‘t Vedetteke

2026 – nr. 4

bpost
PB-PP
BELGIE(N) - BELGIQUE

Afgiftekantoor
1830 Machelen
P508777

Oktober - december 2026



Johan Van Pee, starter op de grootste meetings van het land

Het volgende Vedetteke verschijnt in oktober 2026.
Stuur uw artikels voor 15 december naar
“ludo.jappens@telenet.be”

Driemaandelijks tijdschrift van de VZW Koninklijke Machelse Atletiekclub
V.U.: G. Dierckx, C. Peetersstraat 22, 1830 Machelen

www.machelen-ac.be



Oktober

MAHER AKICHOUCH
NOOR AKICHOUH
LILOU BEAZAER
MAHER BENNIS
MATHIS BICENTO SISI
SOUHEYB BOUZIA
BRIGITTE DE MESMAEKER
SOFIE DELABIE
NAJET GHAZOUANI
MARINE NANGE
MARCEL NOBELS
MARLEEN ROMBAUTS
TOON VAN BAELEN
SALMA ZINE
NIHAL ZIZAOUI

November

HAROON AKAYCHOUH
ISHAAQ AKAYCHOUH
MEYSA AKICHOUCH
TESNEEM AKICHOUH
LINA ASNOUSS
REBECCA BARAMOTO
GUY CRABBE
NADIA DE MESMAEKER
HOUDEYFA EL HASSOUNI
MATEO HAZELEER
ANNA QUANSAH
ELS SCHERPEREEL
MEYSA AKICHOUCH
ANNA QUANSAH

December

SEBASTIAAN BERCKMANS
ELINE BERTENS
CONAN DE PAUW
RYAN DURINCKX
MARK LIEKENS
ALARIC MULANGU LEGREVE
SPENCER LILY VAN DAMME
LILY-ROSE VAN ROIJ
CONAN DE PAUW
RYAN DURINCKX
MARK LIEKENS
ALARIC MULANGU LEGREVE

Beste MAC-atleten en recreanten,

Op 1 november 2026 start het nieuwe werkjaar.
Vanaf vrijdag 2 oktober 2026 beginnen we met de inschrijvingen.

Het inschrijvingsformulier kan je van onze website downloaden, wij hebben ook inschrijvingsformulieren ter beschikking op de club. Bezorg het ingevuld terug aan de trainers of aan Guido Dierckx.
Op de website vind je tevens een document voor gedeeltelijke terugbetaling van jouw lidgeld door jouw mutualiteit. De bedragen van terugbetaling zijn bij elke mutualiteit wel verschillend. Vul het document in en bezorg het aan ons. Na ontvangst van de betaling van het lidgeld bezorgen wij dit document ondertekend terug.
Het inschrijvingsgeld mag je overschrijven op de rekening van MAC :
BE18 7512 0101 5665

- **Wedstrijdatleten : 110 €**
  Alle kinderen en jongeren tot 18 jaar moeten zich aansluiten als wedstrijdatleet. Wedstrijdatleten ontvangen een officieel VAL borstnummer en kunnen deelnemen aan veldlopen, in- en outdoor pistewedstrijden.
- **Recreanten en joggers : 90 €**
  Iedereen die ouder is dan 18 jaar en niet deelneemt aan wedstrijden of uitsluitend aan stratenlopen en joggings, kan inschrijven als recreant. Je ontvangt dan geen officieel VAL borstnummer.
- **Toeslag nieuwe leden:**
  Alle nieuwe leden betalen een éénmalig administratieve bijdrage van **20 €**, het lidgeld voor een atleet is dan 130 euro en voor recreanten/joggers 110 euro (inclusief de administratiekost)

Gezinskorting:
Gezinnen die inschrijven met drie of meer gezinsleden krijgen een korting van 20 € vanaf het derde lid.

Met sportieve groet,
Guido
Voorzitter KMAC

FAIR TEAM WEAR
ISPORT11
WWW.ISPORT11.BE

KMAC TRAININGEN voor nieuw seizoen 2026-2027

Koninklijke Machelse Atletiek Club **Seizoen 2026-2027**

categorie	geboortejaar	
Kangoeroes	° 2021-2020	laatste kleuterklas & 1de leerjaar
Benjamins	° 2019-2018	2de & 3de leerjaar
Pupillen	° 2017-2016	4de & 5de leerjaar
Miniemen	° 2015-2014	6de leerjaar & 1ste middelbaar
Cadetten	° 2013-2012	
Scholieren	° 2011-2010	
Juniors	° 2009-2008	
Seniors	° 2007 tot 35 jaar	
Masters	vanaf 35 jaar	

Kangoeroes met het geboortejaar 2022 kunnen pas vanaf eind augustus 2027/ begin september 2027) aansluiten.

KMAC TRAINERS :

- Jeugdtrainers (Kangoeroes tot Miniemen):
  - **Rebecca** Baramoto
  - **Fadwa** Chouhadi
  - **Mirte** Chovau
  - **Nadia** De Mesmaeker
  - **Jenthe** Timmermans
- Werptrainer :
  - **Walter** Vanden Eynde
- Sprint :
  - **Brigitte** De Mesmaeker
- Halve Fond / Fond / Steeple :
  - **Guy** Crabbé
- Sprint gevorderden / verspringen / hinkstapspringen :
  - **Danny** Pollet
- Jeugdcoördinator :
  - Nadia De Mesmaeker (nadia.de.mesmaeker@telenet.be)
- Vertrouwenspersoon :
  - Sophie Vanderougstraete (sophie.vanderougstraete@gmail.com)



Het **lidgeld** blijft voor seizoen 2026-2027 hetzelfde. Daarmee blijft onze club de goedkoopste van de streek. Met het formulier "*aanvraag tussenkomst lidmaatschap sportclub*", kan je zelfs een gedeelte van het lidgeld recupereren bij het ziekenfonds. Je krijgt bovendien 20 % korting vanaf het derde familielid.

- Elke houder van een Uitpas krijgt bij inschrijving 25 punten op de kaart
- Wie recht heeft op het kansentarief betaalt een aangepast tarief.

Taverne TB Bosveld
machelen

Sfeerbeelden training MAC

Aan de hand van sfeerbeelden, genomen op donderdag 24 september, stellen we jullie het trainerskorps van de MAC voor.



Aflossingstraining pupillen bij trainster ***Mirte***



Hoog, hoger, hoogst: de kangoeroes bij trainster ***Fadwa***



Kadetten Noah, Hannah (verborgen) en Ryan aan de kogelstand met trainer ***Walter***



Joeri en Bakuri koesteren de zware schijf. In het midden trainster ***Brigitte***



Hoogspringen bij ***Nadia***



Chris, Youssef, Johan, Marc, Joeri en Dirk staan klaar om hun intervaltraining aan te vatten.



Benjamins: verspringen met hindernissen bij trainster ***Jenthe***



De trainingsgroepjes van trainsters ***Jenthe*** *(link)s en* ***Rebecca*** *(rechts)*

www.kbc.be

Wat kan KBC voor ù betekenen?

KBC Bank & Verzekering
Van Obberghenstraat 4
1830 Machelen
Tel. 02 254 79 80 - fax 02 254 79 81

KBC



***Guy** en **Danny** zetten het trainingsparcours uit*



*Opwarming bij trainster **Mirte***



WIZARDS

IT ondersteuning

Elke werkdag van 9u30 tot 17u30

info@wizards.be
www.wizards.be

Dorpsplein 3 bus 5
B-1830 Machelen
02/305.35.99

RPR Brussel
BTW BE 0457.875.533

DE WIT
MACHELEN
VERWARMING & SANITAIR

installatie - herstellingen - onderhoud
CV gas en mazout - zonneboilers - warmtepompen
badkamerrenovatie

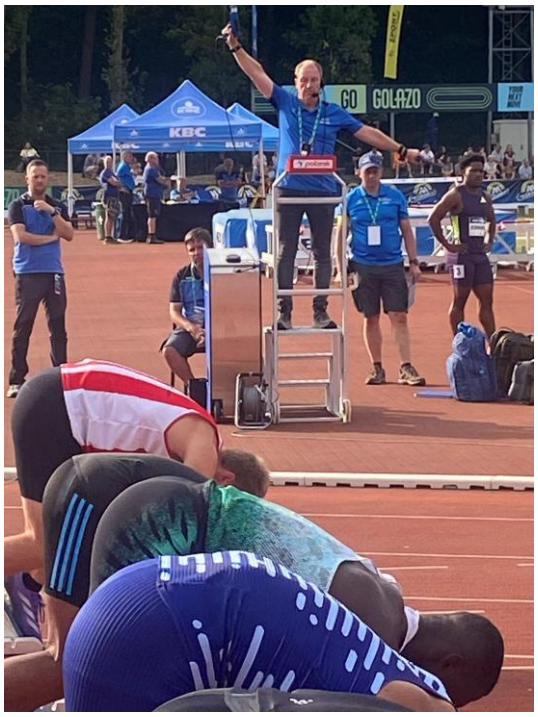
✆ 02 253 17 00
info@lucdewit.be
www.lucdewit.be



On your marks !

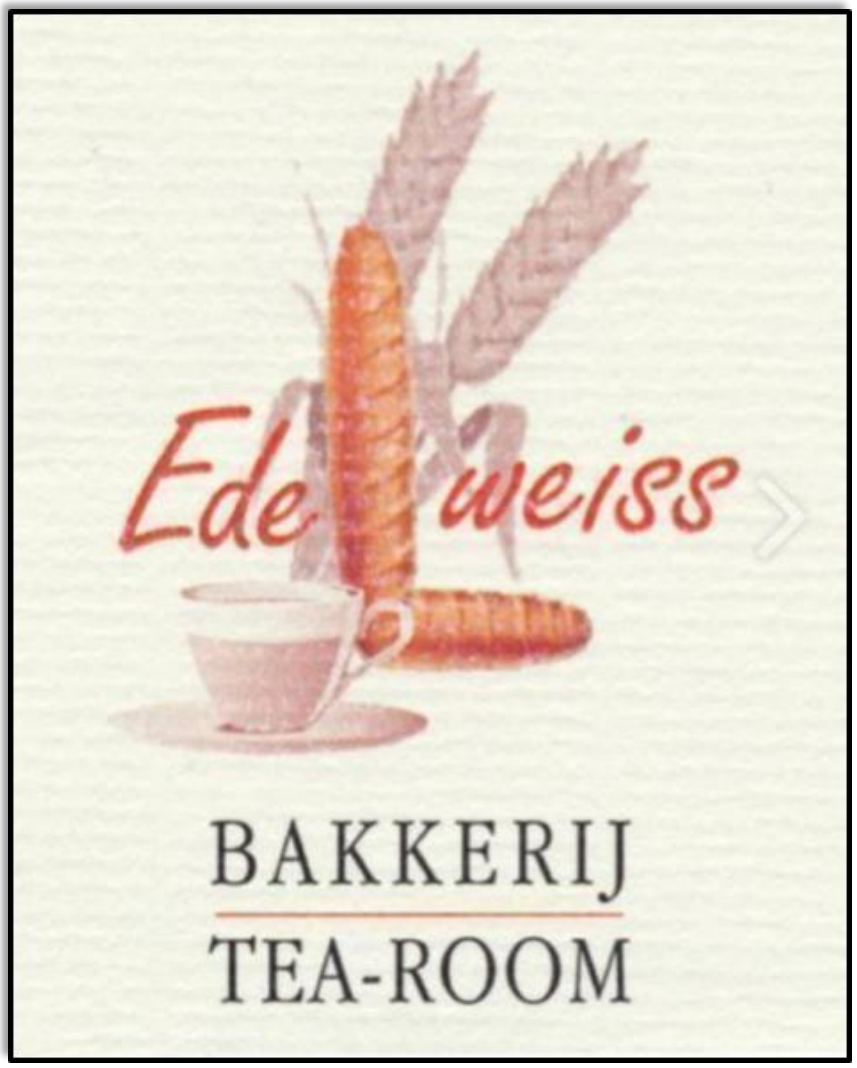
De nacht van de atletiek in Heusen-Zolder, de Belgische kampioenschappen (dit jaar in Leuven), de Memorial Vandamme in Brussel, een resem A-meetings in België en de jeugdmeeting van de MAC op 26 september. Wat hebben die meetings met elkaar gemeen?
Op al deze meetings roept ons jurylid **Johan Van Pee** "*On your marks*" naar de atleten. De starter is een zeer belangrijke functie op pistemeeting en vereist een zeer precieze verstandhouding met de lopers.

Een **goede starter** in de atletiek onderscheidt zich niet door "*harder roepen*" of "*sneller schieten*", maar door "***rust, precisie, procedurevastheid en situationeel inzicht***". Dat blijkt heel duidelijk uit het *Startershandboek van de Atletiekunie* (2024–2026)
Een goede starter zorgt voor een faire, consistente en veilige start. Het verschil tussen een goede en een minder goede starter zit vooral in:



- **Rust & focus**: nooit gehaast, nooit afgeleid.
- **Regelmaat**: elke start identiek uitvoeren, ongeacht drukte of omstandigheden.
- **Communicatie**: duidelijke, korte commando's; correcte timing.
  "Op uw plaatsen" → atleten nemen positie; *"Gereed"* → heupen omhoog, lichaam stabiel. Startschot → explosieve afzet.
- **Observatievermogen**: zien wanneer een atleet niet klaar staat, wanneer er spanning is, of wanneer een start "niet meer fair" is.
- **Procedurevastheid**: exact volgens het wedstrijdreglement werken.
- **Samenwerking**: met startcommissaris, tijdwaarnemers, baanofficials.

Het moet zijn dat Johan de kneepjes van het vak tot in de puntjes beheerst zodat hij telkens aangeduid wordt om een topmeeting in goede banen te leiden. In 2030 gaan de Europese kampioenschappen in België door. Het zou leuk zijn om hem ook daar als starter bezig te zien.



VOORUIT
Machelen

De scholenveldloop is terug!

Na een onderbreking van enkele jaren is de scholenveldloop terug in Machelen. Machelen werd geselecteerd als gastgemeente van de Vlaamse Loopweken van MOEV en Sport Vlaanderen. Een mooie aanleiding om de scholenveldloop in een nieuw jasje te steken. Geen klassieke wedstrijd waarbij enkel snelheid telt, maar een avontuurlijk hindernissenparcours waar bewegen, plezier en samenwerken centraal staan.



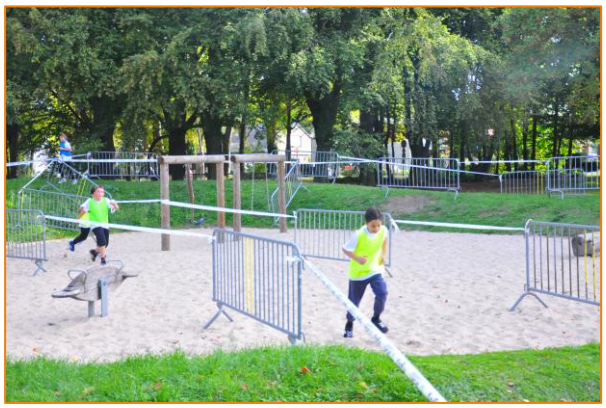

De start en aflossing met het doorgeven van het hesje

De leerlingen gingen op donderdag 24 september de uitdaging aan op een gevarieerd parcours vol hindernissen, uitgetekend in het park van Machelen. Rennen, springen, klimmen en obstakels overwinnen: iedereen kreeg de kans om zijn of haar sportieve talenten te tonen. Daarnaast zorgden leuke randactiviteiten als springkastelen en een klimmuur voor een extra portie plezier.




De eerste hindernissen: een klimrek en een lichte helling

De scholen uit Machelen (De Sterrenhemel en De Windroos) kwamen in de voormiddag aan bod, gevolgd door de scholen uit Diegem (De Fonkel, Parochiale Basisschool Diegem) in de namiddag. Van elk klasje waren steeds een aantal leerlingen op het parcours. Na het afleggen van een rondje werd het hesje doorgegeven aan een klasgenootje en kon er een tijdje gerust worden. De winnaar per leeftijd was die klas die in 25 minuten het meeste aantal rondjes kon afwerken. Als je rekent dat één rondje gemiddeld 2 min.30 in beslag nam, deden de moedigsten wellicht tot 7 rondjes.




Door de zandbak en voorbij de banden

Een ploeg van het jeugdjournaal Karrewiet was afgezakt naar Machelen alsook Ring-TV. Dus must alles "*spic en span*" zijn. Enkele dagen voor de scholenveldloop werd de hele Bosveldsite onder handen genomen. Geen sprietje onkruid viel er nog te bespeuren en zelfs de kogelstand werd helemaal opgekuist. Bijkomend voordeel: twee dagen later kon onze atletiekclub de atleten en ouders op haar jeugdmeeting ontvangen in een kraaknette omgeving.




Een laatste hindernis onder de netten en door de aankomstboog naar de aflossingszone

Mede door het goede weer werd de dag een groot succes. Een dikke pluim voor de gemeente die dit evenement heeft opgezet.



parochiaal ontmoetingscentrum **Nova**

lokaal van diverse culturele en sociale verenigingen

- **vergaderlokaal** (30 pers.),
- **feestzaal** (150 pers.),
- **concertzaal** (550 pers.),
- professionele **keuken**

NOVA Machelen vzw

www.nova-machelen.be *info@nova-machelen.be*

✉ Turcksinstraat 68 - 1830 MACHELEN

Zaalbeheer ☎ 0474 34.91.85

zalen@nova-machelen.be

Smak Flowers

Turcksinstraat 47
1830 Machelen
BTW : BE 0758.502.980
E-mail : info@smakflowers.be
Tel : 02/527 51 28

GARAGE ROBERT

Garage

General Motors service sinds 1956
Opel, Chevrolet, Buick & Cadillac

Takeldienst

dag en nacht, 7 dagen op 7

Cornelis Peetersstraat 36
1830 Machelen

✆ 02/251.19.18
garagerobertsalens@gmail.com

GEETS

Natuurbeenhouwerij

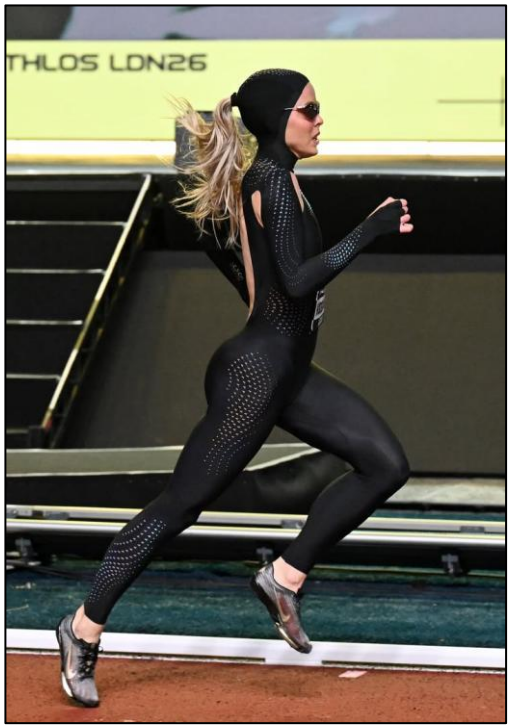
Frank & Marika

Brounstraat 63

1830 MACHELEN

Catwomen op de 800 m.

De bijdrage van de wetenschappen in het streven naar snellere tijden is niet te onderschatten. Daardoor is het oneerlijk om prestaties over meerdere tijdperken met elkaar te vergelijken, want in het verleden konden atleten geen gebruik maken van de spitsvondigheden.



"Catwoman" Keely Hodgkinson

Toch slagen sommige wereldrecords de tand des tijd trotseren. Het wereldrecord op de 800 meter vrouwen staat op **1:53.28**, gelopen door **Jarmila Kratochvílová** (Tsjechoslowakije) op 26 juli 1983 in München. Al ruim 43 jaar lopen atletes hun tanden stuk om die tijd te verbeteren. Al denk ik dat in die tijd andere substanties de prestaties positief beïnvloedden.
Dit jaar kwamen drie toppers op de 800 m. dicht in de buurt.

1) **1:53.70 Audrey Werro** (Zwi) 28 aug. 2026 Zürich
2) 1:54.33 Keely Hodgkinson (GBR) 7 juni 2026 Stockholm
3) 1:54.71 Fremke Broeders-Bol (Ned) 28 aug. 2026 Zürich

De Athlos meeting in Londen is een exclusieve vrouwenmeeting naar een concept van Alexis Ohanian (echtgenoot van Serena Williams) met als doel glitter, glamour en aandacht voor vrouwen in de atletiek te brengen. De perfecte gelegenheid, dacht **Keely Hodgkinson**, om met een revolutionair pak uit te pakken: een custom Nike-bodysuit met kap, open rug, uitsparing voor haar paardenstaart en ruimte voor zonnebril. Ontworpen om de luchtweerstand te verminderen en tegelijk een opvallende look te geven. De media vergeleken haar look met Catwoman en met Cathy Freeman's iconische olympische pak in Sidney in het jaar 2000.


Cathy Freeman op de 400 m. in Sidney (2000)

Het heeft niet geholpen om de bakens te verzetten, want ze liep een tijd van 1.56.40. Het is wel een voorbode voor wat ons volgend seizoen te wachten staat, tenminste als de reglementen er geen stokje voor steken.

Naast Keely Hodgkinson droegen in het verleden vooral sprinters, zwemmers, schaatsers en tijdrijders revolutionaire pakken die – net als haar Nike-speedsuit – bedoeld waren om lucht- of waterweerstand drastisch te verminderen. Het bekendste voorbeeld is de **Speedo LZR Racer** (2008) in het zwemmen en aerodynamische sprintpakken van o.a. Nike en Adidas in de atletiek. Het zwempak werd ontwikkeld met NASA-windtunneltechnologie en verminderde de waterweerstand spectaculair waardoor in minder dan een jaar tijd meer dan 130 wereldrecords verbeterd werden. Uiteindelijk werd het zo dominant dat het verboden werd door de World Aquatics.
Het schaatsen pakte in 2010 uit met ***schaatspakken met ribbelstructuren***. De ribbels werkten als *vortex generators* – exact hetzelfde principe dat Nike nu toepast bij Hodgkinson. **Sky/Ineos** was dan weer de pionier in het wielrennen met 3D-textuurpanelen. De textuurpanelen creëren gecontroleerde turbulentie om de luchtstroom langer aan het lichaam te houden – opnieuw volgens hetzelfde principe.

Het Hodgkinsons pak past dus in een lange traditie van grensverleggende sporttechnologie, maar is uniek omdat het one-of-one, volledig op maat, en met 3D-geprinte vortex generators is ontworpen, rond een perfect lichaam.
Hoe zou het **wedstrijdtenue** van de MAC er kunnen uitzien als we de nieuwe technologie verzoenen met onze vertrouwde blauw-gele kleuren. Voor Co-Pilot is dat maar een eenvoudige vraag. Hij (of is AI toch vrouwelijk) leverde het volgende voorstel af. Keely Hodgkinson was zo vriendelijk op te poseren in onze toekomstige outfit.



Ontwerp van de nieuwe MAC outfit



WK masters Daegue (Zuid-Korea)

Eind augustus zorgde een 27 koppen tellende Belgische delegatie voor 19 medailles op het wereldkampioenschap master in Daegue (Zuid-Korea). Ze behaalden er 5 gouden, 9 zilveren en 6 bronzen medailles. Veel meer dan de grotere Nederlandse delegatie. De weersomstandigheden waren hels met warme temperaturen en een hoge vochtigheidsgraad. Op Youtube kan je wedstrijden terugzien.
Nadine Balduck had verleden jaar haar deelname aangekondigd, maar zag in laatste instantie af van de verre trip.





Links Lucien Heyde als wereldkampioen in 2026.
Rechts met Ludo Jappens op een mastersinterland van 1998 of 1999

Liefst vier van de medailles werden behaald door **Lucien Heyde** in de categorie M70. (zilver op 800, 1.500 en 3.000 m. en goud in de veldloop). Lucien (die een jaartje jonger is dan **Ludo Jappens**) was indertijd zijn eeuwige concurrent op de halve fond. Veel te vaak betekende dit dat Ludo op de kampioenschappen op het podium een trapje lager moest postvatten dan Lucien. Toch hadden ze steeds een zeer goede connectie en werden ze meermaals samen geselecteerd voor Belgische ploeg bij de jaarlijkse interland met Nederland en Frankrijk.

Wat maakt dat een leeftijdsgenoot na al die jaren nog steeds dat hoge niveau haalt in zijn leeftijdscategorie. M.a.w., wat zijn de ingrediënten die leiden naar succes. Misschien kunnen we nog iets leren en zelf toepassen. Talent, kwetsuurbestendigheid en inzet zullen wellicht het meest doorwegen. Toen ik op Internet op zoek ging naar wat

achtergrondinformatie vernam ik dat Lucien ook partner/trainer is van Lizzy Immesoete (W55), in het verleden eveneens wereldkampioen in haar mastercategorie. Voor dit aspect "*staan er tussen droom en daad wetten in de weg en praktische bezwaren*".

Jef Smolders, onze Machelse kei





De uitreiking van de keien van Machelen. Guido staat rechts, naast zijn gitaar, om de honneurs waar te nemen voor Jef Smolders

In het vorige Vedetteke berichtten we jullie al Jef Smolders als laureaat werd gekozen van de orde van de "***Machelse keien***", een eretitel die gegeven wordt aan verdienstelijke Machelaars in de sport, cultuur of sociale verenigingen. De prijs werd uitgereikt tijdens de Guldensporenviering eind juni in het park van Machelen. Jef moest om gezondheidsredenen verstek geven zodat Guido de honneurs moest waarnemen.

Peter Olbrechts heeft er drukke zomermaanden op zitten.
Op 8 augustus nam hij in Seraing deel aan het Belgische kampioenschap **10.000 m.** Hij behaalde er in een wedstrijd (M35+M40+M45) tussen de jongere snaken een 6de plaats overall met de tijd van 34.32.13. In zijn categorie (M45) leverde dat de **Belgische titel** op.



Peter met trainer Guy

Op 16 augustus werd in Hamme het Kampioenschap van Vlaanderen georganiseerd voor masters. Peter werd er met 16.12.37 derde op de 5.000 m. in zijn categorie M45. Daarmee eindigde hij als eerste **van Vlaams-Brabant** wat hem het schildje van Brabant opleverde.

Op 5 september liep hij in Vilvoorde een 3.000 m. in 9.37.86. Daarmee vult hij de clubrecordtabel M45 verder aan voor de fondnummers. In Vilvoorde waagde hij zich ook aan een halve fondwedstrijd. De mijl haspelde hij af in 5.03.38, maar het clubrecord daar staat op naam van Ludo Jappens (4'28"17), een tijd die lange tijd stand hield als Belgisch record.





Benjamin Milan Pirrhyn op de recreatieve triatlon in Vilvoorde



Zusje Feline op de Chicken run van Meldert

Martine Mertens (W70) werd in Machelen kampioen van Brabant in het hamerslingeren. Op 16 augustus 1926 werd ze in Hamme kampioen van Vlaanderen in het speerwerpen, met een worp van 12,60 m.

Senior **Joeri Renet** verpulverde deze zomer al zijn persoonlijke records en komt zo in de lexicath binnen voor de 100 m. en 200 m. Naast de sprintnummers waagde hij zich op 5 september in Vilvoorde aan een folieke: het **verspringen**. Dat leverde met 6m63 zowaar een nieuw clubrecord op. Zijn eerste vijf sprongen gingen niet verder dan 5m31 om dan plots een uitschieter te laten noteren. Tenzij natuurlijk het jurylid van dienst zich heeft vergist. Het vorige record stond op naam van Erwin De Muer, die in 1986 6m42 sprong.

100 meter	**11,77**						3
Verspringen	5,23	5,31	5,27	5,11	5,14	**6,63**	2

Nadine Balduck trok dus niet naar Zuid-Korea om deel te nemen aan de masters wereldkampioenschappen. In diezelfde periode haspelde zij in België een aantal meetings op diverse afstanden. De clubrecordtabel in de categorie W65 zal er na dit seizoen enigszins anders uitzien. Van 100 m. tot de 10.000 m. liep zij nieuwe besttijden.

Daarbij verbeterde ze ook een aantal **Belgische records** in haar nieuwe categorie **W65**. Een zekere Sabine Dejaeghere snoept stelselmatig haar records af in de vorige categorie, maar Nadine weet er, ter compensatie, een aantal nieuwe binnen te halen:

- 800 m. op 7/6/26 in Lokeren in 2.57.71
- 1.000 m. op 28/6/26 in Koksijde in 3.44.44
- de mijl op 5/9/26 in Vilvoorde in 6.21.44



Nadine op weg naar een Belgisch record op de mijl



Hamerslingeren 29 augustus 2026 Machelen

De Koninklijke Machelse Atletiek Club heeft stilaan een traditie opgebouwd rond hamerslingeren.

zaterdag 25 september 2021	BK Hamer Cad/Sch/Jun/Bel	59 deelnemers
zaterdag 3 september 2022	Open PK AC Hamer	51
zaterdag 2 september 2023	Open PK Hamer	31
zaterdag 21 september 2024	KVV Hamer Cad/Sch/Mas	64
zaterdag 27 september 2025	Open PK Hamer	21
zaterdag 29 augustus 2026	Open PK Hamer	41



Reeds zes jaar op een rij organiseren wij een kampioenschap op Brabants of Vlaams niveau. Dit jaar werden de schildjes uitgedeeld voor de kampioenen van Vlaams-Brabant. Dan is het wel verrassend om vast te stellen dat slechts een kwart van de deelnemers effectief uit de provincie kwam. Martine Mertens van MAC werd kampioen in haar categorie W70 met een worp van 16m.14.



Martine Mertens

In 2024 kregen we het bezoek van dopingcontroleurs die het op de masters gemunt hadden en in 2023 keurde de jury een hamer af die nochtans probleemloos passeerde op de Europese en op de Wereldkampioenschappen. Voor straffe verhalen moet je bij de MAC zijn.

Deze zomer kreunden we onder de hitte en de droogte, maar net op zaterdag 29 augustus kregen we te maken met druilerig weer. Een competitie met hamerslingeraars verloopt doorgaans in een gezellige, gemoedelijke sfeer als het weer meevalt. Nu was het schuilen onder de luifel om op afroep vlug een poging af te werken.

Een meeting met alleen kampnummers heeft als voordeel dat we geen fotofinish nodig hebben en maar een beperkt aantal juryleden moeten aangeduid worden. Het provinciaal comité komt tussen in de organisatiekosten van een kampioenschap. Daar staat tegenover dat de inkom gratis was en er weinig vertier werd gemaakt. Dit jaar kregen we wat problemen met de discuskooi. Het net raakte geblokkeerd en enkele koorden zijn zo uitgerafeld dat ze op elke ogenblik kunnen doorbreken. Zo vonden we het raadzaam om de discusproeven op de jeugdmeeting van 26 september te vervangen door speer en vortex.







Copy Center Vilvoorde

U kunt bij ons terecht voor al uw visuele communicatie- en reclamemateriaal

Wij laten u graag meegenieten van onze jarenlange ervaring!

- ontwerpen
- printen
- brochure
- cursus
- cataloog
- kopiëren
- stickers
- belettering
- digitaal printen
- etalages
- reclamepanelen
- magneetborden
- zandstraalfolie
- wagendecoratie
- afwerking
- eindwerk
- handleiding
- boeken
- foto's
- planafdruk

info@copycentervilvoorde.be
www.copycentervilvoorde.be
Tel. 02 252 47 50

café Den Arend



Jeugdmeeting MAC 24 september 2026

De MAC wou op haar tweede meeting van het seizoen iets nieuws proberen, nl. door naast pupillen en miniemen ook cadetten te ontvangen. We zorgden voor een uitgebalanceerd aanbod, met telkens een sprintnummer (60 m., 80 m. of 100 m.), een springnummer (ver), een kampnummer (kogel, speer of vortex) en een langer loopnummer (1.000 m.). Oorspronkelijk stond ipv. een discusproef geprogrammeerd maar gezien de problemen met het net (cfr. verslag hamerslingeren) hebben we dat wijselijk vervangen.

De inschrijvingen in Atletiek.nu liepen traag binnen, maar in de laatste week stegen ze wel tot 86. Een controle wees uit dat twee atleetjes eigenlijk te jong waren om deel te nemen. Verder kwamen vier atleten niet opdagen op de meeting. Tien atleetjes schreven zich in voor 25 proeven, betaalden het inschrijvingsgeld van 2,50 € maar lieten zich schrappen. Bij de deelnemers slechts twee MAC-atleten, ondanks het feit dat het een eigen organisatie was op de vertrouwde piste. Alleen kadet **Brett Hoolants** en pupil **Inci Elif Sagir** schreven zich in. Gelukkig waren Sparta Vilvoorde en Vilvoordse AC aanwezig met een delegatie van 19 leden.

Die zaterdag profiteerden we van een echt "*Indian summer*" weertje, een beetje in het verlengde van de hete zomer. Dan is het gezellig vertoeven op de Bosveldsite, die door de gemeente helemaal opgekuist werd. Ruim twintig medewerkers werden ingezet aan de inkom, in de verbruikszaal en aan de diverse proeven. De grootste kostenpost is het uitbetalen van de 18 juryleden, die aangeduid werden om alles sportief in goede banen te leiden. Die juryleden worden bij de MAC goed in de watten gelegd met broodjes, koffie en drankjes. Onze eigen juryleden **Johan Van Pee** en **Gilbert Dennequin** lieten hun vergoeding vallen, waarvoor dank.

Het was ook de eerste meeting met gebruik van de technische kasten die verleden jaar geïnstalleerd werden. Toen was nog één en ander voor verbetering vatbaar. "*The proof of the pudding is in the eating*" of de echte waarde of kwaliteit van iets ken je pas wanneer je het in de praktijk gebruikt. Deze keer liep alles gesmeerd. Om het WIFI-signaal te versterken werd met succes een nieuwe verstrerker gebruikt. Dat de belijning aan de kampnummers wat te wensen overliet werd door de hoofdscheidsrechter voor één keer door de vingers gezien.

Gustaaf nam op de meeting ruim 150 foto's die je op onze website kan terugvinden. Wij beperken ons in die Vedetteke tot enkele relevante sfeerbeelden.

Onze twee atleetjes deden het meer dan behoorlijk. Zij worden extra in de kijker gezet. Kortom een geslaagde meeting.

Onderdeel	Poging 1	Poging 2	Poging 3	Pos...
60 meter	**10,11**			7
Vortexwerpen	13,40	13,96	**16,59**	7
Verspringen	**3,28**	3,15	2,97	5

Prestaties **Inci Elif Sagir**



Inci wint haar debuutwedstrijd op de 60 m.





Inci aan de slag met de vortex

Onderdeel	Poging 1	Poging 2	Poging 3	Poging 4	Poging 5	Poging 6	P...
100 meter	**12,33**						1
Verspringen	3,99	4,50	**4,92**	4,37	4,43	4,62	2

Prestaties cadet **Brett Hoolants**



Brett in het verspringen. Bemerk de drie juryleden (aan de windmeter, met oog voor de afstootbalk en Gilbert voor de opmeting). Rechts Karla Jappens en vader Bart die na elke poging de zandbak weer gelijk trekken



Brett loopt naar de overwinning op de 100 m. kadetten


Allianz
932

Speer


VAC
Allianz
6407
Allianz
136
Allianz
7384
5867
Allianz
5143

1.000 m.



Kogelstoten



Podium met een medaille voor de top 3 in elke discipline.


BISTRO FM
GOOD FOOD / GOOD SPIRITS / GOOD VIBES
/ info@BISTROFM.be / www.BISTROFM.be
/ TURCKSINSTRAAT 24 - 1830 MACHELEN / 02 / 309.50.01


N-VA
NIEUW-VLAAMSE ALLIANTIE
MACHELEN-DIEGEM



Pizza – Pasta – Italiaanse gerechten

www.pizza-clara.be 02 345 39 66

www.facebook.com/PizzaClara28/

Openingsuren:

maandag	gesloten	
dinsdag	11:30 - 14:00	17:30 - 22:00
woensdag	11:30 - 14:00	17:30 - 22:00
donderdag	11:30 - 14:00	17:30 - 22:00
vrijdag	11:30 - 14:00	17:30 - 22:00
zaterdag	-	17:30 - 22:00
zondag	-	17:30 - 22:00
feestdag	-	17:30 - 22:00

efdicor
bank en verzekeringen
Zaventem

crelan

Kerkplein 10 - 1930 Zaventem
Tel: 02/725.41.86
E-mail: agency.13940@axa-bank.be
RPR 0739.722.691
www.axabank.be



OPENINGSUREN

maandag	dinsdag	woensdag	donderdag	vrijdag
10.00 - 13.00 u.	10.00 - 13.00 u.	10.00 - 13.00 u.	op afspraak	10.00 - 13.00 u.
op afspraak	op afspraak	14.00 - 17.00 u.	op afspraak	op afspraak

Ook buiten deze uren maken we de nodige tijd voor u vrij. Contacteer ons gerust.
In onze hoedanigheid als verzekeringsmakelaar bent u bij ons welkom voor uw verzekeringen.

AXA Bank Belgium nv, Troonplein 1, 1000 Brussel • TEL 02 678 61 11 • e-mail contact@axa.be • www.axabank.be
BIC: AXABBE22 • IBAN BE67 7000 9909 9587 • KBO nr.: BTW BE 0404 476 835 RPR Brussel • FSMA 036705 A • 7191868-1020