Øl er gott eftir dystin

Hjá fleiri av sonevndu hugnaliðunum er ofta vanligt at fáa sær eina øl eftir dyst. Men nú siga granskarar, at hetta eisini er nakað, sum eliutítróttafólk skuldu gjørt, um alternativið er vatn. Spanski professarin, Manuel Garzon, er komin eftir, at kolsúrni í ølinum ger, at tostin verður betri sløktur, eins og kolhydratarnar í ølinum hjálpa við til at nøkta tørvin á nýggjum kalorium. Royndir eru gjørdar við kontrol-bólkum, sum fingu vatn ístaðin fyri øl eftir dyst, og tað vísti seg, at tey, sum drukku øl, skjótari endurvunnu vætujavnvágina í kroppinum.

Yakubu skaddur leingi

Álopsspælarin Yakubu Ayegbeni noyddist at gevast í dystinum hjá Everton ímóti Tottenham í gjár eftir bert 11 minuttir. Skaðin vísti seg at vera álvarsamur, tí hælsinan hjá Yakubu er slitnað. Avleiðingin er, at Yakubu kann ikki spæla aftur í hesum kappingarárinum. Støðan hjá Everton gjørdist enn verri av, at Louis Saha eisini fekk skaða, og ein annar álopsspælarin, James Vaughan, er somuleiðis skaddur.

Tekur fimm ár at læra

Byrja vit nú, so hava vit okkara egnu visjón, har vit í 2015 veruliga kunnu bjóða eitt nú Italia og Bosnia av, sigur Dia Midjord, landsliðsvenjari í hondbólti

HONDBÓLTUR
Jákup Mørk
jakup@sosialurin.fo

Myndin var ikki heilt ókend, tá Føroyar í gjár spældu á útivølli móti Italia.

Eina løtu vóru okkara heilt væl við. Enntá vóru vit á odda onkra løtu. Men misnýtt brotskøst og mistøk í álopsspælinum góvu vertunum møguleika at skræða seg leysar.

At síggja til púrasta óneyðug mistøk, men samstundis benda tey á, at Føroyar í hesum umfarinum fyrst og fremst eru við fyri at læra. Kanska ein útsøgn, sum fleiri eru troytt av at hoyra, men samstundis nakað, sum landsliðsvenjarin als ikki afturvísur.

- Eg veit ikki, um tú skalt siga, at vit eru við fyri at læra. Men vit læra jú, hvørja ferð vit spæla ein dyst. Og helst skal tað vera so, at vit við slíkum dystum menna spælararnir til veruliga at kunna tackla slíkar um eini 5-7 ár, sigur Dia Midjord, landsliðsvenjari.

- Tí tað er bert við at fáa slíkar avbjóðingar javnan, at vit fáa ment spælararnar. Tað ber ikki til sum venjari at siga við ein spælara, at nú gert tú ikki mistøk í hesum dystinum. Tað ræður um hjá spælarunum at upplliva slíkar støður, so hann veit, hvussu tú skalt reagera í givnu støðuni.

- Og veruleikin er eisini, at vit mugu niður til tey, sum eru 12-14 ár. Har mugu vit leggja eitt gott grundstøði, tí sum vaksin ført tú ikki vant teg upp til meira enn eitt vist.

Um føroyskur hondbóltur megnar at arbeiða miðvíst eftir hesum. Hava vit so eitt landslið, sum um eini 5-7 ár er ført fyri at skapa nøkur veruliga stór úrslit av og á?

- Byrja vit nú í 2008, so verður tað sum við visjón 2015 hjá landsstýrinum. So hava vit eitt landslið, sum í kappingum á leið 2014, '15 ella '16 kann taka stig frá Bosnia, Italia og teimum londum, sum í løtuni eru styrkismett nakað omanfyri okkum. Gera vit okkara arbeiði nóg væl hjá heilt ungu spælarunum, so kunnu vit uttan trupulleikar spæla við móti hesum tjóðum, sigur Dia Midjord, landsliðsvenjari.

Tað er ikki her og nú, at vit síggja úrslit av teirri menning, sum altjóða hondbóltur kann skapa fyri spælararnar, sigur Dia Midjord, landsliðsvenjari

Sigur og javnleikur til hondbóltsútisetar

Eftir frívikuskifti vóru kvinnurnar og menninir hjá ÍF Føroyum aftur á vøllinum í gjár

HONDBÓLTUR
Rólant Waag Dam
rolant@sosialurin.fo

Kvinnurnar vunnu sín dyst 18-13 eftir hálvleiksstøðuna 11-10. Mótstøðuliðið var Søborg, sum liggur á triðja plássi í deildini.

Kvinnurnar høvdu trupult við at fáa spælið at rigga frá byrjan, og fyrri hálvleikur var eisini sera javnur og spennandi, hóast kvinnurnar hjá ÍF Føroyum alla tíðina á odda við einum ella tveimum málum.

Men so við og við økti ÍF Føroyar um leikferðina, og tað hevði við sær, at Søborg ikki megnaði at fylgja føroyska liðnum. Spakuliga vaks málmunurin, so at tað at enda vóru fimm mál á muni.

Sigurin merkir, at føroysku kvinnurnar framvegis eru ósigraðar í deildini.

Hjá monnunum gekk ikki heilt so væl. Teir spældu ímóti Tårnby, sum megnaði at fáa javnleik 20-20.

ÍF Føroyar kom annars væl frá byrjan, og serliga Hjalti Jacobsen var stinnur fyrstu løtuna og gjørdi eisini fýra tey fyrstu málini. Men so steðgaði spælið upp, Tårnby kom við aftur í dystin og hálvleiksstøðan var 10-10.

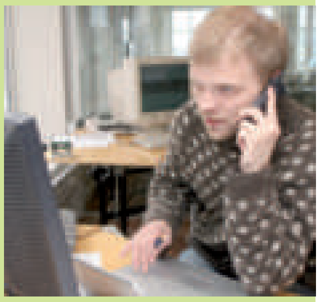
Seinni hálvleikur byrjaði sum fyrri, men hesaferð var tað Hanus Johansen, sum vísti vegin. Miðskeiðis í seinna hálvleiki vóru føroyingarnir eisini á odda við trimum málum, men Tårnby vísti góðan hugburð og kom afturí aftur, soleiðis at tað endaði við stigabýti.

Føroysku málskjúttarnir vóru Hjalti Jacobsen 6, Hanus Johansen 5, Rani Slættanes 3, Heini S. Kristiansen 2, Bárður Dal Christiansen 2, Róar Akralíð 1 og Leif Hákun Jacobsen 1.

Væl telvað

Framgongdin hjá talvlandsliðnum prógvar enn einaferð, hvussu stórt avkastið kann verða við miðvísum arbeiði

ÍTRÓTTAKLUMMAN
Jákup Mørk
jakup@sosialurin.fo



Ikki er gott at vita, hvussu nógv PCB, DDT og onnur óhugnalig tungmetallir Helgi Dam Ziska og liðfelagarnir á føroyska landsliðnum hava etið gjøgnum árini.

Men í øllum førum tykist hetta ikki hava sett síni spor í frálíku talvheilarnar, sum talvlandslið okkara hevur.

At Føroyar nú eru millum 60 tær bestu tjóðirnar í heiminum á puntuta brettinum, er einki minni enn eitt bragd. Og sammeta vit við eitt nú fótbóltslandsliðið, har altjóða styrkilistin verður dagførdur hvønn mánað, gerst talið ikki minni imponerandi.

Nú hava okkara menn aloftast staðið seg betur á puntunum enn á grøna svørðinum, men seinnu árini hevur talan verið um markant og einvís framstig hjá telvarum okkara.

Og orsøkin til hetta er so sára einføld. Talvsambandið tók fyri árum síðani stig til at gera talvið ein púrasta náttúrligan part av uppaling og menning hjá føroyskum ungdómum.

Sjálvandi ala vit ikki nakran altjóða stórmeistara á hvørjum ári, men við at lata dyrnar upp fyri øllum, økti Talvsambandið sannlíkindini fyri at fanga næsta stórmeistaran, áðrenn áhugamálini gjørdust nøkur onnur. Og ikki minst kundi frálæran við hesum byrja so tíðliga, sum tað nú er møguligt og ráðiligt.

Hetta hevur eisini ment eldru og meira royndu telvararnar. Við at síggja eitt nýtt ættarlið av telvarum koma fram, eru teir royndu trýstir at spenna seg enn meira út, og at síggja ein mest sum tilkomnan harra Andreasen fáa sítt veruliga gjøgnumbrot nú í Dresden, var ein ófatuliga stuttlig eygleiðing. Ikki minst hjá Talvsambandinum sjálvum, sum við hesum fekk ein eina váttan fyri framúr arbeiði sítt.

Og sum prikkurin yvir i'num hevur føroyski talvheimurin so eisini sjálvur skapt karmar um altjóða avbjóðingar á heimabeiti fyri føroyskar telvarar. Eingin ivi er um, at stóru kappingarnar í Klaksvík og Suðuroy hava hvest talv- og flogvitini hjá føroyskum telvarum enn meira.

Alt samalt lutir, sum bera boð um, at tað loysti seg at seta sær stór mál. Eitt orðafellið sigur, at tú skalt finna hægsta punktið á garðinum, og so bara hoppa alt tað, sum tú ert mentur. Og higartil hevur føroyskt talv hoppað heilt høgt.