## Teitur er í uppskoti

Seinasta árið hevur Teitur Matras Gestsson, sum er uppvaksin í KÍ, spælt fyri danska felagið OB. Har hevur gingið væl hjá honum og liðfeløgunum á U17-liðnum. Farna vikuskiftið endaði danska kappingin, og OB vann bronsu í landskappingini, og farna vikuskiftið vann OB eisini steypakappingina á Fjóni. Heimasíðan myfc.dk fylgir væl við í donskum ungdómsfótbólti, og har er í løtuni ein avkvøðugreiðsla um, hvør var besti málmaður í U17-kappingini í Danmark í ár. Ein av teimum, sum er í uppskoti, er Teitur Matras Gestsson.

## Kvinnurnar trý pláss upp

Føroyska kvinnulandsliðið í fótbólti er nú nummar 60 í heiminum. Tað vísur seinasta dagføringin yvir styrkitølini fyri kvinnulandslið, sum altjóða fótbóltssamgonga FIFA ger. Føroyska kvinnulandsliðið var í apríl mánaða í Kroatia og spældi eina minikapping móti Kroatia, Bosnia-Hersegovina og Litava. Føroysku kvinnurnar vunnu tveir dystir og taptu móti Bosnia-Hersegovina. Tað var nóg mikið at vinna kappingina. FIFA-styrkislistin fyri kvinnur verður dagførdur fýra ferðir um árið. Føroysku kvinnurnar eru nummar 35 av evropeisku londunum.

# Seks gull upp á spæl

**Pál Joensen er størsta einstaka føroyska gullvónin. Í dag fer hann í hylin at kappast, og longu fyrsta dagin er málið sett eftir seks gullmerkjum**

Jákup Mørk

Av teimum fýra kappingardøgunum, er mánadagurin avgjørt tann strævnasti hjá Pál Joensen. Seks ferðir skal hann í kapping, og málið er í øllum førum, at hetta skal geva eins nógvar gull

Mynd: Álvur Haraldsen

Tá mátistokkurin verður gjørdur upp í 1/100 sekundum, telur hvørt einasta lítla fet, sum kann fáa kappingarnar at ganga væl.

Uttan iva er ferðingin, ið hálvgum fór fram á náttartíð ein av teimum faktorum, sum føroysku svimjararnir hugsa mest um, og tá Jógvan Arge og Rás2 hittu Pál Joensen sunnudagin, staðfesti hann alt fyri eitt, at tað her og nú ræður um at rinda møðina.

- Hetta verða nakrir øgiliga harðir dagar, og eg eri øgiliga spentur uppá, hvussu tað fer at ganga. Men beint nú ræður fyrst og fremst um at fáa ferðingina úr kroppinum.

### Knallharður dagur

Fyrsta finalan verður seinnapartin mánadagin, tá tú svimur 1500 metrar. Hvussu væntar tú, at tað fer at ganga?

- Har sær út til, at tað verður rímuliga lætt hjá mær, so har ætli eg bara at koma púrasta heilskapaður ígjøgnum. So tað verður ikki nakað við at svimja eftir bestu tíð ella nakað sovorðið.

Og hvat satsar tú upp á í aðrar mátar?

- Tað er at fáa so góð úrslit sum gjørligt. Helst gull í øllum kappingunum.

- Mánadagin svimji eg 1500 metra frí, 200 metra firvald, 100 metra bringu, 200 metra blandað og so stafettina. Hetta verður heilt greitt tann harðasti dagurin, men so er hann yvirstaðin, segði Pál Joensen, sum altso vónar at fáa gull í øllum teimum seks kappingunum, sum hann tekur lut í.

### Skjótur hylur

Saman við Pál Joensen var eisini Jón Bjarnason, venjari, við og hugdi at umstøðunum á ítróttardeplinum, sum liggur í Godby – einar 15 kilometrar norðanfyri Mariehamn. Og hann lat væl at umstøðunum, har hann og restin av hópinum fara at búleikast komandi dagarnar.

- Hetta er ein góður hylur – í øllum førum nógv betur enn tann á Rhodos. Svimjarar tosa ofta um, at talan er um skjótan hyl, og hetta kennist sum ein skjótur hylur. Her er í øllum førum gott og nýtt vatn.

- Vit kundu kanska hugsað okkum, at ljósið í høllini var betri, og vit hava fingið at vita, at teir skulu hyggja at tí. Men vit velja so at trúgva, at tað verður, sum tað er nú, og so kunnu vit kanska verða positivt yvirraskaði, sigur Jón Bjarnason.

Hvat hevur ljósið at siga?

- Tað kann hava nakað at siga sálarliga. Vit eru øll so, at okkum dámar ljós, og er tað eitt sindur myrkt, so gongur tú eitt sindur soleiðis deprimeraður. So tað er betri, um tað er ljós, litir og larmur, sigur Jón Bjarnason.

### Ov langt at ganga

Umstøðunum hjá svimjarunum letur Jón heilt væl at, men hann fýltist á, at tað er neyðugt hjá svimjarunum at ganga teir 10-12 minuttirnar, sum eru frá hotellinum, har tey búgva, til svimihylin.

- Vit hava gingið yvir higartil, men vit royna at bussambandið at rigga betur. Tað skuldi verða ein bussur, sum koyrdi okkum, men tað er ikki komið í rættlag. Og tað kann gerast ov nógv, um vit støðugt skulu ganga allan vegin. Vit arbeiða í 1/100-partum, so tað kann verða ein av hesum smáu marginalunum, segði Jón Bjarnason, sum ikki dylur, at vónirnar eru stórur.

- Fyrst og fremst mugu vit vón, at vit koma væl ígjøgnum dagin. Tað er hart, tá tú ferðast soleiðis, sum vit gjørdu, og tað vóni eg, at ÍSF fær rættað upp á til næstu ferð. Og eg rokni við, at nógv av teimum ítróttarfólkunum, sum ferðast í dag (samrøðan varð gjørd sunnudagin, blðm.), tey merkja eisini, at allur dagurin í gjár varð nýttur til ferðing. Og í so máta eru vit eitt sindur hepnari, segði Jón Bjarnason við Jógvan Arge.

**Heri Ziska tók sunnudagin lut í kapping í sleggjuvarpi. Í innleiðandi kappingini gjørdist Heri nummar 8 og kom tí við í finaluumfarið. Í finaluni tók hann seg fram um ein luttakara afturat og endaði sum nummar 7. Andrew Frost av Isle of Wight var nógv tann besti í kappingini, og vann kappingina rættiliga trygt.**