

Tel 11820, Fax 14720

Ringið til okkara um onkur tíðindi eru at frætta!

ÍTRÓTTUR



Plástríð tryggjar, at andaleiðin í nösini viðkast, og sambræt upplýsingunum hjá framleiðaranum, andar tú ið hvussu er 20% meira luft gjøgnum nösina við plástrinum á
Mynd: Kalmar Lindenskov

Nýggjur móti í Ítróttarheiminum:

Plástur á nösina

Fótbólsspælarar seta nú eitt serligt plástur á nösina, fyri at betra um andadráttin. Ítróttarsosíalurin hevur roynt tað

Undir EM-kappingini, sum verður spæld í Englandi í hesum døgum, hava nógvir spælarar spælt við einum serligum plástri á nösini.

At byrja við vóru tað mong, sum undraðu seg yvir hvat tað var gott fyri, men nú mugu tað vera tey flestu, sum vita, at plástrið verður sett á nösina fyri at betra um andadráttin gjøgnum nösina.

Plástrið er ikki eitt spildurnýtt uppfínili, men hevur seinastu tíðina funnið vegin á nösina hjá kendum fótbólsspælarum eisini, og har við er tað vordið meiri eyðsýnt.

Álopsspælarin hjá Liverpool, Robbie Fowler, var við til at fáa plástrið fram í Englandi, og í Superliguni hava eisini fleiri spælarar nýtt plástrið, m.a. álopsspælarin hjá Brøndby Peter Møller, sum í fyrsta dystinum við plástrinum á nös-

ini gjørdi tvey mál í dystinum móti FCK.

Gunnar og Heðin royndu seg

Her heima hjá okkum, hevur plástrið ikki verið brúkt, og fyrr í vikuni fekk Tjaldurs Apotekið fyrri fyrstu ferð plástrið heim.

Og í unglingadystinum millum B36a og KÍ í Gundadali mánakvöldið, royndi Ítróttarsosíalurin plástrið á tveimum spælarum.

Bæði Gunnar Nielsen hjá B36 og Heðin á Lakjuni hjá KÍ hildu, at plástrið riggaði, sum sagt verður, og báðir høvdu lættari við at anda gjøgnum nösina.

– Eg feldi beinanvegin, at nösini víðkaðist, og at eg hevði lættari við at anda gjøgnum hana. Eg kann saktans spæla við plástrinum fram yvir, segði Gunnar Nielsen eftir dystin.

Og somu niðurstøðu gjørdi Heðin á Lakjuni sær. – Tað er einki at ivast í, at eg fekk meira luft gjøgnum nösina, segði hann eftir teir 90 minuttirnar.

Men í mun til Peter Møller, so gjørdi hvørgin av teimum báðum málskjúttum mál hendan dagin.

Ikki øll líta á plástrið

Meðan nógvir kendir fótbólsspælarar nú nýta plástrið, eru tað ikki øll, sum hava stórvegis álit á tí.

Fleiri læknar hava sagt, at plástrið er ikki til nakra hjálp, og onkur hevur sagt tað so speiskliga sum, at um spælararir ikki fáa nokk av luft gjøgnum nösina, so kunnu teir bara lata munnin upp.

Danir eru við í EM-kappingini í Englandi, og læknin á liðnum Mogens Kreutsfeldt er ein av teimum, sum ivast í plástrinum.

– Mesta luftin sum verður drigin undir einum dystin, verður drigin gjøgnum munnin, og meira enn at fáa nokk av luft gjøgnum nösina og munnin, snýr tað seg um evnini hjá lungunum at

flyta ilt til blóðæðrarnar. Men um spælararir kenna seg betri av plástrinum, so er tað í ordan, at teir seta tað á nösina, sigur hann.

Og læknin hevur eisini tikið plástrini við sær til Englands, og ein av teimum sum hevur brúkt tað, er Michael Schjønberg.

– Tað virkar! Eg kann merkja at andaleiðin í nösini er meira opin, sigur Schjønberg, sum triggjar ferðir hevur brotið nösina.

Bæði til ítrótt og annað

Tað skal ikki hóvasták til fyri at brúka plástrið. Tað einasta tú skalt gera, er at seta tað á nösina, og so gloyma tað.

Nösini skal vera rein og turr áðrenn plástrið verður sett á. Tað skal setast á næsaryggin mitt millum nasarótina og nasasnipin, og tað skal gníggjast væl til tað situr fast. Týðningarmikið er, at tað situr á røttum staði, og neyv frágreiðing er um hetta í pakknum.

Plástrið finst í tveimum støddum, og um hvørki av teimum passa heilt, skal tað heldur vera ov lítið enn ov stórt.

Plástrið skal ikki brúkast í meira enn 10 tímar um dagin, og ikki av børnum undir 5 ár.

Plástrið er nú vordið kent á nösini á fótbóltsstjørnum, men tað kann eisini brúkast til annað enn ítrótt, t.d. fyri típta nös, tungan andadrátt hjá konum við barn, ella fyri at minka um snork um náttina.

Breathe Right NæseStrip festast á Apotekinum, og ein pakki við 10 plástrum kostar 47, 50 kr.

2. deild kvinnur:

B68 vann oddadystin

Andrea á Regni gjørdi bæði málini tá B68 sigraði 2-0 á VB

Sunnudagin var oddadystur í 2. deild hjá kvinnum á Tøtum. Tvey av fremstu liðunum í deildini, B68 og VB, spældu á Svagaskarði.

Dysturin endaði við 2-0 sigri til B68, og tað var Andrea á Regni, ið gjørdi bæði málini hjá B68.

NSÍ, sum er triðja oddaliðið í 2. deild, vann sín dyst 5-0. Hann var móti KÍ. Irði Hansen gjørdi trý av málunum, Jónvør Hansen eitt og Rannvá Rasmussen eitt.

Seinasti dysturin var millum B36 og AB. AB kom á

odda 1-0, men B36 vann dystin 7-1.

Eydis Reinert gjørdi fyra av málunum, Sunnfríð Simonsen tvey og Silvia Olsen eitt. Málið hjá AB gjørdi Hedvig Sólsker.

Næsta umfar í næstbestu kvinnudeildini verður komandi vikuskiftið, og tá eru tað aftur tvey av oddaliðunum, sum hittast. NSÍ fer til Vágs at taka dystin upp við VB.

B68 spælir á útivølli móti AB, meðan KÍ og B36 spæla í Klaksvík.

ek

Gentudeildin:

EB og B36 spældu javnt

Dysturin millum tvey av fremstu liðunum í bólki A, endaði javnur

Bestu liðini í bólki A í gentudeildini eru so jøvn, at tað er mest sum ógjørligt at gera mun millum tey. Tey spæla innanhýsis dystirnar javnar móti hvørjum øðrum, og tí kann tað vera, at dystirnir móti fjórða liðnum í bólkinum, B71, kunnu kom at hava stóran týdning, tá gerast skal upp síðst í august mánaða.

EB og B36 spældu á Eiði seinasta leygardag, og dysturin endaði við javnleiki 1-1, eftir at EB legði seg á odna við málið, sum Eyðfríð Kristiansen gjørdi. Áðrenn hálvleiki javnaði Rakul N. Joensen fyri B36, og hálvleiksstøðan helt sær dystin út.

HBa, sum er triðja liðið, sum liggur fram við at

sleppa víðari úr bólkspælinum, skuldi spæla móti TB, men dysturin varð útsettur, tí TB fekk ikki manna lið – á heimavølli!

TB manglar nú at spæla trýggjar dystir, har av tveir á heimavølli, og annað enn at liðið tekur seg úr kappingini, er ikki sannlíkt.

Í bólki B, har tað serliga eru KÍ og GÍ sum eru sterk, var bert ein dystur seinasta vikuskiftið, og hvørki av oddaliðunum var við í dystinum.

Skála og SÍF spældu á Skála, og SÍF vann dystin 2-0. Herta Simonsen og Heidi Haraldsen gjørdur málini hjá SÍF.

Í morgin er oddadystur millum KÍ og GÍ í Klaksvík.

ek

HB og KÍ í finaluna

Semifinalurnar í kappingini um Mótasteypið, sum er fyri liðini, sum luttaka í gentudeildini, eru nú avgreiddar, og HB og KÍ skulu spæla finaluna.

HB vann fyrru semifinaluna móti SÍF 2-1, og tá liðini spældu seinna dystin í Havn, var tað aftur HB, sum var við yvirviltan. Úrslitið var 3-1.

Eyðvør Thomsen gjørdi tvey av HB-málunum og Vivian Johansen eitt. Málið hjá SÍF gjørdi Herta Simonsen.

Í hinari semifinaluni spældu KÍ og B36, og fyrr dysturin endaði við 2-1 sigri til KÍ. Seinna dystin, sum varð spældur í Havn, vann KÍ eisini. Úrslitið var 3-1.

Vivian Rasmussen gjørdi tvey av málunum, og Nanna Joensen tað seinasta. Málið hjá B36 gjørdi Rakul N. Joensen.

Finalan millum HB og KÍ verður spæld á úttanvøllum vølli tann 21 august.

ek