

Bagsværd/Søborg Bladet

Lokal roer til OL

Henriette Engel Hansen fra den lokale klub, Kano- og kajakklubben 361, skal til OL.

Af *Tim S.L. Houman*.

Onsdag den 2. juli 2008, 10:06

- De første gange jeg sad i en kapkajak, kunne jeg dårligt komme væk fra broen uden at falde i.

Sådan var scenariet for seks år siden for den nu 26-årige Henriette Engel Hansen, da hun begyndte at ro kajak. Siden har hun vundet et verdensmesterskab på marathon-distancen, og til august skal hun til OL i Beijing.

- Der er også flere, der har sagt til mig, at jeg er en ud af 100.000 eller endnu flere, der har kunnet gøre det. Men jeg har egentlig aldrig selv tænkt så meget over, at det er gået så stærkt, fortæller hun.

Hun forsøger at forklare, hvordan den hurtige udvikling har kunnet lade sig gøre.

- Jeg er god til at presse mig selv fysisk, og jeg må også have et eller andet talent.

I starten var det egentlig med adventure races, hvor man kombinerer to eller flere discipliner, i tankerne, at Henriette Engel Hansen satte sig i kajakken. Hun havde prøvet at klatre og køre mountainbike før, så nu ville hun lære at ro kajak.

Have hovedet med

- Jeg glæder mig til OL og håber på at komme i en A-finale. Allerhelst vil jeg i top seks. Men jeg vil i første omgang fokusere på at komme i finalen, så må vi se, hvad der sker. Jeg skal have hovedet med og sørger for, at nerverne ikke tager styringen. Det har før hæmmet mig, hvis jeg var for nervøs, fortæller hun.

Men OL er mere end bare det sportslige. De danske udøvere er blandt andet blevet trænet i pressehåndtering.

- Forberedelserne har taget mere af min tid, end jeg havde troet. Det er nærmest som et fuldtidsarbejde, men det er en del af gamet, forklarer Henriette Engel Hansen.



OL betyder også specielle visuelle regler. For eksempel må der kun være et bestemt antal logoer på pagajen, og de må ikke være for store, så Henriette Engel Hansen skal have ny pagaj. (Foto: Kenn Thomsen)

RELATEREDE ARTIKLER

 [Flotte resultater til roerne](#)



- Jeg nåede ikke rigtig at træne mere. Det hele gik så stærkt, og jeg skulle svare telefoner og sende sms'er, forklarer Henriette Engel Hansen om den træning, hvor hun fik besked om OL-udtagelsen. (Foto: Kenn Thomsen)

En underlig periode

Også i Beijing vil der ske meget omkring sportsfolkene.

- Jeg må forsøge at sige til mig selv, at jeg skal ud og lave en god præstation og ikke lade mig påvirke af alt det, der er udenom, for OL er jo også fest og farver med receptioner og så videre. Men jeg skal fokusere på, hvad det drejer sig om, siger hun.

Hun kvalificerede sig til OL gennem en førsteplads i B-finalen ved EM. Det svarer til en samlet 10. plads. Under EM kom der meldinger fra det internationale forbund, International Canoe Federation, om, at det ikke var nok til OL-kvalifikation i modstrid til tidligere meldinger.

- Det var en underlig periode. Det drejede sig om at turde tro på det, og så alligevel ikke, for der var en reel risiko for, at jeg ikke var kvalificeret, forklarer hun.



- Det er min plan at fortsætte til 2012, hvor der er OL i London. Men jeg bliver kun ved, så længe jeg synes, at det er sjovt. Hvis jeg i 2010 ikke har lysten og gejsten, så får jeg ikke meget ud af at ro to år mere. Jeg tror ikke, at jeg kan rykke mig, hvis jeg ikke har lysten. (Foto: Kenn Thomsen)

Den 2. juni kom den endelige besked. Flybillet og startnummer var sikret.

Vil genvinde VM

Men der kommer også en tid efter OL.

- Det kan godt komme til at føles tomt efter OL, for alt har i de sidste to år været forberedelse til OL, forklarer kajakraeren.

Blandt andet derfor vil hun forsøge at genvinde sit verdensmesterskab med Anne Lolk på marathon-distancen i september, så der også er noget at se frem til efter Beijing.

FAKTA

Henriette Engel Hansen fra den lokale klub, Kano- og kajakklubben 361, skal ro enerkajak på 500 meter-distancen ved OL. Da hun og Anne Lolk blev verdensmestre var det på den væsentligt længere marathon-distance, som typisk ligger omkring 28,8 kilometer for kvindernes vedkommende.

Henriette Engel Hansen var fra onsdag den 25. til mandag den 30. juni til World Cup-stævne i Poznan, Polen. Fra 14. til 24. juli er et træningsophold i Sverige på programmet, og turen går til Kina den 4. august. OL-konkurrencen er fra den 18. til 24. august.

Hun træner op imod 25 timer om ugen. I nogen perioder er det syv dage om ugen, andre perioder seks dage om ugen. Samtidig er

der træning to til tre gange om dagen.

Hun færdiggjorde sin uddannelse som cand.polit på Københavns Universitet i april, og efter OL vil hun have et job på 20 til 25 timer. Jobbet må ikke være for langt fra Bagsværd Sø, for der skal fortsat være mulighed for at træne.