

VÄSTERÅS FRIIDROTTSKLUBB 2019

Inomhussäsongen 2019 del 2

Det här är andra avsnittet i vår resumé över inomhussäsongen 2019. Du har väl inte missat den första delen.

I den här delen tittar jag på våra kvinnliga friidrottare gren för gren.

Kvinnorna

Vi har fortfarande bara Malin Marmbrandt i den absoluta sverigetoppen i både längd och tresteg. Den sista grenen hoppar hon dock väldigt sparsamt.

Analys gren för gren

60 m

Vi saknar en bra sprinter just nu. Lite överraskande är 17-åriga Tyra Landin snabbast i klubben med 8,10 följd av blott 14-åriga Sofia Hasler på 8,18. Lite kul med Tyra Landin tycker jag som gör sitt första år på friidrottsgymnasiet i Karlstad vilket tydligt visar sig på hennes utveckling.

200 m

Samma situation här som på 60m. Astrid Eggesjö är precis som förra året snabbast med 26,49, fyra tiondelar sämre än året innan. Tvåa även här Sofia Hasler som vid Svealandsmästerskapen i september satte ett fint personligt med 27,08.

400m

Förra årets etta Tyra Landin förbättrade i år sitt pers med nästan 1,2 sek till 60,05. Hon är snabbast även i år tätt följd av Melina Mancuso med 60,22. Med den utveckling Tyra visat så tar hon sig under 60 sekunder redan under utomhussäsongen. Tyras stora styrka kommer nog annars i framtiden att vara långa häcken.

800m och 1500m

Klubbens bästa löpare på båda distanserna är utan tvekan 18-åriga Elsa Wallenius. I år sprang hon inget lopp inomhus på 800m. På 1500m satte hon emellertid ett fint personligt rekord vid JSM med 4.35,92. Det är den 17:e bästa seniortiden i landet i år. På 800m har i år istället den duktiga veteranlöparen (K45) Betti Lukic den bästa tiden med 2.36,51. På de här distanserna har vi flera unga löpare på gång som vi säkert kommer att möta de kommande åren.

Längre distanser

Det är ju inte så vanligt med längre distanser inomhus men dessa kommer att vara Elsa Wallenius starkaste grenar framöver. På 3000 m sprang hon vid en tävling i Örebro i mars på 10.19,36. En bra tid speciellt med tanke på att det var enda loppet hon gjorde.

60m häck

Vår enda seniorhäcklöpare Emma Stenlöf avstod inomhussäsongen i år.

Höjd

I Emma Stenlöfs frånvaro är 16-åriga Elvira Jonsson klubbens bästa. Hon har stadigt förbättrat sitt pers för varje år. Nu höjde hon det med ytterligare 8 cm när hon klarade 1,74 vid hemmatävlingen Westinghouse inlagda. 1,74 räcker faktiskt till 15:e plats i landets seniorstatistik för året. I F16 är hon tvåa och hon tog ju också silver vid UngdomsSM. Kul och spännande utveckling för Elvira. När hon var 13 år klarade hon inomhus 1,40, 14 år (1,49), 15 år (1,66) och i år 1,74.

Stav

Louise Kvarforth förbättrade sitt inomhuspers i år med 19 cm till 3,10. Hon är just nu vår ende stavhoppare.

Längd

Malin Marmbrandts säkerhet i längd är imponerande. Hon gjorde sex tävlingar 6,07 som sämst och 6,23 som längst. Hon är sexa i landet i år vilket visar att standarden i Sverige i längd är hög. Glädjande i år är att vi fick tre nya femmetershoppare. 16-åriga Elvira Jonsson är tvåa i klubben med 5,15. Förra året hoppade hon inte längd men året innan nådde hon 4,35 som 14-åring. En glädjande förbättring. 14-åriga Sofia Hasler hoppade i år för första gången med planka och nådde 5,11 vid Svealandsmästerskapen. Där var hon tvåa och i svenska

årsbästatistiken är hon tia i F14. Vår tredje hoppare över fem meter var Tyra Landin som vid MångkampsSM hoppade 5,08. En glädjande gren trots att starka längdhopparen Emma Stenlöf hade tävlingsuppehåll.

Tresteg

Malin Marmbrandt är tvåa i landet trots att hon gjorde bara en tävling. Det var vid SM då hon tog brons på 13,13. Det är bara två cm hennes klubbrekord från 2016. Tvåa i klubben är även i år Elvira Jonsson. 10,68 är dock 23 cm kortare än hennes pers från förra året.

Kula

Nina Björkman studerar och tränar numera i USA på vintersäsongen. Där har hon slagit till med ett fint personligt rekord i kula. Vid en tävling i New York i februari stötte hon för första gången över 13 meter nämligen 13,13. Ett bra resultat som placerar henne som fyra i K22-statistiken i landet och som fjortonde i seniorstatistiken. Även Maja Gustavsson som är tvåa i klubben satte ett fint pers med 11,32 i USA i vinter. Ingen av dom har dock kula som sin huvudgren.

Vikt

Förra året satte Nina Björkman klubbrekord med 18,14. I år var det Anna Götberg som tog över förstaplatsen i klubben med sitt F19 rekord med 17,75. Det här är första året som Anna tävlar med seniorvikten även om hon tidigare år har gjort en del tävlingar i seniorklassen. Men vi kan nog se ännu längre kast redan nästa år. Nina är tvåa med 16,56. Vi har flera duktiga yngre viktkastare. Bäst har det gått för Isabella Wiklund som tog guld i vikt i F16-klassen vid USM. Hon är etta i landet i sin åldersklass med 16,82. Men hon kastar fortfarande med en vikt som väger 7,26 kg att jämföra 9,08 kg som F19, K22 och Seniorer kastar med.

Västerås 23 juni 2019

Göran Kihl