

Håndbold-mor og power-walker

BYRÅDET: Rikke Hedegaards fritid går med at sætte turbo under fodsølerne og Volbeat i ørerne. Når hun altså ikke er aktiv håndboldmor for sine børn.

Af Ulla Jensen

RINGSTED: Rikke Hedegaard har en hverdag, der på alle områder er tilpasset hendes to børn, tvillingerne Mikkel og Simone på 13 år. Hun er fraskilt og bor i dag i Ringsted, men samarbejder tæt sammen med børnenes far om at tilrettelægge en hverdag, hvor børnene bor en uge hvert sted.

I de uger, hvor hun »har børn«, er hun 100 procent støtteperson for deres store fritidsinteresse, håndbold.

- I øjeblikket holder min datter et års pause, fordi det har vist sig, at hun har en sjælden hofteledelse, så lige nu er det kun Mikkel, jeg er af sted med. Han træner i TMS U14 minimum tre gange om ugen plus kampe i weekenden, fortæller Rikke Hedegaard.

Skraber penge sammen

Det bliver hurtigt en livsstil at agere chauffør, når børnene skal til træning i aften-timerne og til kampe i weekenden. Det er nemlig en rar måde at være sammen med dem på. Men Rikke Hede-



Rikke Hedegaard bruger en stor del af sin fritid sammen med tvillingerne Mikkel og Simone og især deres interesse for håndbold.

Foto: Anders Ole Olsen

BLÅ BOG

- Rikke Hedegaard, 38 år.
- Født og opvokset i Ringsted. Har boet i Mulstrup i otte år og bor nu i Ringsted.
- Nyvalgt medlem af byrådet for Venstre.
- Måtte opgive tjeneruddannelsen pga. dårlige knæ. Tog derefter en kontoruddannelse og siden en læreruddannelse, som hun afsluttede i 2007. Arbejder i dag som lærer på Campusskolen. Har tidligere arbejdet som bartender på beværtninger i Ringsted.
- Fraskilt og bor sammen med sine to børn, Mikkel og Simone, begge 13 år.

gaard deltager også i aktiviteter, der skraber penge sammen til klubben, og giver en hjælpende hånd, når der ellers er behov for det.

For nylig deltog TMS som personale ved Danish DJ Award, hvor Rikke Hedegaard arbejdede som barchef i 18 timer.

- Det var hårdt, mens det stod på, men jeg er nok typen, der ikke kan sige nej, smiler den 38-årige kvinde.

Samtidig er hun selv glad for håndbold. Ikke som udøver, men som betragter:

- Jeg elsker håndbold og følger med i kampene på tv.

Power-walking afstresser

Selv om børnenes aktiviteter fylder meget, er hun ved at indse, at hun er undværlig, måske i stigende grad, de kommende år:

- Jeg tror, den tid er ved at begynde, og jeg tager da heller ikke med på TMS' årlige tur til Lund. Den skal de have for sig selv.

Rikke Hedegaard dyrker selv motion. Hun opgav at løbe på grund af dårlige

knæ. Men efter 14 dages prøvetid med power-walking, var hun bidt af det, blandt andet fordi, hun ikke er afhængig af faste tidspunkter.

Bortset fra den seneste måned, hvor hun har haft travlt med kommunalvalget og ekstra skolearbejde, power-walker hun mellem fem og seks dage om ugen - somme tider to gange om dagen.

Volbeat og scrapping

- Det er sååå skønt. Det får pulsen op. Jeg tager musik som Volbeat og Kings of Leon i ørerne. Det passer til mit tempo og jeg går en fast rute, ned ad Korsevænget, et stykke ud ad Sorøvej og tilbage igen.

- Man stresser helt af og får meget mere energi. Jeg kan godt mærke, jeg har manglet noget den sidste måned.

Rikke Hedegaard har også

» Man stresser helt af og får meget mere energi. Jeg kan godt mærke, jeg har manglet noget den sidste måned.

Rikke Hedegaard

3 SKÆVE

Mit bedste barndomsminde?

Jeg har haft en fantastisk barndom og kan et ikke pille et enkelt minde ud. Vi havde et stort sammenhold i familien. Hos min farmor og farfar i Horsens var vi 22 mennesker samlet, og vi spiste og hyggede os med hinanden. Min farmor og farfar inviterede os endda til Tyrkiet allesammen. Her i Ringsted, hvor min morfar var bademester, var jeg i svømmehallen altid, eller jeg var ovre og spille kort med min mormor. Jeg havde og har et meget tæt forhold til min familie.

Min værste vane?

Det er, at jeg ryger! Og drikker cola! Jeg ville gerne stoppe med at ryge, for det er en dum ting. Colaen slipper jeg nok ikke af med. Men jeg kan også godt lide at ryge, og som tingene er lige nu, bliver rygestop nok ikke mit nytårsfortsæt.

Mit største ønske for 2014?

Det handler igen om mine børn. Min datter drømmer om at komme på den internationale linje på Campusskolen, og min søn vil gerne på det nye sportsakademi. Men jeg håber også, det lykkes at få noget godt ud af folkeskolereformen, som jeg ellers ikke er den store tilhænger af.



Rikke Hedegaard bryder sig ikke om at sidde stille for længe ad gangen og får ny energi af at powerwalke.

kunne være kreativ. Det var en nabo, der fik mig til det. Men det er en dyr hobby, og når man først får taget alt det frem, der skal bruges, er man nødt til at være i gang de næste 14 dage, griner hun.