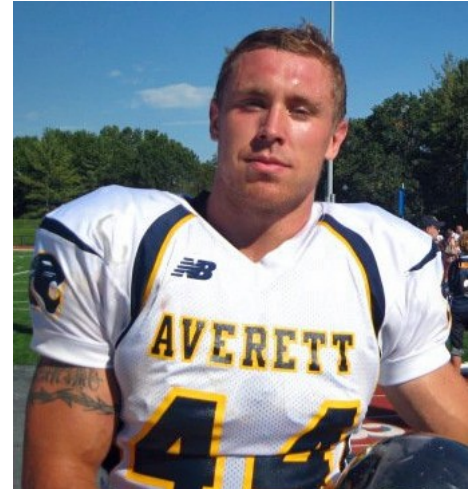


Pitkän linjan superfutari

USA:n yliopistofutiksesta paluun Suomen Vaahteraliigaan tekevä Anssi Nevalainen on nähnyt urheilijan urallaan monenlaisia erilaisia ympäristöjä. Erittäin säännöllisen ja tavoitteellisen harjoittelun johdosta loukkaantumiset eivät ole hidastaneet hänen urakehitystään yhdeksi Suomen parhaista amerikkalaisen jalkapallon pelaajista.

Nevalaisen ensimmäiset kokemukset organisoidusta urheilusta tulivat alakouluikäisenä jalkapallon ja yleisurheilun kautta. Hän kilpaili tuolloin piirimestaruustasolla lähinnä heittolajeissa. Yläkouluikäisenä hän kokeili vuoden verran kamppailulajeja, minkä jälkeen saliharjoittelu tuli osaksi Nevalaisen elämäntapaa. 14-vuotiaana vuonna 2001 hän osallistui ensimmäisiin amerikkalaisen jalkapallon lajiharjoituksiin kaverin houkuttelemana. Imatra Flashin treeneissä kontaktin ottaminen ei alussa tuntunut Nevalaisesta yhtään luonnolliselta. Nevalainen kertoo, että siihen kuitenkin tottui ja siitä muodostui yksi lajin parhaista puolista. Ensimmäisenä vuotenaan hän pelasi A-nuorten ottelussa Turkua vastaan ja sai pallon kiinni aloituspotkun palautusjoukkueen etulinjassa. Nevalainen taklattiin heti ja kovaaja tuota iskua hän pitää yhtenä kovimmista koko urallaan. Flash hävisi ottelun 0-50, mutta fiilis oli kuin voittajilla, Nevalainen muistelee.



Harjoituksissa Nevalaisen lajiharjoittelun alkuvuosina vastustajina oli vanhempia pelaajia, joiden kanssa oppiminen tapahtui nopeasti kantapään kautta. Teini-ikäisenä Sakari Pusenius toimi sekä hänen laji- että fysiikkavalmentajanaan ja tuolloin Nevalainen pääsi säännöllisen harjoittelun myötä rakentamaan hyvät pohjat myöhempää kovaa harjoittelua varten. Nevalainen ei Puseniusken mukaan jättänyt väliin yksikään harjoituksia.

Vuonna 2003 Nevalainen valittiin 19-vuotiaiden maajoukkueeseen vain 16-vuoden ikäisenä. Pelipaikka oli silloin hyökkäyksen linjassa ja PM-kisoista Norjasta suomalaiset palasivat tiukan finaalin jälkeen kultamitalit kaulassa. Into lajia kohti vain kasvoi, mutta samalla Nevalaiselle tuli halu päästä tekemään enemmän pelejä ja pelipaikaksi vaihtui tukimies. Harjoituksissa Pusenius drillasi Nevalaisen peruspelaamisen hyvään kuntoon. 2004 Moskovassa 19-vuotiaiden EM-kisoissa Nevalainen voitti koko turnauksen taklaustilaston, valittiin Suomen arvokkaimmaksi pelaajaksi sekä kisojen ykkös-all-starsiin tukimieheksi. Tuolloin Nevalaisesta tuntui ensimmäistä kertaa, että lajivalinta oli oikea ja mahdollisuuksia löytyisi ehkä jopa Suomen ulkopuolelta, kun ulkomaiset scoutit tulivat juttelemaan kisoissa. Harjoitteluinto kasvoi ja treenaamisesta tuli entistä säännöllisempää sekä lajinomaisempaa.

18-vuotiaana Nevalainen aloitti uransa Vaahteraliigassa Rajaritareiden joukkueessa ja hänet valittiin myös miesten maajoukkueeseen ja vuoden 2005 EM-kisoihin Ruotsiin. Maajoukkue toi hyvän näkemyksen lajin tasosta Euroopassa ja oman pelaamisen tasosta. Syksyllä Anssi oli mukana U19 maajoukkueen mukana voittamassa toista PM-kultaa Tukholmassa. Nevalaisella oli uran alussa hankaluuksia molempien olkapäiden kanssa. Talven aikana toinen niistä vaati tähystysleikkauksen. Kuntoutus ja systemaattinen treenaaminen onnistuivat hyvin ja seuraavana keväänä oli punttiennätykset taas rikottu ja kroppa valmiina kauteen.

Kesällä 2006 Nevalainen valittiin Tukholman EM-kisoissa 19-vuotiaiden all starsiin keskimmäisen tukimiehen paikalle. Nevalainen astui syksyllä armeijan harmaisiin Lahden urheilukouluun ensimmäisessä jenkkiputareiden lajiryhmässä. Vaikka se merkitsi vuoden pestiä valtion palveluksessa, mahdollisti se kuitenkin hyvät treenivapaat sekä säännöllisen harjoittelun tukitoimineen. Samana syksynä Nevalainen sai kutsun NFL-Europen testitilaisuuteen Saksan Kölniin. Testit sujuivat hyvin ja muutaman kuukauden kuluttua seurasi jatkoa viikonloppuleirillä Barcelonassa. Tämä leiri oli mahtava kokemus ja Nevalaisesta tuntui, että hän oli ympäristössä, jossa futis otettiin yhtä vakavasti kuin hän itse siihen suhtautui. Suomalainen tukimies pärjäsi hyvin ja sai tehtyä pelejä team-osuudessa. Seuraavana vuonna kausi alkoi huonosti, kun hän loukkasi Vaahteraliigassa polvensa laittoman blokin seurauksena. Kuntoutus vaati kolme kuukautta. NFL Europen lopettaminen johti siihen, että haave ammattilaisuudesta jäi taka-alalle.

Yliopisto-opiskelun ja hyvätasoisien urheilun yhdistäminen kiinnostivat Anssi Nevalaista siinä määrin, että osoitteeksi eri vaihtoehtojen jälkeen tuli syksyllä 2008 virginialainen Averettin yliopisto. Ensimmäinen training camp oli kokemus, jota Nevalainen ei heti unohda. Paikalla oli 170 pelaajaa, joista putosi parin ensimmäisen viikon aikana melkein 40. Kuumuus oli sietämätön ja leirillä juostiin yhtä paljon kuin Suomessa kauden aikana peleissä yhteensä. Kroppa ja ennen kaikkea pää kuitenkin onneksi kestävä ja pelaikaan tuli heti ensimmäisellä kaudella alusta alkaen. Suuri ero Suomen sarjoihin oli pelin vauhti, joka oli todella nopeaa ja tottumiseen meni melkein koko ensimmäinen kausi. Fysiikkatreeniä, kuten juoksua, punttia ja kuntopiiriä tehtiin systemaattisesti kauden jälkeen aluksi viidesti viikossa ja loppukeväästä kahdeksasta yhdeksään kertaan viikossa. Aamulla oli treenit kello kuusi ja iltapäivällä toiset, välissä ehti olla koulussa. Treeneissä oli aina valmentaja paikalla. Nevalaisen ensimmäisellä off seasonilla voimatulokset kasvoivat hyvin ja kevään lopuksi Nevalainen rikkoi rinnallevedon kouluennätyksen tuloksella 160kg. Koulun ja futiksen yhdistäminen ei ollut vaikeaa koska aikataulua ei tarvinnut tehdä itse, ainoastaan pitää huolta, että opiskeli kun ylimääräistä aikaa oli.

Toisella kaudella Anssi Nevalaisen pelipaikka vaihtui puolustuksen linjaan ja hän sai hän runsaasti pelaikaan. Hän aloitti mainiosti ensimmäisessä ottelussa ja palautti syötönkatkon 11 jaardia maalin. Nevalainen onkin ensimmäinen suomalaispelaaja USA:n yliopistosarjoissa, joka on palauttanut syötönkatkon maaliin. Hän pokkasi kauden päätteeksi Most Improved -palkinnon Averett Collegen päätösjuhlissa. Joukkueen kausi jäi silausta vaille, kun joukkue hävisi lohkonsa mestaruuden kauden viimeisessä ottelussa. Off season sujui taas hyvissä merkeissä ja Nevalainen teki yliopistonsa uuden penkkipunnerrusennätyksen 180kg keväällä 2010. Samalla Nevalainen sai nk. Ironman -palkinnon, joka oikeutti myös kapteenin paikkaan joukkueessa. Motivaatio viimeiseen kauteen oli kova ja kesä meni seuraavanlaisella aikataululla: treeneihin aamukuudelta, sitten töihin ja taas uudestaan treenaamaan. Kesän lopussa Nevalaisen kunto oli parempi kuin koskaan. 187 cm pitkä puolustaja painoi yli 112kg, voimatulokset olivat vielä kevättä paremmat ja nopeusominaisuudet kunnossa. Viimeinen kausi alkoi hyvin ja valmentaja näkivät Nevalaisen pelaamisessa selkeää kehitystä. Jalkapohjan jänteen repeämisen takia Nevalainen joutui olemaan sivussa neljä ottelua ja pari viimeistäkin meni pelatessa käytännössä yhdellä jalalla.



Nevalaisen yliopistoura on nyt takanapäin ja taskussa on tutkinto kauppatieteistä. Nevalainen on aina pitänyt oheisharjoittelusta, vaikka se on vienyt paljon aikaa. Hän ei näe jääneensä mistään paitsi. Jokainen tekee omat valintansa ja vaikka futis ei ns. herkkyyslaji olekaan, niin kyllä harjoittelusta täytyy pystyä palautumaan viikonloppuisin juhlimisen sijaan. Suomeen hän saapuu hyvillä mielin ja vähentämättä harjoitteluaan yhtään vaikka tase tuleekin olemaan erilainen. 24-vuotias Anssi Nevalainen näkee, että on pelaajana nuori ja kehitystä pelaajana voi tulla vielä tulevina vuosina. Tuleva kausi Suomessa näyttää miten kehitystä on tapahtunut viimeisen kolmen vuoden aikana ja intoa kauteen riittää ihan samalla tavalla kuin aina ennenkin, kun Vaahteraliiga alkaa Helsinki Wolverinesin riveissä.