

Vit kunnu gerast nógv betri



Helgi Winther Olsen er uttan iva besti fimleikari okkara í lötuni, men hetta er ikki komið uttan hart arbeiði. Seinastu fyra árinu hevur fimleikur verið á skránni góðar 20 tímar um vikuna

Helgi Winther Olsen ivast ikki í, at tað finnast hópur av fimleikatalentum í Føroyum, men umstøðurnar hjá hesum at mennast eru so langt ífrá nóg góðar. Hvørki tá veldst um venjingar-ella kappingar-umstøður

FIMLEIKUR

*Orð: Jákup Mørk
Myndir frá Oyggjaleik-
unum: Álvur Haraldsen*

– Tá eg datt og var komin niður, vendi eg mær bein-anvegin, og hugdi eftir tærnum. Tær rørdur seg, so tað einasta, sum eg hugsaði, var, at so varð talan ikki um koyristól í fram-tíðini. Annars royndi eg bara at liggja stillur, meðan sjúkrabilurin kom eftir eftir mær, og næstu fyra tímar-nar var eg nærur frá mær sjálvum av ræðslu. Tað kundi jú verið, at eg hevði brotið ryggin.

Soleiðis byrjar størsti føroyski gullslúkurin á júst lidnu Oyggjaleikunum, tá vit byrja prátið við at spyrja, um hann hevði droymt um sney gullmerki á Oyggjaleikunum, tá hann hin 26. mars í ár var áhaldsin undir eini iðkan og breyt sær beinið.

– Tá hevði eg so onga ímynd um, at eg yvir høvur

kundi vera við á Oyggja-leikunum, heldur hann fram.

Læknin segði 6 mánaðir

Tá hann seinni fekk at vita, at tað í øllum førum ikki var somikið álvarsligt, spurdi hann sjúkrasyrtrina, sum var har, hvørjar móguleikar hon helt vera fyri, at fimleikarin skjótt kundi fara undir aftur ítróttina.

– Hon fór so út eftir lækninum, og boðini frá honum vóru, at um triggar mánaðir kundi eg so spakuliga byrja at ganga aftur. Eina viku seinni varð eg so aftur kannaður, og tá vóru boðini seks mánaðir uttan fimleik.

– Eg tosaði so við pápa mín (Sølvi Winther Olsen, ítróttalækni, blðm.) og við fysioterapeutin, tí eg dugdi ikki sjálvur at siggja, hví eg ikki skuldi venja. Eg fekk stigið á beininum, og sjálvst um tað var við pínu, so gekk tað støðugt framá.

Spurdur, um pápin, ið sjálvur er lækni, ikki var eitt sindur skeptiskur um hetta, svarar Helgi, at tað var hann sjálvandi.

– Hinvegin vóru bæði hann og fysioterapeuturin eisini skeptiskir um boðini frá lækninum. At hann skuldi krevja ein somikið drúgvan steðg. Trupulleikin var, at tað var ómøguligt at

siggja, hvussu djúpur frak-tururin niður íggjøgnum lærbeinið var. Talan er um eitt ógvuliga sjáldsamt brot, og skaðin var eisini tikin upp á stevnu millum læknarnar.

– Eingin tordi at taka ábyrgdina av at siga, at so og so nógv kanst tú gera, so tað var í stóran mun upp til mín sjálvan at royna. Tíbetur gekk tað so kortini væl.

Skal á hægri støði

At vera fyri einum sovrø-num óhappi, fyri síðani góðar triggar mánaðir seinni at vinna sney gull-

merki á Oyggjaleikunum. Er tað so ikki eitt tekin um, at støðið á leikunum er ov lágt til besta føroyska fimleikaran í lötuni?

– Tað kanst tú á ein hátt siga, men hinvegin var eg heldur ikki fullkomuliga einaráðandi í kappingun-um. Tað var jú ikki soleiðis, at eg var nógv betri enn hinir, sigur Helgi.

– Kortini er tað soleiðis, at tá tað eru somikið fáir, sum gera tær torföru iðkaninar, so verður tú løntur, um tú gert eina roynd.

Fyri tveimum árum síðani, var Helgi partur av føroyska liðnum, sum var

við á sonevndu Friendly-Games, sum vórðu hildnir á Ynos Mon. Ta ferðina varð hann kosin sum besti mannlígi fimleikarin á stevnuni, men úrtøkan var ikki eins stór, sum hon var hesaferð. Trý gullmerki og fyra silvurmerki gjørdist talan tá um, og Helgi ásannar eisini, at hann hevur ment seg nógv, síðani tá.

– Nú varð eg sjálvandi eitt sindur einaráðandi, tí torleikastigið hjá mær var hægri, men eg haldi eisini, at kappingarnar vóru javn-ari tá. Tað vóru fleiri fimleikarar, sum royndu tey torföru tingingi.



– Sjálvandi eri eg komin upp á eitt hægri støði sjálvur, men lutfalsliga var kappingin ikki eins sterk hesa ferð. Nú skal eg so avgjørt ikki taka nakað virði frá teimum heiðurs-merkjum, sum eg nú havi vunnið, men tað er so eisini tí, at eg nú eri komin longur fram, og at Oyggjaleikirnir tiskil ikki eru á tí støðinum, sum eg vanligu kappist á.

– Tú kanst samanbera tað við støduna, tá fótbólturin var við fyrstu ferð. Tað var ov lætt hjá teimum, og teir bukaðu alt av. Tá ræður tað um at koma víðari, og tað er so eisini tað, sum eg ætli mær.

– Eg skal fyrst við fyri at læra. Sjálvst um endi aftast í onkrari av teimum stóru kappingum, so læri eg av at vera við. Læri, hvussu mannagongdirnar eru, og ikki minst um tað trýstið, sum tá er á. Tað er júst tá, at tú skalt vísa alt tað, sum tú hevur vant í mánaðunum upp til kappingina.

so hevði eg sjálvandi kunna lært okkurt, men við um-støðunum her heima, so er fullkomuliga ómøguligt at koma upp á tað støðið, sum eg kann røkka í Danmark.

– Sum er, kann eg venja tað, sum eg dugi, heima í Føroyum, men eg eri rættiliga visur í, at eg hevði ikki kunnað lært tað her heima. Tá tú skalt blaka teg runt í onkrari iðkan fyri fyrstu ferð, og tú veitst, at tað er stórus móguleiki fyri, at tú ikki kemur heilt runt, so er tað ikki ein serliga hugnaligur tanki, at tú kanska lendir við høvdu-inum fyrst á einum hørðum gólvi.

– Kapasiteturin er sjálv-andi eisini størri í allar mátar. Tú hevur venjarar, sum eru serútbúnir til at venja fimleikarar á høgum støði, men eisini hevur tað nógv at siga, at mentali-teturin á staðnum er hin rætti. Tað er vanligt, at nógv verður gjørt við venjingina.

arbeiði eitt sindur, men annars geri nógv við venjingina. Aftan á verið eg so noyddur at útbúgva meg víðari, og tá má eg so royna at samskipa útbúgving og venjing onkursvegna. Eg kann ikki longur sleppa at lesa undir Team-Danmar skipanini, men tað skal bera til á onkran hátt.

Ringar umstøður í Føroyum

Umframt at Helgi sjálvur varð nærur krýndur við gullið á Oyggjaleikunum, so hendi eisini tað, at føroysku fimleikararnir yvir-høvur stóðu seg betri hesaferð, enn tey gjørdur fyri tveimum árum síðani.

Ein av orsøkunum er íva-leyst, at nýggi landsliðs-venjarin, Henrik Berthel-sen, hevur givið fimleikin-um ein veruligan íblástur, men Helgi heldur kortini, at støðið í Føroyum er hækk-að sum heild.

– Eitt er at Henrik er sett-ur sum venjari. Tað, sum er so sera týðningarmikið við honum, er, at fólk trúgva tí, sum hann sigur. Líka mikið, hvørjar eginleikar hann hevði havt - uttan at seta niður á hesar - so hevur hann tá útstrálingina, at hann veit nakað. Tí trúgva fólk tí, sum verður sagt.

– Fimleikararnir hava eisini tikið seg fram, og fyri tiggju árum síðani gjørdur fimleikararnir ikki somu venjingar, sum teir gera nú. Støðið er hækk-að, men ikki so nógv, at vit eru einaráðandi í Oyl-høpi. Tað sum vit gera, duga vit væl, so grundarlagið er gott, men enn vænta umstøð-urnar.

– So skjótt, sum amboð og umstøður vóru til tess, so eri eg visur í, at tað gekk eitt - hægst tvey - ár, so vóru fleiri, sum vóru á mínum støði.

– Tá hevði hugburðurin komið um, at hetta ber veruliga til. Onkur hevði so helst komið, sum var á støðnum, sum eg eri á nú, og royndi at koma enn hægri. So hevði restin aftur verið drigin við, soleiðis at

Tá Helgi fyri trimum mánaðum síðani breyt sær beinið, vóru Oyggjaleikir og gullmerki langt burturi úr hugaheimi hansara



tú byggir støðið hægri og hægri upp fyri hvørja generation.

– Tað eru í øllum førum nóg mikið av talentum í Føroyum. Tað ræður bara um at gera nýtslu av teimum.

Ov fáar kappingar

At enda sigur Helgi eisini, at skal føroyski fimleikurin taka seg fram, er alneyðugt hjá fimleikarunum, at tey fáa fleiri kappingar at fara til.

– Okkara iðkanir eru somikið kompreraðar, og øll mistøk draga frá, og tí skalt tú vita, hvat tað er, at vera við í eini kapping. Ikki minst í tí mentala partinum. – Í lopið yvir hest, er tað somikið komprerað, at tað bara er nakað, sum tú gert. Stendur tú hinvegin á gólvinum, so er talan um nakað heilt annað. Tá skalt tú fyrst gera eitt slag av lopum. Síðani hvílir tú í nøkur sekund, áðrenn tú

gerst næsta slagið, sum kanska eru nakrar heilt aðrar rørsur. Alt hetta skal sita í merginum á fimleik-arunum, og einasti mátin, sum hetta kann koma uppá, er við at kappast nógv. Tá hugsar tú minni um, hvat tað er, sum tú gert.

– Tað er helst eisini ein stórus fyrimunur hjá mær. Eg hugsji ikki um alt hetta á sama hátt, sum ein, ið fer inn á gólvið fyrstu ferð. Tá brúkar tú rutinuna undir iðkanini, og hetta ger, at færri kreffir verða nýttar og vandin fyri mistøkum verður minni.

– Til dømis var í kapping í Íslandi, har seks dómarar standa og hyggja at mær. Ta ferðina gav hetta mær nervar, men tá tað nú bara sita tveir dómarar og lutfalsliga fáir áskoðarar til eina kapping á Oyggja-leikum, so er hetta ikki nakað, sum bilar stórvegis.

Slíka rutinu fært tú bara við at kappast. – Ein stór kapping annað

hvørt ár ein FM-kapping um árið, gevur alt ov lítið. Tú kanst altíð vera góður undir venjing, men tú ert noyddur at kappast fyri at gerast ein góður kappingar-fimleikari.

Sostatt er líkt til, at sterkasti fimleikari okkara í lötuni hevur tvey boð um, hvat skal til, fyri at menna føroyskan fimleik, soleiðis at vit framyvir hava móguleika at standa okkum á enn hægri støði.

– Tú kanst siga tað soleiðis, at fyrst og fremst skulu umstøðurnar vera góðar. Tú skalt kunna kenna teg tryggan undir venjing, og ikki vera bang-in fyri at detta.

– Harumframt skulu læra at umseta venjingarnar til eina nettoframleiðslu, sum er sjálv kappingin. Tað er tá, at tú skalt brúka alt tað, sum tú lært undir venjing-unum, og tú hevur bara ein móguleika, sigur Helgi Winther Olsen at enda.

Bilpakkar

4 fólk í bili

Danmark

Fráf. Fráf. Tórsh. Hanstholm. 31/8 18/8 7/9 25/8 1/9

Ferðist biliga, **Tórshavn-Hanstholm** ella hinvegin

úr **775,-** fyri hvønn

Noreg

Ferðist biliga, **Tórshavn-Bergen** ella hinvegin

úr **480,-** fyri hvønn

Hetland

Ferðist biliga, **Tórshavn-Lerwick** ella hinvegin

úr **385,-** fyri hvønn

Ísland

Fráf. Fráf. Tórsh. Seyðisfj. 8/8 23/8 15/8 30/8 22/8 6/9 29/8

Ferðist biliga, **Tórshavn-Seyðisfjørður** ella hinvegin

úr **728,-** fyri hvønn

Skotland

Ferðist biliga, **Tórshavn-Hetland-Skotland** ella hinvegin

úr **1.373,-** fyri hvønn

www.smyril-line.fo

SMYRIL LINE

Tel 34 59 00