



Joel Kjellman och de andra spelarna laddar med stenhård träning inför premiären.

Foto: RICKARD NILSSON



Joel Kjellman.

Foto: RICKARD NILSSON



Maxim Matushkin håller efter utrustningen.

Foto: RICKARD NILSSON



Sportbladet var med när laget gick på is.

Foto: RICKARD NILSSON



Tom Linder.

Foto: RICKARD NILSSON



Stavhoppstränaren Miro Zalar håller i fysträningen.

Foto: RICKARD NILSSON



Omklädningsrummet.

Foto: RICKARD NILSSON



**"Vi kommer att  
vara djävulskt**

# jobbiga"

## Framgångssagan ska fortsätta med stenhård fysträning – och inga stjärnor

KARLSKRONA. **Karlskrona har gjort en raketresa genom serie-systemet.**

**Men någon hybris och toksatsning är det inte fråga om inför SHL-debuten.**

**Strategin: att inte värva några stjärnor.**

**– Framgång här har inte skapats med extrem spetskompetens, säger sportchefen Michael Sundlöv.**

När Sportbladet besöker Karlskrona har truppen precis samlats efter semestern och kör fystester i gymmet.

En talande miljö.

Det är nämligen farten, explosiviteten och spänsten som många menar ligger bakom lagets framgångar och som ska göra att Karlskrona etablerar sig i SHL.

Nyckelpersonen är fystränaren Miro Zalar som hyllas av spelarna. Den gamle stavhopparen lägger fokus på individen och letar efter metoder för att möta dagens hockeykrav. Under hans översyn har spelare som kommit till klubben blivit snabbare.

– Jag har varit med ett tag i hockeyn och tycker att jag börjat förstå vad som behövs. Jag brukar säga att det kommer hit stora och fina Volvo-bilar, det är bara att de inte lärt sig att lägga i femmans växel. Den sista spetsen försöker jag plocka fram. Vi tycker att det betalar sig att vara snabb i dagens hockey och det är en sak vi fokuserar på, säger Zalar som är nöjd med truppens tester.

– Vår styrka som lag är att vi är jämna, ingen släpar efter. En långsam spelare kan sinka en hel femma, men vi har ingen sådan. Alla är rappa. Det kommer man långt på. Vi är vältränade och precis som i fjol kommer det vara djävulskt jobbigt att möta oss.

**Tränar ni mycket?**

– Vi försöker träna rätt men i mängd tränar vi nog mindre än de flesta och under säsong vilar vi ganska mycket. Ska man hårdra det är det lite märkligt att jag ska hyllas för att vi inte tränar (haha).

### ”Stort jobb”

Lagkaptenen Tom Linder ställer sig i hyllningskören när Miro Zalars betydelse ska värderas:

– Alla som kommer hit blir snabbare och snabbare. Tar man med sig det ut på isen händer det grejer. Som hockeyn är i dag måste man vara explosiv och åka mycket skridskor. Miro har gjort ett stort jobb där och skapat bra förutsättningar för oss spelare. Han har stor del i vår framgång.



Miro Zalar.

Foto:

RICKARD  
NILSSON

Truppen är vältränad men även den mest inbitne SHL-fantasten får koncentrera sig om det ska hittas några kända profiler i KHK-gymmet.

Budgeten är begränsad vilket har fått konsekvenser i lagbygget. Etablerade stjärnor och profiler på SHL-nivå saknas.

På pappret känns truppen extremt tunn.

Men det är inget nytt för Karlskrona. Det var samma förutsättningar i fjol då truppen byggdes upp av lovande talanger mixat med

spelare som kört fast i andra klubbar.

I fjol slutade det konceptet med succé. I år hoppas de att samma - recept ska fungera igen, även om det är en nivå upp i seriesystemet.

– Vi ska ha en grym respekt för vad föreningen gjort tidigare. Framgång har inte skapats med någon extrem spetskompetens utan man har byggt lag och vi fortsätter på den linjen, säger nye sportchefen Michael Sundlöv och fortsätter:

– Vi har inte två, tre storstjärnor som bär det här utan det är laget som ska göra det. Vi har letat efter killar vi ser potential i. Vi ska ge de killarna förtroende och hoppas att de levererar det vi tror de kan göra.

### **“Vi är ödmjuka”**

Tolv nya har anslutit. Det handlar om en blandning av allsvenska toppspelare och SHL-spelare som haft mindre roller.

Inga färdiga stjärnor, ingen etablerad spetskompetens, inga givna ledare.

– Men vi är en grupp människor med attityd som kommer till jobbet varje dag, säger tränaren Per Hånberg och fortsätter:

– I fjol lyckades vi skapa en grupp där alla kände sig värdefulla oavsett roll. När individer sätter laget först kan man aldrig komma i andra hand själv. Det känns som en bra tanke att ha med sig. Vi kör efter samma filosofi i år.

### **Saknar ni inte rutin då?**

– Vi har spelare som spelat i SHL. De som inte spelat där innan brinner verkligen för att göra det. De har en oerhörd längtan. Det kommer att räcka långt, även om vi är ödmjuka inför uppgiften. Vi vet att det blir tufft.

Det finns ingen satt hierarki, ingen given förstafemman, utan de spelare som visar framfötterna under försäsongen kommer få nyckelroller.

– Det är samma upplägg som i fjol och det är kul att föreningen vågar göra så. Vem som helst kan spela i förstafemman. Det är upp till var och en att ta chansen, säger Tom Linder.

– Alla har samma förutsättningar här. Alla är lika mycket värda. För oss handlar det om att laget ska fungera. Att alla accepterar sin roll, sin istid.

### **“Vi måste vara smartare”**

KHK-planen är tydlig: laget ska attackera SHL på samma sätt som gav framgång i allsvenskan. Vid sidan om isen handlar det om en stark grupp, på isen handlar det om en intensiv och skridskostark hockey.

– Vi kommer inte ställa upp i mittzon och bjuda in de andra lagen till att köra över oss. Vi vill vara aggressiva och åka mycket skridskor. Vi har värvat spelare för att fortsätta spela så, säger Hånberg.

– Jag har inga tvivel på att vi kommer orka men vi måste åka smartare än i fjol eftersom vi möter skickligare spelare. Men jag är övertygad om att vi kommer lösa det.

Per Hånberg är medveten om att Karlskrona tippas vara på den - nedre halvan av tabellen och menar att laget har nytta av fjolåret, där det var samma scenario.

– Vi har jobbat mot ett sådant tänk i ett år och det har stärkt gruppen. Men så länge en människa tror att man kan något finns det egentligen ingen gräns för vad man kan uträtta. Det har vi med oss.

### **Tro kan försätta berg alltså?**

– Vi har inte det namnkunnigaste laget men jag vet att våra spelare kommer utvecklas. Jag tror stenhårt på killarna. Jag förstår att det kan ta några matcher att växa in i SHL-kostymen, men vi kommer att kriga.

## 3 frågor till sportchefen

*Michael Sundlöv, sportchef*

### **Inga etablerade SHL-poängspelare, vem ska göra målen i vinter?**

– För mig spelar det ingen roll bara vi gör fler än motståndarna. Men vi behöver hitta två kedjor som kan producera, sedan får vi se vilka som spelar där. Det är öppet om platserna. Men killar som gjort mål och poäng innan får gärna fortsätta med det, till exempel John Henrion.

### **Är det inte ett misstag att inte värva en etablerad stjärna med rutin?**

– Bara för att vi skulle ta till exempel en spelare från andra sidan Atlanten behöver det inte alls fungera här i ett mindre land på en större rink. Jag kan se till min tid i Brynäs. De som lyckades bäst där var inte de största stjärnorna utan de som verkligen brann för att komma till klubben. Så resonerar vi här också, i stället för att ta hit stjärnor har vi tagit hit spelare som vill uppåt och som ska göra oss till en bra grupp och ett starkt lag.

### **Få spelare i truppen har tyngd i sitt spel, blir inte laget för lättflyttat på isen?**

– Vi har några som har bra storlek så det är jag inte orolig för. Farten är minst lika viktig i dagens hockey och den har vi verkligen i truppen.

## 3 frågor till fanföreningen

*Philip Löfgren, ordförande i Blackbugs*

### **Vad kräver du av laget - säsongen 2015/16?**

– Kräver och kräver vet jag inte, men jag vill att vi håller oss till vår spelidé med högt tempo. Det är det som tagit oss hit. Vi håller på att bygga en identitet med fartfylld hockey och den ska vi bygga vidare på.

### **Vilka spelare ska bära ditt lag kommande säsong?**

– Vi har många spännande spelare. Jag tror att Alexander Bergström kan hitta en växel till. Sedan vill jag och många med mig höja ett varningens finger för Jimmy Andersson, det är en jobbig jävel att möta. Han och Filip Cruseman, som blev en av de stora publikfavoriterna i fjol, kör och ger aldrig upp.

### **Är du orolig över något inför SHL-säsongen?**

– Inte mer än man kanske ska vara över att vara nykomling i SHL



och inte vet riktigt var vi står. Dumma skador är man alltid orolig för, men det kan man inte styra över. I fjol var man orolig över ekonomin men den har utretts, så egentligen finns inte så mycket att oroa sig över.

## **KLUBBENS VISION**

Visionen var att spela i SHL 2020 – men målet infriades fem år före tidsplanen.

– KHK har alltid lyckats med sina målsättningar tidigare än planerat och så är det med SHL-platsen också. Därför sker också en sund satsning nu. KHK kastar sig inte in i detta, lastar inte in pengar i a-laget-, och skulle vi mot förmodan trilla ur ser vi detta som en erfarenhet och fortsätter bygga mot att vara i SHL 2020. Vi ska göra allt vi någonsin kan för att hålla oss kvar, men allt raseras inte om det inte skulle bli så, säger sportchefen Michael Sundlov.

## **TALANGTÄNKET**

KHK:s J20-lag spelade i fjol i division ett men i och med a-lagets SHL-avancemang får laget nu en friplats i J20 Superelit och hoppar upp två snäpp i seriesystemet. J18-laget är dock kvar på division ett-nivå och det kommer dröja innan det kan slussas upp juniorer.

– Detta är något vi måste bygga upp men det är inte gjort i en handvändning. Det finns en plan och vi ska bygga en organisation för att lyckas, men vi kan inte göra allt på en gång. Vi tar små steg. Men ska KHK bli att räkna med behöver vi få ordning på elitverksamheten på juniornivå också, säger Sundlov.

---

Utskriftsdatum: 2015-08-13

Publicerad: 2015-08-12

Webbadress:

<http://www.aftonbladet.se/sportbladet/hockey/sverige/shl/karlskrona/article21242709.ab>

---

### **Tipsa oss!**

MMS & SMS: 71000

Mejla: [tipsa@aftonbladet.se](mailto:tipsa@aftonbladet.se)

Ring: 08 - 411 11 11

© Aftonbladet