



Sebastian Fagerhill är kvitt sin axelskada och siktar framåt på judomattan. FOTO: Hannes Feldin

Redo för nya säsongen: "Vill slåss om medaljer"

Publicerad: 21 januari 2016

Författare: Hannes Feldin

Det är hektiska dagar för Sebastian Fagerhill. 21-åringen är nyss hemkommen från ett landslagsläger i Österrike och framför sig väntar ett nytt spännande tävlingsår. LindeNytt mötte upp judobjässen för att tala om träning, tidiga morgnar och OS.

Livet som en professionell judoatlet är ingen dans på rosor. Sebastian Fagerhill vet detta bättre än de flesta andra. 21-åringen lever sin dröm dag efter dag, med träningar från morgon till kväll och en klocka som ringer vid sextiden.

- Många dagar har man vaknat och tänkt "nej, inte en till sån här dag". Det är kul när det känns bra, men när man har ont i kroppen känns det tungt, skrattar Sebastian.

Men i grund och botten älskar han sin judo och snabbt förstår man exakt hur mycket. Varje dag ägnar Sebastian uppemot fem timmar åt träning, samtidigt som han slukar matlåda efter matlåda. Däremellan jobbar han till och från på Plantmarknaden, vilket inte lämnar tid över till mycket mer än att umgås med flickvän och familj. Sebastian är medveten om att hans satsning är unik i Sverige.

- I min ålder tror jag inte att det är så många som lägger ner den här tiden på judon. Jag skulle nog tippa på att jag är ensam kille. Eller ja, det är väl tvillingsbrorsan (Jonathan) också.

Landslagsläger med toppskiktet

Judon tar Sebastian ut i världen och han spenderar uppemot halva året på resande fot. Nu är han precis hemkommen från ett nio dagar långt läger, som han tillbringade tillsammans med landslaget i Österrike. På plats fanns atleter från över 40 nationer och i tungvikten fanns ett 50-tal att träna mot.

- Jävligt tufft. Det är bra folk där, alla A-kandidater i landslagen. Det är toppskiktet, så det blir mycket styrk, ler Sebastian.

Lägre är okänt för sitt tuffa schema, med dubbla pass varje dag och fysträning utöver det. Samtidigt är det långtifrån alla som får chansen att resa med till Österrike för lägerveckan. Sebastian har blivit uttagen två år i rad och är full av lovord för upplägget.

- Veckan är så klart jobbig, men det är kul. Det är jävligt fint uppe i Alperna bland bergstopparna. Det är den finaste orten att vara på.

"Är man inte med smäller det direkt"

Själva syftet med Österrikeresan var att få en bra start på det nya året. Efter att fjolårssäsongen ebbat ut under hösten har julen bjudit på ett lugnare tempo, där Sebastian kunnat summera sitt 2015. 21-åringen ger sig själv ett gott betyg.

- Det var mitt första seniorår och jag hade inga förväntningar på det sättet. Men jag tog medalj i Schweiz, vilket jag inte trodde att jag skulle göra.

Den senare delen av året förstördes dock av en axelskada, som hängde med långt in på hösten. Nu säger sig Sebastian till slut vara kvitt besvären. Som helhet var 2015 lärorikt, speciellt då han fick känna på skillnaderna mellan junior- och seniorjudo.

- Det är som natt och dag att gå upp i senior. Var man inte med i matchen på junior kunde man ändå rädda upp situationen på slutet. Men är man inte med nu på senior så smäller det direkt, förklarar Sebastian och tillägger.

- Jag fick känna på det när var i Turkiet på en kvalturnering till OS. Jag slarvade lite med ett felsteg i början av matchen. Pang så var det över, och då hade jag åkt ända till Turkiet.

"Tänker inte ge mig förrän jag varit på ett OS"

För tillfället är Sebastian hemma i Lindesberg. Där sker träningen under uppsyn av Björn Nyberg, en rutinerad räv som har mycket att lära sin unga adept. Förberedelserna pågår för fullt inför det nya tävlingsåret och Sebastian berättar om sina egna förväntningar.

- Jag vill ju inte bara gå upp och skrälla på en tävling. Utan jag vill hålla en jämn nivå hela tiden och slåss om medaljer och placeringar. Men fokus är på att få en bra start, känna att axeln fungerar och finslipa på vissa delar.

Säsongen som väntar inleds med en serie rankingtävlingar, som går ut på att samla poäng. Därefter åker Sebastian om allt går som det ska vidare på OS-kval. Men de olympiska spelen, som avgörs i Rio de Janeiro i augusti, är inget som han tänker på.

- Nej, det har jag inte mycket fokus på nu. I första hand vill jag hålla mig hel, prestera och komma uppåt.

Sitt stora mål har Sebastian redan klart för sig. Det är att få kröna judokarriären med en plats på OS i Tokyo 2020.

- Den här är ju inget som jag kommer att hålla på med hela livet. Men jag tänker inte ge mig förrän jag varit på ett OS, avslutar Sebastian.

Det här är Sebastian Fagerhill:

Född: 8:e december 1994

Bor i: Lindesberg

Civilstånd: Flickvän

Viktklass: Tungvikt

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/sebastian-star-redo-for-nya-sasongen-vill-slass-om-medaljer-och-placeringar/>