

Kastgruppen

Kast som jag upplever har varit utvecklande och spännande att coacha. Jag tror alla som kastade detta året har fått nya distanser, fler nya personbästa och utveckling har varit på topp. Jaro har gjort fantastiga framsteg detta året och kommer att vara en duktig kastare. Linnea kastade sig till en 4 plats med sin längste kast i en SM. Molly tog fler medaljer i alla kast grenar, den enda som har gjort det. Tilde slog Linneas f 13 spjut rekord, Lovisa och Madelen har kast nästan lika detta året och Madelen har varit på Sveriges bästa list i diskus. Lovisa ser stark ut och kommer att utvecklas till en duktig diskuskastare . Erica efter ett svårt år 2013 fick hon till slut kasta i den stora SM. Hon har visat långa distanser men fick inte ut det i tävlingar utan Bottnaryd, där hon tog en andra plats där vädret var inte snällt. Hon är stark psykisk måste jag säga. Jag kan inte vänta till säsongen börjar, det kommer att vara spännande.

Tack David Sieker