



Spelarnas väg mot säsongen börjar i Arenan

Publicerad: 25 juni 2015

Författare: Hannes Feldin

Midsommarhelgen har nyss svept förbi och såväl hockey- som handbollssäsongen känns alltjämt långt borta. Men under ytan pågår förberedelserna både i Lindlöven och LIF Lindesberg. Förra tisdagen intog de båda lagen Arenans gym, där fystester och tunga vikter stod i fokus.

För LIF Lindesberg tog den Allsvenska säsongen slut för knappt två månader sedan. Tiden sedan dess har mestadels handlat om att säkra upp framtidens spelare, något som inkluderat värvningen av hemvändaren Joakim Bååk. Men parallellt med det har spelartruppen tränat vidare både på och vid sidan av planen.

För tillfället går laget igenom den sista försommarträningen, innan man om någon vecka inleder en längre semester. En stor del av träningen kretsar kring styrka, där LIF tagit hjälp av Linde Kraftsportklubb. Under tisdagskvällen föregående vecka höll man en av sina inplanerade träningar och åtta A-lagsspelare fanns på plats i Arenans gym. Under ledning av Kraftsportklubbens två instruktörer fick spelarna pressa sig igenom ett tufft styrkepass.

Man hade även sällskap i gymlokalen av Lindlöven. HockeyEttan-laget höll på måndagen sitt upptaktsmöte, där den nye tränaren Jussi Salo presenterades för spelarna och berättade om vad komma skall. Först ut var tisdagens fystester, en tradition som plockar fram tävlingsinstinkten hos spelarna.

- Det blir lite prägel som man bygger upp kring det hela. Det är viktigt att vara bra. Allt blir ju lite av en tävling, man retar varandra och håller på, förklarar Johan "Böna" Persson.

"Väldigt intressant med en ny tränare"

Lindlöven-sonen pustar ut efter att ha klarat av den första punkten på den långa checklistan; jämfotahopp. Längst av alla flög Max Lalander, något som Johan har sin förklaring till.

- Max väger ju 40 kilo så han tar de här babygrejerna haha. Jag klarar mig bättre på bänken.

- Det kan jag inte hålla med om... Jag får väl säga att Johan är lagets fysmonster, svarar Max snabbt.

Den 21-årige forwarden anlände till Lindlöven inför vårserien 2014 och har sedan dess varit en flitig poänggörare. Nu är han en av de spelare som kritat på för en fortsättning i laget.

- Jag tycker att det låter väldigt intressant med en ny tränare här och lite nytt blod i laget. Jag ser det bara som positivt, berättar Max om valet att stanna kvar.

Samtidigt som han pressar sig igenom testmomenten står Jussi Salo bredvid och inspekterar. Finländaren är ny vid rodret i Lindlöven och Max har mycket gott att säga om tränaren.

- Det är en tränare som verkar ha en bra spelidé och som verkar ha bra respekt för spelarna också. Det tycker jag är väldigt viktigt. Sen är det alltid bra med tränare som kommer utifrån och inte har så bra koll på oss spelare, det gör att alla börjar om på noll.

"Uppskattar sommarträningen mer med åren"

Själva försäsongsträningen har dock inte Jussi Salo hand om. Precis som tidigare år samarbetar Lindlöven med Örebro Hockeys fystränare Mattias Mattsson, som ansvarar för att organisera sommaren. Konceptet utvecklas för varje år som går och spelarna märker av förändringen.

– Förra säsongen var det lite mer träning med laget. Nu i år har vi en uppsamling här och sen blir det mycket individuellt. Men det är bara bra och på den här nivån vet alla vad som förväntas, man håller sig till det program man själv har fått, förklarar Max.

Bredvid som åskådare står lagets klart mest rutinerade spelare i form av Mattias Morén. 32-åringen går sjuk och avstår därför från fystesterna, men vet sedan tidigare vad Mattsson har för tankar kring hans försäsong. Just sommarträningen är något som Morén tycker att Lindlöven utvecklat väldigt mycket genom åren.

– Man märker att klubben tar det här på större och större allvar. Allt blir mer uppstyrt för varje år och det är kul att vi också får in spelare som är hungriga och vill framåt. Jag har varit med många försäsonger nu, men det blir bara roligare för varje år som går. Du lär dig uppskattar sommarträningen mer med åren.

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/spelarnas-vag-mot-sasongen-borjar-i-arenan/>