



Världscupstävlingarna drar igång nästa vecka, men korthållsskytten Anders Johansson väljer att fokusera på träning istället. Premiär i världscupen blir det istället i maj, i Fort Benning i USA.

Anders avstår från världscupspremiären

– Charlottenbergsskytten lägger fokus på träning på hemmaplan istället

Världscupssäsongen drar igång nästa vecka, i Sydney, Australien, men korthållsskytten Anders Johansson avstår från säsongens längsta resa – trots att mycket står på spel den här säsongen.

CHARLOTTEBERG

I potten ligger nämligen en OS-biljett.

– Sydney är den första tävlingen där de delar ut kvotplatser och ju fler chanser man har att kvalificera sig, desto bättre är det ju, konstaterar Anders, som trots det nöjer sig med två världscupstävlingar i år.

– Jag koncentrerar mig på att träna i stället. Blir det många tävlingar hinner man inte med att träna som man ska.

Upptakten på den internationella säsongen är intensiv, då tävlingarna i Australien följs av deltävling två, i Changwon, Korea, bara någon vecka senare.

Fort Benning i maj

Anders världscupspremiär kommer i mitten av maj i stället, då skyttarna åker västerut, till Fort Benning i USA.

– Jag satsar på deltävlingen i

München och den i Fort Benning. München är nära, enkelt och smidigt utan omställning, och USA är rätt så roligt, samtidigt som det inte är lika långt som till Sydney.

München har sina tävlingar i juni och är den sista deltävlingen inför årets stora mästerskap, EM i början av augusti. Anders är en av fyra-fem svenskar som rimligtvis är med och huggar om platser dit.

– Det totala antalet skyttar som Sverige kan skicka är begränsat, och 300-meterskyttarna räknas också in, så det är svårt att säga hur många vi kommer att skicka, men jag skulle bli förvånad om vi inte kommer att skicka ett fullt lag då det är en så viktig tävling för korthålllet.

EM språngbräda

EM är nämligen en av de bästa språngbrädorna till de eftertraktade kvotplatserna.

– Förr har de haft "wild cards" som de delat ut, utöver kvotplatserna, men nu har de tagit bort dem och delar ut till länder som inte har fått några skyttar kvalificerade på kvotplatser i stället,

för att få med deltagare från fler länder.

De värsta konkurrenterna på hemmaplan inför EM är Anders Persson, en av två SOK-sponsrade gevärsskyttar och som också kommer att göra en full världscupssäsong, samt tidigare SOK-stöttade Per Sandberg, och duon Karl Olsson och Karl-Johan Jönsson.

Allt kommer dock inte att handla om träning de närmaste veckorna. Det kan bli så att Anders drar till de internationella tävlingarna i Dortmund, Tyskland, nästa vecka.

– Jag har inte bestämt mig än, det beror lite på hur det går under träningen den här veckan. Det går inte att komma till en världscupstävling och bara ställa om från träning till tävling, man måste få med sig anspänningen också, säger Anders, som troligtvis kommer att hinna med en sväng förbi Tjeckien och Plzen också före Fort Benning.

Anders inledde korthållssäsongen på bästa sätt, med en seger i årets första landskamp, men åkte in i en liten svacka efter det.

” Jag koncentrerar mig på att träna istället.

– Landskampen var riktigt bra, det var den första tävlingen och då går man på det som sitter i ryggmärgen. När man börjar lägga till lite extra detaljer är det lätt att man kommer lite fel, men nu har det börjat gå bra igen.

Träningens fokus ligger på snabbheten i skyttet, främst i stående.

– Det måste inte vara mitt i, det räcker med en tia, så man kan väl säga att jag ska bli lite "slarvigare".

Sirevaag bakom snabbskyttet

CHARLOTTEBERG Snabbhetsförespråkaren hittar vi på andra sidan gränsen, närmare bestämt i Kongsvinger. Det är nämligen där som Anders Johanssons tränare, Öyvind Sirevaag verkar. – Det är lite av hans filosofi. Han ser gärna att man skjuter snabbare, konstaterar Anders, som haft norrmannen som tränare under de tre senaste säsongerna.

– Min tidigare tränare, Leif Steinar Rolland, har hjälpt mig mycket med liggande och knä. Öyvind gjort väldigt stor ver-

Fördelen ligger i att man spar energi och orkar hålla skärpan längre.

– Sedan är det sällan det blir bra om man får dåligt med tid kvar, då är det svårt att skjuta bra. Kan man skjuta sin serie på 55 minuter i stället för på en timme och 10 minuter så blir det lite lugnare.

JONAS ASPETORP
0570-71 44 27

kan för mitt stående skytte, jag är mycket tacksam för den hjälp jag får.

Även om Kongsvinger ligger ganska nära är det inte så många träningstillfällen på "plats" numera, utan den mesta kontakten sköts via telefon eller SMS.

Den andre pådrivaren är lite mer otippad, Anders egen "kost-rådgivare", tidigare vaktmästaren på skjutbanan, Arne Jansson.

– Han brukar alltid klaga på mig om kosten, konstaterar Anders med ett skratt.

Fast rådgivningen har haft effekt.

– Man kan ju säga att han hade en poäng.