

Målvakter då.....

HockeyNewz träffar Stefan Ladhe som är målvaktstränare och jobbar för Sweden Hockey Institute. Vi tar här pulsen på Stefan och frågar lite om hur dagens målvakts spel kom till och hur utvecklingen ser ut.



SHI startade 1998

På SHI jobbar Stefan Ladhe, Thomas Magnusson som är experter på målvakter och Andrei Pierov och Mats Emanuelsson som har hand om utespelare. Inom företaget hittar man även namn som Mikael Gerdén, och Lasse Billing.

Vi frågade Stefan:

– Hur gammal är du och när startade du som målvaktstränare?

– Jag är 37 år, började som målvaktstränare på allvar med Djurgårdens ungdomslag 1991, det blir 16 år i år, de 8 senaste har jag jobbat heltid som målvaktstränare, det var alltså för 8 år sedan vi startade SHI. Några som jag jobbat med är AIK, Färjestad, Malmö, HV71, Hammarby, Oskarshamn, Almtuna. Samt landslag: team 20 för årgångarna 76,77,78,80,86 + team 85 från 16 till 18.

– Hur länge har du jobbat med SHI?

– Vi startade företaget i september 1998, dessförinnan jobbade vi en del med förberedelser, vi var ju först av alla att bedriva den här typen av verksamhet, faktiskt i hela världen har folk på IIHF (Internationella Ishockey Förbundet) sagt. Inget annat företag jobbade, i alla fall då, med individuell utveckling av hockeyspelare med camper etc under hela säsongen. Vi var ju tvugna att lyssna med folk inom hockey, hockeyföräldrar, spelare och ledare vad det fanns för intresse för den verksamhet vi tänkt starta upp. När vi fick det klart för oss var ju den stora frågan hur vi skulle jobba, vad vi skulle heta och annat som skulle planeras - kul att tänka tillbaka på faktiskt.

– Har du spelat hockey själv?

– Jag har varit hockeytokig och målvaktsnörd sen väldigt unga år vet jag, det första morfar eller farfar fick i handen när de kom på besök var en hockeyklubba, då hade jag redan tröttnat ut farsan. Där man idag har diskmaskiner i dagens kök var ett bra "hål" som fungerade utmärkt som mål. Bort med köksbordet bara! När jag spelade som aktiv var jag målvakt i Vallentuna och i Bålsta, mer intresserad än bra.

– Vad finns det för olika målvakts stilar?

– Det finns lika många målvaktsstilar som det finns målvakter! Alla är bra på olika saker, en del är små andra stora, olika bra på skridskorna stående eller nere på isen. För att utveckla varje individ till att bli så bra som han eller hon kan bli måste detta vara grunden i tänkandet. Butterfly tex. är ingen stil, det är en räddning! Däremot finns det olika skolor att utbilda målvakter, en Canadensisk har satt avtryck i många svenska målvakter som innebär att alla skall göra likadant i givna situationer, lägger man i instruktionen in ord som "får inte" - "det där är fel" gör man det för enkelt för sig. Ryssarna försökte i många år få fram en ny Tretjak - en kopia. Gick inte alls, många kommer nog ihåg att Sovjet hade problem på målvaktssidan i många år efter att Tretjak har slutat. Man kan lära sig bra saker i alla olika skolor men det viktiga är att ta till sig det nya så det passar mitt sätt att spela. Det är viktigt för oss på SHI - att utveckla varje individ efter målvaktens förutsättningar!



Stefan har genomgång med kommande stormålvakter.

– När kom den stil som används idag?

– Målvaktshistorien är väldigt intressant och den kan man prata länge om. Målet är ju 122 cm högt och 183 cm brett, ändå stod målvakterna upp mycket i begynnelsen, varför? Målet är ju bredare än vad det är högt, är det inte smartare att täcka det breda då? Inte med tanke på vilken utrustning dom hade på den tiden! Ingen vågade eller tyckte det var vettigt att täcka brett nere på isen, hellre kom dom stående ut rejält mot pucken för att skottet skulle ta på benskydden! Räddningarna gjordes långt ifrån kroppen och huvudet med skridskoparader och utsträckta armar. Den första målvakt som spelade bredbent likt dagens målvaktsspel var Tony Esposito, faktiskt redan på 60 talet. Jämför man moderna bilder med Esposito är dom ganska lika förutom längden och storleken på skydden. Det finns fler banbrytande målvakter i målvaktshistorien men Esposito var "före sin tid" med facit i hand. Någon som kommer ihåg Hardy Åström i SSK i mitten av 80 talet? Han spelade också på ett annorlunda sätt men som mer liknar dagens målvaktsspel. Han var inte mest framgångsrik av Svenska målvakter, men spelade efter sina förutsättningar och som han trivdes bäst med!

och nu.....

– Vilken stil används mest nu och varför?

– Idag spelar de flesta målvakter ett sk. täckande spel, det går ut på att ha så mycket kropp som möjligt i skottlinjen, nyckeln till det spelet är fränskjutet i isen, både då målvakten står upp och är nere på isen. Alltså är skridskoåkningen jätteviktig i båda dessa positioner (stående/ nere på isen). Målvakter i dag är smarta, dom har ofta långa benskydd som gör att de täcker större delen av målet längs isen, därför måste de hela tiden fortsätta utveckla rörligheten på isen så de kan ta sig till returlägen eller vara med då pucken förflyttas och vara i rätt position och i "skottlinjen". Det är effektivt att spela så men kräver en grundkunskap om målvaktsspelet för att klara det fullt ut.



Micke Tellqvist får instruktioner av Stefan om hur han skall förbättra sig.

– Vad skall en liten målvakt börja med för stil?

– En ung målvakt skall hitta en bra arbetsställning som han inte blir så trött att stå kvar i länge, jämnhöjd på handskarna. Han skall tränas i att fokusera puck, titta på pucken hela tiden och vara noga med det. Man kan träna riktigt unga målvakter på liknande sätt som äldre. Det vill säga att man inte bara skjuter på dem utan tar med en förflyttning innan skottet kommer. Och även ger chans till retur så att man naturligt får med blicken och förflyttningen till puckens nya position. Skott, passningar och åkningar anpassas såklart till hur stor/ liten skicklig målvakten är. Det viktiga i målvaktsträningen för yngre är att dom får träna att rädda puckarna, skjut inte för svårt - försök att träffa samma ställe flera gånger efter varandra och se till att målvakten vet vad han skall göra. Där har du förutsättningen för att sedan ta nästa steg i svårighet.

– Skall man utveckla den enskilda målvakten med dess medfödda agerande eller skall man forma in dem?

– Alla målvakter har samma grund dvs att rädda puckar höga som låga och skott mitt på, att förflytta på olika sätt och i vilka lägen de kan täcka hela målet. Grunden är förutsättningen för att du sedan skall kunna utveckla din egen personliga spelstil där du kan ta idéer och arbetssätt från många olika duktiga målvakter - men det måste passa dig och ditt sätt att spela.

– Vad tycker ni om återväxten för våra målvakter i landet?

– Traditionen att vi inte har målvaktsträning i Sverige förändras, förbundet har gjort en bra satsning både på toppen och på bredden, inte för att klappa oss själva på huvudet, men vi har deltagit aktivt i detta och vet vad syftet är och vad skillnaden varit sedan tidigare. Alltså är återväxten på väg uppåt. Att vi har haft duktiga utländska målvakter på elitnivå har också bidragit till utveckling. Men fortfarande kan man få frågan från tränare, "varför går målvakterna ner på knä?" Då backar optimismen några steg och man förstår att många inte tar del av den hockey som spelas idag och att utbildningsinsatserna inte räckt ända fram än.

– Slutligen, hur lägger ni upp en målvaktscamp hos Sweden Hockey Institute?

– På SHI jobbar målvakterna för sig och utespelarna för sig. Vi har två eller tre grupper beroende på hur många dagar campen är. Sen jobbar vi med olika teman på varje ispass där det sista alltid är helt individanpassat, då är det målvakten själv som gör analysen på sej själv som vi sedan pratar om innan vi börjar öva på de plus och minus han har kommit fram till. Vi jobbar med fys, teori och videoanalys på alla camper. Vår erfarenhet är att de målvakter som varit på camp hos oss får en ordentlig formtopp därefter, hur länge den håller i sig är inte lika känt men en kick åt rätt håll är feedbacken från deras föräldrar. På SHI League jobbar vi mer med video, då spelas det nästan bara matcher och några videofilmas per dag. Att få en matchanalys och se sig i matchsituationer är nyttigt för alla målvakter!



Thomas Magnusson instruerar unga målvakter vid en camp.

– Vi tackar Stefan för att han tog sig tid och svarade på våra frågor. I nästa nummer så skall vi titta på utvecklingen på de Svenska målvakterna. Vi kommer att besöka några läger under sommaren och prata med målvakter och få en syn på hur de ser på det här med individuell utbildning.