

# AVZK JAARBOEK 2025



# **INHOUD**

## **ALGEMENE INFO**

Inhoud  
Voorwoord  
Organigram AVZK

## **CIJFERMATERIAAL**

- 1 Veldloopoverwinningen
- 2 Prestaties voorbije seizoen indoor en outdoor
- 3 Outdoorprestaties in top-10 België
- 4 Podiumplaatsen op kampioenschappen
- 5 Verbeterde Clubrecords
- 6 Provinciale, Belgische en wereldrecords AVZK
- 7 Pisterecords 'De Lichten' - Booischot

*Samengesteld door Peter Vervloet*

## Prima seizoen, met veel records en podia.

Het winterseizoen verliep vrij normaal. 1 crossoverwinningen door 2 verschillende atleten. Straf vooral van Sem Van de Put: hij won alle 8 crossen waar hij aan deelnam. Nooit gezien. Op indoor werden 14 clubrecords verbeterd, evenveels als winter ervoor en ook het aantal prestaties indoor is terug in stijgende lijn.

Ook de zomer had heel wat moois in petto. Lotte Van Lent liep in China mee met de Belgische ploeg op de 4x100m mixed (en zorgde mee voor selectie voor WK), en liep op de interland mee op de 4x100. Op het WK in Tokyo was ze reserve.

Katinka Bassleer liep finale op BK op 1500m en liep daarbij clubrecord.

De toen nog 15-jarige Léon Verelst liep AC record op de 100m sprint tijdens het Belgisch kampioenschap scholieren. Hij blijft nog een seizoen scholier, dus dat belooft. Senne Van de Schoor haalde zilver op Vlaams kampioenschappen op de 1500m voor seniors. Tenslotte Alec Everdepoel won brons op Vlaams cadetten (als eerstejaars).

In totaal werden er outdoor 49 clubrecords verbeterd, wat best veel is.

Over heel het seizoen haalden 19 atleten (of ploegen) een eerste plaats op een kampioenschap, en 19 en 13 respectievelijk zilver en brons. Vooral voor goud en zilver is dat aanzienlijk meer dan vorig jaar.

Ook te vermelden is terug de grotere instroom van atleten in de jongste groepen, kangoeroes en benjamins. En heel wat onder hen (trouwens ook pupillen) haalden het AVZK criterium waarvoor ze toch wel wat wedstrijden moeten doen.

Uit ervaring weten we immers dat vooral wedstrijdathleten langer aan atletiek doen.

veel leesplezier,  
Peter Vervloet



**ORGANIGRAM AVZK****Voorzitter**

Henderickx Steven	Heist-op-den-Berg	0475/92 42 37
-------------------	-------------------	---------------

**Ondervoorzitter**

Vervloet Guido	Heist-op-den-Berg	015/27 44 59
----------------	-------------------	--------------

**Secretaris**

Lekens Hendrik	Heist-op-den-Berg	015/34 87 86
----------------	-------------------	--------------

**Penningmeester**

Naets Monique	Heist-op-den-Berg	015/22 44 12
---------------	-------------------	--------------

**Bestuursleden**

Busschodts René	Putte	015/33 76 55
Heremans Agnes	Putte	015/75 32 32
Van Dyck Michel	Heist-op-den-Berg	015/22 20 42
Van Roie Guido	Heist-op-den-Berg	015/22 39 35
Verbinnen Elien	Westmeerbeek	
Verelst Wim	Heist-op-den-Berg	015/24 93 23

**Vertrouwenspersonen**

Mondelaers Katrien	Begijnendijk	
--------------------	--------------	--

**Materiaalmeester**

Van Roie Guido	Heist-op-den-Berg	0498/25 68 80
----------------	-------------------	---------------

**Jeugdtrainers**

De Voeght Jitser	Heist-op-den-Berg	
Fleerackers Britt	Begijnendijk	
Henderickx Lien	Heist-op-den-Berg	
Luyts Kato	Heist-op-den-Berg	
Mondelaers Katrien	Begijnendijk	
Van Dessel Marie	Heist-op-den-Berg	
Van Roie Guido	Heist-op-den-Berg	
Verbinnen Elien	Westmeerbeek	
Vervloet Peter	Heist-op-den-Berg	0499/98 49 34

**Disciplinetrainers**

Busschodts René	Putte	
Laporte Sten	Heist-op-den-Berg	
Coeckelbergs Gille		
Van Lent Jurgen	Heist-op-den-Berg	
Van Lent Seppe	Heist-op-den-Berg	
Van Roie Liesbet	Putte	
Van Winckel Lieve	Heist-op-den-Berg	

**G-Atleten**

Busschodts René	Putte	
Heremans Agnes	Putte	

**Clubblad "Kemper"**

Henderickx Lien	Heist-op-den-Berg	
Lekens Hendrik	Heist-op-den-Berg	

**Juryleden**

De Vries Wim	Heist-op-den-Berg	
Heremans Agnes	Putte	

Lekens Hendrik  
Naets Monique  
Van Roie Guido  
Swyngedaauw Gino

Heist-op-den-Berg  
Heist-op-den-Berg  
Heist-op-den-Berg  
Ramsel

**Kidsjuryleden**

Heremans Agnes  
Van Roie Guido

Putte  
Heist-op-den-Berg

**Clubjuryleden**

Ann Dermaux  
Annemie Schellens  
Debbie De Vries  
Geert Van De Water  
Guido Vervloet  
Marijke Goris  
Evens Nele  
Steven Henderickx

Heist-op-den-Berg  
Heist-op-den-Berg  
Heist-op-den-Berg  
Putte  
Heist-op-den-Berg  
Heist-op-den-Berg  
Heist-op-den-Berg  
Heist-op-den-Berg

**Ere-juryleden**

De Fyn Willy  
Florenty Vic  
Pelgrims Monique

Putte

**Webmaster**

Vervloet Peter

**[www.avzk.be](http://www.avzk.be)**  
**[vervloet.peter@gmail.com](mailto:vervloet.peter@gmail.com)**

# 1. AVZK-VELDLOOPOVERWINNINGEN

## PERIODE 1/11/91 - 31/03/2025

### 63 overwinningen

Huybrechts Jurgen	L	4 overwinningen	1994-1995
	M35	31 overwinningen	2014-2018
	M40	23 overwinningen	2018-2023
	M45	5 overwinningen	2023-2024

### 59 overwinningen

De Vocht Peter	S	17 overwinningen	1991-1997
	M40	14 overwinningen	2000-2004
	M45	9 overwinningen	2006-2010
	M50	19 overwinningen	2010-2013

### 48 overwinningen

Bassleer Katinka	B	5 overwinningen	2006-2008
	P	13 overwinningen	2008-2010
	M	11 overwinningen	2010-2012
	C	9 overwinningen	2012-2014
	L	3 overwinningen	2015-2016
	J	6 overwinningen	2016-2018
	beloften	1 overwinning	2020

### 30 overwinningen

LAURENS Glen	B	1 overwinning	1992
	C	3 overwinningen	1999
	L	13 overwinningen	2000-2001
	J	3 overwinningen	2001-2002
	S	10 overwinningen	2006-2011

### 21 overwinningen

LAPORTE Vincent	B	12 overwinningen	2004-2005
	P	6 overwinningen	2006-2008
	M	1 overwinning	2009
	C	2 overwinningen	2011-2012

### 20 overwinningen

Rens Els	M	1 overwinning	1995
	S	19 overwinningen	2008-2013

### 18 overwinningen

Bekele Atelaw	J	9 overwinningen	2005-2006
	S	9 overwinningen	2006-2009
Van Den Schoor Senne	B	3 overwinningen	2008-2010
	P	8 overwinningen	2010-2011
	M	2 overwinningen	2014
	L	3 overwinningen	2017
	J	2 overwinningen	2019

### 12 Overwinningen

Moris Sven	P	1 overwinning	1997
------------	---	---------------	------

## Veldlopen

L	3 overwinningen	2002-2003
J	8 overwinningen	2003-2005

### 11 Overwinningen

Engelen Fien	B	11 overwinningen	2007-2009
Van Aelst Linde	jun	11 overwinningen	2018-2019

### 10 Overwinningen

De Preter Berthilia	W60	5 overwinningen	1992-1994
	W65	5 overwinningen	1995-1997
Verlinden Floris	B	1 overwinning	2006
	P	9 overwinningen	2007-2009

### 8 Overwinningen

De Kerpel Wesley	J	6 overwinningen	2005-2006
	S	2 overwinningen	2008

Huybrechts Anna

	L	5 overwinningen	2022-2024
voorbije seizoen:	J	Herentals	19/01/2025
	J	Geel	26/01/2025
	J	Essen	23/02/2025

Van de Put Sem

voorbije seizoen:	P	Bonheiden	3/11/24
		Mechelen	11/11/24
		Hulshout	17/11/24
		Booischoot	15/12/24
		Arendonk	4/01/25
		Geel	26/01/25
		Duffel	2/02/25
		Diest	16/02/25

Van Het Hof Katrien	P	8 overwinningen	2003-2005
---------------------	---	-----------------	-----------

### 7 Overwinningen

Derdin Simon	B	2 overwinningen	2010-2011
	P	5 overwinningen	2012-2013
Heylen Els	C	3 overwinningen	2003
	L	3 overwinningen	2005-2006
	J	1 overwinning	2006
Heylen Katherine	M	6 overwinningen	2004-2005
	C	1 overwinning	2005
Peeters Bloeme	M	4 overwinningen	2010-2012
	C	2 overwinningen	2012-2013
	L	1 overwinning	2014
Van Loo Sven	C	1 overwinning	1992
	L	1 overwinning	1993
	J	4 overwinningen	1994-1996
	S	1 overwinning	1998

### 6 Overwinningen

Boexstaens Johny	M60	4 overwinningen	2010-2012
	M65	2 overwinningen	2014-2015
Naets Illan	B	5 overwinningen	2012-2013
	P	1 overwinning	2014
Van Den Eynde Annelies	B	4 overwinningen	1996-1997
	P	2 overwinningen	1997-1998
Van Hoof Nick	C	1 overwinning	2006

## Veldlopen

L 5 overwinningen 2008-2009

### 5 Overwinningen

Coeckelbergs Gille	M40	5 overwinningen	2005-2010
Laenen Marcel	M50	5 overwinningen	2008-2010
Teniers René	M45	5 overwinningen	1992-1995
Van Den Broeck Jelle	B	1 overwinning	1998
	M	1 overwinning	2002
	C	1 overwinning	2004
	L	2 overwinningen	2006
Van Der Sanden Lien	M	1 overwinning	2002
	C	2 overwinningen	2003-2004
	L	1 overwinning	2005
	J	1 overwinning	2007
Van Opstal Rudy	M45	3 overwinningen	1996-1998
	M55	2 overwinningen	2008-2009

### 4 Overwinningen

Geens Pieter	B	4 overwinningen	1993-1994
Gendarme Xana	B	4 overwinningen	2011
Oost Morgan	B	2 overwinningen	2010
	P	2 overwinningen	2012-2013
Vangoidsenhoven Jone	B	4 overwinningen	2003-2004

### 3 Overwinningen

Favot Glenn	C	3 overwinningen	2002
Maes Kim	L	3 overwinningen	1991
Schelkens Lauren	B	2 overwinningen	2010
	M	Tessenderlo	2015

### 2 Overwinningen

De Vries Annouck	M	2 overwinningen	2004-2005
Goormans Jolien	M	2 overwinningen	2013
Morren Romee	B	2 overwinningen	2011
Op De Beeck Frederik	M	1 overwinning	1997
	J	1 overwinning	2003
Van Rillaer Witse	B	2 overwinningen	2008
Wyns Frederik	B	2 overwinningen	1994

### 1 Overwinning

Baetens Roger	M40	1 overwinning	1997
Bellekens Jonas	M35	1 overwinning	15/07/1905
Claes An	J	1 overwinning	2000
Corluy Febe	B	1 overwinning	2009
Dermaux Ann	W50	1 overwinning	2017
De Coster Pieter	L	1 overwinning	2002
De Vocht Marc	M40	1 overwinning	1994
De Winter Murielle	S	1 overwinning	2003
Goris Emma	M	Betekom	2013
Heylen Annelies	J	1 overwinning	2005
Heylen Bert	L	1 overwinning	1992
Lambrechts Ellen	L	2 overwinning	2009
Lenders Jolien	J	1 overwinning	2008
Leysens Simonne	W40	1 overwinning	1995
Milloen Nele	M	1 overwinning	2014

## Veldlopen

Nevelsteen Kristof	P	1 overwinning	1993
Sanders Jasper	B	1 overwinning	2015
Schelkens Jade	B	1 overwinning	2013
Sleeckx Godwin	L	1 overwinning	2022
Smets Kim	J	1 overwinning	1996
Stroobants Jochen	P	1 overwinning	1996
Van Bijlen Marcel	M60	1 overwinning	2016
Van Den Broeck Dorien	J	1 overwinning	2005
Van Den Broeck Jos	M65	1 overwinning	1992
Van Den Schoor Sara	J	1 overwinning	2015
Van Goethem Uschi	M	1 overwinning	1991
Van Loo Nick	C	1 overwinning	1998
Van Mensel Greet	S	1 overwinning	2005
Verbeeck Heide	C	1 overwinning	1992
Vermeulen Sofie	P	1 overwinning	1992
Verschoren Sarah	M	1 overwinning	2001



## 2. PRESTATIES Voorbije seizoen

Alle prestaties zijn te vinden op atletiek.nu  
Zie <https://www.atletiek.nu/ranglijst/avzk/>

Dit zowel outdoor als indoor en dat per categorie.

Maar ook de ranglijsten aller tijden staan op hetzelfde platform.

Enkele voorbeeldjes. Klik op [www.atletiek.nu](http://www.atletiek.nu) eerst op ranglijsten. In de lijst scroll je tot AVZK, of je zoekt op AVZK

Home > Ranglijsten

### Ranglijsten

Zoek een club of land in deze lijst



#### Ranglijst naam

Belgische ranglijst

Curaçaose ranglijst

Nederlandse Ranglijst

AAC

AAC `61

AAV 36

AC De Demer

Ranglijst: [Klik om het jaar te wijzigen](#) > door > Pupillen - Meisjes > Verspringen

Seizoen

aller tijden outdoor

Categorie

Pupillen Meisjes

Onderdeel

Verspringen

Zoek een deelnemer in deze lijst



[Kies actie]

Uitslag toevoegen

Importeer uitslagen

	Po...	S	Prest...	Wind	Atleet	Geb	Datum
<input type="checkbox"/>	1		CR 4,70	+0,0	Jutta Hutsebaut AVZK	n/a	24/09/2016 Nijvel
<input type="checkbox"/>	2		4,20	n/a	Liesbet Van Roie AVZK	20/01/1981	04/10/1992 Turnhout
<input type="checkbox"/>	2		4,20	n/a	Ella-Louise Eggers AVZK	22/11/2013	08/09/2024 Lier
<input type="checkbox"/>	4		3,75	n/a	Maike Van den Wyngaert AVZK	07/01/2013	14/09/2024 Merksem (Antwerpen)
<input type="checkbox"/>	5		3,74	n/a	Xana Gendarme AVZK	29/04/2004	16/08/2015 Ninove
<input type="checkbox"/>	6		3,66	n/a	Onah Claes AVZK	16/05/2011	25/06/2022 Lier
<input type="checkbox"/>	6		3,66	n/a	Anna Vandille AVZK	05/01/2013	14/09/2024 Merksem (Antwerpen)
<input type="checkbox"/>	8		3,65	n/a	Sarie Milloen AVZK	22/06/2005	16/08/2015 Ninove
<input type="checkbox"/>	9		3,63	n/a	Lize Laenen AVZK	13/05/2013	14/09/2024 Merksem (Antwerpen)
<input type="checkbox"/>	10		3,61	n/a	Kato Luyts AVZK	05/05/2008	30/05/2019 Mol

Als je onze ranglijst geselecteerd hebt, kan je ook naar de clubrecords gaan

Je kan kiezen uit indoor of outdoor en dan de juiste categorie

voorbeeld

Outdoor - Miniemen Jongens

Zoek een deelnemer in deze lijst

[Uitslag toevoegen](#) [Importeer uitslagen](#)

Onderdeel	Prestatie	Wind	Atleet	Geb	Datum
80 meter	10,24	n/a	Jan Deca AVZK	21/02/1986	28/08/1999 Nijvel
150 meter	19,02	n/a	Jan Deca AVZK	21/02/1986	25/09/1999 Booischoot
300 meter	41,78		Sander Milloen AVZK	06/05/2002	18/10/2015 
1000 meter	3:03,15		Senne Van den Schoor AVZK	19/04/2001	24/08/2014 
80 meter horden (76cm)	12,37	n/a	Sander Milloen AVZK	06/05/2002	26/09/2015 Nijvel
150 meter horden (76cm)	20,84	n/a	Sander Milloen AVZK	06/05/2002	29/05/2015 Lier
1000m Snelwandelen	6:16,70		Jeroen Pauwels AVZK	n/a	01/06/2002 Merksem
3000m Snelwandelen	21:22,54		Jeroen Pauwels AVZK	n/a	26/08/2001 Duffel
Hoogspringen	1,65		Alec Everdepoel AVZK	19/03/2011	28/09/2024 Nijvel

### 3. Top 10 België outdoor

HEREN		DAMES	
<b>Pupillen</b>		<b>Miniemen</b>	
1000m	10 Van de Put Sem	verspringen	7 Ella-Louise Eggers
		<b>AC</b>	
		100m	7 Lotte Van Lent
		<b>Masters</b>	
		speer 500g	4 Smets René
		hamer 4 kg	8 Smets René

Lotte blijft bij de snelste vrouwen van het land.

In totaal 4 atleten van onze club in een nationale top-10, 4 minder dan vorig jaar

Volgend jaar zijn het er gegarandeerd meer, want vele goeie jeugdathleten waren eerstejaars.

## 4. PODIUMPLAATSEN OP KAMPIOENSCHAPPEN

### GOUD

Naam	Proef	Kampioenschap	Categorie	Locatie	Datum
Van de Put Sem	cross	BK	pup	Hulshout	17-nov-24
Van de Put Sem	cross	PK	pup	Arendonk	04-jan-25
Smets René	hinkstap	PK indoor master:	M70	Gent	22-feb-25
Smets René	hoog	PK indoor master:	M70	Gent	22-feb-25
Van Aelst Dirk	1500m	PK indoor master:	M60	Gent	22-feb-25
De Coninck Ilse	200m	PK indoor master:	W50	Gent	22-feb-25
De Coninck Ilse	400m	PK indoor master:	W50	Gent	22-feb-25
Van Lent Jurgen	kogel	PK indoor master:	M55	Gent	22-feb-25
De Veuster Ilse	60m	PK indoor master:	W50	Gent	22-feb-25
Van der Aa Karen	60m	PK indoor master:	W40	Gent	22-feb-25
Van Winckel Lieve	kogel	PK indoor master:	W40	Gent	22-feb-25
Beyens Stefan	kogel	PK indoor master:	M35	Gent	22-feb-25
Verelst Léon	100m	PK	schol	Duffel	27-apr-25
Bassleer Katinka	1500m	PK	AC	Duffel	27-apr-25
Everdepoel Alec	hoog	PK	cad	Duffel	27-apr-25
Van de Put Sem	1000m	PK	pup	Mol	25-mei-25
Eggers Ella-Louise	ver	PK	min	Mol	25-mei-25
Everdepoel Alec	8-kamp	PK meerkamp	cad	Gent	25-mei-25
Smets René	hoog	BK masters	M70	Sint-Niklaas	22-jun-25
Aerts Geike	200m	BK atl met beperk	AC	Brussel	03-aug-25
Nevelsteen Staf	1500m	PK masters	M70	Merksem	21-sep-25
Smets René	hoog	KVV + PK master	M70	Merksem	21-sep-25
Smets René	hinkstap	KVV + PK master	M70	Merksem	21-sep-25
Van den Acker Paul	800m	PK masters	M60	Merksem	21-sep-25
Van Aelst Dirk	1500m	PK masters	M60	Merksem	21-sep-25
De Veuster Ilse	100m	KVV + PK master	W50	Merksem	21-sep-25
De Veuster Ilse	200m	PK masters	W50	Merksem	21-sep-25
Van Winckel Lieve	discus	PK masters	W45	Merksem	21-sep-25
De Raet Jan	400m	PK masters	M60	Merksem	21-sep-25
Van Lent Jurgen	speer	PK masters	M55	Merksem	21-sep-25
Dévière Elisabeth	100m	KVV + PK master	W45	Merksem	21-sep-25
Dévière Elisabeth	200m	PK masters	W45	Merksem	21-sep-25

### ZILVER

Laenen Lize	60m	PK indoor	min	Hoboken	15-dec-24
Everdepoel Alec	hoog	PK indoor	cad	Gent	11-jan-25
Henderickx Sander	ver	PK indoor	AC	Gent	11-jan-25
Verlinden Timo	800m	PK indoor	jun	Gent	11-jan-25
Van den Schoor Senne	1500m	KVV indoor	AC	Gent	26-jan-25
Smets René	hinkstap	BK indoor master:	M70	Gent	22-feb-25
Smets René	hoog	BK indoor master:	M70	Gent	22-feb-25
De Coninck Ilse	200m	BK indoor master:	W55	Gent	22-feb-25
De Coninck Ilse	400m	BK indoor master:	W55	Gent	22-feb-25
De Raet Jan	400m	PK indoor master:	M55	Gent	22-feb-25
Van Winckel Lieve	60m	PK indoor master:	W40	Gent	22-feb-25
Everdepoel Alec	100m horden	PK	cad	Mol	26-apr-25
Henderickx Sander	polsstok	PK	AC	Mol	26-apr-25
Beyens Stefan	kogel	PK	AC	Duffel	27-apr-25
Verelst Léon	200m	PK	schol	Duffel	27-apr-25
Smets René	100m	BK masters	M70	Sint-Niklaas	22-jun-25

## Podia

De Coninck Ilse	400m	BK masters	W55	Sint-Niklaas	22-jun-25
Aerts Geike	100m	BK atl met beperk	AC	Brussel	02-aug-25
Laenen Lize	4x80m	PK	min	Bornem	24-aug-25
Van den Wijngaert Maitte	4x80m	PK	min	Bornem	24-aug-25
Jozefien	4x80m	PK	min	Bornem	24-aug-25
Eggers Ella-Louise	4x80m	PK	min	Bornem	24-aug-25
Remi Decker	4x100m	PK	masters	Bornem	24-aug-25
Jurgen Van Lent	4x100m	PK	masters	Bornem	24-aug-25
Jan De Raet	4x100m	PK	masters	Bornem	24-aug-25
Verelst Wim	4x100m	PK	masters	Bornem	24-aug-25
Dévière Elisabeth	4x100m	PK	masters	Bornem	24-aug-25
Van Winckel Lieve	4x100m	PK	masters	Bornem	24-aug-25
Van der Aa Karen	4x100m	PK	masters	Bornem	24-aug-25
De Veuster Ilse	4x100m	PK	masters	Bornem	24-aug-25
De Veuster Ilse	4x100m	BK	masters	Woluwe	14-sep-25
De Coninck Ilse	4x100m	BK	masters	Woluwe	14-sep-25
Van Winckel Lieve	4x100m	BK	masters	Woluwe	14-sep-25
Dévière Elisabeth	4x100m	BK	masters	Woluwe	14-sep-25
Van Aelst Dirk	1500m	KVV masters	M60	Merksem	21-sep-25
Dévière Elisabeth	200m	PK masters	W45	Merksem	21-sep-25
De Veuster Ilse	200m	KVV masters	W50	Merksem	21-sep-25
Nevelsteen Staf	1500m	KVV masters	M70	Merksem	21-sep-25

### **BRONS**

Henderickx Sander	polstok	PK indoor	AC	Gent	11-jan-25
Rits Jonas	800m	PK indoor	jun	Gent	11-jan-25
Vanderghinste Giel	400m	PK indoor	cad	Gent	11-jan-25
Busschodts René	kogel	PK indoor master:	M65	Gent	22-feb-25
Van Lent Jurgen	kogel	BK indoor master:	M55	Gent	22-feb-25
Da costa souza silva J.	100m	PK	schol	Duffel	27-apr-25
Laenen Lize	150m	PK	min	Mol	25-mei-25
Laenen Lize	80m	PK	min	Mol	25-mei-25
Van Aelst Dirk	10000m	BK masters	M60	Duffel	09-jun-25
Van Aelst Dirk	800m	BK masters	M60	Sint-Niklaas	22-jun-25
Smets René	hinkstap	BK masters	M70	Sint-Niklaas	21-jun-25
Van Winckel Lieve	werpvijfkamp	BK masters	W40	Sint-Niklaas	12-jul-25
Everdepoel Alec	hoog	KVV	cad	Deinze	15-aug-25
Nevelsteen Staf	800m	PK masters	M70	Merksem	21-sep-25
De Raet Jan	400m	KVV masters	M60	Merksem	21-sep-25
Van Lent Jurgen	speer	KVV masters	M55	Merksem	21-sep-25
Van Winckel Lieve	kogel	PK masters	W45	Merksem	21-sep-25

### **Ereplaatsen**

Van den Schoor Senne	veldloop	BK	AC	Hulshout	17-nov-24
Bassleer Katinka	veldloop	BK	AC	Hulshout	17-nov-24
Van Lent Lotte	60m	BK indoor	AC	Gent	23-feb-25
Van Aelst Dirk	200m	BK masters	M60	Sint-Niklaas	22-jun-25
Beyens Stefan	discus	BK masters	M35	Sint-Niklaas	22-jun-25
Beyens Stefan	kogel	BK masters	M35	Sint-Niklaas	22-jun-25
Nevelsteen Staf	1500m	BK masters	M70	Sint-Niklaas	21-jun-25
Smets René	ver	BK masters	M70	Sint-Niklaas	21-jun-25
De Raet Jan	400m	BK masters	M55	Sint-Niklaas	21-jun-25



## 5. VERBETERDE CLUBRECORDS INDOOR

Onderdeel	Prestatie Atleet	Geb	Plaats	Datum
14				
<b>Indoor - Miniemen Vrouwen</b>				
4 x 200 meter	2:06,70 Ella-Louise Eggers/Maite Van den Wijngaert/Josefien Jacobs/Lize Laenen		Gent	30/11/2024
<b>Indoor - Masters 50-54 Vrouwen</b>				
200 meter	32'12 Ilse De Veuster	19/07/1970	Gent	22/02/2025
<b>Indoor - Masters 55-59 Vrouwen</b>				
200 meter	38"76 Ilse De Coninck	7/10/1969	Gent	11/01/2025
300 meter	1'03"22 Ilse De Coninck	7/10/1969	Gent	21/12/2024
400 meter	1'28"57 Ilse De Coninck	7/10/1969	Gent	9/03/2025
600 meter	2'30"07 Ilse De Coninck	7/10/1969	Gent	8/12/2024
<b>Indoor - AC Heren</b>				
800m	1'56"58 Senne Van den Schoor	19/04/2001	Gent	1/02/2025
1500m	3'57"73 Senne Van den Schoor	19/04/2001	Gent	23/02/2025
<b>Indoor - Masters 35-39 Mannen</b>				
Kogelstoten 7,26 kilogram	12,03 Stefan Beyens	30/09/1987	Gent	22/02/2025
<b>Indoor - Masters 55-59 Mannen</b>				
300 meter	48,75 Jan De Raet	16/07/1965	Gent	21/12/2024
600 meter	1,49'47 Jan De Raet	16/07/1965	Gent	8/12/2024
Kogelstoten 6 kilogram	10,27 Jurgen Van Lent	8/11/1968	Gent	22/02/2025
<b>Indoor - Masters 70-74 Mannen</b>				
kogel	8,33 René Smets	10/05/1953	Heusden-Zolder	27/12/2024
hoog	1,15 René Smets	10/05/1953	Mol	30/11/2024

## VERBETERDE CLUBRECORDS OUTDOOR

Onderdeel Prestatie Atleet Geb Plaats Datum

26 verbeterde outdoorrecords bij de mannen en 23 bij de vrouwen. De grote meerderheid was bij de masters, zowel mannen als vrouwen. Echter ook 3 clubrecords alle categorieën op klassieke nummers dan nog. Katinka verbeterde haar eigen clubrecords op 800 en 1500m. De toen nog 15-jarige Léon Verelst liep AC record op de 100m sprint tijdens het Belgisch kampioenschap scholieren.

### VROUWEN

49				
<b>Outdoor -Benjamins Vrouwen</b>				
vortex	17m60 Lili Verschooten	15/04/2017	Duffel	1/05/2025
<b>Outdoor - AC Vrouwen</b>				
600 meter	1:37,48 Katinka Bassleer	29/12/1999	Gent	25/06/2025
800m	2:14'70 Katinka Bassleer	29/12/1999	Kortrijk	12/07/2025
1500m	4'32'19 Katinka Bassleer	29/12/1999	Brussel	3/08/2025
uurloop	13004m Linde Van Aelst	12/09/2000	Booischtot	16/05/2025
gewichtwerpen (9,08 kg)	6m80 Lieve Van Winckel	10/07/1980	Sint-Niklaas	12/07/2025
werpvijfkamp	1278 ptn Lieve Van Winckel	10/07/1980	Sint-Niklaas	12/07/2025
<b>Outdoor - Masters 40-44 Vrouwen</b>				
400 meter horden (76cm)	1:32,68 Karen Van Der Aa	18/09/1980	Mol	18/05/2025
<b>Outdoor - Masters 45-49 Vrouwen</b>				
discus	25m40 Lieve Van Winckel	10/07/1980	Lommel	6/09/2025
gewichtwerpen (9,08 kg)	6m80 Lieve Van Winckel	10/07/1980	Sint-Niklaas	12/07/2025
hamerslingeren 4 kilogram	19m07 Lieve Van Winckel	10/07/1980	Sint-Niklaas	12/07/2025
werpvijfkamp	1660 ptn Lieve Van Winckel	10/07/1980	Sint-Niklaas	12/07/2025
verspringen	3m84 Karen Van Der Aa	18/09/1980	Turnhout	27/09/2025
<b>Outdoor - Masters 50-54 Vrouwen</b>				
100 meter	15,07 De Veuster Ilse	19/07/1970	Oudenaarde	15/06/2025
discus	19m35 Katrien Mondelaers	19/02/1975	Booischtot	16/05/2025
<b>Outdoor - Masters 55-59 Vrouwen</b>				

100 meter	15,45 De Veuster Ilse	19/07/1970 Antwerpen	21/09/2025
150 meter	27,19 De Coninck Ilse	7/10/1969 Edegem	13/09/2025
200 meter	32,11 De Veuster Ilse	19/07/1970 Antwerpen	21/09/2025
300 meter	58,70 De Coninck Ilse	7/10/1969 Vilvoorde	7/09/2025
400 meter	1'26"84 De Coninck Ilse	7/10/1969 Tessenderlo	20/08/2025
1500 meter	7'14"68 De Coninck Ilse	7/10/1969 Mol	18/05/2025
verspringen	2m21 De Coninck Ilse	7/10/1969 Oudenaarde	15/06/2025

**MANNEN****Outdoor - Benjamins Mannen**

stoten	7m50 Lars Van Puyenbroeck	18/02/2016 Mechelen	1/06/2025
--------	---------------------------	---------------------	-----------

**Outdoor - Scholieren Mannen**

100 meter	11"12 Léon Verelst	11/10/2009 Herentals	30/08/2025
150 meter	17"06 Léon Verelst	11/10/2009 Kapellen	20/07/2025

**Outdoor - Junioren Mannen**

4 x 100 meter	44"14 Brent Valenne - Jonatan Da Coste Souza Silva - Tegge Verschaeren - Léon Verelst	Mol	18/05/2025
---------------	--	-----	------------

**Outdoor - AC Mannen**

100 meter	11"12 Léon Verelst	11/10/2009 Herentals	30/08/2025
150 meter	17"06 Léon Verelst	11/10/2009 Kapellen	20/07/2025
2 mijl	9'32"99 Tibo Coremans	11/02/2001 Tessenderlo-Ham	17/09/2025
4 x 100 meter	43"72 Brent Valenne - Sander Henderickx - Maarten Lambrechts - Léon Verelst	Bornem	24/08/2025

**Outdoor - Masters 35-39 Mannen**

discus 2kg	36,36 Stefan Beyens	30/09/1987 Sint-Niklaas	22/06/2025
kogel 7,26 kg	12,59 Stefan Beyens	22/09/1987 Herentals	1/05/2025
speerwerpen 800g	37,86 Stefan Beyens	22/09/1987 Herenthout	5/07/2025

**Outdoor - Masters 60-64 Mannen**

150m	22,42 Jan De Raet	16/07/1965 Edegem	13/09/2025
300m	47'44 Jan De Raet	16/07/1965 Hasselt	27/07/2025
600m	1'44"44 Jan De Raet	16/07/1965 Tessenderlo	17/09/2025
800m	2'25"44 Jan De Raet	16/07/1965 Lommel	6/09/2025
1000m	3'13"43 Jan De Raet	16/07/1965 Kortenberg	30/08/2025
mijl	5'43"91 Jan De Raet	16/07/1965 Vilvoorde	7/09/2025

**Outdoor - Masters70-74 Mannen**

1500m	6'53"90 Staf Nevelsteen	4/03/1955 Sint-Niklaas	21/06/2025
mijl	7'44"22 Staf Nevelsteen	4/03/1955 Tessenderlo	20/08/2025
5000m	24'33"63 Staf Nevelsteen	4/03/1955 Herentals	6/08/2025
10000m weg	50'24"0h Staf Nevelsteen	4/03/1955 Mechelen	16/03/2025
uurloop	11,451m Staf Nevelsteen	4/03/1955 Booischot	16/05/2025
kogelslingeren 4 kg	20m92 René Smets	10/05/1953 Tessenderlo	28/06/2025
kogel	8m39 René Smets	10/05/1953 Mol	9/08/2025
gewichtwerpen	9m99 René Smets	10/05/1953 Sint-Niklaas	12/07/2025
hoog	1m20 René Smets	10/05/1953 Tessenderlo	28/06/2025

## 6. ANDERE RECORDS

### PROVINCIALE RECORDS

#### BENJAMINS jongens

4 x 60 m	36"98	Bassleer Joren Verbocht Jens Laporte Vincent Michiels Tibo	Nijvel	23/09/2006
----------	-------	---	--------	------------

#### PUPILLEN jongens

hoogspringen	1m52	Everdepoel Alec	Nijvel	24/09/2022
Hockeybalwerpen	63m42	Laporte Vincent	Bree	6/09/2008

#### MINIEMEN meisjes

150m (indoor)	19"98	Van Lent Lotte	Gent	22/02/2014
Discus	38m20	Gendarme Xana	Genk	10/09/2017
Polstok	3m35	Milloen Sarie	Nijvel	29/09/2018
Polstok (indoor)	2m83	Milloen Sarie	Tienen	10/02/2018

#### MINIEMEN jongens

hoogspringen (indoor)	1m58	Everdepoel Alec	Heusden	12/03/2023
discus	43m78	Milloen Sander	Gentbrugge	23/08/2015
5-kamp indoor	3298 ptn	Milloen Sander	Hoboken	8/02/2015
5-kamp	3726 ptn	Milloen Sander	Tessenderlo	28/08/2015

#### CADETTEN meisjes

Polstok (indoor)	3m50	De Vocht Elien	Gent	27/02/2010
Polstok	3m76	Milloen Sarie	Booischoot	7/06/2019

#### CADETTEN jongens

achtkamp	4956 ptn	Milloen Sander	Deinze	20/08/2017
----------	----------	----------------	--------	------------

#### SCHOLIEREN meisjes

60m (indoor)	7"57	Van Lent Lotte	Gent	5/03/2017
Polstok (indoor)	3m90	De Vocht Elien	Gent	26/02/2012

#### ALLE CATEGORIEËN vrouwen

Polstok	4m25	De Vocht Elien	Bertrix	14/07/2016
---------	------	----------------	---------	------------

### BELGISCHE RECORDS

#### MASTERS mixed 55

4 x 400m	4'54"79	Jan De Raet (AVZK) Gillhaus Angélique (AVZK) Dirk Van Aelst (AVZK) Ilse De Coninck (AVZK)	Turnhout	28/09/2025
----------	---------	--	----------	------------

#### MASTERS mixed 45

4 x 400m	4'47"51	Jan De Raet (AVZK)	Lebbeke	16/08/2025
----------	---------	--------------------	---------	------------

V. Tanghe  
D. Van Campenhout  
**Ilse De Coninck (AVZK)**

**MASTERS mixed 40**

4 x 400m indoor 4'59"51

**Remi Decker (AVZK)** Gent  
**Ilse De Coninck (AVZK)**  
**Wim verelst (AVZK)**  
**Ilse De Veuster (AVZK)**

7/12/2024

**MASTERS vrouwen W45**

4 x 200 meter (indoor) 1'54"89

Vandooren Bénédicte (USBW) Gent 20/03/2011  
Dejonghe Saskia (ACME)  
Andries Gerda (AVKA)

4 x 800 meter 10'26"77

**Gillhaus Angélique (AVZK)** Zwevegem 6/06/2009  
Vranckx Maria (ACHL)  
Haspeslagh Charlotte (AVMO)  
**Van Tricht Kristina (AVZK)**  
Scholliers Hilde (LEBB)

**MASTERS vrouwen W65**

3000 meter (indoor) 13'54"17

De Preter Berthilia Birmingham (UK) 28/02/1997

1 uur 12.467 m

De Preter Berthilia Wespelaar 4/10/1996

**MASTERS heren M40**

4 x 800 meter 8'12"94

**VAN LENT Jurgen (AVZK)** Zwevegem 6/06/2009  
Neefs Marc (DCLA)  
Hellinx David (WIBO)  
Luyens Yves (RCB)

**MASTERS heren M45**

3000 meter 8'33"70

De Vocht Peter Ninove 29/08/2007

3000 m (indoor) 8'43"03

De Vocht Peter Gent 17/02/2008

5000 meter 14'42"96

De Vocht Peter Heusden 20/07/2008

10.000 meter 30'37"01

De Vocht Peter Herentals 7/09/2007

1 uur 18.517 m

De Vocht Peter Woluwe 16/10/2005

24 uur 240.777 m

Vekemans Alfons Izegem 29/30-06-96

4 x 1500 meter 17'23"24

**De Vocht Peter (AVZK)** Zwevegem 4/07/2010

Vervaeet Dirk (Avlo)

Gryp Lieven (Vac)

**Van De Steene Koenraad (AVZK)****MASTERS heren M50**

10.000 meter 30'55"17

De Vocht Peter Tessenderlo 8/09/2010

24 uur 230.224 m

Vekemans Alfons Almere (Ned.) 5/6-10-01

**MASTERS heren M60**

4 x 1500 meter 21'09"59

**Boexstaens Johny (AVZK)** Zwevegem 4/07/2010

Van Noten Omer (Roba)

Claessens Jozef (Volh)

Biaumet André (Aclo)

**MASTERS heren M65**

800m (indoor) 2'23"58

Boexstaens Johny Gent 8/03/2014

1500m (indoor) 4'50"42

Boexstaens Johny Boedapest 30/03/2014

1000m 3'08"78

Boexstaens Johny Booschot 22/05/2015

2000m steeple 7'42"01

Boexstaens Johny Lyon (FR) 16/08/2015

Tienkamp (IAAF) 1341 ptn

Meuris Alfons Ninove 3/10/1999

**MASTERS heren M70**

Vijfkamp (IAAF)	734 ptn	Meuris Alfons	Mechelen	19/09/2004
-----------------	---------	---------------	----------	------------

**MASTERS heren M75**

Tienkamp (WMA)	3477 ptn	Meuris Alfons	Schaerbeek	3/10/2008
----------------	----------	---------------	------------	-----------

**MASTERS heren M80**

80m horden	24"04	Meuris Alfons	Schaerbeek	29/09/2013
10-kamp (WMA)	2461ptn	Meuris Alfons	Schaerbeek	29/09/2013

## 7. PISTERECORDS 'DE LICHTEN'

### DAMES

60m	8"78	Hermans Fleur	P	LYRA	16/06/2018
80m	10"44	Good-luck Kossi	M	AVLL	24/06/2023
100m	12"49	Van Lent Lotte	C	AVZK	27/05/2016
150m	19"06	Bula Bula Chadrak Belinda	M	VMOL	16/06/2018
200m	24"51	Daems Sandrine	S	RCB	25/09/1999
300m	41"52	Janssens Jana	J	VMOL	2/06/2017
400m	59"06	Miri Yasmina	C	MAC	16/05/2009
600m	2'03"15	Verschoren Femke	B	LYRA	23/05/2009
800m	2'12"65	Schils Marlies	J	MAC	16/05/2009
1000m	2'55"47	Kennes Klaartje	S	ROBA	7/09/2001
1500m	4'28"79	Braem Kirsten	L	AVT	4/09/2002
1 mijl	5'23"10	Jacobs Marijke	J	LIER	4/09/2002
2000m	6'37"59	Goossens Patricia	J	SACN	25/09/1999
3000m	10'22"75	Hofmans Evelien	J	OLSE	20/04/2002
2 mijl	11'22"06	Aubroeck Friedl	J	ACKO	31/05/2024
10000m	39'06"12	Vranckx Maria	W40	ACHL	2/07/2005
60m horden	9"63	Meulders Marie	M	AVZK	17/06/2017
80m horden	12"74	Uttersprot Ellen	C	AT84	20/04/2002
100m horden (0,76)	14"2	HT De Jaegher Evi	L	ACHL	20/04/2002
100m horden (0,84)	15"39	Aerts Sara	J	AVOS	20/04/2002
150m horden	21"13	Peeters Fien	M	ROBA	24/06/2023
300m horden	50"31	Nuyts Christien	C	ACHL	20/04/2002
400m horden	63"90	Belmans Else	J	ACHL	20/04/2002
1500m steeple	5'05"77	Vermeulen Heleen	C	KAPE	27/05/2016
2000m steeple	7'02"08	Sijmens Charlotte	C	DCLA	27/05/2011
3000m steeple	11'01"26	Gounakis Vasilija	J	VMOL	27/05/2016
uurloop	13460m	Peeters Karen	W50	BONH	3/06/2022
Verspringen	5m89	Brasseur Bo	S	DCLA	7/06/2019
Hinkstapspringen	10m61	Jansen Greet	L	ACHL	20/04/2002
Hoogspringen	1m85	Glenka Antonia	S	NED	8/02/2025
Polstok	3m76	De Vocht Elien	L	AVZK	25/05/2012
		Milloen Sarie	C	AVZK	7/06/2019
Kogel (2 kg)	13m38	Van Puyvelde Hannah	M	SPBO	29/06/2002
Kogel (3 kg)	15m26	Defrère Elena	L	DCLA	1/06/2018
Kogel (4 kg)	12m47	Wouters Annelies	J	ACHL	4/07/2003
Speer (400 g)	35m47	Van Puyvelde Hannah	M	SPBO	7/09/2002
Speer (500 g)	48m29	Van Den Brulle Katoke	L	ALVA	14/04/2013
Speer (600 g)	44m92	Willemsen Elfje	L	ARAC	20/04/2002
Discus (600 g)	33m82	Katelijne Lyssens	M	ROBA	21/06/2008
Discus (750 g)	30m24	Liefooghe Jo-anne	M	DUFF	18/06/2016
Discus (1 kg)	44m47	Emmerzaal Jill	S	NED	2/06/2017
4 x 60 meter	34"40	OLSE	P		14/06/2014
4 x 80 meter	42"58	DCLA	M		22/06/2013
3 x 600 meter	5'24.56	DUFF	M		17/06/2017
4 x 100 meter	47"87	WIBO	AC		22/08/2001
4 x 200 meter	1'42"20	WIBO	AC		22/08/2001
4 x 400 meter	4'06"65	Atletica 84	S		22/08/2001
4 x 800 meter	9'45"05	VMOL	AC		17/08/2014
Olymp. aflossing	4'43"78	AVZK	AC		20/08/2003
Vierkamp	2295 ptn	Van de Velde Sofie	P	DUFF	23/05/2009
Vijfkamp	3186 ptn	Gevers Tasja	M	VOLH	21/05/2005
1 km snelw.	7'08"55	Weymiens Marjolein	M	DUFF	1/07/2000

Pisterecords

**HEREN**

60m	8"54	Hendrickx Neil	P	DUFF	16/06/2012
80m	9"92	Devrindt Sander	M	AVT	22/05/2004
100m	10"86	Caethoven Dave	S	LIER	6/07/2001
150m	18"90	Justens Ruud	M	ACHL	25/09/1999
200m	21"89	Caethoven Dave	S	LIER	20/04/2002
300m	34"50	Rummens Tim	S	DCLA	18/04/2014
400m	48"40	Vanchaze Tom	S	AVT	16/05/2004
600m	1'56"89	Van de Schoor Senne	B	AVZK	19/06/2010
800m	1'55"23	Keepers Gunther	S	ACHL	20/04/2002
1000m	2'26"81	Valgaeren Sam	S	HULS	23/05/2014
1500m	4'00"12	Verhaert Kris	S	HULS	4/09/2002
2000m	5'33"61	Verschoren Pieter	S	ROBA	18/04/2014
3000m	8'28"27	Pauwels Roel	S	VMOL	16/05/2004
2 mijl	9'08"42	Van Loo Sven	S	ROBA	6/07/2001
5000m	15'16"23	De Vocht Peter	M45	AVZK	10/06/2007
10000m	32'13"77	Laerte Dennis	S	DUFF	2/07/2005
uurloop	16925m	Huybrechts Jurgen	M40	AVZK	3/06/2022
60m horden	10"47	Wouters Robbe	P	ABES	24/06/2023
80m horden	12"63	Van Genechten Jorre	M	ACHL	22/06/2024
150m horden	21"86	Van Genechten Jorre	M	ACHL	24/06/2023
300m horden	46"33	Delvaux Tom	C	ADD	5/05/2001
400m horden	57"05	Swinnen Peter	J	ADD	16/05/2004
1500m steeple	4'29"09	Peeters Dries	C	ACBR	23/05/2014
2000m steeple	6'06"60	Van de Velde Tim	L	DUFF	27/05/2016
3000m steeple	9'27"14	Hendrickx Tomas	S	ARAC	23/05/2014
Verspringen	6m80	Buys Lukas	L	SGOL	25/05/2007
Hinkstapspringen	13m66	Van Regenmortel Pieter	S	SGOL	16/05/2004
Hoogspringen	2m24	Carmoy Thomas	S	RCABW	8/02/2025
Polstokspringen	4m51	Van Nuffel Thomas	L	AVZK	22/05/2015
Kogel (2 kg)	10m48	Ceulemans Seppe	P	AVZK	24/05/2010
Kogel (3 kg)	11m84	Janssens Ken	M	ACHL	30/06/2001
Kogel (4 kg)	14m39	Van Lysebetten Kristof	C	AT84	5/05/2001
Kogel (5 kg)	14m99	Mergaerts Jan	L	ROBA	20/08/2003
Kogel (6 kg)	12m77	Steffen Janssens	J	AVZK	23/05/2008
Kogel (7,260 kg)	14m36	Beyens Stefan	S	ACHL	27/05/2011
Speer (400 g)	43m14	Fredrickx Tjorben	M	HAKI	24/06/2023
Speer (600 g)	60m62	Laporte Vincent	C	AVZK	15/04/2012
Speer (700 g)	64m10	Laporte Vincent	L	AVZK	14/04/2013
Speer (800 g)	55m55	De Preter Mathias	S	OEH	7/07/2000
Discus (600 g)	30m67	Naulaerts Joachim	P	ACBR	1/07/2000
Discus (750 g)	42m22	Huts Gerbrand	M	RCT	21/05/2011
Discus (1 kg)	46m83	Laporte Vincent	C	AVZK	25/05/2012
Discus (1,5 kg)	43m98	Mergaerts Jan	L	ROBA	20/08/2003
Discus (1,75 kg)	39m33	Dhaenens Wout	J	OEH	7/06/2019
Discus (2 kg)	48m31	Van Dijk Philip	S	Duitsland	18/04/2014
4 x 60 meter	34"55	DUFF	P		16/06/2012
4 x 80 meter	42"29	AVZK	M		17/08/2014
3 x 600 meter	5'18"41	DUFF	M		22/06/2019
4 x 100 meter	43"23	A.C. Lierse	AC		22/08/2001
4 x 200 meter	1'30"02	A.C. Lierse	AC		22/08/2001
4 x 400 meter	3'21.67	ARAC	AC		17/08/2014
4 x 800 meter	8'02.88	ACHL	L		17/08/2014
4 x 1500 meter	16'22"04	A.C. Duffel	AC		22/08/2001
Olymp. aflossing	3'34"03	Looise	AC		4/09/2002
Vierkamp	2357 ptn	Van Dyck Jorn	P	ACHL	23/05/2009
Vijfkamp	4116 ptn	Lemmens Frederik	M	GENK	22/05/2004
1 km snelw.	6'06"61	Schepers Koen	P	DUFF	1/07/2000

Pisterecords

5 km snelw.	29'03"51	De Rede Marcel	M40	BRAB	20/04/2002
-------------	----------	----------------	-----	------	------------