

Drie medailles voor NLT

■ **ZWEVEGEM** – Vorige zaterdag vond in Izegem het Belgisch kampioenschap triatlon voor de jeugd plaats en No Limit Team Zwevegem toonde dat het talent zat in zijn rangen heeft : er was goud voor juniore Sofie Hooghe en

Charlotte Deldaele (A-jeugd meisjes), terwijl Lukas De Jonghe (A-jeugd jongens) zilver pakte. Eerstgenoemde ziet u op de pagina hiernaast op het podium blinken, beide anderen laten we hieronder aan het woord. Door Axel Vandenheede

Charlotte Deldaele domineert A-jeugd meisjes „Nu ticket pakken voor Jeugdspelen”



Charlotte Deldaele : de onbetwiste kampioene bij de A-jeugd. (Foto PVDW)

■ **ZWEVEGEM** – Op het BK triatlon voor de A-jeugd meisjes stond er geen maat op Charlotte Deldaele : de Zwevegemse won met zo'n drie minuten voorsprong op Elodie Lagae. „Ik had stiekem op de titel gehoopt, maar dat het zo vlot zou gaan, dat had ik niet verwacht”, zegt ze.

In de wedstrijd werd nochtans snel duidelijk dat de 16-jarige Deldaele maar moeilijk van die Belgische tricoloretrui te houden zou zijn.

„Na het zwemmen had ik al een minuutje voorsprong op mijn concurrentes”, vertelt ze. „Samen met een Franse deelnemer begon ik dan aan de fietsproef. Stayers was toegestaan, dus werkten we goed samen en konden zo de kloof met de achtervolgers nog wat uitdiepen. Dat moest ook, want het lopen is mijn slechtste onderdeel. Bovendien had ik de voorbije maanden last gehad van een scheenbeenvliesontsteking en dus relatief weinig kilometers kunnen afhaspelen. Maar uiteindelijk liep het goed en kon ik zonder problemen mijn eerste plaats veilig stellen.”

Grote aanpassing

Die Belgische titel is dus meer dan verdiend, vooral ook omdat ze er het voorbije jaar keihard voor heeft gewerkt. „In september vorig jaar ben ik naar de Topsportschool getrokken om me nog meer op mijn sport te kunnen toelagen”, aldus nog Charlotte. „Dat was in het begin een enorme aanpassing : niet alleen ben je een hele week van huis weg, je moet ook nog eens een twintigtal uur trainen. Maar op den duur raak je

daaraan gewoon. Bovendien wordt er van je gevraagd om echt voor je sport te leven. Je moet met andere woorden dingen laten, op je voeding letten, enzovoort. En dan zijn er natuurlijk nog de trainingsschema's die je mee krijgt om in het weekend af te werken. Heel lastig allemaal, maar als je het enorm graag doet, valt het wel mee, hoor.”

Jeugdspelen

Nu het BK achter de rug is, gaat voor velen de riem eraf. Maar niet voor de Zwevegemse.

„In september trek ik als Belgisch kampioene naar Marmenor om er deel te nemen aan een internationale wedstrijd. Daar hoop ik om mij te kunnen plaatsen voor de Olympische Jeugdspelen. Dat zou echt de max zijn. En een grote stap in mijn carrière. Want de komende jaren wil ik proberen om mij op Europees vlak te manifesteren. Wat mijn ultieme droom is ? Wellicht zoals velen een deelname aan de Olympische Spelen, zeker ?” besluit Charlotte Deldaele die geen echte idolen heeft, maar wel opkijkt naar bijvoorbeeld Rutger Beke.

„Hij was erg goed bezig toen hij plots geschorst werd (onterecht, zo bleek later, red.), maar hij heeft zich daarna enorm herpakt. *Chapeau* daarvoor.”

Lukas De Jonghe tweede bij A-jeugd jongens „Gehoopt op medaille, maar niet verwacht”

■ **HARELBEKE** – Ook bij de A-jeugd jongens mocht een NLT'er op het podium plaatsnemen : Lukas De Jonghe werd knap tweede. Nochtans zag het er na de fietsproef niet goed uit. „Maar in het lopen heb ik nog enkele concurrenten ingehaald”, zegt hij.

„Vooraf had ik mezelf als doel gesteld om zeker de top vijf te halen”, vertelt de Harelbeekse Gentenaar. „En stiekem hoopte ik op de top drie. Tijdens de wedstrijd verliep de zwemproef goed en kon ik mij goed voorin handhaven. Maar in de wisselzone vond ik niet meteen mijn fiets. Blijkbaar had iemand die een beetje verplaatst. Zo verloor ik toch wel een twintigtal seconden en moest ik met een achterstand beginnen.”

„Ik kwam daarna in een groepje terecht dat goed rond draaide, maar de kloof bleef wel en dat was mentaal wel een beetje lastig. Al wist ik dat met de loopproef, mijn sterkste onderdeel, wel nog iets zou kunnen goedmaken. Daarom begon ik vol goede moed en naar het einde toe kon ik toch nog een paar plaatsen opschuiven. Zo kon ik beslag leggen op de tweede plaats, wat een beetje onverwacht was. Of ik gewonnen had indien ik mijn fiets wel meteen had gevonden ? Ik denk het eerlijk gezegd niet, al weet je maar nooit natuurlijk. Nu ja, die tweede plaats is voor mij eigenlijk een Belgische titel waard, hoor”, aldus nog Lukas. Ook voor De Jonghe is die zilveren plak een mooie beloning voor het harde labuur van de voorbije maanden.

„Voor het BK ben ik met de Topsportschool, waaraan ik nu toch al een paar jaar studeer, op stage geweest naar Luxemburg. Dat was daar echt heel goed, want alle accommodatie was er

voorhanden : een indoorpiste, een vijftigmeterzwembad, mooie, maar ook lastige fietsparcours, enzovoort. We hadden ons geen betere voorbereiding kunnen indenken. Midden deze week ben ik dan naar Leuven getrokken om er aan een stage deel te nemen. Niet dat we keihard getraind hebben, het was eerder om kennis te maken met de nieuwe studenten en de conditie wat te onderhouden.”

Zilver en brons

Toch zal De Jonghe de trainingsintensiteit weer wat opschroeven, want er wachten hem nog enkele wedstrijden.

„Ik doe mee aan het Nederlands kampioenschap in Aalsmeer van eind augustus en zal ook nog in onder meer Doornik aan de start verschijnen. Vooral naar die eerste wedstrijd kijk ik uit : ik kan me er meten met triatleten van andere landen én ik kan er ook punten pakken voor de Beneluxcup.”

Hoe dan ook is het seizoen van Lukas echter nu al meer dan geslaagd, beaamt hij zelf ook. „Zilver op het BK triatlon en brons op het BK duatlon in mei, ik zou daar elk jaar voor willen tekenen. Daarenboven presteerde ik sterk in onder meer de triatlon van Oudenaarde. Ikzelf ben daar alvast erg tevreden mee, net als mijn trainers Stijn Goris en Kurt Lobbestael. Bij deze wil ik hen bedanken omdat ze me met raad en daad bijstaan”, besluit Lukas.



Lukas De Jonghe : enorm tevreden met zijn zilveren medaille. (Foto a-EVR)