

Joan um veðrið

Tað er fantastiskt fyri tíðina. Tað verður eisini so nógv hugaligari at venja. Einku er betur enn at venja í slíkum veðrið. Ja, alt verður betri. Tey, eg venji við eru í betri lag, og tað sama eru fólkinu á gøtuni. Tá veðrið er sum hetta, so skal tað njótast.



... um kost

Eg plagi at siga við meg sjálva, at tá tú venur so nógv sum eg, og annars fær nóg mikið av sunnum og røttum kosti, so kanst tú gott loyva tær okkurt ósunt viðhvørt.

Joan kappast ímóti s

– Tað kann gott vera einsligt til tíðir. Hetta er jú ein einstaklingaítrótt. Tú mást bara kappast móti tær sjálvari hvørja ferð, og tað er eisini stuttligt, sigur Joan Bláfoss, sum vinnur altjóða triatlonkappingar. Planlegging og priorritering eru lyklaorðini, tá Joan Bláfoss skal fáa gerandisdagin at ganga upp í eina hægri eind. Tað kann vera trupult, tá tú lesur medisin, ert triatloníðkari og venur upp til 30 tímar um vikuna, arbeiðir og hevur sjeik

Ítróttarprofilurin



Róland Waag Dam
blaðmaður
rolant@sosialurin.fo

Klokkan er fyra. Tað er seinna-partur ein fríggjadag í maimánað. Havi avtalað við myndamannin at hittast við metrona í Christianshavn. Samrøða skal gerast við Joan Bláfoss, og myndir skulu takast av kvinnuni, sum fleiri ferðir tey bæði síðstu árinu hevur verið frammi í fjølmiðlunum, orsaka av sínum frálíku ítróttarúrslitum.

Men klokkan gerst nakrar minuttir yvir fyra, áðrenn ein ljóshærd, summarklødd dama við hondtasku, sólbrillum og einum umberandi smíli kemur gangandi.

– Tit mugu orsaka, sigur hon sum tað fyrsta, men eg møtti einum granna beint sum eg var á veg avstað. Føroyingur, og so skuldi vit bara líka prátta, men tit vita hvussu tað er, flennir hon, meðan vit taka lógvatak. Og vit

vita akkurát, hvat triatleturin Joan Bláfoss meinir við.

Meðan vit standa og heilsa upp á hvønn annan, túsja fólk framvið okkum. Frá arbeiði heim til húsa, sveittut av sólini, sum hitar danska høvuðsstaðin so mikið, at tað eisini í skuggnum er omanfyri 20 stig. Hóast flestu teirra fegnast um frálíka veðrið, so sæst eisini á teimum, at tey hava verið í gjøgnum eina strævna viku og leingjast eftir vikuskiftinum. Sjálv kemur Joan beint frá venjing. Í nakað sum minnir um longdina á trimum fót bóltstýstum, hevur hon í bakandi sól traðka á pedalurnar. Kortini er eingin møði at hóma. Tvørtur ímóti tykist hon vera væl fyri og full av yvirskoti.

Venur triggjar ferðir dagliga

At venja í hálvan fimta tíma er heldur ikki óvanligt hjá henni. Joan venur hvønn dag, og tilsamans tátta vikuligu venjingartímarnir í 30. Samstundis hevur hon bæði lesna og arbeiði at passa, umframt sjeikin Ragnar



Rasmussen og vinfólk.

– Tað krevur, at eg má planleggja og prioritera. Í vár havi eg raðfest venjingina fremst, og valt lesnaðin frá, sigur Joan, sum altso hevur tikið farloyvi frá medisinslesnaðinum.

Arbeiði er ikki eins lætt at velja frá, tí triatlon er ein dýr ítrótt, so

Joan arbeiðir bæði sum laborant á Fredriksberg sjúkrahúsi, og sum læknaskrivari og sjúkrasystir á eini klinik á Vesterbro.

Tað ljóðar kanska av nógvum, og tað er tað fyri so vítt eisini. Ein vanligan gerandisdag arbeiðir Joan fyrrapartin og nakað út á seinnapartin. Eftir arbeiðstíð

stendur svimjing á skránni, síðani ein lítlan túr heim, áðrenn Joan rennur ein túr ella setir seg á súkkluna. Raðfylgjan er ikki altíð tann sama, og Joan styrkivenur eisini javnan. Men fast er, at hon altíð venur tvær ella triggjar ferðir dagliga, og eina vanliga viku rennur og svimur Joan fimm-