

fara at venja. Sunnudagur er meira vanligur, sigur June.

Börnini fara tíðliga upp at venja vanliga gerandisdagar, so leygardag og sunnudag leggja tey seg ofta aftur at hvíla seg eina løtu.

– Vit fara til føðingardagar og annað í familjunni, men vanliga koma börnini ikki fyrr enn aftaná venjing. Venjingina vilja tey ikki missa, sigur June.

Hóast venjingin fyllir nógv, so er kosturin, sum tey eta, vanligur.

– Tey eta allan vanligan fjølbroyttan mat og nógv fiskaprotein. Rókur drekkur ikki te og etur vanliga ikki mjólka-

Í summar fara vit øll familjan umframt mamma og pápa til oyggjaleikirnar á Gibraltar, og í heyst fara vit við, tá ið venjingarlega verður í Spania

úrdráttir, tí tað sýrar hjá honum. Venjarin hevur sagt, at tá ið tey venja rætt, so kunnu tey eta alt, sigur June.

Fritíðarvirksemi

June og Trygvi hava vanligar arbeiði, hon er námsfrøðingur og hann er timburmaður. Trygvi hevur sína egnu fyrirtøku,

sum eitur TJ smíð. Fýra mans eru í arbeiði.

– Av tí at eg eigi fyrirtøkuna sjálvur, so kann eg laga arbeiðið eitt sindur eftir, hvat annað er á skránni. Men vit hava nógv at gera, so eg eri eisini noyddur at arbeiða nógv, sigur Trygvi.

June arbeiði í barnagarðinum í Leirvík, har

hon arbeiðir 35 tímar um vikuna. Hon nýtir eisini tíð til annað frítíðarvirksemi.

– Eg gangi í kvøldskúla til seyming og eri í bindi-klubb. So er tað familjan, svimjing og annað, sigur June Jónsveinsdóttir at enda.

frants@sosialurin.fo



– Kul at møtt Rebeccu Soni

Rebekka Trygvadóttir, 15 ár Bringusvimjari.

Rebekka hevur svomið, síðani hon var heilt lítil. Og tað gongur væl hjá henni.

Hon vann til dømis 17 gullheiðursmerki í aldursbólakappingini í Klaksvík í 2017 og í 2018 vann hon 14 gull.

Herfyri betraði hon sítt persónliga met í 400 metrar blandað við heili 7 sekundum, og kláraði sostatt kravtíðirnar fyri at sleppa við til oyggjaleikirnar á Gibraltar í summar.

Nógvar kappingar eru fyri framman, millum annað FM, aldursbólakapping, oyggjaleikir og Evropeiskir leikir fyri

juniorar í Baku í Aserbadjan í juli.

Rebekka venur 21 tímar um vikuna.

– Tað er gott, at beiggi og eg venja saman. Vit stuðla hvørjum øðrum, sigur Rebekka.

Hon hevur vant saman við ungarsku svimjistjórnum Katinu, sum var í Føroyum herfyri, og so hevur hon eisini verið í kapping saman við Saru Sjöström, sum er ein av bestu svimjarum úr Svøríki.

– Eg kundi ynskt at møtt Rebeccu Soni úr USA, ið hevur vunnið seks olympisk gullheiðursmerki. Tað hevði verið ordiliga kul, sigur Rebekka.

Hon gongur í 8.a í Fuglafjarðar skúla.



Svomið í kapping við svimjistjørnum

Rókur Trygvason, 18 ár. Bringusvimjari, nú eisini frísvimjari.

Rókur hevur svomið, síðani hann var heilt lítil. Hann eigur tvey føroysk juniormet og eitt føroysk met í 50 metrar frí. Tað heilt sjálvsama er, at Rókur Trygvason er bringusvimjari, men at hann slóð metið hjá Pál Joensen, sum var frísvimjari burturav. Metið hjá Róki Trygvason er 23,14, og tíðin hjá Pál var 23,19.

Rókur vann 17 gullheiðursmerki í aldursbólakappingini í Klaksvík í 2017 og aftur í 2018. Tað vil siga, at hann vann allar kappingarnar, hann var við í.

Hann venur 21 tímar um vikuna.

Á oyggjaleikunum á Gotlandi í 2017 vann hann bronsu í 100 metrar bringu, og triggjar bronsu í stafett. Í summar skal

hann svimja í fleiri greinum á oyggjaleikunum á Gibraltar.

Nógvar kappingar eru fyri framman, millum annað FM, aldursbólakapping og oyggjaleikir.

Rókur gongur á Miðnámi á Kambsdali, sum hann tekur student yvir fyra ár.

Í kapping í Italia fyrr í ár møtti hann Laszlo Cseh úr Ungarn og Chad le Clos úr Suðurafrika, og tað heldur hann var stórt, tí teir hava vunnið fleiri heiðursmerki. Chad le Clos hevur millum annað vunnið á besta svimjarinum og ítrottarfólk nakrantíð, Michael Phelps.

– Eg kundi hugsað mær at møtt Adam Peaty úr Onglandi, sum er heimsins besti bringusvimjari nakrantíð. Og Vladimir Morozov úr Russlandi, sum er ein av heimsins bestu frísvimjarum, sigur Rókur.



Svimur ikki longur

Eva Trygvadóttir, 22 ár. Bringusvimjari.

Eva hevur svomið, síðani hon var heilt lítil. Hon hevur átt eitt føroysk met, og tað var í 50 metrar bringu. Hon var eisini við til at vinna gull í stafettini á oyggjaleikunum á Isle of White í 2011.

Hon fekk trupulleikar við økslina, og svimur ikki so nógv longur. Hon hevur verið svimjivenjari, men tað er hon tó ikki í løtuni. Hon gongur nú á HF og arbeiðir sum avloysari í heima-

tænastuni í Norðoyggjum.

Hon eigur trý ára gomlu Maja Evudóttir. Hon er byrjað á plaskiliðnum í svimjing.

– Tað hevur verið stuttligt at svomið, og eg haldi ikki, at eg havi mist nakað við at nýtt so nógva tíð til svimjingina, sigur Eva.

– Eg veit ikki, hvussu tað verður vit Maju, um hon eisini fer at svimja. Hon hevur eina fastur, ið er sera góð í estetiskum fimleiki, so tað kann eisini vera, at hon fer tann vegin, sigur Eva.



Yngsta barnið svimur eisini

Róa Trygvadóttir, 10 ár. Bringu- og frísvimjari.

Svimur við Ægir.

Hon er longu við í kappingum og klárar seg væl í frí og bringu.