

Uptakt:

ØKTUR SKAÐAVANDI VIÐ NÓGVUM DYSTUM

Betri deildin 7. umfar: Fleiri feløg stríðast við skaðar, nú nógvir dystir eru á skránni. - Tað er í slíkum støðum at tey, sum fyrireika seg rætt og gjøgnumført fáa ágóðan, sigur Magni Mohr, nú 7. og 8. umfar verður innanfyri eina viku

TRÓNDUR ARGE

Fríggjadagin og leygardagin verður 7. umfar umfari í landskappingini. Longu týskvøldið og mikukvøldið er aftur umfar. Nógvu dystirnir hava sett sín dām byrjanina her í Føroyum, har fleiri feløg stríðast við skaðar og at lappa spælarar saman.

Tað er ikki bara í Føroyum, at koronasmittan hevur sett sín dām á landskappingina. Í Týsklandi eru nógvir skaðar, nú kappingin er byrjað aftur.

- Bundesligan hevur bara havt tvær vikur upptakt, og har eru yvir 30 vøddaskaðar og yvir 20 liðskaðar, sigur Magni Mohr, professari og kropsligur venjari hjá A-landslíðnum hjá monnum.

Hann heldur fyri, at vandin fyri at blíva skaddur er øktur í Føroyum í løtuni. Bæði tí talan er um fleiri miðvikudystir, men eisini tí uppstarturin hevur verið serstakur.

- Tað er ein øktur váði, tá tú spælir so nógvur dystir. Júst huvssu stóru váðin er, er eisini upp til hvussu feløgini hava fyrireikað seg. Tey feløgini, sum hava gjørt nógv við venjing og vant fót bólsrelateraða einstaklingavenjing, og síðani í smærri bólkum, hava ein fyrimun. Tá er tað ikki óforsvaligt at spæla so nógvur dystir, men tað er ein

hægri skaðaváði. Tað er í slíkum støðum at tey, sum gera tað ordiligt siggja, at tað er skilagott at gera tað rætt og gjøgnumført, sigur Magni Mohr.

Tað er heldur ikki nokk bara at venja. Tað skal vera fót bólsvenjing. Uttan dystir á størri økjum, so verða kroppurin, heilin og reaktiónsevnini ikki heilt trenaði til avbjóðingarnar í einum ordiligum dysti.

-Ert tú allatíð eitt splitsekund ov seinur í høvðinum, so er tað ein størri móguleiki fyri, at tú endar í støðum, sum ger at tú kanst koma til skaða. Í Týsklandi var uppstarturin bara tvær vikur og uuttan venjingardystir, vísur Magni Mohr millum annað á.

Tað er heldur ikki ókent, at spælarar fáa avbjóðingar og skaðar, tá venjingarmongdin og dystarferðin økist.

-Tað er tað sama, sum tá tú fert uttanlands at spæla. Tú skalt tú venja meir og spæla meir, men uuttan at blíva skaddur. Tað er ein tendensur, sum vit annars hava sæð við føroyskum spælarum, ið teir fara landinum at royna seg, sigur Magni Mohr.

Hann leggur afturat, at spælarar sum hava ein sunnan lívsstíl og eitt nú sova nokk, hava størri móguleika at koma ígjøgnum slík tíðarskeið.

Niðurstøðan hjá Magna Mohr er greið. Feløgini skulu leggja nógv fyri í fyrireikingunum.

B36-EB/Streymur (Beinleiðis á FM1)

Fríggjadagin klokkan 19

DÓMARI: KÁRI Á HØVDANUM

Í fjør gjørdi B36 reint borð móti botn-fimm. Har í millum trýggjar sigrar á EB/Streymi, sum er á vitjan í Gundadali fríggjakvøldið. 2-1 og 4-0 á Eiði og 3-0 í Gundadali. Seinast B36 setti stig til ímóti einum botn-fimm liðið var í 18. umfari í 2018, tá B36 í Gundadali spældi 2-2 móti EB/Streymi. Málskjúttarnir hjá B36 vóru fyrrverandi estiski landsliðsspælarin, Kaimar Saag, og Benjamin Heinesen. Fyrirnevndi gavst í B36 eftir kappingarárið. Fyri EB/Streym skoraðu Andras Olsen og Arnbjørn T. Hansen. Báðir eru enn í hópnum.

Seinast B36 tapti móti einum botn-fimm felagið var í 1. umfari í 2018. Mótstøðuliðið var eisini EB/Streymur. Hesa ferð í Streymnesi. Ragnar Danielsen skoraði avgerandi málið sje minuttir fyri tíð.

B36 er stórfavorittur at vinna í Gundadali fríggjakvøldið, men árstalsfelagið er í mótgongd. B36 tapti greitt í grannauppgerðini móti HB, meðan verjuparturin var lítið sannførandi í 4-2 ósigri num fyri Víkingi sunnudagin.

Andrias H. Eriksen var aftur á vøllinum, men er langt frá at vera í venjing. Hartil mátti Sonni Ragnar Nattestad út við skaða og Erling Dávidsson er framvegis skaddur. Tí skal B36 helst umskipa verjupartin, tí Alex Mellemgaard hevur framvegis leikbann.

Sundalagsmenn hava vunnið teir báðar dystirnar, sum teir skulu vinna. Á heimavølli móti TB og Skála. Dystirnir móti topp-fimm feløgnum eru bara bonus, um tað eydnast at fáa eitt

stig. EB/Streymur verður uttan Bjarna Petersen, sum er leigaður úr júst B36. Feløgini hava eina avtalu um, at spælarin ikki spælir móti B36.

Tað er ikki nógv, sum bendur á annað enn ein sigur til B36, men lagið er ikki gott í B36-húsinum í løtuni. Tí arbeiðir tíðin fyri EB/Streym, um B36 ikki fær hol á. B36 hevur sterkar einstaklingar sum Meinhard E. Olsen og Árna Frederiksberg, sum verða torførir at steðga.

SOSIALURIN TIPPAR 3-0

NSÍ-AB (Beinleiðis á FM1)

Fríggjadagin klokkan 19

DÓMARI: PETUR REINERT

NSÍ hevur útmerkað seg sum liðið, ið meistarar at seta botnfimm feløgini upp á pláss við ferðmiklum og tekniskum álopspæli. Soleiðis er eisini, tá NSÍ og AB mótast. Í fjør vann NSÍ allar innanhýsis uppgerðirnar samanlagt 12-2. Í 2018 var útfallið tað sama. Hesa ferð við málúrðøkuni 10-0. Í 2017 var AB í 1.deild og í 2014, 2015 og 2016 vann NSÍ eisini allar innanhýsisdystirnar móti AB.

Eina viku fyri kappingarbyrjan spældu argjamenn eisini ein venjingardyst móti NSÍ á Argjum. NSÍ vann 9-1. Tí sigur søgan, at tað verður ein greiður heimasigur við Løkin í fríggjakvøldið. Gongdin í hesum kappingarárinum leggur eisini upp til ein heimasigur. NSÍ hevur vunnið á TB, EB/Streymi og ÍF, meðan argjemenn hava tað trupult í botninum og lata nógv mál inn.

Heimaliðið er óbroytt frá javnleikinum í Klaksvík og argjamenn skulu tetta lekan, sum hevur latið tiggju mál inn upp á tveir dystir. Søgan og gongdin sigur, at tað verður ikki



fríggjakvøldið, at lekin verður tettur.

SOSIALURIN TIPPAR: 4-0

TB-ÍF

Leygardagin klokkan 14

DÓMARI: RÚNI GAARDBO

“Tað er fót bólsfebur í Fugla-firði”. Hesin setningurin hevur verið at hoyrt fleiri ferðir í ár. Tað plagar annars at verða tilfellið á Tvøroyri í fyrri hálvu av landskappingini. Higartil er bara eitt stig komið til haldar, og tað er eitt ávíst trýst á Michael Winter, sum er komin við seks útlandskum spælarum til hetta kappingarárið.

TB-liðið byrjar at líkjast sær sjálvum, men verður hesa ferð uttan Jens Erik Bruhn, sum hevur leikbann, eftir at hann fekk tvey gul kort í dystinum móti HB. TB hevur á heimavølli givið teimum stóru, KÍ, B36 og HB, rímliga skarpan gang, men tað er ósigurin fyri EB/Streymi, sum gevur ringasta smakkin.

TB hevur nú verið gjøgnum øll topp-fimm liðini og fingið eitt stig. Ein málleysur javnleikur í Sarpigerði móti Víkingi. Sum gongdin hevur verið seinna árin, so ber illa til at lasta TB fyri ikki at fáa stig í slíkum dystum,

LÍÐ TÍÐINDI



AB

Ikki við: Rógvi Poulsen (fóturin, 1 viku), Hans Jákup Anfinnsson (brot í fótinum, 2 mánaðir), Jákup Pauli Breckmann (leikbann, 4 gul)

Ivasamur: Jasper van der Heyden



B36

Ikki við: Alex Mellemgaard (Leikbann), Símun Rógvi Hansen (Knæskaði, 2-3 vikur), Erling Dávidsson (Knæskaði, 2-3 vikur), Hugin Samuelsen (Búkskaði, 3 vikur)

Ivasamur: Sonni Ragnar Nattestad



EB/STREYMUR

Ikki við: Poul G. Olsen (meniskur, 1 vika), Tóki H. Johannesen (heilaskjálvti, 1-2 vikur), Bjarni Petersen (hælsinan, 1 vika), Teitur D. Olsen (leikbann, 1 dyst), Bjarki Zachariasen (knæ, 1-2 vikur)



HB

Ikki við: Adrian Justinussen (brot í fótinum, 10-12 vikur), Tróndur Jensen (krossband, 12 vikur), Hørður Askham (krossband, 12 vikur), Jákup L. Thomsen (knæið, óvist), Teit Jacobsen (skurðviðgjørdur í knænum, 12-16 vikur)

Ivasamir: Delphin Tshiembe (lærkrikin)

Við aftur: Jógvan Rói Davidsen (brotið rivjabein)



ÍF

Ikki við: Pól Jákup Lundsbjerg (knæið, 4-6 vikur)