



nýggj umhvørvi. Hann veit eisini nær hann skal traðka til, sigur Håkan Ericson.

Sjálvur er Rickard Dahan spentur upp á at arbeiða við føroyska landsliðnum. Hann var ikki so sinnaður at arbeiða við einum fót bóltliði beint nú, men tað er eitt sindur øðrvísi við einum landsliði.

-Munurin á einum landsliðið og einum felagið er, at tú úttekur bara frískar spælalarar til landsliðið. Tí er uppgávan eitt sindur øðrvísi. Eg eri ein fysioterapeutur, sum fæst nógv við skaðafyrirbyrgjandi virksemini. Eg helt at tað ljóðaði spennandi, at sleppa at arbeiða við einum føroyskum landsliðið. Tað er eitt sindur øðrvísi, tí fleiri av spælarum eru eitt nú ikki fulltíðarspælalarar. Vónandi kann eg eisini vera við til, at geva nøkrum spælarum nøkur amboð til at menna seg og koma víðari, sigur Rickard Dahan.

Landsliðsvenjarin leggur í skemti afturat, at tað er ikki tí hann kennir Zlatan Ibrahimovic, at Rickard Dahan er biðið, men tað er bara ein ágóði.

Igor skal styrkja sinnalagið á landsliðnum

Tað hevur fleiri ferðir verið sagt, at føroysku spælarnir fáa nøkur býtt gul kort, tá teir byrja at munnhøggast við dóm-aran, ella tá sinnalagið fer við teimum. Nú er ein maður settur, sum millum annað skal takla slíkan atburð. Igor Ardoris er ein svenskur mentalvenjari, sum hevur arbeitt nógv saman við ítróttarfólki, Hann útmerkar seg í at fáa fólk at avrik í

kroystum støðum, tá trýstið er stórt. Eitt nú hevur hann eisini arbeitt saman við lógreglufólk, fólk í sjúkrahúsverkinum og vinnulívsfólki.

-Fyrst og fremst, so skal hann hugsa um hópin sum heild. Hann er serfrøðingur í at hjálpa bólum og einstaklingum, í at avrika í torførastu umstøðunum, sum tú kanst ímynda tær. Oftani snýr tað seg um at hava eitt ávíst fyrilit, um at hugsa á ein ávisan hátt, so at tú klárar at hava tamarhald á tankum og kenslum. Tað dugur Igor avbera væl. Tað kropsliga hevur nógv at siga, men tað verður stýrt av sinninum, sigur Håkan Ericson, sum hevur tikið Igor Ardoris inn, eftir at hava víst áhuga fyri arbeiðinum hjá honum við sálarligari venjing.

Igor Ardoris heldur sjálvur, at tað er avbera spenandi at arbeiða við føroyska landsliðnum. Serliga, tá vit hava ryggin móti múrinum í flestu av dystunum.

-Tú heldur at Føroyar spæla undir trýsti. Eg haldi at hinir spæla undir trýsti, tí tá teir ikki sleppa líka lætt, sum teir væntaðu, so verða teir stressaðir. Klárar tú eitt nú at bróta dystin niður í tíggu minuttir á gangin, og fyri hvørjar tíggu minuttir hinir ikki sleppa í gjøgnum, blíva teir meiri stressaðir og tú fær meiri sjálvsálit, sigur Igor Ardoris.

Hann leggur afturat, málið nú er skapa eitt umhvørvi, har føroysku spælarnir kunnu avrika sítt besta. Hann hevur eisini eitt áhugavert sitat á heimasíðu síni, sum snýr seg um at duga at tapa.

- Áðrenn vit hava lært at

missa og tapa við tign; áðenn vit hava lært at mæta okkara dirvisloysi, øvundsjúku og ótryggleika samstundis sum vit hava okkara sjálvsvirðing, so er "viljin at vinna", bara ein desperatur og óttafullur dystur fyri ikki at tapa, sigur Igor Ardoris á heimasíðu síni.

Magni hevur kropsliga partin

Magni Mohr er eitt kent navn í føroyska ítróttarheiminum, har hann hevur arbeitt við fleiri føroyskum feløgum, umframt at hann hevur verið knýttur at feløgum sum Chelsea, Juventus og seinast sum partur av venjaratoyminum í spanska Deportivo La Coruna. Hann hevur fleiri ferðir verið nevndur í samband við landsliðsarbeiði, men hann hevur ongan leiklut havt uttan eitt stutt tíðarskeið undir Jógvani Martin Olsen.

Nú er professarin í fysiologi aftur í venjarasessinum í føroyskum fót bólti. Hann er settur sum fysiskur venjari hjá landsliðnum.

-Eg fekk skjótt at vita, at her búði ein kropsligurvenjari, sum hevur arbeitt við elituni í millum annað Italia. Eg helt tað ljóðaði áhugavert og spurdi hvør hann var. Nú er hann partur av venjaratoyminum, sigur Håkan Ericson.

Sjálvur gleðir Magni Mohr seg til uppgávuna. Hann kemur at verða partur av toyminum, tá landsliðið er samlað og skal hava nakrar venjingar. Hann gleðist eisini um, at føroyskur fót bóltur í løtuni ger framstig á kropsliga partinum av spælinum.

-Føroyskur fót bóltur er í rúkandi framgongd, men tað eru onnur lond eisini. Lykilin er at flyta okkum skjótari enn hini. Vit síggja eitt nú í Premier League, at tað økist við sprintum per dyst fyri hvørt ár, sigur Magni Mohr.

Håkan vil flyta liðið longur fram

Nýggi landsliðsvenjarin heldur fyri, at føroyska landsliðið hevur gjørt tað gott eftir umstøðunum, men hann hevur eisini nøkur ting, sum hann ynskir at gera øðrvísi.

Tað er væl altíð so, at tá tú kemur inn sum nýggjur venjari, so eru tað nøkur ting, ið tú sær eitt sindur øðrvísi uppá. Eg haldi, at føroyska liðið hevur gjørt tað væl við teimum fortreytunum, sum eru. Eitt av tingunum, sum eg kundi hugsað mær at fingið gjørt, er at flyta liðið longur fram á vøllin. Eg haldi at liðið verjur ov langt afturi á vøllinum. Tú endar við at bara verja brots-teigin, sum ger at tú gevur fleiri málmøguleikar vekk. Eitt nú við returbóltin ella skotum, sum raka ein verjuspælara. Tað er avgjørt eitt mál, at kunna verja eitt vet longur frammi, sigur nýggi landsliðsvenjarin, ið eisini ætlar sær at skapa fleiri málmøguleikar.

-Eitt annað er at fáa liðið at blíva eitt sindur meiri framrætta í spælinum, tá vit hava bóltin. Málið er at koma í fleiri góðar støður við fleiri spælarum í vandamiklum støðum. Harvið koma vit eisini til fleiri málmøguleikar, men vit skulu heldur ikki avslutta ov tíðliga.

Tað er torført fyri eitt føroyskt lið, at spæla betri og koma til fleiri málmøguleikar, men tað er neyðugt um vit skulu vinna dystir, sigur Håkan Ericson.

Hann leggur afturat, at tað verður ein spennandi avbjóðing at seta liðið saman av nýggjum.

-Eitt nú er Atli Gregersen givin. Tað merkir at liðið skal hava ein nýggjan leiðara og ein nýggjan miðverja. Men avbjóðingar sum hesar gera eisini, at tað eru aðrar hurðar, sum verða latnar upp. Tað kann gott merkja, at ein ella tveir spælalarar, sum ikki havi verið við í seinastuni, koma við aftur. Tað er tað sum er so spennandi við at arbeiða við fót bólti, sigur nýggi landsliðsvenjarin.

40 mans á listanum

Tað nærkast nú, at Håkan Ericson og nýggja toymið skal úttaka hópin til venjingardystirnar móti Danmark og Andorra í marsmánaði.

-Vit hava ein lista við eini 40 spælarum, sum vit halda eyga við og fylgja so tætt sum vit kunnu. Tveir teir fyrstu dystirnir vilja sjálvandi verða merktir av, at vit skulu til at kenna hvønn annan. Tað er ein stór uppgáva at skula spæla móti einum EM-klárum donskum landsliði, men tað er slíkt, sum fær tað at kitla í búkium, sigur Håkan Ericson at enda.

Fót bóltssambandið hevur nú dagført venjaratoymið, so tað í størri mun líkist tí, sum vit síggja mótstøðuliðini koma við. Tað er fleiri fólk innfyri og nýggj pláss eru gjørt, sum skulu gera umhvørvið til at avrika betri.