



## Hjärtat i vår förening - passion, glädje och kärlek

*Alla vet ju att känslor är en väldigt viktig del av sporten. Vi kallar det laganda, klubbkänsla eller något annat men det handlar lika mycket om passion, glädje och kärlek - till YIF och till handboll- i medgång och i motgång. Alla supportere, sponsorer, funktionärer, spelare och ledare på alla nivåer, som med passion, glädje och kärlek lever med YIF. Det handlar om hjärtat i en förening. Jag ser det när pojklagen spelar beachhandboll i Åhus och jag ser det när Elitlaget spelar kvartsfinal i SM-slutspelet - såväl bland spelare och supportere. Och jag blir lika glad varje gång av den gemenskap som finns i YIF familjen - glad över det stora hjärtat!*

Kunnande och vilja är två andra nödvändiga ingredienser för att lyckas inom handboll (eller för den delen med vad som helst.) Av dessa två är viljan absolut viktigast. Att se en match där spelarna inte tydligt visar att de vill vinna är inte roligt oavsett vilka trollerikonster spelarna hittar på. Viljan att i alla lägen göra sitt yttersta för att vinna smittar av sig på medspelare och publik. Till och med motståndarna påverkas negativt. Rädslan och oron infinner sig när motståndarna vet att YIF aldrig ger upp.

### Torben viktig lots!

Nu står vi inför en ny säsong i elitserien. Fortfarande gäller att vi går till varje match för att vinna, att vi har större vilja att vinna än rädsla att förlora och alla andra gamla sanningar. Det blir vår nye tränare Torben Winthers, f.d. förbundskapten i Danmark mm., uppgift att lotsa laget förbi alla grund till en plats bland de fyra bästa i seriespelet. Väl i slutspel så ska vi göra allt för att åter ta hem SM-bucklan till Ystad, 100 år efter det att föreningen bildades.

Fortsättning sid 3



White Angels -  
supportrar med  
"enning"!

Hallå där...  
Philip Nilsson

P91 laddar upp  
inför säsongen!

Jobba för YIF -  
ha kul samtidigt!

Skadeförebyggande  
träning i fokus





## White Angels - supportrar med "enning"

**Ja ordet "enning" är kanske inte bekant för alla er som läser det här, men jag kan rekommendera er att gå in på White Angels nya hemsida så hittar ni förklaringen. För alla er som såg de båda glödheta Ystadderbyna förra säsongen, kunde inte undgå vilken fantastisk "enning" klacken hade, och hur det spred sig ut på handbollsgolvet till våra spelare.**

Och efter den upplevelsen kände grabbarna i klacken att de gjorde nytta, och vi fick ju se dem "hålla låda" även resterande hemmamatcher i Elitserien. Och faktum är, att de lyckades faktiskt med den oerhört svåra uppgiften att få den något svårflörtade Ystadpubliken att både klappa och låta mer än på många herrans år.

### Klockren satsning

Vad händer denna säsongen då? Jo grabbarna satte sig ner efter säsongen och bestämde att organisera sig och strukturera upp verksamheten, och bildade följaktligen en regelrätt supporterklubb. När jag intervjuade grabbarna skulle ett av många styrelsemöten påbörjas. Den nybildade styrelsen består av:

Ordförande: Tim Rix, Vice ordf: Max Rix  
Sekreterare: Johannes Nilsson,  
Kassör: Maria Håkansson  
Ledamöter: Martin Jynsson, Robin Ekvall, Jonas Ekvall, Joel Jerrhag, Filip Wahldin, Robin Nilsson

- Vi kände att vi behövde bättre struktur och rutiner och att få bättre organisation kring arrangemangen som behövs göras innan matcherna, menar Max.

### "Se upp Bajen"

White Angels kommer förutom hemmamatcherna, även att följa laget på alla skånederbyna. Sen är planerna även att åka på ett par av de längre bortaresorna. Drömmen är att få visa Bajen vilken som är Sveriges bästa klack. Och White Angels har högtflygande planer enligt Max Rix.

- Ja vi vill försöka förändra handbollskulturen i Sverige. Förebilden är ju i mångt och mycket klackarna i svensk och engelsk fotboll. Vi vill smitta resten av publiken, sporra spelarna och reta motståndarna, menar Max.

Nu jagar styrelsen fler medlemmar till klacken, som de givetvis vill ska vara så stor som möjligt.

- Desto fler medlemmar, desto fler möjligheter till att göra roliga saker såsom tifo, säger Max.

### Finns det då någon möjlighet att till och med få Ystadpubliken att sjunga med i klackens ramsor?

- Vi ska försöka. Vi skall köra samma ramsor lite längre och få ett igenkännande på det viset, avslutar Max.

White Angels hittar ni på <http://www.white-angels.se/>

Fotnot: För er som inte kan gå in på "nätet" får en förklaring av "enning": "Enning" är ett ord som mest och flest gånger svävat ut ur Martin "Jynne" Jynssons mun inför eller under matcher. Ordet betyder "tändning", som i sin tur betyder "det är taggad stämning", eller "tagga nu till"...  
kärt barn har onekligen många namn...!

Roger Espersson

## Hallå där... Philip Nilsson



### Vem är du, presentera dig för YIF-supportrama!

- Jag är 18 år, har spelat handboll i cirka 8 år. Jag började i YIF, men har spelat större delen av tiden i IFKYstad.

### Hur trivs du i din nya omgivning?

- Jag trivs jättebra. Vi fungerar bra ihop och har en bra stämning i laget. Det är inga grupperingar utan alla har kul tillsammans, hela laget.

### Är träningen annorlunda med vad du är van vid tidigare?

- Nej jag är van vid hård och tuff träning.

### Hur tycker du det gått hittills i träningsmatcherna?

- Jag har inte spelat så jättemycket, men jag är nöjd med min insats ändå.

### Konkurrensen är tuff om platserna i laget, hur ser du på det?

- Det är jättetuff konkurrens på min kant till exempel. Men det känns ju bra, för då tvingas man kämpa och fightas på varje träning för en plats, vilket är utvecklande.

### Vad har du för mål och drömmar i ditt handbollsliv?

- Helt klart att bli proffs. Favoritlandet skulle vara Spanien.

### Efter att med egna ögon sett dig slå straffar, bland annat i Prologen....har du tränat mycket på straffar, och hur kan du vara så kylig?

- Ja det är en bra fråga. Jag har lagt mycket straffar innan och är van vid det. Men det är inget jag tränat speciellt på.

### Lycka till inför kommande träningsmatcher och säsongen, och välkommen till Ystads IF!

- Tack så mycket

Roger Espersson

Fortsättning från sid 1

Vi har förstärkt laget med fyra noga utvalda spelare, Anders Persson (mv), Pierre Hammarstrand (H6), Philip Nilsson (V6) och Björn Grön (V9) som alla har både personlighet och kompetens att göra oss ännu bättre. Dessutom fortsätter vi med att ge våra egna produkter chansen genom att plocka in David Elwin, Albin Dahlberg, Andreas Folkstrand, Pontus Holmgren och Rasmus Strömblad i Elitlaget.

## Storsatsning

Till kommande säsong gör vi också en stor satsning på att ytterligare förbättra vår viktiga ungdomsverksamhet. Alla ska känna sig välkomna att träna och spela i våra lag och samtidigt bli en del av YIF-gemenskapen. Vi har duktiga, utbildade tränare som gör att man får lära sig handboll från grunden. Här kommer Torben Winther att hjälpa till med sin kunskap om talangutveckling. Vi vill ju ha både en stor bredd och en topp som kan mäta sig med de bästa i Sverige. Samtidigt ska vi se till att ha roligt tillsammans!

Vår ekonomi är fortsatt stark. Genom noggrann uppföljning, sparsamhet och ökade intäkter hade vi återigen ett överskott under föregående säsong. Jag vill passa på att tacka alla sponsorer för det starka stöd ni ger oss och alla ideella krafter som hjälper oss med våra arrangemang. Till den här säsongen spänner vi bågen ännu hårdare för att ha möjlighet att nå våra höga mål. Vi hoppas och tror att alla gamla och nya sponsorer ska vara beredda att utöka sitt stöd för att se YIFs lagkapten höja SM-bucklan i synen den 1 maj 2008.

## Sitter inte överksamma!

Säkert är det många som läst i tidningen om bolagisering av än den ena än den andra idrottsföreningen. Kanske undrar ni varför inte YIF gör något? Till er vill jag berätta att vi för några år sedan tittade på detta. Vi fann då att det inte skulle vara till fördel för vår förening. Självklart kommer vi att följa utvecklingen och se om vårt hus för att se till att YIF Handboll står starkt även framöver. Men oavsett vilken form man bedriver sin verksamhet i så måste intäkterna vara större än kostnaderna när bokslutet ska göras.

Till sist ett löfte till supporters och motståndare:  
**YIF ger aldrig upp!**

Välkommen till en ny spännande elitseriesäsong!  
(Du har väl bokat säsongskort?)

*Per-Olof Lind*  
Ordförande



# P91 laddar upp inför säsongen

Helgen som gick (25-26/8) hade grabbarna i P91 ett träningsläger förlagt till Ystad med omnejd. Givetvis tränade laget flera handbollspass, men det kanske viktigaste med lägret var den sociala samvaron. Med fyra nya spelare (bilden) i laget är det viktigt att man trivs både på och utanför handbollsplanen. I det här laget verkar det dock inte vara några bekymmer med den saken.

Inför den här säsongen har laget, som sagt, fått fyra nya spelare, med tidigare klubbadress IFKYstad:

Jonathan Binder, mv  
Sebastian Lindén, 9:a  
Carl-Filip Hedlund, 9:a  
Lukas Lilja, kant 6:a

### Vad är anledningen till att ni bytte klubb?

- Jag hade fler klasskompisar och vänner här. Sen är vi en större grupp med mer konkurrens, tycker Sebastian Lindén, vilket Carl-Filip och Lukas instämmer i.

- Vi var ganska många målvakter i IFK, här är vi två så det är större chans till speltid vilket för mig är utvecklande, menar Jonathan Binder.

### Är det stora skillnader på träningen?

- Framför allt gemenskapen, att vi alla samlas tillsammans innan träningen. Vi är som en stor familj. Vi har mycket sociala gruppaktiviteter som t ex gocart och nu det här lägret där vi skall spela paintball. Det stärker laget utanför planen, vilket vi har nytta av på planen sen, menar de allihop.

- Vi skall köra två träningspass här idag (lördag). Sen vet vi inte riktigt vad som väntar ikväll. Vi vet att vi skall sova i tält någonstans men inte riktigt var och hur. Det är en överraskning som föräldrarna ordnat. Sen imorgon (söndag) ska vi till Tomelilla och spela paintball, säger lagledaren Lars Hugosson.

Träningslägret är ett perfekt avstamp inför Ystad Open 1-2 september på hemmaplan. Ystad Open i sin tur är den perfekta uppladdningen för steg 1 i ungdoms- SM som avgörs 22-23 september.

- Givetvis vill vi vinna Ystad Open, men det primära är att få ihop kollektivet och spela ihop oss. Det blir ett bra tillfälle att få ihop laget och få alla att dra åt samma håll inför SM, menar tränare Kristofer Malmberg.

### Målet i ungdoms-SM är det inget hymlande om?

- Nej vi ska försöka ta oss till steg 5, och väl där kan allt hända, menar Kristofer.

Även lagets 208 cm (!! ) långa vänsternia Carl Engström, med två riksläger på meritlistan är inne på samma linje.

- Ja, vi vill lyckas bättre än i fjol och nå steg 5, och jag tycker laget ser jättebra ut, tycker Carl.

*Roger Espersson*



# Jobba för YIF och ha kul samtidigt!

*En idrottsförening som YIF är beroende av människor som ställer upp ideellt och arbetar för klubben. Vi som redan är med vet hur trevligt det är att jobba tillsammans för en god sak. Samtidigt är det säkert många som drar sig för att ta steget för att det känns betungande.*

**Gör inte det!**

*Vi kan hitta rätt nivå för din insats så att du ändå får tid över för annat. Inför kommande säsong behöver vi fler frivilliga som vill vara med i YIF familjen och jobba på våra arrangemang och matcher. Det kan gälla:*

Jul på Högestad  
Res- och matmässa  
Fritidsmässa  
Ystad Open (ungdomsturnering)  
Elitseriematcher  
Sponsorgrupp  
Bilbingo  
Ungdomsmatcher

Vi hoppas att du vill vara med och göra en insats för YIF. Ta nu telefonen och slå en signal till vårt kansli (0411-10341) eller prata med någon i YIF som redan jobbar för oss. Jag lovar att du kommer att få trevligt och samtidigt göra en värdefull insats.

Hjärtligt välkommen.

**Du behövs!**

*Per-Olof Lind*

# Skadeförebyggande träning i fokus

Ingen kan ha undgått att YIF's Elitlag har varit, oförtjänt (!), drabbade av allvarliga skador. "Korsbandsligan" med Magnus Lindén, Sebastian Geissler och Krzysztof Fatalcki är de som drabbats värst. Är detta ett utslag av dålig träning eller att spelarna är mer skadebenägna än andra spelare? Svaret är ett unisont nej när jag frågar såväl vår sjukgymnast Jesper Lindgren och Sven-Anders Sölveborn (som är läkare och specialist inom idrottsmedicin). Jesper har gjort en djuplodande analys av de korsbandskadade spelarna och konstaterat att det inte finns någon gemensam faktor till varför skadorna uppkommit. Jag kommer att återkomma i en separat artikel om denna analys i ett kommande nummer av Månadsbrevet. Det som känns smått ironiskt är att Jesper sedan sommaren -07 bedrivit skadeförebyggande träning i en omfattning som nog inget annat Elitserielag kan matcha! Ibland skrattar ödet en rätt upp i ansiktet. Det är mot den bakgrunden oerhört tråkigt att det skulle drabba just våra spelare på ett sätt som är fullkomligt ologiskt.

## Fortsatta insatser

Tråkigt för spelarna som blir drabbade trots många timmars skadeförebyggande träning och tråkigt för Jesper som lagt ner många, många timmar på att bedriva denna träning. Men det viktiga är att fortsätta med den skadeförebyggande träningen, för den ger effekt. Sven-Anders refererar till medicinska studier där man efter en säsongs träning reducerar antalet korsbandsskador med 90%. Skadebenägenheten då? Av de nämnda spelarna är det enbart Fatalcki, som nu är 34 år, som kan sägas vara mer skadebenägen. När man passerar 32-33 års ålder så tappar man nämligen elasticitet, det är ett faktum enligt Jesper. Vi som förening väljer att inte stoppa huvudet i sanden (som strutsen) och ignorera skadeproblematiken i handboll. Utan tvärtom fokuserar vi på att bli ännu bättre på skadeförebyggande åtgärder för alla åldersgrupper inom YIF. Åtgärderna blir bl.a. en kurs den 20/10 som arrangeras tillsammans med "Kinesiotape Sport Sweden", riktad till alla våra ledare och tränare. Vi kommer här i månadsbrevet att i varje nummer ha tips och råd om vilka övningar du som handbollsspelare kan bedriva på egen hand. Vi tar saken på allvar. Det kan du som spelare, förälder, sponsor och supporter lita på.

*Jörgen Hansson*

# YIF

## HANDBOLL



**YIF - 36 säsonger i Elitserien!**

**Svenska mästare**  
1976, 1992

**Allsvenska/Elit- seriesegrare**  
1978, 1981, 1984, 1992

**Svenska Mästare för Juniorer**  
1958, 1962, 1997, 2001

Ansvarig utgivare:

Per-Olof Lind

Redaktör:

Per-Axel "PAX" Sjöholm

Design: Marcus Lundgren

Layout: Boel Hugoson

Ystads IF Handbollsforening  
Box 21  
271 21 Ystad

Tel: 0411-10341

Fax: 0411-72360

Mail: [info@yif.se](mailto:info@yif.se)

Internet: [www.yif.se](http://www.yif.se)