

Triatlon Brugge Team heeft uitstekend 2019 achter de rug

SINT-KRUIS Triatlon Brugge Team (TBT) heeft een meer dan voortreffelijk 2019 achter de rug. Onder impuls van Mike Bogaert en Gino Minnebo zwommen, fietsten en liepen meerdere talentvolle jongeren naar een resem medailles op kampioenschappen. “Maar de meeste voldoening haal ik uit de algemene progressie bij onze gasten. Tot een bepaalde leeftijd zijn resultaten van ondergeschikt belang”, benadrukt Mike Bogaert.

DOOR TOM VANDENBUSSCHE

Mike Bogaert (36) uit Sint-Kruis startte in november 2011, mede onder impuls van Gino Minnebo en Luc Van Lierde, de jeugdwerking van TBT op. Naast zijn voltijdse job als leerkracht in de Kunstacademie van Brugge gaat Mikes vrije tijd naar training geven en schema's opstellen voor de competitieatleten vanaf 16 jaar. “En zelf probeer ik ook nog wat te sporten. Zo fiets en loop ik mee met onze gasten. Dit jaar nam ik deel aan de Ironman van Nice. Volgend jaar staan weer wat kortere wedstrijden op het programma. Ik wissel graag af.”

Vier jaar geleden kwam ook Gino Minnebo (59) uit Assebroek de jeugdwerking versterken. “Mike is met vier kinderen eraan begonnen, maar dat aantal is vlug toegenomen. Omdat mijn dochter Lotte met triatlon begon en Mike te veel werk met de jeugd A (16-17 jaar, red.) heeft, bekommer ik me om de jeugd B (14-15 jaar, red.) en C (12-13 jaar, red.), samen met enkele assistenten. Voor de zwemtrainingen krijg ik hulp van Ellen Bogaert, de zus van Mike, en Geert Kerkaert. Voor de looptrainingen kunnen we rekenen op Filip Rondelée van ABAV.”

TOP IN BELGIË

De jeugdwerking van TBT groeide de voorbije jaren uit tot een van de sterkste in ons land. “Door de goeie resultaten worden we als een topsportclub bestempeld”, vertelt Bogaert. “Daardoor worden we logistiek en financieel wat ondersteund door de federatie met het gebruik van het trainingsprogramma Trainingpeaks en mogen onze gasten in de Vlaamse selectie mee op stage met de federatie. Dit jaar mocht zowel Wout als Giani mee naar het EK.”



Triatlon Brugge Team kijkt tevreden terug op het voorbije seizoen. We zien boven v.l.n.r.: Mike Bogaert, Niels Kinget, Galliano Schoonbaert, Wout Franco, Bart Dewitte en Gino Minnebo. Onder v.l.n.r.: Ides Tanghe, Giani Vanden Broucke, Lotte Minnebo en Bo Dubin. (foto TVB)

Maar financieel blijft het sowieso geen evidente klus. “Het is allemaal vrijwilligerswerk”, zegt Minnebo. “Als andere teams met materiaal en geld komen aandragen, zijn wij gezien. Dat was vroeger zo, dat is nu zo en dat zal in de toekomst niet anders zijn. Jim Beuselincx, Hannes Vandermoele, Dennis Devriendt, Amber Rombaut, Joris Basslé, Louis Naejaert... Spijtig, maar zo zit het leven nu eenmaal in elkaar. Het is ook jammer dat de talentvolle broers en zussen Vandebussche geen triatlon meer doen. Camiel is nu herbegonnen, maar Juliette sukkelde te veel met haar knie en Guust was een enorm talent...” De Brugse triatlonclub, dat een 100-tal leden telt waarvan de helft



Bij ons kiezen ze voor een deftige opleiding, niet voor een gratis fiets

jonger dan 23 zijn, kan terugkijken op een uitmuntend 2019. “Elk jaar presteren onze jongeren sterker en sterker”, geeft Bogaert aan. “Iedereen heeft in 2019 een serieuze stap voorwaarts gezet, vooral met dank aan een goeie winter. We hebben de trainings-schema's wat aangepast en meer

geperiodiseerd. Vroeger gingen we uit van het klassieke model, in twee blokken: voor de examens in juni en erna. Nu werken we meer in blokken. Maximum twee of drie wedstrijden na elkaar, gevolgd door weer een trainingsperiode. Topvorm kan je toch maar vier weken aanhouden.”

“De meeste voldoening haal ik uit de algemene progressie van de gasten”, vervolgt Bogaert. “Resultaten zijn tot een bepaalde leeftijd voor mij van ondergeschikt belang. Ik hecht meer belang aan stap voor stap beter worden. Dan zijn resultaten een logisch gevolg van een gedegen trainingsopbouw. Het probleem bij sommige atleten is dat ze te vlug te goed willen zijn, terwijl triatlon een

sport voor traagbloeiërs is. Pas op je 28ste ben je top.”

UITSCHIETERS

“We hadden in 2019 ook enkele uitschieters”, geeft Bogaert mee. “Neem nu de 19-jarige Giani Vanden Broucke. Hij behaalde een medaille op zowel het EK als WK duatlon voor junioren. Daarnaast werd hij maar liefst vier keer Belgisch kampioen: in duatlon, in triatlon, in crossduatlon en in de mixed relay, samen met Lotte Minnebo, Bo Dubin en Galliano Schoonbaert.”

“De 17-jarige Wout Franco haalde dit jaar eveneens de nationale selectie. Hij is op zijn elfde bij ons gestart en langzaam gegroeid. Bij de jeugd C en B viel hij niet op. In eigen land was hij zeker niet bij de top. Maar na zijn groeispurt heeft hij iedereen in België voorbijgestoken. Zo zie je maar: je moet geduld hebben met die gasten. Dit jaar werd Wout 13de op het EK bij de jeugd A. Dat is niet dé top, maar als je ziet hoe sommige landen al veel meer trainen, opent dat zeker perspectieven. Bij ons is dat door ons onderwijssysteem nu eenmaal niet mogelijk. Wout volgt de richting sportwetenschappen in het VHSI en heeft wel een F-topsportstatuut (*flexibel leertraject buiten de topsportschool, red.*). Daardoor geniet hij van een aantal uren vrijstelling en die gebruikt hij om te werken aan zijn zwakkere punten, in zijn geval zijn lichaamsscholing, zoals core stability.”

Ook de 17-jarige Bo Dubin uit Brugge heeft een prima seizoen achter de rug. “Ook een talentje”, weet Minnebo. “Dit jaar behaalde ze brons op het BK triatlon en goud op het BK crossduatlon. Ze heeft enorm veel karakter.”

WEER GOEIE LICHTING

Ook bij de jeugd B en C oogt de toekomst veelbelovend. Lotte Minnebo reeg in 2019 de knappe prestaties aan. “En er komt nog een talentje bij: Eline Debeccker uit Nieuwpoort”, zegt Gino Minnebo. “Elk jaar organiseert de federatie testdagen waarop wordt bepaald op welk niveau een jonge atleet moet zitten om later de normen voor het topniveau in du- en triatlon te halen. In België haalden er bij de jeugd C maar drie die normen. Daarbij twee atleten van ons: Lotte en Eline.”

Tot slot: ook de volwassenen van TBT lieten in 2019 knappe resultaten optekenen. Zo behaalde Bart Dewitte als master B een medaille op het BK kwart- en BK sprinttriatlon. En afgelopen weekend plaatsten Klaas Taecke en Steven Gailliaert zich in de Ironman van Argentinië voor het WK Ironman van 2020 in Hawaï.

Extra zwemtrainster om jongeren met veel talent alle kansen te geven

De meest opvallende naam bij de jeugd van TBT is ongetwijfeld Giani Vanden Broucke. “Het is ongelooflijk om vast te stellen hoe Gianni geëvolueerd is”, merkt Mike Bogaert op. “Hij is nog maar twee jaar met deze sport bezig. Toen hij in augustus 2017 bij mij kwam, was hij een loper die langeafstandswedstrijden deed. Zo liep hij de 20 km van Brussel in een tijd van 1 u. 15'. Toen wist ik al: dit is er eentje met veel talent. Maar natuurlijk is dat nog geen garantie dat je ook een goeie triatleet bent. Ik heb hem meteen

gezegd dat het gedaan was met die lange afstanden. Eerst moesten we aan zijn snelheid werken. Wat ik dit jaar van Giani heb gezien, stemt me heel blij. Op de T3 in Viersel werd hij vierde, nadat hij als 28ste met 1'15" achterstand was begonnen te lopen. Hij liep 20 seconden sneller dan Jonathan Wayaffe, toch een grote naam in België.”

OPLEIDINGSTEAM

“Natuurlijk bestaat triatlon ook uit zwemmen en dat is Giani's grote werkpunt. Hij heeft geen enkele zwemachtergrond, maar

motorisch is hij zo sterk dat hij ook dat meteen oppikt. Bovendien hebben we vanuit onze ploeg met Griet Van Hoorne een extra zwemtrainster onder de hand genomen, omdat we haar kennis en ervaring kunnen gebruiken om onze atleten dat extraatje te kunnen aanbieden. Het is een investering vanuit de ploeg en we hopen dat het zal renderen. We willen die gasten een deftige opleiding geven. Daarvoor doen we het. We zijn een opleidingsteam. De gasten kiezen bij ons daarvoor en niet voor een fiets.” (TVB)