

## Ledarresa 2014

Då var det dags att skriva en liten rapport över ledarresan som jag och Peo gjorde till Södertälje. Det var en EM-kval match för damer på programmet och Sveriges motståndare var Ryssland.

Inför denna match så tänkte jag titta speciellt mycket på försvarsspelet. Jag är lite av den gamla skolan att "Anfall vinner matcher, försvar vinner mästerskap", så jag tyckte det skulle bli roligt att se hur Sverige skulle spela mot ett Ryssland som var betydligt längre än Sveriges spelare.

Det som slog mig på en gång var att så fort bollhållaren/guarden kom över halva planen så satte Sverige press på bollhållaren samt försökte styra henne till hennes sämre hand. Detta gjorde Sverige hela matchen, ett jobbigt sätt att spela på som kräver mycket fysik. På ledarresan 2012 berättade landslagsledningen att de skulle jobba mer med fysiken och individuella träningsprogram för varje spelare med tester på varje landslagsträff. Detta måste ha gett resultat, för Sverige pressade och stressade bollhållaren så fort hon kom över halva planen och som jag nämnde tidigare, det är jobbigt att spela sådan basket.

En annan viktigt punkt i försvarsarbetet var att utöver pressen på bollhållaren som gjorde att de ibland fick ta forcerade avslut som i slutändan gav bollen till Sverige, så lade jag märke till en annan sak. Så fort den rutinerade guarden som startade matchen byttes ut till en mindre(?) rutinerad guard så inte bara pressade Sverige henne, utan även dubblade vid många tillfällen. Dessa dubblingar gav ofta resultat i att Sverige kunde vinna bollen och gå till anfall. Men så fort hon byttes ut och ordinarie guard kom in igen, så slutade de att dubbla så ledningen måste ha gjort ett bra scoutjobb på vilka spelare som är lite sämre bolltekniskt sett än andra.

En till väldigt viktig punkt i försvarsarbetet är returtagning. Trots att Ryssland hade övertag ländmässigt så var det jämnt i returtagningen, kanske att Sverige vann den med några returer. Hur gick detta till? Jo, ett aggressivt försvar med tuffa utblockeringar gjorde att Sverige kunde ta returer. En annan sak Sverige gjorde var att försvaret tryckte ihop sig i 3-sekundersområdet och gjorde det grötigt och svårt att ta sig igenom. Sprang en ryska igenom så fick hon en bump av någon inne i området. I och med att de tryckte ihop 3-sekundersområdet så blev det svårare för Ryssland att komma till avslut nära korgen eller att ta returer.

Dessa punkter i försvarsspelet gjorde att Sverige kunde till slut stå som segrare i en ganska jämn match. Det märks att coacherna har fått alla att kämpa mot samma mål och att hjälpa varandra samt att oavsett om man spelar bara en minut, så ska man göra arbetet som laget och coachen förväntar sig. Inte slappa bara för att man har en liten speltid utan ge järnet.

Efter denna inspirerande match blev det återresa till hotellet samt läggdags för att orka upp tidigt med flyget som gick hem igen.

Baskethälsningar

Ingemar "Igge" Boström