

Kast 2015

Kast under 2015 har varit fantastisk. Fem kastare har varit med på Sveriges bästa lista. Kanske eller bästa resultat någonsin som en grupp.

Erica efter två tuffa år kom till final i stora SM med en ny person bäst och vann några tuffa tävlingar under året. Nu har vi förbättrat tekniken och hoppas för ett fantastisk år som kommer att nå över 50 meters eller hur!

Linnea kom 4 i hennes SM bara en centimeter från en medalj. Nu med den nya spjut och utvecklings under året vill vi se nya topp resultat. Go for it Girl!

En underbar överraskning är när Marielle Stålberg kom och vill slänga slägga. Vi bli jätte glad och sätt igång. Hon hjälpte att tar viktiga poäng i lag tävling och tro jag slog Erica under året. Men under hösten och vinter fick vi hjälp av en slägga kastar från Varberg och Marielle kommer att visa var skåpet ska stå detta året. Håll kol på henne, det bli spännande.

Lovisa och Jaro har imponerad stort detta år. Lovisa kanske skulle sluta med diskus och Jaro börjar förstå att han kan kasta kom båda två på Sveriges bästa lista. Båda Lovisa och Jaro är stärkare och har flytta upp till ett kilo Lovisa och Jaro 1,1/2 kilo. Men dem ser stärk ut. Önskar er det bästa under året.

Tilde vad kan man säga. Hon kasta 33 meters och vann spjut i vår lag tävling med ett 600 gram kvinnor spjut, 500 gram kasta hon över 36.79. Fantastik! Och stöttat kula för ett nytt klubb rekord.

Molly har kastat spjut, diskus, och stött kula med bra resultat också men hennes ålders grupp var inte med i Sveriges bästa lista.

Jag önskar all ni som har stöttat i de andra grupper en bra fortsättnings och kanske ni som vill börja hitta kast som ett gren ni vill utveckla.

David Sieker