

Huddinge AIS Friidrott inbjuder till
Hassekastet 2026
söndag 11 oktober
Hasses kastplan/Nya Jerikovallen på Källbrink



Klass	Söndag 11/10
M, M vet	Tvåhandskula, superkula, viktmångkamp och supervikt
K, K vet)	Tvåhandskula, superkula, viktmångkamp och supervikt

Välkommen till den 7:e upplagan av Hassekastet!

Till minne av Hasse Sköldsäter arrangerar vi årligen en tävling i Hasses anda.

Vi börjar kl 10.00 och beroende på hur många som deltar blir starttiderna vad de blir. Vi uppskattar att viktmångkampen börjar ca kl 12.

Grenar

Tvåhandskula

Man stöter med höger/vänster hand (bästa/sämsta) och slutresultatet är det sammanlagda av bästa stöt med respektive hand.

Superkula

12 kg för män och 7,26 för kvinnor (andra vikter finns för veteraner om så önskas).

Viktmångkamp

Här kastar man med sin ordinarie vikt samt ett snäpp lättare och ett snäpp tyngre (de som har 15,88 som ordinarie kastar (troligen) med 20kg som snäppet tyngre). Vi börjar med den lätta och går uppåt.

Supervikt

Se tabell nedan. Vikterna är inte obligatoriska

Män	M35 – M55	M60 – M65	M70 – M75	M80+
	25.4	20	15.88	11.34
Kvinnor	W35 – W45	W50 – W55	W60 – W70	W75+
	15.88	11.34	5.45	4

Anmälan: På mail till tomas.classon@gmail.com

Anmälningsavgift: 150:-, betalas på plats (swish).

Frågor: [Tomas Classon](#)
[Tony Karlsson](#)