



Att träna, träna och åter träna

Publicerad: 14 januari 2014

Författare: Mikael Mjörnberg

När handbollsallsvenskans gör uppehåll i vad som känns som en evighet får LIF Lindesberg chansen att slicka såren och återhämta sig från skavanker. Men borde det inte riskera att bli tristess att bara träna, träna och ja, träna?

Jag skulle knappast kunna beskriva mig själv som träningsvillig. Jag är mer typen som gillar att titta på än att utöva idrott. Njuter hellre av en omsorgsfullt brygd IPA vid sidan om och genomför motvilligt min simpla träning för att mota en begynnande isterbuk i grind.

Med andra ord är jag förmodligen inte alls rätt person att uttrycka en enda åsikt eller spekulation om just det där med hårdträning.

Men jag tänker göra det ändå.

För jag förstår inte riktigt logiken i det nysignade Richard Eriksson sa till LindeNyttss Hannes Feldin förra veckan i samband med att de avhandlade det sjukt långa uppehåll som LIF Lindesberg är mitt uppe i.

- Då kan man vila från skador, vila från allt och få suget att träna igen, konstaterar nyckelspelaren i den fylliga artikeln.

Jag förstår det mesta. Att komma i fas igen och återhämta sig från skador och skavanker är naturligtvis jättebra. Där tjänar ett långt uppehåll naturligtvis många syften. Förhoppningsvis kan LIF Lindesberg gå in i fortsättningen av vårsäsongen med en frisk och återhämtad trupp.

Men "få suget att träna igen"? Jag är en amatör i sammanhanget, men all logik i världen (som jag gör mitt bästa för att dagligen dunka in i huvudet) säger mig att det borde vara tvärtom.

Träna borde i min värld vara något man gör för att få belöningen i att spela matcher. Eller kanske ännu bättre, att vinna matcher. Jag föreställer mig att alla som håller på med lagidrott tycker att det är roligare att spela match än att träna. Att träningen, även om man gillar den också, är det nödvändiga ontet som man genomlider för att få stå på planen och känna adrenalinet pumpa i viktiga bataljer.

Att då tvingas in i just ett uppehåll där det dröjer mer än en månad innan man får spela en match som betyder någonting igen. Ett uppehåll där det bara är träning, träning och åter träning utan någon belöning som gäller. Det borde vara pest och pina.

Speciellt som handbollsallsvenskan i sitt grundutförande har så långt mellan matcherna att spelarna borde längta bort från träningen och in i matchsituationen ofta.

Men säger Richard Eriksson att ett uppehåll av de här typen bygger upp suget för att träna, då är det väl så.

Någonstans är det förmodligen en väldig tur att jag, med min inställning, är en simpel åskådare och inte utövare.

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/att-trana-trana-och-ater-trana/>