

## **Arendonk 30/11/2014 – paul's Running Team**

Na een jaar afwezigheid trokken we met 10 runners naar het vernieuwde parcours in Arendonk. Het was even aanpassen aan de eerste kille temperatuur .

Birgit Steegmans mocht als eerste aantreden in de cadetten reeks en kon door een subliem uitgevoerde bocht in de laatste ronde een plaats oprukken.

Onze cadetten jongens , Jordy Seyckens en Dante Berben , nestelden zich in het midden van het pak en konden hun plaatsen mooi verdedigen tot aan de finish.

“Tweeling” **Lies Palmaers** en Emma Saillart mochten over dezelfde afstand hun wedstrijd afhaspelen bij de scholieren dames. Aangezien dit hun eerste wedstrijd van het seizoen was en dan ook nog eens als 1<sup>ste</sup> jaars scholier was de opdracht : rustig starten en op dat tempo de wedstrijd uitlopen. Dit hebben ze dan ook beiden voortreffelijk gedaan.

In de korte cross heren namen Niels Van Dyck en Dries Vandervelden een relatief rustige start (voor zover dit mogelijk is in een korte cross) Niels schoof nog enkele plaatsen op en Dries , voor wie deze race een voorbereiding was voor enkele indoorwedstrijden, handhaafde zijn startpositie.

De junioren **Lore Mennes** en **Kelly Aerts** waren duidelijk in superconditie en lieten dit voor de start duidelijk merken aan de concurrentie door hun “strijddans” (zie foto)

“Diesel” **Lore** startte samen met **Kelly** en schoof plaats na plaats vooruit .Ondanks haar verkleumde handen konden we toch nog een high five uit onze mouwen toveren in de laatste rechte lijn.

**Kelly** heeft nog alles in het werk gesteld om het podium te vervolledigen maar Maya voelde het gevaar van de naderende **Kelly** waardoor **Kelly** net naast het podium strandde.

**Jelle Van Genechten** had de eer om in de afsluitende senior reeks te starten met een nooit geziene massa van 8 atleten!!!!

Een korte cross en een lange cross op 1 dag is als een 5000m en 10000m tijdens één pistemeeting.

Dilemma :Is de korte cross een vloek of een zegen voor de lange afstandslopers?

Volgende afspraak : 21/12/14 Lilse Bergen

Paul De Meijer