

Fien Peusens (ATLA) vertrok van in de start voor een solo-tocht die leidde naar een tijd van 9'52"52, de 31^{ste} tijd allertijden en dit in haar eerste 3000m ooit.

Il faut le faire.

Achter haar vormde zich al heel snel een trio, waarvan in de aanvangsfase Julie Voet (FLAC) het commando nam. Iets voorbij de kilometer nam Friedel over en trachtte beide andere atletes op achterstand te zetten. Even kreeg ze nog de hulp van Julie Voet, Emma Vanhoeck (DUFF) weigerde ostentatief alle medewerking.

Even voor het ingaan van de laatste ronde verhoogde Friedel het tempo en bracht daarmee Julie direct in de problemen. Emma bleef echter aanklampen en 250m voor de finish spurtte zij naar het zilver.

Zo werd het voor Friedel, net als vorig jaar, brons. Maar wel met een chrono die 40 seconden sneller was dan vorig jaar op het KvV.