

Andreas Bjelland er kold over for trætte ben

Landsholdsspiller investerer i avanceret udstyr til restitution kaldet Game Ready

2012 bliver et både travlt og fantastisk fodboldår for den 23-årige landsholdsspiller Andreas Bjelland. Hans nuværende klub FC Nordsjælland besætter andenpladsen i Superligaen og kan MÅSKE i den kommende halvsæson give FC København lidt udfordring i toppen.

Til sommer skifter det danske stortalent til hollandske FC Twente, og inden da håber Bjelland at blive udtaget til EM i Polen og Ukraine, hvor Danmark som bekendt er havnet i en dynamitpulje.

- Her i foråret bliver der travlt med op til tre kampe på en uge, og i Holland bliver der givetvis ikke mindre pres på, konstaterer Andreas Bjelland.

De mange intense kampe samt den hårde daglige træning stiller store krav til fysikken, og derfor har forsvarsspilleren valgt at investere i en maskine, som giver hurtigere restitution og kan medvirke til at forebygge skader.

Systemet hedder "Game Ready", og det fungerer ved at give justerbar kulde og kompression på det område, som måtte være ømt eller overbelastet.

- Jeg lærte Game Ready at kende gennem U-21 landsholdet og A-landsholdet, som begge anvender udstyret, og det er bare en fantastisk måde at restituere på. Efter eksempelvis en hård træning sætter man det lige på, og det kan man gøre hjemme eller på hotelværelset, hvis man er på træningslejr eller afsted med landsholdet. Det er naturligvis køligt, men det er behageligt og nemt at bruge, fortæller Andreas Bjelland.

- Jeg har tidligere døjet med lidt knæproblemer, men Game Ready har været med til at holde mig fit for fight. Jeg skulle gerne holde mindst 10 år endnu, så jeg går meget op i at passe på mig selv og min krop. Og jeg betragter det som en rigtig god, langsigtet investering at have min egen Game Ready, lyder det fra forsvarsspilleren.

Andreas Bjelland har i øvrigt også erhvervet sig et italiensk fremstillet apparat til såkaldt elektrostimulation. - Jeg har fået Globus systemet anbefalet af trænere og fysioterapeuter. Det masserer og fjerner spændinger efter eksempelvis tung styrketræning, og er lige som Game Ready noget, man kan gøre selv og inden for hjemmets fire vægge, siger den unge Nordsjælland-spiller, som først på året blev far til en lille pige.

Både Game Ready og Globus er leveret af firmaet SportsPharma i Vejle, som også leverer sportsplejemidler til DBU's landshold.

