

Christian Olsson – trestegshoppare med stort T!

Av Jonas Hedman

2001 var ett riktigt bra svenskt friidrottsår och en som starkt bidrog till det var 21-åriga trestegshopparen Christian Olsson som från en position som Sverigeetta året före utvecklades till en hoppare av yppersta världsklass. Efter en kort inomhussäsong utan några anmärkningsvärda resultat öppnade han i juni utomhussäsongen med 16,49 vilket följdes upp med 17,08 och sensationell seger över världsrekordhållaren Jonathan Edwards i ett regnigt Helsingfors. Resten av säsongen blev ett enda crescendo med svenskt rekord (17,49), U23EM-guld, VM-silver i Edmonton och vid årets slut en andraplats på tidningen Track & Field News mycket prestigefulla världsranking!

Göteborgaren gav under sommaren prov på teknisk säkerhet, fysisk styrka och mental skärpa av sällan skådat slag. Kombinationen av detta gjorde att han inte bara höjde sitt personliga rekord med 52 centimeter, han höjde också snittet på sina elva bästa tävlingar med 50 centimeter och höll högsta världsklass sommaren igenom. Nio tävlingar i rad över 17 meter säger egentligen allt!

Perfekt bana, optimalt väder ...

Efter segern över Edwards i Helsingfors började allt fler prata om att Tord Henrikssons svenska rekord, 17,21, nu sjöng på sista versen. Vid Europacupen i Vasa under midsommarhelgen var hela landslaget på plats och en spänd Christian Olsson åstadkom ”bara” 17,00. Formen var dock ordentligt i stigande och en vecka senare blev han inbjuden till en tävling på Kreta till vilken han åkte helt själv, eftersom tränaren Yannick Tregaro samma helg var upptagen med att arrangera Världsungdomsspelen på Ullevi i Göteborg.

I samband med flygplansbyte i Aten blev det många timmars väntan och det var en trött Christian som så småningom kom fram till Réthymno. Efter allt strul visade det sig dock att startfältet var bra, ansatsbanan perfekt och vädret optimalt med en svag medvind. Eftersom han var ensam svensk på arenan, och få visste vem han var, så hoppade han helt avslappnat och fick det att stämma riktigt bra i första hoppet ...

En stund senare ringde det på Yannick Tregaros mobiltelefon. Han stod på innerplan på Ullevi och Christian frågade hur det gått för dem som tävlat där. Yannick berättade och frågade hur det gått för honom själv och han svarade ”gissa!”. Efter en stunds gissning kom svaret: 17,49 – svenskt rekord med 28 centimeter! Plötsligt var han en världsstjärna med allt vad det innebar av press och förväntningar.

Spännande fight i DN Galan

Årets på förhand största mål var U23EM i Amsterdam och där visade Christian prov på mental styrka. Han ledde finalen efter fyra omgångar men så fick ryssen Igor Spasovkodskij upp 17,08 och passerade i femte. Trots motvind replikerade Christian direkt med 17,24 och tog hem guld.

Från Amsterdam åkte Olsson/Tregaro sedan direkt till Stockholm och DN Galan där Jonathan Edwards stod för det tuffaste motståndet. Tävlingen blev riktigt spännande med växelvis ledning i de inledande omgångarna innan Christian trampade igenom i fjärde hoppet, skadade hälen och fick utgå. Edwards vann med tolv centimeter på 17,40 och det var faktiskt Christians första förlust för säsongen.

Blödningen i hälen var sedan ett orosmoment ända fram till VM och Christian kände av skadan i kvalet. I finalen blev det ett avbrutet förstahopp och sedan två bra hopp innan han tvingades avbryta tävlingen. 17,47 visade sig dock räcka till silver!

En tävling i Malmö, SM och Finnkampen följde sedan innan säsongen avslutades med en andraplats i Goodwill Games i Australien och en tävling i Japan där Jonathan Edwards åter besegrades. Christian fick därmed så att säga sista ordet!

Yannick Tregaro – från aktiv till tränare

Yannick är Christians tränare och historien om hur han blev det är speciell. Yannick är två år äldre än Christian och båda hade i slutet av 90-talet Viljo Nousiainen som hopptränare. Båda två hade höjd som förstagren men tävlade parallellt också en del i tresteg. Yannick hoppade bland annat 2,17 som 18-åring 1996 och blev samma år tia i junior-VM i Sydney.

Den 12 juni 1999 gick Viljo bort och i tomrummet efter honom fann Yannick på allvar tränarrollen. Parallellt med sin egen karriär hade han alltid varit intresserad av varför Viljo lade upp träningen på det ena eller andra sättet och hur olika upplägg påverkade olika individer. Yannick såg också hur hopparna i Örgryte IS verkligen saknade en tränare och tog därför hand om hoppgruppen samtidigt som han fortsatte träna själv. I gruppen ingick Christian.

I takt med att gruppen växte och de aktiva utvecklades tog tränarrollen över mer och mer och vintern 2001 blev tränarsysslan nummer ett, även om han fortsatte träna, och även tävla, för att det var så kul. Då hade Christian inriktat sig på tresteg och hunnit debutera i OS.

2001 var Yannick halvtidsanställd tränare i Örgryte IS med ansvar för 15 aktiva i höjd, längd och tresteg, alla på elitnivå.

– Att hjälpa andra som satsar och se hur de utvecklas som personer och friidrottare är för mig viktigare än att satsa på den egna hoppkarriären, förklarar han.

Konsten är att behålla farten

Vad är då Christians styrka som trestegshoppare? Det viktiga i tresteg är att kunna behålla farten i alla tre hoppen. Det är något som Jonathan Edwards är väldigt duktig på och det är även Christians styrka. Han har kritiserats en del för sin dubbla armföring i uthoppet som gör att han tappar lite fart och riskerar att få tyngdpunkten för långt ner vilket inte är bra. Enligt instruktionsboken är armföring enligt enkel, dubbel, dubbel i de tre hoppen det optimala. Men eftersom Christian hoppat 17,49 med dubbel armföring så har de inga planer på att göra några revolutionerande ändringar.

Yannicks träning bygger på koordination, rytmkänsla och smidighet vilket bland annat resulterat i att Christian hoppar i stort sätt lika långt i längd oavsett fot. Detta är till stor nytta för en trestegshoppare som hoppar med höger fot, höger fot, vänster fot (eller tvärtom).

Att gå från att vara träningskompisar till att den ene ska bestämma träningen över den andre är något som inte varit helt lätt, men heller inte inneburit några stora problem. Sedan Yannick bestämt sig för att sätta tränarsysslan först så har han också lättare kunnat skilja på rollen som tränare och privatperson.

– En annan styrka Christian har är att han kan motivera sig själv. Om det är dåligt väder försöker han utifrån det göra ett så bra resultat som möjligt, han inspireras av bra motstånd och han försöker engagera publiken vilket i sin tur sätter fart på honom själv, berättar Yannick.

– Han är också en riktig tävlingsmänniska, oavsett om det handlar om tresteg eller kortspel. Om han spelar dataspel och förlorar så vill han fortsätta tills han vinner och det kan ibland ta en stund! Han är en dålig förlorare men aldrig långsint, fortsätter han.

Yannick Tregaro och Christian Olsson är en lite udda kombination av adept och tränare men icke desto mindre framgångsrik. Ett samarbete som kan räcka lång, mycket långt!