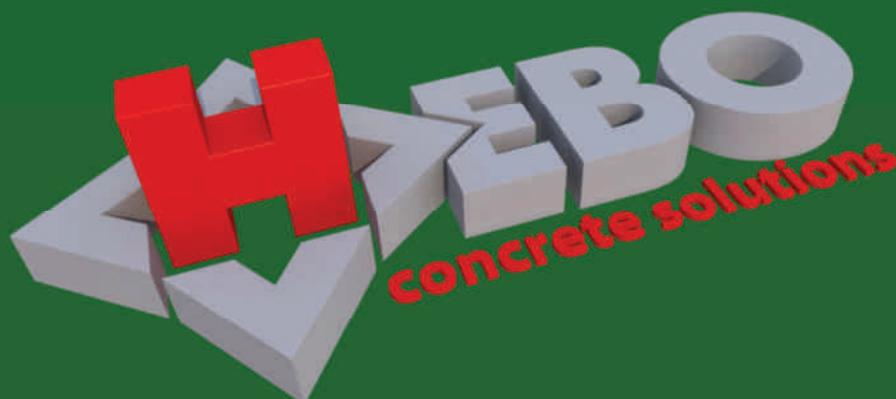


SPIKE

CLUBBLAD AC BREE



Jaargang 44 – Nr.2 – April 2019



**VERVOER & GRONDWERKEN
BOCHOLT**

KERKHOFS

Grondwerken Kerkhofs BVBA
Kloosterstraat 19 - 3950 Bocholt
Tel: 089 46 25 32

ALS HET GROND-IG MOET ZIJN



© **bvba-meerten**

www.bvba-meerten.be
+32 477 25 16 07

Heesstraat 81
3640 Kinrooi



Voorwoord van de voorzitter

Hallo iedereen



Ons winterseizoen en indoorwedstrijden zijn achter de rug. Onze atleten hebben mooie prestaties geleverd en hebben hun persoonlijke records verbeterd. De veldlopers zijn gelauwerd in Kortesseem door het bestuur van het LCC.

Nu het zomerseizoen voor de deur staat en we starten in ons eigen Bree met de openingsmeeting voor Limburg hoop ik samen met onze trainers en bestuursleden jullie talrijk te verwelkomen op zondag 7 april.

Daags voor de meeting zal ons ledenfeest doorgaan in Beek waar we jullie atleten weer in de bloemetjes zetten en we de uitslag van ons eigen winter en zomercriterium bekendmaken. Bij deze nodig ik jullie dan ook van harte uit om zeer talrijk aanwezig te zijn. De uitnodigingen zijn intussen verstuurd via onze app playday.

Ondertussen is ook de datum bekend van de kampioenen viering in Bree, namelijk op vrijdag 24 mei. Mag ik dan nu reeds vragen dat diegene die een titel behaald hebben het afgelopen zomer en winterseizoen deze datum reeds vrij houden in hun agenda's.

Verder wens ik jullie veel atletiekplezier en tot op training of één van de wedstrijden.

Voorzitter Maesen Carlo

Opleiding clubjuryleden

Vanuit PC Limburg is men steeds op zoek naar juryleden die de wedstrijden van de Limburgse clubs in goede banen kunnen leiden. Men beseft dat niet iedereen elk weekend zich hiervoor kan vrijmaken. Vandaar dat men een basis opleiding voorziet om clubjurylid te worden.

Een clubjurylid mag enkel tijdens wedstrijden van zijn eigen club fungeren als jury. Op deze manier kunnen ouders die nu reeds aanwezig zijn of helpen tijdens onze meetings dan ook ingeschakeld worden als jurylid en niet enkel als medewerker (harken, werptuigen terug rollen, lat opleggen).

De opleiding naar clubjury zal doorgaan op 11 mei in Hechtel. Dit tijdens een jeugdmeeting. Als je interesse hebt, kan je de opleidingen en de jeugdmeeting voor zoon/dochter combineren.

Heb je interesse mail dan snel naar bree@atletiek.be

Bestuursleden

Voorzitter

Carlo Maesen
0495 22 14 93
voorzitter@acbree.be



Ondervoorzitter

Erwin Noels
0495 88 75 31
erwin@acbree.be



Secretaris - webmaster

Danny Drijkoningen
0478 74 19 84
bree@atletiek.be



Penningmeester

Jo Vermeire
jo@acbree.be



Materiaalmeester

Jeffrey Nulens
0476 87 44 52
jeffrey@acbree.be



Bestuursleden

Sonja Frederix
089 47 24 89



Marijke Bloemen



De ouderraad

Josee Brouwers
ouderraad@acbree.be



Dirk Trippaers
dirk@acbree.be



Vertrouwenspersoon

brecht@acbree.be

Huidige trainers

Erik Peeten
Jeffrey Nulens

Anne Verstraeten
Lotte Smeets

Benja Maesen
Hendrik Heylen

Bieke Stinkens
Patrick Derickx

Peter Moonen
Guy Nulens

Gitte Noels
Britt Moors

Redactie Spike

Dirk Trippaers
Marijke Bloemen
Peter Moonen

Spike@acbree.be



koninklijke Breese atletiekclub

Uitnodiging Clubfeest Bree AC

Zaterdag 6 april 2019
Zaal "Jan van Abroek",
Kerkstraat 8, Beek-Bree

Programma:

17u00: deuren open en aanvang receptie

17u30: welkomstwoord door de voorzitter

17u45: Caraïbische barbecue (Barbeknoeierke) voor atleten en hun familie, bestuursleden, trainers en juryleden.

In de loop van de avond: prijsuitreiking pistecriterium en veldloopcriterium en viering kampioenen (*).

Aansluitend: dessertbuffet.

(*) Opgelet: kampioenen en criteriumwinnaars moeten persoonlijk hun prijs komen afhalen op het clubfeest. Indien u niet aanwezig kan zijn, gelieve u dan te verontschuldigen via bree@atletiek.be

Inschrijven VOOR 25 maart 2019

via de knop "inschrijven voor het ledenfeest" op www.acbree.be

Het nodige bedrag voor deelname dient overgeschreven te worden **VOOR 29 maart** op de clubrekening (BE94 2350 0504 4214) met vermelding naam (atleet) + aantal volwassenen en aantal kinderen.

De bijdrage voor het clubfeest bedraagt:

€30 per volwassene (inclusief 4 consumpties)

€15 per kind (tot 18 jaar) (inclusief 3 consumpties)

Bijkomende drankjetons kunnen ter plaatse worden aangekocht.

Allen van harte welkom!!!

ZONDAG 7 APRIL 2019

Openingsmeeting



Programma:

	JONGENS	MEISJES
BEN	60 – ver – hockey	60 – ver – hockey
PUP	60 – ver – kogel	60 – hoog – kogel
MIN	80 – ver – kogel	80 – hoog – speer
CAD	100h – discus – kogel	80h – kogel
SCH	110h – discus – kogel	100h – kogel
JSM	discus – kogel	kogel
Alle cat.	100 – ver	100 – ver – hoog – discus

Inschrijvingsgeld: 1,50€ per proef
Inkom: 2€

Medailles voor de 1^{ste} 3 van elke proef bij de jeugd.

13.30	80	Min meisjes	13.30	Ver	Min jongens
	60	Ben meisjes		Hoog	Pup meisjes
				Kogel	Pup jongens
				Hockey	Ben jongens
14.00	60	Pup jongens	14.00	Ver	Ben meisjes
	60	Ben jongens		Speer	Min meisjes
				Kogel	Min jongens
14.30	60	Pup meisjes	14.30	Ver	Pup jongens
	80	Min jongens		Hockey	Ben meisjes
				Hoog	Min meisjes
			14.45	Kogel	Pup meisjes
			15.00	Ver	Ben jongens
15.15	Medaille uitreiking				
			15.30	Kogel (4kg)	Cad, M70+ heren
				Kogel (5kg)	Sch, M60/65 heren
15.45	80 H	Cad dames		Kogel (6kg)	Jun, M50/55 heren
	100 H	Sch dames		Kogel (7,25kg)	Sen, M35/45 heren
	100 H	Cad heren		Discus (1kg)	AC dames
	110 H	Sch heren			
			16.00	Hoog	AC dames
				Ver	AC heren
17.00	100	AC dames	16.15	Discus (1,75 kg)	Jun heren
				Discus (2kg)	Sen, M35/45 heren
17.15	100	AC heren			
			17.00	Kogel (3kg)	Cad, Sch, W50/55, W60 dames
				Kogel (4kg)	Jun, Sen, W35/45 dames
				Discus (1kg)	Cad, M60/65, M70+ heren
				Discus (1,5 kg)	Sch, M50/55 heren
			17.15	Ver	AC dames

Veldloop Dilsen

Verslaggever: Marijke



Dan zetten we de tent toch over een bankje... handig!



Kangoeroe Fien als eerste aan de start!

Goed gelopen, meid!!!



Door het slechte weer, had de fotograaf van dienst geen foto van Lucas in actie, maar ook hij liep een mooie wedstrijd.

Finn Maes heeft nieuwe spikes, brengen ze geluk?



Simon liep een mooie 8^{ste} plaats! Knap gedaan!!!

Tuur wou zijn goede prestatie van Bree evenaren maar moest tevreden zijn met een 17^{de} plaats!



We hadden Yorre al een tijdje niet meer gezien. Vandaag liep hij weer mee! Een mooie 19^{de} plaats!

Altijd even vrolijk verschijnt Boaz aan de start. Hij geniet van het lopen en vandaag deed hij het heel goed!!!



En hij deed het weer!!! 1^{ste}!!!
Knappe prestatie!!!

Veldloop Lanaken

Verslaggever: Marijke



Een nieuw jaar, een nieuw parcours in Lanaken. We hebben dan ook grondig het nieuwe parcours verkend en waren klaar om de eerste veldloop van 2019 aan te vatten.

Bij de kangoeroes heeft **Gijs** de eer moeten rechthouden, hij was de enigste kangoeroe van Bree die gelopen heeft en hij heeft dat heel goed gedaan!

Bij de benjamin jongens tweede jaar, stonden er 3 atleten aan de start: **Finn**, **Simon** en **Tuur**. Onze jongens hebben vandaag weer het beste van zichzelf gegeven en hebben de modder en het zware parcours flink getrotseerd. Finn wist het nieuwe jaar in te zetten met winst, Simon werd knap 7^{de} en Tuur 19^{de}.

Lotte kwam als enigste meisje en als enigste pupil eerste jaar aan de start. Ze had zich tijdens de kerstvakantie voorbereid door de kerstcorrida in Meeuwen te lopen. Een veldloop is natuurlijk nog een beetje anders dan op de weg lopen, maar ze heeft een heel sterke veldloop gelopen en finishte mooi als 18^{de} van de 35!

Daarna was het de beurt aan de pupillen jongens. Bij de eerste jaar pupillen kwam **Boaz** aan de start. De kerstvakantie was voor hem minder leuk omdat hij goed ziek geweest was. Dus zijn eerste veldloop van het nieuwe jaar viel hem extra zwaar. Maar ondanks het zware parcours heeft hij knap de wedstrijd uitgelopen.

Bij de tweede jaar pupillen waren de supporters gefocust op **Juul**, als enige in het groene clubtruitje. Finn hoopte dat Juul ook nu weer hetzelfde resultaat zou lopen als hem. Jammer genoeg kon Juul vandaag niet het hoogste plaatsje op het podium innemen, maar hij mocht zéker tevreden zijn met zijn mooie en welverdiende 3^{de} plaats.

En van lopen, krijg je honger... De wafels (getrakteerd door twee van onze lieve en trouwe supporters) smaakten dan ook overheerlijk! Dankjewel!!! Mmmmmmmmm



Provinciaal Kampioenschap veldloop Tongeren

Verslaggever: Marijke

Op zondag 13 januari 2019 werden de veldlopers opnieuw in Tongeren verwacht voor het provinciaal kampioenschap veldlopen. Jammer genoeg waren er dit jaar geen extra bonuspunten te verdienen voor het LCC-klassement, waardoor er toch heel wat minder atleten aan de start verschenen.

Voor Bree zijn er 3 atleten aan de startlijn gaan staan: Simon, Finn en Juul. **Simon** had een heel mooie wedstrijd gelopen en werd knap 10^{de} in het snelle deelnemersveld. **Finn** mocht het hoogste plaatsje van het podium innemen en met de titel provinciaal kampioen veldlopen tweede jaar benjamin jongens en zijn welverdiend wapenschild mee naar huis nemen. Een heel dikke proficiat, Finn!!!

Juul heeft hard gevochten om de titel ook voor de tweede jaar pupillen jongens ook mee naar Bree te kunnen nemen, maar moest jammer genoeg tevreden zijn met een tweede plaats. Maar hij mag heel trots zijn op zijn prestatie!!!

Dikke proficiat voor onze lopers en bedankt aan al de supporters.



Veldloop Sint-Truiden

Verslaggever: Marijke

Zondag 27 januari 2019, een druilerige regendag!!!

Regen, koude, wind, modder, modder en nog eens modder, dat zijn de woorden die de dag in Sint-Truiden kunnen samenvatten. Helemaal geen aangenaam loopweer en zeker geen aangenaam supportersweer. Maar dat kon onze échte atleten niet tegenhouden om naar Sint-Truiden af te zakken voor een nieuwe veldloop in het speelhofpark.



Trainer **Patrick** had 8 moedige atleten om samen het parcours mee te verkennen, mee warm te lopen en mee op te warmen, zodat ze allemaal goed voorbereid aan de start konden verschijnen.



Bij de kangoeroe meisjes, was het als allereerste de beurt aan **Fien** om haar 600 meter te lopen. Een stuk achter het koord en daarna volle vaart door de modder en de plassen ploeteren. Ze deed dat heel goed en had haar medaille dubbel en dik verdiend.

Bij de kangoeroe jongens, hadden we twee atleten in het groen aan de start: **Lucas** en **Gijs**. Onze beide kangoeroejongens deden het heel goed en wisten ook hun 600 meter goed uit te lopen. Lucas wist zelfs heel mooi vooraan te finishen. Gijs had na het lopen nog heel wat energie over, maar hij heeft beloofd om die volgende keer in de wedstrijd op te gebruiken, dan gaat hij knallen, zeker weten!

Het startschot van de benjaminjongens tweede jaar liep niet zoals ze gepland hadden. Onze jongens stonden mooi naast elkaar klaar aan de startlijn, maar het duurde en bleef duren voordat het eigenlijke startschot werd gegeven, onze jongens waren bijna verkleumd van de kou toen ze eindelijk mochten vertrekken. Maar dat kon hun niet deren, want als een pijl uit een boog schoten ze ervandoor. **Finn** wist weeral de eerste plek te pakken, al zaten de concurrenten hem nu wel iets dichterbij op zijn hielen, maar daar wist Finn wel raad mee, want op het laatste rechte stuk gaf hij nog een klein beetje gas bij om zijn eerste plaats te behouden. **Simon** liep ook een heel knappe wedstrijd, want in dit zwaar parcours en in het slechte weer, was het echt niet aangenaam lopen. Hij wist mooi binnen de top 10 te blijven en mag



hier heel tevreden mee zijn. **Tuur** voelde zich vandaag niet zo lekker in zijn vel, maar wou toch de wedstrijd lopen. Hij heeft heel mooi volgehouden en op het einde nog een mooie eindsprint kunnen doen om zijn 16^{de} plaats te pakken! Knap gedaan, man, dit was een veldloop op karakter!

Na benjamins is het tijd voor onze pupillen.

Bij de eerste jaar pupillen kregen we **Boaz** aan de start. Hij had ook veel last van het koude en natte weer, maar door de aanmoedigingen naast het parcours wist hij zijn wedstrijd heel mooi uit te lopen en kon hij tevreden terugkijken op deze vettige veldloop. De altijd vrolijke Boaz was dan ook weer erg vrolijk na zijn loopwedstrijd!



Juul had een goed gevoel en bekeek het slechte weer door zijn roze bril: “regen, dat is veel zuurstof in de lucht, we kunnen dus knallen vandaag”. En knallen, dat deed hij. Hij was goed vertrokken en kon zich al snel bij de koplopers voegen! Enkele keren eens goed versnellen om zo het kopgroepje uit te dunnen, zorgde ervoor dat ze met 4 richting de finish kwamen. Na de laatste bocht kwam het laatste rechte stuk naar de finish en daar had Juul nog wat extra energie over!!! Hij spurtte stevig om zo zijn overwinning te pakken. Wat Apie toch allemaal niet kan doen, hé, Juul! (Apie was vergeten om mee te gaan naar het PK in Tongeren, zou dat de reden geweest zijn van zijn tweede plek toen???)

Dikke proficiat aan iedereen die de regen getrotseerd heeft om er in Sint-Truiden bij te zijn! Maar vooral een heel dikke proficiat aan onze lopers: Fien, Lucas, Gijs, Finn, Simon, Tuur, Boaz en Juul!!! Dankjewel, trainer Patrick om de atleten te motiveren om ook in dit echte veldloopweer te crossen door de modder!

Veldloop Alken

Verslaggever: Marijke

Heerlijk winterweer in Alken: een stralend blauwe lucht met hier en daar een mooi wit wolkje. Koud was het wel nog, maar de zon maakte het aangenaam loopweer.

Onze atleten waren er weer klaar voor.

Aan de start bij de kangoeroe jongens: Lucas en Gijs.

Lucas had goede benen vandaag en kon na een vlotte start en goede inhaalrace op het einde de tweede plaats bemachtigen. Knap gelopen!!! Zelfs de kangoeroes mochten even het podium op en daar stond Lucas mooi op de tweede plek te blinken.

Gijs had gedaan wat hij beloofd had: niet babbelen onderweg, maar doorlopen. Gelukkig stonden er genoeg supporters langs de kant om hem er af en toe aan te herinneren.



Bij de benjamin jongens tweede jaars, stonden onze drie vaste waarden aan de start. In een groen clubtruitje liep Simon, Finn en Tuur voor Bree.

In een drukbezet middenveld kon **Simon** zijn plek goed handhaven en zo wist hij een mooie 10^{de} plek te pakken. Goed gelopen!



Tuur vond het kortere en snellere parcours een beetje zwaarder als anders en moest tevreden zijn met een 23^{ste} plek. Maar hij heeft goed volgehouden en de wedstrijd heel mooi uitgelopen.



Finn kon zijn favorietenrol waarmaken en wist zichzelf weer naar het hoogste plekje op het podium te lopen. Mooie wedstrijd gelopen!!! Die eitjes blijven toch werken!!!

Als laatste atleet van Bree, kwam **Juul** aan de start. Ook hij had een favorietenrol te verdedigen. Bij hem aan de start enkele geduchte tegenstanders, maar daar wist Juul wel raad mee. Hij liep een heel mooie wedstrijd en wist, net als Finn, ook de gouden medaille te pakken. Straffe wedstrijd!!!



Met nog 1 wedstrijd te gaan in Lommel, kan trainer **Patrick** al heel tevreden terugkijken op zijn eerste veldloopseizoen met zijn atleten. Hij is dan ook terecht trots op zijn lopers.

Veldloop Lommel

Verslaggever: Marijke

De laatste veldloop van het LCC alweer...

We trokken voor een laatste keer onze spikes aan om door de bossen te crossen, zette voor een laatste keer de tent op, zorgden voor wat extra supporters en Apie die super hard mee supporterde en vooral zorgden we voor vele gemotiveerde lopers om van deze laatste veldloop een mooie afsluiter te maken.

Lukas, Simon, Tuur, Finn en Juul waren de atleten van dienst die volgehouden bleven strijden tot op het einde.

Onder een stralende zon liep onze kangoeroe **Lukas** een heel knappe wedstrijd! Hij werd knap 4^{de}. Daar gaan we nog van horen in de toekomst!



Simon liep zijn wedstrijd goed, hij wist goed terug te komen, want hij was deze keer niet zo goed gestart. Al snel klampte hij terug aan bij het voorste deel van de wedstrijd. Hij finishte op een mooie 14^{de} plaats.



Tuur zorgde vandaag voor nog wat extra punten in zijn LCC-klassement door de wedstrijd flink uit te lopen, want op het snelle parcours ging het voor hem net iets te snel.



Finn wist weer een gouden podiumplaats te pakken! Al was het vandaag wel heel erg spannend, want een atleet van Mol zat hem op de hielen tot op het einde. Hij mag zich na vandaag dan ook trots kampioen van het LCC veldloopseizoen 2018-2019 noemen!!! Dikke proficiat!!!

Ook **Juul** liep een heel mooie wedstrijd. Hij heeft heel de wedstrijd de kop getrokken en het tempo aangegeven. Met zijn eigen mooie loopstijl (wat vandaag ook langs het parcours benoemd vaak te horen was) liep hij een heel knappe wedstrijd op het snelle parcours. Jammer genoeg werd hij net op de streep nog verrast door een atleet van Atla en moest hij vandaag tevreden zijn met een tweede plaats. Maar ook voor hem ligt de titel kampioen van het LCC veldloopseizoen 2018-2019 op hem te wachten. Dikke proficiat!!!



Wat een heerlijke namiddag met zalig weer en super mooie resultaten!
Maar wat deed dat 'varken' achter onze tent? Ontsnapt uit het bos?



En waarom heb je nog een wintermuts nodig met zo een mooi weer?

Aan alle veldlopers: afspraak op zaterdag 9 maart in Kortesseem voor de prijsuitreiking van dit LCC. Jullie hebben jullie plaats en prijs allemaal heel hard verdiend, jullie hebben er, ieder op zijn eigen manier, allemaal voor gestreden. Wij zijn trots op jullie!

Maar enkele veldlopers willen zich toch nog graag meten met atleten uit heel België en daarom ruimen we onze veldloopspikes nog niet helemaal op en trekken we met enkele atleten naar Brussel voor het Belgisch Kampioenschap. Maar daarover meer in een ander artikel!

BK veldloop in Brussel

Verslaggever: Marijke



Met een kleine delegatie atleten vertrokken we op 24 februari richting Brussel voor het Belgisch Kampioenschap veldlopen.

Aangekomen onder de bollen van het Atomium scheen de zon al heerlijk. Het beloofde een mooie dag te worden.

De meegereisde supporters hadden er alvast veel zin, want met zo'n heerlijk lentezonnetje wordt supportereren voor onze "sterren van morgen" echt wel aangenaam.

Onder leiding van trainer Patrick konden Finn en Juul nog snel het parcours verkennen en waren de atleten klaar om zich te meten met alle andere veldlopers uit heel België.

Spannend was het zeker wel, want als atleet moet je alleen klaar gaan staan en je naar de startlijn begeven. Er stonden ook veel meer lopers klaar aan de startlijn, dat was toch even anders dan op een LCC.



Voor **Finn** was het de allereerste keer op een BK en hij had, door de drukte van de vele deelnemers, zijn start een beetje gemist. Maar al snel wist hij zich weer een weg naar voor te banen. Op het laatste rechte stuk, had hij nog wat over en kon hij nog heel wat atleten voorbijsteken. Best



wel spannend voor de supporters die langs het parcours op hem stonden te wachten. Uiteindelijk werd hij beloond met een schitterende 5^{de} plaats. Supporters en trainer waren heel erg trots op hem!!!



Voor **Juul** was het niet de eerste keer en hij wist dus al een beetje beter waar hij zich aan kon verwachten. Hij had er duidelijk zin in: een snel, maar heuvelachtig parcours. Hij miste

zijn start niet en kon al snel mee voorop in de wedstrijd lopen. Hij bepaalde heel knap het tempo mee en bleef het merendeel van de wedstrijd in die kopgroep zitten. Op het laatste rechte stuk naar de finish, voegden zich nog enkele andere atleten bij de kop van de wedstrijd. Zo kon Juul nog een mooie en welverdiende 10^{de} plaats bemachtigen.

We zijn heel fier dat we twee atleten uit Bree hebben die zich bij de beste 10 veldlopers van België mogen noemen! Het was van de beide jongens een zeer knappe prestatie en een unieke ervaring.

We genoten ervan de atleten in de groene clubtruitjes zo goed te zien lopen, maar het was ook fijn om in de namiddag de 'grote' atleten aan het werk te zien, stiekem keken we toch een beetje op naar de voorbeelden en supporterden we voor onze favoriet! Het was een heerlijke dag in Brussel!!!



Crosscup Rotselaar

Om een extra uitdaging aan te gaan, gingen papa en ik op zondag 10 februari naar de crosscup in Rotselaar.

Aangenaam weer was het zeker niet, want het regende de hele dag pijpenstelen. Het parcours was dan ook modderig en zwaar, maar het was toch een mooie wedstrijd om te lopen.

Ik had een goede start genomen, maar het duw- en trekwerk van een crosscup was ik nog niet gewoon van de LCC veldlopen, waardoor ik veel door de modder moest lopen en daardoor verloor ik de aansluiting met de kopgroep. Maar ik finishte wel knap 11^{de}.

Het was een fijn avontuur en een goede voorbereiding op het BK in Brussel.

Juul Derickx



Provinciaal kampioenschap indoor alle categorieën

Verslaggever: Danny

In het eerste weekend van het nieuwe jaar vond het provinciaal kampioenschap voor de oudere atleten plaats. Op zaterdag stonden de korte loopnummers en de kampnummers in Heusden op het programma. Een dag later stonden in Gent de langere loopnummer geprogrammeerd.

Op zaterdag stond om 10u de eerste Breese atleten klaar om hun discipline af te werken. Voordat **Gijs N.** zich begaf naar het kogelstoten had hij eerst wat krachtvoedsel (3 speculooskoekjes van bij de koffie) binnengespeeld in de kantine. De koekjes hebben hem wel goed gedaan. Met een worp met de kogel van 7,57m wist hij brons te behalen bij de cadetten. Gelijktijdig was het ook de beurt aan **Mirthe**. Zij liet de concurrentie bij het hoogspringen ver achter zich. Met een sprong over 1,60m werd zij provinciaal kampioen bij de cadetten.

Even later was het ook de beurt aan **Davy** bij het kogelstoten voor scholieren. De eerste worp bleef **Davy** nog onder de 10m, maar de daaropvolgende worpen waren van een betere kwaliteit. Hij wierp de kogel 10,67m ver, waarmee hij het clubrecord verbeterde. Het leverde hem een 4^{de} plaats op.

Het was ondertussen al namiddag geworden en de cadetten dames maakten zich op voor hun 60m sprint. In de eerste reeks werd **Anna** derde (8,86 s). Enkele reeksen later was het de beurt aan **Jihane** (8,82 s). Zij werd 2^{de} in haar reeks. Ook **Gijs G.** kwam in actie bij de sprint (8,21 s). Hij werd derde in zijn reeks.

Bij het kogelstoten voor senioren mannen had **Jeffrey** ook goede armen. Met een worp van zijn 7,26 kg zware kogel van 9,16 m wist hij zijn eigen clubrecord te verstevigen. Hij werd 7^{de} bij het kogelstoten.

De laatste spurtende Breeënaar kwam in actie bij de junioren heren. **Michiel** liep 7,61 s over de 60m. Hiermee was hij 1 honderste van een seconde sneller dan de 4^{de}. **Michiel** werd dus derde op dit kampioenschap. Alleen wist hij dit zelf niet. Na de wedstrijd vertrok hij naar huis en miste hierdoor zijn podium. Maar er was een waardige vervanger, die zich opofferde om **Michiel** te vervangen op het podium. Bedankt **Gijs G.**

Als laatste proeven voor de Breese atleten kwam het verspringen aan bod. **Gijs G.** wist met enkele geslaagde sprongen een goed resultaat neer te zetten. Uiteindelijk werd hij met een sprong van 5,16 m 2^{de}. **Jihane** en **Anna** gaven elkaar niet veel toe tijdens het verspringen. **Jihane** werd 5^{de} met een sprong van 4,49 m en **Anna** werd 6^{de} met een sprong van 4,44 m.

Op de 2^{de} dag van dit provinciaal kampioenschap trok **Mirthe** nog naar Gent om deel te nemen aan de 800m bij de cadetten dames. Na een moeilijke wedstrijd wist zij hier nog een zilveren medaille mee naar Bree te brengen.

Proficiat aan de deelnemers, hopelijk inspireren jullie de jeugd om deel te nemen aan het kampioenschap voor de jeugd over enkele weken.



KVV Cad en Schol – Gent 20/01

Verslaggever: Peter

Mirthe was geselecteerd voor het hoogspringen voor de Kampioenschappen van Vlaanderen (KVV) in Gent op 20 januari.

Er was, in de week voorafgaand op dit kampioenschap, wel al wat spanning op haar gezicht af te lezen, maar dat is normaal, je staat niet altijd als 2^{de} beste in de jaarranglijsten. Die 1,61m is voor haar tevens een PR en voor AC Bree een CR.

Zondag, tijdens de opwarming, stond ze toch een beetje te trillen van spanning (maar dat heeft ze wel meer op een wedstrijd). Nu was de druk echter hoger, een podium was haalbaar en dat vraagt toch wel iets van een jonge meid.

Maar al bij het inspringen zag je dat het niet heel goed zat. Aanloop te stroef, boven de lat bleef ze te schuin hangen, allemaal niet goed voor goede sprongen. De voorbereiding was niet zo slecht verlopen, maar daar op de piste is het wel iets anders.

In de wedstrijd zelf begon het niet zo goed, maar bij elke sprong ging het wel beter en beter, maar telkens iets te laat. De bekken kwamen niet hoog genoeg, de aanloop was niet onder controle en te traag, toch zaken die belangrijk zijn bij het hoogspringen.

Toch ging ze vlot tot 1,53m, waar 2 pogingen nodig waren. Dat was net iets te veel, waardoor ze bij 1,56 en 1,59 zelfs 3 pogingen nodig had, wel telkens heel mooie latoverschrijdingen. Bij de 3^{de} poging op 1,61, haar PR, was de sprong heel goed, maar de lat werd even geraakt en viel dan toch nog af (stom ding die lat, waar je altijd tegen verliest). Een 4^{de} plaats was het resultaat, zeker niet slecht, maar was de lat blijven liggen 1,61 (en het was echt niet veel) was het zilver geworden.

Tot een mooie ervaring en ze komt er alleen maar sterker uit. Met de 1,59m, dezelfde hoogte als 2 en 3, maar meer pogingen, was ze enkele weken geleden heel gelukkig geweest. Nu weet ze wat plaatsen en posities waard zijn.

BK en KVV meerkamp – Gent 02/02

Verslaggever: Peter

Voor het BK en KVV meerkamp werd **Mirthe** geselecteerd (20 deelnemers).

Als resultaat:

- 1^{ste} Limburgse
- 6^{de} Vlaamse
- 8^{ste} Belgische
- PR en CR (waren beide van haar: meerkamp 2825 punten tegen 2517 van vorig jaar en 308 punten beter en kogel 8,63m tegen 7,61m en 75cm verder)

De eerste start viel al vroeg, om 09u45 stond ze in de blokken voor haar 60 mH. Meteen een goede 10,14sec. (net boven haar pr). Het hoogspringen was een uurtje later. Ook hier zeker een goede prestatie met 1,57m (een gewone hoogspringwedstrijd is toch net weer iets anders dan hoogspringen in een meerkamp).

In de namiddag dan haar sterkste proef, het kogelstoten (meer kogelneerleggen bij haar). Maar hier weer voor een ijsje een nieuw persoonlijk- en clubrecord met 8,36m (waar haalt ze de kracht). Ook verspringen, toch een zwak broertje voor haar, werd met een sprong van 4,30m een aanvaardbare afstand (hopelijk springen de miniemen op het PK volgende week verder).

Dan op maar een goede tijd op de 800m. De sterren stonden wel goed voor haar, maar de wedstrijd zelf werd in de vernieling gelopen door enkele trage loopsters die wel snel startten maar meteen de wedstrijd begonnen dood

te maken. Remmen en de snelheid verlagen waardoor voor Mirthe haar voorgenomen tussentijden al meteen niet werden gehaald. Meteen 4-5 seconden te traag en maar 2:34,59 min.

Toch een heel mooi resultaat voor haar.

BK Cad en Schol – Gent 3/03

Verslaggever: Peter

Voor het BK op 3 maart in Gent werd **Mirthe** geselecteerd voor het hoogspringen en de 800m.

Het hoogspringen was van een heel hoog niveau. Mirthe werd (pas) 5^e met een sprong van 1,61m (evenaring van haar pr).

Tijdens de opwarming ging ze echt heel hoog (1,65m was het zeker) en tijdens de wedstrijd ging het vlot (1,45m, 1,50m, 1,56, 1,59 en 1,61m in 2 beurten). Bij haar sprong over de 1,63m (die er zeker inzakt) begon net de huldiging van atleten voor hun medailles, hetgeen voor haar toch een hinder was. De jury liet begaan, haar arm zat in de weg en weg lat. De 2 volgende beurten waren iets minder, waardoor het bij 1,61m bleef (deze sprong was wel heel hoog, hetgeen zeker voor mooie sprongen moet gaan zorgen in de zomer).

Voor de 800m was haar doel beter doen dat tijdens de meerkamp (waar er zeker meer in had gezeten gelet op de trage aanvangsronde). Vandaag had ze in de laatste ronde wat meer lef moeten tonen, ze bleef te lang zitten. Haar tijd was wel beter, maar ook vandaag had het beter moeten kunnen, wij zagen de echte **Mirthe** niet (ik denk dat ik ijsjes moet gaan beloven voor een tijd onder de 2:25).

PK indoor jeugd

Op zondag 10 februari vonden de indoorkampioenschappen voor de jeugd plaats in Heusden. 2 Breese atleten konden zich kronen tot provinciaal kampioen. **Goele** won met het hoogspringen, **Joppe** wist de titel te bemachtigen bij het verspringen. Verder behaalde **Klaas** bij de 60m sprint nog een zilveren medaille. Ook **Soetkin** kon haar namiddag bekronen met een bronzen medaille bij het hoogspringen.

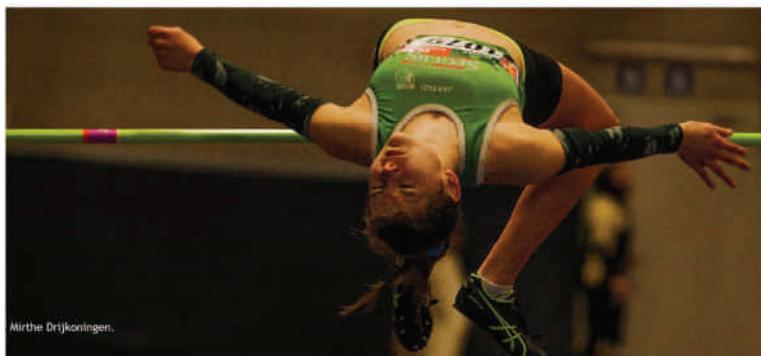
Ook **Lore**, **Jitske** en **Silke** konden ook hun persoonlijke records verbeteren.



Een dikke proficiat aan deze Breese atleten.

Atleet in de kijker

Naar aanleiding van de provinciale kampioenschappen heeft men Mirthe in Atletiekvereniging geplaatst. Dat willen we zeker met jullie delen.



Mirthe Drijkoningen/BREE (cadette, hoog): *“Eind december haalde ik in Gent al 1m61. Vandaag voelde ik me wat loom, in de voormiddag springen gaat me niet goed af. De afwerking was niet in orde.”*

Nieuwe indoor clubrecords

Tijdens het voorbije zomerseizoen namen een aantal atleten deel aan de verschillende indoormeetings. Een aantal onder hen kon zelfs een nieuw clubrecord vestigen.

Pupillen meisjes:

- ver : Soetkin Trippaers (3,79 m)

Miniemen meisjes:

- 60 m horden : Jitske Verschuren (11,07 s)
- 150 m : Lore Drijkoningen (24,70 s)
- Kogel : Goele Noels (9,71 m)

Cadetten dames:

- 60 m : Jihane Echarki (8,60 s)
- 60 m horden : Mirthe Drijkoningen (10,05 s)
- 200 m : Mirthe Drijkoningen (29,44 s)
- Hoog : Mirthe Drijkoningen (1,61 m)
- Kogel : Mirthe Drijkoningen (8,36 m)
- 5 - kamp : Mirthe Drijkoningen (2825 punten)

Pupillen jongens:

- 60 m : Joppe Hilven (9,21 s)
- Ver : Joppe Hilven (3,93 m)

Cadetten heren:

- 200 m : Gijs Geerits (27,48 s)
- Ver : Gijs Geerits (5,40 m)

Scholieren heren:

- 60 m : Davy Nulens (8,23 s)
- Ver : Davy Nulens (4,18 m)
- Kogel : Davy Nulens (10,67 m)

Junioren heren:

- 60 m : Michiel Clauwers (7,51 s)
- Ver : Michiel Clauwers (5,59 m)

Senioren heren:

- Kogel : Jeffrey Nulens (9,19 m)

Proficiat aan al deze atleten ! Doe zo verder en misschien verbreek je deze zomer weer een clubrecord. Een volledig overzicht van alle clubrecords met plaats en datum waar ze behaald zijn, kan je steeds bekijken op onze website. Hiervoor surf je naar de webpagina “clubrecords”.

De beste prestaties per atleet per seizoen en de rangschikking met beste prestaties vanaf 2009 kan je daar eveneens terugvinden.

Zomerkalender

Datum	Plaats	Naam, categorie
Zo 07/04	BREE	Open Meeting met jeugd (Ben,Pup,Min,Cad,Sch,JSM)
Vr 12/04	LOOI Tessenderlo	Open Meeting
Zo 14/04	SACN Neerpelt	Olimpic (Ben, Pup, Min)
Wo 17/04	LOOI Tessenderlo	Jeugdmeeting (Ben, Pup, Min)
Za 22/04	GENK	PK alle cat.
Ma 24/04	GENK	PK alle cat.
Za 27/04	ATLA Lanaken	BVV meisjes (Pup, Min)
Zo 28/04	DALO Lommel	BVV jongens (Pup, Min)
Zo 05/05	TACT St.Truiden	Olimpic (Ben, Pup, Min)
Vr 10/05	LOOI Tessenderlo	Open meeting (Cad, Sch, JSM)
Za 11/05	AVT Hechtel	Jeugdmeeting (Ben, Pup, Min)
Zo 12/05	AVT Hasselt	Open meeting (Cad, Sch, JSM)
Zo 18/05	ATLA Lanaken	Olimpic (Ben, Pup, Min)
Vr 24/05	ADD Tongeren	Open meeting (Cad, Sch, JSM)
Za 25/05	ACA Alken	Olimpic (Ben, Pup, Min)
Zo 26/05	GENK	Open Meeting met jeugd (Ben,Pup,Min,Cad,Sch,JSM)
Do 30/05	AVT Heusden	KVV (Cad, Sch, JSM)
Za 01/06	LOOI Tessenderlo	Olimpic (Ben, Pup, Min)
Vr 07/06	ATLA Lanaken	Open Meeting met jeugd (Ben,Pup,Min,Cad,Sch,JSM)
Za 08/06	AVT Hechtel	Open meeting (Cad, Sch, JSM)
Zo 09/06	SACN Neerpelt	Jeugdmeeting (Ben, Pup, Min)
Ma 10/06	ADD Diepenbeek	Jeugdmeeting (Ben, Pup, Min)
Zo 16/06	AVT Peer	Olimpic (Ben, Pup, Min)
Vr 21/06	ACA Alken	Open meeting (Cad, Sch, JSM)
Za 22/06	AVT Hasselt	Jeugdmeeting (Ben, Pup, Min)
Zo 23/06	DALO Lommel	Jeugdmeeting (Ben, Pup, Min)
Wo 26/06	LOOI Tessenderlo	Open meeting (Cad, Sch, JSM)
Za 29/06	MACD Lanaken	PK Jeugd (Ben, Pup, Min)

Mailing zomerwedstrijden

Komende zomer staan er weer heel wat wedstrijden op het programma. We zullen je niet meer wekelijks informeren via mailing met playday. We gaan dit beperken tot 1 maal per maand voor enkele belangrijke wedstrijden. Tijdens de wedstrijden waarover jullie via mail geïnformeerd worden, zal er zeker een trainer aanwezig zijn om jullie op te warmen en te begeleiden tijdens de disciplines.

Een volledig overzicht met uurschema's van alle zomerwedstrijden in Limburg kunnen jullie vinden bij de zomerwedstrijden op onze website. Ook in de playday app worden alle zomerwedstrijden in Limburg vermeld met uurschema. Jullie kunnen daar steeds aangeven als jullie aanwezig zijn en zo afspreken met andere atleten en eventueel trainers.

Hopelijk is er veel groen te zien op de Limburgse wedstrijden.

Rebus

						
E = J + J	+ T	A = O O = H	M = O	M = H	ZE + -K	KR = N N = R

					
-R	SU + -E	L = G P = Z + LIGE	R = L G = D	+	L + E + T

Los de rebus op.

Vul onderstaand strookje in en deponeer het strookje voor 3 mei 2019 in de brievenbus van de secretariaatscontainer op de piste. Wie weet win jij dan binnenkort een mooie prijs!!!



Oplossing rebus:

Naam:

Voornaam:

Categorie: kangoeroe – benjamin – pupil – miniem – cadet – scholier – junior – senior

Belangrijke data voor het lopende seizoen

Hieronder vinden jullie een overzicht van de belangrijke clubgerelateerde wedstrijden en activiteiten.

06/04/2019 : Ledenfeest

07/04/2019 : Open meeting met jeugd in Bree

22/05/2019 : Vriendjesdag; breng zo veel mogelijk vriendjes of vriendinnetjes mee naar de training om samen met hun een atletiektraining te volgen. ²²

25/08/2019 : Provinciaal kampioenschap estafette

07/09/2019 : Olympic jeugdmeeting in Bree

Wist je dat ?

- De nieuwe korte wedstrijdtruitjes voor meisjes met opdruk van de nieuwe sponsor zijn geleverd.
- Deze zijn te verkrijgen in de secretariaatscontainer voor 25€.
- Ben je toe aan een nieuw wedstrijdtruitje, geef even een seintje om af te spreken tijdens of na een training, zodat je ook even kan passen
- Lotte samen met haar papa tijdens de kerstcorrida in Meeuwen 5 km gelopen heeft.
- Michiel tijdens het provinciaal kampioenschap zich op het podium heeft laten vervangen door Gijs G.
- Volgens ons was hij het al gaan vieren op één of ander feestje.

Junior Niels Kerkhofs (midden) pakte na deze Heusdense 60m 's anderendaags ook de Gentse 200m binnen. Ward Malumgré (links) kreeg na deze zilveren 60m-medaille ook de gouden 400m-plak in Gent. Michiel Clauwers (rechts) stond in Heusden met brons op het 60m-podium.



- Iedereen zich kan abonneren op de digitale nieuwsbrief van de VAL "Atletiekleven".
- Dit kan je doen door een mailtje te sturen naar michel@atletiek.be en vragen of hij jou opneemt in de mailinglijst.
- Dat Peter Moonen naast trainer ook meer dan een verdienstelijke reporter is voor onze Spike.
- Onze secretaris elke eerste maandag en woensdag van de maand tijdens de trainingen aanwezig is op het secretariaat (de groene blok aan de piste in Bree) om je vragen te beantwoorden.
- Het bestuur, de trainers, de ouderraad en de redactie jullie allemaal een fijn zomerseizoen toewensen.



AMERIKAANSE STOCK NEEROETEREN

Akkerstraat 81-83

Neijens nv

www.amerikaansestock.be T. 089/86.48.64



Danny, Linda en Dieter Bouchet-Bieliën

Nieuwstadpoort 52, Bree - 089/461782

www.Bouchet-Bieliën.be

Dé Tweewielerspecialist

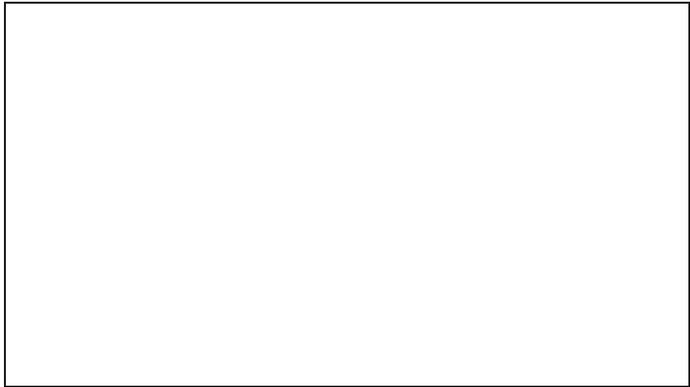


Industrieterrein 1408
3960 BREE
Tel.nr. 089/48.10.63



Marc Baeten & co





J U W E L I E R
LODE TIJSKENS
 Opitterstraat 13 -15 • 3960 Bree • Tel. 089-46 19 20



Mathieu Kerkhofs Trailers
 Herenstraat 41
 3960 Bree



STALS & CO
 a prosafco company



**ARGENTA
 KERKHOF & CO vof**
 Witte Torenwal 36 - 3960 Bree - (089) 47 33 20

CBFA nr. 44190CA-CB