gult22 cyan22 magenta22 svart22

Mikudagur 11. juli

SVF

18.30 Mumi 14
19.00 Saint Tropez
19.50 Tá tøgnin valdar – at missa sini foreldur
20.35 Á havsins botni 5:6 – á kavaraferð í Borneo
21.00 Frá oyggjaleikunum
21.50 Morðgátur – am. dokumentarsending
22.15 Av jørðini á mánan 9:12 – virðisløst am. dramarað
23.05 South Park – am. kultteknirað
23.25 Pet shop Boys Special
23.55 Liðugt

EUROSPORT.COM

07:30 Cycling
08:30 Football
10:00 Tennis (Live)
11:30 Football
12:30 Cycling
13:30 Cycling (Live)
17:00 Motorsports
17:30 Car Racing
18:00 Cliff Diving
18:30 Cycling
18:45 News
19:00 Sailing
19:30 Olympic Games
20:30 Olympic Games
21:00 Cycling
22:00 News
22:15 Golf
23:15 Cycling
00:15 News
00:30 Close

BBC PRIME

00.00 TLZ: »Reputations: Alfred Kinsey The Man Who Invented Modern Sex«
01.00 TLZ: »Earth Story – The Deep
02.00 TLZ: »Fuelling the Philippines Tiger«
02.25 TLZ: »Mind Bites«
02.30 TLZ: »In Search of Vector Spaces
03.00 TLZ: »La Bonne Formule«
03.25 TLZ: »Pause«
03.30 TLZ: »The Myth of Medea«
04.00 TLZ: »Back to the Floor…again – A Class Apart«
05.00 TLZ: »Discovering Portuguese«
05.30 TLZ: »Follow Through«
06.00 Superted
06.10 Monty the Dog: »Monty and the Monsters«
06.15 Playdays
06.35 Blue Peter
07.00 The Wild House
07.30 Celebrity Ready Steady Cook: »June Whitfield & Rory Bremner«
08.00 Style Challenge: »Traffic Warden«
08.25 Real Rooms: »Redditch, Streetly«
08.50 Bargain Hunt
09.20 Antiques Roadshow: »Rugby«
10.05 Barking Mad
10.35 TLZ: »White Heat – Future – Perfect?«
11.25 Tatton Park Flower Show
11.55 Celebrity Ready Steady Cook: »Nigel Havers & Lorraine Kelly«
12.25 Style Challenge: »Dumb Blondes«
13.00 Doctors
13.30 Classic Eastenders
14.00 Real Rooms: »Worcester Bedroom«
14.30 Bargain Hunt
15.00 Superted
15.10 Monty the Dog: »Monty and the Monsters«
15.15 Playdays
15.35 Blue Peter
16.00 The Wild House
16.30 Top of the Pops Plus
17.00 Cathedral Calls
17.30 Doctors
18.00 Eastenders
18.30 Passport to the Sun
19.00 Rock Family Trees
20.00 The Lakes
21.00 The Royle Family
21.30 Top of the Pops Plus
22.00 Rock Family Trees
23.00 Backup: »Something for the Weekend Sir?«

BBC WORLD

00:00 BBC News
00:30 HARDtalk (r)
01:00 BBC News
01:30 Future Fantastic (r)
02:00 BBC News
02:30 Earth Report (r)
03:00 BBC News
03:30 Asia Today (r)
03:45 World Business Report (r)
04:00 BBC News
04:30 HARDtalk (r)
05:00 BBC News
05:30 Talking Movies (r)
06:00 BBC News
06:30 Earth Report (r)
07:00 BBC News
07:30 HARDtalk
08:00 BBC News
08:30 Holiday (r)
09:00 BBC News
09:30 Reporters (r)
10:00 BBC News
10:30 HARDtalk (r)
11:00 BBC News
11:30 Future Fantastic (r)
12:00 BBC News
12:30 Reporters (r)
13:00 BBC News
13:30 HARDtalk (r)
14:00 BBC News
14:15 World Business Report
14:30 Click Online Special (r)
15:00 BBC News
15:30 Reporters (r)
16:00 BBC News
16:30 Asia Today
17:00 BBC News
17:15 World Business Report
17:30 Holiday (r)
18:00 BBC News
18:30 World Business Report
18:45 Sport Today
19:00 BBC News
19:30 HARDtalk (r)
20:00 BBC News
20:30 Jeremy Clarkson's Extreme Machines
21:00 BBC News
21:30 World Business Report
22:00 BBC News
22:30 Simpson's World
23:00 BBC News
23:30 World Business Report (r)
23:45 Asia Today

3

05:00 Børne-hjørnet med Disney
07:05 TV-shop
08:25 Ricki Lake (G)
09:15 Ricki Lake
10:10 Horton-sagaen
11:00 Horton-sagaen
11:50 Panter-tanter
12:20 Vild med dig
12:50 Melrose Place - classic
13:45 Interne Affærer
14:40 Pæn pige - sej sild
15:10 Min kære familie
15:40 Baywatch
16:35 Ricki Lake
17:30 Sabrina - skolens heks
18:00 Susan - sød og single
18:30 Hvide Løgne
19:00 Interne affærer
20:00 Faktor 21 Film: Rædslernes rutsjebane
21:40 V.I.P.
22:35 Vore værste år
23:05 Simpsons
23:35 Ti tommelfingre
00:05 Monty Pythons flyvende cirkus
00:45 Ricki Lake(G)
01:35 Træneren
02:05 Vore værste år (G)
02:35 Monty Pythons flyvende cirkus(G)
03:10 Sunset Beach
03:55 Godnat

ÚF

07.00 Tíðindi
07.05 Morgunlestur Maja Schrøter í Hvalba lesur
07.15 Morguntónleikur
07.30 Tíðindi
07.30 Tíðindi
07.35 Góðan morgun Føroyar Bjørg Brend er vertur
08.00 Tíðindi
08.03 Góðan morgun Føroyar
09.00 Tíðindi
09.03 Heimurin í dag (e) Árni Joensen leggur til rættis.
09.33 Dagsins tónar
09.50 Morgunlestur (e) Maja Schrøter í Hvalba lesur
10.00 Tíðindi
10.05 Fimleikaløtan - vika 1
10.10 Kvøðuljómar til sjófólkið
11.00 Tíðindi
11.03 Av ymsum ættum (e) Gunnar Nolsøe leggur til rættis
12.00 Veðurtíðindi
12.03 Middagstónleikur
12.20 Tíðindini
12.40 Døgurðatónar
13.00 Oyggjaleikir á Man (e)
14.00 Krás (e) Barna- og familjusending. Hanna Vágsheyg og Ragnhild Ellingsggard leggja til rættis
15.00 Tíðindi
15.03 Zenith Helena Debes Højgaard, Beinta Løwe Jacobsen og Høgni í Jákupsstovu skipa fyri.
16.00 Tíðindi
16.03 Zenith
17.00 Tíðindi
17.05 Kyrrindi Tónleikasending hjá Fimmboða Lisberg.
18.00 Norðurlendskur tónleikur Kim Hansen leggur til rættis.
18.25 Skráin og lýsingar
18.50 Tónleikur
19.00 Oyggjaleikir
20.00 Hetjur í Skriftini: Samfelagsrevsarin Elia Armgard Arge leggur til rættis.
20.30 Á sanganna veingjum Gunnvør Poulsen leggur til rættis.
21.00 Fimleikaløtan - vika 1 (e)
21.05 Dagsetur Øssur Egholm stílar fyri
22.00 Tíðindi

Rás

09:45 Orðið Bibliulestur v/ Anju Hansen
10:00 Góðanmorgun-tónleikur
11:00 Hálvtímin (e) Andalig tema-sending. Okkultisma. Samrøða við Petur O.-K. Olufsson 1 (2) Heini Lutzen leggur til rættis
11:30 Lættur tónleikur
12:00 Tíðindi & lýsingar
12:15 Tónleikur
13:00 Leysaløtan Innsløg, prát og tónleikur
14:00 Ynskiløtan Heilsur frá lurtarunum
15:00 Tíðindi & lýsingar
15:15 Ynskiløtan (framhald)
16:00 Halleluja (e) Andalig tónleikasending Heine Lútzen leggur til rættis
17:00 Gesturin Vitjan á Rás 2 v/Lotto
18:15 Lættur tónleikur
21:00 Tíðindi & lýsingar
21:15 Orðið (e) Bibliulestur v/ Anju Hansen
21:30 Náttartónleikur

Lindin

13.00 Byrjan – Dagsskráin verður lisin
13.15 Okkara dagliga breyð
13.30 Tónleikur
14.30 Barnalindin endursending frá sunnudegnum, vertur er Liv Jacobsen.
16.00 Vit sæla tónleik fyri ung
17.00 Bønartænastan byrjar. Tlf. 321377 og til ber at senda fax á nr. 321379 Vit sæla lovsong tann næsta tíman.
17.55 Dagsins orð eftir Svenning av Lofti
18.00 Bønartænastan. Biðji verður fyri bønarevnunum
19.00 Ein forvitnislig ferð gjøgnum Bibliuna. v/ Símun Absalonsen. gestur Jógvan Zachariassen.
20.00 Barnalindin (e)
20.30 Okkara dagliga breyð (e)
21.00 Tónar og innihald v/ Høgna H. Hansen
22.00 SMS'ið, vertar eru Mourits Clementsen og Jóhannes Arge
22.55 Dagslok - Dagsins orð eftir Svenning av Lofti (e)
23.00 Vit gevast

Hósdagur 12. juli

SVF

18.30 Mús og Múli 8:13
18.35 Madelina 4:13
19.00 Á súkklu til Kina – ein dreymur gekk út
20.00 Dagur og Vika við Grannum okkara
20.35 Klædnamótin 3:3 – dansk sending
21.00 Frá oyggjaleikunum
21.50 Bryggjarin 7:12 – dansk rað
22.50 Krimitímin: Dalziel og Pascoe 1:2
23.40 Liðugt

EUROSPORT.COM

07:30 Cycling
08:30 Golf
09:30 Motorsports
10:00 Tennis (Live)
11:30 Golf
12:30 Cycling
13:30 Cycling (Live)
17:00 Beach Volley
17:30 Xtreme Sports
18:00 Cliff Diving
18:30 Cycling
18:45 News
19:00 Olympic Games
19:30 Boxing
21:00 Cycling
22:00 News
22:15 Boxing
23:15 Cycling
00:15 News
00:30 Close

BBC PRIME

00.00 TLZ: »Meet the Ancestors
01.00 TLZ: »Century of Flight – Cold War Skies – 1945–1989«
02.00 TLZ: »Coing Home to Banaba«
02.30 TLZ: »Quantum Leaps - Making Contact«
03.00 TLZ: »Frederick the Great and Sans Souci«
03.25 TLZ: »Mind Bites – What Is Realism?«
03.30 TLZ: »The Sonnet«
04.00 TLZ: »Back to the Floor…again – Working Holiday«
04.40 TLZ: »Megamaths – Tables – Miscellany Times«
05.00 TLZ: »Discovering Portuguese«
05.30 TLZ: »Follow Through«
06.00 Superted
06.10 Monty the Dog: »Monty Goes Missing«
06.15 Playdays
06.35 Clever Creatures
07.00 Really Wild Show Wildest Hits
07.30 Celebrity Ready Steady Cook: »Nigel Havers & Lorraine Kelly«
08.00 Style Challenge: »Dumb Blondes«
08.25 Real Rooms: »Worcester Bedroom«
08.50 Bargain Hunt
09.20 Antiques Roadshow: »Victoria & Albert Museum Special«
10.05 Animal People: »Dogs at War«
10.35 TLZ: »Henry Moore – Carving a Reputation – 1898–1940«
11.25 Garden Stories: »Cycles«
11.55 Celebrity Ready Steady Cook: »Gaynor Faye & Ian Mercer«
12.25 Style Challenge: »Caberet Combo«
13.00 Doctors
13.30 Eastenders
14.00 Real Rooms: »Rochdale Dining Room«
14.30 Bargain Hunt
15.00 Superted
15.10 Monty the Dog: »Monty Goes Missing«
15.15 Playdays
15.35 Clever Creatures
16.00 Really Wild Show Wildest Hits
16.30 Totp Eurochart
17.00 Fantasy Rooms: »Seventies«
17.30 Doctors
18.00 Eastenders
18.30 Barking Mad
19.00 Rock Family Trees
20.00 Casualty
21.00 Goodness Gracious Me
21.30 Totp Eurochart
22.00 All the King's Men
23.50 Dr. Who: »The King's Demons«

BBC WORLD

00:00 BBC News
00:30 HARDtalk (r)
01:00 BBC News
01:30 Holiday (r)
02:00 BBC News
02:30 Reporters (r)
03:00 BBC News
03:30 Asia Today (r)
03:45 World Business Report (r)
04:00 BBC News
04:30 HARDtalk (r)
05:00 BBC News
05:30 Jeremy Clarkson's Extreme Machines (r)
06:00 BBC News
06:30 Reporters (r)
07:00 BBC News
07:30 HARDtalk
08:00 BBC News
08:30 Talking Movies (r)
09:00 BBC News
09:30 Simpson's World (r)
10:00 BBC News
10:30 HARDtalk (r)
11:00 BBC News
11:30 Holiday (r)
12:00 BBC News
12:30 Simpson's World (r)
13:00 BBC News
13:30 HARDtalk (r)
14:00 BBC News
14:15 World Business Report
14:30 Jeremy Clarkson's Extreme Machines (r)
15:00 BBC News
15:30 Simpson's World (r)
16:00 BBC News
16:30 Asia Today
17:00 BBC News
17:15 World Business Report
17:30 Talking Movies (r)
18:00 BBC News
18:30 World Business Report
18:45 Sport Today
19:00 BBC News
19:30 HARDtalk (r)
20:00 BBC News
20:30 Click Online Special
21:00 BBC News
21:30 World Business Report
22:00 BBC News
22:30 Life
23:00 BBC News
23:30 World Business Report (r)
23:45 Asia Today

3

05:00 Børne-hjørnet med Disney
07:05 TV-shop
08:25 Ricki Lake (G)
09:15 Ricki Lake
10:10 Horton-sagaen (1003) (G)
11:00 Horton-sagaen
11:50 Panter-tanter
12:20 Vild med dig
12:50 Melrose Place - classic
13:45 Interne Affærer
14:40 Pæn pige - sej sild
15:10 Min kære familie
15:40 Baywatch
16:35 Ricki Lake
17:30 Sabrina - skolens heks
18:00 Susan - sød og single
18:30 Hvide Løgne
19:00 TV Razzia
19:30 Kløker og Vingsøe udfordrer Afrika
20:00 Faktor 21 Film: Dig og mig
22:05 Heksene fra Warren Manor
23:05 Vore værste år
23:35 Simpsons
00:05 Ti tommelfingre
00:35 Monty Pythons flyvende cirkus
01:15 Ricki Lake(G)
02:05 Træneren
02:35 Vore værste år (G)
03:05 Monty Pythons flyvende cirkus(G)
03:40 Sunset Beach
04:25 Godnat

ÚF

07.00 Tíðindi
07.05 Morgunlestur Maja Schrøter í Hvalba lesur
07.15 Morguntónleikur
07.30 Tíðindi
07.30 Tíðindi
07.35 Góðan morgun Føroyar Bjørg Brend er vertur
08.00 Tíðindi
08.03 Góðan morgun Føroyar
09.00 Tíðindi
09.03 Hetjur í Skriftini: Samfelagsrevsarin Elia (e) Armgard Arge leggur til rættis.
09.33 Dagsins tónar
09.50 Morgunlestur (e) Maja Schrøter í Hvalba lesur
10.00 Tíðindi
10.05 Fimleikaløtan - vika 1
10.10 Tit skriva, vit spæla Øssur Egholm leggur til rættis.
11.00 Tíðindi
11.03 Undir dagurða
12.00 Veðurtíðindi
12.03 Middagstónleikur
12.20 Tíðindini
12.40 Døgurðatónar
13.00 Oyggjaleikir (e)
14.00 15 tær bestu (e) Heðin Arge skipar fyri.
15.00 Tíðindi
15.03 Zenith Helena Debes Højgaard, Beinta Løwe Jacobsen og Høgni í Jákupsstovu skipa fyri.
16.00 Tíðindi
16.03 Zenith
17.00 Tíðindi
17.05 Í víngarðinum Símun Jóannesarson Hansen leggur til rættis.
18.00 Barnaútvarpið
18.25 Skráin og lýsingar
18.50 Tónleikur
19.00 Oyggjaleikir
20.00 Feðgar á ferð Marius Johannesen lesur 5. part av framhaldssøgu eftir Marius Johannesen.
20.30 Løg mær dámar Kjeld Thomsen leggur til rættis. 4. og seinasta sending.
21.00 Fimleikaløtan - vika 1 (e)
21.05 Dagsetur Øssur Egholm stílar fyri
22.00 Tíðindi

Rás

09:45 Orðið Bibliulestur v/ Anju Hansen
10:00 Góðanmorgun-tónleikur
11:00 Birgir Beinleiðis Birgir Sondum við gesti
12:00 Tíðindi & Lýsingar
12:15 Tónleikur
13:00 Leysaløtan Innsløg, prát og tónleikur
14:00 Ynskiløtan Heilsur frá lurtarunum
15:00 Tíðindi og lýsingar
15:15 Ynskiløtan (framhald)
16:00 Laila Beinleiðis Country, Laila Jacobsen leggur til rættis
17:00 Norðlýsið! Aktuell sending úr Studio 7 í Klaksvík. John William og Oliver Joensen leggja til rættis.
18:00 Tíðindi og lýsingar
18:15 Lættur tónleikur
19:00 Orð á leiðini EvR Sending "Kristindómur, missión og heimurin í dag" Jógvan Zachariassen leggur til rættis
19:40 Tónleikur
20:00 Plan Um tiltak í vikuskiftinum. Martin Kjærbo leggur til rættis. Beinleiðis úr Studio 7.
21:00 Tíðindi og lýsingar
21:15 Orðið (e) Bibliulestur v/ Anju Hansen
21:30 Ungdómstónleikur

Lindin

13.00 Byrjan – Dagsskráin verður lisin
13.15 Okkara dagliga breyð
13.30 Sjómanssendingin Vitin v/ M.C. restorff (e)
14.30 Tónleikur fyri børn
15.00 Frá hjarta til hjarta
18.00 Dagsins Orð eftri Svenning av lofti
18.05 The Finishing Touch ensk sending við tónleiki og práti. Vertur er Alex O'Campo
19.00 Brot og bitar ein ørvísi tíðindasending.
19.15 The Finishing Touch heldur fram
20.00 Tónleikur fyri børn
20.30 Okkara dagliga breyð
20.40 Lýsingar fyri møtir ið verða í vikuskiftinum.
20.55 Dagsins Orð (e)
21.00 Bønarlinjan við gesti. Bønarevni kunnu ringjast inn frá kl. 20.00. Tlf. 321377 og til ber at senda fax á nr. 321379 Vertur tykkara hesarferð: Jenis av Rana.
Vit gevast uml. middnátt

gult23 cyan23 magenta23 svart23

Vertirnir tykjast sterkir

Nýggj ítróttagrein á Oyggjaleikum í ár er thriathlon, og ikki óvæntað er tað soleiðis, at vertirnir tykjast vera sera væl fyri í hesari kapping

THRIATHLON
Jákup Mørk

Tað er nevnliga soleiðis, at tað er vertstjóðin, sum til hvørjar Oyggjaleikir hevur møguleika at seta eina nýggja ítróttagrein á breddan. Eitt nú valdu Føroyar, at fótbólturin skuldi vera á skránni, tá kappast varð í Føroyum, og í ár hava vertirnir av Isle of Man valt at seta thriathlon á skránna.

Tað sigur seg sjálvt, at vertirnir ikki velja eina ítróttagrein, sum teir vænta at standa seg illa í, og sum skilst á lagnum, so kann roknast við, at tey av Isle of Man fara at seta seg ógvuliga tungt á hesa kappingina.

Gunnar Dahl Olsen, sum umframt at vera við á føroyska súkklulandsliðnum, eisini tekur lut í thriathlon kappingini, sigur við soleiðis, at hann ikki veit akkurát, hvørjir luttakararnir hjá Isle of Man verða, men at greiðar ábendingar eru um styrkina hjá liðnum.

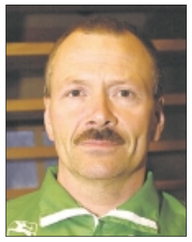
- Eg veit í øllum førum, at teir hava eina kvinnu, sum gjørdist nr. 10 í OL, og hóast hon ikki verður við á liðnum til Oyggjaleikirnar, so sigur hetta helst nakað um traditiónirnar fyri ítróttini á oynni.

- Eisini var enska meistaraheitið hildið á Isle of Man seinast, og tað sigur helst eisini nakað um styrkina. Í øllum førum skal tað vera løgið, um onglendingar leggja eina slíka kapping í írska havinum, uttan so at teir hava eina sera góða orsøk til at gera tað, sigur Gunnar.

Beinir Rasmussen

Kári Simonsen

Helga Mikkelsen


Evald Rasmussen

Um føroysku vónirnar dugir Gunnar ikki at siga so øgiliga nógv, annað enn tað, at tey so fara at gera sítt besta. Hvussu langt tað so fer at røkka, fast at vita eftir kappingina, men tað tykist í øllum førum ikki vera soleiðis, at nakað trýst um heiðursmerki liggur á føroysku luttakarunum í hesari ítróttini.

Hørð ítrótt

Thriathlon er annars kent fyri at vera ein ítróttragrein, sum setir sera stór krøv til kropsligu styrkina hjá íðkarunum. Ikki minst árliga Iron-Man kappingin á Hawaii setir nærum óminniskjalig krøv. Har verður svomið 3,8 km, súkkla 180 km fyri síðani at enda við marathonrenning, har teinurin er 42.195 metrar.

Á Oyggjaleikunum verður talan tó um sonevnda OL-teinin, sum er nakað linari, men sum tó framvegis setir stór krøv til íðkararnar. Her verður svomið 1.500 metrar, súkklað 40 km, fyri síðani at renna seinastu 10 kilometrar.

Væl verður fylgt við

Áhugin hjá fjølmiðlum fyri Oyggjaleikum hevur verið støðugt vaksandi, og eins og vanligt verða hesir væl umboðaðir, nú farið verður til Isle of Man

FJØLMIÐLAR
Jákup Mørk

Í mangar mátar eru ítróttur og fjølmiðlar knýttir nær at hvørjum øðrum. Summi siga, at ítrótturin ikki kann liva uttan fjølmiðlarnar, meðan onnur aftur siga, at miðlarnir ikki kunnu liva uttan ítróttina.

Sannleikin liggur helst okkurt stað miðskeiðis ímillum hesi bæði sjónarmiðini, tí í veruleikanum er tað helst soleiðis, at ítrótturin og fjølmiðlarnir bæði njóta gott frá hvørjum øðrum.

Miðlarnir og leikirnir

Tí er heldur einki løgið í, at fjølmiðlarnir hava gjørt nógv burturúr, tá Oyggjaleikir hava verið á skránni. Tá alt byrjaði – í 1989 – vóru møguleikarnir hjá fjølmiðlunum ikki eins góðir, sum teir eru í dag, og tí vóru frásagnirnar kanska avmarkaðar, í mun til tær, sum vit kenna nú.

Útvarpið var tó við frá byrjan, og eftir at ferðalagið var komið heim, bar eisini til at síggja livandi myndir í Sjónvarpinum.

Bløðini hava eisini roynt at fylgt við. At byrja við umvegis heimildarfólk, sum vóru við ítróttinum á ferðalagnum, men í dag tykjast tey nógv meira sannførd um viðir í hesari skriving, og bæði blaðfólk og myndamenn eru nú fastir gestir, tá ferðalagið fer avstað. Aloftast varð hetta gjørt soleiðis, at skrivað varð í hond, fyri síðani at faksa tilfarið heim, har setikonur síðani tøppaðu alt inn á tær tá so framkomnu setimaskinurnar.

Digitala øldin

Møguleikarnir hjá fjølmiðlafólkunum eru eisini munandi batnaðir, nú vit av álvara eru komin í sonevndu digitalu øldina.

Við hjálp av farteldum, digitalum fototólum og alnetinum er framleiðsluprosessein í blaðheiminum stytt somikið nógv, at frá teirri løtu at seinasta myndin er tikin, og seinastu stavirnir settir, ganga knappir tveir tímar til fyrstu lesararnir hava blaðið í hondini.

Eins og tað varð gjørt, tá Oyggjaleikirnir vórðu hildnir á Gotlandi, hevur Sosialurin fólk á staðnum, og komandi vikuna er so ætlanin, at lesararnir her heima kunnu fáa fesk tíðindi frá Oyggjaleikunum hvønn dag.

Fjølmiðlarnir hava eisini hug at gerast spentir, tá nógv stendur á. Her er tað frásøgumaðurin hjá Sjónvarpi Føroya, eftir at flogbóltskvinnurnar høvdu tryggjað sær gull á Gotlandi

Álvur Haraldsen og Jákup Mørk fara komandi vikuna at siga frá, hvussu gongst hjá føroysku ítróttafólkunum á Isle of Man