

## Intervju med Emma Hovén

Emma Hovén är ny i Hammarby för den här säsongen. Hon doktorerar på KI i psykosocial forskning inom barncancerområdet. Hon är en kämpe av sällan skådat slag och drar sig aldrig för att slänga sig in i minsta lilla lucka. Det har under året bland annat resulterat i flera stygn i ansiktet, därav smeknamnet **Stitch**, som hon fick under försäsongen.



Emma började spela handboll i IK Boltens handbollsskola. Hon var 7-8 år och det var hennes pappa som fick henne att börja. Han var själv handbollsspelare från Cliff.

- Han var även min tränare så allt är hans fel, säger Emma med glimten i ögat.

Förutom handboll spelade Emma fotboll i Hammarby, samt en del innebandy, och det var fotbollen som var prio ett fram till dess hon var 17-18 år. Enligt Emma själv var hon bättre i fotboll än handboll, men ändå var det fotbollen hon slutade med. Laget i Bajen splittrades och hon gick till Enskede men kände till slut att det var roligare i Boltens handbollslag.

### Bytte BK Söder mot GT76

När Emma blev senior hade i stort sett damlaget gått till Årsta AIK och hon valde att byta klubb till BK Söder som låg i division 3. Det var ingen hårdatsatsning på handbollen, utan hon spelade mest för att det var kul. Laget var dock så pass bra att man började klättra i divisionerna. Man kom upp till division 2 där man hamnade i samma serie som Hammarby. Lagen följdes sedan åt upp i division 1. Emma berättar att Hammarby var de värsta men roligaste konkurrenterna. Det var alltid heta matcher med bra stämning på plan. När sedan GT76 gick upp i elitserien inledde man ett samarbete med BK Söder och när GT76 åter gick upp i elitserien inför fjolårssäsongen, efter ett besök i division 1, valde Emma att spela med dem istället för med Söder. Dock blev det ånyo endast en säsong i högsta serien för GT76 och när Hammarby ringde och frågade om Emma ville spela med dem kommande säsong var valet relativt enkelt för Bajaren Emma. Hon hade sedan långt innan Hammarby startades haft en dröm om att få spela handboll i Hammarby.

- Jag blev jättelockad av tänket kring Hammarbys organisation. Hur man satt upp mål och tankarna om hur man skulle uppnå dem. Sen lockade även fortsatt spel i elitserien, berättar hon.

### Smacka på i försvar

Det bästa med Hammarby tycker Emma är att man som ny känner sig väldigt välkommen och att det är ett mycket härligt gäng, både själva laget och alla runt omkring. Hon tycker att det roligaste med handboll är att man kan smacka på en motståndare och att det är helt okej. Att få trycka till i försvaret tycker hon är det allra bästa.

- Sen inbillar jag mig att man kan utvecklas hela tiden. Jag är aldrig nöjd, vilket ju borde innebära utvecklingspotential.

Emmas mål med handbollen är att bli ordinarie i laget och att få så mycket speltid som hon själv vill. Hon hade inför säsongen förväntat sig att laget skulle ligga högre upp i tabellen och att man skulle komma till slutspel. Vad gäller henne själv hade hon förväntat sig att hon skulle utvecklas mer än hon har gjort. Hon är inte nöjd med sin insats så här långt. Säsongen har blivit lite hackig för henne då hon drabbats av flera skador, bland annat har hon fått sy i ansiktet, fått ryggskott och nu har hon problem med sina ljumskar.

- Jag har aldrig fått flyt i spelet. Hade behövt mer kontinuitet, säger hon.

Hon tycker dock att hon har tillfört ganska mycket för Hammarbys försvarsspel och då kanske främst med tuffhet.

### En äkta Bajare

Emma är grönvit ända in i själen och berättar att hon kände sig väldigt stolt första gången hon fick dra på sig matchtröjan i Bajen.

- Det kändes stort och jag har aldrig spelat i så snygga matchkläder tidigare, berättar hon.

Emma tillägger att hon tycker att det är kul att nu få spela med sin Bajenkompis Karin Nauclér som var hennes idol när hon var yngre och de båda spelade i Bolton.

- Jag tyckte hon sköt så hårt, säger Emma och skrattar.

### Rutin saknas

En av anledningarna till att man förlorade många av de täta matcherna i höstas tror Emma beror på bristande rutin. Man lyckades inte knyta åt säcken när man hade chansen, någonting som Emma anser är ett nykomlingssyndrom. Hon tycker att man blev för het i avgörande lägen.

- Hade vi haft rutinen hade vi nog tagit ett par poäng till under hösten. Den individuella skickligheten finns ju i laget.

Emma tror att nyckeln till att vinna de kommande matcherna är att fortsätta med bra träningar. Man har mycket kamp och vilja på träningarna, men får inte ut det på match. Hon tycker även det är viktigt att alla tar sitt ansvar och menar att det är många som kan höja sig.

- Vi måste våga mer, vinna fler man-man-situationer och spela tuffare bakåt. Spelar vi bra bakåt kommer vi få enkla mål framåt och det behöver vi. Spelar vi till exempel som mot Kungälv kommer vi ta fler poäng.

### Tuff försvarsspelare

Enligt Emma är hennes svaghet hennes skott. Hon tycker att hon behöver mer kraft i det och hävdar att hon inte kan skjuta utan täck. Hennes styrka tycker hon är hennes försvarsspel.

- Jag är tuff bakåt, men skulle kunna förbättra mitt fotarbete.

### Mycket kamp och tävling

På frågan hur Emma skulle lägga upp träningen om hon fick bestämma svarar hon:

- Då skulle jag lämna över träningen till tränarna. Det är deras jobb att planera den.

Om hon mot sin vilja skulle hålla i träningen skulle den innehålla många kampmoment och mycket tävling. Att man ska vilja vinna i varje kamp.

Hon skulle även börja med fotboll som uppvärmning, men bara om man var max 12 spelare. Hon säger att det lilla hon hade kvar i kroppen av fotbollsspel har hon tappat sedan hon kom till Bajen. - När alla är med är det bara kamp och gröt.

Om Emma är ledig en helg från handbollen skulle hon träffa sina kompisar och då främst de som inte är handbollsrelaterade. Hon skulle ta sovmorgon och passa på att ta en öl på Söder.

/Annica Bergman

