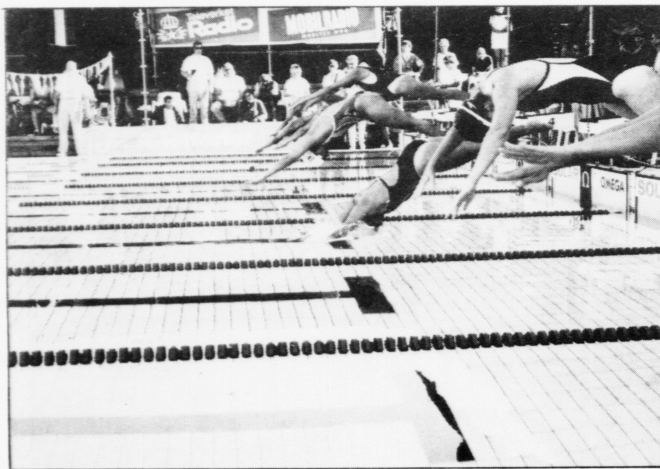


ÍTRÓTTAR Sosialurinn

Nr. 112 — 3. október 1987

ÍSB, skeið í svimjing

Sum vit fyrr hava nevnt, er ÍSB eitt av teimum aktivu ser-sambondunum. Nú fara tey at skipað fyrri skeiði í svimjing



Í døgnum 16. - 20. nov. í ár skipar Ítróttarsambandið fyrri Brekað, ÍSB, fyrri skeiði í svimjing. Skeiðið umfatar ta sokallaðu Halliwick svimjingina og verður í hollini í Gundadali. Hetta er at rokna sum eitt tilboð til fyrsta lagi kvøldskúlalærarar, fysioterapeutar og ítróttarlærarar í fólkskúlanum, sum fáast við ella kunnu rokna við at koma út fyrri seinni at taka sær av svimjing við brekaðum fólki. Óneyðugt skuldi verið at sagt frá, at brekað fólk og avvarðandi eru hjartaliga vælkomn á skeiðið.

Nú liggur einum sera nær at spyrja, hvat er so Halliwick svimjing fyrri

nakað? Hetta fer skeið-leiðarin, Gudrun Gjesing á Pindstrup-Centrum i Jyllandi at greiða okkum nærri frá í nov., men í stuttum kunnu vit siga hetta:

Halliwick-háttarlagið er serliga ætlað teimum sum fáast við svimjiundirvising av brekaðum fólki, og meira enn 30 ára royndir hava vist, at sjálvt fólk, sum eru sera illa fyrri likamliga, kunnu koma at svimja rættiliga væl. Eisini er Halliwick-hátturin sera væl eydnaður hjá teimum menningartarnaðu. Háttarlagið byggir á vitan um náttúrulegirar í vatninum, um hvussu kroppurin skikkar sær í vatninum, um hetta at fara runt í vatninum v.m. Í undirvisingini verður eisini arbeitt við at fáa óttan fyrri vatni burtur, at betra um andadráttin, og at fáa fult tamarhald á sær sjálvum í vatninum o.s.fr.

Eitt tilíkt skeið kann sigast at fella í tveir partar, sum tó verða samankoydir: Ein praktiskan svimjipart og ein teoretiskan part fyrri komandi

vegleiðarar/lærarar í hesum svimjihátti. Svimmjiparturin vendir sær til tann brekaða, ið ynskir at læra at svimja, ella betra um svimjiteknikkinn. Vegleiðingin vendir sær í høvuðsheitum til lærarar/hjálparar, sum í framtíðini uttan nakað himptora at fara undir eina svimjifrálæru har brekað eins væl og ikki-brekað kunnu fara í hylin saman.

Boðað verður annars frá, at størstu nyttuna av soverðnum skeiði fæst, um borið verður so í bandi, at passaligur blandingur verður av brekaðum og ikki brekaðum fólki, og tað fer nevndin í ÍSB at royna at syrgja fyrri.

ÍSB vónar, at luttøkan til skeiðið verður stór, og at fingið verður sum mest burturúr hesum serfrøðingi, sum Gudrun Gjesing má sigast at vera á hesum øki.

Gdm-

Bridge í Vági

FM-kappingin fyrri lið í Bridge byrjar nú aftur. Fyrstu umførini verða leikt í Vági í dag

Eitt av tiltøkunum, ið fyrri tað mesta hoyra vetrarhálvuni til, er bridge. Undanfarnu árin hevur ikki verið serliga lætt hjá fjølmiðlunum at fylgt við í hesi kapping. Hetta er komið av, at liðini hava leikt í hvør sínum øki sama vikuskifti. T.d. hava tey leikt í Vági, Eiði og í Klaksvík sama dag, og hevur ætlanin so verið at leikt í Vágum eisini, kann hetta hava verið útsett til møguliga vikuskiftið eftir, og her er tað tann stóri trupulleikin skapast. Ikki er lætt at fáa øll úrslitini, og slettis ikki støðuna.

Men nú hava fyriskipararnir í bridge broytt skipanina soleiðis, at lætt-

ari er at fylgja við. Hetta verður gjørt soleiðis, at øll liðini leika á sama plássi sama dag.

Byrjað verður sum sagt í Vági í dag bæði í 1. og 2. deild. Í 1. deild eru átta lið og í 2. deild eru seks lið. Liðini leika tveir dystir móti hvørjum øðrum, og fyrra umfar byrjar kl. 13.30, meðan annað umfar byrjar kl. 19.00.

Almenn parakapping

Sunnudagin verður skipað fyrri almennari parakapping. Her kunnu øll áhugað luttaka. Roknað verður við, at leikt verður í trim-um bólkum og vinnararnir í hvørjum bólki fáa steyp til ognar. Hendan

kappingin byrjar kl. 12.30 sunnudagin.

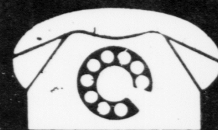
Bæði kappingarnar leygardagin og sunnudagin vera í VB-húsinum.

Gdm-



Fýra kendir bridgeleikarar. Frá vinstri: Regin Ellingsgaard, Hans Egil Joensen, Petur Reinert og Edmund Joensen

Tit ringja
— vit skriva



Ringið telefon

11820