

Sascha Van den branden Belgisch kampioene op 400 meter vrije slag

# Sascha schittert op BK

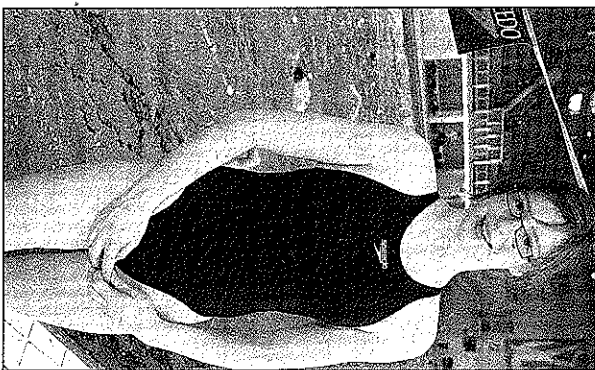
■ RUISELEDE – Op het Belgisch Kampioenschap in Antwerpen kaapte Sascha Van den branden de eerste plaats op de 400 meter vrije slag weg bij de juniors en de seniors. In totaal behaalde de Ruiseleedse maar liefst acht medailles op het BK.

neer.

Het zwemseizoen wordt traditioneel afgesloten met het Belgisch Kampioenschap. Deze wedstrijd van 2 tot 5 augustus vormde voor Sascha een laatste voorbereiding vooraleer ze de grote plas oversteekt richting Dallas. De kwieke meid kam op een uiterst geslaagd BK terugblikken. In totaal behaalde ze acht medailles – zes individuele podiumplaatsen en twee met de aflossingsploeg – en zette ze twee persoonlijke records

**Tweede stek op 200 meter vrije slag**

De eerste dag stond de 100 meter vrije slag op het programma, maar blijkaar has Sascha haar goede benen nog niet gevonden. Ondanks een mindere dag kon ze zich met een vierde tijd plaatsen voor de finale (brons in de categorie juniors) en uiteindelijk eindig-



Sascha Van den branden (GF)

de ze vijfde, in een matige 58.02 seconden. Samen met de aflossingsploeg behaalde ze het zilver op de 4x200 meter vrije slag.

Op vrijdag schitterde Sascha op de 200 meter vrije slag. In de reeksen ging ze nog niet voluit en plaatste zich met een vijfde tijd (brons in de categorie juniors) voor de finale. In die finale behaalde ze een puike tweede stek, met een tijd van 2.04.16, wat niet ver van haar persoonlijk record ligt. Met de aflossingsploeg werd ze nog vijfde op de 4x100 meter wisselslag.

### Sterke prestatie

De derde dag stond met de 400 meter vrije slag een iets langere wedstrijd op de agenda. In de

voormiddagreeksen ging ze niet voluit en eindigde op een tweede plaats met 4.33.31. Meteen goed voor goud in de categorie juniors. 's Avonds gaf Sascha alles in de finale en haalde ze de Belgische titel binnen. Ze klokte af in 4.23.38, kaapte de Belgische titel bij de seniors weg én zette een nieuw persoonlijk record neer.

De laatste dag stond een sprintnummer op het programma. Deze wedstrijd was eigenlijk niet voor Sascha weggelegd, maar in de reeksen kon ze zich toch makkelijk plaatsen voor de finale met een vijfde stek in 27.37, goed voor brons in de categorie juniors. In de finale eindigde ze als vierde in 26.69.

(RED)