

Toppvenjarar fara á skúlabonk

FÓTBÓLTUR Hans Fróði Hansen, Albert Ellefsen og Øssur Hansen eru saman við fleiri venjarum í næstbestu deildini millum teirra, sum fríggjadagin fara undir A venjaraútbúgvingina

Jóannes Hansen

Hvat útbúgving viðvíkur eru krøv-
ini til fót bólt svenjararnar stór.
Allir venjararnir í fremstu og næst-
fremstu deildini skulu hava prógv
sum A venjarar. Ein ventilur er
kortini hjá teimum, sum ikki hava
prógvið. Tað ber til hjá venjarum,
sum ikki hava prógv, at hava
ábyrgd av liðum í fremstu deildini.
Tá er treytin, at teir eru í holtur við
útbúgvingina.

Fríggjadagin verður á fjórða sinni
farið undir A venjaraútbúgvingina,
sum er góðkend av europeisku fót-
bóltssamgonguni – UEFA. Fyrstu
venjararnir tóku prógv í 2006,
næsta ættarliðið tók prógv í 2009,
og í summar var triðja liðið liðugt
við útbúgvingina.

Treytin fyri at taka lut í hægstu
venjaraútbúgvingini er, at luttak-
ararnir hava staðið sokallaðu B út-
búgvingina.

Í vavi er útbúgvingin 120 tímar.
Komandi vikuskifti verður skúla-
gongd fríggjadagin frá kokkan 17
til 21, leygardagin verður skúla-
gongd klokkan 9 til 18 og sunnu-
dagin klokkan 9 til 16. Tað er Petur
Simonsen, tekniskur stjóri í Fót bólt s-
sambandinum, sum fyri FSF hevur
høvuðsábyrgdina av útbúgvingini.
Í skrivi til luttakararnar sigur hann,
at á skránni hesar fyrstu dagarnar
er m.a. intro um útbúgvingina, nak-
að um fysiska venjing, um leiðslu og
um at seta sær mál. Leygarmorgunin
verður praktisk venjing.

Um tað hesa ferð verður lagt
soleiðis til rætti, sum tað hevur
verið undanfarnu ferðirnar, so
kann roknast við, at venjararnir
fara til próvtøku á vári í 2014.

Tað ber til hjá venjarum at út-
búgva seg meiri enn A útbúgvinga.



Albert Ellefsen, sum nú er ÍF venjari,
er ein av teimum, sum í hesi vikuni
fer undir A venjara útbúgvingina

Savnsmyndir

So er neyðugt at søkja uttanlands.
Einasti føroyski venjarin, sum
hevur lokið sovorna útbúgving, er
Vikinga venjarin og fyrrverandi
landslíðsvenjarin Jógvan Martin
Olsen, sum hevur proff licens út-
búgving, sum tað verður nevnt.
Tann útbúgvingin ber rætt við sær
at standa á odda fyri liðum, sum
eitt nú spæla í fremstu dansku og
norsku kappingini.

Luttakararnir

Millum teir umleið fimtan venj-
ararnar, sum fríggjadagin fara á
skúlabonk, eru tveir venjarar, sum
hava ábyrgd av liðum í Effodeildini.
Teir eru TB venjarin Hans Fróði
Hansen og ÍF venjarin Albert
Ellefsen. Ein annar av størstu
profilunum í føroyskum fót bólti
seinastu fjórðingsöldina, er eisini
í holtur við at fáa pappír uppá,
at hann er skikkaður at standa á
odda fyri liði í bestu deildini. Tað
er Øssur Hansen, sum í ár hevur
ábyrgdina av besta B68 liðnum,
ið eftir niðurflytingina í fjør skal
stríðast fyri at endurvinna plássið
í bestu deildini.

Fleiri venjarar, sum eru hjálpar-
venjarar í bestu deildini ella hava
ábyrgd av liðum í næstbestu
deildini, eru eisini á listanum. Teir
eru Alexandre da Silva Braga, 07
Vestur, Dan Brimsvík, B36, Eliesar J.
Olsen, Skála, Jóhan Petur Poulsen,
B68, Jón Johannesen, FC Suðuroy,
Símun Eliassen, HB, og Tummas
Erling Djurhuus, EB/Streymur.

Millum teir, sum undirvísa,
eru Eli Hentze, Bjørn Krog, Petur
Simonsen, Jens Tang Olsen, Bill
Jacobsen, Pauli Poulsen og Jóannes
Jakobsen.

joannes@sosialurin.fo



U21 landsliðsvenjarin, Bill Jacobsen, er ein av undirvisarunum

FSF A-venjarin

Innihald

Útbúgvingin byggir á somu
fimm høvuðsevnini, sum B2-
útbúgvingin fevnir um, men við
øðrum innihaldi:

Fótbóltur

- Aktuellar leikskipanir
- Fýra meginøkini í nýggja
»spillestilsmodell«
- Leikfatan
- Umstilling

Fysiologi

- Grundleggjandi fysiologi og
anatomi
- Kanning av fysisku krøvunum
- Úrslit av elituvenjing

- Tilrættalegging av venjing/tesir
- Kostur
- Doping

Leiðsla

- Kenn teg sjálvan
- Kenn onnur
- At leiða og ávirka
- Etikur og moralur

Fair Play

- Fyrireiking til dómaraþrógv

Venjing og venjingarhættir

- Dystargreining hjá egnum liði
- Dystargreining av mótstøðuliði
- Dystargreining við atlit at
menning av fót bóltinum

Skipan

Útbúgvingin tekur samanlagt 120
tímar og fer fram í umleið eitt ár.

Hon er skipað soleiðis:

- Introduktión (tveir dagar,
langt vikuskifti)
- Lestrarferð (uml. ein vika)
- Miðleingjan (7 dagar)
- Endi (tveir dagar,
langt vikuskifti)

Umframt føstu skrána,
fær luttakarinn fýra vitjanir –
supervisió – til venjing/dyst.

Kelda: fsf.fo