30. august 2011
18:07

Stovna tína lýsing

Byggivirki og teknistova
www.tnb.fo
TN Bygging tekur sær av bæði smærri og størri byggiuppgávum. Si meira á heimasíðu okkara.

Skúlainnbúgv
inventar.fo
Vit hava alt innbúgv til skúlastovuna. Ring til okkara á 613800 ella kom ein túr inn á gólvið.

Viðfestisvognar & eykalutir
www.andreasen.fo
Vit hava hópin av vognum á goymslu.Vognar til bátar á goymslu. Eykalutir, sleipikrókar, umvælingar.

Sí fleiri lýsingar

Leita

Heim | Um treysti | Venjing | Tiltøk | Úrslit | Myndir | Tilmelding

Tor Rønnow

Næsta vikuskifti, tvs. 2-4 september og tá Tórshavn Marathon er á skránni, fær Treysti vitjan av Tor Rønnow, sum fer at halda fyrilestur fríggjakvøldið 2. september kl. 19:30 í EIK Banka í Klaksvík. Eisini fer hann at halda fyrilestur í Havn dagin fyri Tórshavn Marathon. Sunnudagin fer hann so at renna Tórshavn Marathon.

Tor Rønnow er annar av rithøvundunum til bókina "ELSK AT LØBE – med marathonbogen".Hin rithøvundurin er professarin Bente Klarlund Pedersen.

Tor er kendur, sum virkin skrivari og marathonrennari ikki bert í Danmark, men í øllum Skandinavia sum heild og eisini í Týsklandi, har hann er eitt kent andlit í marathonhøpi.

Tor hevur einastandandi góð evnir, at endurgeva og lýsa marathonrenningar, sum hann luttekur í. Hann hevur luttikið í heili 229 marathon, síðani tað fyrsta í 2004.

Frágreiðingarnar hjá honum eru at finna á renniheimasíðuni www.dourun.dk umframt á hansara egnu heimasíðu, sum eitur www.temperance.dk. Hansara egna heimasíða hevur einar 400.000 "hits" hvønn einasta mánað frá lesarum úr fleiri enn 75 londum kring knøttin.

Tor er eisini klummuskrivari á www.motionslob.dk og síðani fyri kortum eisini hjáwww.motiondanmark.dk.

Í seinastu útgávu er ein fín grein um Tor í "løbemagasinet", sí meira á www.lobemagasinet.dk.

Privat er Tor pápi at trimum dreingjum, sum hann hevur annað hvørt vikuskifti, so rytman hjá honum er reglulig: annaðhvørt vikuskifti er tað tíð til eitt ella tvey marathon.

Viðvíkjandi náttúru so er Tor ein "frelstur fjallatuskari" síðani barnaárini, so at skula luttaka í Tórshavn Marathon er ein uppliving, sum leingi hevur staðið ovarlaga á ynskilistanum.

Høvuðsstuðul:
TRYGGINGARFELAGIÐ FØROYAR - so ert tú tryggari

Komandi tiltøk
03. Sep 2011
5. og seinasta umfar í Grand Prix børn og ung - tilmelding týskvøldið !!!
03. Sep 2011
16.Renn fyri heilsuna (Intersport - INN)
04. Sep 2011
Tórshavn Marathon og FM
10. Sep 2011
17.Renn fyri heilsuna (Intersport - Intersport)
17. Sep 2011
5. Kalsoyar Renningin

Aðrir stuðlar:
KBI søla umboðan ráðgeving tænasta Tlf. 470 200
INTERSPORT TH.DAMÍTRÓTTUR
Bakaríið Hjá Jórun
FØROYATELE
NEMA
Hjá Skós
fast:
EILIF ARGE gávubúð
inn
el·in
REYNI SERVICE
GEVIÐ BLÓÐ