

At renna... ...rímar við at flenna



Eydna Skaale

Og tað er í grundini heilt í tráð við veruleikan. Renning gevur orku, gleði og úthaldni í gerandisdegnum, og hóast tað kann tykjast møtimikið at koma í gongd við renningina, so lønar tað seg skjótt aftur.

Tær nýtist ikki annað enn einar góðar skógvar og avgerðina um, at nú skal tað vera. Her eru tó nøkur hugskot til, hvat tú kanst ognar tær umframt, fyri at gera renningina stuttligari, effektivari og lættari.



Yndistónleikurin lættir um og stýttir tær stundir, tá tú skalt renna. Tað finnast alskyns sløg av iPodum og mp3-spælarum, sum nær um einki víga, og sum til dømis kunnu festast um armin.

