

LOKAL MENTALTRÆNER:

- Jeg lavede flyveren i min stue

Carsten Oldengaard fra Lind er fast mentaltræner for Viktor Axelsen og var i kontakt med fjerboldstjernen hver dag op til OL-bronzen



AF JØRN JUST KRISTENSEN
jjk@herningfolkeblad.dk



Mentaltræner
Carsten Oldengaard (t.v.) har ført en stribe udviklende samtaler med Viktor Axelsen gennem de seneste tre år. Under OL i Rio kom den 22-årige fynbos hidtidige højdepunkt med en bronzemedalje efter sejr over legendariske Lin Dan. PRIVATFOTO

BADMINTON Stuegulvet rystede i et hjem i Lind, da danske Viktor Axelsen i lørdags sikrede sig OL-bronze efter en fejende flot sejr over hans barndoms-idol, den femdobbelte verdensmester og dobbelte OL-guldvinder Lin Dan.

Carsten Oldengaard fra Lind er nemlig mentaltræner for Axelsen og har været en tro følgesvend for den danske fjerboldstjerne gennem de seneste snart tre år.

- Du kan tro, der også blev jublet i Lind. Jeg lavede »flyveren« rundt i min stue, fortæller Carsten Oldengaard med et grin.

Under OL var han i daglig dialog med Viktor Axelsen via Skype. Fokus var denne gang ikke så meget på spillet, men på at finde sig tilpas i uvante rammer. OL rummer flere elementer, der kan virke forstyrrende, når man skal toppræstere. Der er masser af leben i OL-byen, stor presseinteresse og mange aktiviteter, der kan distrahere forberedelserne.

- De første dage handlede det om at akklimatisere sig og finde sine rutiner i det setup, der er - og acceptere de rutiner, som ikke er mulige at gennemføre, fortæller Carsten Oldengaard, der har siddet klistret til tv-skærmen ved alle Axelsens seks OL-kampe.

Mentaltræneren talte næsten hver

dag med Viktor Axelsen hen over de første seks konkurrencefrie dage og på fast daglig basis, da badmintonturneringen begyndte.

- En udfordring er eksempelvis, at der er to hviledage i turneringen, og badmintonspillerne er jo vant til, at der er kamp hver dag. Der kan man tænke på, hvor træls det er. Gør man det, vil hjernen også gribe fat i det, hvis spillet ikke fungerer i næste kamp. Men man kan også fokusere på, hvordan man bruger sin hviledag bedst muligt. Det

handler om at skabe overskud. Øge den subjektive oplevelse af friskhed, siger Carsten Oldengaard.

Ros for hurtig oprejsning

Han er godt tilfreds med Viktor Axelsens mentale arbejde under OL.

- Jeg er imponeret over den måde, han rejste sig fra nederlaget i semifinalen mod Chen Long. I badminton er spillerne jo vant til, at turneringen er slut, og man rejser videre, når man har tabt en kamp. Der var også noget

at arbejde med fredag aften, men han kom videre og spillede jo en fantastisk kamp lørdag, pointerer mentaltræneren fra Lind.

Han nyder samarbejdet med Viktor Axelsen og ser stadig uforløst potentiale i den 22-årige fynbo. Axelsen har allerede vundet VM-bronze, Thomas Cup og nu OL-bronze. Og på verdensranglisten er han nummer fire.

- Viktor er god. Han er pissegod. Men han ved, at han kan blive bedre endnu på mange områder, og det er

det, der er vores fokus. Vi har aldrig arbejdet med nogle bestemte resultattal. Viktor arbejder procesorienteret på at blive bedre. Så skal resultaterne nok komme, siger Carsten Oldengaard, som af hensyn til sin klient ikke vil afsløre nærmere om de elementer, der skal forbedres.

Viktor Axelsen deltager i september i Yonex Japan Open, der er en Super Series-turnering. I oktober venter der blandt andet Denmark Open i Odense.

BOWLING

EM i Bruxelles:
Singles, semifinaler:
Jesper Agerbo, Danmark-Pontus Andersson, Sverige, 279-206. John Wells, England-Mark Jacobs, Holland, 274-248. Singles, finale:
Jesper Agerbo, Danmark-John Wells, England, 259-201.

CYKLING

Vuelta a España:
Tredje etape, 176,4 km fra Marin til Mirador Ezaro, Spanien:
1. Alexandre Geniez, Frankrig (FDJ), 4.28.36 timer, 2. Ruben Fernandez Andujar, Spanien (Movistar), 21 sekunder efter, 3. Alejandro Valverde, Spanien (Movistar), 26, 4. Chris Froome, Storbritannien (Sky), samme tid, 5. Johan Esteban Chaves, Colombia (Orica), s.t., 6. Nairo Quintana, Colombia (Movistar), 32, 7. Igor Anton, Spanien (Dimension Data), s.t., 8. Samuel

Sanchez Gonzalez, Spanien (BMC), 54, 9. Alberto Contador, Spanien (Tinkoff), s.t., 10. Gianluca Brambilla, Italien (Quickstep), s.t., 11. Rudy Molard, Frankrig (Cofidis), s.t., 12. Bart de Clercq, Belgien (Lotto), 56, 13. Louis Meintjes, Sydafrika (Lampre), s.t., 14. Pierre-Roger Latour, Frankrig (Ag2r), s.t., 15. Peter Kennaugh, Storbritannien (Sky), 1.02 minutter efter, 180. Magnus Cort Nielsen, Danmark (Orica), 16.26.
Samlet stilling:
1. Ruben Fernandez Andujar, 9.16.07 timer, 2. Alejandro Valverde, 7 sekunder efter, 3. Chris Froome, 11, 4. Johan Esteban Chaves, 17, 5. Nairo Quintana, samme tid, 6. Samuel Sanchez Gonzalez, 46, 7. Peter Kennaugh, 47, 8. Leopold König, Tjekkiet (Sky), 51, 9. Daniel Fernandez Moreno, Spanien (Movistar), 58, 10. Gianluca Brambilla, 1.01 minutter efter, 11. Simon Yates, Storbritannien (Orica), 1.23, 12. Alberto Contador, 1.31, 13. David de la Cruz, Spanien (Quickstep), 1.34, 14. Igor Anton, s.t., 15. Darwin Atapuma, Colombia (BMC), 1.35, 143. Magnus Cort Nielsen, 16.13.
Pointkonkurrencen:
1. Alexandre Geniez, 26 point, 2. Gianni Meersman, 25, 3. Ruben Fernandez Andujar, 20,

4. Michael Schwarzmann, 20, 5. Alejandro Valverde, 16, 6. Magnus Cort, 16.
Bjergkonkurrencen:
1. Alexandre Geniez, 10 point, 2. Simon Pellaud, Schweiz (IAM), 4, 3. Pieter Serry, Belgien (Quickstep), 4, 4. Laurent Pichon, Frankrig (FDJ), 3, 5. Ruben Fernandez Andujar, 2.
Holdkonkurrencen:
1. Movistar, 26.47.41 timer, 2. Sky, 1.15 minutter efter, 3. Quickstep, 2.30, 4. BMC, 2.36, 5. Ag2r, 4.16.

FODBOLD

Superligaen:
Esbjerg-OB 3-2 (1-1).
0-1 Rasmus Festeren (12. minut), 1-1 Jeppe Andersen (31. minut), 2-1 Mads Hvilsom (50. minut), 2-2 Joan Simun Edmundsson (63. minut), 3-2 Bjørn Paulsen (76. minut).
Tilskuere: 4.042.
Brøndby.....6 4 2 0 22- 5 14
FC København.....6 4 2 0 16- 3 14
AaB.....6 3 3 0 9- 6 12

Randers FC.....6 3 2 1 7- 5 11
FC Midtjylland.....6 2 3 1 15-10 9
Lyngby.....6 2 2 2 8- 7 8
AGF.....6 2 2 2 7-13 8
OB.....6 1 4 1 9- 8 7
AC Horsens.....6 1 4 1 9- 9 7
Viborg.....6 2 1 3 8- 9 7
FC Nordsjælland.....6 1 1 4 7-14 4
Esbjerg.....6 1 1 4 7-16 4
SønderjyskE.....6 0 3 3 5-11 3
Silkeborg.....6 0 2 4 4-17 2

Reservelegaaen, pulje 3:
AC Horsens-Randers FC.....0-0
Viborg-Silkeborg.....3-1
AaB-AGF.....2-1

AaB.....3 3 0 0 11- 2 9
Viborg.....4 1 3 0 10- 8 6
Randers FC.....4 1 2 1 6- 5 5
Silkeborg.....3 1 0 2 7- 5 3
AC Horsens.....4 0 2 2 3-16 2
AGF.....2 0 1 1 2- 3 1

Spanien, Primera Division:
Celta Vigo-Leganés 0-1 (0-0).

0-1 Victor Díaz (75. minut).
Tilskuere: 16.578.

Valencia-Las Palmas 2-4 (2-3).
1-0 Santi Mina (6. minut), 1-1 Marko Livaja (16. minut), 1-2 Jonathan Viera (24. minut/str.), 1-3 Kevin-Prince Boateng (31. minut), 2-3 Santi Mina (34. minut), 2-4 Marko Livaja (88. minut).
Tilskuere: 37.144.

Sverige, Allsvenskan:
Elfsborg-Sundsvall.....4-0
Malmö FF-Jönköping.....4-1

SPEEDWAY

Ligaen, 500 cc:
Munkebo-Slangerup.....41-37
Munkebo: Pontus Aspgren 11
Slangerup: Mikkel Michelsen 12
Esbjerg.....11 8 0 3 483-447 19
Holsted.....12 8 0 4 509-495 18
Region Varde.....11 7 0 4 488-450 18
Slangerup.....12 6 0 6 531-475 15

Grindsted.....12 5 0 7 488-532 11
Munkebo.....12 5 0 7 492-521 10
Fjelsted.....10 5 0 5 428-409 10
Holstebro.....12 2 0 10 467-557 4

TENNIS

WTA-turnering i New Heaven:
Præmiesummen er 695.900 dollar:
Damesingle, første runde:
Jelena Ostapenko, Letland-Caroline Wozniacki, Danmark, 7-5, 6-2, Eugenie Bouchard, Canada-Annika Beck, Tyskland, 6-2, 6-1, Anett Kontaveit, Estland-Kiki Bertens, Holland, 6-3, 6-4, Ekaterina Makarova, Rusland-Sara Errani, Italien, 7-5, 6-2, Shelby Rogers, USA-Kristina Mladenovic, Frankrig, 6-1, 6-1, Elina Svitolina, Ukraine (10)-Darya Kasatkina, Rusland, 6-4, 5-7, 6-0, Caroline Garcia, Frankrig-Irina Begu, Rumænien, 6-1, 6-4, Elena Vesnina, Rusland-Camila Giorgi, Italien, 6-1, 6-4, Anastasija Sevastova, Letland-Nicole Gibbs, USA, 7-5, 6-0.