



Kennedy Bakircioglu

»Det är som dag och natt«

TEXT PER CORNELL • FOTO HASSE FRIDÉN

Det är ingen hemlighet att Kennedy tror på Nannes Hammarby. Annat var det vid återkomsten.

– Jag blev rädd när jag var här och tränade innan jag skrev på. Det var mycket som behövde ändras.

★ **Det är inte mycket** som är sig likt sedan Kennedy gjorde sig själv till levande legend genom att skriva under för Hammarby sommaren 2012. Den eftermiddag som Matchprogrammet träffar Kungen, Sheken, Presidenten, Gud eller hur vi nu väljer att titulera honom, har han just klivit av ett stenhårt fyspass med fokus på löpning och snabba förflyttningar och vändningar. Claes Hellgrens entusiasm får truppen att ta i lite extra. För att de tror på det han säger. Säkert också för att de vill höra honom säga hur stolt han blir över deras insats, vilket han gör. Kennedy går runt och klappar om alla efter träningen. Det garvas och skämtas mellan flämtningarna. Under det senaste året har ett nytt Hammarby vuxit fram.

Att döma av vad Kennedy har att berätta, var det nog nödvändigt. För det var inte klubbens perfekta slagläge att ta sig tillbaka till Allsvenskan som fick honom att återvända. När Kennedy insåg i vilket skick Hammarby befann sig kom oron krypande. Och med facit i hand, det vill säga Nanne Bergstrand, framstår problemen som fanns då ännu tydligare.

– Jag blev rädd när jag var här och tränade

innan jag skrev på kontraktet. Det var så mycket som inte kändes bra och som behövde ändras. Det är som dag och natt mot nu.

Vad var egentligen de stora problemen?

– Det var många faktorer. Vi spelare kom inte upp i nivå, vi tappade matcher, vi var inte riktigt där. Även om jag försökte tro på det kände jag ganska direkt att vi inte var ett topplag i serien. Inte att jag gav upp eller så, jag kämpade stenhårt för att nå dit, men det kändes inte bra.

Vad berodde det på?

– Man har sett folk som blir nöjda bara de får dra på sig Hammarbytröjan. Men man måste ha andra målsättningar än så i karriären. Det gäller att sätta högre mål, så har det alltid varit för mig. Vi hade inte så mycket planer på hur vi skulle spela och kvaliteten på träningarna var inte bra. Organisationen var heller inte bra.

– Jag tyckte synd om Gregg många gånger. Han gjorde sitt bästa. Folk förstod inte hans engelska. Han ville mycket, men det är inte lätt att komma till Bajen som sin första storklubb. I det här fallet krävdes saker av honom som han inte riktigt hade.

Fanns det något du kunde göra?

– Jag försökte ta tag i det eftersom jag är kapten. Få upp tempot på träningarna och se till att alla var fokuserade. Jag ville hålla mig positiv och sprida glädje för att laget skulle höja sig och att de yngre inte skulle vara rädda att spela inför fullsatta läktare. Jag gjorde mitt bästa, men jag är ingen tränare.

»Vårt tempo funkade i Superettan men vi vet att det krävs något annat i Allsvenskan«

Som han själv säger, nu är det nya tider i Hammarby. Kennedy och många med honom vill bara dra ett streck över säsongerna 2012 och 2013. Han ser det själv som att han gick ner sig lite. Från La Liga till Superettan och ett lag utan tydlig spelidé med ett lågt tempo. Då passar honom upplägget som Nanne har infört betydligt bättre. För den Kennedy vi såg hösten 2014 och exempelvis i derbyt mot AIK i cupen är i nivå med de forntoppar han haft när han varit som bäst.

– Jag var riktigt bra andra året i Twente, då kände jag mig otroligt stark. I Racing Santander hade jag också ett bra första år. Men jag tycker att den form jag var i förra året är i klass med det. Så stark som jag är nu har jag aldrig varit. Jag märker det i duellerna. Jag känner det på snabbheten också. Visst jag är inte snabbast i laget, men jag har blivit snabbare. Samma sak med orken, nu orkar jag 90 minuter, jag går inte ner mig.

Vad beror det på?

– Claes Hellgren! Det han gör är helt fantastiskt. Han vet precis vad vi behöver som grupp och vad varje spelare behöver. Alla uppdelade i olika grupper som kör lite olika. Hans träning har verkligen utvecklat mig. Fotbollen har jag ju i mig, men för att lyckas är det så viktigt med orken och styrkan. Claes har fått många att ta ett steg till och han ger oss så mycket energi.

Enligt Israelsson är du en av dem som verkligen tagit till dig av den mentala träningen, är det nytt för dig?

– Jag önskar att jag haft både Claes och vår mentala tränare Anders Friberg tidigare i min karriär. Det Friberg gör har jag inte upplevt i mina tidigare klubbar. Det är helt nytt för mig. Däremot tror jag att många toppspelare har sina egna mentala tränare.

Hur jobbar ni?

– Jag träffar honom och vi diskuterar olika saker. Det som jag kanske funderade mycket på tidigare det kan jag bara släppa nu. Jag kan förklara hur jag känner i olika situationer och det har hjälpt mig mycket.

– Vi satte upp mål kring vad jag ville med förra

året. Jag är en motivationsmänniska så jag gillar det. Det häftiga är att de mål vi satte upp, det blev så också.

Vilka mål satte ni upp?

– Att jag skulle göra ett visst antal mål, att jag skulle leda laget bra. Vi gick tillbaka till gamla goda tider när allt var positivt. Det handlar om att hitta positiva bilder som jag kan använda för att uppnå nya mål.

Ni använder en app, hur funkar den?

– Det handlar om avslappning. Du kopplar av för dig själv i ditt eget rum. Lyssnar på bra avslappningsövningar. Det är både musik och prat. Och handlar om att se positiva bilder framför dig och liksom plantera in det i kroppen. Till slut sitter det i ryggraden och finns där hela tiden.

Hur funkar det för dig?

– Det har hjälpt mig en hel del, det är jättekul viktigt tror jag. Jag vet inte riktigt vad alla tycker om det, men de flesta verkar gilla det.

Nanne betonar ju den teoretiska delen av spelet, vad tycker du om det?

– Jag har saknat det. Att titta på videoklipp och gå igenom teorin. Att ha en tydlig spelidé. Många i laget tycker det är kul med teori och att diskutera de här grejerna. Med videoklippens hjälp kan vi ju titta närmare på allas positioner och hur man kan förbättra sig, inte minst defensivt. Jag har ju en offensiv roll, men Nanne betonar det här med återerövringen av boll väldigt mycket.

Med din rutin, finns det saker att lära rent taktiskt?

– En hel del fast jag varit utomlands så många år och spelat i Holland och La Liga. Det är ingen annan som haft det här snacket som Nanne har med oss. Ute i Europa förväntas man vara "färdigutbildad", där ska man bara betala tillbaka. Det känns jättekul att ha en så tydlig plan som vi ska följa.

Kennedy är mycket nöjd med försäsongen. Den har varit tuff med ökad träningsdos och bra tränings- och tävlingsmatcher.

–Vi har jobbat väldigt hårt med fysiken, kondi-



Kennedy Bakircioglu var en av planens främsta i cupderbyt mot AIK på Friends Arena som Hammarby vann med 2-1 efter bl a ett straffmål av Kennedy. © Foto: Peter Jonsson.

tionen och spelidén. Nu har vi mött både AIK och Elfsborg och vet var vi har de motståndarna.

Har ni skruvat på något i år?

– Tempot. Vårt tempo funkade i Superettan men vi vet att det krävs något annat i Allsvenskan. Därför har vi skruvat upp träningsdosen, intensiteten och aggressiviteten på träningarna. Nu till premiären har vi kommit en bra bit, men det kommer att bli bättre och bättre under säsongen.

Hur går det för de nya killarna i laget?

– De har kommit in bra. Måns är som ett spjut, vi kommer ha väldigt stor nytta av honom, men det gäller dem alla. Det känns som de trivs bra.

Och de två nya talangerna?

– Dusan har en fin framtid tror jag. Han har ingen respekt trots att han är så ung. William var en liten knatte när jag kom till Bajen första gången. Han kan bli någonting, han är väldigt duktig. ■

Kennedy Bakircioglu

Född: 2 november 1980
Bor: Östermalm
Längd: 181 cm
Vikt: 77 kg
Moderklubb: Assyriska FF
Kontraktslängd: 2016
A-landskamper: 14
Spelarkarriär:
 1996–1998 Assyriska
 1999–2003 Hammarby
 2003–2005 Iraklis
 2005–2007 Twente
 2007–2010 Ajax
 2010–2012 Racing Santander
 2012–Hammarby

SEX SNABBA

Det svåra med att hitta bollträffen på konstgräs?

– Det tog sex månader på konstgräs innan jag förstod och fick till det. På gräs ligger bollen mycket lägre. Jag har jobbat väldigt mycket med det.

Blir det någon bok?

– Vi har kommit igång lite. Det är på gång, men vi får se. Det kan bli aktuellt.

Årets match?

– Svårt, men derbyna är självklart störst för mig personligen. Premiären blir ju också en riktig stormatch. Men alla matcher känns stora tycker jag.

Roligaste bortamatchen?

– Malmö, tror jag. Vi är underdogs men vi vet vad vi kan.

Vem tramsar mest i omklädningsrummet?

– Det vet ni väl, Stefan Batan. Han håller på som fan hela tiden. Det börjar bli lite jobbigt faktiskt. (skratt)

Varför kallar han dig Shejken?

– Han tycker jag är rik och kallar mig Shejken. Med glimten i ögat. Vi har kul tillsammans. Man måste kunna garva lite ibland också.