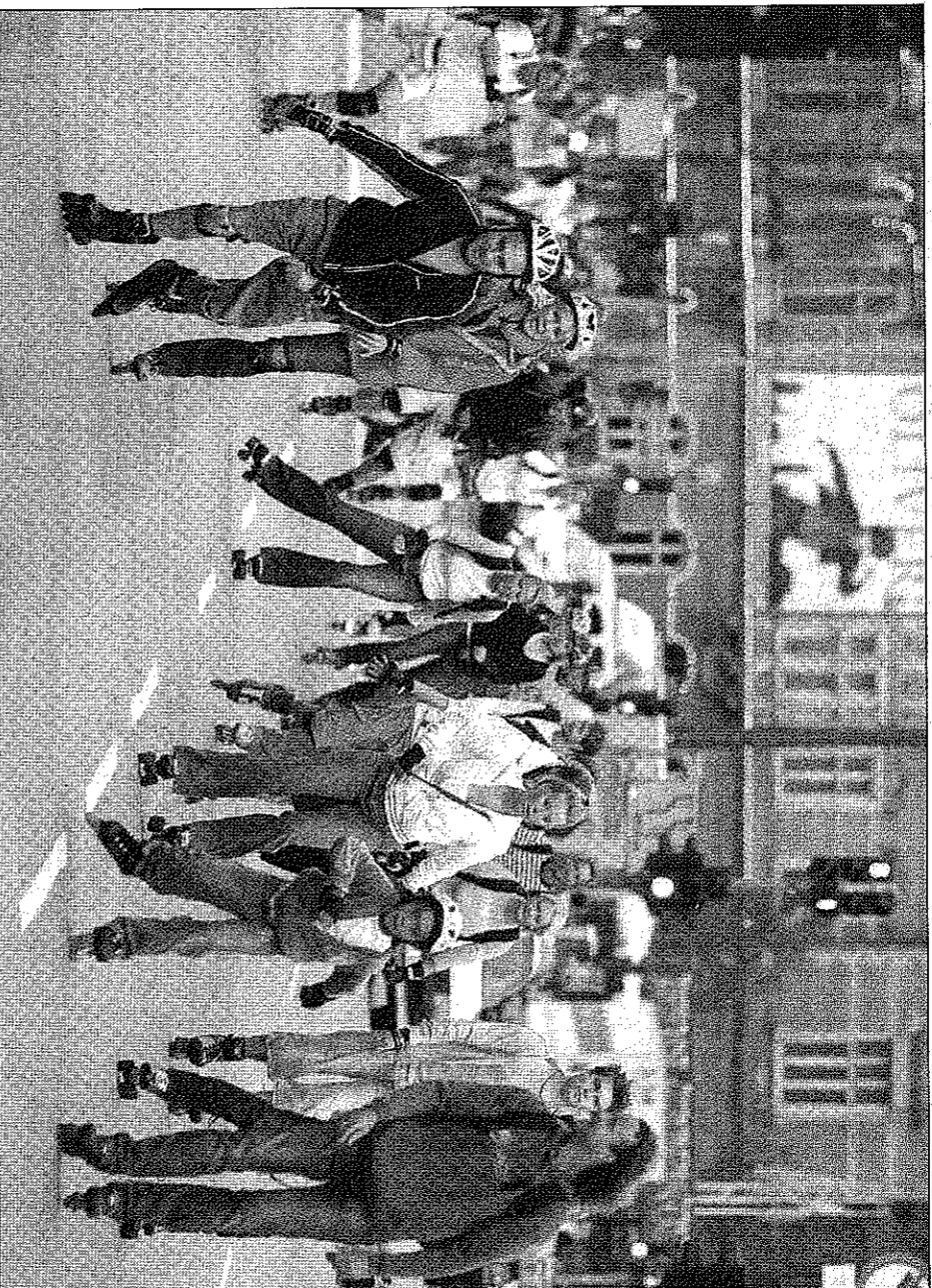


# Rulleskøjterne indtager byen

Hver anden fredag i sommermånederne indtager hundredevis af rulleskøjteløberne Københavns gader, når der afvikles Friday Night Skate



Rulleskøjteløb i Københavns gader er for hele familien, og Friday Night Skate gennemføres hver anden fredag sommeren igennem. Arkivfoto: Mogens Flindt/Scanpix

## BørsenFakta Friday Night Skate 2009

- Skøjteløberne mødes på Solbjerg Plads ved Frederiksberg, og der køres forskellige ruter hver gang. Distancen er omkring 20 kilometer, og der køres med ca. 15 kilometer i timen.
- Der køres den:
  - 5. og 19. juni
  - 3., 10. og 24. juli
  - 7. og 21. august
  - 4. og 11. september

## ■ Sommermotion

TANIA HALL

Det er forbudt at rulle hen over cykelstier og veje på skøjter, men hver anden fredag i sommermånederne ser Københavns politi stort på lovgivningen, når de sammen med »Flying Nurses« og »Blockers« eskorterer hober af skatere gennem brændpunkterne i de københavnske gader.

Friday Night Skate hedder fænomenet, hvis skabelses-

historie skal findes i San Francisco, hvor Whittier Narrow Jordskælvet i 1987 gjorde de store indfaldsveje ufremkommelige for biler. Skaterne indtog motorvejene, som hver aften blev fyldt til bristepunktet med hængende skøjteløbere, der nyttede den spældne mulighed for at rulle uhindret. Da vejene blev genopbyggede, besluttede skaterne sig for at mødes hver fredag, og siden har »Friday Night Skate« spredt sig til alverdens storbyer.

menet til sig, og for tredje år i træk samles landets rulleskøjteløbere hver anden fredag ved Solbjerg Plads på Frederiksberg for at opleve Københavns gader på fire hjul. Friday Night Skate blev sidste år kåret til at være byens bedste motionsform, og arrangementet har opnået stor succes.

## Fællesskab i folket

»Vi oplever stigende interesse, og det er ikke ualmindeligt, at der kommer 400-500 deltagere,« siger Sune

Jensen, som er arrangør af Friday Night Skate. Skating er en subkultur, og det er da også undergrunden, som har drevet Friday Night Skate frem. Arrangementet får ingen økonomisk støtte, og budskabet om at mødes hver fredag bliver båret af mund til mund metoden, men noget tyder på, Hermes vinget er intakte: Sune Jensen oplyser, at han løbende kontaktes af turister, der bruger Friday Night Skate som omdrejningspunkt, når de aflegger København et visit.

Jensen, som er arrangør af Friday Night Skate er ikke en konkurrence, men en begivenhed, der har fællesskabet i fokus. Fellet løber hele ruten samlet (15-20 kilometer), og der køres med en hastighed, så alle kan være med. »Friday Night Skate giver en mulighed for at få brugt rummet på en anden måde, og derfor tiltrekker vi alle typer af deltagere. Arrangementet er ikke forbudt eller kaldes Friday Night Skate for »en bred kulturvent«, hvor hele familier kan deltage sammen. De yngste deltagere er otte år og de ældste

op mod 65-70 år. Ifølge statistikker kommer 20 pct. af deltagerne langvejsfra for at opleve de københavnske gader på fire hjul. Sune Jensen fortæller, at der har været stor efterspørgsel på at udbrede fænomenet til andre storbyer, og det er ikke utænkeligt, at det vil ske i fremtiden.

»Det kræver et godt vejnet, hvis man skal lave varierende ruter, men vi overvejer at udbrede fænomenet til Jylland, hvor det kunne skifte fra by til by,« siger Sune Jensen.

## Kommunerne vil forbedre forholdene for rulleskøjteløberne

AFTANIA HALL

Skating er miljøvenligt og sundhedsfremmende, men ikke desto mindre oplever det rullende segment ikke megen goodwill i lovgivningen, idet det er forbudt at rulle hen over veje og cykelstier på fire hjul. Sune Jensen, som er arrangør af Friday Night Skate fortæller, at initiativet til arrangementet blandt andet blev taget for at skabe opmærksomhed omkring rulleskøjteløbere i byen. Som skater oplever Sune Jensen at være »jaget vildt«.

»Som rulleskøjteløber er man lovmæssigt henvist til fortovene, men der er man til gene for fodgængerne, og i øvrigt er det farligt, da de ofte er ujævne. På cykelstier og veje kommer man ofte i kollision med bilister eller cyklister,« siger Sune Jensen.

Københavns Kommune sætter på at København skal være »en grøn, bæredygtig by«, og spørgsmålet er da, om man i den forbindelse indtænker et rullende segment?

## Bane for speedskatere

»Vi har fokus på at indtænke muligheden for at bevæge sig i det offentlige rum, og vi er p.t. i gang med at konstruere 30 kilometer grønne cykelruter, som er både for cyklister og fodgængerne,« siger Klaus Bondam (R), som er teknik- og miljøborgmester i Københavns Kommune. På de grønne cykelruter kan skatere frit rulle, da de er sidestillede med fodgængerne. Derudover åbner Plug N' Play i Ørestaden til august, og her vil der være en bane for speedskatere. Derudover nævner Klaus Bondam Amager Strandpark, som et godt terræn

for skatere, og han opfordrer i øvrigt cyklisterne og bilisterne »til at vise respekt til det rullende segment.«

I Århus kommune har man netop indgået en politisk aftale på sports- og fritidsområdet, som giver 1,7 millioner kroner til street-sport, hvor rulleskøjteløbere indgår.

»Penge skal sikre, at vi skaber nogle byrum, som inspirerer borgere til at bevæge sig,« siger Jacob Bundsgaard Johansen (S), som er rådmand for kultur og borgerservice i Århus Kommune. Penge skal blandt andet gå til grønne cykelstier.

Derudover har man afsat 17 millioner kroner til en tænketank, der blandt andet skal afklare, hvordan foreningslivet kan udvikles, så det kommer til at indgå i bedre synergi med streetsport kulturen.

## Rulleskøjteløb giver baller af stål

AFTANIA HALL

Hvis man ønsker at flashe sig i sommerens sol iført »baller af stål«, så er rulleskøjter lige sagen!

»Rulleskøjteløb er specifik træning for ballerne, og desuden styrkes forlår og lænd,« siger Thue Kvornning, som er human fysilog og ph.d. ved Syddansk Universitet. Træningsmæssigt kan man placere rulleskøjteløb et sted mellem cykling og løb, i det man typisk vil forbrænde mere energi på fire hjul, end på en cykel, men lidt mindre, end hvis man vælger løbeskoene. Ifølge Fagforum for Børne-fysioterapi er et stigende antal danske børn motorisk svage, hvilket er behæftet med alvorlige konsekvenser. Ifølge Thue Kvornning kan hyppige ture på rulleskøjterne afhjælpe en dårlig motorik for såvel børn som voksne.

Træning på rulleskøjter indeholder både motorik og balance, og det er stimulerende og meget positivt. Løbetræning skaber et pres på knoppen, og derfor er det ikke hensigtsmæssigt at løbe hver dag, og her er det godt at bruge skøjterne som supplement.

»Rulleskøjteløb er ikke excentrisk som løb (musklen arbejder her under forlængelse, også kaldet negativ træning, red.), og derfor er det mere skånsomt for knoppen,« siger Thue Kvornning, og tilføjer, at man ser »en helt ekstrem muskulatur« hos eliten inden for speedskating.