



FRÆLSUR ÍTRÓTTUR

ÍTRÓTTUR

VILDI IKKI FARA OV TÍÐLIGA

Taktikkur og tamarhald eyðkendi gullrenningina hjá Valborg Heinesen í gjárkvøldið, og tað viðgongur hon eisini: – Ja, eg hugdi nógv at klokkuni, tí tað ráddi um at fylgja ætlanini, eg hevði lagt mær, segði hon, tá hon var komin á mál fyrst av øllum

Hilmar Jan Hansen

Fyrstu ferð, hon yvirhøvur er til einar oyggjaleikir, eydnaðist Valborg Heinesen í gjárkvøldið at vinna gull í 10.000 metra renning – og tað enn tá í stórum stíli. Hon var alla tíðina millum tær fremstu, men rann miðvíst og tilvitað, so hon ikki skuldi brúka ov nógva orku, samstundis sum hon alla tíðina skuldi vera við heilt har frammi.

– Ja, eg hugdi nógv at klokkuni, tí tað ráddi um at fylgja ætlanini, eg hevði lagt mær fyri renningina í kvøld, sigur Valborg, ið eisini takkar Halluri Holm, Niels Jakupí Jakobsen, polska venjaranum – og ikki minst áskoðarunum, sum alla tíðinda róptu og stuðlaðu henni.

– Eg føldi, at eg meginpartin av tíðini hevði yvirskot, og so bíðaði eg, til eg helt tað vera rættast at fara frá hinum. Eg vildi ikki fara ov tíðliga, tí her vóru nógvir sterkir rennarar og hitin var eisini har. Men eg dugdi væl við vætuni og stoytti alla tíðina á meg og syrgdi fyri at vera hydrerað allan vegin ígjøgnum.

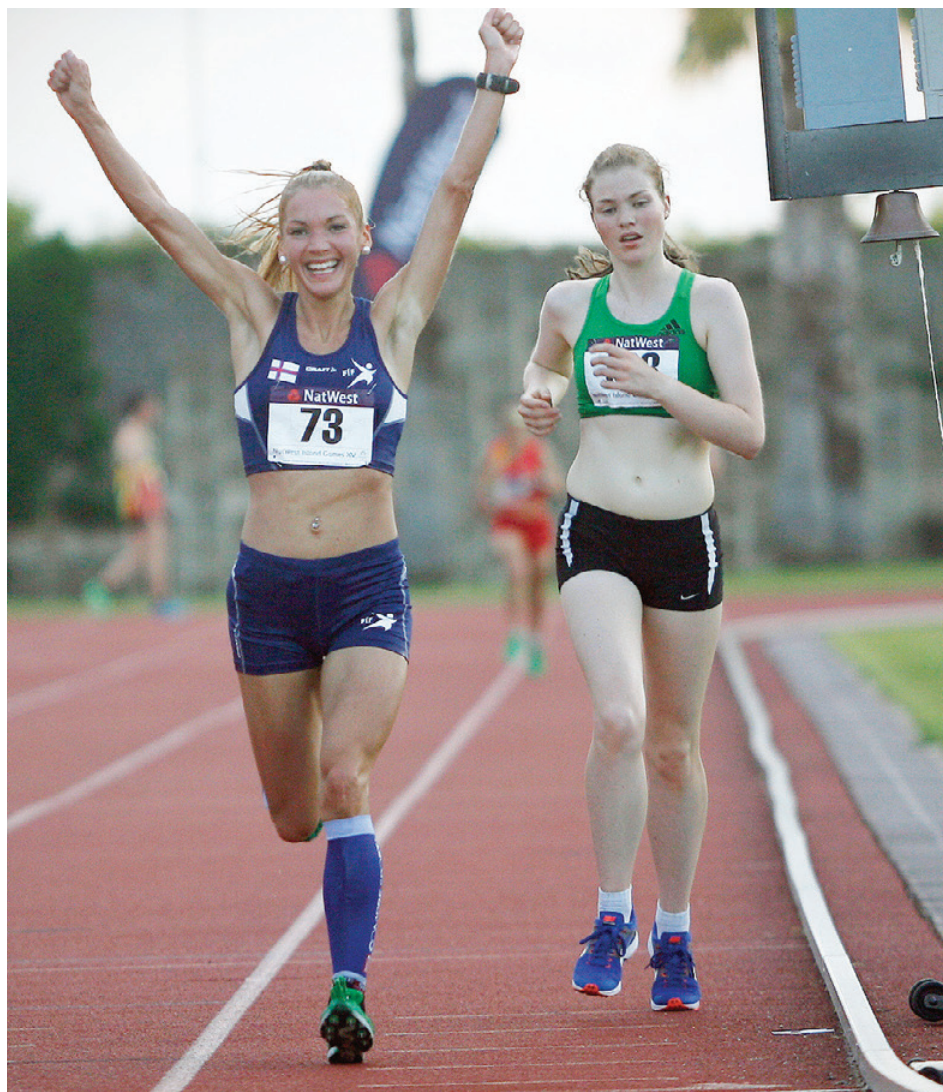
Helst favorittur

Tær vóru seks, sum byrjaðu renningina, men so við og við fullu kappingarneytarnir frá, og at enda var tað bara Gail Griffiths av Isle of Man, ið megnaði at hanga í, men eisini hana setti Valborg av, so hon at enda var 12-13 sekund aftanfyrri, og nummar trý, Ashley Estwanik frá Bermuda, kom á mál eini 46 sekund aftan fyri Valborg.

Fríggjadagin skal hon aftur lata seg í renniskógv-arnar, tí tá er hálvmaraton á skránni, sum er góðar tvær ferðir so langur teinur sum tann, hon rann í gjárkvøldið. Men Valborg sær fyri sær, at hon fer at brúka umleið sama framferðarhátt:

– Eg fylgi altíð væl við og royni at halda meg innan fyri eitt vist, so eg ikki brenni meg út ella haldi meg ov lágt. Klokkan verður sjálvandi brúkt, sigur hon, fyri síðani at svara spurninginum, um hon ikki er bangin fyri nú at vera favorittur í tí kappingini:

– Nei, eg eri ikki bangin fyri, at hinar nú kanska halda meg vera ein favoritt. Eg veit, hvat eg kann, og hvat hinar so halda, kann gera tað sama. Eg geri tað, sum eg kann.



Óskrivað blað

Valborg Heinesen, sum er úr Hoyvík, er millum føroyskar

rennarar eitt púra óskrivað blað – ella tað vil siga, at tað var hon...

Í samrøðu við Sosialin í mai greiddi hon frá, hvussu hon altíð hevur runnið,

Mansliðið í fimleiki hevur millum ár og dag vunnið nógva heiðursmerki, men í gjár eydnaðist altso fyrstu ferð nakrantíð at vinna gull í liðkappingini

men allikavæl ikki dugdi at síggja seg sum ein rennara. Eftir gullið í gjárkvøldið man sjálvt hon ikki ivast í tí longur!

Líka til í januar mánaði hevði hon vant einsamøll uttan nakra renniætlan, men síðani er ein av polsku landsliðsvenjarunum sjálvboðin farin at venja hana, og undan oyggjaleikunum á Bermuda hevði Valborg eitt greitt mál, sum var at vinna heiðursmerki á oyggjaleikunum. Check!

Síðani á heysti í 2007 hevur hon lisið til lækna í Szczecin í Polandi, har hon fekk prógv 29. juni, og tað er í sambandi við renning har, at polski landsliðsvenjarin og hon komu í samband við hvørt annað, og síðani hevur hann hjálpt henni sera væl. At hetta hevur munað, sóu øll, sum í gjárkvøldið vóru vitni til eitt sera sannførandi gullmerki!

MARNAR FEKK BRONSU

Hilmar Jan Hansen

Tað gjørdist tungt hjá bara 18 ára gamla Marnari Djurhuus at fylgja við teimum báðum fremstu í 10.000 metra renningini hjá monnum í gjárkvøldið, men allikavæl kýtti hann seg og gav alt, so tað eydnaðist at fáa bronsu. So sperdur var Marnar eftir renningina, at hann mátti leggja seg niður og fáa vætu, og í fyrsta umfarið varð hann

borin út á børu og fekk alla neyðuga hjálp á staðnum. Men tá heiðursmerkini skuldu handast, var hann longu klárur aftur.

Marnar var alla tíðina millum teir fremstu av teimum tilsamans átta rennarunum, og tá nakað leið út á renningina, vóru teir bara trý eftir. Hinir báðir fremru, Kevin Loundes frá Isle of Man og Thomas Fay av Orknøygjum, fóru tó eitt

sindur frá Marnari, sum tá bleiv liggjandi á triðja plássi-num.

Henda flotta bronsan var tó ongantið í vanda, tí eingin av rennarunum aftanfyrri, var í nánd av at hotta Marnar, sum kom á mál við tíðini 33:14.40 minuttir, sum var hálvanannan minutt frá gullinum og góðan hálvan minutt frá silvurinum.

hilmarjan@sosialurin.fo

