



Patrik Nyman får instruktioner av fystränaren Daniel Persson. FOTO: Hannes Feldin

En återvändare i storform

Publicerad: 17 juni 2014

Författare: Hannes Feldin

Patrik Nyman är tillbaka i Lindlöven. Sex år sedan han senast drog på sig den blåa tröjan ska forwarden nu ta en ledarroll i klubbens nya lagbygge. I sitt livs bästa form är det en uppgift som han är motiverad för.

– Jag har aldrig känt mig så här vältränad, motiverad, lugn och mentalt redo på vad som komma skall. Jag är i mitt livs form nu och blir bara bättre och bättre, slår Patrik Nyman glatt fast.

Den 32-årige forwarden har precis återvänt till Lindlöven, klubben där han tillbringat två säsonger tidigare. Då var det mellan åren 2006-08 och totalt blev det 51 poäng på 68 matcher. Men efter sin andra säsong i Lindlöven var det färdigspelat för flera år framåt för Patrik. I hela fyran år tog han ett uppehåll från ishockeyn, innan han hösten 2012 återupptog karriären. Ny klubb var mycket passande skånska Limhamn.

För det är just i Skåne som Patrik Nyman är hemma. Den storsvårte spelaren spelade sina första hockeyår i Malmö-klubben IK Pantern. Därefter gick flyttlasset i en snabb takt vidare till Borås, Olofström, IFK Kumla och Karlskoga. Slutligen hade han arbetat sig ända upp till Lindesberg och Lindlöven, en stad och en klubb som han nu alltså återvänt till. Men på de sex år som passerat har de flesta lagkamraterna försvunnit.

- Ja, det var ju ett tag sen. Det är Morén och Jocke (Olsson Fromell) som är kvar, så det är kul. Men resten känner jag inte till, berättar Patrik.

Möjligheten för en återkomst öppnade sig under våren. Lindlövens sportchef John Falck hade dessutom en lägenhet som Patrik omedelbart kunde ta över. Själv har han följt utvecklingen för klubben och tvekade aldrig när chansen gavs.

- Jag är ju vän sedan tidigare med Östlund (Thomas, före detta assisterande tränare) och vi har ju haft kontakten. Jag visste att systemet skulle göras om och att serien skulle bli riktigt bra. Sen när John hörde av sig var det enkelt val för mig.

Inför nästa säsong kommer Lindlöven att ställas mot många nya lag gentemot föregående säsong. Ligasystemet har gjorts om och frågan är hur bra kännedom Patrik har om motståndarlag.

- När jag var här för sex år sedan spelade vi i division 1 södra. Det kommer att bli tuffa matcher hela säsongen. Man ser kanske 2-3 lag som inte håller standarden, men resten är riktigt bra.

- Man måste få en bra start och det gäller att träna rätt. Har du inte skött din sommarträning kommer du inte orka, det är jätteviktigt.

Ja den där sommarträningen var det. För Patriks del tränar han för tillfället uppemot sju pass i veckan, ofta tillsammans med vännen Mattias Morén. Laget har två-tre gemensamma träningspass varje vecka och träningen leds som bekant av Mattias Mattsson och hans fysteam.

Patrik berättar själv hur han kämpat för att ta sig tillbaka fysiskt efter sitt långa uppehåll från hockeyn. Den första säsongen beskriver han som "ingenting", förra året ett steg i rätt riktning och nu hoppas han att han om ett år är tillbaka fullt ut.

- Man ska äta och sova och sköta den biten för att kunna utvecklas. Det tar 3-4 för att få en bra kropp och jag har mycket kvar att bygga. Men jag känner i kroppen som om jag är 20, så jag har många år kvar, berättar Patrik som dragits med skadebesvär under försommaren.

I samband med ett löppass kunde den tävlingsinriktade forwarden inte hålla igen mot slutet utan tog i maximalt. Det var något som kostade honom en veckas vila. Även om det inte var någon bristning och testerna visat goda resultat är han motorik fortfarande drabbad.

Men nu börjar han känna sig fräsch igen och ser fram emot en träningsfylld sommar. Efter sommaruppehållet går laget på is, något som Patrik självklart längtar till. När säsongen sedan drar igång väntas den storväxte forwarden bidra med mycket.

- Det är väl min rutin som jag har i bagaget nu. Jag anser att jag fortfarande har mycket kvar att utveckla, men mina styrkor är väl att jag kämpar mycket. Jag gillar snabba omställningar, inte att driva pucken för mycket och dribbla, förklarar han.

Nu återstår dock flera månader till seriestarten. Försäsongen rullar först vidare och nästa vecka blir lagets sista innan sommarvilan. För Patriks del siktar han på att träna hårt även då, men kommer att låta musklerna ta ledigt i två veckor.

Helt ledigt får han i alla fall från träningar med det övriga laget. En trupp som han snabbt kommit in i och trivs väldigt bra med.

- Det gick ju rätt fort att lära känna varandra. Så känslan är att det härliga grabbar och de är öppna med vad de vill. Sen får tiden utvisa. När det blir tufft och när man får motgångar, det är då det visar sig om man har en stark grupp.

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/en-atervandare-i-storform/>