Stórsigur til West Bromwich

Danski Martin Albrechtsen og hansara enska felag West Bromwich Albion vunnu í gjárkvøldið stórsigur móti Coventry í næstbestu ensku fótbóltsdeildini ”The Championship” Fyrri hálvleikur endaði málleysur, men aftaná steðgin tóku gestirnar, úr West Bromwich, seg um reiggj og innanfyri tveir minuttir løgdu, fyrst Paul Robinson og seinni Felipe Teixeira gestirnar framum 2-0. Seinni í dystinum løgdu teir somu tveir spælararnar liðið framum 4-0, tó hesu ferð í umvendari raðfylgju. 4-0 varð eisini endaliga úrslitið. Hervið hevur West Bromwich 30 stig eftir 16 dystir, seks stig aftanfyri oddaliðið Watford.

Everton vil leingja við Lescott

Everton eru til reiðar at leingja við Joleon Lescott. Hetta kemur í kjalavørinum á at Joleon Lescott hevur havt eitt framúr kappingarár. Og felag hansara ynskja at tryggja sær at hann verður verandi í felagnum í komandi árum. Lescott kom til Everton frá Wolverhampton Wanderers síðsta ár, og hann hevur staði seg sera væl, og er eisini komin í enska landsliðshitan. Managarin David Moyes vil bjóða tí 25-ára gamla verjuleikaranum ein nýggjan fimm ára sáttmála – líkur tí, ið aleyparin Andrew Johnson setti sína undirskrift á í farnu viku.

Sterkastu føroyingarnir funnir

Fyri fyrstu ferð í hálvt sjeynda ár varð skipað fyri FM-kapping í vektlyfting. Hjá monnum gjørdist vinnarin Herman M. Hermansen, sum eisini vann kappingina í 2000. Jónina Tegeder gjørdist fyrsti kvinnuligi meistarin

VEKTLYFTING
Jákup Mørk
jakup@sosialurin.fo

Herman M. Hermansen hevur bíðað í sjey ár eftir at verja FM-heitið. Og tó at kappingin var serstakliga hørð, so stóð hann enn einaferð ovastur

Mynd: Jan Müller

Jónina Tegeder gjørdist fyrsti kvinnuligi føroyameistarin í styrkilyfting

Mynd: Jan Müller

Hølini hjá Yndi í Havn vóru karmur um tiltakið, ið er tað fyrsta, síðani sterkir menn kappaðust í lyfting í framsýingarhøllini hjá Reyni Service á vári í 2000.

Ta ferðina gjørdist Herman M. Hermansen føroyskur meistari, og hetta heitið endurvann hann leygardagin í kapping við fimm avbjóðarar.

Samanlagt var Herman tó ikki tann, ið lyftu tyngstu vektirnar. Kappingin er nevnliga skipað soleiðis, at einstøku avrikini verða sett í lutfalli til kropsvektina hjá íðkarunum, og so verður ein serligur lykil nýttur at umrokna lyftini til stig.

Talan varð tó um sera harða kapping millum Herman og Høgna av Reyni, men í seinasta enda hevði Hermann smá trý stig meira.

Hjá kvinnunum vóru tvær luttakandi, og her vann Jónina Tegeder á Unu O. Staksá. Samanlagt lyfti Una her hálvttriðja kilo meira enn Jónina, men við eini væl lægri kropsvekt gjørdist Jónina tó ein tryggur vinnari.

Sum skilst, so er ikki ætlanin, at tað aftur skulu ganga fleiri ár, áðrenn nýggj FM-kapping verður hildin. Jákup Jacobsen, venjari, ið var fyriskipari av kappingini, segði eftir hesa, at tey ætla sær at hava kapping á hvørjum ári. Og at hetta vónandi kann stimbra undir áhugan hjá nýggjum íðkarum.

Pál gjørdi bart í Klaksvík

Pál Joensen, sum í løtuni fyrireikar seg til stóru avbjóðingina, at royna at vinna fyrsta føroyska gullmerkið nakrantíð í svimjing til Norðurlendsku Junior Meistarakappingina, sum aftur í ár verður í Føroyum, var við í kapping í Klaksvík hetta vikuskiftið

SVIMJING
Niels Petersen
niels@sosialurin.fo

Seinast Norðurlendsku Junior Meistarakapping (NJM) var í Føroyum var í 1993, og eru føroyingar, síðan tá, vorðnir sterkari og sterkari. Síðsta ár (í Finnlandi) vunnu okkara 4 bronsu, og árið frammanundan 1 silvur.

Men í ár, tann 1. og 2. desembur, ætla føroyingar tað enn betur. Og vónin liggur í Páli Joensen sum í løtuni liggur nr.1 í øllum Evropa í teinunum 400, 800 og 1500m frísvimjing fyri unglingar (tað er dreingir upp til 18 ár) Pál verður 17 ár t.10. desembur í ár, so har er nógv gott í væntu fyri honum framyvir.

Pál Joensen royndi seg í vikuskiftinum, fyri at testa formin,eftir nøkrum metum sum hava staðið í 10 ár. Tað var í 200 og 400 m blandað hjá monnum. Tað eydnaðist stak væl, og Pál "sorlaði" eisini metið í 200m firvald.

Pál er nærum frísvimjari burturav, so úrslitini í vikuskiftinum vísa veruliga hvussu væl hann er fyri í løtuni.

Nakað fyri seg

Samanlagt vann SuSvim kappingina í Klaksvík. Serliga vegna avbera flottu úrslitum hjá ungum evnaríkum svimjarum sum t. d.13 ára gamla Sofusi Bech úr Porkeri. Sofus vann allar frí kappingarnar hann svam frá 50 til 400 m, og tá er hann yngstur í sínum bólki sum er bólkur 4, dreingir 13-14 ár. Teir meira royndu svimjararnir sum Shaila millum Garðarnar, Dánjal Martin Hofgaard, Malan V. Bærendsen og Mona Simonsen vunnu sjálvandi nærum alt tey rørdu við, og ein klassamunur byrjar at vísa seg ímillum SuSvim og restina av Føroyum.

Samanleggingav nógvum evnaríkum ungfólki, ber ávøkst!!

Hollur stuðul

Jón Bjarnason vil vera við at stuðulin frá kommunum, skúlum og starvsfólki í svimjihallum í oynni, umframt gott fólk í nevndini, ið hava gjørt eitt megnar erbeiði, hevur viðvirka til at SuSvim hevur rokkið so ómetaliga góðum úrslitum innan svimjiítróttina í Føroyum.

- Vælvild frá kommununum, Vágs Skúla og ikki minst starvsfólki í Vágs Svimjihøll spælir sín stóra leiklut í framúr góðu úrslitunum sum vit nú síggja.

nevnd við fólki úr allari oynni ger tað ein kann vænta, og so eitt vet meira. Og fyri tað kann eg sum venjari bara vera avbera takksamur, sigur Jón Bjarnason.

FAKTA

Tíðinar, ið Pál vann við, vóru:

200m firvald: 2:11:03 Gamla metið var 2:14:92 og hana átti Kári á Høvdanum úr Ægir frá 2006

200m blandað: 2:11:33 Gamla metið var 2:12:19 og hana átti Kristian Martin Joensen úr Havnar svimjifelag frá OYL. 1997

400m blandað: 4:37:01 Gamla metið var 4:39:08 og hana átti Kristian Martin Joensen úr Havnar svimjifelag frá FM. 1997.