Meksiko í fjórðingsfinaluni

Meksiko er fyrsta landið í fjórðingsfinaluni av suðuramerikonsku kappingini, Copa America. Hetta gjørdist greitt í nátt føroyska tíð, tá ið teir vunnu 2-1 á Ekvador. Nery Castillo og Omar Bravo tryggjaðu Meksiko leiðsluna, áðrenn Edison Mendez minkaði um munin stutt fyri leiklok. Tvey tey fremstu liðini í teimum trimum bólkunum koma víðari, umframt tvey tey sterkastu liðini á 3. plássi.

Newcastle vil hava FCK-leikara

Norski miðverjuleikarin hjá FCK, Brede Hangeland, stendur á gáttini til eitt ævintýr í Premier League. Tað er felagið á St. James' Park, Newcastle, ið vil hava fatur á luftsterka norðmanninum. Miðverjan hjá Newcastle er í ár longu styrkt við David Rozehnal, sum er ein kekkikskur landsliðsleikari.

Vann á sær sjálvari

Tá kreftirnar eru uppi, er tað bert viljin, sum kann føra ein marathonrennara á mál. Og hetta megnaði Rigmor Napoleonsdóttir Arge, hóast tað sá svart út

FRÆLSUR ÍTRÓTTUR
Jákup Mørk
jakup@sosialurin.fo

Tað var ikki nógv bensin eftir á motorinum, tá Rigmor Napoleonsdóttir Arge kom inn á stadionøkið til frælsan ítrótt, har seinastu 550 metrarnir av hálvu marathonrenningini skuldu rennast.

Eins og hon hevði gjørt tað seinastu nógvu kilometrarnar, so megnaði hon tó at at vinna á sær sjálvum, og tað var fyrst og fremst hetta, sum taldi, tá tað stóð henni greitt, at medaljupláss bleiv talan so ikki um.

- Nei, har var tómt. Tað stóð faktiskt á minus, tá eg kom inn, so eg skuldi bara um strikuna, helt Rigmor fyri.

- Trupulleikin var, at eg var ov optimistisk fyrstu løtuna. Eg legði ov hart út, og so fann eg ongan tíð mína egnu rútmu. Tað gjørdi, at tað gjørdist bert ein spurningur um at koma á mál, og tað vildi eg. Og tí eri eg nøgd, bara tað eydnaðist, tí eina løtu sá tað altso ógvuliga svart út.

Var tað kanska eisini hitin, sum spældi inn á tann hátt, at tú hevði undirmett hetta?

- Eg veit ikki. Eg havi eisini runnið í nógvum hita fyrr, men hvør kapping gevur tær nýggjar royndir. Hesa ferð var eg bara ov djørv. Eg lá nummar fýra, og so helt eg, at hetta gekk fínt, og so taki eg tær móti endanum. Men tað gjørdist altso umvent. Tað varð eg, sum varð etin.

Fullkomuliga tappað fyri megið kom Rigmor inn um strikuna aftan á góðar 20 kilometrar í bakandi hita
Mynd: Álvur Haraldsen

FAKTA UM 1/2 MARATHON

Menn

1	Terrance Armstrong	Bermuda	1.13,05
2	Kim Godtfredsen	Grønland	1.13,43
3	Albert Donowa	Bermuda	1.14,37
17	Guttorm Sørensen	Føroyar	1.23,10

Kvinnur

1	Turi Malme	Hitra	1.26,28
2	Amanda Brown	Jersey	1.27,43
3	Dawn Richardson	Bermuda	1.28,46
9	Rigmor N. Arge	Føroyar	1.38,28

Rakti sum ein hamari

Guttorm Sørensen fylgdi við í átta kilometrar, men so rendi hann seg í múrin, har tað ikki ber til at kroysta meira úr kroppinum

FRÆLSUR ÍTRÓTTUR
Jákup Mørk
jakup@sosialurin.fo

Vónbrotið var stórt hjá Guttormi Sørensen, tá hann kom á mál sum nummar 17 av luttakarunum í hálvum marathon. Hóast tað illa ber til at sammeta bestu tíðina, sum er runnin í Føroyum við tað at renna í 36 hitastigum, so var nøsin sett upp eftir meira.

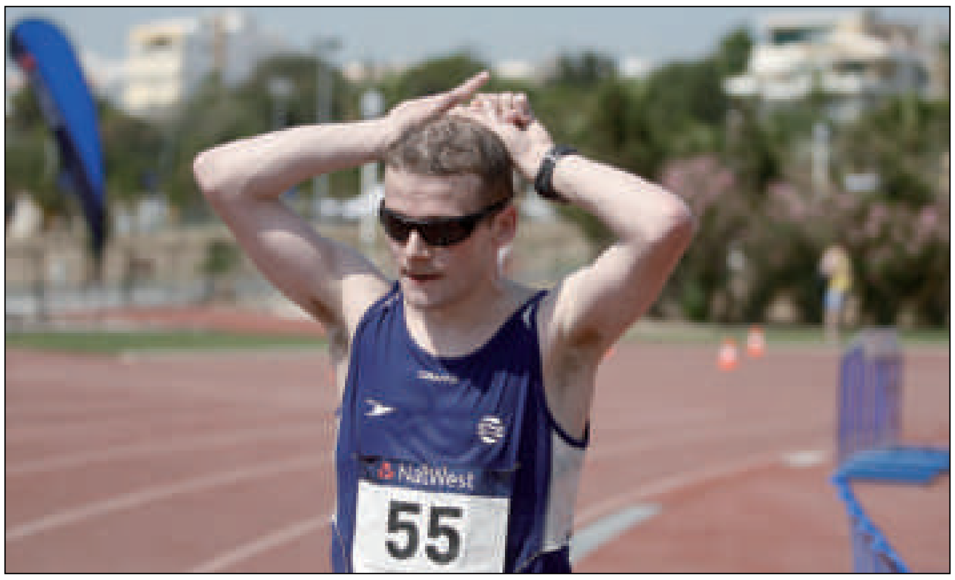
Soleiðis er besta tíðin, sum Guttorm hevur runnið, 1.13,07, og tað var bara tvey sekund verri, enn vinnaratíðin var sunnumorgunin.

- Hetta var ræðuligt. Alt tóktist annars ganga eftir ætlan fyrstu kilometrarnar. Eg kendi meg væl, og áskoðarar heppaðu á rutuni, so tað tóktist ganga heilt væl. Við vilja hevði eg lagt ferðina nakað lægri, enn eg vildi gjørt í Føroyum, og hetta helt eg meg til, hóast nakrir aðrir stungu av alt fyri eitt.

- Men eftir átta kilometrar var tað, sum fekk eg ein hamara í høvdið. Sjálvt um beinini vóru góð, so vildi kroppurin barasta ikki, og so er ikki nógv at gera. Tá var tað bara ein spurningur um at koma á mál, segði ein skuffaður Guttorm, tá hann eina løtu hevði sitið í skugganum og fingið luftina aftur.

Vónin hjá marathonrennarunum hevði annars verið, at lotið inn av strondini kundi svala rennararnar nakað. Men hetta var tó til onga hjálp.

- Vit runnu nógv inni í býnum, og har var luftin steindeyð. Vatnpostar vóru fyri hvørjar 2,5 kilometrar, men størsti parturin av hesum bleiv nýtt til at køla høvdið við. Og á seinastu postunum var vatnið vorðið somikiði heitt, at tað hjálpti millum lítið og einki kortini, segði Guttorm.



Tað var ikki so, at Guttormur var um at missa vitið av møði. Men tað var greitt, at nógvi hitin hevði tikið sera nógv av megini úr kroppinum hjá stinna klaksvíkinginum
Mynd: Álvur Haraldsen