



BEIN SUM KÓKAÐ SPAGHETTI

Tað tekur einans fá sekund at skifta frá súkkling til renning í triathlon, men tað er umráðandi at venja tað, tí beinini kunnu kennast sum kókað spaghetti. – Hevur tú ikki vant skiftið, so kanst út koma lort í býin, sigur Evald Rasmussen, eldsál í føroyskum triathlon



Pætur Albinus

Tað verður ein royndur hópur, sum fer at umboða Føroyar í triathlon á oyggjaleikunum í Gotlandi. Við Gunnari Dahl-Olsen á odda og einum Andrass Joensen í góðum formi umframt væl upplagdar kvinnur, so eru líkindi fyri at fáa góð úrslit.

Teinurin, ið íðkararnir í triathlon skulu ígjøgnum, er 1.500 metrar svimjing, 40 kilometrar súkkling og at enda 10 kilometrar renning. Hetta er ein teinur, ið eisini er kendur sum OL-teinurin.

Útisetar

Seks íðkarar, fyra menn og tvær

kvinnur, umboða Føroyar í triathlon hesaferð. Tey eru øll roynd innan renning, súkkling og triathlon.

Herfyri hava tey luttikið í tveimum kappingum í Danmark, og har vóru úrslitini góð. Andrass Joensen og Annelisa Jústadóttir Møss blivu bæði nummar trý í sínum aldursbóki.

Andrass Joensen býr í Danmark og venur fast við einum felagi har. Tað sama gera Karina Ottosen og Annelisa Jústadóttir Møss, sum báðar búgva í Danmark.

Vónirnar

Støðið í triathlon á oyggjaleikum er gott, og serliga eru tað íðkarar frá Isle of Man, Guernsey, Jersey og Gibraltar, sum eru ógvuliga

væl fyri, og fleiri teirra eisini iðka triathlon hálva tíð.

Úttøkkukapping hevur verið á einum teini við Gomlurætt, ið eisini strekti seg yvir Velbastað og Kirkjubø, og her var veteranurin Gunnar Dahl-Olsen skjótastur. Honum á baki var Andrass Joensen, og saman við honum fylgdist Karina Ottosen, ið annars hevur sagt seg ikki vera í so góðum formi.

– Eg ivist onga løtu í, at tá ið hon sigur ja til at vera við, so venur hon somikið miðvíst, at hon verður sera væl fyri, sigur Evald Rasmussen, eldsál í føroyskum triathlon og ein av teimum í ferðalagnum, sum fer til Gotlands. Gunnar Dahl-Olsen verður settur at vera besta boð upp á at tryggja Føroyum eitt gott úrslit.

Venjingin

Tað snýr seg um at venja nógv, men so sanniliga eisini at venja gløgt.

– Vit hava vant nógv hvør í sær, men so eru vit eisini komin saman fyri at venja skift. Tað eru serliga skiftini, sum eru umráðandi – ikki tað, skiftið sjálvt tekur einans 20 sekund, men beinini eru gjarna sum kókað spaghetti tá ið tú kemur av súkkiluni, og tú fert skinklandi avstað til renningina. Hevur tú ikki vant skiftið, so kanst út koma lort í býin, sigur Evald.

– Venur man tað fast í nakrar mánaðir, so hevur man betri møguleikar at fáa ferð á tann fyrsta kilometurin ella báðar tveir av renningini, sigur Evald Rasmussen at enda.

Luttakarar

Menn

Gunnar Dahl-Olsen
Andrass Joensen
Kári Davidsen
Hanus Joensen

Kvinnur

Karina Ottosen
Annelisa Jústadóttir Møss