

FØROYA STERKASTI MAÐUR 2012



STERKIR MENN

Hetta er fjórða árið á rað, at skipað verður fyri kappingini, eftir at hon lá í grøvini í góð 10 ár. Tiltakið verður í høllini á Hálsi leygardagin kl. 17.00

Savnsmynd

Kappast um at vera **sterkastur**

STYRKISKAPPING Aftur í ár verður skipað fyri kappingini Føroya Sterkasti Maður (FSM). Á fyrsta sinni eru tveir fyrrverandi meistarar við í kappingini, sum fer at bakkastokki í høllini á Hálsi nú leygardagin

Pætur Albinus

Tað eru helst nógv mannfólk í Føroyum, og kanska serliga ungir mans, sum droyma um at gerast sterkastur í Føroyum. Seinnu árin hevur eisini verið móguleiki fyri at alment gerast sterkastur, tá ið teir stóru og sterku menninir, sum leggja lívið sær eftir styrkisvenjing, kappast í nógvum ymiskum greinum í royndini eftir at krúnast sterkastur í Føroyum.

Tað er nevnliga í tiltakinum »Føroya sterkasti maður«, sum altso leygardagin aftur verður á skránni. Hetta er fjórða árið á rað, at skipað verður fyri kappingini, eftir at hon lá í grøvini í góð 10 ár.

Tiltakið verður í høllini á Hálsi leygardagin kl.17.

Tveir meistarar við

Felags fyri tey seinastu trý árin, kappingin hevur verið fyriskipað, hevur verið, at tveir fyrrverandi meistarar ikki hava lutikið í somu kapping. Verandi meistarinn hevur nevnliga stundum takkað fyri seg og ikki stillað upp aftur árið eftir, men hetta verður ikki støðan í ár. Vinnarin í fjør, Jákup Súni Berg, er við aftur í ár, og tað sama er meistarinn frá fyrra ári, Gunnar Grækariisson.

Teir báðir saman við Boga Hammer verða helst teir, ið fara at mynda harðastu kappingina og eru favorittar at gerast føroya sterkasti maður 2012.

Kappingin umráðandi

Bogi Hammer er ein av fyriskiparunum, og hann heldur tað vera umráðandi, at kappingin nú aftur hevur fótað seg.

– Eg helt tað vera synd, at menn bara standa og venja vektir. Teir venja og venja, men eingin var at kappast ímóti. Vit byrjaðu tí hesa kappingina av nýggjum, og hon hevur víst seg at vera væl umtókt, sigur maðurin við nógvum musklunum.

Kappingin er sanniliga væl umtókt, sum hann vísir á. Áður hevur áskoðaratalið ligið ímillum 1000 og 1500 fólk.

Styrki av krúti

Kappingin er beinhørð og deild út á seks ymiskar greinar, sum krevja styrki av krúti. Allir menninir í kappingini eru sjálvandi allir grundleggjandi sterkir, men fyri at gera seg galdandi í hesi kappingini, krevst nakað heilt serligt.

– Snildnið er at vera ein góður all-roundari. Kappingin er skrúvað soleiðis saman, at hon rakar allan

kroppin, tó at mest orka verður sett á lendarnar og beinini í og við at tað umræður at draga og bera. Kappingin er ikki fyri hesar flottu fyrrarnar á strondini, hetta krevur veldug lør og stóran rygg, flennir Bogi Hammer.

Kappast uttanlands

Sjálvur fer Bogi Hammer seinni í ár at kappast um at gerast sterkasti maður á Selandi, hiðani triggir teir fremstu lutakararnir sleppa at kappast um at gerast sterkasti maður í øllum Danmark. Kappingin um at gerast sterkasti maður í Danmark er eisini ein kapping, ið fyriskipararnir í Føroyum hava vent eyguni ímóti. Í lötuni eru teir í samráðingunum um at fáa sent føroya sterkasta mann at luttaka í hesi kappingini.

Bogi Hammer væntar ikki, at hetta fellur upp á pláss áðrenn kappingina í ár, men at teir síðani í aðru atløgu leggja seg eftir at fáa hetta upp á beinini undan kappingini næsta ár.

Luttakarar:

Jákup Súni Berg, Bogi Hammer, Gunnar Grækariisson, Bárður Poulsen, Finnur Poulsen, Óli Andresen og Jákup Petur Djurhuus.

Kappingaryvirlit:

- Koppa eitt 400 kg dekk skjótast 6 ferðir.
- Standa í móti einum skrábonki, ið er 40 gradir og vita hvussu ofta ein megna at lyfta 110 kg upp um høvd.
- Sita og hála ein lastbil, ið stendur í gear skjótast 15 m.

Í steðginum verður mótasýning við undirklæðum frá VIP.fo

- Squat: Byrja verður við 195 kg. Síðani verður vektin økt við 15 kg til mennirnir ikki megna meira.
- Halda einum kassa frá Føroya Bjór og einum kassa av Red Bull úti við strektum armum í longst tíð. Vekt 25 kg.
- Max Deadlift.