



Pigerne er blevet enige om kursen

For et år siden havde ingen regnet med, at fire af Danmarks bedste kvindelige kajakroere skulle ro i samme båd. De fire var nemlig absolut ikke perleveninder, men deres resultater hver for sig var så gode, at Dansk Kano- og Kajakforbund fik pigerne overtalt til i det mindste at forsøge at ro sammen i en firer-kajak - en såkaldt K4. Pigerne tog fat i samlet flok og kvalificerede sig til OL.

- Vi var jo konkurrenter hver for sig, og vi kunne mildt sagt ikke udstå synet af hinanden. Men nu har det vist sig, at vi fungerer sammen, og vi er faktisk blevet venner nu, fortæller den yngste i firer-kajakken, 19-årige Birgitte Froberg fra Horsens Kajakklub.

Siden de fire - det er foruden Birgitte Froberg 28-årige Susanne Pe-

båd sidste år, har de set virkelig meget til hinanden. I år hver weekend, når de har trænet sammen på Bagsværd Sø.

- Og det er i grunden spændende, hvordan man pludselig kommer hinanden ved. Når vi er sammen til træning eller til konkurrencer deler Susanne og jeg varelse. Og selv om der er en aldersforskel på ni år kan vi sagtens få tiden til at gå med at »snakke kajak«, fortæller Birgitte Froberg.

Roen på Bygholm Sø

Birgitte Froberg er klart den bedste kvindelige kajakroer i Horsens Kajakklub. Så hun træner for det meste alene - det får hun mest ud af.

Og for den 19-årige sparekasse-elev i DK Sparekassen i Horsens

kvarter i seks for at træne halvanden time på Bygholm Sø ved Horsens. Og efter arbejde har hun så igen hen på eftermiddagen taget yderligere halvanden time på søen.

- Bygholm sø er to en halv kilometer lang, og jeg når at ro søen rundt tre gange under træningen, så jeg er nok en af de roere, som kender søen allerbedst. Nogle mener, det er skørt at ro alene rundt på den samme sø dag efter dag, men jeg kunne slet ikke undvære den dejlige ro på søen. Og så må man tænke på, at jeg er meget koncentreret under træningen. Jeg har et program, som skal roes igennem, og så er der ikke tid til at tænke på ret meget andet, siger Birgitte Froberg, som har dyb respekt for farerne ved at ro i kajak.

- Det kan være svært at holde balancen - især i starten af sæsonen.

sluppet søen. Det var en forskrækkelse og en påmindelse om at passe ekstra på, for det er livsfarligt at falde i så koldt vand.

Træning og atter træning

Birgitte Froberg sad første gang i en kajak for fem år siden, og hun viste meget hurtigt det rette talent. I løbet af kort tid roede hun fra alle de øvrige juniorroere i Danmark. Senest har hun nået flere virkelig flotte resultater sammen med de øvrige i OL-K4eren.

- Da jeg begyndte at ro kajak, havde jeg været konkurrencesvømmer i flere år. Jeg var vant til at træne hårdt og kunne faktisk slet ikke fungere uden daglig træning. Så min form var god og mine kræfter stærke, da jeg første gang satte mig

I dag har Birgitte alle muligheder for at træne helt rigtigt.

- Vi OL-roere bliver blandt andet testet med jævne mellemrum på Rigshospitalet i København. Her har man en »kajakmaskine«, og mens man anstrænger sig i den, bliver iltoptagelsen målt. Vi ånder simpelthen ud i en stor plasticsæk, og så kan man måle vores iltforbrug. Samtidig får vi taget blodprøver under forskellige belastninger. På den måde kan man nøjagtigt se, om vores form er gået frem eller tilbage. Og vi kan få at vide ved hvilken puls, vi får mest ud af træningen. Det er meget videnskabeligt, men det virker godt på mig. Prøverne er som en slags gulerod. For den afslører, om din form er blevet ringere. Og jeg vil bare være bedre og bedre hele tiden

roere, som ikke alle er helt »rene«. Pigerne i den bulgarske firer-kajak har for eksempel meget dybe stemmer og virker meget mandige. De er helt sikkert »pumpet« med en eller anden form for doping.

Medaljerne er langt væk

Den høje Horsens-roer med det lange blonde hår har ingen planer om, at hendes foreløbige lynkarriere allerede nu skal krones med en OL-medalje.

- Vi giver os 100 procent i firer-kajakken. Ja, jeg har oplevet, at det har sortnet for mine øjne de sidste 100 meter af de 500 meter, vi roer. Alligevel er vi ikke gode nok til at kunne true de tre bedste nationer i K4eren, DDR, Ungarn og Sovjet. Men vi har lige så store muligheder