

Verslag BK Squat, 13/03/2016, Bazel

Zondag 13 maart '16 startten we ons nieuw seizoen powerlifting met het nationaal kampioenschap squat, gecombineerd met een open wedstrijd bankdrukken en max. reps met 100 kg.

Voor de squat kregen we uiteindelijk 22 deelnemers op de weegschaal, waaruit we vier volwaardige reeksen konden vormen en één reeks inters met één deelnemer.

Onze dames kwamen allemaal samen in 1 reeks seniors uit; 2 juniories, 2 seniories en 1 veterane. Het was deze veterane Annie Timmermans die het brons wist te bemachtigen met een nieuw Belgisch record. Zilver was voor Leen D'hulster, maar duidelijk winnares, met een Belgisch record, was Xena Declercq, dewelke daarmee het podium integraal "Powerclub" kleurde.

De 5 jongste mannen bekampten elkaar in de juniors-reeks 16-19 jaar. Het was uiteindelijk Thibaut Rasschaert van Sanitas Sport Wichelen die met zeer ruime voorsprong en 100 punten het goud pakte. De rest van de 4 plaatsen lagen allemaal op minder dan 5 punten uit elkaar.

De oudste junioren (20-23) waren met 4 man. Vierde werd Brendon De Wit, derde Miguel Buyle, tweede was Kevin "Titan" Tancre en duidelijk winnaar werd Niels Boermans van Pat's Activity Center.

De grootste reeks van de dag werd deze van de seniors. Door het ontbreken van een derde master, kwamen ook Boland Darren en Geert Moerman in deze reeks uit. Traditiegetrouw is dit onze sterkste reeks en dat bleek ook deze keer niet anders te zijn. Frederick Derycke maakte net geen 100 punten en behaalde daarmee een mooie derde plaats. Exact 13 punten meer voor Maarten Terriijn op de tweede plaats. Met een squat van 220 kg aan 82.3 kg eigen gewicht, pakte Lenn Marien de eerste plaats én de beste squat van de dag. Lenn, net zoals junior Niels Boermans, werden gecoached door Alan Peeters.

Bij gebrek aan opkomst, moest Anthony Bakeland in de reeks internationalen alleen uitkomen. Het blijft tof om te zien hoe deze man er toch in slaagt om zijn deelname te combineren met het jureren in dezelfde plateau. Dikke duim Anthony.

De volledige uitslag kunnen jullie terug vinden onder de tab "results" van onze site, samen met de uitslag van de open wedstrijd benchpress en de max.reps met 100 kg. Ik vernoem graag de Belgische records bankdrukken van Leen D'hulster (91 kg), Xena Declercq (67.5 kg), Annie Timmermans (30 kg), Darren Boland (121 kg) en van veteraan 70-74 jaar Hervé Kerwyn met 120 kg. Anthony Bakeland behaalde de beste benchpress met 190 kg en Hatem Cheatli won de max.reps met 12 herhalingen.

Het was een mooie en vlotte wedstrijd, waarbij we verrast werden met een bezoekje van toppers Jeroen Van Heesvelde en Orhan Bilican. Onze dank gaat nogmaals uit naar alle sponsors, die u terug kan vinden op de site, en natuurlijk alle medewerkers en helpers, die het mogelijk maken telkens weer een prima organisatie neer te zetten.

We zien mekaar terug op 17 april in Diksmuide voor het B.K. Benchpress. Let wel: nieuw adres!! (zie onze facebook-pagina)

Jean-Marc De Ro