

**Ballerup Bladet**dit lokale omdrejningspunkt  
hver onsdag**CLAUS DAHL**  
SalgschefTLF. 23 31 81 80  
claus.dahl@sn.dk**ALAN KLESTRUP**  
MediekonsulentTLF. 21 19 28 01  
alan.klestrup@sn.dk**WINNIE SØRENSEN**  
MediekonsulentTLF. 23 23 28 80  
winnie.sorensen@sn.dk**ULRICH WOLF**  
RedaktørTLF. 22 64 80 18  
ulrich.wolf@sn.dk**MIA LUNDHOLM**  
JournalistTLF. 71 90 07 52  
mia.lundholm@sn.dk**KAJ BONNE**  
Fotograf

www.kajbonne.myportfolio.com

**METTE HVIID TOGSVERD**  
Markedsdirektør  
mette.hviid.togsverd@sn.dk**BENTE JOHANNESSEN**  
Ansvarshavende redaktør  
bente.johannessen@sn.dk**ÅBNINGSTIDER:**  
Hverdage kl. 10-14**UDGIVER:**  
Sjællandske Medier A/S**TRYK:**  
Dansk AvisTryk A/S  
Certificeret FSC trykkeri**OPLAG IFLG.  
DANSKE MEDIER:**  
35.727**ANNONCE DEADLINE:**  
**Korrekturannoncer**  
fredag kl. 14  
[www.LavSelvAnnoncer.dk](http://www.LavSelvAnnoncer.dk)  
mandag kl. 10  
**Øvrige annoncer**  
mandag kl. 12  
[bb.salg@sn.dk](mailto:bb.salg@sn.dk)**REDAKTIONEL DEADLINE:**  
Torsdag kl. 9  
[bb.red@sn.dk](mailto:bb.red@sn.dk)**DISTRIBUTION:**  
FK Distribution**SVIGTER LEVERINGEN:**  
Ring 7010 4000  
[kvalitetost@fk.dk](mailto:kvalitetost@fk.dk)**MEDLEM AF:**  
De Lokale Ugeaviser  
Danske Mediers Oplagskontrol**TILMELDT:**  
PressenævnetCentrumgaden 2A  
2750 Ballerup  
Tlf. 44 60 03 30  
[Ballerupbladet.dk](http://Ballerupbladet.dk)

# På besøg i en helt almindelig, ualmindelig klub

To lokalt valgte folketingsmedlemmer kom ud af corona-isolationen på Borgen og besøgte et par lokale foreninger, der også gav en tur på gulvmåtten.

## Af Ulrich Wolf

Det er ikke hver dag, at en lokal idrætsforening får besøg af ikke bare en, men to folketingspolitikere.

Men det var netop, hvad der skete torsdag, da Ballerup Kampsport Center, der træner på Tapeten, fik besøg af folkeoplysningsordfører Kim Valentin (V) og kulturordfører Kasper Sand Kjær (A), der begge er valgt i Ballerup-kredsen.

De var 'inviteret' af Dansk Ungdoms Fællesråd og anbefalet af Dansk Idræts Forbund, for at høre lidt om livet i de lokale foreninger både i almindelighed og post-corona.

De to politikere fik et indblik i, hvordan der bliver trænet og forholdene i klubben og hvordan man skaber en succes i en tid, hvor mange unge hellere vil sidde bag skærmen end være aktive i en idrætsklub.

## Medlemmer først

"Vi er en god og velfungerende klub og vi får flere medlemmer. Vi satser på medlemmerne og ikke på økonomien og vi afholder også en masse aktiviteter og hygge for børnene. Samtidig har vi udvidet vores udvalg og har flere kampsportsgrene at byde på," siger Claus Thomsen, formand for Ballerup Kampsports Center, der nu tæller 130 medlemmer.

Udover en række forskellige kampsportsgrene, så har klubben også selvforsvar for piger og instruktøren Emilie Elmelund Esbersen, gav et par ganske effektive og overbevisende eksempler på, hvordan man kan forsvare sig mod en ellers langt stærkere angriber. Det kom også til at 'gå ud



Det blev også til en smagsprøve på selvforsvar. Underviser Emilie Elmelund Esbersen fik hurtigt klaret de to 'angribende' politikere. Foto: Kaj Bonne.

“

Vi er jo ikke en almindelig klub, men en meget ualmindelig klub. Men jeg er rigtig glad for at vise, hvordan vi klarer hverdagen, fastholder de unge og yder en stor frivillig indsats”.

Claus Thomsen

over' de to politikere, der agerede forsøgskaniner for et par levende eksempler på selvforsvar.

## Hele familien med

I den mere snakkende afdeling fik de to MF'ere et indblik i klubbens gang og succes, blandt andet fortalt af Nina Flindt Temte, forælder til to børn i Ballerup Kampsports Center.

Hun bakkede op da hendes datter på ni år ville gå til selvforsvar og nu har resten af familien, en søn på 11 år og manden også meldt sig ind i klubben.

"Det begyndte, da min datter ville gå til selvforsvar og da jeg selv havde nogle dårlige erfaringer med bagagen, bakkede jeg op om det. Så kom der online-undervisning og det fangede resten af familien, så nu er både min søn og mand også medlem af klubben. Jeg kan desværre ikke, men det er en rigtig god klub, hvor man føler der bliver taget hånd om medlemmerne og der er en god kommunikation og gode arrangementer, der fastholder de unge. Det er rigtig godt," siger Nina Flindt Temte.

De to politikere fik altså et indblik i, hvordan en helt almindelig forening fungerer. Men formand Claus Thomsen siger.

"Vi er jo ikke en almindelig klub, men en meget ualmindelig klub. Men jeg er rigtig glad for at vise, hvordan vi klarer hverdagen, fastholder de unge og yder en stor frivillig indsats”.

Efter en times snak, rundvisning i lokalerne, der blandt andet indeholder den store træningssal med spejle, store dummies med kampsportsudstyr, hyggerum og styrketræningsma-

skiner, var det tid til at besøge næste forening på turen, nemlig FDF'erne i Ballerup. Men det var en opløftende oplevelse for de to politikere.

## Ud i virkeligheden

"Det er først og fremmest skønt at komme ud og møde folk igen. Vi har været spærret inde i halvandet og bag de tykke mure, så vi er glade for at komme ud i virkeligheden igen. Vi er begge foreningsmennesker, så for os er det vigtigt at komme ud og besøge foreningerne i vores område og høre om deres hverdag og udfordringer," siger Kasper Sand Kjær.

Kim Valentin, der et par gange var en tur på måtten som forsøgskanin for diverse kampsportskneber, fik også meget ud af besøget.

"Vi har siddet og forhandlet i udvalg til netop denne her klub og nu har vi så hørt, at de penge, der er gået til klubben, rent faktisk er kommet til gavn. Det er vigtigt for os, der sidder inde på Christiansborg, at vi komme ud og får en føling med, hvad der sker her de og hvordan man arbejder. Et kampsportscenter er i den grad også støttet af folkeoplysningsmidler," siger Kim Valentin, inden de to MF'ere tog skoene på igen og forlod arenaen på vej mod næste lokale forening, derude i den 'virkelige verden'.



Claus Thomsen fortæller de to lokale folketingsmedlemmer, Kim Valentin (i midten) og Kasper Sand Kjær (t.h) om Ballerup Kampsport Center og deres dagligdag. Foto Kaj Bonne.