

UNDIR FÝRA EYGUM

Hvat er tað størsta, tú hevur avrikað?

– At svimja móti streyminum. At gera tað ógjørliga. Mín svimjiyrkisleið er mitt størsta avrik.



Um tú ikki vart svimjari, hvørja ítróttargrein hevði tú so valt?

– Eg vænti, at eg hevði verið rógvari. Kappróður fellur mær natúrligt. Bóltspæl er ikki tað, sum eg dugi. Eg dugi væl at ímynda mær, at eg fari royna meg innan kappróður, tá eg flyti heimaftur um nøkur ár.

– Eg eri heilt ótrúliga errin av úrslitunum til EM, tí kappingin kundi lættliga endað eins og OL. Men hesuferð dugdi eg at reisa meg, sigur Pál Joensen

Mynd: Marita á Rógvi

KVINNAN HANDAN PÁL

Tilveran sum yrkissvimjari er óvanliga krevjandi. Vant verður fleiri ferðir um dagin nærum hvønn dag. Neyv ætlan er alneyðug, um úrslit skulu spretta úr hørðu venjingini. Tað veri seg venjing, svøvnur, kostur og hvíld. Handan flestu ítróttarfólk

standa makar, sum stuðla og viðvirka til, at gjørligt er at liva lívið sum yrkis-ítróttarfólk. Ein slíkan maka hevur Pál Joensen í Maluni Vitalis Barendsen. – Malan veitir mær ógvuliga stóran stuðul. Hon er jú fyrrverandi svimjari, og tí ber til at

tosa við hana um alt, sum eg geri. Hon leggur næstan eins nógv orku í mína yrkisleið sum eg geri. Hon er við til flestu kappingarnar, og hvørt kvøld stendur matur á borðinum. Tað er ein lætti at hava eina damu sum Maluna, sigur Pál.

marita@sosialurin.fo

metrum til HM á stuttgeil í 2012. Støðan bleiv bert verri í desember 2012, tá Paulus Wildeboer steðgaði sum venjari hjá danska landsliðinum og hetta órógvaði allan landsliðshóp.

– Sum heild var 2013 var ikki eitt gott ár. Eg hevði ikki fastan venjara, og eg minnst í roynd og veru ikki, hvat eg gjørdi tað árið, sigur Pál hugsanarsamur. Eftir fleiri mánaðir í óvissu, fekk danska landsliðið loksins nýggjan venjara. Mæti avstraliarin Shannon Rollason byrjaði í mars 2013, og júst hesin nýggi venjarin fekk stóran týðning fyri Pál.

– Shannon minnir meg nógv um Jón. Hann hjálpti mær at arbeiða við sálarliga og taktiska partinum, og tað var júst tað, mær tørvaði, tá hann kom. Shannon lærði meg at hugsa rætt og ikki hugsa ov nógv um fortíðina og framtíðina.

Í desember 2013 svam Pál seg silvur til EM í Herning á stuttgeil, og nú byrjaði veruliga at ganga betur. Pál kendi á sær, at hugurin og viljin var til staðar, eins og at hann og Shannon høvdu fingið tekniska, sálarliga og taktiska partin í rættlag. Og hóast hann hevði fingið eitt silvurheiðursmerki á stuttgeil, so var tað á EM á langgeil í august 2014, at Pál skuldi vísa, at hann veruliga hevði rist OL-marruna av sær. Í svimjiheiminum er tað nevnliga týðningarmiklast at standas eg væl á langgeil, tí á OL verður bert svomið á langgeil.

Uppreisnin

EM í august 2014 fekk eina keðiliga byrjan fyri Pál. Fyrsta kappingin var 5 km havsvimjing, og í hesari grein tjóvstartaði Pál og varð disk-aður.

– Eg var ekstremt vónbrotin. Eg ivaðist ikki í, at eg lá væl fyri at vinna heiðursmerki.

Eftir dygga smeytin í havsvimjing, var innleiðandi svimjingin á 1500 metrum á skránni, og hendan kappingin gekk heldur ikki væl.

– Eg fekk eitt afturlit til OL. Eg svam illa, og eg var heppin at koma í finaluna, tí fleiri svimjarar høvdu ein ringan dag, eins og eg. Men eg hevði tikið við læru eftir OL. Eg dugdi at reisa meg aftur, tí eg visti, at eg var góður.

Eftir miseyðnaðu innleiðandi svimjingina var finalan á skránni, og restin er søga. Við einum framúr taktiskum avriki, vann Pál bæði silvur á 1500- og 800 metrum og hevði svomið sína bestu kapping síðan 2010. Og eins og ein røtt tjóðarhetja, fekk hann hetjumóttøku í Vági og í Tórshavn. Eingin ivi er um, at bragdið og endurreisnin hjá Páli ikki kann sammetast við nakað annað, ið onnur froyysk ítróttarfólk hava megnað – Pál er nakað heilt serligt.

– Eg eri heilt ótrúliga errin av úrslitunum til EM, tí kappingin kundi lættliga endað eins og OL. Men hesuferð dugdi eg at reisa meg, hóast havsvimjingin og innleiðandi svimjingin ikki gekk

eftir ætlan, sigur Pál. Eyguni lýsa, og hann sær veruliga errin út errin út. Tað hevur hann alla orsök at vera.

OL 2016?

Næst á skránni hjá Páli er at svimja seg til OL í 2016 í Rio. Og Pál er ikki í iva um, hvussu hann skal loysa ta uppgávuna hesuferð.

– Eg hugsar um OL, tá tíðin er búgvín. Tað gongur best, um eg havi annað at hugsa um enn svimjing. Eg skal liva í lötuni, so tað royni eg at hugsa um hvønn tað. Eg gangi í skúla, og so skal eg giftast komandi summer, sigur hann brosand. Klokk-an er 10:30, og Pál er á vegis heim at hvíla seg, tí í morgin er enn ein dagur fyri framman á Bellahøj Svømmestadion. Fyri okkum froyingar er tað eitt bragd í sjálvum sær, at vit hava ein slíkan ítróttarmann eins og Pál, ið megnar at svimja seg til eina OL-finalu ella vinna EM-silvur. Men Pál vil meira, og tað er júst slíkur hugburður, ið myndar eina tjóðarhetju. Um nógv ár fara vit tískil ikki at minnst Pál sum tjóðarhetjuna ið snávaði á OL og gavst at svimja. Vit fara hinvegin at minnst hann sum tjóðarhetjuna ið reistist og sýndi meg og? Hvørt annað verður lagt afturat síðsta setninginum liggur í framtíðini, men undirritaða situr við teirri kenslu, at vit fara at eygleiða nógv stór úrslit frá unga vágbinginum. Eisini í 2016 í Rio.

marita@sosialurin.fo

UM PÁL JOENSEN



Svimjarin Pál Joensen er 23-ára gamal og er ættaður úr Vági. Hann er sonur Kaj Joensen Thurid Kjærbo og hevur tveir beiggjar, sum eita Eyðbjørn og Elmar Joensen. Umframt at vera yrkissvimjari, lesur Pál Joensen Erhvervsøkonomi og projektledelse (HA pro) á CBS. Hann býr í Kastrup saman við unnustuni, Maluni Vitalis Barendsen av Tvøroyri ið lesur til lækna. Eftir ætlan ganga tey saman í hjúnarlag í august 2015.

Merkisverd úrslit:

- 2008 EJM, Beograd: Gull í 400, 800 og 1500 metra frísvimjing
- 2010 EM, Budapest: Silvur í 1500 frí á langgeil
- 2012 HM, Istanbul: Bronsu í 1500 frí á HM á stuttgeil
- 2013 EM, Herning: Silvur í 1500 frí á EM á stuttgeil
- 2014 EM, Berlin: Silvur í 800 og 1500 frí á langgeil