

Herentals, 15^{de} Stessens 1 mei meeting 2023

Een aantal van onze atleten stonden aan de start en ze kunnen tevreden terugblikken op hun prestaties met drie nieuwe PR-s en een eerste 3000m voor Eva.

Elias stond aan de start in de 4^{de} reeks van de 800m bij de mannen en hij bewees in goede conditie te zijn voor de interclub van volgende zondag in Luik. Zijn vorige besttijd verbeterde hij met liefst vijf seconden na zijn perfect gelopen wedstrijd, het werd 1'54"07.

Marie-Laure en Eva kwamen aan de start van de 3000m bij de vrouwen. Marie-Laure kreeg toegang tot de eerste reeks met ook geen tactisch verloop, er werd gelopen voor een eindtijd van 9'15. Dat is wat Marie-Laure moest ondervinden en na 1000m moest zij de kopgroep laten gaan, jammer voor de lichte terugval maar haar eindtijd mocht er zijn, 10'03"63 en een nieuwe besttijd. Eva vertrok in de 2^{de} reeks en zij maakte na haar 1500m van het PK haar debuut in de 3000m, doel was een sub 12'00 en met haar 11'48"59 werd het doel bereikt.

Bij de mannen mocht Lode aantreden in reeks 4 van de 3000m en voor Lode was het tevens de seizoenopener. Lode zag men op het juiste moment de verwachte inspanningen doen en nog voor de laatste ronde trok hij in de aanval om uiteindelijk te eindigen op de 3^{de} plaats, hij bewees zijn goede vorm en finishte in 8'30"30, een flinke hap uit zijn vorige besttijd van 8'51"40.