

Clubrecords bij The 4th of July Track Meeting in Dongen

Zondag 4 juli was er in Dongen een goed bezochte baanwedstrijd. 368 ingeschreven personen stredden om mooie resultaten. Hierbij waren THOR-atleten aanwezig. Gelukkig waren de weergoden ons goed gezind. De voorspelling was dat er heel de dag veel regen zou vallen. Dit is niet gunstig voor de werpnummers. Gelukkig was het tot een uur of 14.30 droog.

Er waren leuke prestaties te melden. Max en Marc van den Boom waren ook in Dongen. Wat opviel was een nieuw PR voor Marc met verspringen, nl. 5,24 m. Verbetering van 24 cm. Bij het speerwerpen verbeterde Marc zich ook tot 29,79 m. Max had waarschijnlijk zijn kruit de dag ervoor al verschoten op de CD competitiewedstrijd in Rijen. Nu bleef hij bij het kogelstoten en hoogspringen net onder zijn eigen PR's (nl. 1,40 m hoogspringen en 8,13 m kogelstoten).

Luanna Vergeer liep de 1.500 m bij de Meisje C. Zij bleef net boven haar eigen beste prestatie met 5.17.61 min.

Romy van Rijswijk was ook naar Dongen gekomen voor een lekkere wedstrijd. Zij nam deel aan kogelstoten en discuswerpen bij de vrouwen U20 (betekent dames tot 20 jaar). Zij liet goede afstanden noteren van 20,81 m met 1 kilo discus en 6,59 m met de 4 kilo kogel. Als ze weer een beetje gaat trainen gaat ze daar nog mooie resultaten laten zien.

Bart van Oppen had nog net op het einde in kunnen schrijven voor zijn favoriete 100m sprint. Na de start pakte hij meteen de leiding en finishte na 100 m in een mooie tijd van 12,62 sec. Een nieuw clubrecord op de 100m voor deze Masters 45+.

Er waren meer masters op deze wedstrijd afgekomen. Zo kwamen Erik de Haan en Norman van Mook uit in dezelfde categorie als Bart op hun geliefde onderdelen kogelstoten en discuswerpen. Als oude rivalen weten zij zich steeds op te peppen tot mooie prestaties. Met de 7,26 kilo kogel kwamen zij tot mooie afstanden van 11,93 en 12,00 m. Minder dan gehoopt maar wel lekker voor deze wedstrijd. Daarna nog discuswerpen met 2 kg. Dit is hun laatste jaar met deze gewichten, daarna mogen ze met minder gewicht aan de gang. Erik kwam tot een verdienstelijke 35,91 m en Norman had uiteindelijk 37,22 m achter zijn naam staan. Keurige prestaties.

Het leek wel een familie uitje voor de familie van Mook. Eva (vrouwen U18) en Mila (meisje D) waren ook in Dongen. Toch wel mooi dat je als gezin naar zo'n wedstrijd kan gaan en onderling kan strijden.

Eva had voor de 100 m horden weer 0,4 sec van haar PR afgelopen. Ze kwam nu uit op 17,42 sec. Super. Met kogelstoten kon ze haar prestatie bij de onderlinge wedstrijd van 29 mei niet evenaren. Ze kwam uit op 11,56 m. Verspringen was met 4,70 m als vanouds. De trainingen van Koen Konings beginnen zijn vruchten af te werpen.

Maud Lambregts en Mila van Mook hadden zich opgegeven voor deze goed georganiseerde wedstrijd. Ze begonnen met kogelstoten. Mila had zaterdag al een mooie 11,68 m gestoten tijdens de competitie, maar pakte meteen uit met een mooi nieuw clubrecord van 12,18 m. Top.

Maud had zaterdag veel looponderdelen gedaan en had misschien nog last van enkele pijntjes maar liet uiteindelijk de kogel op een keurige 7,39 m neerploffen.

Na het kogelstoten stond hoogspringen op het programma voor deze meiden. Maud liet een nieuw PR noteren met 1,20 m. Netjes. Mila besloot om op 1,30 m te beginnen. Ze pakte hoogte na hoogte en liet uiteindelijk een geweldige hoogte noteren van 1,60 m. Wederom een clubrecord (evenaring), wauw 10 cm hoger dan haar laatste PR.

Toen brak er een geweldige regenbui los en moesten we gaan schuilen voor zwaar onweer en vette regenbuien. Mila liep uiteindelijk nog een 200m. Haar eerste keer en niet onverdienstelijk. 28,41 sec had ze nodig om de halve rondbaan te rennen met een tegenwind van -1,4 m/s.

Iedereen bedankt voor de gezellige dag. Ook dank aan de moeders voor hun support.