

VÄSTERÅS FRIDROTTSKLUBB 2018

Utomhussäsongen 2018

Återigen för fjärde året i rad tog vi tre medaljer på seniorSM. Vi har ju vant oss vid att det är våra duktiga kvinnliga idrottare Malin Marmbrandt och Sofi Flinck som står för medaljskörden. Dom tog varsina medaljer även i år. Sofi förstas guld i spjut och Malin silver i längd. Men nu fick vi äntligen också medalj på herrsidan. Det var vår duktiga löpare Efreem Brhane som nu definitivt tog steget upp i Sverigeeliten genom att knipa ett brons på 3000m hinder.

Svenska Cupen

LagSM-kvalet i Svenska Cupen gick i år i Karlstad 19 maj. Herrlaget fick ju i fjol ta steget ner en division, men damlaget gjorde en stark insats. Jag tror inte jag har varit med om något år med ett så homogent lag där vi haft starkast möjliga deltagare i nästan alla grenar. Det ledde också till en fin andra plats efter omöjliga hemmaklubben IF Göta. Malin Marmbrandt tog som vanligt segern i både längd och tresteg trots att hon i sista grenen bara gjorde två hopp för att säkra segern. Sofi Flinck vann lika övertygande spjut. Moa Rothman svarade för en fin insats då hon vann 3000m hinder. I fjol vann Elsa Wallenius 2000m hinder. I år fick hon i stället representera laget både på 800m och 1500m. Hon vann sensationellt 800m och blev tvåa på 1500m. Den höga standarden i laget visade sig också i att Emma Stenlöf som nu var tillbaka i laget blev tvåa både på 100m häck och i höjd. Andra plats blev det också för Nadja Strandberg och Emma Larsson på 5000m och 400m häck. Våra svagaste grenar var i år kastgrenarna och sprintgrenarna men där är vi inne i en generationsväxling.

Herrlaget fick i år ta nya tag i Svealandsserien division ett. Vinnaren skulle ta steget upp till nästa års LagSM-kval. Trots att herrlaget var väldigt ihåligt där det i flera grenar bara handlade om att rädda en poäng och inte gå tom så var man med en andraplats ytterst nära att ta sig tillbaka till högsta divisionen. Med lite bättre framförhållning nästa år borde man klara av att ta hem segern. Unge Hassan Abdiqadir gladdes med att vinna 2000m hinder och bli tvåa på 3000m. Rickard Willman gjorde samma sak. Han vann 110m häck och var tvåa i längd. En gammal bekant Björn Johansson var helt otränad tillbaka i laget och vann stav och blev tvåa i diskus. Den fjärde segern för laget togs av Johannes Nilsson i slägga. Bra poängplockare var också Efreem Brhane som blev tvåa både på 800m och 1500m. Stafettlaget på 4x100m bestående av Tim Singmandeewised, Jakob Dalenbring, Rickard Willman och August Kallin knep också en fin andra plats.

SM-tävlingarna i tidsordning

StafettSM

StafettSM gick i år i Göteborg 26-27 maj. Båda våra deltagande lag F17 1000m och F15 4x80m blev tyvärr diskade redan i försöken.

JuniorSM och UngdomsSM

Det dröjde ända till 3-5 augusti innan JSM och USM 17 gick i Huddinge och USM 15-16 inte långt därifrån i Enskede. Även i år blev det en bra medaljskörd nämligen 14 st.

Vi börjar med USM 15-16 år. Förra året fick vi inga medaljer alls i den yngsta klassen 15 år. I år blev det fyra medaljer. Vår unge duktige släggkastare Leo Bystedt tog programenligt guld i slägga. Även i slägga F15 blev det guld genom Isabella Wiklund. Silver blev det för Albin Wallenius på 2000m. Ett brons blev det slutligen för Elvira Jonsson i höjd.

I 16års klassen dvs fjolårets 15åringar blev det två medaljer i år. Alfons Haals tog silver i slägga och Tyra Landin tog brons på 300m häck. Ett steg framåt jämfört med förra året.

Vid JuniorSM och USM17 i Huddinge blev det i år sammanlagt åtta medaljer. Flest medaljer togs av våra duktiga flickor i 17-årsklassen. Stor medaljplockare var Elsa Wallenius som tog guld på 3000m samt silver på 1500m och 1500m hinder. I slägga var det överraskande Jennifer Andersson som tog hem guld medan favoriten Anna Götberg fick nöja sig med brons. Men Anna tog dessutom brons i kula. Första året i M22

klassen lyckades inte Johannes Nilsson upprepa förra årets brons i slägga utan blev fyra. Fyra blev också Emma Stenlöf i K22 höjd. I 19-årsklassen dvs födda 00 och 99 blev det inga medaljer alls i år

SeniorSM

SeniorSM gick i år 24-26 aug i Eskilstuna. Som jag nämnt i ingressen blev det återigen tre medaljer för klubben. Sofi Flinck tog en ohotad seger i spjut på fina 58,88. I år strök Malin Marmbrandt tresteg ur SM programmet. Annars hade det nog blivit två medaljer för Malin. Nu blev det silver i längd på 6,33 bakom Sveriges suverän i grenen Khaddi Sagnia från Ullevi. Att det blev tre medaljer ändå får vi tacka vårt stora löparlöfte Efrem Brhane för. Han tog ett sensationellt brons på 3000m hinder och blev dessutom femma på 5000m. Tiderna 8.56,68 och 14.49,72 var fina personliga rekord för Efrem. Vår duktige längdhoppare Rickard Willman har haft svårt tidigare att få ut sin kapacitet vid SM. Den här gången tog han sig till final där han slutade åtta. 17-åriga Elsa Wallenius gjorde debut på seniorSM och blev nia på 1500 m på personliga rekordet 4.36,20.

Internationella mästerskap

EM

Vid Europamästerskapen i Berlin hade glädjande nog Sofi Flinck kvalat in i spjut. Hon gjorde en mycket fin kvaltävling där hon var trea på 59,58. Lika bra gick det inte i finalen. Där blev hon tia på 56,91.

Nordisk-Baltiska 22-årsmästerskapen

Tävlingarna gick i år i Gävle och är ett slags mellanting mellan mästerskap och landslagsuppdrag. Moa Rothman blev femma på 5000m med 17.33,78 -ett fint personligt rekord.

Landslagsuppdrag

Sverige-Finland Estland

Den traditionella mångkampslandskampen gick i år i Pärnu i Estland. Vår mångkampare Emma Stenlöf var nu tillbaka i landslaget och gjorde en fin insats. Slutpoängen blev 5440 och räckte till fjärde plats.

Finnkampen.

I år var det Finlands tur att härbärgera Finnkampen. Den gick i Tampere 31 aug-1 sep. Precis som i fjol hade vi Sofi Flinck med i spjut och Malin Marmbrandt i längd. Förra året var Malin också med i tresteg . Men i den grenen gjorde hon bara två tävlingar under säsongen och avstod ju också SM som gäller som uttagning till Finnkampen.

För andra året i rad tog Sofi Flinck hem segern i spjut på 56,85. Malin Marmbrandt blev fyra i längd med 6,21. Det var en fin tävling med alla sex hoppare över 6m. Malin hade två finskor bakom sig och Sverige tog en klar seger. Sverige vann damkampen klart medan Finland tog en knapp seger i herrkampen.

Ungdomsfinnkampen 17 år

Samma dagar i Tampere gick Ungdomsfinnkampen. Vi hade två deltagare med. För andra året deltog Elsa Wallenius. I år fick Elsa springa 3000m istället för favoritgrenen hinder. Men hon gjorde ett nytt praktlopp precis som förra året och satte personligt rekord med 9.52,29. Hon blev tvåa strax efter en finska som var den stora favoriten. Vi hade också en representant i slägga. I år var det vinnaren i USM 17 år Jennifer Andersson som fick förtroendet när Sverigeettan och förra årets representant Anna Göteborg fått förhinder. Här var de finska flickorna suveräna men Jennifer blev trea och bästa svenska på 58,60 m.

Västerås FK som lag gren för gren

Kvinnor

Kvinnorna har gjort en stark utomhussäsong. Fortfarande är det Malin Marmbrandt och Sofi Flink, som är klubbens stora stjärnor. Bakom dem så har en skadefri Emma Stenlöf nu återigen tagit klivet upp bland de allra bästa i landet i mångkamp.

100m

I år var vi lite tunna på 100m. Förra årets etta Virva Rylander tävlade sparsamt och nådde inte upp till fjolårets resultat. Snabbast i klubben var istället längdhopparen Malin Marmbrandt. Precis som förra året gjorde hon bara ett enda 100m lopp. Men med tiden 12,53 förbättrade hon sig med 3/100 från förra året. Två i klubben är 17-åriga Astrid Eggesjö på 12,86. Men hon nådde upp till förra årets fina tid 12,57.

200m

Inte heller på 200m har vi i år någon riktig sprinter. Mångkamparen Emma Stenlöf är snabbast med 25,78. Två i klubben är Astrid Eggesjö med 26,10. Men Astrid gjorde vid Sayospelen i Sollentuna i maj en så fin tid som 25,33. Men det var i ganska kraftig medvind och kan därför inte godkännas. Det visar ändå att det finns kapacitet hos Astrid att bli riktigt bra på distansen.

400m

Här är 18-åriga Virva Rylanders klubbens etta med 59,75 men det är 1,5 sekunder från hennes bästa tid i fjol. Ingen annan under 60 sekunder. 17-åriga Melina Mancuso är närmast med 60,34.

800m

17-åriga Elsa Wallenius är även i år klubbens snabbaste med 2.16,11.- en halv sekund från fjolårets personliga rekord. Jämnåriga Emma Danarp har gjort fina framsteg i år. Vid USM förbättrade hon sitt pers på 800m med nästan 8 sekunder och blev sexa på 2.22,27. Nämnas kan också att mångkamparen Emma Stenlöf med 2.23,45 bara var en sekund från sitt fyra år gamla personliga rekord.

1500m

Elsa Wallenius är även i år klubbens etta på 1500m. Hon förbättrade sitt pers från i fjol med dryga sex sekunder till 4.36,20. Det var också hennes debut på SeniorSM där hon blev nia. Det var längesedan någon sprang så snabbt på distansen i klubben. Vi får gå tillbaka till 2007 då Jenny Holmroos sprang på tiden 4.32,28. Då var Jenny 21 år.

Längre distanser

Vid Ungdomsfinnkampen satte Elsa Wallenius med 9.52,29 på 3000m personligt rekord med 48 sekunder. Tiden är årsbästa i landet i F17-klassen och hon klättrar så högt som till åttonde plats i seniorstatistiken i landet. Elsa har ju varit en osedvanlig löparbegåvning i många år. Nu har hon nått den åldern att jag dristar mig till att säga hon är den största löpartalangen på de längre distanserna som klubben någonsin har haft. Vi ska inte heller glömma Moa Rothman. Vid Nordisk Baltiska Mästerskapen sprang hon 5000m på 17.33,78. Med den tiden har hon storlöpare som Åsa Svensson och Jenny Holmroos bakom sig. Den enda Västeråslöpare hon har framför sig är Marina Danielsson som tävlade för IFK Västerås när hon 1981 sprang 5000m på 17.25,94.

3000m hinder

Det är bara Moa Rothman som sprungit distansen i år när hon vann i LagSMkvalet på 10.44,70. Hon är nia i seniorstatistiken i landet. Moa var i år sistaårsjunior och i den klassen K22 är hinderdistansen 2000m. Där var hon trea på juniorSM. Elsa Wallenius är ju också en mycket duktig hinderlöpare. Men i hennes klass F17 är distansen 1500m där hon var tvåa på UngdomsSM.

100m häck

Grenen har varit ett sorgebarn några men i år var Emma Stenlöf tillbaka. Hon tog en stark andraplats i LagSMkvalet och nådde sin bästa tid 14,56 vid mångkampslandskampen i Estland i mitten av juni.

400m häck

Emma Larsson sprang 400m häck på LagSMkvalet på 64,76. Ingen mer tävling för Emma tyvärr under utomhussäsongen. Ingen annan har sprungit distansen i år. 16-åriga Tyra Landin blir kanske den som tar över grenen redan i LagSMkvalet i vår. Hon springer i sin klass fortfarande 300m häck. Där tog hon brons i UngdomsSM på personliga rekordet 45,81.

Höjd

Höjd är tillsammans med längd mångkamparen Emma Stenlöfs bästa grenar. Vid mångkampslandskampen i Estland satt hon årsbästa med 1,77. Bakom henne fortsätter 15-åriga Elvira Jonsson sin fina utveckling. Vid Gurkspelen på Arosvallen gjorde hon säsongens bästa tävling och klarade 1,66, en höjning av förra årets bästa resultat med hela 10 cm. Elvira är fyra i landet i sin åldersklass. I klubben är det bara just Emma Stenlöf som har hoppat högre (1,70) som 15-åring.

Längd

Malin Marmbrandt var bara 6 cm från sitt fjolårspers när hon i år vid samma tävling i Granada i Spanien hoppade 6,46. Vid två andra tävlingar under samma period i Spanien hoppade hon 6,61 och 6,60 i för stark medvind. Hon befäster sin ställning som en av Sveriges bästa längdhoppare och imponerar framförallt med en enorm jämnhet. Emma Stenlöf är tillbaka på tävlingsarenan och är naturligtvis tvåa i klubben på 5,83. Ingen annan över fem meter i år.

Stav

Louise Kvarforth gick i år upp i äldsta juniorklassen. Redan vid Sayospelen i Sollentuna i början på juni överskred hon 3 meter för första gången. 3,05 blev det där och slutligen som bäst 3,13 vid Gurkspelen. Det räcker så klart inte långt i nationell jämförelse men i klubben är det bara 20 cm kvar till klubbrekordet.

Tresteg

Malin Marmbrandt satsade i år helt och hållet på längd. Annars är hon ju också en av landets bästa i tresteg. Nu ställde hon upp för laget i LagSM och gjorde bara två hopp med 12,68 som längst för att säkra segern. Det var hennes enda trestegstävling i år. Vår duktiga unga höjdhoppare Elvira Jonsson är också duktig i tresteg. I sitt andra år med tävling från plankan är hon klubbens tvåa med 10,77. Fortsätter hon med tresteg så har vi säkert i henne vår nästa 11metershoppare kanske redan nästa år.

Kula

Kula toppas i år av mångkamparen Emma Stenlöf på 12,96. Nina Björkman nådde också över 12 meter med 12,08. En hygglig klubbnivå men någon utpräglad kulstötare har vi inte i klubben.

Diskus

Efter Jenny Johansson under perioden 2007-2014 har vi inte haft någon specialiserad diskuskastare. 20-åriga Nina Björkman har varit på väg i några år och är även i år bäst i klubben med 41,12 men det är dryga tio meter kortare än vad Jenny kastade på sin tid.

Slägga

17-åriga Anna Götzberg blev vår nästa kastare över 50 meter. Vid SeniorSM nådde hon 51,98. Nu blev det bara två tävlingar med seniorslägga för Anna. I 17-årsklassen tävlar ju Anna med 3kg slägga. I den klassen är hon sverigeetta. Nina Björkman satte också personligt rekord med 49,40. 17-åriga Jennifer Andersson tog ju sensationellt guldet i USM och representerade Sverige i ungdomsfinnkampen. Med seniorslägga gjorde hon en Castoramätävling under hösten och nådde 47,32. Vi behöver emellertid ha någon kastare över 60 meter för att närma oss de bästa i landet. Men det är en ung trio med utvecklingsmöjligheter. Bakom dom har vi fler unga kastare i en stark träningsgrupp. Särskilt spännande blir det att följa 15 åriga Isabella Wiklund som nu tog sitt första SMguld i F15 klassen och som också toppar den svenska årsstatistiken.

Spjut

Det var 2013 som då blott 17-åriga Sofi Flinck blev ett namn i friidrottsvärlden genom att nå 61,40. Året efteråt blev det nytt pers med 61,96. Sedan har skador hållit resultaten tillbaka i flera år. Men i år nådde Sofi återigen över 60m när hon vid en tävling i Finland kastade 60,56. Hon är odiskutabel etta i Sverige, finnkampsdödare och tillhör de allra bästa spjutkastarna i Europa. Lite tunnare bakom Sofi dock. Vår näst bästa kastare Maja Gustavsson nådde i år vid tävlingar i USA tidigt på säsongen 42,73 som längst. Hon har legat på den nivån de senaste åren. Men hon är bara 20 år så mycket hinner hända de kommande åren om Maja fortsätter att träna och tävla.

MÄN

Herrarna känns lite starkare i år. Framstegen får i första hand tillskrivas våra nya duktiga löpare på de lite längre distanserna samt glädjande nog på en bra tillväxt i ungdomsklasserna.

100m

Det ser lite bättre ut i år än förra. 19-åriga Jakob Dalenbring följde upp sin fina inomhussäsong med att bli klubbens snabbaste på 100m med 11,27. Tvåa är 16-åriga Tim Singmandeewised som nu gjorde sina första 100m lopp i karriären och sprang på 11,46 som bäst. Trea är längdhopparen Rickard Willman med 11,47. 14-åriga Lukas Söderlund nämnde jag redan förra året. I dom här unga klasserna springer man inte 100m. Då får man anmäla sig i en högre klass. Lukas sprang 100m en gång och det var vid tävlingar i Köping i början på juni. Då kom han trea i P17-klassen på 12,07. Det var en förbättring av hans pers från året innan med 78/100. Lukas tillhör vår starka P14- kull. Numera springer 14-åringarna 80m och där delar Lukas klubbrekordet tillsammans med Tim Singmandeewised på 9,83. Men ända fram till 2013 var distansen 100m för 14-årsklassen. Det klubbrekordet har nu Lukas med sin tid 12,07, före flera löpare som sedan kom att vara våra bästa sprinters.

200m

Under sin första säsong utomhus på 200m så är även här Jakob Dalenbring snabbast i klubben med 23,14. Han är den enda som sprungit under 24 sekunder. Vilket är svagare än på många år.

400m

Även på 400m är vi svaga just nu. 16-åriga David Mörck är snabbast med 54,99. Vi har ingen naturlig arvtagare på distansen. Jag kan tänka mig att Jakob Dalenbring skulle kunna göra en bra tid men även ungdomarna Ludvig Jaasund och Lukas Söderlund. De två senaste tillhör de bästa i landet i sin åldersklass 300m. Men det är först i 16-årsklassen som man tar steget upp till 400m.

800m

Jag nämnde i inledningen våra duktiga löpare på längre distanser. Det ser vi redan på 800m. Efrem Brhane gjorde sitt första lopp på distansen vid Svenska Cupen i maj där han fick tiden 1.57,29. Han gjorde ett till lopp på distansen. Det var vid Gurkspelet då han sprang på lysande 1.53,18. Vid samma loppa gjorde 17-åriga Hassan Abdiqadir sitt enda lopp på distansen och fick tiden 2.05,97 och är tvåa i klubben. Förra året nämnde jag också några andra intressanta unga namn. Av dom är det 15-åriga Simon Öberg som gjort de största framstegen och förbättrat sitt personliga rekord från året innan med drygt sex sekunder till 2.10,01.

1500m

Förra året presenterade sig Efrem Brhane ,som vårt starka kort på de längre distanserna. I år förbättrade han sitt personliga rekord på 1500m med en knapp sekund till 3.53,97. Även här är Hassan Abdiqadir tvåa i klubben med 4.10,23, en förbättring med 3,3 sek från året innan. Trea är 15-åriga Albin Wallenius på 4.27,43. Nästa år ingår 1500m i hans grenprogram och då får vi nog se ännu bättre tider.

Längre distanser och hinder

På distanser över 1500m har vi ingen uppsjö av löpare.

På 3000m har bara Hassan Abdiqadir sprungit. Han förbättrade sitt personliga rekord nästan åtta sekunder till 9.04,99. Han är fyra i landet i sin åldersklass på den tiden. På 5000m gjorde Efrem Brhane ett enda lopp och det var vid SM. Där tog han en sensationell femteplats på tiden 14.49,72, en förbättring av hans fjolårspers med nästan 45 sekunder. Klubben har ju fina traditioner på 5000m. men det var på 60- 70- Och 80-talet. Bäst i

klubben är Kari Niemälä som 1989 sprang på 13.37,70. Men på senare år har vi inte haft någon löpare i närheten av Efrem's tid.

Kanske är ändå 3000 m hinder Efrem Berhanes starkaste gren. Där tog han ju brons på SM tiden 8.56,68. Med den tiden är han sexa i seniorstatistiken i landet. Det är snudd på landslagsplats nästa år om han fortsätter sin fina utveckling. I klubbens historia är det bara landslagslöparen och SM-vinnaren Christer Ström som sprungit snabbare. Men då får vi gå tillbaka smått hisnande 40 år. Även Hassan Abdiqadir är en duktig hinderlöpare. I hans åldersklass är längden 2000m. Där satte Hassan klubbrekord vid Svenska Cupen på våren då han vann över alla seniorerna på tiden 6.17,32. Av något skäl finns inte tiden med i förbundets årsstatistik där Hassan är fyra med 6.24,18.

110m häck

I år var Rickard Willman tillbaka. Han gjorde ett lopp vid Svenska Cupen och ett lopp vid Gurkspelen. Lustigt nog på exakt samma tid 14,91. Det är personligt rekord och en riktigt bra tid även med nationella mått. Nu är ju Rickard i första hand längdhoppare men nog finns det kapacitet för ännu bättre tider på korta häcken.

400m häck

Enda gången som vi har ett resultat på långa häcken är vid lagtävlingen på våren. I år var det sprintern Jakob Dalenbring som fick representera klubben. Helt utan rutin gjorde han ändå en bra insats med tiden 65,05 och femte plats. Jag har ingen förhoppning om att vi ska hitta någon i klubben som intresserar sig på allvar för distansen. En ljuspunkt dock i 14-åriga Ludvig Jaasund som vann Svealandscupen på 300m häck på tiden 42,05. Det är bara fyra tiondelar från vad vår nye kanslichef Henrik Astfors gjorde som 14-åring. Henrik blev senare ett pålitligt lagankare på 400m häck.

Höjd

14-åriga Ludvig Jaasund är även i år klubbens bästa höjdhoppare. Han höjde sitt fjolårspers med två cm till 1,78. Ludvig är tvåa i landet med den höjden. Precis som i fjol så har han bara gamle höjdhopparen Stefan Holms som Melvin före sig. Melvin är ju ett närmast osannolikt framtidslöfte som vid Svealandsmästerskapen i september hoppade 2,04. Tvåa i vår klubb är Jakob Lillberg som otränad ställde upp i lagtävlingen och klarade 1,75.

Stav

Vår gamle stavhoppare och mångkampare 30-åriga Björn Johansson var i år tillbaka och hjälpte klubben vid Svenska Cupen. Det innebar en säker seger i stav på 4,40. Men vad som är mer intressant är att vi börjar få fram några duktiga unga stavhoppare i 14-åriga Ludvig Jaasund och 13-åriga Viktor Rahm. Ludvig hoppade 2,92 vid Svealandsmästerskapen och Viktor 2,72 vid samma tävling. Nu ska man ju inte förutsätta att dom kommer att fortsätta med stav. För Ludvigs del är nog troligt. Han har ju som vi kan se av genomgången gren för gren en mångsidighet som talar för en framtida mångkampare. I den manliga mångkampen ingår ju stav både inomhus och utomhus.

Längd

Även i år saknade vi Patric Hjort i längd. Rickard Willman fortsätter att vara klubbens bästa längdhoppare. Han gjorde tre tävlingar och alla över sju meter med 7,17 som bäst. I SM kvalet hoppade han 7,21 men i lite för mycket medvind. Två veteraner bakom honom Håkan Setthammar (5,71) och Daniel Berr (5,62) är ett svaghetstecken. Men två guldmedaljer gav det i veteranSM M45 och M40.

Tresteg

En riktigt svag gren fortfarande för klubben. 43-åriga Daniel Berr tog guld på VeteranSM med 11,33, vilket är imponerande i sig.

Kula

Även i år är det vår veteran Håkan Setthammar som toppar listan med 12,21. Men inte heller här finns det någon i klubben som på allvar ägnar sig åt grenen. De resultat vi har med seniorkulan är nästan uteslutande Castoramaresultat på längder kring eller under 10 meter.

Diskus

Samma problem här som i kula. Men vi har faktiskt i år två kastare över 40 meter. Björn Johansson tävlade i Svenska Cupen för laget och kastade 43,33. Vid veteranSM i aug tog Håkan Setthammar guld med ett kast på 40,48 m. Jag tror faktiskt att det är personligt rekord av 46-åringen.

Slägga

20-åriga Johannes Nilssons första år med seniorsläggan gav inte riktigt det där lyftet som man hoppats på. 48,71 som längst var två meter kortare än vad han kastade förra året. Han är nu vår bäste seniorkastare följd av 57-åriga veteranen Fred Schumacher med 43,30. Men här har vi en väldigt spännande ung generation i 16-åriga Alfons Haals och 15-åriga Leo Bystedt. Alfons är tvåa i landet i sin åldersklass med 5 kg slägga med 62,62 och bäst genom tiderna i klubben i sin åldersklass P16. Leo är överlägsen etta i landet i sin åldersklass. Han har med 4 kg släggan nått hela 66,85. Det är ju en bit upp till seniorsläggan 7,26 kg. Men Leo prövade faktiskt vikten vid en Castoramatävling under hösten och nådde 41,20. Det är imponerande.

Spjut

Återigen en svag gren i klubben. Håkan Setthammar är bäst i klubben med 44,38 följd av en annan veteran Daniel Berr på 41,24. Klubbens bästa spjutkastare är förmodligen 16-åriga Pontus Gustavsson. Han är trea i landet i sin åldersklass med 49,41. Han har ännu inte prövat på det 100g tyngre seniorspjutet.

Ungdomar som kommer.

Här brukar jag uppmärksamma några 14-åringar som nästa år som 15-åringar får göra SM debut. Några av dem mest framträdande har jag redan nämnt t ex Ludvig Jaasund. Han är ju duktig i flera grenar vilket naturligtvis gör honom till stort framtidslöfte i mångkamp förutom hans bästa gren höjdhopp där han redan är bäst i klubben. Lukas Söderlund är en begåvad sprinter. Bland flickorna är det ingen som sticker ut så tydligt som hos pojkarna. Tyra Tjulander kan vi nog se göra bra ifrån sig nästa år såväl på kort och lång häck som andra löpgrenar. Matilda Eriksson är både en duktig sprinter och lovande släggkastare.

Göran Kihl 2019-02-07

