



Juniorlandslaget/U18-landslaget baseboll

Karin Reichel

Dags att presentera juniorlandslagets massör - Karin Reichel. Karin var med i laget redan förra året 2021 och gjorde ett fantastiskt bra jobb. Karin är massören som blev operationssjuksköterska som byggde på med utbildning till personlig tränare eller egentligen licensierad träningskonsult. Hon har en bred utbildning och erfarenhet inom olika idrotter och gruppträning. Bland annat funktionell tränare, friidrottstränare, tränare inom artistisk gymnastik, *Soma Move* instruktör, mammatränare, *Qi gong* instruktör.

Karin har utbildning inom akut omhändertagande både för vardagens strapatser och inom idrotten. Vidare har hon ett flertal fristående kurser inom anatomi och fysiologi. Under mer än 35 år har Karin varit ledare/tränare för unga som gamla. Karin har även agerat som mental coach åt ett flertal unga idrottare som satsat både på OS och VM. I över 20 år har Karin bedrivit ett eget företag där hon arbetat inom träning, kost, massage och skönhetsvård. Numera arbetar hon som lärare på Leksands gymnasium och högstadiet i Leksand där hon utbildar nya personliga tränare och massörer på BF programmet på gymnasiet samt att hon på högstadiet undervisar om allmän träning.

Karin berättar följande: "Jag har som idrottsliga meriter deltagande i artistisk gymnastik, längdskidåkning, löpning, OCR-lopp och fensimning. Men den idrott som har funnits med under flest år är fotboll som jag spelat i nästan 23 år i olika lag, bland annat i div 1. Andra idrottsliga meriter är VM och World Games deltagande samt ett NM guld i fensimning, en 47e plats bland 700 damer på Tough Viking (15km) och ett flertal motionslopp i löpning och skidåkning."

Karin berättar vidare att när hon var yngre har hon dessutom gått sommarskola i Baseboll!!! Våren 2019 och hösten 2021 var Karin även med som massör på Akademins träningsläger till Barcelona.

Förbundskapten Tony Klarberg kommenterar det faktum att Karin nu fortsätter vara med som en av ledarna för juniorlandslaget 2022.

"Jag är oerhört glad och tacksam att Karin kan och vill fortsätta vara med oss i juniorlandslaget och tillföra sin unika kompetens. Det kommer att tillföra en extra nivå till spelarnas upplevelse och erfarenhet av både läger och JEM-kval turnering. Att kunna ge snabb och kunnig support när det handlar om framförallt skador är oerhört viktigt. Att Karin också har andra kvaliteter som tillför än mer är oerhört tacksamt. Det kommer bli fantastiskt kul och bra att ha med Karin i landslaget. Vi hoppas så klart att hon blir sysslolös, men bra att ha kompetensen och supporten nära till hands."