

Ítróttur

Navn: Rókur Trygvason
Aldur: 18
Yrki: Svímjari



5 SKJÓTIR

Fimm skjótir spurningar til føroysk ítróttarfólk...

Hey Rókur! Hvussu gekst á Bergen Swim Festival?

- Tað gekk fínasta slag. Fyrsta dagin svam eg 1.06,4 í 100m bringu og í 100m frí 53,8. Sum er næstan javnt við bestu tíð í bæði 100m bringu, sum er 1.06,1 frá somu kapping síðsta ár, og frí har besta tíðin er 53,7 frá RIG í ár. Eg fekk ein kjans afturat at svimja 100m bringu í B-finaluni, og svam næstan somu tíð aftur, 1.06,6. Næsta dagin hevði eg bara 200m bringu, og tá svam eg 2.26, sum er eitt vet frá bestu tíð, 2.24, sum eg svam í somu kapping síðsta ár. Eg fekk kjansin aftur um kvøldið í B-finaluni og svam 2.25. Triðja dagin hevði eg 50m bringu og frí. Eg svam bestu tíð í bringu, 30,7. Fyrrverandi besta tíð var 30,9 frá somu kapping síðsta ár. So svam eg 24,1, sum eisini var besta tíð í 50m frí, og eisini nokk til at sleppa við til B-finaluna. Besta tíðin, sum eg hevði svomið áðrenn, var 24,4 frá RIG í ár. Í finaluni svam eg 24,0, aftur bestu tíð.

Hevði tú væntað at tikið metið frá Pál Joensen, ið tú tók herfyri?

- Faktiskt, ja. Eg svam 23,27 í NM í desembur, sum er einans 0,08 sekund frá fyrrverandi metinum. Eg hevði fyra kjansir til Atlantic Open í síðstu viku. Vit skuldu svimja 4x50m staffett leygarmorgunin, og eg visti hvørjum eg royndi eftir. Eg slapp at byrja stafettina, tí at tann, sum byrjar stafettina, hevur ein vanligan start, og ikki ein flúgvandi start. Eg svam 23.33. Vit sluppu í finaluna, og tá svam eg 23.26. Sunnumorgunin svam eg aftur 50m frí, men hesafer sum eina ordiliga kapping. Eg svam 23.22, sum var bert 0,03 sekund frá metinum. Eg føldi, at eg fór at klára tað seinnapartin til finaluna. Og tað gjørdi eg. (23.14)

Hvørjar kappingar eru næst á skránni?

- Tær eru FM á langgeil, ABMS og oyggjaleikir. Men eg taki eina kapping í senn.

Hvussu nógvur tímar venur tú svimjing um vikuna?

- Tað liggur við umleið 21 tímar. 6 svimjivenjingar seinnapartin, 5 morgunvenjingar og 4 venjingar í fitness.

Hvat er títt mál sum svimjari?

- Størsta málið hjá svimjarum plagar sum oftast at vera OL, men eitt av mínum størstu málum er at gera tað besta eg kann. Og eg hopi eg klári tað við at altíð mæta til venjing og gera tað besta eg kann. Um eg ikki klári tað, hvussu kann eg so gera so stór mál, sum krevja tað allarbesta? Aftaná eg havi klára tað málið, so fara móguleikar til kappingar, ið eg vil gjarna vil við til, at koma.

Ummæli:

Brødre på landevejen

★★★★★

Danska súkklustjórnan, Chris Anker Sørensen, og hálvbeiggin, Allan Bo Andresen, geva í sínari felags ævisøgu eitt framúr gott og serligt innlit í súkkluheimin, har teir báðir umvegis drúgvu royndirnar sum súkklarar vita eina rúgvu og meistarliga upplýsa lesaran um mangt og hvat.

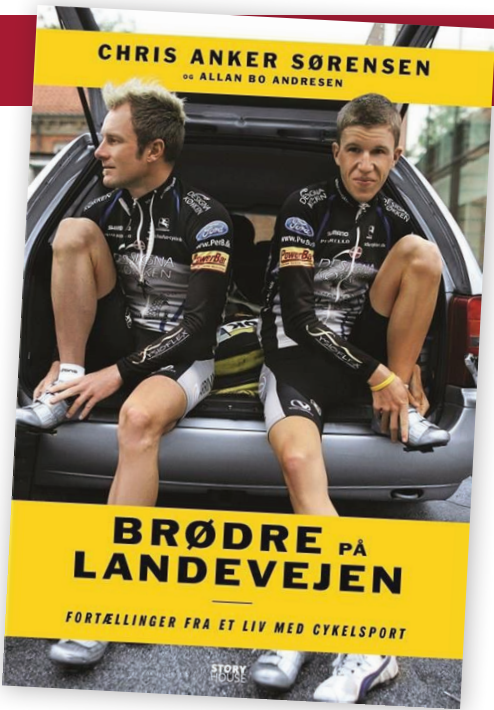
Av tí at tað eru tveir, ið greiða frá, og ein triði, ið hevur skrivað bókina, so er forteljarahátturin øðrvísi enn í vanligum ævisøgum. Teir báðir skiftast um at greiða frá, og hóast tað helst er hugaligari at hoyra søgurnar hjá Chris Anker Sørensen, ið súkklaði á væl hægri støði enn bróðurin, so halda frágreiðingarnar og søgurnar seg altíð innan somu øki og somu evni.

Teir yvirlappa hvønn annan væl, og soleiðis fer tað ongantið av sporinum. Tað er eisini greitt tilskilað hvør teirra greiðir frá, og soleiðis er tað heldur ongantið ørkymlandi.

Chris Anker Sørensen er tiltikin sum ein serstakliga skemtingarsamur maður, og tað er eisini eyðsýnt í hesi bókini, har tað stundum er sera stuttligt at lesa um tær mongu søgurnar hjá honum. Hann hevur heilt serlig evni at greiða frá, og tað er sera gott undirhald.

Hóast stuttleika og látur, so nerta teir eisini við meira álvarsom evni – eisini úr privatlívinum, har lesarin eisini verður tikin við.

Tað, ið sermerkir hesa ævisøguna, er, at hon avdúkar eina rúgvu og fer niður í teir minstu smálutirnar. Teir báðir eru ikki knýttir at nøkrum liði longur, og hava tískil frælsið at siga alt bart út. Tað gera teir sanniliga eisini, og teir eru



ikki bangnir fyri at avdúka eitt nú gamlar leysasøgur og lønarupphæddir. Hetta gevur lesaranum eitt serligt innlit, og tað er forvitnisligt at lesa.

LES, UM TÚ: Hevur áhuga í súkkling ella vilt fáa eitt serligt og øðrvísi innlit í súkkluheimin.

IKKI LES, UM TÚ: Ikki dámar súkkling. So ber illa til at verða fangaður av hesi bókini.

HVUSSU ER AT LESA: Hugtakandi og stuttligt, allatiðina - tú hevur ikki hug at blaða eina síðu um.

HVAT SIGUR TÚ: Bókin er eitt frískligt lot til tann mangan eintáttaða forteljaraháttin í ævisøgum.

FAKTA: Bókin varð útgivin í 2018. Høvundur er Nikolaj Albrechtsen. Bókin er 332 blaðsíður og fæst í bókabúðunum fyri umleið 230 krónur.

Quizzin

Royn tína vitan um ítróttin her og nú!

Svarini standa niðast til vinstri, men royn teg nú fyrst

- 1 **Úr hvørjum landi er nýggi NSÍ-leikarin, Peder Nersveen?**
- 2 **Nær vann Neistin seinast FM í manshondbólti?**
- 3 **Í føroyskum kvinnufótbólti er ÍF/Vikingur í ár lagt saman við eitt triðja felag. Hvat felag er tað?**
- 4 **Hvussu eitur svimjifelagið í Klaksvík?**
- 5 **Hvussu eitur aðalskrivarin í Fótbóltssambandi Føroya?**
- 6 **Hvat bilmerki koyrir fimmfaldaði heimsmeistarinn, Lewis Hamilton, fyri í formil í?**
- 7 **Hvussu eitur norska liðið, sum Odmar Færø spælir við?**
- 8 **Hvussu eitur H71-leikarin á myndini?**



1-3 røtt: Tú mást lesa in.fo og Sosialin nakað meir
4-5 røtt: Nú byrjar at líkjast
6-7 røtt: Tú fylgir bara væl við
8 røtt: Fantastiska flott, tillukku!



Moise Kean mátti leggja oyra til rasistisk róp, tá Juventus í síðstu viku vann 2-0 á Cagliari. Tá hann sjálvur stóð fyri seinna málinum, fór hann beina leið til Cagliari-fjeppararnar at fáa sína hevnd

1. Noreg
2. 2011
3. B68
4. Føroyar
5. Vítur Hvidbro
6. Mercedes
7. Hammarámetarvene
8. Brandur Halgústsson
9. (Hammarámetarvene)
10. B68