

Svenska Varpaförbundet

Välkommen till varpan.



Allmänt om varpa.

Varpa är en precisionsidrott som kan utövas av vem som helst, oavsett ålder eller kön.

I varje fall när det gäller varpa som motions och familje idrott.

Som tävlingsidrott kräver varpa emellantid såväl styrka, teknik, smidighet och kondition som god balans och kalla nerver.

Varpa ger tävlandets hela spänning, den kräver precision och finurliga beräkningar, speciellt om motståndaren kastat så bra, att man måste slå undan hans sten för att den egna stenen skall komma närmast målstickan (pinnen) .

Fakta & Historik.

Det finns två tävlingsgrenar; metall- och stenvarpa.

Metallvarpan är gjord av aluminium/zink/koppar.

Vikten varierar mellan 0,5 – 4,9 kg.

Det går ut på att komma närmast pinnen.

I metallvarpa kastas årligen SM med totalt 11 SM-tecken.

Varpa är en precisionssport som kan utövas av vem som helst, oavsett ålder eller kön.

I tävlingsidrott kräver varpa emellertid såväl styrka, teknik, smidighet, kondition samt god balans.

Tävlingsregler för varpakastning kan rekvireras från Svenska Varpaförbundet som ingår i Riksidrottsförbundet.

Svenska Varpaförbundet samarbetar med klubbar i bl a Frankrike, Lettland, Slovenien.



Tävlingsformer.

Centimeter Kastning.

- I centimeter så mäts varje kast i centimeter.
- Mätningen görs från varpans närmaste kant till pinnen.
- 12 kast är en kula.
- Cm kastning består av 36 kast (dvs. 3 kulor).
- Summan av de 36 kasten är slutresultatet.
- Lag – cm består av summan av tre kastares resultat.

Kul kastning.

- I kula möts kastare i bäst av tre kulor först till tolv.
- Varje poäng kallas för stick.
- Kula tävlas i Ind, par, 2-manna lag & 3-mannalag.



Bildserien visar hur ett varpakast utförs av en högerhänt kastare. Stilarna kan variera men utgångsläget är oftast samma oavsett dam, herr & ungdom.



Klasser & Kastlängder:

Damer

- Flickor 9 år och yngre 8 meter
- Flickor t.o.m. 10-11 år 10 meter
- Flickor 12 - 15 år 12 meter
- Juniorer 16 – 21 år 15 meter
- Damer 22 – 64 år 15 meter
- Oldgirls fr.o.m. 65 år 12 meter

Herrar

- Pojkar 9 år och yngre 8 meter
- Pojkar t.o.m. 10-11 år 10 meter
- Pojkar t.o.m. 12-13 år 12 meter
- Pojkar 14 - 15 år 15 meter
- Juniorer 16 - 21 år 18 meter
- Herrar 22 – 64 år 18 meter
- Oldboys fr.o.m. 65 år 15 meter

Kontakta Svenska Varpaförbundet
För att få reda på var närmaste förening
finns.

Eller har du andra frågor kan Ni vända
Er dit också.

Svenska Varpaförbundet
Idrottens hus, Box 1030, 621 21 Visby

Tfn: 08-699 65 18

E-mail: varpa@varpa.rf.se

Hemsida: www.varpa.se