Hvítir keppar og vatn

Longu sunnumorgunin stendur hálvt marathon á skránni. Ein kapping, sum mest sum kann drepa íðkararnar, nærum áðrenn leikirnir byrja

FRÆLSUR ÍTRÓTTUR
Jákup Mørk
jakup@sosialurin.fo

Oyggjaleikirnir á Hetlandi vóru teir fyrstu, har Føroyar als ikki fingu heiðursmerki við sær í frælsum ítrótti. Hóast ítróttin avgjørt ikki hevur havt bestu umstøðurnar í Føroyum, so hava støðugt verið íðkarar, sum hava drigið skreyt við sær, tá kappingar hava staðið á skránni.

Felags fyri flestu av hesum er, at tey í stóran mun gjørdust partur av ítróttini í lestrarárum uttanlands. Her heima hevur gingið illa at økja um tilgongdina til ítróttin, men seinnu árini hava stórir batar tó verið at hóma. Fleiri av metunum, sum hava staðið í langa tíð, eru nú strikað av nýggjum kreftum, sum uttan iva hava nógv góð ár eftir í bæði føroyskum og oyggjaleikahøpi.

Soleiðis er í ár fleiri nýggj og spennandi nøvn við í hópinum hjá frælsa ítróttinum. Og tó at medaljuvónirnar helst hvíla á royndu herunum hjá eldru íðkarunum, so tykist Guttorm Sørensen rættiliga bjartskygdur um framtíðina.

– Vit fara ikki at seta vónirnar ov høgt í ár. Men fleiri av yngru íðkarunum hava stútt og støðugt vunnið sær fleiri royndir, og tað er greitt, at luttøkan her á Rhodos kann menna tey enn meira.

– Og fyri ítróttina vendir pílurin eisini rætta vegin. Tilgongdin er í øking, og við nýggjari rennibreyt í Havn kunnu vit vónandi fáa eitt ordiliga boost.

Brúsubað og keppar

Hjá Guttormi sjálvum er fyrsta kappingin á skránni longu sunnumorgunin, tá hálvt marathon er á skránni. Ein kapping, sum uttan iva fer at drena kroppin fullkomuliga fyri vætu. Og fýra dagar undan renningini (samrøðan varð gjørd mikudagin, blðm.) viðgekk Guttorm eisini, at tað helst verður sera hart.

– Eg royndi at renna ein túr um níggju-tíðina í morgun, men tað var ræðuligt. Tey siga, at hitin fer at fella nakað undan vikuskiftinum, so tað verður vónandi ein bati. Men hart verður tað undir øllum umstøðum.

Og hvørji eru ráðini, tá so er?

– Tað er sjálvandi vatnið, sum vit altíð skulu drekka nógv av. Ikki minst er tað týdningarmikið, at tú byrjar at drekka, so skjótt sum renningin byrjar. Hvítir keppar á høvdinum verja eisini nakað móti sólini. Og so veit eg ikki, um serligir postar eru settir upp á rutuni. Ofta verður tað gjørt so, at tú nakra staðni á strekkinum kanst renna gjøgnum eitt brúsubað við køldum vatni, men eg veit ikki, um tað verður gjørt her. Men eg vóni tað!

Hvíti keppurin er settur á høvdið, og vatndunkar í hópatali eru keyptir, áðrenn føroysku íðkararnir í frælsum ítrótti fara undir sínar kappingar – her Guttorm Sørensen
Mynd: Álvur Haraldsen