

LÆRIR FØROYSKAR KVINNUR POLE-DANS

– FÓLK **SPYRJA** ALTÍÐ, UM EG ERI **STRIPPARI**, MEN TAÐ ERI EG AVGJØRT **IKKI**. FYRI **MEG** ER HETTA EIN **ÍTRÓTTARGREIN** LÍKA SUM FÓTBÓLTUR ELLA **FIMLEIKUR**. SOLEIÐIS SIGUR 20 ÁRA GAMLA **JOAN-HEIDI ØSTERØ**, SUM **UNDIRVÍSIR** FØROYSKUM KVINNUM Í **POLE-DANSI**



SAMRØÐA

Rannvá G. Fossaberg
rannva@sosialurin.fo

Hon er í einum lítlum toppi og tætt-sitandi shortsum, ímeðan hon heldur um eina jarnstong og ger ymsar rørslur. Einu lötuna heldur hon um stongina við beinunum, meðan restin av kroppinum hongur í leysari luft, og høvdið vendir niðureftir. Bráðliga heldur hon um stongina við einari hond og snarar so rundan um stongina við rúkandi ferð.

Gentan er Joan-Heidi Østerø, og tað er hon, sum einar tvær ferðir um vikuna, ger venjingar við stongini. Herfyri fór hon undir at læra føroyskar kvinnur nýggja venjingarháttin.

– Fyri summar av teimum, ið koma til pole-venjing fyrstu ferð, kenna tær tað, sum tær veruliga fara yvir um nøkur persónligu mörk. Men tá tær siggja, hvussu undirvísingin fer fram, og hvussu tað styrkir kroppin, dámar teimum ógvuliga væl og koma aftur, sigur Joan-Heidi Østerø.

Halda eg strippi

Fyri Joan-Heidi Østerø er hesin heldur annarleiðis venjingarhátturin ein ítróttargrein, júst eins og fótboldur og fimleikur er tað. Hon upplivir tó javnan, at onnur fólk seta pole-venjingina í samband við striptease.

– Tá eg fortelji fólkum, at eg undirvísi í pole-dansi, spyrja tey so at siga altíð, um eg so eisini eri strippari. Eg havi ongantið strippað, og tað ætli eg mær heldur ikki í framtíðini. Fyri meg er hetta ein ítróttur, har eg kann venja mín kropp og koma í góðan form, greiðir Joan-Heidi Østerø frá.

Í januar mánaði byrjaði Joan-Heidi Østerø at undirvísa í pole-dansi í Havn. Tað ger hon tvey kvøld um vikuna inni í hølunum hjá dansistaðnum Valhøll.

– Áhugin hevur verið rættiliga stórur, og eg fái nógvar fyrspurningar frá



MYND: HEINESEN MYNDIR

kvinnum, ið vilja vita meir um hetta slagið av venjing, sigur Joan-Heidi Østerø, sum ikki sigur seg hava fingið negativar viðmerkingar um pole-dansin.

– Tað er ivaleyst onkur, sum heldur, at hetta minnir ov nógv um striptease, av tí at vit brúka eina stong til venjingina, men eingin hevur sagt nakað beinleiðis við meg, sigur Joan-Heidi Østerø.

Sjálv leggur hon stóran dent á, at fólk ikki skulu fáa ta fatan, at venjingarhátturin hevur nakað við striptease at gera.

– Av tí at hetta er ein ítróttur fyri meg, kundi eg heldur ongantið funnið upp á at farið til eina pole-stong og

byrja at gjørt ymsar venjingar, tá eg eri í býnum. Ikki tí, tað kemur fyri, at fólk biðja meg fara upp at vísa okkurt við stongini, tá eg eri onkrastaðni, har ein slík stong er, men eg eri als ikki áhugað í at vísa venjingarháttin fram á ein slíkan hátt.

Venja í lítlum shortsum

Tá Joan-Heidi Østerø undirvísir í pole-dansi í Havn, eru tað seks kvinnur á hvørjum liði. Vant verður í hálvanannan til tveir tímar hvørja ferð.

– Enn hava tað bara verið konufólk á liðunum, men mannfólk kunnu eisini iðka pole-dans. Venjingarhátturin hevur leingi verið brúktur yviri í Amerika, og har er ikki óvanligt, at menn eru

við á slíkum liðum, greiðir Joan-Heidi Østerø frá.

Tað eru fyrst og fremst ungar kvinnur, sum í lötuni venja hjá Joan-Heidi Østerø, men sambært henni er hetta ein venjingarháttur, sum flest fólk kunnu iðka.

– Pole-dansur er ætlaðum øllum. Tímarnir eru bygd upp soleiðis, at byrjað verður við lottum venjingum, og so líðandi, sum luttakarnir á liðnum verða sterkari og orka betur, verða venjingarnar eisini strævnari og meira krevjandi, sigur Joan-Heidi Østerø og leggur afturat:

– Tað einasta, sum krevst, er, at tú torir at vera í lítlum og tætt-sitandi klæðum. Orsøkin til hesi klæðini er tann, at vit brúka í stóran mun húðina til at halda okkum fastar við, og tá nyttar ikki at vera í joggingbuksum ella stórari T-shirt, fortelur Joan-Heidi Østerø.

Hon upplivir javnan, at júst klæðini, ið verða brúkt undir venjing, kunnu vera ein forðing hjá teimum, ið eru til pole-dans fyrstu ferð.

– Nakrar av kvinnum, sum koma til ein pole-tíma fyrstu ferð, halda tað vera sindur løgið, at vera so líti ílatin. Men tá vit fara í gongd við venjingarnar, siggja tær, at tað er ein fyrimunur at hava so nógva bera húð sum gjørligt, sigur Joan-Heidi Østerø, sum tó vísir á, at tær flestu eru í vanligum buksum og einum toppi, tær fyrstu ferðirnar, tær koma til venjing.

Sjálv er hon ikki í iva um, at tann heldur annarleiðis venjingarhátturin gevur úrslit.

– Her venur tú allan kroppin og merkir vøddar, tú ikki visti, tú hevði, og eftir hvønn venjingartíma ert tú eym í øllum kroppinum. Innan stutta tíð leggur tú merki til, hvussu stóra ávirkan venjingin hevur á tína styrki í ørmum, beinunum og restina av kroppinum.