

TÍÐINDI



GRANSKING SKAL LYFTA FØROYSKU SVIMJARARNAR

Ein granskingarverkætlan skal lyfta føroysku svimjararnar á eitt enn hægri støðið. Fróðskaparsetur Føroya og Svimsambandið fáa 1,5 milliónir krónur í stuðuli til at keypa útgerð

Danjal av Rana

Seinastu árin er allur ítróttur vorðin nógv meiri vísindaligur. Farnir eru dagarnir, tá fótbóltur á hægsta stigið bara snúði seg um 22 mans og ein fótbólt. Tøknin vinnur meiri og meiri pláss og enn tá undir dysti bera spælarar ymisk tøknilig tól, sum senda felagnum kunning um fysisku støðuna hjá spælaranum.

Í Føroyum vindur tað tøkniliga og hagtsliga eisini meiri upp á seg, serliga innan fótbólt og hondbólt, men nú kemur svimjingin eisini.

Svimsamband Føroya fer í næstum undir stóra verkætlan saman við Fróðskaparsetrinum, til at byggja upp eina røð av standardtestum til føroyskar svimjarar. Hetta í samstarvi við Human Performance Lab á granskingardeplinum iNOVA og Københavns Universitet, og við fíggjarligum stuðli frá altjóða svimsambandinum FINA.

SSF og Fróðskaparsetrið søktu um stuðul til menning av eini røð av standardtestum til føroyskar svimjarar, undir heitinum “Building a Testing Regime for Faroese Swimmers”.

- Verkætlanin strekkir seg yvir 4 ár, so at vit í 2021 vónandi hava eina reglufasta skipan til test av føroyskum svimjarum, sigur Rókur í Jákupsstovu.

Magni Mohr, saman við Fróðskaparsetrinum og iNova, hava kannað útvaldar føroyskar svimjarar eftir einum leisti, sum verður enska olympiska sambandið brúkar til sínar rennarar, súkklarar og rógvarar.

- Sannleikin er, at tá ein svimjari svimur, vita vit ikki, um orsøkin til tíðina hjá honum er styrkin ella teknikkurin. Vit vita ikki, um hann má gerast sterkari ella fáa betri teknikk fyrri at gerast ein betri svimjari, sigur Magni Mohr.

Tí eru tey farin undir hesar kanningar í venjingarhølinum hjá iNova á Hálsi

í Havn. Kanningin mátar styrkina í tøkunum hjá svimjarunum yvir tíð.

- Vit hava longu fingið onkur áhugaverd úrslit. Til dømis vístu kanningarar, at ein svimjari í veruleikanum svam skeivar teinar og eignaði seg betur til eitt annað slag av svimjing. Hesin hevur síðani sett fleiri met á nýggja teininum. Ein annar fekk at vita, at kanningarúrslitini vóru betri enn kappingarúrslitini. Síðani hevur hann lyft seg, vann sær pláss á Oyggjaleikunum og hevur sett føroyskt met, sigur Rókur í Jákupsstovu, formaður í Svimsambandinum.

Fyrsti parturin av kanningini verður gjørdur uppi í iNova. Svimsambandið verða har knýttir til eina maskinu, sum mátar styrkina í tøkunum hjá teimum.

- Í trýggjar minuttir skulu svimsambandið lyfta svimjararnar so skjótt teir klára. Hetta er sera hart fyrri teir. Maskinan skrásetir síðani, hvussu nógv kraft (watt) er í tøkunum hjá teim-

um. Tað, sum vit síggja, er at teir koma skjótt upp í topp, men síðani dalar styrkin í tøkunum aftur, alt eftir, hvat slag av svimjarum teir eru. Eru teir sprintarar, hava teir ein høgan topp, men dala síðani skjótt aftur, meðan langteinarsvimsambandið hava kanska ikki líka høgan topp, men dala spakuligari og hava harðari tøk yvir tíð, sigur Magni Mohr.

Hesar kanningarar eru grundarlagið undir eini nýggjari vísindaligari grein, sum menninir handan hetta átakið, skrivað.

Ein annar partur av hesi granskingarverkætlanini hjá Svimsambandinum er at keypa tól, sum skulu festast á svimsambandið, tá teir svimja. Hesi tólini skráseta so alskyns kunning um svimsambandið, sum longd á tøkum, splitt-tíðir, hvussu long frásøknir frá veggnum eru og annað.

Endamálið við øllum hesum er at fáa betri kunnleika um svimsambandið, sum síðani kann nýtast til at betra um

venjingina hjá teimum.

- Vit kunnu ímynda okkum, at vit hava nakrar skrúvur at skrúva í venjingini hjá svimsambandinum. Ein slík skrúva er venjingarnøgð, ein onnur kappingar, ein triðja suksessupplivsi. Hesar skrúvurnar kenna vit væl og duga væl at brúka. Tvær aðrar skrúvur eru mental venjing og gransking. Her er tað, at vit hava nógv at læra. Nú fáa vit møguleikan at stilla hesar skrúvurnar rætt og vónandi fer tað at føra til betri úrslit hjá svimsambandinum fram yvir, sigur Rókur í Jákupsstovu.

FINA veitir Svimsambandinum stuðul til at keypa trý slík sett, sum skulu nýtast í svimsambandinum í Klaksvík, í Gundadali og í Páls Høll í Vági.

- Tað er eitt sindur spell, at smáu feløgini vera við sviu-soð, men vit hava valt hesar trýggjar hylirnar, tí at teir eru einastu FINA-góðkenddu svimsambandið í Føroyum. Tað gevur lítla meining, at nýta útgerðina til at kanna, hvussu vit kunnu gerast

betri at svimja kappingar í 16m hylum, tí tað gera vit ongantíð, siur Rókur í Jákupsstovu.

Altjóða svimsambandið FINA hevur stuðlað verkætlanini við hálvari aðrari millión, meðan hálv onnur millión verður fíggjað úr Føroyum.

Granskararnir í verkætlanini eru Magni Mohr, Phd og lektari í Human Fysiologi á Fróðskaparsetri Føroya, og Nikolaj Nordsborg, Phd og lektari í Human Fysiologi á Københavns Universitet. Hartil Juan Jaime Arroyo Toledo, høvuðsvenjari hjá Ægir og Phd í ítróttarvísund.

- Svimsamband Føroya heldur at hetta átak hjá FINA er ein kærkomin hjálp, til okkum at kunna byrja uppá veruliga skipað landsliðsarbeiði, við útgerð og royndum sum kunnu hjálpa okkara svimsambandið fram til enn betri úrslit, sigur Rókur í Jákupsstovu.