercq Camille 33.86
Van Rillaer Elodie
Chiers Marte
Chiers Cato
Provinciaal kampioen en clubrecord !
15. Vanpevenaeyge Enna 38.98
Demoor Estelle
Bastil Julie
Van Israël Fran

3x600m pupillen meisjes (20)
2. Chiers Cato 5.57.90
Chiers Marte
Van Rillaer Elodie
11. De Clercq Camille 6.29.61
De Paepe Ella
Van Israël Fran

4x60m pupillen jongens (21)
2. Kesteleyn Thibo 34.72
Meirhaeghe Bo
Bogaert Mano
Van Overmeiren Robbe
Clubrecord !
7. De Meester Ian 36.96
Vandewattyne Laurens
De Boe Andries
Lerouge Thomas

3x600m pupillen jongens (28)
9. Vandewattyne Laurens 6.07.49
Lerouge Thomas
Van Overmeiren Robbe
10. Meirhaeghe Bo 6.07.66
Bogaert Mano
Kesteleyn Thibo

4x80m miniemen meisjes (16)
6. De Vriese Tess 44.60
Walrave Yitske
Puissant Mirte
Ysebaert Aude
10. Meuleman Astrid 47.33
De Cremer Catho
Callebaut Amélie
Heyse Lara

3x600m miniemen meisjes (17)
12. Walrave Yitske 6.14.33
Meuleman Astrid
De Cremer Catho

4x80m miniemen jongens (15)
5. Bogaert Mateo 43.30
Ketsman Senne
Vander Beken Juul
Neuville Briek

3x600m miniemen jongens (17)
1. De Paepe Thor 5.10.64
Bogaert Mateo
Vander Beken Juul
Provinciaal kampioen en clubrecord !

4x100m kadetten jongens (6)
2. De Cremer Hervé 45.40
Vandriessche Jelle
De Vriese Jaron
Mersseman Killian
Clubrecord !

4x800m kadetten jongens (5)
1. Vandendriessche Matt 8.53.62
Van Rillaer Korneel
Meuleman Lars
Martens Robbe
Provinciaal kampioen en clubrecord !

4x100m scholieren meisjes (3)
1. Vander Beken Amber 49.10
Van Snick Anaïs
Hanssens Ilana
Demetter Kaat
Provinciaal kampioen !

4x100m AC dames (8)
5. Detemmerman Nina 53.45
Bastil Margaux
De Vleeschauwer Femi
Ketsman Febe

4x200m AC dames (10)
6. Vander Beken Amber 1.45.44
Van Snick Anaïs
Demetter Kaat
Hanssens Ilana
Clubrecord scholieren !

4x400m AC dames (6)
5. Vandermeulen Yelena 4.28.97
Baert Amber
De Waele Nienke
Verstichel Nathalie

4x200m AC heren (7)
4. De Vriese Christophe 1.35.28
Van Schuylenbergh Dries
Dhont Gauthier
De Cremer Arnaud
5. De Cremer Hervé 1.35.57
Vandriessche Jelle
De Vriese Jaron
Mersseman Killian
Clubrecord kadetten !

VOORDE, 25 augustus 2019.
Kermisjogging.

11 kilometer (14 deelnemers)
10. Van Nieuwenhuize Wim 52.41

NINOVE, 28 augustus 2019.
Vakantiemeeting.

80m horden kadetten meisjes (12)
2. Bastil Margaux +0,0m/s 12.55
Clubrecord !

kogelstoten 3kg scholieren meisjes (3)
1. Vandewalle Febe 10m67

discuswerpen 1kg scholieren meisjes (3)
1. Vandewalle Febe 32m51

discuswerpen 1kg jsm dames (4)
3. Vervaeke Sofie 20m54

300m jsm heren (21)
10. Huwel Wim 39.69

NAZARETH, 30 augustus 2019.
13de Dwars door Nazareth.

16,1 kilometer (77 deelnemers)
30. Van Nieuwenhuize Wim 1u18.14

BRUSSEL, 31 augustus 2019.
Belgisch kampioenschap alle categorieën.

400m AC dames (35) reeksen
14. Hanssens Ilana 58.55

800m AC dames (35) reeksen
19. Bilo Laure 2.16.93
20. Reynaert Hanne 2.17.10

800m AC heren (34) reeksen
31. Vanderbeken Jonas 2.01.54

WAREGEM, 31 augustus 2019.
Grote Prijs Stad Waregem.

400m kadetten meisjes (13)
3. Bastil Margaux 62.52

1.000m kadetten meisjes (3)
2. Van De Walle Julie 3.16.83

100m kadetten jongens (20) - 0,2m/s
1. De Vriese Jaron 11.88
2. Vandriessche Jelle 12.17
3. Mersseman Killian 12.20

400m kadetten jongens (11)
1. De Cremer Hervé 55.17

1.000m kadetten jongens (12)
7. Martens Robbe 2.59.37

100m scholieren jongens (5) +0,7m/s
4. Neuville Isaak 12.72

400m jsm dames (4)
3. Baert Amber 66.54

1.000m jsm dames (4)
1. Decorte Maloe 3.18.92
4. Van Schaeren Hedwig 3.40.43

hoogspringen jsm dames (5)
1. De Waele Nienke 1m50

verspringen jsm dames (8) +0,6m/s
6. De Waele Nienke 4m58

LIER, 31 augustus 2019.
Kadetten-scholierenmeeting.

1.500m kadetten meisjes (16)
1. De Schepper Flore 4.57.80

LEBBEKE, 31 augustus 2019.
Terug naar school jeugdmeeting

60m benjamins meisjes (17)
17. Callebaut Eline 11.67

600m benjamins meisjes (13)
12. Callebaut Eline 2.40.17

kogelstoten 1kg benjamins meisjes (10)
5. Callebaut Eline 5m48

80m miniemen meisjes (14)
7. Ysebaert Aude 11.78
8. Heyse Lara 11.91
10. Callebaut Amélie 12.41

300m miniemen meisjes (12)
7. Ysebaert Aude 48.42
8. Heyse Lara 49.14

60m horden miniemen meisjes (7)
5. Callebaut Amélie 11.79

kogelstoten 2kg miniemen meisjes (4)
3. Ysebaert Aude 9m09

discuswerpen 0,6kg miniemen meisjes (7)
2. Ysebaert Aude 21m21
6. Callebaut Amélie 10m78

BRUSSEL, 1 september 2019.
Belgisch kampioenschap alle categorieen.

hoogspringen AC heren (12)
10. Geenens Sten 2m01

GENT, 1 september 2019.
Open Interregio Jeugdcup - wedstrijd 7/7.

60m benjamins meisjes (41)
11. Kesteleyn Celestien 10.45
13. Leyman Lika 10.50
22. Vandriessche Sienna 10.89
31. Baele Geike 11.15

hoogspringen benjamins meisjes (34)
19. Baele Geike 0m90
21. Vandriessche Sienna 0m85

kogelstoten 1kg benjamins meisjes (34)
24. Baele Geike 4m55
29. Kesteleyn Celestien 4m11
32. Vandriessche Sienna 3m74

4x60m benjamins meisjes (5)
3. Baele Geike 42.11
Leyman Lika
Vandriessche Sienna
Kesteleyn Celestien

60m benjamins jongens (60)
6. Pauwels Artuur 9.52
21. Ronsse Lars 10.33
31. Van Den Berghe Seppe 10.59
34. Gevaert Cas 10.66
38. De Stoppeleire Ruben 11.01
44. Haeck Rune 11.19
45. Vrijens Mathis 11.21

59. Pandelaere Leandro 12.41

hoogspringen benjamins jongens (58)

3. Pauwels Artuur 1m16
12. Ronsse Lars 1m00
13. Vrijens Mathis 1m00
37. De Stoppeleire Ruben 0m90
41. Van Den Berghe Seppe 0m85
41. Haeck Rune 0m85

kogelstoten 1kg benjamins jongens (49)

27. Ronsse Lars 6m16
28. Van Den Berghe Seppe 5m95
29. Vrijens Mathis 5m60
38. Gevaert Cas 4m85
40. De Stoppeleire Ruben 4m61
48. Haeck Rune 3m48
49. Pandelaere Leandro 2m98

4x60m benjamins jongens (8)

8. Pandelaere Leandro 45.02
Haeck Rune
Van Den Berghe Seppe
Vrijens Mathis

60m pupillen meisjes (44)

1. De Clercq Camille 8.84
2. Chiers Cato 8.85
4. Chiers Marte 9.11
11. Van Rillaer Elodie 9.34
16. Bastil Julie 9.50
31. De Paepe Ella 10.26
32. Demoor Estelle 10.29
34. Vrijens Mona 10.44

verspringen pupillen meisjes (42)

3. De Clercq Camille 3m92
5. Van Rillaer Elodie 3m64
7. Chiers Marte 3m63
8. Chiers Cato 3m55
10. Bastil Julie 3m54
18. Demoor Estelle 3m22
28. Vrijens Mona 2m76
32. De Paepe Ella 2m63

kogelstoten 2kg pupillen meisjes (38)

2. De Clercq Camille 9m92
Clubrecord !

Nieuwe clubrecords outdoor

1	60m pupillen meisjes:	**Chiers Cato**	**8.59**	**Sint-Truiden**	**06/07/2019**
		(vorig: Willaert Sara	*8.60*	*Nijvel*	*23/09/2017)*
2	kogelstoten pupillen meisjes:	**De Clercq Camille**	**9m92**	**Gent**	**01/09/2019**
		(vorig: Mayfilwa Magali	*9m85*	*Bergen-op-Zoom*	*06/09/1997)*
3	4x60m pupillen meisjes:	**De Clercq Camille - Van Rillaer Elodie - Chiers Marte - Chiers Cato**			
			33.86	**Deinze**	**25/08/2019**
		(vorig: De Clercq Camille - Van Rillaer Elodie - Chiers Marte - Chiers Cato			
			34.13	*Ninove*	*02/06/2019)*
		(vorig: Vd Beken Amber - De Schepper Kato - Vdwalle Febe - Demeulemeester Lisa			
			34.43	*Oordegem*	*13/09/2014)*
4	4x60m pupillen jongens:	**Kesteleyn Thibo - Meirhaeghe Bo - Bogaert Mano - Van Overmeiren Robbe**			
			34.72	**Deinze**	**25/08/2019**
		(vorig: Geeraert Jochen - Vandenbossche Bart - Denorme Tom - De Langhe David			
			34.5	*Deinze*	*xx/xx/xxxx)*
5	3x600m miniemen jongens:	**De Paepe Thor - Bogaert Mateo - Vander Beken Juul**			
			5.10.64	**Deinze**	**25/08/2019**
		(vorig: Botte Stef - Vanderbauwhede Bert - Van Vlaenderen Emiel			
			5.22.15	*Ertvelde*	*21/08/2011)*
6	150m kadetten meisjes:	**Bastil Margaux**	**20.42**	**Kortrijk**	**22/06/2019**
		(vorig: ---	*---*	*---*	*---)*
7	80m horden kadetten meisjes:	**Bastil Margaux**	**12.55**	**Ninove**	**28/08/2019**
		(vorig: Bastil Margaux	*12.61*	*Hamme*	*02/06/2019)*
		(vorig: Bastil Margaux	*12.62*	*Sint-Niklaas*	*12/05/2019)*
		(vorig: Hofman Jorien	*12.64*	*Dilbeek*	*06/08/2011)*
8	150m kadetten jongens:	**De Vriese Jaron**	**17.40**	**Kortrijk**	**22/06/2019**
		(vorig: De Vriese Jaron	*18.40*	*Kortrijk*	*23/06/2018)*
9	400m kadetten jongens:	**De Vriese Jaron**	**52.37**	**Oudenaarde**	**12/07/2019**
		(vorig: Gevaert Nic	*52.71*	*Brussel*	*14/09/1980)*
10	600m kadetten jongens:	**Martens Robbe**	**1.29.77**	**Oudenaarde**	**21/08/2019**
		(vorig: ---	*---*	*---*	*---)*
11	4x100m kadetten jongens:	**De Cremer Hervé - Vandriessche Jelle - De Vriese Jaron - Mersseman Killian**			
			45.40	**Deinze**	**25/08/2019**
		(vorig: De Cremer Hervé - De Vriese Jaron - Vandriessche Jelle - Dhont Gauthier			
			46.58	*Andenne*	*16/09/2018)*
12	4x200m kadetten jongens:	**De Cremer Hervé - Vandriessche Jelle - De Vriese Jaron - Mersseman Killian**			
			1.35.57	**Deinze**	**25/08/2019**
		(vorig: De Meulemeester Alan - Descamps Anton - Glorieux Jesse - De Lange Simon			
			1.39.72	*Oudenaarde*	*19/06/2010)*
13	4x800m kadetten jongens:	**Vandendriessche Matteo - Van Rillaer Korneel - Meuleman Lars - Martens Robbe**			
			8.53.62	**Deinze**	**25/08/2019**
		(vorig: Poppe Rik - Teirlinck Peter - Messiaen Steven - De Muynck Ed			
			8.56.20	*Ninove*	*30/08/1989)*

16. Chiers Marte	6m20
17. Van Rillaer Elodie	6m19
19. Chiers Cato	5m88
21. Demoor Estelle	5m41
32. Bastil Julie	4m43
34. Vrijens Mona	4m18

discuswerpen 0,6kg pupillen meisjes (36)

2. De Clercq Camille	21m94
15. Van Rillaer Elodie	11m00
19. Chiers Marte	10m25
24. Chiers Cato	9m59
27. Bastil Julie	9m17
32. Demoor Estelle	8m52

60m pupillen jongens (56)

4. Van Overmeiren Robbe	8.97
12. Kesteleyn Thibo	9.30
12. Bogaert Mano	9.30
14. Dewaele Milos	9.36
26. Meirhaeghe Bo	9.81
29. Lerouge Thomas	9.94

verspringen pupillen jongens (54)

2. Van Overmeiren Robbe	4m21
9. Bogaert Mano	3m67
14. Dewaele Milos	3m52
25. Lerouge Thomas	3m34
28. Kesteleyn Thibo	3m25
31. Meirhaeghe Bo	3m17

kogelstoten 2kg pupillen jongens (41)

20. Kestelyn Thibo	5m57
24. Meirhaeghe Bo	5m36
30. Lerouge Thomas	5m07

discuswerpen 0,6kg pupillen jongens (46)

3. Van Overmeiren Robbe	21m10
21. Bogaert Mano	13m70
24. Lerouge Thomas	12m98
31. Meirhaeghe Bo	11m94
35. Dewaele Milos	11m30

80m miniemen meisjes (42)

3. Willaert Sara	11.04
6. Walrave Yitske	11.43

Nieuwe clubrecords outdoor

14	150m scholieren meisjes:	**Van Snick Anaïs**	**18.90**	**Kortrijk**	**22/06/2019**
		(vorig: Demetter Kaat	*19.19*	*Kortrijk*	*23/06/2018)*
15	600m scholieren meisjes:	**Vander Beken Amber**	**1.43.77**	**Oudenaarde**	**21/08/2019**
		(vorig: ---	*---*	*---*	*---)*
16	2.000m steeple scholieren meisjes:	**Bilo Laure**	**7.24.13**	**Oordegem**	**15/08/2019**
		(vorig: Schelfhout Fien	*7.29.44*	*Herentals*	*04/09/2016)*
17	4x200m scholieren meisjes:	**Vander Beken Amber - Van Snick Anaïs - Demetter Kaat - Hanssens Ilana**			
			1.45.44	**Deinze**	**25/08/2019**
		(vorig: Vermeulen Elisa - Laridon Ine - De Vos Kim - De Moor Silke			
			1.51.41	*Oordegem*	*28/06/2007)*
18	150m scholieren jongens:	**Neuville Pepijn**	**17.88**	**Oudenaarde**	**21/08/2019**
		(vorig: Neuville Isaak	*19.40*	*Kortrijk*	*22/06/2019)*
		(vorig: ---	*---*	*---*	*---)*
19	600m scholieren jongens:	**Neuville Pepijn**	**1.29.06**	**Oudenaarde**	**21/08/2019**
		(vorig: ---	*---*	*---*	*---)*
20	kogel 5kg scholieren jongens:	**De Cremer Arnaud**	**15m26**	**Oudenaarde**	**12/07/2019**
		(vorig: De Cremer Arnaud	*15m08*	*Lebbeke*	*20/04/2019)*
		(vorig: Raepsaet Emmanuel	*14m77*	*Ninove*	*12/06/1992)*
21	discus 1,5kg scholieren jongens:	**De Cremer Arnaud**	**44m35**	**Oudenaarde**	**21/08/2019**
		(vorig: De Cremer Arnaud	*43m31*	*Oudenaarde*	*12/07/2019)*
		(vorig: De Cremer Arnaud	*43m21*	*Oudenaarde*	*07/06/2019)*
		(vorig: De Cremer Arnaud	*43m07*	*Stekene*	*16/09/2018)*
22	150m junioren dames:	**Dewitte Sara**	**20.47**	**Kortrijk**	**22/06/2019**
		(vorig: ---	*---*	*---*	*---)*
23	600m junioren heren:	**Van Schuylenbergh Dries**	**1.24.35**	**Oudenaarde**	**21/08/2019**
		(vorig: ---	*---*	*---*	*---)*
24	hamer junioren heren:	**Lucas Lode**	**40m61**	**Sint-Niklaas**	**04/08/2019**
		(vorig: Lucas Lode	*33m96*	*Sint-Niklaas*	*02/03/2019)*
		(vorig: De Backer Lieven	*28m38*	*Deinze*	*28/10/1984)*
25	gewichtwerpen junioren heren:	**Lucas Lode**	**14m04**	**Sint-Niklaas**	**04/08/2019**
		(vorig: Lucas Lode	*13m28*	*Eeklo*	*13/04/2019)*
		(vorig: Lucas Lode	*12m39*	*Sint-Niklaas*	*02/03/2019)*
		(vorig: ---	*---*	*---*	*---)*
26	werp-5-kamp junioren heren:	**Lucas Lode**	**2.263 ptn**	**Sint-Niklaas**	**30/06/2019**
		(vorig: ---	*---*	*---*	*---)*
27	150m AC dames:	**Van Snick Anaïs**	**18.90**	**Kortrijk**	**22/06/2019**
		(vorig: Demetter Kaat	*19.19*	*Kortrijk*	*23/06/2018)*
28	600m AC dames:	**Vander Beken Amber**	**1.43.77**	**Oudenaarde**	**21/08/2019**
		(vorig: Lamiroy Jessy	*1.45.80*	*Bergen-op-Zoom*	*14/09/1991)*
29	2.000m steeple AC dames:	**Bilo Laure**	**7.24.13**	**Oordegem**	**15/08/2019**
		(vorig: Schelfhout Fien	*7.29.44*	*Herentals*	*04/09/2016)*
30	gewichtwerpen AC dames:	**Vandermeulen Yelena**	**9m79**	**Sint-Niklaas**	**04/08/2019**
		(vorig: Vandermeulen Yelena	*8m84*	*Sint-Niklaas*	*20/10/2018)*

150m horden miniemen meisjes (28)

11. Walrave Yitske	25.72

kogelstoten 2kg miniemen meisjes (35)

16. Willaert Sara	7m15
21. De Cremer Catho	6m99
28. Walrave Yitske	5m63

80m miniemen jongens (40)

2. Bogaert Mateo	10.18
18. De Paepe Thor	11.85
20. Ketsman Senne	12.00
23. Vander Gheynst Frem	12.24
37. Muys Elias	13.32

150m horden miniemen jongens (29)

7. Bogaert Mateo	22.46
17. De Paepe Thor	24.72
18. Ketsman Senne	24.89
21. Vander Gheynst Frem	25.79
28. Muys Elias	27.60

verspringen miniemen jongens (27)

3. Bogaert Mateo	4m75
25. Muys Elias	3m33

kogelstoten 3kg miniemen jongens (34)

6. Bogaert Mateo	8m98
11. De Paepe Thor	7m18
16. Gosseye Leko	6m75
22. Vander Gheynst Frem	6m10
25. Ketsman Senne	5m40
28. Muys Elias	4m97

Nieuwe clubrecords outdoor

31	150m AC heren:	**De Vriese Jaron**	**17.40**	**Kortrijk**	**22/06/2019)**
		(vorig: ---	---	---	*---)*
32	600m AC heren:	**Van Schuylenbergh Dries**	**1.24.35**	**Oudenaarde**	**21/08/2019**
		(vorig: Decabooter Thomas	*1.26.14*	*Gentbrugge*	*21/07/2014)*
33	10 kilometer op de weg AC heren:	**De Wolf Olivier**	**32.25**	**Lokeren**	**03/08/2019**
		(vorig: Vercouter Ruben	*35.17*	*Lokeren*	*05/08/2017)*
34	150m masters dames:	**Peyskens Betty**	**21.43**	**Oudenaarde**	**21/08/2019**
		(vorig: ---	---	---	*---)*
35	600m masters dames:	**Van Schaeren Hedwig**	**1.57.15**	**Oudenaarde**	**21/08/2019**
		(vorig: ---	---	---	*---)*
36	hamer 4kg masters W35+:	**Vervaeke Sofie**	**20m20**	**Sint-Niklaas**	**04/08/2019**
		(vorig: Vervaeke Sofie	*20m11*	*Izegem*	*23/06/2019)*
		(vorig: Hanssens Rachel	*18m27*	*Kortrijk*	*31/05/1998)*
37	gewicht 9,08kg masters W35+:	**Vervaeke Sofie**	**6m73**	**Sint-Niklaas**	**04/08/2019**
		(vorig: ---	---	---	*---)*
38	150m masters heren M35-45:	**De Vriese Christophe**	**17.55**	**Kortrijk**	**22/06/2019**
		(vorig: ---	---	---	*---)*
39	10 kilometer op de weg M35-45:	**Van Coster Tim**	**38.38**	**Lokeren**	**03/08/2019**
		(vorig: Geldhof Peter	*39.32*	*Lokeren*	*04/08/2018)*
40	600m masters heren M50+	**Huwel Wim**	**1.33.30**	**Oudenaarde**	**21/08/2019**
		(vorig: ---	---	---	*---)*

ERELEDEN

mevr. Rachel Hanssens †
dhr. Martin De Stoppeleire, oud-voorzitter
dhr. Roger Lamon, oud-ondervoorzitter
dhr. Freddy Soetens, oud-ondervoorzitter
dhr. Peter Van de Velde, oud-voorzitter
dhr. Denis Willems, oud-voorzitter

BESCHERMCOMITE

dhr. Lode Roman, Brouwerij Roman
dhr. Carlo Roman, Brouwerij Roman
dhr. en mevr. Filip en Martine De Smet - Goossens
dhr. Jacques Peyskens, official KASVO
dhr. Eddy Van Coster, oud-bestuurslid
dhr. Roger Lamon, oud-ondervoorzitter
dhr. Alexander De Croo, vicepremier en minister van Financiën en Internationale Ontwikkeling
dhr. Herman De Croo, Minister van Staat, gewezen Kamervoorzitter, ereburgemeester van Brakel,
Vlaams volksvertegenwoordiger.
dhr. Marnic De Meulemeester, burgemeester Oudenaarde
mevr.Tineke Van hooland, gemeenteraadslid Oudenaarde
mevr. Dagmar Beernaert, gemeenteraadslid Oudenaarde

JURYLEDEN

Roos De Bleeckere
Luc De Paepe
Filip De Smet
Bernard Demetter
Steven Lucas
Nadia Meulenyser
Jacques Peyskens
Conny Rogiers
Mia Slabbaert
David Van Langeraert

Het volgende clubblad verschijnt op woensdag 13 november 2019

artikels, uitslagen e.d. afgeven of doormailen ten laatste op maandag 4 november 2019

naar tine.decooman@gmail.com

en/of website@kasvo.be

Het huishoudelijk reglement ligt ter inzage voor leden in het secretariaat en is ook beschikbaar op de website

Beste KASVO-sympathisant,

Wenst u ons clubblad automatisch thuisbezorgd te krijgen

om zo op de hoogte te blijven van wat er in onze club gebeurt?

U kan 5 maal per jaar De Rode Loper ontvangen

door 25 euro te storten op onze rekening IBAN BE58 3900 4548 5779

met vermelding 'KASVO abonnement 2019'

Bij een bijdrage vanaf 50 euro wordt u daarenboven ook vermeld bij het beschermcomité.

Daardoor geeft u ons ook een financieel duwtje in de rug.

Alvast bedankt voor uw gewaardeerde steun.

Het bestuur

ANNO 1063
ABDIJ SINT-SALVATOR

ENAME
ABDIJBIER/BIERE D'ABBAYE

Retouradres:

Els Balcaen
Hogerlucht 84
9600 Ronse

Driemaandelijks tijdschrift P006528
Afgiftekantoor 9550 Herzele

59ste jaargang - september-oktober 2019 - nr.368

bpost
PB-PP
BELGIE(N)-BELGIQUE

STEN GEENENS
11de in EYOF- finale hoogspringen
BAKU (AZE)

Verantwoordelijke uitgever: Els Balcaen, Hogerlucht 84 - 9600 Ronse.
Brochure gemaakt met EDITOO, www.editoo.be - E-mail: info@editoo.be - Tel.: 053 63 03 86.