



### SPILLERPROFIL:

**Navn:** Andreas Selimann

**Alder:** 20 år

**Hold:** Vejle HK Serie 1 Herrer

**Position på banen:** Højre back

**Trænere:** Niels Peter Hansen og Morten Bennetsen

**Håndbold idol:** Kiril Lazarov

**Det hader jeg mest:** At spille fodbold til træning

**Det gør håndbold for mig:** Det gør mig glad

# ANDREAS SELIMANN

## Når en alvorlig skade sætter dig ud af spillet

Den 25. oktober 2018 skete det for Andreas, som er enhver håndboldspillers største frygt. En fodfinte resulterede i en alvorlig knæskade og satte ham ud af spillet i lang tid.

Et sprunget korsbånd, ødelagt menisk i begge sider og en revne i lårbensknoglen var dommen på sygehuset efter en nærmere undersøgelse.

Efter at have spillet 15 år i Vejle HK – kun afbrudt af 2 år på Flemming Efterskole og et par småskader, så håndboldfremtiden lige pludselig sort ud.

Fra dag et efter skaden, har målet for Andreas været at komme så hurtigt tilbage på banen, som det var muligt.

*"Håndbold betyder rigtig meget for mig som person, og pludselig var jeg ikke en del af holdet på samme måde som jeg plejede at være. Og selv om jeg kom for at se kampene, var det bare ikke det samme,"* siger Andreas og fortæller videre:

*"Efter operationen i februar 2019, har jeg arbejdet med fysioterapeuten i sundhedshuset i Vejle på at komme i gang igen. Man skal drive det meget selv og have en del selvdisciplin for at genoptræne. Jeg fik tilbudt 8 fysioterapeutbehandlinger, resten var op til mig i motionscentret og derhjemme med mine øvelser."*

Andreas har derfor selv lavet en aftale med Bailine om nogle strømbehandlinger på knæet for at styrke muskulaturen omkring knæet. Han syntes, at det har hjulpet rigtig godt, og har været medvirkende til, at han lige så stille har kunne starte op med håndbolden igen, og at han har kunnet gennemføre sin uddannelse som EUX anlægsstuktør til tiden - i september 2019.

*"Her til november skal jeg til kontrol på sygehuset i Kolding. Så er det 9 måneder siden jeg blev opereret, og fik sat et nyt korsbånd ind i knæet,"* fortæller Andreas og tilføjer:

*"Jeg ser her frem til, at de kan bekræfte, at jeg er så godt på vej som jeg selv fornemmer. Så er planen at være 100% tilbage på banen for Vejle HK i 2020. Jeg glæder mig til at kunne dyrke håndbolden fuldt ud igen."*

- og vi glæder os naturligvis til at se Andreas tilbage på fuld styrke. Godt kæmpet Andreas!

Vi ses i hallen.

