



Linde-duon Gustav Backström och Filip Bergmark är igång med försäsongen med Örebro Hockey.
FOTO: LindeNytt

Hård sommar innan SHL-äventyret startar

Publicerad: 18 maj 2014

Författare: Hannes Feldin

Hockeylivet leker för Gustav Backström och Filip Bergmark. Lindesbergs-duon klättrar raskt på hockeystegen och efter att ha avslutat en stark säsong med Örebro Hockeys J20-lag belönades de i april med proffskontrakt i klubben. Sommarträningen är nu i full gång och LindeNytt valde att stämma av med den färske SHL-backen Gustav.

Ni är nu igång nu med försäsongen i Örebro Hockey. Hur länge har ni kört?

– Förra veckan började vi med tester och hade en ganska lugn vecka. Men den här veckan har vi börjat att köra på för fullt.

Vad är det för typ av träning?

– Det är ju konditionsträning och styrkepass som vi kör dagligen. Det är både cykel och löpning till stora delar.

Är det tuffa veckor nu?

– Ja verkligen, det är två träningar om dagen. Vi kör tillsammans två pass varje dag och sen på lördagarna är det ett individuellt som Mattsson, fystränaren, lagt upp åt oss. Så det är bara lördagar som man har för sig själv.

Är det Mattsson som sköter träningen nu? Hur är hans försäsongsträning om du jämför med dina tidigare tränare?

– Ja, vår fystränare Mattias Mattsson är den som håller i det nu. Alla fystränare är i stora drag likadana. Det är tuffa träningar varje dag och hårt, han är som de flesta andra.

Vilka i laget är starkast på de fysiska bitarna. Har ni några monster där ute i spåren?

– Vi har ju några som är lite extrema och så. Det är väl Kalle Olsson, Bobo Petersson och Thomas Enström, de är lite utöver det vanliga. Om man inte får säga sig själv då hahaha!

Får ni känna någonting på utrustningen eller är isen borta från hallen?

– Isen finns kvar till sista maj, så det är konståkare där på eftermiddagen. Men på förmiddagen är det ledigt om man vill ut och åka lite. Jag har varit ute en gång. Sen är det mest skotträning, främst på vid sidan av isen där man byggt upp en skottramp åt oss.

Hur mycket ser ni av Kenta, han är inte så involverad i försäsongen?

– Ja, Kenta och Tornberg och grabbarna är inte med så mycket nu. De har mest varit ner och hälsat lite och visat upp sig bara.

Ni har en period nu i sommar då ni är lediga också?

– Ja vi kör på till dagen före midsommar. Sen är vi lediga i fyra veckor innan vi ska tillbaka och fortsätta att köra på.

Har du några planer för ledigheten?

– Jag och flickvännen ska till Öland i en vecka. Det är väl det enda, annars blir det bara träning. Men löparskorna åker med ner till Öland också haha.

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/hard-sommar-innan-shl-aventyret-startar/>