

# DM i ukendt idrætsgren som alle i virkeligheden kender

Ny sportsgren sammensat af bordtennis, badminton, squash og tennis vokser støt. Nu afvikles DM i Aarhus.



I efterårsferien afvikles i Aarhus DM-mangekamp i ketsjersport - også kaldet racketlon. Fotos: Ritzau/AP

**A A**



**MIKKEL HEMMER-HANSEN**

De færreste har hørt om sporten racketlon, men alligevel kender alle den, når de får den uddybet.

Racketlon er en mangekamp sammensat af fire velkendte sportsgrene. Det er ikke svømning, cykling og løb, som man kender fra ironman, men i stedet bordtennis, badminton, squash og tennis.

I den sidste weekend i efterårsferien lægger Skovbakken borde, net, vægge og baner til DM i racketlon.

---

*Det sværeste er i virkeligheden det mentale spil. At holde sig fokuseret, selvom man får en røvfuld. Det er ikke sikkert, at man taber den samlede kamp, selvom man bliver knust i squash.*

*Mads Bojsen, der er idrætskonsulent ved DGI*

---

Der er tale om en støt voksende idrætsgren på verdensplan.

»Det er en sportsgren, der så dagens lys i Finland og Sverige i 80'erne, og den er vokset siden, også herhjemme. I 2007 var der én dansker med til VM, i år havde vi omkring 25 af sted. Der afvikles internationale turneringer, og der har været DM fast siden 2013.« siger Mads Bojsen, der er idrætskonsulent ved DGI, som i samarbejde med forbundet Racketlon Danmark er arrangør af det kommende DM.

Der dystes i forskellige alderskategorier både for juniorer, veteraner, kvinder og mænd, og både i double og single.

## **Racketlon**

Mangekamp i ketsjersport:

En kamp består af fire sæt i alt. 1 sæt bordtennis, 1 sæt badminton, 1 sæt squash og 1 sæt tennis. Altid i denne rækkefølge. Der spilles til 21 point med runningscore, og hver spiller har to server ad gangen. Den samlede vinder af kampen er den, som har fået flest point i alt.

DM 2018 afvikles 20. og 21. oktober i Skovbakken.

En kamp består af fire sæt i alt i bordtennis, badminton, squash og tennis. Der spilles til 21 point i alle fire sportsgrene med runningscore, og hver spiller har to server ad gangen. Den samlede vinder af kampen er den, som har fået flest point i de fire sportsgrene.

---

*Klubber i Danmark med racketlon på programmet:*

*Bagsværd Tennisklub*

*Holbæk Racketlon Klub*

*Rudersdal Racketlon*

*Vejen Racketlon Klub*

*Furesø Racketlon*

---

## **Lidt af det hele**

Fælles for det hele er dog, at én match består af fire sæt og rækkefølgen er altid den samme: Bordtennis, badminton, squash og tennis. Huskereglen er simpel: Man begynder med den mindste slagflade og bevæger sig opad for hver sportsgren.

---

*»Fascinationen ligger i, at man får lidt af det hele. Der er både gode allroundspillere, der får dækket et motionsbehov, og synes det hele er skægt. Andre deltagere er tidligere eliteudøvere i én disciplin, som måske har mistet gejsten og motivationen til kun at fokusere på en ting, eller som har rundet de 30 år og har svært ved længere at leve op til træningsmængden,« siger Mads Bojsen.*

---

Der spilles ét sæt til 21 i alle fire sportsgrene med runningscore, og hver spiller har to server ad gangen. Den samlede vinder er den, som samlet har fået flest point i de fire sportsgrene.

## Alle point tæller

---

*»Det betyder at alle point tæller, og det er en enorm motivationsfaktor. Det kan godt være, at der er niveauforskel i eksempelvis tennis, men man kan måske stadig sikre sig nogle point. Alle har sine favoritdiscipliner, hvor det gælder om at vinde stort, mens det i de øvrige, handler om at få skrabet bare nogle enkelte point til sig. Det giver også et pres på de dygtige, som ikke må lave fejl, men stadigvæk skal lægge så stort et tryk i duellerne, at man kan vinde dem,« siger Mads Bojsen, der selv dyrker racketlon.*

---

Sporten dyrkes både på motions- og eliteplan, og man kan stille op både i single og i double. De bedste i verden kan deltage på en World Tour med turneringer i en række europæiske lande, samt en enkelt i USA.

Danskere klarer sig relativt godt internationalt, og i øjeblikket er der tre danskere på top 10 på herrernes verdensrangliste.

*Hvad er den sværeste disciplin at klare sig i?*

*»Det er relativt. I en international sammenhæng er vi i Danmark meget dygtige til badminton, mens englænderne ofte giver os baghjul i squash. I Sverige er de som regel stærke og har tradition for bordtennis og tennis,« siger Mads Bojsen.*

Han maner, at sammensætningen af de fire sportsgrene giver en ekstra psykologisk dimension.

---

*»Det sværeste er i virkeligheden det mentale spil. At holde sig fokuseret, selvom man får en røvfuld. Det er ikke sikkert, at man taber den samlede kamp, selvom man bliver knust i squash. Det kræver også mental styrke at være den bedste i en disciplin. Pointsystemet gør, at man bliver nødt til at spille lidt anderledes. Man kan ikke sløse point væk, selvom man fører stort. Det ville man kunne tillade sig i en almindelig kamp,« siger Mads Bojsen.*

---