

Idrotten är oslagbar!

S

e var och en som kommer till idrotten som en potentiell olympisk medaljör! Inte för att sätta dem i hårdträning och driva dom framåt med hugg och slag. Det är inte så mästare skapas. Utan för att inse att alla individer är lika spänande och lika viktiga.

Som ledare är uppdraget att förstå vad som fär var och en att ha lust att prova, nyfikenhet att lära och mod att utmana. Det är det vi ska odla och det är det vi vill se om vi ska ge stöd till hundraprocentiga satsningar i slutsteget till världstoppen. Att se individen är också att bekräfta och visa tilltro. Det är lika viktigt oavsett om det blir OS, annan idrott eller helt andra arenor som lockar.

När jag var tränare stod också individanpassning högst på agendan, men då mer för hur träningen skulle se ut. Vi är ett litet land med få aktiva. Vi måste utnyttja allas särdrag maximalt och vi måste bygga på deras egen drivkraft. Vi gick längre än de flesta vid den tiden för att med enkla verktyg utvärdera och anpassa. Idag vet vi att vi bara kraftsade i marginalen. Nya insikter inom Life Science öppnar radikalt nya möjligheter i liknande spår som utvecklingen mot "personalized medicin". Under några år jobbade vi med KTH och GIH för att utveckla sensorer, sensornätverk och system för feedback i realtid. Målet var att förfina anpassningen av belastning, rörelsemönster och teknikval till individen. Den tekniska utvecklingen har fortsatt och idag kan ledtider kapas och kostnader sänkas. Det är dags för oss att ta nästa steg.

Samspelet med forskarna handlar inte om att hitta de "rädda" träningsmetoderna som alla ska köra. Det handlar om att förstå mekanismerna bakom, inse variations-

bredden och om att snabbt sätta ihop rätt biomarkörer, sensorer och feedback för att varje individ ska våga sträcka sig lite längre och lära sig mer och snabbare.

Det här måste till om vi ska ge våra tångar chansen att nå sin fulla potential. Men samma verktyg är lika verkningsfulla för att andra inte ska fastna i resultatlös träning utan hitta metoder som ger utveckling och inspiration oavsett det handlar om idrott på andra nivåer, motion eller hälsa.

Inte nog med det. De realtidsdata verktygen levererar kan gå direkt in i produktionen av idrottsevenemang och förhöja upplevelsen för publiken! Vi börjar se exempel på det, men det är verkligen bara i sin början. Att se individerna är grunden för idrottens sociala kraft. Det är också det som driver utvecklingen av toppidrotten och framtagandet av nya verktyg.

Vi måste våga satsa på att utveckla idrotten! Det stärker samtidigt idrottens samhällsnytta och marknadsvärde.

För oss är det dags att ge oss ut på jakt efter talangreserven, också på ledarsidan. Vi ska jobba som om Stockholm redan hade fått OS 2026... och vi måste göda rätt drivkrafter!

"An athlete cannot run with money in his pockets. He must run with hope in his heart and dreams in his mind."

(Emil Zatopek,
Olympiska Museet
i Lausanne).

STEFAN LINDEBERG
ORDFÖRANDE I
SVERIGES OLIMPISKA
KOMMITTÉ

