



RÁÐSTEVNAN VERÐUR ENDURTIKIN

Í ár verður ráðstevnan um barna- og ungdómsfótbólt fríggjadagin og leygardagin, 2. og 3. mars. Tilmeldingarfreistin er 19. februar

Mynd: Hans Erik Danielsen

Arbeiðið við at menna føroyskan barna- og ungdómsfótbólt heldur fram. Í fjør var ráðstevna, sum fyriskuparnir halda riggaði væl. Tí verður ráðstevnan endurtikin í ár

Tródnur Arge

Aftur í ár fer FSF at skipa fyri ráðstevnu um barna- og ungdómsfótbólt. Í ár verður ráðstevnan í døgnum 2. og 3. mars, skrivar FSF.fo.

- Ráðstevnan í fjør eydnaðist væl, har eini 60-70 venjarar luttóku. Í ár útbyggja vit konseptið eitt sindur, við millum annað at fáa útlendingar á vitjan, umframt at luttakararnir hesaferð fáa møguleikan at gista fríggjakvøld.

- Vónandi kann hetta gera ráð-

stevnuna enn meira áhugaverða, og ikki minst økja um óformella fótbóltsprátið, nú luttakararnir fáa møguleikan at gista fríggjakvøld, sigur Pætur Clementsen, tekniskur stjóri í FSF.

Aftur í ár fer Fótbóltssamband Føroya at skipa fyri ráðstevnu um

barna- og ungdómsfótbólt. Hesaferð verður ráðstevnan í døgnum 2. og 3. mars. Endamálið við stevnu ni er at geva teimum, ið fáast við barna- og ungdómsvenjingar úti í feløgnum íblástur og høvið at hittast og prátta um fótbólt.

- Við hesari ráðstevnu ynskja

vit at skapa eitt tiltak, har venjarar kunnu fáa fakligan íblástur, og vónandi kann hetta eisini bliva eitt hæddarpunkt á árinum hjá øllum barna- og ungdómsvenjarum í Føroyum, sigur Pætur Clementsen við heimasíðuna hjá FSF.

trondur@sosialurin.fo

Fótbóltur er heilivágur

Tað er framvegis niðurstøðan, eftir 150 kanningar, sum staðfesta, at fótbóltsvenjing fremur hjarta-, evnisskiftis-, og vødda-beinagrindarheilsu. Fótbóltsvenjing virkar sostatt sum breiðspektraður heilivágur

Tródnur Arge

Magni Mohr, leiðari á Deplinum fyri Heilsu- og Almannagransking á Fróðskaparsetri Føroya, hevur útgivið meta-analysu review saman við donskum og serbiskum granskarum í høgtmetta tíðarritinum British Journal of Sports Medicine við heitinum "Broad-spectrum physical fitness benefits of recreational football: a systematic review and meta-analysis".

Greinin viðger data í teimum umleið 150 vísindaligu greinunum, sum eru útkomnar, har fyrst og fremst Magni Mohr og hansara altjóða samstarvsfelagar hava

nýtt fótbóltsvenjing sum heilsu-frama og viðgerð av fólkasjúkum. Meta-analysan staðfestir, at fótbóltsvenjing fremur hjarta-, evnisskiftis-, og vødda-beinagrindarheilsu. Fótbóltsvenjing virkar sostatt sum breiðspektraður heilivágur.

Magni hevði framløgu

Greinin kom út á fyrstu altjóða ráðstevnu við heitinum "Football is Medicine", sum á føroyskum merkir "fótbóltur er heilivágur", sum var í Lissabon í Portugal, fyri tveimum vikum síðan. Magni Mohr hevði høvuðsframløgu og May-Britt Skoradal frá Fróðskaparsetrinum

legði eisini sína gransking fram. 300 luttakarar úr øllum heiminum tóku lut. Onnur "Football is Medicine" ráðstevnan verður í Odense í januar 2019.

Fótbóltur er heilivágur, er grein av stóra altjóðakonseptinum "Exercise is Medicine", ið verður umsett til venjing er heilivágur, sum hevur 10 ár á baki, og sum arbeiðir fyri at fáa kropsliga venjing sum fasta viðgerð av lívstílsjúkum. Í USA meta granskarar og læknar, at kropsligt óvirkni nú er størsta deydorsøkin og hevur yvirhálað royking.

trondur@sosialurin.fo

