



Norsku hondbólts-kvinnurnar í OL-finaluni

HONDBÓLTUR Norsku kvinnurnar spældu seg hóskvøldið í OL-finaluna við 31-25-sigri á Suðurkorea og kunnu tær nú endurvinna OL-gullið

Pætur Albinus

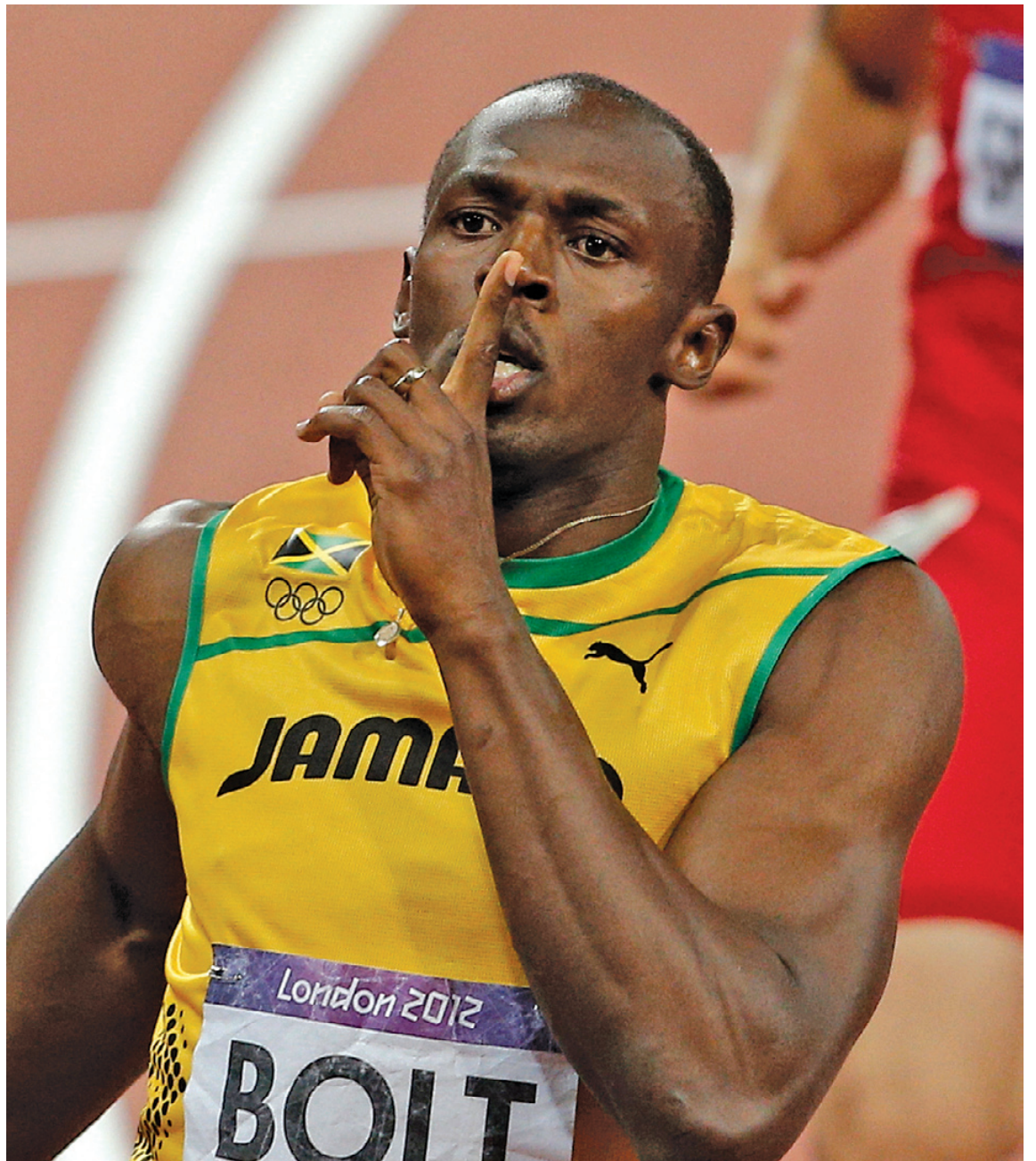
Noreg, sum er verandi evropa- og heimsmeistari í kvinnehondbólts, litaði seg hóskvøldið inn í OL-finaluna. Tað gjørdur tær umvegis ein tryggan 31-25-sigur á Suðurkorea. Suðurkorea var annars væl við í dystinum, men ímóti dystarenda vísu tær norsku kvinnurnar styrki og tryggjaðu sær pláss í OL-

finaluni, sum tær vunnu fyri fyra árum síðani í Beijing.

Heidi Løke gjørdist toppskjútti við níggju málum, meðan málverjin, Katrine Lunde Haraldsen, stóð ein frálíkan dyst og tók ikki færri enn 53% av skotunum.

Í finaluni bíðar Montenegro, sum vann sína hálvfinalu 27-26 ímóti Spania. Finalan verður spæld leygarkvøldið kl.20.30.

albinus@sosialurin.fo



– Eg eri nú ein legenda og eri tann besti iðkarin. Eg eri at sammeta við Michael Johnson, segði Usain Bolt

Usain Bolt skrivaði **SØGU**

RENNING Jamaica tók øll heiðursmerkini í 200m hjá monnum hóskvøldið. Fremstur var aftur Usain Bolt, sum nú hevur skrivað OL-søgu

Pætur Albinus

Usain Bolt setti hóskvøldið ein tjúikka striku undir, at hann er kvikasti maður í heiminum. Á 200 metrum vann hann við tíðini 19,32 og vísti sínum argasta kappingarneyta, Johan Blake, til silvurið. Hann rann við tíðini 19,44. Warren Weir fullførði yvirlegnið hjá Jamaica, har einans 3,8 mió. fólk bógva, við at taka bronsuna við tíðini 19,88.

Skrivaði søgu

Lítil ivi var um góðu móguleikarnar hjá Usain Bolt at vinna gull á 200m,

og fleiri høvdu kanska eyguni eftir, um hann fór at seta nýtt heimsmet. Heimsmetið eigur hann sjálvur við tíðini 19,19 frá HM í Berlin í 2009. Við tíðini 19,32 í gjár fekk hann so ikki nýtt heimsmet, men hóast alt var nógv at fegnast um.

Hetta er fyrstu ferð í søguni, at ein rennari verjir um sítt OL-gullmerki á bæði 100m og 200m. Sunnudagin vann hann nevnliga eisini 100m-kappingina við tíðini 9,63, sum var nýtt OL-met.

Eg eri ein legenda

25 ára gamli Usain Bolt fyrr ikki fyrri at tosa gott um seg sjálvan, og

eftir tey bæði OL-gullmerkini var einki undantak, tá ið hann tosaði við miðlarnar.

– Eg eri nú ein legenda og eri tann besti iðkarin. Eg eri at sammeta við Michael Johnson, segði Usain Bolt og vísti til basketball-stjórnuma frá Chicago Bulls.

– Hetta er ein stórir heiður. Alt ræður um Michael Johnson hjá mær. Eg eri uppvaksin við at síggja hann seta nýggj met, og hann er ein fantastiskur iðkari, segði Usain Bolt.

albinus@sosialurin.fo

FM í **súkkling** hetta vikuskiftið

SÚKKLING Hetta vikuskiftið verða FM-kappingar í súkkling. Unglingar, master og opin bólkur kappast í einkultstarti, býarkoyring og á landavegnum

Pætur Albinus

Hetta vikuskiftið skulu føroyameistararnir finnast í súkkling. Tríggir aldursbólkar eru við í kappingini, og eru teir unglingar, master og so ein opin bólkur. Teir bestu í einkultstarti, býarkoyring og landavegkoyring skulu finnast.

Skráin:

Fríggjakvøldið 10. august kl. 19

30 km einkultstartur

Teinur: FK í Miðvági, Flogvøllur, FK.

Teinurin skal koyrast 3 ferðir.

Unglingar og master koyra 20 km.

Leygardagin, 11. august kl. 15.00

100 km felagsstartur.

Teinur: Plantusølan við Hvítanesvegin, Kollafjørð, Vestmanna, Oyggjarvegur, Hvítanesvegur, rundkoyringin við Føroya Tele, rundkoyringin við R. C. Effersøesgøta, eftir Yviri við Strond, til rundkoyringin við Skansan og só á mál við Plantusøluna.

Sunnudagin 12. august kl. 09.30

Býarkoyring: Kappast verður um FM-heitið í Criterium, og koyrt verður á Hálisi í Tórshavn.

Teinur: Startur og mál við Vælveru Fitness á Hálisi.

Koyrt verður 50 min., pluss eitt umfar