Nathalia Reinhardt var við til at svimja Føroyar til eitt bronsumerki í kvinnustafettini í blandaðari svimjing

Bronsusvimjing í Lerwick

Føroyska svimjilandsliðið vann týskvøldið bronsu í stafettunum hjá monnum og kvinnum, og Elspa Mørkøre og Juttan Thomsen vunnu eisini hvør sína bronsu

SVIMJING
Eyðun/Jens Kr.
eydun@sosialurin.fo

Lerwick: Føroysku svimjararnir vóru við í teimum flestu finalunum, sum vóru týskvøldið, og tað gjørdist eisini til fleiri heiðursmerki.

Vónirnar vóru hampuligar undan finaluni, hóast tað í onkrum kappingum ikki fór at koma upp á tal, at føroysku svimjararnir fóru at vinna.

Tað gjørdist til eitt føroyskt bronsukvøld í svimjihøllini í Clickimin ítróttardeplinum.

Jutta Thomsen var tann fyrsta at vinna bronsu, og tað var eitt sindur óvæntað, at hon skuldi klára tað. Jutta vann medaljuna í 800 metra frísvimjing.

Elspa Mørkøre vann somuleiðis bronsu, og tað var í 100 metra rygsvimjing.

Stafettirnar triðbest

Seinast á kvøldinum vóru tvær stafettir, og í báðum hesum stafettum fingu føroysku liðini bronsu.

Hjá monnum var talan um fýra ferðir 50 metra frísvimjing, og her var stórur munur millum Jersey og Guernsey og so Føroyar á triðja plássinum.

Beinir Eyðunsson Danielsen, Kristian Olsen, Jákup Øssursson Mohr og Andrass Thomsen svumu stafettina, og tað gjørdu teir í tíðini 1:39,66.

Vónirnar til kvinnustafettina í fýra ferðir blandaðari svimjing vóru góðar, og eisini her gjørdist tað til eitt bronsumerki, hóast svimjararnir vónaðu, at tað kundi blivið enn betur.

Shaila millum Garðarnar, Elspa Mørkøre, Karina Petersen og Nathalia Reinhardt svumu í tíðini 2:05,29, og tað var eitt vet verri enn Isle of Wight og Jersey.

Áland fekk 2009

Lerwick: Týsdagin varð tað gjørt av, at Áland skal verða vertur fyri Oyggjaleikirnar í 2009.

Tvær oyggjar høvdu bjóðað seg til at verða vertur fyri hesar leikir, men Áland vann á Ynes Mon í atkvøðugreiðsluni á aðalfundinum hjá IGA.

Føroyingar atkvøddu fyri Álandi, og tað gjørdi eisini meirilutin av hinum oyggjunum. Álandi fekk 33 atkvøður, og Ynes Mon fekk 21.

– Vit halda Áland verða ítróttarliga betur fyri til at hýsa leikunum. Teir hava allar fasilitetir og duga væl at skipa fyri, sigur føroyska Oyggjaleikanevndin um avgerðina at atkvøða fyri Álandi.

Leikirnir hava einaferð áður verið á Álandi, meðan Ynos Mon ikki hevur havt leikirnar.

ek

Minorca uppí

MINORCA

Týsdagin gjørdi IGA av, at Minorca skal sleppa upp í Oyggjaleikirnar. Hetta verður oyggj nummar 25, sum er við í Oyggjaleikunum, og tað er samstundis markið, sum IGA hevur sett fyri luttakaratalið.

Ætlanin er ikki, at fleiri oyggjar skulu sleppa upp í, tí tað kann gera Oyggjaleikirnar verða ov stórar til oyggjarnar at hýsa.

Minorca er partur av spanska ríkinum, men fekk í 1983 avmarkað sjálvstýri.

ek

Á SKEIVA BEININUM

Blóðið skal helst pumpa út í tærnar

LISSURNAR
Eyðun/Jens kr.
eydun@sosialurin.fo

Lerwick: Tú stendur har púra klárur. Startskotið ljóðar, og tú spelar avstað. Aftan á trettan av teimum skjótastu fetunum, tú nakrantíð hevur gjørt, traðkar tú á aðra lissuna og fert skramblandi fram eftir rommum. Hinir rennararnir strúka framvið tær, og har liggur tú so við einum skøvutum andliti og reyðum oyrum. Soleiðis kundi tann ultimativa marran hjá einum kapprennara verið, men kann tað koma fyri tí veruliga lívinum.

Bogi Lenvig, er tað eitt kynstur at binda lissurnar á skónum, áðrenn mann skal renna?

– Ja, tað er tað heilt sikkurt. Tað mugu í øllum førum ikki fara upp, tað er fyrsta kravið, men tær mugu heldur ikki liggja og flaksa ov nógv.

Hvussu nógvar knútar bindir tú?

– Eg bindi dupultan knút. Tann knútin mugu tey flestu kenna. Tað er ein eyka knútur á sloyfuna.

Hvør hevur lært teg at binda dupultan knút?

– Eg veit ikki, um tað var mamma ella babba, sum lærdi meg tað, tá eg var lítil.

Tá ið mann fer at venja renning og lærir alt gott, lærir mann so eisini at binda skógvarnar rætt?

– Mann bindir teir bara for leyst einaferð.

Er tað nakrantíð komið fyri, at ein lissa er farin upp, meðan tú hevur runnið?

– Tað er ikki komið fyri, tá tað hevur verið nakað alvorligt, men undir venjing havi eg onkuntíð runnið við leysum lissum.

Hvussu fast bindir tú skógvarnar á fótin?

– Eg bindi teir eitt sindur stramt, men teir skulu ikki sita so stramt, at teir steðga blóðinum. Blóðið skal helst kunna pumpa út í tærnar.

Hugsar tú um, at skógvarnir skulu sita akkurát, sum teir skulu, áðrenn tú fert at renna.

– Jú, tað hugsi eg eitt sindur um.

Brúkar tú nógv pør av renniskóm?

– Ja, nógvar, nógvar. Eg haldi, at hetta er mítt fjórða par í ár. Teir, sum eg rann við í dag, keypti eg í apríl mánaði.

Er tað nakað merki, sum tú tekur fram um annað?

– Nú havi eg runnið nokk so nógv saman við einum sølumanni hjá Nike, so hann hevur lokkað meg í Nikeskógvar, men eg byrjaði við Asics.

Skal botnurin eisini verða passaligur at renna á?

– Ja, heilt sikkurt. Eg havi verið hjá skómakara fyri at fáa gjørt nøkur serlig innlegg til skógvarnar, sum eg renni í.

Hvussu nógv kosta skógvarnir hjá tær?

– Píkaskógvarnir, sum eg rann í í kvøld, kosta einar 700 krónur. Venjingarskógvarnir kosta umleið 1100 krónur.