

Andreas Holms fascination af grønlandske rul i kajakken handler langt hen ad vejen om kropskontrol og at udfordre sit legeme.



Andreas Holm dyrker en lang række idrætsgrene som barfodsløb og mountainbike, han surfer og kører på skateboard og ror kajak. I den lange glasfiberkajak kan han komme helt tæt på naturen på en anden måde end ellers.

■ Du kan komme ind nogle steder, som du slet ikke kan med en båd. Skroget på en kajak stikker ikke dybere end måske ti centimeter, så du kan liste ind mellem sivene og opleve et andet fugleliv for eksempel. Du kan komme meget tæt på naturen udefra.

Andreas Holm, kajakroer

svenske elve. Men da hans yngste datter for 10-12 år siden fik mononukleose, populært kaldet kysesyge, fik kajakinteressen for alvor medvind.

- Hun lå og stirrede op i loftet i tre uger og kunne ikke ret meget. Men hun skulle lidt i gang, så vi meldte os ind i kajakklubben. Hun sad i en toerkajak, og jeg roede med hende, og på den måde kom jeg ind i kajakverdenen, fortæller Andreas Holm.

Han er vant til havets luner, for som ung brugte han oceaner af tid som windsurfer, men da først han blev far, blev tiden for knap til det. Lysten til konstant at udfordre sig selv er dog langt fra forduftet, og kajakken giver samtidig nogle store naturoplevelser.

- Du kan komme ind nogle steder, som du slet ikke kan med en båd. Skroget på en kajak stikker ikke dybere end måske ti centimeter, så du kan liste ind mellem sivene og opleve et andet fugleliv for eksempel. Du kan komme meget tæt på naturen udefra, siger han.

### Fanger-rul som sport

De seneste fem-seks år er det især den niche af kajaksporten, der handler om grønlandske rul, Andreas Holm har brugt sin energi på. En niche, der oprindeligt var en serie redningsøvelser for grønlandske fangere.

- Den grønlandske fanger kan sidde med sin harpun i kajakken ved havblik og pludselig blive overrumplet af en kæmpe bølge udløst af for eksempel en kælvende gletcher og blive skyllet overbord. Han kan ikke, som herhjemme, trække sig ud af kajakken og lave makkerredning eller selvredning. Vandet er simpelthen for koldt, så han skal kunne lave forskellige typer rul, også hvis han har mistet pagajen, fortæller Andreas Holm.

Han viser en liste over 35 forskellige typer rul. En lille del af dem er relevante for de grønlandske fangere, mens resten er kommet til som konkurrencerul.

Tre gange har Andreas Holm deltaget i DM, og i 2012 blev han nummer to i rulle-konkurrencen. Siden har han ikke været med.

- Jeg vil ikke stille op igen med de samme rul. Der skal ske en udvikling. Komme et nyt rul til. De andre siger godt nok, at jeg er lidt en snobbe-røv, fordi jeg ikke vil stille op, før jeg kan alle rullene. Der er det rul, der hedder Straight Jacket; spændetrøjen. Det er der ingen, der kan, men jeg troede, at jeg kunne lære det på et års tid. Det kræver meget stor smidighed i kroppen og nærmest et piskesmæld i nakken.

Andreas Holms ryg er rank som var den støbt i en form.

Fortsættes næste side »



## DOK:

### Blå bog

**Andreas Holm**, 50, er vokset op i hjertet af København.

**Kom til Sydfyn**, fordi han fik læreplads som bådebygger hos Ring-Andersen i Svendborg. Siden har han været 18 år hos Bent Hartvig Nielsen i Rudkøbing.

**Han driver sit eget** firma med kurser i rulleteknik og salg af pagajer, som han selv laver i SFC-certificeret træ.

**Gift** med Karin Bakke Jensen. **Sammen** har de to døtre på 22 og 24 år.

**Kajakinteressen** blev han fanget af for 10-12 år siden. Omkring halvdelen af den tid har han dyrket de grønlandske rul.

**Vandt DM-guld** i teknik-disciplinen i master-klassen for deltagere over 35 år i 2011 og sølv ved DM i rul i 2012.

Krusningerne på vandet ud for Troense Kajakklub får den lette kajak til at duve i overfladen. Andreas Holm sidder overskrævs på den ene ende af kajakken og trækker vejret dybt og fokuseret. Langsomt ruller han overkroppen frem, sætter hovedet i sædet og begynder at løfte benene.

Roligt og visuelt ubesværet stiger et sæt ben i våddragt op over havoverfladen. De hviler et øjeblik i luften, inden Andreas Holm langsomt kontrollerer sin krop tilbage til udgangspositionen overskrævs på kajakken.

På intet tidspunkt har de 22 kilo glasfiberkajak forladt deres let duvende position. På intet tidspunkt har Andreas Holm været i nærheden af at falde i vandet. På intet tidspunkt har den vanvittige øvelse i balance og kropskontrol - at stå på hovedet i en kajak på vandet - set svær ud for den 50-årige kajakroer.

Deri ligger perfektionen.

Mestringen af sin egen krop i samarbejde med kajakken.

- Det handler nok om at udfordre sit legeme, sin krop. Hvad kan bevægeapparatet? Og hvad kan det sammen med et fem meter langt og stift glasfiberapparat? Det er nok derfor, jeg er inde over så mange idrætsgrene, for hvad kan jeg med tennis? Hvad kan jeg med slagline? Med mountainbiken, surfbrættet, skateboardet og barfodsløbet, spørger Andreas Holm sig selv.

Som uddannet bådebygger har han været vant til udeliv, og han har også været på de klassiske kanoture på Gudenåen og de