

Valsblaðið

63. árgangur 2011



ho ho Hópbílar



**Gleðileg jól
og farsælt komandi ár**



HÓPBÍLAR

www.hopbilar.is sími 599 6000



Við erum með hugann við það sem þú ert að gera

Okkar vinna gengur út á að þín vinna gangi vel. Við leggjum okkur fram um að setja okkur vel inn í það sem þú ert að gera, og þó við þekkjum kannski ekki viðfangsefnin í þínu starfi jafn vel og þú, þá vitum við hvað starfið gengur út á.

Hjá Íslandsbanka starfar hópur fólks sem býr að áratugareynslu í þjónustu við sveitarfélög og hefur viðtæka sérþekkingu á fjárhagsumhverfi þeirra og þörfum. Þannig getum við ávallt tryggt sveitarfélögum landsins þá bankaþjónustu sem þau þarfnast.

Þekking sprettur af áhuga.

Rósa Júlía Steinþórsdóttir hefur veitt sveitarfélögum og opinberum aðilum fjármálaþjónustu í meira en 10 ár. Rósa Júlía er viðskiptastjóri sveitarfélaga hjá Íslandsbanka.

sveitarfelog@islandsbanki.is
www.islandsbanki.is
Sími 440 4000


Íslandsbanki

Tvenn jólin



Árni Svanur
Daníelsson
og Kristín
Þórunn
Tómasdóttir

Tími ljóss og skugga

Jólin snúast um ljósið sem færir heiminum birtu og yl í svartasta skammdeginu. Við sjáum í guðspjöllunum hvernig Betlehemsstjarnan lýsti upp nóttina og vísaði vitringunum veginn til Jesúbarnsins í jötunni.

Í sænsku verðlaunakvikmyndinni *Verkamannabústaðirnir – Svinalängorna*, eftir Pernillu August, erum við minnt á hvernig ljósið og skuggarnir geta fylgst að. Myndin hefst á aðventu, á Lúsíudeginum, þegar dæturnar tvær koma ljósum prýddar í svefnherbergi foreldranna sem þykjast vera sofandi. Lúsíuhátíðin minnir á að adventan og jólin eru tími ljóssins.

Ljósið skín líka á það ljóta í heiminum og varpar skugga. Við erum minnt á það í *Svinalängorna*. Aðalsöguhetjan Leena rifjar upp bernskujólin sín. Það er ekki falleg mynd. Ekkert jólabað og engir jólapakkar því pabbi eyddi öllum peningunum í vín. Jólátréð sem féll hálfskreytt um koll þegar foreldrarnir slógust í stað þess að skreyta það. Villt partý, drykkja og hávaði. Yfirgangur og ofbeldi. Pabbi sem óskrar á mömmu og slær hana svo. Á meðan fela börnin sig. Þannig eru bernskujólin hennar Leenu og þeim vill hún helst gleyma.

Tími sannleika og nærveru

Ástin í raun – Love Actually er ein vinsælasta jólamynd síðari ára. Sambönd fólks eru viðfangsefni myndarinnar og bakgrunnur hennar eru jólin. Eftir því sem sögunum vindur fram kemur

Hugvekja á aðventu 2011

grunnafstaða persónanna til jóllanna í ljós – og það er augljóst að jólin sjálf hafa áhrif á gang mála.

Jólin í Love Actually snúast um tvennt: að segja það sem manni býr í brjósti – segja sannleikann – og að vera hjá þeim sem maður elskar. Þetta tvennt knýr myndina áfram, vegna þess að það eru jólin. Þegar við förum að segja það sem okkur í brjósti býr, horfumst í augu við tilfinningar, brotna erfið og gömul samskiptamynstur upp og nýir hlutir fá rými í lífinu. Að viðurkenna hvernig manni líður og segja frá því getur valdið manni sjálfum og öðrum erfiðleikum, eins og sumar persónunnar reyna. En jólin eru tími sannleikans og það er þess virði að mæta hindrunum til að uppfylla köllun jólastundarinnar.

Tími öryggis og hlýju

Í jólaguðspjallinu mætum við þrá okkar fyrir öryggi, skjól og hlýju. Í fjárhúsinu sem Jesúbarnið kom í heiminn brýst ljósið fram úr myrkviðum næturinnar. Jatan er tákni um næringu og umhyggju sem við þurfum til að lifa af og síðast en ekki síst er nýfædda barnið tákni um líf og upphaf, hreinleika og ást.

Þessar frummyndir af ljósinu og jötunni hitta okkur í hjarta-stað og taka form í minningum okkar og reynslu. Það hvernig við höldum jólin tjáir þetta að einhverju leyti. Þörfin fyrir öryggi og næringu kemur fram í áherslunni á þægindi og góðgerðir sem einkennir hátíðahaldið. Köllunin til að sýna kærleika og veita umhyggju sýnir sig í því að við viljum gefa gjafir og gera öðrum gott.

Verum ljósfólk

Kristín trú er trú lífsins alls, trú heildarinnar. Hún nær bæði til dimmunnar í lífinu og til birtunnar. Áskorunin okkar er að dvelja aldrei í myrkrinu eða við það, heldur stíga þaðan yfir í ljósið. Kveikja ljós þar sem myrkur er. Á þann minna jólin okkur. Þau minna okkur á að horfast í augu við myrkrið og kveikja ljós. Þau minna á ljóspörfina í okkar lífi og annarra. Þau kalla okkur til að vera ljósfólk, sem kveikir ljós í eigin lífi og annarra.

Guð gefi þér gleðileg jól

Höfundar eru prestar. Árni Svanur er vefprestur og verkefnisstjóri á Biskupsstofu og Kristín Þórunn er héraðsprestur í Kjalarnessprófastsdæmi.

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

pwc

HENSON

**VERKFRÆDISTOFAN
VATNASKIL**

Valur hundrað ára 11. maí 2011

Texti: Unnur Halldórsdóttir

Hundrað ára unglíngur afmælinu fagnar, aðdáendahópurinn gleðina magnar. Af frískum stuðningsmönnum fyllist okkar salur og fullum hálsi segir: Lengi lifi Valur!

Langa sögu og farsæla er freistandi að rekja, af fögnum, björtum minningum næg er eftirtekja. Á svona traustum grunni er gæfulegt að byggja og glaðir, sprækir liðsmenn árangurinn tryggja.

Á Hlíðarenda fimlega er fótboltanum sparkað, frækni drengir hafa þar sigurgöngu markað. Yfir sigri á Frömmurum af fögnuði þeir springa og fjarskalega er mikilvægt að baka KR-inga.

Og stelpurnar í Val eru virkilega góðar af velgengi í fótbolta brosa hérna tjóðar. Sigurinn var tvöfaldur því bikarana báða Báru þær á Hlíðarenda, himneskt var að sjá það.

Í handbolta og körfubolta hetjur eigum líka sem heiðurstítlum fjölmörgum skarta hér og flíka. Með dugnaði og baráttu, ánægju og aga og aðstoð góðra þjálfara skráð er sigursaga.

Aðstaðan á Hlíðarenda stöðugt bara stækkar, stjórnum öll til fyrirmyndar, gengi Vals því hækkar. Bakhjarlarnir öflugur róa öllum árum svo uppbyggingu svæðisins við farsælega klárum.

Í anda Séra Friðriks stolt við hérna störfum stefnum fram til sigurs, hvetjum, leiðum, örvum. Með keppnisskapid mikla mun krafan ætíð vera: Að kappid aldrei fegurðina má ofurliði bera!

Valsblaðið • 63. árgangur 2011

Útgefandi: Knattspyrnufélagið Valur, Hlíðarenda við Laufásveg

Ritstjóri: Guðni Olgeirsson

Ritnefnd: Jón Guðmundsson, Ragnhildur Skúladóttir, Sigurður Ásbjörnsson og Haraldur Daði Ragnarsson

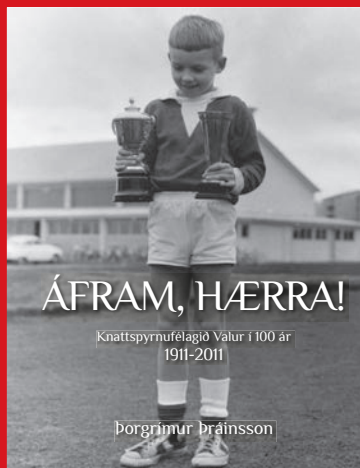
Auglýsingar: Haraldur Daði Ragnarsson, Sveinn Stefánsson, Stefán Karlsson og Guðni Olgeirsson

Ljósmyndir: Guðni Karl Harðarson, Guðni Olgeirsson, Guðlaugur Ottesen, Ásbjörn Þór, Sigurður Ásbjörnsson, Soffía Ámundadóttir, Þorsteinn Ólafs o. fl.

Prófarkalestur: Guðni Olgeirsson

Umbrot: Eyjólfur Jónsson

Prentun og bókband: Ísafoldarprentsmiðja ehf.



Meðal efnis:

- 5 **Valur hundrað ára.** Unnur Halldórsdóttir gaf Val ljóð í afmælisgjöf 11. maí
- 12 **Þrjár nýir heiðursfélagar á 100 ára afmælinu**
- 16 **Hver er Valsmaðurinn.** Grímur Sæmundsen fyrrverandi formaður Vals fer yfir ferilinn og þróunina hjá félaginu
- 40 **Hlíðarendi á að vera hornsteinn í frístundastarfi hverfisins.** Viðtal við Hörð Gunnarsson formann Vals
- 48 **Myndaopna með bikarmeisturum í kvennaknattspyrnu**
- 52 **Lykilinn að velgengi er samvinna allra í Val.** Málfríður Erna Sigurðardóttir fer yfir ferilinn og félagsstarfið
- 68 **Þórarinn Björnsson guðfræðingur fjallar um hugsjónir sr. Friðriks Friðrikssonar með knattspyrnu.**
- 74 **Dagur Sigurðsson þjálfari Fúshe Berlín ber saman handbolta á Íslandi og í Þýskalandi og svarar spurningum iðkenda í 2. og 3. flokki**
- 83 **Áfram, hærra! Ítarleg kynning á nýútkominni sögu Vals í 100 ár eftir Þorgrím Þráinsson**
- 102 **Myndaopna tileinkuð Íslandsmeisturum í handknattleik kvenna**
- 110 **Ítarleg umfjöllun í máli og myndum frá 100 ára afmæli Vals og hátíðahöldum 11. maí**
- 116 **Fulltrúaráð Vals heimsækir Skagamenn**
- 124 **Myndaopna með bikarmeisturum í handknattleik karla**
- 126 **Þjálfun barna og unglínga.** Fyrirlestrar frá áhugaverðu þingi um þjálfun
- 139 **Aftur í úrvalsdeild í körfuknattleik karla og kvenna**

Forsíðumynd. Framtíðarfólk Vals. Á 100 ára afmælisdaginn 11. maí slepptu 100 iðkendur Vals 100 hvítum og raudum blöðrum til himins í tilefni dagsins. Ákaflega táknræn og falleg athöfn sem tókst í alla staði vel og minnir okkur á að félagið á alltaf að stefna áfram hærra og að framtíð þess er í höndum æskunnar. Ljósmynd. Guðlaugur Ottesen.



Hrafnhildur Ósk Skúladóttir

leikmaður í handknattleik og fastamaður í landsliðinu er íþróttamaður Vals 2010

Íþróttamaður Vals hefur verið valinn frá árinu 1992. Það er árviss viðburður hjá Val að útnefna íþróttamann ársins í hófi að Hlíðarenda á gamlársdag. Íþróttamaður Vals er valinn af formönnum deilda, formanni félagsins og Halldóri Einarsyni (Henson) sem er gefandi verðlaunagripanna. Samtals hafa 11 knattspyrnumenn hlotið titilinn, 6 handknattleiksmenn og 1 körfuknattleiksmáður. 9 sinnum hefur leikmaður karlaliðs verið valinn og 9 sinnum leikmaður kvennaliðs orðið fyrir valinu. Þessi athöfn fór fram í veislusal Vals að Hlíðarenda að viðstöddu óvenju miklu fjölmenni enda markaði þessi viðburður upphafið að afmælisdagskrá í tengslum við 100 ára afmæli félagsins sem haldið var upp á með margvíslegum hætti 2011.

Hörður Gunnarsson formaður Vals hélt ávarp við þetta tækifæri og sagði m.a.: „Árið 2010 hefur verið Knattspyrnufélaginu Val gjöfult utan vallar sem innan eins og vænta má af félagi sem orðið er Fyrirmyndarfélag innan ÍSÍ. Sá árangur sem hæst bar á árinu hjá meistaraflökkum félagsins var Íslands- og bikarmeistaratitill meistaraflokks kvenna í knattspyrnu og var það annað árið í röð sem kvennalið Vals vann tvöfalt, og vann

félagið alla þá fimm titla sem í boði voru. Einnig varð Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna eftir 27 ára bið og er félagið nú handhafi fjögurra af þeim 5 titlum sem leikið er um. Einnig vann Valur til þriggja silfurverðlauna og var því í baráttu um samtals sex stóra titla á árinu. Íslandsmeistaratitill kvenna í knattspyrnu var sá tundi sem Valur vann og fimmta árið í röð. Bikarmeistaratitillinn var tólfthi titill Vals en Valur hefur orðið bikarmeistari kvenna oftast allra félaga. Íslandsmeistaratitillinn var svo 100. titillinn sem Valur hampar í sínum hefðbundnu greinum eða oftast en nokkurt félag á Íslandi.

Hrafnhildur Ósk Skúladóttir íþróttamaður Vals 2010

Ágætu Valsmenn þá er komið að útnefningu íþróttamanns Vals árið 2010.

Íþróttamaður Vals 2010 er glæsilegur fulltrúi félagsins utan vallar sem innan og einstaklega góð fyrirmynd. Íþróttamaður Vals 2010 á að baki 127 A-landsleiki fyrir Íslands hönd og hefur skorað í þeim 514 mörk og er því bæði leikja- og markahæsti leikmaður Íslands frá upphafi. Íþróttamaður ársins á hvað stærstan

þátt einstakra leikmanna í því að Ísland lék nú í haust í fyrsta sinn á lokakeppni EM. Íþróttamaður Vals fór fremstur í hópi jafningja þegar Valur varð deildarmeistari og vann síðan þrettánda Íslandsmeistaratitilinn í handknattleik kvenna eftir 27 ára bið ásamt tveimur öðrum titlum á árinu. Íþróttamaður Vals árið 2010 er Hrafnhildur Ósk Skúladóttir.“

Íþróttamenn Vals frá upphafi

- 2010**
Hrafnhildur Ósk Skúladóttir, handknattleikur
- 2009**
Dóra María Lárusdóttir, knattspyrna
- 2008**
Katrín Jónsdóttir, knattspyrna
- 2007**
Margrét Lára Viðarsdóttir, knattspyrna
- 2006**
Margrét Lára Viðarsdóttir, knattspyrna
- 2005**
Bjarni Ólafur Eiríksson, knattspyrna
- 2004**
Berglind Íris Hansdóttir, handknattleikur
- 2003**
Íris Andrésdóttir, knattspyrna
- 2002**
Sigurbjörn Hreiðarsson, knattspyrna
- 2001**
Rósa Júlía Steinþórsdóttir, knattspyrna
- 2000**
Kristinn Lárusson, knattspyrna
- 1999**
Ásgerður Hildur Ingibergsdóttir, knattspyrna
- 1998**
Guðmundur Hrafnkelsson, handknattleikur
- 1997**
Ragnar Þór Jónsson, körfuknattleikur
- 1996**
Jón Kristjánsson, handknattleikur
- 1995**
Guðrún Sæmundsdóttir, knattspyrna
- 1994**
Dagur Sigurðsson, handknattleikur
- 1993**
Guðmundur Hrafnkelsson, handknattleikur
- 1992**
Valdimar Grímsson, handknattleikur



Valur hundrað ára

11. maí 2011

Hundrað ára unglíngur afmælinu fagnar, aðdáendahópurinn gleðina magnar. Af frískum stuðningsmönnum fyllist okkar salur og fullum hálsi segir: Lengi lifi Valur!

Langa sögu og farsæla er freistandi að rekja, af fögrum, björtum minningum næg er eftirtekja. Á svona traustum grunni er gæfulegt að byggja og glaðir, sprækir liðsmenn árangurinn tryggja.

Á Hlíðarenda fimlega er fótboltaum sparkað, frækni drengir hafa þar sigurgöngu markað. Yfir sigri á Frömmurum af fögnuði þeir springa og fjarskalega er mikilvægt að baka KR-ínga.

Og stelpurnar í Val eru virkilega góðar af velgengni í fótbolta brosa hérna rjóðar. Sigurinn var tvöfaldur því bikarana báða. Báru þær á Hlíðarenda, himneskt var að sjá það.

Í handbolta og körfubolta hetjur eigum líka sem heiðurstítlum fjölmörgum skarta hér og flíka. Með dugnaði og baráttu, ánægju og aga og aðstoð góðra þjálfara skráð er sigursaga.

Aðstaðan á Hlíðarenda stöðugt bara stækkar, stjórnun öll til fyrirmyndar, gengi Vals því hækkar. Bakhjarlarnir öflugur róa öllum árum svo uppbyggingu svæðisins við farsællega klárum.

Í anda Séra Friðriks stolt við herna störfum stefnum fram til sigurs, hvetjum, leiðum, örvum. Með keppnisskapið mikla mun krafan ætíð vera: Að kappið aldrei fegurðina má ofurliði bera!

Í tilefni af hundrað ára afmæli Knattspyrnufélagsins Vals orti Unnur Halldórsdóttir kvæði um félagið og færði því að gjöf á afmælisdaginn



Hátíðarmerki afhjúpað. Fyrsta formlega athöfnin sem fram fór vegna amælisársins var á gamlársgdag 2010 þegar hátíðarmerki sem afmælisnefnd félagsins lét gera í tilefni afmælisins var afhjúpað. Á myndinni sjást Grímur Sæmundsen og Ragnheiður Víkingsdóttir sem sæti áttu í afmælisnefndinni afhjúpa merkið og Reynir Vignir formaður afmælisnefndar fylgdist með.

Afmælisárið formlega hafið á gamlársgdag 2010 með afhjúpun afmælismerkis

Eftirfarandi eru brot úr erindi Harðar við það tækifæri. „Það ár sem við nú brátt kveðjum hefur öðru fremur einkennst utan vallar af undirbúningi viðburða sem verða á vegum félagsins á afmælisárinu. Fjöldi Valsmanna hefur lagt hönd á plóg með aðkomu að skipulagningu á þeim fjölmörgu viðburðum sem í boði verða á þessum merku tímamótum. Stofnuð var á árinu minjanefnd sem er að vinna ómetanlegt starf í söfnun, skráningu og varðveislu þeirra muna sem varða glæsta sögu Vals. Einnig hefur verið starfandi ritnefnd sem hefur verið Þorgrími Þráinsyni til halds og traust við skráningu á sögu félagsins, að ógleymdri afmælisnefndinni sem starfað hefur að undirbúningi afmælisársins á annað ár. Öllum þessu aðilum ásamt þeim fjölmörgu sem leitað hefur verið ásjár hjá vil ég þakka ómetanlegt starf fyrir félagið.“

Fyrsti formlegi liðurinn í dagskrá afmælisársins

Fyrsta formlega athöfnin sem fram fór vegna amælisársins var afhjúpun hátíðarmerkis sem afmælisnefndin hefur látið gera í tilefni afmælisins.

Jafnframt voru framleidd barmmerki með sama merki og voru þau gefin félagsmönnum. Einnig var framleitt dagatal þar sem merktir voru helstu viðburðir afmælisársins. Reynir Vignir formaður afmælisnefndar greindi lauslega frá viðburðum afmælisársins og afhjúpaði síðan afmælismerkið með félögum sínum úr afmælisnefndinni og var þetta fyrsti formlegi liðurinn í dagskrá afmælisársins.

Blómlegt félagsstarf að Hlíðarenda

Hörður formaður hafði þetta að segja um félagsstarfið. „Það má segja að félagsstarf blómstri á Hlíðarenda um þessar mundir og allir eiga að geta fundið eitthvað við sitt hæfi og víst er að við þurfum að öllum vinnufúsum höndum að halda til að mæta þeim væntingum og kröfum sem til okkar eru gerðar. Öflug foreldrafélög eru í mörgum flokkum, Fálkarnir stuðningsfélag við barna- og unglingastarf félagsins eiga sérstakar þakkir skildar fyrir þeirra öfluga starf og stuðning á árinu, það sama má segja um þá fjölmörgu einstaklinga sem ávallt eru boðnir og búnir til að leggja félaginu lið hvort sem er í kringum umsjón með

Samhliða vali á íþróttamanni Vals árið 2010 hófst formlega dagskrá 100 ára afmælisárs félagsins. Hörður Gunnarsson formaður félagsins stiklaði á stóru í starfsemi félagsins og bæði hvatti menn til dáða á afmælisárinu og þakkaði fjölmörgum fyrir þeirra störf í þágu félagsins

heimaleikjum eða hverju öðru sem eftir er leitað. Fulltrúaráðið starfar með miklum blóma og fundar reglulega, sama má segja um getraunastarfið sem sjaldan hefur verið öflugra, haldin eru glæsileg bridge- og skákmót ásamt golfmóti svo eitthvað sé nefnt fyrir utan það mikla nefndarstarf sem viðkemur amælisárinu og áður var getið að ógleymdu því mikla starfi sem stjórnir deilda og félagsins leggja af mörkum. Hafið öll sömul bestu þakkir fyrir, en það er svona heild sem gerir Val að því öfluga félagi sem Valur er í dag ásamt því einstaklega góða samstarfi sem er á milli deilda félagsins og er einstakt. Þessu til viðbótar vil ég fá að þakka Guðna Olgeirssyni fyrir ritstjórn og öllum þeim sem komu að efnisöflun og myndatökum á enn einu glæsilega Valsblaðinu sem nú hefur litið dagsins ljós, því áttunda sem Guðni ritstýrir, alveg ómetanlegt framlag til skráningar á sögu félagsins og til kynningar og varðveislu heimilda um þróttmikið starf.“

Ánægjuleg þróun í yngri flokkum

Um yngri flokka starfið hafði Hörður þetta að segja: „Sérstaklega er ánægjulegt að fylgjast með jákvæðri þróun í starfsemi yngri flokka félagsins. Töluverð fjölgun hefur orðið í hópi iðkenda frá árinu 2007 er við fluttum í nýja að-

stöðu, og þá helst í hópi þeirra yngstu. Ánægjuvog Íþróttabandalags Reykjavíkur sýnir svo ekki verður um villst að okkur hefur tekist með samhentum átaki mjög vel upp á liðnum mánuðum og árum. Krakkar í Val eru ánægðari með félagið sitt en jafnaldrar þeirra í öðrum félögum, þ.e. þeir eru jákvæðari gagnvart þjálfurum og starfsfólki ásamt aðstöðu en krakkar annarra félaga. Í haust setti Valur síðan á fót fjölgreinaskóla fyrir yngstu iðkendurna sem er frábært framtak því mikilvægt er að taka vel á móti krökkum sem eru að stíga sín fyrstu skref í íþróttaiðkun og hjálpa þeim að auka ánægju og hreyfigetu með iðkun sinni frá fyrstu tíð. Yngri flokkarnir eru fjöregg félagsins og þar verðum við að halda áfram á þeirri braut framfara sem við höfum fetað og megum í engu til spara. Vil ég þakka yfirmanni barna- og unglingsstarfs ásamt þjálfurum, foreldrum og öðrum starfsmönnum Vals fyrir frábært og árangursríkt starf.“

Kristilegur grunnur Vals

Um grunn félagsins sagði Hörður: „Knattspyrnufélagið Valur er stofnað á kristilegum grunni. Það undirstrika mörg af einunnarorðum félagsins sem eru okkur flestum kunn. Aldrei hefur verið mikilvægara en nú að sýna meðbræðrum okkar samstöðu og stuðning því á brattann er að sækja fyrir marga. 3. flokkur kvenna stóð sem með einstakri þrýði á knattspyrnuvelli í sumar innanlands og ekki síður erlendis. Það var jafnvel ennþá ánægjulegra að fylgjast með stelpunum á jólafoðstunni en þar sýndu þær í verki að krakkar sem fá uppeldi sem grundvallast á gildum Vals eru tilbúnir að leggja á sig vinnu og fyrirhöfn til að hjálpa þeim sem höllum fæti standa og eru hjálpar þurfi. Stelpurnar stóðu fyrir fatasöfnun til styrktar Fjölskylduhjálpa Íslands, söfnuðu dósnum til jólagjafakaupa og stóðu síðan fyrir balli fyrir 12–15 ára krakka í Val þar sem þær söfnuðu 47,500 krónum og færðu Barnaspítalanum að gjöf. Sannarlega lofsvert framtak sem á að vera okkur hinum til eftirbreytni, hafið bestu þakkir fyrir.“

Valskórinn

Hörður þakkaði Valskórnum fyrir framlag sitt til félagsstarfsins og sagði við það tækifæri: „Eitt af því marga sem markar sérstöðu Vals sem íþróttfélags er fjölbreytnin sem er hér í öflugum félags-



starfi. Valskórinn sem er með okkur hér í dag er eitt þessara sérkenna en leiða má líkur að því að Valur sé eina íþróttfélag landsins sem hefur öflugan kór innan sinna vébanda. Kórinn sem nú er á sínu 18. starfsári er undir stjórn kórstjórans Báru Grímsdóttur en formaður kórsins er



í dag Helga Birkisdóttir og eru vikur félagar í kórnum 24. Það er ósk mín að krafta kórsins muni njóta við í sem flestum af þeim viðburðum sem á vegum félagsins verða á næsta ári. Það er mikill félagslegur styrkur af starfsemi kórsins en þar fyrir utan sinnir kórinn mikilvægu samfélagslegu verkefni, s.s með heimsóknnum sínum á dvalarheimili og sjúkrahöfnunir ásamt því að vera okkur til yndisauka við hin ýmsu tækifæri. Langar að færa kórfélögum smá þakklætisvott frá félaginu fyrir að vera með okkur í dag eins og ávallt þegar eftir því er óskað.“

Valsmenn léttir í lund á afmælisárinu

Valur bauð upp á fjölbreytta dagskrá á 100 ára afmælisárinu sem hófst þegar merki afmælisársins og fánar voru afhjúpaðir á Hlíðarenda hinn 31. desember 2010 og lýkur með kjöri íþróttamanns Vals 31. desember 2011. Hver atburðurinn tók við af öðrum á árinu:

- Brenna og blysför á Hlíðarendasvæðinu 6. janúar.
- Keppni allra iðkenda í handknattleik við önnur félög 13. febrúar.
- Skólaleikar Vals 15. mars.
- Afmælistót í bridge og skák í mars.
- Keppni allra iðkenda í kórknattleik við önnur félög 16. apríl.
- Hátiðarsýning sett upp í íþróttahúsinu í maí.
- Kvöldverður og dansleikur Valsmanna að Hlíðarenda 7. maí.
- Afmælistónleikar Valskórsins 9. maí.
- Krans lagður að stytta séra Friðriks að Hlíðarenda að morgni 11. maí.
- Athöfn í samstarfi við KFUM við stytta sr. Friðriks í Lækjargötu í hádeginu 11. maí.
- Hátiðardagskrá að Hlíðarenda síðdegis 11. maí.
- Skemmtanir og dansleikur fyrir yngri iðkendur Vals að Hlíðarenda 13. maí.
- Dagskrá helguð sr. Friðriki á afmælisdegi hans 25. maí við KFUM.
- Afmælishlaup Vals frá Hlíðarenda 28. maí.
- Keppni allra iðkenda í knattspyrnu við önnur félög 2. júní.
- Afmælisgolfmót Vals 10. júní.
- Herrakvöld Vals 4. nóvember.
- Jólátónleikar Valskórsins og Fóstbræðra 14. desember.
- Útgáfa bókarinnar Áfram, hærra! – Knattspyrnufélagið Valur 100 ára, í desember.
- Kjör íþróttamanns Vals 31. desember

Hörður Gunnarsson formaður Vals fagnar góðum tilþrifum í úrslitaleikjum í handbolta ásamt fjölda stuðningsmanna sem veittu bæði karla- og kvennaliðinu ómetanlegan stuðning.



Valur fagnaði 100 ára afmælinu með margvíslegum hætti

Skýrsla aðalstjórnar 2011

Fjölbreytt dagskrá á afmælisárinu

Nú er árið 2011 senn á enda runnið og Valsmenn geta horft stoltir til baka á þá ótrúlega fjölbreyttu og vel skipulögðu viðburði sem félagið skipulagði og kom í framkvæmd á afmælisárinu. Þegar horft er til baka koma upp í hugann margir eftirminnilegir viðburðir. Hæst ber þó af-

mælishátíðin sem stóð sleitulaust frá morgni til kvölds allan afmælisdaginn 11. maí og tókst frábærlega í alla staði. Það má með sanni segja að mikil orka félagsmanna og starfsfólks hafi farið í að halda veglega upp á 100 ára afmælið sem er mikil viðbót við hið hefbundna starf sem fram fer í félaginu. Ómetanlegt var

framlag afmælis- og minjanefnda félagsins við allan undirbúning og framkvæmd afmælisársins. Undir lok ársins kom út veglegt og glæsilegt rit, *Áfram herra*, sem inniheldur merka sögu Vals. Bókin er rituð af Þorgrími Þráinssyni og honum til aðstoðar var ritnefnd sem sæti eiga í þau Þorsteinn Haraldsson formaður,



Fyrirliðar meistaraflokka á 100 ára afmæli félagsins en á árinu náðu allir afreksflokar félagsins þeim árangri að leika í efstu deild. Frá vinstri: Sturla Ásgeirsson og Íris Ásta Pétursdóttir fyrirliðar í handknattleik, Berglind Karen Ingvarsdóttir og Sigmar Egilsson fyrirliðar í körfuknattleik, Málfríður Erna Sigurðardóttir og Atli Sveinn Þórarinnsson fyrirliðar í knattspyrnu.



Aðalstjórn Knattspyrnufélagsins Vals 2011–2012. Efri röð frá vinstri: Friðjón R. Friðjónsson formaður knattspyrnudeildar, Stefán Karlsson, Sveinn Stefánsson, Ómar Ómarsson formaður handknattleiksdeildar og Haraldur Daði Ragnarsson framkvæmdastjóri. Neðri röð frá vinstri: Hafrún Kristjánsdóttir, Hörður Gunnarsson formaður og Arna Grímsdóttir. Á myndina vantar E. Börk Edvardsson og Steindór Aðalsteinsson formann körfuknattleiksdeildar.

Guðni Olgeirsson og Hanna Katrín Friðriksson. Einnig var gefinn út hljómdiskur með 17 Valssöngvum og mynddiskur með völdum myndbrotum úr glæsilegri afrekkssögu félagsins.

Mikið starf aðalstjórnar

Aðalstjórn félagsins fundaði reglulega á árinu og voru haldnir 11 formlegir fundir auk nokkurra óformlegra. Á aðalfundi félagsins sem haldinn var 7. júní var kjörin ný stjórn félagsins. Í fyrsta sinn til margra ára kom til þess að kjósa þurfti á milli frambjóðenda sem telja má jákvætt þar sem það er merki þess að fleiri vilji ljá Val krafta sína en áður. Á aðalfundinum var lögum félagsins breytt á þann veg

að fjölgað var fulltrúum í aðalstjórn sem og í stjórnum deilda. Auk formanns félagsins voru kjörin í aðalstjórn þau Arna Grímsdóttir, Börkur Edvardsson, Hafrún Kristjánsdóttir, Stefán Karlsson og Sveinn Stefánsson ásamt Friðjóni Friðjónssyni formanni knattspyrnudeildar, Ómari Ómarssyni formanni handknattleiksdeildar og Grími Atlasyni formanni körfuknattleiksdeildar. Á fyrsta fundi stjórnar var Börkur Edvardsson

kjörinn varaformaður félagsins. Á vordögum tók Haraldur Daði Ragnarsson viðskiptafræðingur við starfi framkvæmdastjóra af Hirti Frey Vigfússyni og óskum við honum velfarnaðar í starfi fyrir okkur Valsmenn.

Erfið fjárhagsstaða

Fjárhagsstaða félagsins hefur verið frekar erfið á árinu sem helgast af mörgum þátt-

Flott uppskera. Fyrirlíðar meistaraflokka sem unnu stóran titil á afmælisárinu. Frá vinstri. Sturla Ásgeirsson fyrirlíði bikarmeistara Vals í handbolta, Málfríður Erna Sigurðardóttir fyrirlíði bikarmeistara Vals í fótbolta og Íris Ásta Pétursdóttir fyrirlíði Íslandsmeistara Vals í handbolta.





Stelpurnar í meistaraflokki kvenna í handbolta fagna Íslandsmeistaratitlinum vorið 2011 á viðeigandi hátt eftir geysispennandi loka-leik í viðureign við Fram. Viðureignin fór 3-0 og úrslitin réðust í leik sem var tvíframlengdur og vannst í vitakeppni þar sem fyrirliðinn Hrafnhildur Ósk Skúladóttir tryggði þeim titilinn.

um, s.s. minnkandi opinberum framlögum, töluverðum kostnaði vegna afmælisársins, sem og að það er erfiðara en áður að fá fyrirtæki til samstarfs. Sem betur fer erum við þó í góðu samstarfi við marga öfluga aðila og á árinu hafa bæst í þann góða hóp fyrirtækin N1 og Bílaleiga Akureyrar. Við bjóðum þessi fyrirtæki velkomin til samstarfs um leið og ég hvet félagsmenn til að láta þessi fyrirtæki njóta velviljans í garð Vals þegar hugað er að

kaupum á vörum og þjónustu. Að auki naut Valur ómetanlegs stuðnings frá Valsmönnum h/f á árinu og sýndu enn einu sinni hversu mikilvægur bakhjarl þeir eru félaginu. Barna- og unglingsstarf félagsins naut ríkulegs stuðnings Fálkanna á árinu eins og undanfarin ár sem er starfinu mikilvægt. Kunnum við öllum þeim aðilum sem studdu við starfsemi félagsins bestu þakkir fyrir stuðninginn og samstarfið á árinu.

Þrjú stórir titlar á afmælisárinu

Í skýrslu deilda verður árangri félagsins gerð nánari skil en þó er vert að minnast þess að Valur vann þrjá stjóra titla á árinu eða um 30% af öllum þeim titlum sem félagið keppti um, sem verður að teljast mjög góður árangur, og samtals hefur 102 Íslands- og bikarmeistaratitlum verið fagnað á Hlíðarenda. Að auki fögnuðu meistaraflokkar okkar fimm öðrum titlum, s.s. í deildarbikarkeppnum og Reykjavíkurmótum. Að auki varð Valur Reykjavík-urmeistari íþróttafélaga í skák og er það stefna aðalstjórnar að efla eigi þessa göfugu íþrótt innan félagsins.

Á gamlársdag 2010 var Hrafnhildur Ósk Skúladóttir kjörin íþróttamaður Vals, en þetta var í 19. sinn sem kjörið fór fram. Hrafnhildur var vel að þessu kjöri komin eins og allir þeir sem þessa heið-



Baldur Bongó var mættur á úrslitaleikina í bikarkeppninni í handbolta með trommurnar ásamt fjölda stuðningsmanna sem hvatti bæði karla- og kvennaliðið til dáða. Ómetanlegt fyrir félagið að eiga svona flotta stuðningsmenn sem skipta sköpum.



Stelpurnar í meistaraflokki fagna ógurlega bikarmeistaratitlinum sumarið 2011 eftir frækinn 2-0 sigur á KR í úrslitaleiknum. Þar með bætti þessi sigursælasti afreksflokkur félagsins síðasta áratuginn enn einum titli í safnið.

urs hafa verið aðnjótandi fram til þessa. Hrafnhildur er glæsilegur fulltrúi Vals utan vallar sem innan og átti að baki á þessum tíma 127 A-landsleiki fyrir Íslands hönd og hafði skorað í þeim 514 mörk og er því bæði leikja- og markahæsti leikmaður Íslands frá upphafi. Auk þessa fór Hrafnhildur fremst í hópi jafningja þegar Valur vann sinn þrettánda Ís-

Sigurbjörn Hreiðarsson fékk í lok tímabilsins sérstaka viðurkenningu fyrir framlag sitt til félagsins en hann hefur leikið í 20 keppnistímabil með Val í meistaraflokki og fylgt liðinu m.a. þrisvar í 1. deild en ávallt sýnt félaginu traust og trúnað. Myndin er tekin við það tækifæri á uppskeruhátíðinni í haust. Sigurbjörn er langleikjahæsti leikmaður Vals í meistaraflokki í knattspyrnu í 100 ára sögu félagsins. Friðjón Friðjónsson formaður knattspyrnudeildar er með Sigurbirni á myndinni.





Þrír heiðursmenn voru sæmdir nafnbótinni heiðursfélagar Vals á 100 ára afmæli félagsins, hinn 11. maí 2011. Hörður Gunnarsson (t.v.), formaður Vals frá 2009 og Reynir Vignir (t.h.) formaður afmælisnefndar og formaður Vals 1994–2002, sáu um afhöfnina. Á milli þeirra eru, frá vinstri: Jón Gunnar Zoëga, Pétur Sveinbjarnarson og Ægir Ferdinandsson en þeir eru einu núlifandi heiðursfélagar Vals, en alls hafa nú 14 verið sæmdir þessari ædstu nafnbót félagsins.

Jón Gunnar Zoëga

heiðursfélagi 11. maí 2011

Lék knattspyrnu í yngri flokkum Vals, sat í stjórn handknattleiksdeildar 1974–1976. Á árunum 1978–1981 sat Jón í stjórn knattspyrnudeildar og var formaður í tvö ár. Hann varð formaður Vals 1988 og gegndi því hlutverki til 1994. Í formannstíð sinni gekkst Jón fyrir því að makaskipti voru höfð á landi við Reykjavíkurborg sem tryggði að landsvæði á Hlíðarenda varð aftur ein heild. Hann var sæmdur heiðursorðu Vals á 85 ára afmæli félagsins.

Pétur Sveinbjarnarson

heiðursfélagi 11. maí 2011

Lék knattspyrnu með yngri flokkum Vals og var annar tveggja af fyrstu drengjum Vals til að hreppa gull fyrir leikni í knattþrautum. Pétur var formaður knattspyrnudeildar frá 1976 til 1979. Hann var kjörinn formaður Vals árið 1981 og gegndi því forystuhlutverki til 1988. Í formannstíð Péturs var ráðist í umfangsmiklar framkvæmdir á Hlíðarenda, s.s. byggingu félagsheimilis, íþróttahúss og knattspyrnuvallar. Pétur var frumkvöðull og formaður framkvæmdanefndar um byggingu Friðrikskapellu. Pétur var sæmdur heiðursorðu Vals á 80 ára afmæli félagsins 1991.

Ægir Ferdinandsson

heiðursfélagi 11. maí 2011

Lék knattspyrnu með yngri flokkum félagsins og um árabíl í meistaraflokki, frá 1951. Hann þjálfaði yngri iðkendur um nokkurra ára skeið. Árið 1958 var Ægir kjörinn í vara-stjórn Vals. Við deildaskiptingu árið 1959 varð hann formaður knattspyrnudeildar og gegndi formennsku til 1962. Í upphafi formannstíðar sinnar var Ægir jafnframt leikmaður meistaraflokks. Hann sat í stjórn knattspyrnudeildar næstu tvö ár eftir að formennsku hans lauk.

Árið 1967 var Ægir kjörinn formaður Vals og sat til ársins 1970. Hann var kjörinn formaður á ný árið 1975 og gegndi formennsku til ársins 1977. Ægir var formaður fulltrúaráðs Vals 1978–1983. Í formannstíð sinni lagði hann kapp á að efla félagslíf að Hlíðarenda en það stóð höllum fæti á þessum árum. Ægir var sæmdur heiðursorðu Vals á 70 ára afmælinu 1981.



Valsorðan veitt 8 heiðursmönnum. Hörður Gunnarsson, formaður Vals (t.v.) og Reynir Vignir, formaður afmælisnefndar (t.h.), veittu heiðursmönnum Valsorðuna á 100 ára afmælishátíðinni 11. maí: Frá vinstri: Hörður Gunnarsson, Torfi Magnússon, Björn Zoëga, Jafet S. Ólafsson, Karl Axelsson, Karl Jónsson, Stefán Gunnarsson, Svanur Gestsson og Reynir Vignir. Á myndina vantar Hermann Gunnarsson en hann fékk Valsorðuna afhenta á herrakvöldi Vals.

landsmeistaratitil í handknattleik kvenna eftir 27 ára bið ásamt tveimur öðrum titlum árið 2010.



Ungur iðkandi kemur með glæsilega köku að heiman á hlaðborðið á sameiginlega uppskeruhátíð handboltans og körfuboltans og vakti hún verðskuldaða athygli. Borðin svignuðu undan glæsilegum veitingum sem foreldrar sáu um.

Öflugt starf afmælisnefndar

Eins og eðlilegt er markaðist starf félagsins á árinu mjög af þeim tímamótum sem Valur stendur á. Fjölbreytt afmælisdagsskrá hefur staðið yfir allt afmælisárið og hafa viðburðir verið mjög fjölsóttir og fjölbreyttir þar sem eitthvað hefur verið fyrir alla aldurshópa bæði til skemmtunar og fróðleiks. Ég vil nota tækifærið og þakka afmælisnefndinni sem var undir stjórn Reynis Vignis kærlega fyrir ómetanlegt framlag þeirra og þá víðsýni sem nefndin sýndi við ákvörðun efnisþátta. Auk Reynis voru í nefndinni þau Ragnheiður Víkingsdóttir, Halldór Einarsson, Grímur Sæmundsen og Karl Axelsson.

Frábært starf minjanefndar

Minjanefnd Vals skilaði frábæru starfi á afmælisárinu sem lauk með uppsetningu á glæsilegri sögusýningu þar sem saga félagsins er rakin í máli og myndum og með framsetningu á merktum gripum sem fylgt hafa Val og eru hluti af sögu félagsins. Félag sem heldur ekki vel utan um þróun og sögu sína verður aldrei öflugt félag enda er mikill styrkur fyrir félags-

menn að þekkja vel söguna. Þörf er á að nefndin starfi áfram um ókomna tíð enda verkefnið nánast óþrjótandi. Minjanefndin lýtur forustu Magnúsar Ólafssonar en aðrir í nefndinni eru þau Úlfar Másson, Ólafur Már Sigurðsson, Kristján Ásgeirsson, Helgi Benediktsson, Margrét Braga-



Íþróttamaður Vals 2011, Hrafnhildur Ósk Skúladóttir, ásamt systur sínum Dagnýju t.v. og Rebekku t.h. með Íslandsmeistarabikarinn 2011 sem Valur fékk annað árið í röð.



Stjórn Valsmanna hf að loknum aðalfundi í ársok 2011. Efri röð frá vinstri: Jafet S. Ólafsson, Brynjar Harðarson formaður, Theodór Halldórsson, Karl Axelsson og Karl Jónsson. Neðri röð frá vinstri: Ingólfur Friðjónsson og Guðni Bergsson.

dóttir, Óskar Jóhannesson, Ægir Ferdinandsson, Gunnar Svavarsson og Atli Sigþórsson. Auk þess hefur nefndin notið aðstoðar Drífu Hilmarsdóttur, Karls Jeppesen, Guðmundar Siggeirssonar og Guðna Karls Harðarsonar. Hafið bestu þakkir fyrir ómetanlegt starf.

Ógleymanlegur afmælisdagur 11. maí og fjölmargir félagar heiðraðir

Á afmælisdaginn 11. maí var sérlega ánægjulegt að geta fengið tækifæri til að heiðra og sýna þakklætisvott til þeirra fjölmörgu félagsmanna sem lagt hafa Knattspyrnufélaginu Val lið á undanförunum árum með óeigingjörnu starfi sínu. Aðalstjórn ákvað á þessum tímamótum að veita 79 aðilum silfurmerki Vals, og 44 aðilum gullmerki félagsins. Að auki ákvað stjórn félagsins að veita átta einstaklingum Valsorðuna en hún hafði fram

til þessa verið veitt þrjátíu aðilum og eru sextán þeirra á lífi. Þessu til viðbótar ákvað stjórn félagsins að tilnefna þrjá aðila sem heiðursfélaga í Knattspyrnufélaginu Val, þá Jón Gunnar Zoega, Pétur Sveinbjarnarson og Ægi Ferdinandsson. Nafnbótin „Heiðursfélagi í Knattspyrnufélaginu Val“ er æðsta viðurkenning sem veitt er félagsmönnum í Val og hana hljóta aðeins þeir einstaklingar sem sinnt hafa fjölbreyttum ósérhlífnum störfum fyrir félagið um áratuga skeið og hafa í starfi sínu stuðlað að ákvörðunum sem markað hafa – hver um sig – framfaraskref fyrir Knattspyrnufélagið Val. Ellefu einstaklingar hafa fram til þessa dags hlotið útnefninguna sem heiðursfélagar Vals og voru fyrstir útnefndir 11. maí árið 1931 þeir séra Friðrik Friðriksson og Guðbjörn Guðmundsson, en fyrir þessa útnefningu var síðast útnefndur heiðursfélagi á afmælisdegi félagsins árið 1996



Það er oft mikil stemning á kappleikjum á Hlíðarenda og stuðningsmenn áberandi í Valslitum. Yngri iðkendur Vals í handbolta setja oft skemmtilegan svip á heimaleikina. Bræðurnir Óskar Arndal (t.v.) og Gunnar Arndal Kristinssynir (t.h.) leika báðir handbolta með yngri flokkum Vals og mæta reglulega á heima-leiki og taka þátt í stemningunni.

þegar Þórður Þorkelsson var útnefndur. Óska ég öllum þessum aðilum til hamingju með útnefninguna og færi ég þeim og fjölskyldum þeirra þakkir fyrir frábær störf fyrir Knattspyrnufélagið Val. Sérstakar þakkir fá svo þeir þrír heiðursmenn sem orðnir eru heiðursfélagar í Knattspyrnufélaginu Val.

Góðar gjafir á afmælisárinu

Í tilefni af þessum tímamótum Vals orti Unnur Halldórsdóttir kvæði um félagið og færði því að gjöf á afmælisdaginn. Einstaklega vel gert og skemmtilegt til þess að vita að það er hugsað til félagsins frá ýmsum hliðum og því færðar skemmtilegar gjafir frá andans fólki. Kvæðið má sjá á öðrum stað í Valsblaðinu. Einnig færði Tryggvi Baldvinsson félaginu að gjöf blástursverk fyrir trompet sem frumflutt var við fánahyllingu á afmælisdaginn af Kára Húnfjörð Einarssyni, og nefnist verkið Hylling. Tryggva eru færða þakkir fyrir frábæra gjöf til félagsins.

Nokkrir ungir og efnilegir krakkar úr íþróttaskóla Vals en mikill fjöldi barna fær sín fyrstu kynni af félaginu í skemmtilegum íþróttaskóla.



Hverfjadagur að Hlíðarenda og aukin tengsl við nágrennið

Í ár var Hverfjadagurinn haldinn hér að Hlíðarenda og ég vona að sá dagur hafi aðeins verið upphafið að enn öflugra samstarfi íbúa og félagsamtaka á félagssvæði Vals. Knattspyrnufélagið Valur á ætíð að vera opið fyrir nýrri nálgun og nýjum leiðum þegar kemur að starfi með fólki á öllum aldri. Við eigum að vera óhrædd við að víkka sjónvildarhringinn og tilbúin til samstarfs við fagfólk á sviði lýðheilsu og þjálfunarfræða. Fjölmargin kannanir hafa sýnt að það á að vera keppikefli að bjóða börnum og unglingum upp á fjölbreytilegt starf sem heldur þeim virkum í leik og starfi. En með virkni er átt við allt skipulagt starf eða þátttöku í íþrótt- og æskulýðsstarfi sem börn og unglingar stunda með námi. Margar kannanir sýna að börn og ungt fólk sem eru virkir þátttakendur í leik og starfi hafa jákvæðari sjálfmynd en jafnaldrar þeirra sem ekki taka þátt. Þá má segja að ávinningurinn sé endalaus; jákvæðari andleg og líkamleg líðan, auk heilbrigðari lífsvenja sem tengjast svefni, hreyfingu og mataræði. Þessir krakkar standast betur álag, þeir tileinka sér oftast gott skipulag, aukna félagsfærni og mynda jákvæðari félagstengsl. Meðal barna og unglunga sem eru virk í skipulögðu íþrótt- og tómstundastarfi er minni hætta á sjálfskaðandi hegðun, einangrun og neikvæðum félagsskap. Af þessum upplýsingum má ráða að Valur á að leggja hér eftir sem hingað til mikla áherslu á að sinna vel skyldum sínum þegar kemur að börnum og unglingum og er það mitt mat að okkur hafi miðað vel fram á veginn undir stjórn Ragnhildar Skúladóttur íþróttafulltrúa Vals. Þjálfarar og foreldrar verða að taka höndum saman og halda vel utan um hópinn og fylgja þeim vel eftir. Við verðum á öllum tímum að vera vakandi fyrir áhugaverðum þróunarverkefnum, sjá starfið blómstra og vera alltaf tilbúin til að sjá nýjar leiðir og sóknarfæri. Í því sambandi er rétt að horfa til breyttra áherslna í þjálfun yngstu barnanna, horfa til fjölgreinaþjálfunar sem hefur sýnt sig að eykur áhuga og fjölbreytta færni hjá börnum sem skilar sér margfalt í ánægju, vellíðan og árangri. Ekki má gleyma því að afreks- og meistaraflokkar hafa einnig mjög gott af fjölbreyttri þjálfun sem reynir á ólíka þætti. Jafnframt langar mig til þess að við á Hlíðarenda horfum til ört

Guðmundur Sigurgeirsson er einn ótal margra sjálfbodaliða sem standa vaktina ár eftir ár á Hlíðarenda til að halda fjölbreyttu starfi gangandi og var í hópi 44 einstaklinga sem voru sæmdir gullmerki Vals á afmælisárinu.

stækkandi hóps eldri borgara sem kallar eftir aukinni hreyfingu, félagslegu samneyti og vill gjarnan nýta krafta sína og reynslu með því að leggja félagsstarfinu lið.

Blómlegt félagsstarf

Félagsstarf innan Vals er með miklum blóma þó að mikil orka hafi farið í að gera afmælisárið sem glæsilegast úr garði. Haldið var árlegt golfmót og eins og svo margt annað á afmælisárinu var það hið fjölmennasta og glæsilegasta sem haldið hefur verið hingað til. Brides- og skákmót voru einnig haldin og með veglegri hætti en oft áður og voru fjölsótt. Valskórinn hélt úti þróttmiklu starfi á árinu, hélt glæsilega afmælistónleika ásamt því að koma fram við ýmis tækifæri tengd afmælisárinu auk annarra uppákoma. Fjölmennasta herrakvöld í sögu félagsins var haldið á haustmánuðum og tókst með miklum ágætum. Vil ég þakka skipuleggjendum þessara viðburða fyrir þeirra aðstoð. Fulltrúaráðið stafar nú af miklum þrótti og heldur reglulega fundi ásamt því að koma að stuðningi við ýmis verkefni innan félagsins.



Gott starfsfólk hjá Val

Að lokum vil ég þakka starfsfólki Knattspyrnufélagsins Vals undir stjórn framkvæmdastjóra fyrir vel unnin störf og gott samstarf á árinu. Sérstakar þakkir fá allir þeir fjölmörgu Valsmenn sem lagt hafa félaginu lið á 100 ára afmæli þess sem og allur sá fjöldi Valsmanna sem heimsótti Hlíðarenda og tók þátt í fjölbreyttu starfi og þeim uppákomum sem verið hafa á allt árið. Ég vil fyrir hönd stjórnar Vals óska öllum iðkendum, félagsmönnum, starfsmönnum félagsins og fjölskyldum þeirra gleðilegra jóla og farsæls komandi árs með von um gott og farsælt samstarf á nýju ári.

*Valskveðja,
Hörður Gunnarsson formaður.*



Elisabet Gunnarsdóttir þjálfari var mætt á gamlársdag á Hlíðarenda til að vera viðstödd val á íþróttamanni Vals 2010 ásamt Brynjólfi Lárentínusarsyni og fjölda annarra gesta. Elisabet var meðal þeirra 44 sem á árinu var sæmd gullmerki Vals.



Ný framtíð að Hlíðarenda. Fyrsta skóflustunga að nýjum mannvirkjum að Hlíðarenda tekin af öllum þálfandi formönnum Knattspyrnufélagsins Vals þann 15. júní 2005. F.v. Grímur Sæmundsen, formaður 2002–2009, Pétur Sveinbjarnarson 1981–1987, Þórður Þorkelsson 1970–1974 (látinn), Ægir Ferdinandsson 1967–1969 og 1975–1976, Sigurður Ólafsson 1946 (látinn), Jóhann Eyjólfsson 1950–1951 og 1966 (látinn), Jón Gunnar Zöega 1988–1993, Reynir Vignir 1994–2002, og Bergur Guðnason 1977–1980 (látinn).

Verðum að hlúa að barna- og unglíngastarfinu

Félagsleg endurnýjun Vals mikilvægasta verkefni framtíðarinnar á Hlíðarenda segir Grímur Sæmundsen fyrrverandi formaður Vals

Grímur Sæmundsen er maður eigi einhamur. Grímur er fæddur frumkvöðull og forystumaður, einkum kunnur fyrir áráðni og hugvit við uppbyggingu Bláa Lónsins, fyrirtækis sem þekkt er um allan heim. Þó að Grímur hafi á árum áður leikið sem bakvörður í sigursælu liði Vals er hann sannkallaður framherji í íslensku þjóðlífi því

auk starfa sinna hjá Bláa Lóninu er hann nú um stundir varaformaður Samtaka atvinnulífsins. Valsmenn geta talist heppnir að hafa slíkan mann innan félagsins því Grímur hefur svo sannarlega lagt sitt af mörkum við uppbyggingarstarf síðustu ára.

Grímur er kvæntur Björgu Jónsdóttur. Þau eiga þrjú börn, Jón Gunnar, 35 ára

viðskiptafræðing, Sigrúnu, 25 ára grafískan hönnuð og Pétur, 24 ára, sem er að ljúka BA námi í ensku við HÍ. Mikil Valsfjölskylda, en Sigrún hannaði einmitt 100 ára afmælismerki Vals. Þá er Grímur nýbakaður afi og litli nafni hans hefur þegar verið skráður í Val.



Grímur Sæmundsen afhendir Emlyn Hughes fyrirlíða Liverpool Valsfánann. Grímur er læknir að mennt og á námsárum sínum í læknadeildinni dvaldi hann ásamt félögum sínum í mánaðartíma við krufningar við háskólann í Liverpool. Þetta var árið 1977 en einmitt það ár hafði Liverpool FC hampað Englandsmeistara- og Evrópumeistaratitli. Sem liðsmaður eins sigursælasta félags Íslands þótti Grími tilhlýðilegt að heimsækja Englands- og Evrópumeistarana, færa þeim fána Vals og kveðjur félagsins. Eins og sjá má á myndinni var Grími vel tekið því allar helstu hetjur þessa gullaldarliðs Liverpool gáfu sér tíma til að fagna komu Valsmannsins. Sjálfur fyrirlíðinn Emlyn Hughes tók við fánanum.

Alinn upp í Norðurmýrinni og á Klambratúni

Hvernig stóð á því að þú gekkst í Val?

„Það var nú einfalt. Ástæðan var sú að Elli bróðir minn, sjö árum eldri, æfði með Val. Ég bjó á Guðrúnargötunni og var farinn að skokka niður á Valsvöll árið 1961, sex ára gamall. Þá var yfir tvær hindranir að fara, Miklubrautina og gömlu Reykjanesbrautina, miklar umferðargötur, en það þótti ekki tiltökumál.

Á þessum árum var Valssvæðið mjög frábrugðið því sem það er nú. Þar var gamla íþróttahúsið, reyndar nýtt í þá daga, og svo malarvöllurinn, sem sneri norður-suður, gamla fjósið og íbúðarhúsið. Fljótlega upp úr þessu kom svo grasvöllur, fyrsti grasvöllurinn að Hlíðarenda.

Klambratúnið var svo hitt leiksvæðið. Við vorum þar í fótbolta allan daginn, ef við vorum ekki niður á Hlíðarenda. Á Klambratúninu komu saman strákar úr Hlíðunum, Norðurmýrinni, Flótagötunni og Holtunum og öttu kappi. Að mestu Valsarar en nokkrir Framarar líka.

Fyrstu fótboltaskórnir voru Íðunnarskór með harðri tá sem voru keyptir niðri Gefjun/Íðunn í Austurstræti. Þá var nú reyndar feikinóg að vera í Valstreyju í keppni. Það var svo bara til hátíðarbríða að vera í hvítum stuttbuxum. Hins vegar átti ég bláa sokka sem ég erfði eftir Ella bróður ... bláir sokkar voru hluti af upphaflega Valsbúningnum.

Þetta voru reyndar ekki sokkar ... bara ullartstroff um sköflunginn og svo var teygja undir ilina. Ég man að ég var ekkert sérstaklega hrifinn af þessum bláu sokkum því Valsarar voru eiginlega hættir að spila í bláu sokkunum á þessum tíma.

Það var gríðarlegur fjöldi stráka á æfingum, skipt í A,B,C –lið og svo ruslið, sem kallað var. Það var miskunnarlaust dregið í dilka og „engin elsku mamma“. Þeir sem voru í A-liðinu voru goð og hetjur á meðan strákarnir í ruslinu voru bara labbakútar. Goggunarröðin var skýr. Ég er ansi hræddur um að félags- og sálfræðingar eða foreldrar á hlíðarlínunni nú á dögum yrðu ekki sáttir við þetta fyrirkomulag.

Á þessum árum æfðu menn úti af kappi á sumrin en er hausta tók var æft í íþróttahúsinu þar sem við spiluðum innanhúsfótbolta. Margir okkar voru líka í handbolta. Ég var í handboltanum framman af, þótti liðtækur örvhentur hornamaður. Annars vorum við alltaf í fótbolta.

Ég var svo heppinn að ég fékk snemma Lárus Loftsson sem þjálfara. Lárus setti mig í vörnina og ég lék sem miðvörður alla yngri flokkana. Við urðum Íslandsmeistarar í 5. flokki 1967, spiluðum þrjá úrslitaleiki við Víkinga. Síðasti leikurinn fór fram á Melavellinum og þótti það gríðarleg upphefð að fá að spila þar. Ég man eftir því að fyrir þann leik hafði ég verið sendur í sveit til ættingja á Blönduósi. Auðvitað kom ég suður í leikinn þrátt fyrir átta klukkustunda ferðalag í rútu.

Þegar ég var 16 ára var ég valinn í Faxaflóaúrvalið, sem var úrvalslið stráka frá Faxaflóasvæðinu. Við tókum þátt í móti í Skotlandi sem við unnum. Þegar við vorum úti fór að berast okkur til eyrna að íslenska þjóðin nánast stæði á öndinni yfir árangri okkar. Þó við stæð-



Annar flokkur Vals 1972 fyrir keppnisferð þeirra til Brummunddals í Noregi. Fremsta röð frá vinstri: Hafliði Loftsson, Einar Kjartansson, Grímur Sæmundsen, Birgir Smári Jónsson og Ragnar Haraldsson. Miðröð frá vinstri: Guðlaugur Björgvinsson, Lárus Loftsson, Ægir Ferdnandsson og Elías Hergeirsson. Efst röð frá vinstri: Jón Guðmundsson Sigurður Pétur Harðarson Magnús Magnússon, Halldór Sigurðsson, Kristján Guðmundsson, Anton Einarsson, Helgi Benediktsson, Kristinn Björnsson, Hannes Lárússon, Ólafur Magnússon, Guðjón Harðarson, Jón Þór Einarsson, Sverrir Ögmundsson, Þórhallur Björnsson, Friðgeir Kristinsson og Jón Gíslason.

um okkur vel var þessi áhugi svolítið umfram vægi keppinnar.

Ári seinna er ég svo valinn í unglíngalandsliðið sem fór og keppti á Evrópumótinu á Ítalíu. Í því liði voru margir góðir leikmenn þar á meðal Ásgeir Sigurvinsson. Við spiluðum við England, Belgíu og Sviss og stóðum okkur vel en komumst ekki áfram í milliriðil.

Fjórir Íslandsmeistaratitlar og þrír bikarmeistaratitlar

Hvernig var meistaraflokksferillinn?

„Þegar ég gekk upp úr 2. flokki í meistaraflokk var þjálfari liðsins hinn sögurfrægi Youri Ilichev. Youri var frá gömlu Sovétríkjunum og var ráðinn til Vals árið 1974. Þetta var á tímum kalda stríðsins og vakti það athygli að Youri var undir stöðugu eftirliti manna úr sov-

éska sendiráðinu. Þeir fylgdu honum eftir og fylgdust jafnvel með æfingum.

Youri opnaði augu okkar fyrir taktískum hliðum fótboltans. Í hans huga var fótboltavöllurinn eins og skákborð. Við vorum tímunum saman á taktískum æfingum, menn að hreyfa sig til að opna svæði fyrir aðra til að hlaupa í o.s.frv. allt til þess að koma andstæðingunum á óvart. Þetta virkaði líka. Þau ár sem Youri þjálfaði átti Valur frábær lið. Við spiluðum andstæðingana sundur og saman. En þetta var ekki allt taktík því í liðinu voru afburðsanjallir leikmenn, blanda af ungum strákum og svo þeim sem eldri voru. Youri vantaði ekki miðverði svo að hann gerði mig að vinstri bakverði. Í þeirri stöðu lék ég svo þar til ég lauk ferlinum 1985.

Öll umgjörð var frábrugðin því sem nú er. Þó að Valsliðið hafi verið sigursælt á

þessum árum fékk enginn okkar krónu fyrir að spila knattspyrnu. Umbunin fólst fyrst og fyrst og fremst í því að við vorum oft í Evrópukeppni og gátum eftir útleikina farið á sólarströnd og boðið konunum með. Peningar fyrir að spila fótbolta voru rétt að koma til sögunnar þegar ég er að hætta. Allir vita svo hver þróunin hefur verið. Hún er sú að nú koma peningarnir á undan félagskenndinni í huga leikmanna. Það er mjög miður að mínu mati og uggevænleg þróun.

Ég spilaði um 300 leiki með meistaraflokki Vals á árunum 1974 til 1985. Við urðum Íslandsmeistarar árin 1976, 1978, 1980 og 1985, en þá var ég fyrirlíði liðsins. Bikarmeistaratitlarnir urðu þrír, 1974, 1976 og 1977.”



Hópur Valsstráka í 5. flokki sennilega árið 1965. Efri röð f.v. Halldór Einarsson, aðstoðarþjálfari, Magnús Magnússon, Jón Þorvarðarson, Guðmundur Björgvinsson, Jóhann Ingi Gunnarsson, Jón Guðmundsson, Lárus Loftsson, þjálfari. Nedri röð f.v. Einar Kjartansson, Óskar Magnússon, Örn Geirsson, Kristján Bernbourg, Grímur Sæmundsen. Ef rýnt er í myndina má sjá ýmsar útgáfur Valsbúningansins.

Til forystu fyrir Val í níu ár

Hvernig atvikast að þú tekur að þér trún- aðarstjörf fyrir Val?

„Eftir að ég hætti að spila var ég formaður meistarflokksráðs knattspyrnu- deildar 1986 og 1987 og fór meðal annars sem fararstjóri til Torino þegar við lékum við Juventus 1987. Síðan hætti ég alveg afskiptum þangað til að ég tók að mér formennsku í knattspyrnudeildinni 1999.

Gengi karlaliðsins í knattspyrnu var ágætt í upphafi 10. áratugarins. Við Valsmenn urðum bikarmeistarar þrjú ár í röð þegar Ingi Björn Albertsson var þjálfari liðsins. Svo hallaði undan fæti og haustið 1999 féll Valur úr efstu deild í knattspyrnu í fyrsta skipti sem var mikið áfall. Það hafði alltaf verið okkur Valsmönnum mikið metnaðarmál að vera eina knattspyrnulið landsins sem aldrei hafði spilað í næst efstu deild.

Mér fannst þetta allt vera að fara á verri veg auk þess sem aðstöðuleysi að Hlíðarenda var orðið mjög sláandi og almenn staða félagsins var slæm.. Mér rann þetta til rifja. Ég stóð því frammi fyrir því að annaðhvort léti ég sem ekkert væri eða ég byði mig fram til starfa.

Að láta þetta fram hjá sér fara hefði verið eins og að afneita hluta af sjálfum sér. Alls ekki ósvipað og afneita nákomnum ættinga. Valur var búinn að vera svo stór hluti af mínu lífi. Þetta var því yfirveguð ákvörðun að vissu leyti. Hins vegar var ég á þessum tíma nýbúinn að opna nýjan baðstað við Bláa Lónið og svo var það að sjálfsögðu fjölskyldan. Að því leytinu var þetta óskynsamleg ákvörðun.

Ég tók við formennsku í knattspyrnudeildinni haustið 1999 og 1. desember það ár stofnuðum við Valsmenn hf. Þetta markaði upphafið að þátttöku minni í félagsstarfinu að nýju. Haustið 2002 tók ég síðan við formennsku í Knattspyrnu-

félaginu Val og stýrði því þangað til í mars 2009.

Þegar ég kom að störfum fyrir Val árið 1999 var staðan erfið. Við áttum við uppsafnaðan fjárhagsvanda að stríða vegna vegna fjárfestinga frá árum áður og líka vegna rekstrar sem hafði ekki gengið sem skyldi. Allur rekstrargrunnur var orðinn ansi skakkur. Þó að menn gættu ítrasta aðhalds í rekstri félagsins á þessum tíma þá fór meira eða minna allt sjálfsaflafé í vaxtagreiðlur og afborganir af lánum. Allt félagsstarf leið mjög fyrir þetta ástand þannig að Valur var eiginlega að koðna niður.”

Flutningur Vals í Grafarvog skoðaður

„Stuttu eftir að ég tók að mér forystu í knattspyrnudeildinni og varð um leið stjórnarmaður í aðalstjórn félagsins, tók ég þátt í því ásamt þáverandi aðalstjórn



Faxaflóaúrvalið 1971: Aftari röð frá vinstri: Hreiðar Ársælsson, Janus Guðlaugsson, Lúðvík Gunnarsson, Ásgeir Ólafsson, Stefán Halldórsson, Gísli Torfason, Gísli Antonsson, Ottó Guðmundsson, Gunnar Örn Kristjánsson, Gunnar Pétursson. Fremri röð frá vinstri: Þorvarður Höskuldsson, Björn Guðmundsson, Ólafur Magnússon, Guðmundur Ingvason, Sverrir Hafsteinsson, Grímur Sæmundsen og Hörður Jóhannesson.

undir forystu Reynis Vignis að skoða möguleika þess að Valur flytti höfuðstöðvar starfsemi sinnar í Grafarvog.

Þetta var mjög áhugaverð hugmynd. Valur hafði í upphafi haft aðstöðu vestur á Melum og síðan flutt að Hlíðarenda þegar félagið var rétt um fertugt. Þegar þessi Grafarvogshugmynd kemur fram var félagið um nírætt. Mér fannst það ekkert tilfinningamál þó að félagið flytti sig um set tvisvar á öld, með byggðinni. Hugmyndin var sú að áfram átti að vera aðstaða að Hlíðarenda til íþróttaiðkana fyrir hefðbundið upptökusvæði Vals í Hlíðunum og Þingholtunum. Í Grafarvogi ætlaði Valur einungis að sinna þeim íþróttagreinum sem fyrir voru í félaginu, þ.e. knattspyrnu, handknattleik og körfuknattleik. Aðrar íþróttagreinar yrðu síðan iðkaðar í nafni Fjölnis.

Hugmyndin var síðan að nýta stærstan hluta Hlíðarendareits fyrir atvinnu- og íbúðalóðir. Við það myndu skapast verðmæti og afrakstur þeirra yrði notaður til

uppbyggingar í Grafarvogi. Allar stofnanir Vals, m.a. fulltrúaráðið voru búnar að samþykka áætlun um flutning Vals í Grafarvog.

Þegar þarna var komið sögu kom pólitíkin í spilið. Einhverjir foreldrar í Grafarvogi tóku það sem mætti kalla félagspólitíska afstöðu og voru andvígir þessum áformum. Það endaði svo með því að stjórnmaðlameinn í Reykjavík þorðu ekki að ganga þessa leið til enda. Leið, sem þeir sjálfir höfðu ekki síst haft frumkvæði að. Þeir vildu þetta félagafloruna í borginni, fækka félögum og efla þau um leið. Valur hafði auðvitað vissa yfirburði í þessu ferli gagnvart Fjölni, t.d. í félagslegu- og sögulegu tilliti.

Þegar borgin koksaði á þessum fyrirætlunum útfærðum við hugmyndina um breytta landnýtingu að Hlíðarenda til uppbyggingar á svæðinu sjálfu. Þetta fór saman við hagsmuni borgarinnar því að hún þurfti á spildum að halda úr okkar landi til ýmissa vegaframkvæmda í ná-

grenninu. Úr þessu varð samkomulag milli borgarinnar og Vals um breytta nýtingu á erfðafestulandi Vals að Hlíðarenda. Valur fékk sex hektara til uppbyggingar íþróttastarfsemi, borgin fékk sína skika og Valur fékk heimild til að skipuleggja íbúða- og atvinnulóðir á afgangi erfðafestulandsins. Við þetta myndaðist verðmætur byggingaréttur á þessum lóðum. Byggingarétturinn yrði síðan seldur og andvirðið notað til greiðslu skulda Vals og uppbyggingar að Hlíðarenda. Frábær hugmynd, sem upphaflega fæddist vegna áforma okkar um að flytja Val í Grafarvog!

Ýmsir aðilar sýndu áhuga á að kaupa byggingaréttinn af okkur en við tókum þá ákvörðun að selja hann til Valsmanna hf. Í kjölfarið komst svo skriður á þá uppbyggingu að Hlíðarenda sem menn sjá nú árangurinn af. Stofnun Valsmanna hf hafði þá þegar sannað gildi sitt og nýting félagsins sem fasteignapróunarfélags á Hlíðarendareit var mjög skynsamleg.



Grímur með afastrákinn og nafna sinn Grím Goda, sem að sjálfsögðu hefur verið skráður í Val.

Sú hugmynd að taka yfir íþróttastarfsemi í miklu fjölmennari eystri byggðum borgarinnar er efnislega alveg jafn gild í dag eins og hún var þegar við Valsmenn vorum að vinna að henni fyrir rúmum tíu árum síðan.

Í þessu efni má benda á að Knattspyrnufélagið Fram er nú með starfsemi á tveimur stöðum – í Safamýri og í Grafarholti – og hafa Framarar þar nýtt sér þær grunnhugmyndir sem við settum fram um flutning Vals í Grafarvog.

En við getum verið sáttir við stöðuna, eins og hún er nú á 100 ára afmæli Vals. Félagið á nú að Hlíðarenda skuldlaust glæsilegustu íþróttamannvirki landsins, sem eru grunnur frekari félagslegra landvinninga.”

Barna- og unglíngastarfið mikilvægast

Hver telur þú mikilvægustu verkefni Vals nú þegar félagið horfir til næstu aldar í starfsemi sinni?

„Mikilvægast er að tryggja félagslega endurnýjun í Val. Við þurfum að laða að félaginu börn og unglínga sem geta þroskast sem afreksmenn í þeim greinum sem stundaðar eru innan Vals en einnig verðum við að breikka stuðningsmannagrúnninn og fá hæfa einstaklinga til félagslegrar forystu.

Það er ljóst að við eigum töluvert í land til að ná þeim iðkendafjölda, sem við teljum ásætlanlegan, ef við berum okkur saman við önnur félög í borginni t.d. KR og Fjölni eða í nágrennasveitarfélögum t.d. Breiðablik og FH. Hin fráþæra íþróttastaða, sem sköpuð hefur



Grímur þótti harður í horn að taka, lék sem miðvörður og var fyrirlíði öll árin í yngri flokkunum. Í meistaraflökki lék hann stöðu vinstri bakvarðar og var fyrirlíði Vals frá 1981–1985. Grímur endaði feril sinn með því að fagna Íslandsmeistaratitli árið 1985.

verið að Hlíðarenda, er rétta tækið í þetta verkefni. Við þurfum samt að vera þolinmód næstu árin til að sjá eðlilega endurnýjun á Valsmönnum í afreksliðum félagsins en ég er sannfærður um að þeir tímar koma. Hluti af þessari framtíðarsýn er íbúðabygging á byggingareitum Valsmanna hf á Hlíðarendareit og það verður að sjálfsögðu Valssvæði.”

Í forystu fyrir Samtök atvinnulífsins

Eftir að þú hættir uppbyggingu að Hlíðarenda sem formaður Vals fyrir tveimur árum er þá íslenskt samfélag næst á dagskrá?

„Það er svo að ég dróst inn í félagstarf í atvinnulífinu í gegnum Samtök ferða-

þjónustunnar og hef verið í stjórn Samtaka atvinnulífsins fyrir hönd SAF í nokkur ár og nú síðustu tvö árin verið varaformaður stjórnar SA. Vægi SA hefur vaxið mikið sérstaklega eftir bankahrúnið. Það eru mjög krefjandi verkefni á þeim vettvangi og erfið úrlausnar. Ég er þeirrar skoðunar að efnahagskreppan sem við búum við nú sé heimatilbúin og stjórnvöld séu því miður ekki að standa sig í stykkinu við að leiða okkur út úr þeim ógöngum.

En í störfum á þessum vettvangi nýt ég félagslegrar reynslu úr starfi mínu fyrir Val. Það kemur manni alltaf að góðum notum að hafa verið virkur í íþrótt- og félagsstarfi – ég tala nú ekki um hjá jafnfrábæru félagi og Knattspyrnufélaginu Val.”



Allt við Val heillaði mig

Rúnar Már Sigurjónsson er 21 árs og leikur fótbolta með meistaraflokki og var valinn efnilegasti leikmaður flokksins á uppskeruhátíðinni í haust

Kærasta: Stefanía Jakobsdóttir.

Af hverju Valur: Stærsti klúbbur landsins, allt við Val heillaði mig, auðveld ákvörðun.

Hjá hvaða liðum hefur þú verið í fótbolta, hvar varstu í yngri flokkunum? Uppalinn á Sauðárkróki og spilaði þar til 17 ára aldurs, meðal annars í 2. og 3. deildinni. Fór þaðan til HK og spilaði fyrsta árið með 2. flokki og Ými í 3. deildinni, svo 1 tímabil í efstu deild og svo eitt í 1. deild, svo kom ég í Val.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum: Þau hafa stutt mig það mikið að það er nánast fátíðlegt. Mamma býr fyrir norðan en sér alla þá leiki sem eru í sjónvarpinu og kemur reglulega suður til að horfa á. Pabbi mætir á alla leiki, það er bara þannig.

Hvað gætir þú aldrei hugsað þér að verða: Munkur.

Af hverju fótbolti: Það kom í rauninni aldrei neitt annað til greina, það var alltaf sú íþrótt sem mér fannst skemmtilegust. Var lengi vel í körfubolta en það datt út þegar ég hætti að stækka.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Vann til verðlauna á skíðum einu sinni á Andrésar Andarleikunum á Akureyri. Var í öllum úrtakshópum fyrir yngri landslið í körfubolta á sínum tíma, var svo valinn í lokahóp en þá hætti ég. Hver hefur landsliðsæfingur í körfubolta á sumrin.

Eftirminnilegast frá 100 ára afmælisári Vals: Held að það sé undirbúningstímabilið. Reykjavíkumeistarar og Lengjubikarmeistarar.

Ein setning eftir tímabilið: Klúðruðum þessu sjálfir.

Markmið fyrir næsta tímabil: Skora meira og enda ofar.

Hvernig líst þér á hópinn í meistaraflokki núna: Bara nokkuð vel, fínir leikmenn sem hafa komið og ef við byggjum

ofan á það sem við gerðum gott á síðasta tímabili þá er maður bara bjartsýnn. Sakna Bjössu samt hrikalega.

Besti stuðningsmaðurinn: Pabbi.

Skemmtilegustu mistök: Ekkert skemmtilegt við að gera mistök.

Erfiðustu samherjarnir: Jón Vilhelm Ákason, gat aldrei skorað þegar ég gaf á hann, ópolandi.

Fyndnasta atvik: Þegar Þórir Guðjónsson (Tóti rauði) settist ofan á steinana í sauninni út á Spáni í æfingarferðinni. Hann má þakka Arnari Sveini að hann sé á lífi. Fyndið eftir á.

Stærsta stundin: Ætli það sé ekki fyrsti u-21 árs leikurinn á móti Englendingum.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val: Elín Metta og Hildur gætu náð hrikalega langt.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val: Það er Sindri Snær Jensson án nokkurs vafa, ótrúlegur.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val: Held að kvennaflokkarnir vinni allt án þess að hafa mikið fyrir því svo þar er verið að vinna gott starf. Eftir því sem ég best veit vantar töluvert upp á yngri flokkana hjá strákunum, helsta vandamálið er held ég að það eru bara of fáir iðkendur.

Hvað lýsir þínum húmor best: Kaldhæðinn, er einnig fljótur að aðlaga mig að húmor annarra.

Fleygustu orð: „Ekkert fokk!“ – Sigurbjörn Hreiðarsson.

Mottó: Ef einhver tæklar þig, tæklaðu hann.

Leyndasti draumur: Djöfull sem mig langar að vera rokkstjarna.

Við hvaða aðstæður líður þér best: Líður fátíðlega vel þegar ég er inn á miðjunni og hitt liðið á ekki séns í okkur, elska það.

Hvaða setningu notarðu oftast: Hvað eigum við að éta?

Hvað er það fallegasta sem hefur verið sagt við þig: Það er þegar Atli Sveinn Þórarinnsson sagði að ég og Lee Bowyer

værum eins leikmenn. Þann dag hætti ég að hata Lee Bowyer.

Fullkomið laugardagskvöld: Vinna lottóið, horfa á Man Utd slátra Liverpool í úrslitaleik í meistaradeildinni, fara snemma að sofa og vakna ferskur.

Fyrirmynd þín í fótbolta: Ronaldo feiti var fyrsta fyrirmyndin. Gaman að sjá boltameðferðina hjá Zidane og Iniesta líka, annars er engin fyrirmynd núna þannig séð.

Draumur um atvinnumennsku í fótbolta: Draumurinn er að spila á Englandi í efstu deild, verða einhver goðsögn þar og lifa rólegu lífi eftir það ef þjálfun mun ekki heilla mig.

Landsliðsdraumar þínir: Spila með landsliðinu til fertugs, slá leikjameitið og markameitið og vinna öll stórmót.

Besti söngvari: Sigfús Pétursson stór-söngvari í Álftagarðisbræðrum.

Besta hljómsveit: Rolling Stones, dínamísk hljómsveit.

Besta bíómynd: The Departed kom fyrst upp í hugann.

Besta bók: Ævisagan hans George Best var góð og skrautleg, frábær fyrirmynd þar.

Besta lag: Mýrdalssandurinn.

Uppáhaldsfélag í enska boltanum: Manchester United.

Eftir hverju sérðu mest: Að hafa ekki skorað fleiri mörk gegnum tíðina. Sennilega með þeim bestu að koma mér í færi en ömurlegur að klára þau.

Nokkur orð um núverandi þjálfara: Sníðugur, gáfaður, ástríðufullur, snickers. Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Byggja knattspyrnuhöll þar sem æfingasvæðið er og koma skuldinni yfir á einhvern annan.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda: Hún er frábær, stórkostleg þegar potturinn í klefanum er í góðum gir.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Vil sjá Val í góðum málum fjárhagslega séð og að moka inn titlum, ekki flókið.

BLUE LAGOON
ICELAND

ANTON BERGUR



Lífsorka

með nýtingu náttúruaflanna



Skráðu þig í Vinaklubbinn og njóttu betri kjara af fjölbreyttri þjónustu

<http://www.bluelagoon.is/Badstadur/Vinaklubbur-Blaa-Lonsins/>



Bikarmeistarar meistaraflokks karla í handknattleik 2011. Efri röð frá vinstri: Óskar Bjarni Óskarsson þjálfari, Konni Kóngur, Atli Már Báruson, Finnur Ingi Stefánsson, Orri Freyr Gíslason, Einar Örn Guðmundsson, Sigfús Sigurðsson, Anton Rúnarsson, Gunnar Harðarson og Heimir Ríkarðsson aðstoðarþjálfari. Neðri röð frá vinstri: Gunnar Kristinn Þórsson, Sturla Ásgeirsson, Hlynur Morthens, Sigurður Ingiberg Ólafsson, Sveinn Aron Sveinsson, Magnús Einarsson og Agnar Smári Jónsson.

Tveir stórir titlar á afmælisárinu og starf yngri flokka að stóreflast

Skýrsla handknattleiksdeildar 2011

Meistaraflokkur karla

Tímabilið 2010–2011 reyndist meistaraflokkur karla í Val mjög lærdómsríkt, erfitt og einnig gleðilegt. Byrjunin reyndist liðinu erfið og fóru margir leikmenn og meiðsli lykilmanna gerði það að verkum að stigastöfnunin gekk illa. Þegar liðið hafði náð að spila sig saman og vinna úr vandamálum þá var 5.–6. sætið niðurstaðan í deildinni og því komst liðið ekki í úrslitakeppnina en var þó nálægt því sem fáir Valsmenn gátu dreymt um í lok nóvember 2010.

Það sem stendur upp úr á þessu keppnistímabili var án efa bikarúrslitaleikurinn

gegn Akureyri en þar sigruðu Valsmenn í hörkuleik og unnu því fyrsta stóra bikar félagsins á 100 ára afmæli Vals. Því fengu leikmenn að upplifa allan tilfinningaskalann á þessu tímabili.

Eftir veturinn fór Ernir Hrafn Arnarsson í atvinnumennsku til Þýskalands, Jón Björgvin hætti, Fannar Örn Þorbjörnsson sem kom inn og hjálpaði liðinu mjög mikið hætti, Heiðar Aðalsteinsson fór heim til Akureyrar og Alexander Jedic hætti. Þessum leikmönnum er þakkað þeirra framlag til félagsins. Ernir Hrafn var síðan valinn leikmaður ársins og Einar Örn var sérstaklega heiðraður en hann kom mjög sterkur inn í vörnina eftir áramót.

Fyrir tímabilið 2011–2012 fengu Valsmenn til liðs við sig Gunnar Harðarson, Sigfús Sigurðsson, Magnús Einarsson og Andra Stefan. Andri sleit crossbönd síðastliðinn vetur og mun koma inn í liðið eftir áramót. Byrjunin á vetrinum hefur verið upp og niður en margir fínir kaflar litið dagsins ljós.

Tímabilið byrjaði með sigri á Opna norðenska móttinu þar sem úrslitaleikur var við Hauka og vannst sá leikur 26-22 og var Sturla Ásgeirsson valinn maður mótsins og Hlynur Morthens markmaður mótsins. Svo næst var það leikur meistara meistaranna þar sem við mættum liði FH í einum magnaðasta handboltaleik síðari



Íslands- og deildarmeistarar meistaraflokks kvenna í handknattleik 2011. Neðri röð frá vinstri: Heiðdís Guðmundsdóttir, Arnheiður Guðmundsdóttir, Sigríður Ólafsdóttir, Guðný Jenný Ásmundsdóttir, Sunneva Einarsdóttir, Arndís María Erlingsdóttir, Karólína Bæhrenz Lárudóttir. Efri röð frá vinstri: Anna Úrsúla Guðmundsdóttir, Þórunn Friðriksdóttir, Ragnhildur Rósa Guðmundsdóttir, Þorgerður Anna Atladóttir, Nataly Sæunn, Kristín Guðmundsdóttir, Dagný Skúladóttir, Ágústa Björnsdóttir og Hildur Marín Andrésdóttir. Fyrir framan: Hrafnhildur Ósk Skúladóttir. Á myndina vantar Hildigunni Einarsdóttur og Jóhannes Lange.

ára og endaði með sigri FH 39-38 eftir tvær framlengingar og vítakeppni og átti Sturla stórleik og skoraði 11 mörk en brást bogalistin í síðasta vítu okkar og setti í slána.

Er þetta er skrifað erum við í 5. sæti en þó skilja aðeins 4 stig við fyrsta sæti og hefðum við mátt vera með 2-4 stigum meira í þessari erfiðu baráttu um að komast í úrslitakeppnina. Valdimar Fannar Þórssson hefur lítið leikið með liðinu vegna bakmeiðsla og tók ákveðinn tíma að finna rétta flæðið á sóknarleikinn sem er þó vonandi allt að koma. Liðið er varnarlega sterkt með reyndasta markmann deildarinnar og marga hæfileikaríka sóknarmenn.

Þjálfari Valsmanna ásamt því að vera yfirþjálfari félagsins er hinn kunnir Óskar Bjarni Óskarsson og honum til aðstoðar er Heimir Ríkarðsson sem er einnig þjálfari 2. og 3. flokk félagsins. Liðsstjóri er Finnur Jóhannsson, sjúkrapjálfari er Valgeir Viðarsson, liðslæknir Ingvar Þorsteinn Sverrisson og sálfræðingur er Erlendur Egilsson.

Meistaraflokkur kvenna

Meistaraflokkur kvenna varð Íslandsmeistari annað árið í röð eftir frábært úrslitaeinvígi við Fram sem vakti mikla athygli fyrir góðan handbolta og skemmtanagildi og varð það toppurinn á frábæru tímabili hjá flokknum. Liðið vann Fram 3-0 í úrslitaeinvígi og mun síðasti leikurinn verða lengi í minnum manna og kvenna, leikurinn varð tvíframlengdur og endaði síðan í vítakeppni þar sem fyrirliðinn Hrafnhildur Ósk skoraði úr síðasta vítu Vals við mikla hrifningu Valsáhorfenda, leikmanna og Jóa Lange sem stökk hæð sína í loft upp af fögnuði í nýju Hummel stuttbuxunum sínum.

Liðið varð líka deildarmeistari annað árið röð og liðið sigraði líka í Deildarbikarkeppni HSÍ sem haldin er á síðustu dögum ársins. Einnig lék liðið til úrslita í bikarnum eftir að hafa lagt Fylki og Stjörnu að velli og mætti þar Fram. Bikarúrslitaleikurinn var góð skemmtun en því miður tapaðist leikurinn sem voru mikil vonbrigði fyrir leikmenn og sér-

staklega sjúkrapjálfara liðsins Valgeir Viðarsson. Liðið varð fyrir öðru áfalli þegar einn sterkasti leikmaður liðsins Hildigunnur Einarsdóttir meiddist og Ágústa Edda varð ófrísk en sem betur fer kom það ekki að sök fyrir liðið.

Leikmenn og aðstandendur liðsins mega vera stoltir af árangri liðsins með þrjú gull og ein silfurverðlaun. Anna Úrsúla Guðmundsdóttir sem spilaði frábæra leiga fyrir liðið var kosin besti leikmaður-



Konni kóngur handleikur stoltur Íslandsmeistarabikarinn í handknattleik kvenna.

Starfið er margt



inn á lokahófi HSÍ og Hrafnhildur Ósk og Rebekka Rut voru valdar í lið ársins og Stefán Arnarson þjálfari liðsins var kosinn besti þjálfarinn.

Nokkrar breytingar urðu á leikmannahópnum í sumar, Rebekka Rut Skúladóttir fór að starfa sem sokkabuxnafyrirsæta í Danmörku, Camilla Transel og Annette Kopling lögðu skóna á hilluna og Íris Ásta Pétursdóttir nam land í Noregi og er þeim þakkað fyrir framlag sitt til félagsins.

Nýir leikmenn sem komu til okkur eru Þorgerður Anna Atladóttir, Heiðdís Guðmundsdóttir, Hildur Marín Andrésdóttir, Þórunn Friðriksdóttir og Nataly Sæunn Valencia og Arnheiður Guðmundsdóttir. Liðið hóf undirbúning fyrir nýtt tímabil í júlí og fór síðan á sterkt mót í Tékklandi í ágúst í stað þess að taka þátt í Reykjavíkurmótinu, þegar þetta er skrifað hefur liðið spilað sex leiki og er á toppnum í deildinni með 12 stig.

Þjálfari Valsliðsins er Stefán Arnarson og er hann á sínu fjórða tímabili með liðið, honum til aðstoðar eru, Jóhannes Lange, Valgeir Viðarsson og Viðar Halldórsson.



2. flokkur karla

Þjálfarar: Heimir Ríkarðsson og Óskar Bjarni Óskarsson

Um 20. leikmenn æfðu með flokknum veturinn 2010–2011 en aðeins einn leikmaður var á elsta ári og því flestir leikmanna áfram í vetur. Vegna þessa sendi Valur tvö lið til keppni í Íslandsmótinu og lið 1 lék í 1. deild og tapaði fyrir Haukum með tveimur mörkum í átta liða úrslitum Íslandsmótsins. Þá datt liðið út í undanúrslitum bikarkeppni HSÍ. Þá lék lið tvö í 2. deild en komst ekki upp úr deildinni og því ekki í úrslitakeppnina.

Í vetur sendir Valur einnig tvö lið til keppni í Íslandsmótinu og hafa bæði liðin hafið mótið ágætlega og eru meðal efstu liða í hvorri deild, nokkrir efnilegir drengir eru einnig að spila með meistara-flokki.

Atli Bárúson var valinn sem besti leikmaður og Sigurður Ingiberg Ólafsson efnilegastur.

Þjálfari í vetur er Heimir Ríkarðsson og honum til aðstoðar er Maksim Akbachhev.

Valsarar sem voru boðaðir á landsliðsæfingar á þessu ári voru:

Agnar Smári Jónsson,
Arnar Daði Arnarsson,
Bjartur Guðmundsson,
Sigurður Ingiberg Ólafsson,



Sveinn Aron Sveinsson,
Aron Daði Hauksson,
Alexander Júlíusson,
Daði Laxdal Gautason,
Gunnar Malmquist Þórsson.

Uppskeruhátíð yngri flokka í handbolta og viðurkenningar

Uppskeruhátíðin í handboltanum fór að þessu sinni fram í stóra íþróttasalnum í afmælisvikunni í maí og var hún haldin sameiginleg með körfuboltanum. Umgjörð uppskeruhátíðarinnar var öll sú glæsilegasta, enda nýtt glæsileg aðstaða sem komið hafði verið upp vegna hátíðarhalds í tengslum við 100 ára afmæli félagsins. Í lokin voru veitingar á hlaðborði en foreldrar sáu um að koma með veitingar en Valur bauð upp á kaffi og safa. Uppskeruhátíðin var afar fjölmenn og gekk vel fyrir sig og vel þótti til fundið að hafa báðar uppskeruhátíðirnar á sama tíma.

3. flokkur karla

Þjálfarar: Heimir Ríkarðsson og Maksim Akbachev

Flokkurinn tók þátt í Reykjavík- og Íslandsmóti auk bikarkeppni HSÍ. Flokkurinn komst í úrslit í Reykjavíkurmótinu en úrslitaleikurinn fór aldrei fram. Þá lék flokkurinn til úrslita í bikarkeppni HSÍ en tapaði þeim leik. Í Íslandsmótinu féll liðið úr keppni í 8 liða úrslitum.

Mestu framfarir: Valdimar Sigurðsson

Besta ástundun: Agnar Smári Jónsson

Leikmaður flokksins: Bjartur Guðmundsson

3. flokkur kvenna

Þjálfarar: Karl Guðni Erlingsson og Jóhannes Lange

3. flokkur kvenna var sögulega fá-mennur þetta árið enda var eingöngu ein stúlka sem var á þriðja flokks aldri í flokknum og því var ákveðið að sameina þriðja og fjórða flokk í vetur. Árangur flokksins í vetur var þökkalegur en liðið spilaði í annarri deild og eins og fyrr segir var flokkurinn borinn uppi af stelpum í fjórða flokki og því voru sumar stelpurnar að spila við andstæðinga sem eru fjórum árum eldri. Liðið spilaði 14 leiki, unnu 3, gerðu 2 jafntefli og töpuðu 9.

Mestu framfarir: Kristín Yuxin Bu

Besta ástundun: Sólveig Lóa Höskuldadóttir

Leikmaður flokksins: Raket Jóhanna Ragnarsdóttir





4. flokkur karla

Þjálfari: Maksim Akbachev

Hópurinn var fámennur í vetur en með hjálp frá strákunum úr 5. flokki gekk vel að manna æfingarnar. Engu að síður lentu strákarnir í 5. sæti í annarri deild og spiluðu á tíma eins og meistara. Þetta eru flottir strákar sem geta með mikilli vinnu orðið flottir handboltamenn.

Bestu framfarir: Guðmundur Steinn Kjeld

Besta ástundun: Björn Tómasson

Leikmaður flokksins: Guðmundur Þórir Hjaltason

4. flokkur kvenna

Þjálfarar: Karl Guðni Erlingsson og Jóhannes Lange

4. fl. kvenna samanstendur af 13 stelpum sem eru mjög öflugar sem hópur bæði innan og utan vallar. Árangur flokksins í vetur var mjög góður, en liðið spilaði í 1. deild þar sem keppnin um þrjú efstu sætin var mjög hörð framan af vetri en vegna nokkurra ástæðna varð það okkar hlutskipti að enda í þriðja sæti í deildarkeppninni þar sem liðið spilaði 21 leik, unnu 12, gerðu 3 jafntefli og töpuðu 6. Liðið fór svo í úrslitakeppni og komst í undanúrslit en töpuðu fyrir sterku liði Selfyssinga sem síðar urðu Íslandsmeistarar. Flokkurinn tók einnig þátt í Eimskipsbikarkeppninni og þar komst liðið einnig í undanúrslit en þurftu að sætta sig við tap eftir framlengdan leik við ÍBV á útivelli. Það er ljóst að þessar stelpur eiga framtíðina fyrir sér ef þær sinna íþróttinni vel og ef þær gera það þá er líklegt að þær eigi eftir að skila sér alla leið upp í meistaraflokk félagsins.



Mestu framfarir: Vigdís Birna Þorsteinsdóttir

Besta ástundun: Grace Þorkeldsdóttir

Leikmaður flokksins: Morgan Þorkeldsdóttir

5. flokkur karla

Þjálfari: Gunnar Ernir Birgisson

Starfið í vetur er búið að vera mjög fínt og rúmlega 20 strákar eru skráðir í flokkinn en langt er síðan flokkurinn var svona fjölmennur. Það er mikið af mjög efnilegum leikmönnum í flokknum sem hafa verið að æfa frá unga aldri en einnig eru nokkrir sem byrjuðu í haust og hafa tekið miklum framförum í íþróttinni og ef þeir halda áfram geta þeir náð langt.

Yngra árinu (strákar fæddir 1998) gekk vel í vetur og á fyrsta mótinu náldu þeir sér í gullpening þar sem þeir sigruðu sína deild og komust upp í efstu deild. Næstu mót spiluðu þeir meðal bestu liða í þessum árgangi en dattu svo aftur niður í 2. deild síðar um veturinn en þó voru þeir alltaf hársbreidd frá því að komast aftur upp í efstu deildina og máttu setta sig við 5. sætið á Íslandsmótinu þennan veturinn. Fínn árangur.

Eldra árinu (strákar fæddir 1997) gekk einnig vel í vetur og byrjuðu veturinn á að vera í efstu deild þar sem þeir lentu í 3. sæti á fyrsta mótinu. Þeir þurftu svo að setta sig við að falla niður í 2. deild á næsta mót en gríðu sig upp fyrir þriðja mótinu og sigruðu. Þeir eiga að spila meðal bestu liðanna sem þeir svo sýndu með því að lenda í 2. sæti á næstsíðasta mótinu vetrarins. Þessi vetur var mjög fínn hjá strákunum og lentu þeir í 5. sæti á Íslandsmótinu í þetta skiptið.

Mestu framfarir eldra ár: Gylfi Þ.

Gunnlaugsson

Mestu framfarir yngra ár: Víkingur

Örvar Ólafsson

Besta ástundun eldra ár: Aron Elí

Sævarsson

Besta ástundun yngra ár: Jóhann Páll

Einarsson

Leikmaður flokksins: Rökkvi Steinn

Finnsson

5. flokkur kvenna

Þjálfari: Siguróli Magni Sigurðsson

Starfið í 5. fl. kvenna gekk vonum framár í vetur. Strax í ágúst byrjuðu 13 stelpur að æfa frá fyrstu æfingu en týndust svo inn jafnt og þétt út allan veturinn. 16 stelpur æfðu lengst af en í dag eru 20 á skrá. Árangurinn var ágætur, þó sérstaklega undir lok vetrar en framfarirnar



voru gífurlegar. Næstum því hver ein og einasta stelpa sem hóf að æfa í byrjun vetrar hafði aldrei æft handbolta áður. Það kom eitt gull í hús en það var deildarmeistaratitill í 4. deild í síðasta mótinu vetrarins. Það var virkilega við hæfi að sýna framfarirnar með því að klára gullið þar. Flestar þessar stelpur eru á eldra ári eða 17 talsins.

Mestu framfarir yngra ár: Saga Árnadóttir

Besta ástundun yngra ár: Victoria McDonald

Mestu framfarir eldra ár: Elín Ísold Pálsdóttir

Besta ástundun eldra ár: Hulda Bjarklind.

Leikmaður flokksins: Margrét Vignisdóttir

6. flokkur karla

Þjálfarar: Óskar Bjarni Óskarsson og Gunnar Ernir Birgisson

6. flokkur karla samanstendur af 37

duglegum og efnilegum strákum sem æfðu vel og stóðu sig vel í vetur. Valur 1 á yngra ári varð Íslandsmeistari, tapaði ekki leik en gerði 3 jafntefli. Þess ber að geta að Íslandsmeistaratitillinn þeirra var sá fyrsti sem Valur vann á 100 ára afmælinu. Eldra árið endaði veturinn á keppnisferð til Vestmannaeyja og yngra árið fór til Akureyrar í upphafi tímabilsins og svona keppnisferðir gefa krökkunum góðar minningar og styrkja liðsheildina í alla stadi. Það var erfitt að verðlauna fáa einstaklinga í þessum flokki því styrkleiki Vals í vetur hefur verið hvað strákarnir eru jafnir, það geta allir tekið af skarið og gert góða hluti. Þjálfararnir vilja í lokin þakka frábærum foreldrum fyrir aðstoðina í vetur vegna fjáröflunar, myndatöku og styðja vel við drengina og félagið í að stuðla að góðu og skemmtilegu umhverfi.

Mestu framfarir eldra ár: Axel Thor Aspelund

Mestu framfarir yngra ár: Stiven Tobar



Reykjavíkarmeistarar 5. flokks í handknattleik 2011. Efri röð frá vinstri: Gunnar Ernir Birgisson þjálfari, Elmar Ingi Guðlaugsson, Helgi Hrafn Þorsteinsson, Róbert Nökkvi Egilsson, Jökull Sigurðsson, Víkingur Örvar Ólafsson og Anton Rúnarsson þjálfari. Nedri röð frá vinstri: Gunnar Magnús Bergs, Emil Draupnir Baldursson, Egill Magnússon, Jóhann Páll Einarsson og Róbert Snær Ólafsson.



Íslandsmeistarar Vals í 6. flokki A liða í handknattleik, en þetta var fyrsti Íslandsmeistaratitill félagsins á afmælisárinu. Efri röð frá vinstri: Tjörvi Týr Gíslason, Viktor Andri Jónsson, Anton Rúnarsson þjálfari (ásamt Gunnari Erni Birgissyni og Óskari Bjarna Óskarssyni). Neðri röð frá vinstri: Stiven Tobar, Úlfar Páll Monsi Þórðarson, Bjartur Elí Elíasson og Arnór Snær Óskarsson. Liggjandi fyrir framán: Sveinn Óli Guðnason og Hallmann Ísleifur Sigurðsson.

Besta ástundun eldra ár: Ásgeir Snær Vignisson

Besta ástundun yngra ár: Arnór Snær Óskarsson

Leikmaður flokksins: Jón Freyr Eyþórsson

6. flokkur kvenna

Þjálfarar: Hildigunnur Einarsdóttir og Íris Ásta Pétursdóttir

6. flokkur kvenna hefur tekið miklum framförum á liðnu ári. Áhuginn hefur aukist sem og metnaður til að verða að betri handboltakonum. Vegna góðrar ástundunar hefur tækni og sýn orðið betri og hefur það skilað sér á mótum í vetur. Allar stelpurnar hafa sett sér það markmið að fá að spila meðal þeirra bestu. Frábært hefur verið að fylgjast með þeim á mótum í vetur þar sem þær sýna mikið keppnisskap og sigurvilja.

Mestu framfarir eldra ár: Heiðrún Berg Sverrisdóttir

Mestu framfarir yngra ár: Hugbjörg Helgadóttir

Besta ástundun eldra ár: Þórhildur Bryndís Guðmundsdóttir

Besta ástundun yngra ár: Þóra Björk Þórsdóttir

Leikmaður flokksins: Daníela Björg Stefánsdóttir



7. flokkur karla

Þjálfarar: Ágústa Edda Björnsdóttir og Ingvar Guðmundsson

Það hefur fjölgað mikið í 7. flokki karla í vetur og hafa nýir og nýir efnilegir handboltastrákar byrjað að æfa í hverjum mánuði. Í flokknum eru nú yfir 40 drengir og er hann fjölmennasti flokkurinn í handboltadeildinni. 7. flokkur tók þátt í þremur mótum í ár. Það síðasta var haldið á Selfossi og var það fyrsta handboltamótið sem strákarnir gistu á. Spennigurinn var því mikil en skemmst er frá því að segja að strákarnir stóðu sig með miklum sóma bæði innan vallar sem utan.

8. flokkur karla

Þjálfari: Ágústa Edda Björnsdóttir

8. flokkur karla var ansi fámennur þegar tímabilið fór af stað í haust en smám saman hefur bæst í hópinn og í vor voru 15 strákar að æfa. Strákarnir hafa tekið miklum framförum í vetur og er gaman að fylgjast með þeim spila á æfingum því þar eru miklir keppnismenn á ferð. Flokkurinn tók þátt í einu móti í vetur sem fram fór í Mýrinni í Garðabæ. 2 lið voru skráð til leiks og þrátt fyrir að nokkrir væru nýbyrjaðir að æfa stóðu liðin sig frábærlega. Bæði lið töldu sig hafa unnið alla sína leiki en þrátt fyrir að engin markatafla sé í 8. flokki fylgjast strákarnir grannt með stöðunni og kalla hana upp hátt og snjallt, sérstaklega þegar Valur er yfir.

7. og 8. flokkur kvenna

Þjálfarar: Hrafnhildur Ósk Skúladóttir og Bryndís Bjarnadóttir

Stelpurnar í 7. og 8. fl. kvenna tóku þátt í öllum mótum sem í boði voru og stóðu stúlkurnar sig vel og voru félaginu til mikils sóma. M. a. var farið á mót á Selfossi þar sem gist var í eina nótt, með kvöldvöku og sundferð og var þetta frá-



Íslandsmeistaratitilinum í handknatt-leik fagnað með viðeigandi hætti fyrir framan fullt hús af stuðningsmönnum.

bær ferð í alla staði. Það verður gaman að fá að fylgjast með þessum upprennandi handboltastjórnum í framtíðinni.

Efnilegasti leikmaður Vals: Titillinn að þessu sinni hlýtur Gunnar Malquist Þórisson.

Maggabikarinn?:

Dómari ársins: Nokkrir komu til greina að þessu sinni og hefur hópur drengja staðið sig einstaklega vel í þessu. Sá sem varð fyrir valinu er Arnar Daði Arnarsson.

Stjórn handknattleiksdeildar Vals

Við viljum byrja á að þakka starfsmönnum félagsins fyrir ánægjulegt starf á árinu, þjálfurum, stuðningsmönnum, styrktaraðilum, foreldrum og öllum þeim sem komið hafa að starfi okkar á árinu. Starf sjálfbodaðila félagsins er ómetanlegt og er það sem býr til þennan góða anda í félagi okkar. Svo má ekki gleyma að þakka sérstaklega okkar heiðurs bekkjarfélögum í heimaleikjaráðinu sem sjá til þess að umgjörðin er eins glæsileg og raun ber vitni og eru þetta menn með stórt Valshjarta sem setja ekki fyrir sig hvort sem um handbolta, körfubolta eða fótbolta sé að ræða, alltaf eru þeir mættir og tilbúnir að rétta hjálparhönd.

Stjórn handknattleiksdeildar Vals hefur tekið töluverðum breytingum, Sveinn

Stefánsson formaður síðustu ára hefur stigið til hliðar og situr nú í aðalstjórn félagsins og eigum við honum bestu þakki fyrir óeigingjarnt starf síðustu ára og erfitt verður að fylla hans skarð. Einnig hafa Gunnar Möller og Bjarni Már Bjarnason sagt skilið við stjórnarsetu og viljum við þakka þeim fyrir öflugt starf.

Nýja stjórnarmenn viljum við bjóða velkomna til starfa, Fannar Örn Þorbjörnsson, Gísli Gunnlaugsson og Árna Huldur Sveinbjörnsson.

Stjórn handknattleiksdeildar Vals starfsárið 2011–2012 er skipuð:

Ómar Ómarsson formaður

Fannar Örn Þorbjörnsson varaformaður

Gísli Hafsteinn Gunnlaugsson gjaldkeri

Magnús Guðmundsson meðstjórnandi

Árni Huldur Sveinbjörnsson meðstjórnandi

Með Valskveðju

Ómar Ómarsson formaður

handknattleiksdeildar Vals og

Ragnhildur Skúladóttir yfirmaður

barna- og unglingsviðs.



Spennan magnast meðal stuðningsmanna í troðfullri Laugardalshöll í úrslitaleik bikarkeppninnar og svo fór að lokum að Valsstrákarnir sigruðu Akureyri naumlega eftir spennandi leik.

Uppskeruhátíð handknattli



6. flokkur karla. Ásgeir Snær Vignisson, Jón Freyr Eypórsson og Axel Thor Aspelund.



6. flokkur karla yngra ár. Stiven Tobar. Á myndina vantar Arnór Snæ Óskarsson.



6. flokkur kvenna. Heiðrún Berg Sverrisdóttir og Þórhildur Bryndís Guðmundsdóttir.



6. flokkur kvenna yngra ár. Hugbjörg Helgadóttir, Daníela Björg Stefánsdóttir og Þóra Björk Þórsdóttir.



5. flokkur karla. Aron Elí Sævarsson, Rökkvi Steinn Finnsson og Gylfi P. Gunnlaugsson.



5. flokkur karla yngra ár. Jóhann Páll Einarsson og Víkingur Örvar Ólafsson.



5. flokkur kvenna. Hulda Bjarklind, Margrét Vignisdóttir og Elín Ísold Pálsdóttir.



5. flokkur kvenna yngra ár. Saga Árnadóttir og Victoria McDonald.



4. flokkur karla. Guðmundur Steinn Kjeld, Guðmundur Þórir Hjaltason og Björn Tómasson.



4. flokkur kvenna. Vigdís Birna Þorsteinsdóttir, Morgan Þorkeldsdóttir og Grace Þorkeldsdóttir.



3. flokkur karla. Agnar Smári Jónsson, Bjartur Guðmundsson og Valdimar Sigurðsson.



3. flokkur kvenna. Sólveig Lóa Höskuldsdóttir, Rakel Jóhanna Ragnarsdóttir Kristín Yuxin Bu.



2. flokkur karla. Atli Már Bárúson og Sigurður Ingiberg Ólafsson.



Dómari ársins. Arnar Daði Arnarsson.

Sjö leikmenn Vals í æfingahópi kvennalandsliðsins í handbolta

Ágúst Þór Jóhannsson landsliðsþjálfari kvenna í handknattleik, hefur valið 21 leikmann til undirbúnings fyrir heimsmeistararamótið sem fram fer í Brasilíu í desember. Spilaðir verða tveir æfingaleikir við landslið Tékká 25. og 26. nóvember hér í Vodafone höllinni. Eftir þá leiki verða valdir þeir 16 leikmenn sem fara til Brasilíu. Í hópnum eru sjö leikmenn Vals, markverðirnir Guðný Jenný Ásmundsdóttir og Sunneva Einarsdóttir og svo þær Anna Úrsúla Guðmundsdóttir, Dagný Skúladóttir, Hrafnhildur Skúladóttir, Ragnhildur Rósa Guðmundsdóttir og Þorgerður Anna Atladóttir.

Af www.valur.is



Mikilvægt að hugsa vel um unga og efnilega leikmenn

Víðir Tómasson er 16 ára og leikur körfubolta með 11. flokki og drengjaflokki

Víðir hefur æft körfubolta frá því að hann var 10 ára og hann valdi Val aðallega af því að það var hverfisliðið hans. Honum fannst mjög gaman að vera valinn leikmaður yngri flokka á uppskeruhátíðinni í vor og segist ekki hafa búist við að fá fyrra viðurkenningu, „en þegar Lýður sagði nafnið mitt varð ég mjög ánægður og þetta þýðir að ég hef verið að æfa mikið og leggja mig fram í því sem ég er að gera,“ segir Víðir.

Hvernig gekk ykkur síðastliðinn vetur? „Okkur gekk ágætlega síðasta vetur. Unnum C riðil og komumst í 8 liða úrslit í bikarnum, töpuðum bara með 2 stigum.“

Hvers vegna heldur þú að unglingar hætti að æfa íþróttir? „Ég held að flestir unglingar hætti að æfa vegna þess að það verður svo mikið að gera í skólanum og félagslífið verður miklu meira og þeir vilji ekki missa út úr.“

Hvernig er hópurinn núna í vetur? „Hópurinn í ár er mikið breyttur frá því í fyrra, það eru búnir að bætast margir nýir leikmenn í hópinn. Það er kominn meiri breidd í hópinn og okkur gengur ágætlega. Unnum B riðil í fyrstu tilraun. Þjálfaramir eru skemmtilegir.“

Skemmtileg atvik úr boltanum. „Ég man eftir einu atriði sem gerðist í fyrra en þá vorum við að spila á Akureyri og ég náði að skora frá miðju í leik.“

Hverjar eru fyrirmyndir þínar í körfuboltanum? „Ég á engar sérstakar fyrirmyndir en uppáhalds körfuboltaleikmaðurinn minn er Carmelo Anthony.“

Hvað þarf til að ná langt í körfubolta eða íþróttum almennt? „Það er að mæta á allar æfingar og leggja sig fram í öllu sem maður gerir. Ég þarf helst að vera meira ákveðinn þegar ég spila. Ég er oftast alltof rólegur inn á vellinum.“

Hvers vegna körfubolti? „Ég valdi körfubolta af því að mér fannst hann skemmtilegastur af öllum íþróttagreinunum. Ég hef æft fótbolta, handbolta og fimleika.“

Hvaða hvatningu og stuðning hefur þú fengið frá fjölskyldunni? „Stuðningur foreldra er mjög mikilvægur. Ég hef fengið mjög góðan stuðning frá foreldrum mínum, þau styðja mig í öllu sem ég geri og mæta á marga leiki.“

Hvernig finnst þér að eigi að efla starf-

ið í yngri flokkunum hjá Val í körfubolta? „Það er mikilvægt að hugsa vel um unga og efnilega leikmenn.“

Hverjir eru þínir framtíðardraumar? „Ég hef nú ekkert mikla framtíðardrauma í körfubolta. Í lífinu er það bara að lifa skemmtilegu lífi. Eftir 10 ár held ég að ég verði ekkert í kafi í körfubolta bara í meistaraflokki Vals og að lifa skemmtilegu lífi.“

Hvað finnst þér mikilvægast að gera til að efla körfuboltann hjá Val? „Fá fleiri góða íslenska leikmenn í liðið. Meistaraflokk karla gengur ekkert mjög vel og eru í neðsta sæti en kvennaliðinu gengur betur og eru um miðja deild.“

Hver stofnaði Val og hvenær? „Séra Friðrik Friðriksson, 11. maí 1911.“

Hallveig og Ragnheiður æfa með U18 í körfu

Valur.is hefur á undanförunum dögum birt fréttir af landsliðsfólkinu okkar í körfubolta. Nú hafa hefur Jón Halldór Eðvaldsson tilkynnt æfingahóp U18 ára landsliðs kvenna og í hópnum eru tvær Valsstelpur þær Ragnheiður Benónisdóttir og Hallveig Jónsdóttir. Sjá má allan hópinn á <http://kki.is/frettir.asp?adgerd=ein&id=7230>. Hér fyrir neðan eru nöfn þeirra sem hafa verið tilnefnd upp á síðkastið.

A-landslið kvenna: Hallveig, Krístrún, María Ben, Guðbjörg
u-16 kvenna: Margrét og Elsa
u-16 karla: Hlynur Logi
u-18 kvenna: Hallveig og Ragnheiður

Af www.valur.is



Frábærir yngri flokkar Vals





Frábærir yngri flokkar Vals





Barna- og unglingsráð Vals

Barna- og unglingsráð var stofnað í Val í marsmánuði árið 2009 að frumkvæði undirritaðrar, en eftir að skipulagsbreytingar höfðu átt sér stað í félaginu árið 2007 var ekkert ráð af þessu tagi starfrækt

Strax í upphafi var lagt til að í ráðinu væru níu foreldrar barna úr öllum greinum, þremur úr hverri grein og hefur verið leitast við að í ráðinu séu foreldrar bæði stelpna og stráka í félaginu. Á þeim tíma sem liðinn er frá stofnun ráðsins hefur það nánast verið skipað sömu einstaklingum sem öll hafa verið virk í foreldrarstarfi í flokkum barnanna sinna, þau eru; Anton Karl Jakobsson, Auður Þórarinsdóttir, Elfur Sif Sigurðardóttir, Guðni Olgeirsson, Halldóra Ósk Sveinsdóttir, Jón Gunnar Bergs, Matthías Matthíasson, Sigurður Tómas Magnússon og Sigþór Sigurðsson. Ingvaldur Ingvaldsson kom fljótlega inn í ráðið í stað Sigurðar Tómasar og þá hefur Matthías sagt skilið við ráðið.

Ráðið er hugsað sem tengiliður foreldraráða flokkanna við yfirmann barna- og unglingsviðs, er ráðgefandi fyrir starfið og er upplýst um stöðu mála í félaginu. Ráðið hefur verið ráðgefandi í



Barna- og unglingsráð 2011. Frá vinstri: Elfur Sif Sigurðardóttir, Auður Þórarinsdóttir, Jón Gunnar Bergs, Sigþór Sigurðsson, Ingvaldur Ingvaldsson, Ragnhildur Skúladóttir og Guðni Olgeirsson. Á myndina vantar Anton Karl Jakobsson og Halldóru Ósk Sveinsdóttur.

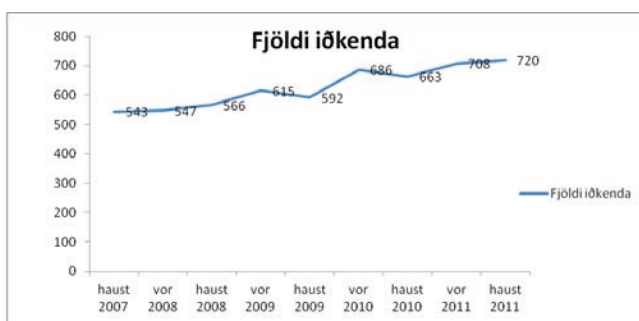
málefnum íþróttaskóla, um fjölgreinaæfingar, tengsl barna- og unglingsstarfs við afreksstarfið, félagsstarf og fjáröflunarmál svo að eitthvað sé nefnt. Þá aðstoðar ráðið við ýmsar upptakomur m.a. uppskeruhátíðir deildanna, Skólaleika Vals og þjálfarafundi. Yfirmaður barna- og unglingsviðs upplýsir foreldra um stöðu mála í félaginu, tekur reglulega saman iðkendatölur, boðar til funda og heldur utan um dagskrána.

Fylgst hefur verið náið með iðkendatölum á hverri önn frá hausti 2007 og hefur talsverð fjölgun átt sér stað á þeim tíma sjá mynd 1. Fjöldi iðkenda haustið 2007 var 543, en fjölgunin hefur verið jafnt og þétt og er nú komin í 720 iðkendir. Í þessari tölu eru ekki iðkendir í íþróttaskólanum en þeir eru um 80 á hverri önn.

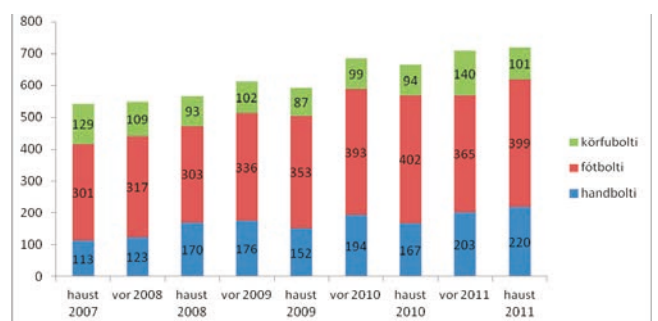
Þegar fjöldi iðkenda er skoðaður eftir íþróttagreinum þá er fótboltinn fjölmennastur og eru fleiri í fótbolta en samanlagt í handbolta og körfubolta. Hlutfallslega hefur mesta fjölgunin orðið í handbolta en einnig hefur talsverð fjölgun orðið í fótbolta. Þá sveiflast fjöldinn í körfunni nokkuð á milli anna.

Félagið tekur við nýjum iðkendum allan ársins hring og getur tekið við talsverðum fjölda nýrra iðkenda í viðbót. Þá má geta þess að iðkendir sem eru í tveimur greinum fá 10% afslátt af hvorri grein fyrir sig. Knattspyrnufélagið Valur býður alla nýja iðkendir sérstaklega velkomna.

Ragnhildur Skúladóttir yfirmaður barna- og unglingsviðs Vals



Mynd 1. Fjöldi iðkenda á barna- og unglingsviði frá hausti 2007 til hausts 2011.



Mynd 2. Sýnir fjölda iðkenda á barna- og unglingsviði eftir greinum frá hausti 2007 til hausts 2011.



product
design
award

2011

AEG
FULLKOMIN LÖGUN OG LEIKNI

Ný og stílfögur eldhústækjalína frá AEG fellur vel inn í alrými heimilisins

Yfirhönnuður AEG, *Hans Strohmeier*, hlaut hin eftirsóttu *IF hönnunarverðlaun* árið 2011 fyrir afburða hönnun þessara glæsilegu heimilistækja.

Í nýju línunni eru ofnar, helluborð, uppvottavélar, háfar og örbylgjuofnar. Öll hönnun er samræmd og stál er kámfrítt. Tækin eru hljóðlát og orkunýtning þeirra einstök.

– Mottóið er lægra hljóð, minni orkueyðsla og meiri ró.

ORMSSON

Lágmúla 8 · Sími 530 2800 · www.ormsson.is



Hörður Gunnarsson formaður Vals og Reynir Vignir (t.v.) formaður afmælisnefndar ásamt Sturlu Ásgeirssyni fyrirliða í handknattleik með sigurlaun frá bikarkeppninni 2011.

Hliðarendi á að vera hornsteinn æskulýðs- og tómstundastarfs í félagshverfinu sínu

Viðtal við Hörð Gunnarsson formann Vals í Morgunblaðinu í tilefni af 100 ára afmæli félagsins

„Samtakamáttur félaga í Val hefur allar götur frá stofnun félagsins gert því kleift að halda úti fjölbreyttu starfi. Grunnildi félagsins hafa þjappað félagsmönnum saman og skapað þá samkennd sem einkennt hefur Val frá upphafi. Við höfum alltaf haft á að skipa framsýnum stjórnarmönnum og sjálfboðaliðum sem í gegnum tíðina hafa verið tilbúnir að leggja á sig ómælda vinnu fyrir félagið,“ segir Hörður Gunnarsson formaður Knattspyrnufélagsins Vals.

Allt frá í barnæsku hefur Hörður verið Valsmaður. Hann er reyndar fæddur og uppalinn austur á Fáskrúðsfirði og var sem strákur í Ungmennafélaginu Leikni

sem lék í hvítum og rauðum búningum. „Rautt og hvítt hafa alltaf verið mínir litir í íþróttum. Valur átti þegar ég var strákur góða leikmenn og fyrirmyndir sem fonguðu hugann. Sigurður Dagsson, Hermann Gunnarsson og fleiri í knattspyrnu og síðan Ólafur H. Jónsson, Ólafur Benediktsson og allir þeir í handboltanum. Ég fylgdist með þeim í gegnum útvarpslýsingar og síðan í blöðum,“ segir Hörður.

„Eitt fyrsta veðmálið sem ég vann var þegar ég spáði fyrir um leik Vals og Benfica 1968 en þótti þó ekki spámannlega vaxinn – ekki fyrr en flautað hafði verið til leiksloka! Ég sá Val fyrst leika í bikarkeppni þegar þeir komu austur á land og

unnu Þrótt Neskaupsstað 15:0 að mig minnir. Var fæstum skemmt ef ég er frátalinn enda hélt ég einn með Val í þessum leik.“

Hörður lagði sem ungur maður stund á körfuknattleik og æfði með Val í ein þrjú ár eftir að hann kom til Reykjavíkur í nám. Í framhaldinu lá leiðin í félagsmálin; fyrst var á vettvangi körfuknattleiksdeildar en síðan tók Hörður sæti í aðalstjórn Vals hvar hann starfaði með tveimur formönnum, Reyni Vigni og Grím Sæmundsen. Var svo kjörinn formaður félagsins fyrir tveimur árum og í það heila spanna stjórnarstörf Harðar fyrir Val tæpan aldarfjórðung.



*Valsmenn léttir í lund.
Líf og fjör á Hlíðarenda*

Peir sem þekkja sögu Vals vita að fyrir starf frumkvöðla getur Valur státað af einstaklega góðri aðstöðu á Hlíðarenda – sem hefur frá árinu 1939 verið miðpunkturinn í öllu starfi Vals. Þá markaði það tímamót í starfsemi Vals þegar félagið gerði samning við Reykjavíkurborg árið 2002 hvar gengið var frá framtíðarskipulagi íþróttasvæðisins á Hlíðarenda og félagið ásamt borginni seldi hluta landsvæðis síns til fjármögnunar á nýjum íþróttamannvirkjum sem og til uppgræðslu skulda.

„Þessi samningur og salan á landinu markaði straumhvörf í starfi Vals. Við, ólíkt flestum öðrum íþróttafélögum, eigum félagssvæði okkar og höfum að stórum hluta staðið straum af kostnaði við uppbyggingu íþróttamannvirkja og félagsaðstöðu á svæðinu,“ útskýrir Hörður sem segir starfsemi Vals rekna með líku lagi og fyrirtæki – enda þó afreksvið félagsins og svo barna- og unglingsvið séu aðskilin.

Meistaraflokkar félagsins eru í raun reknir eins og fyrirtæki en þar eru tekjur og gjöld hæst. Auglýsingatekjur, styrkir og innkoma á leiki eru helstu tekjuliðir meistaraflokka. Það er því miður enn útbreiddur misskilningur að færðar séu tekjur frá yngri flokkum til reksturs meistaraflokka.

„Æfingagjöld sem greidd eru í barna og unglingsflokka standa engan veginn undir kostnaði. Það kostar 80 til 90 þúsund á ári að hafa barn í íþróttum, það er kostnaður íþróttafélagsins við laun þjálfara, húsnæði og fleira. Æfingagjöld sem foreldrar greiða ná að standa undir um helming þess, styrkur kemur á móti að nokkru en afganginn þarf félagið að fjármagna úr eigin

rekstri. Eðlileg skylda íþróttafélags er að vinna að fjölbreyttum markmiðum með börnum og unglimum, skapa þeim ákjósanlegan vettvang til að þroska félagsfærni sína en jafnframt því að ástunda heilbrigða keppni í íþróttum með það að markmiði að ná sem bestum árangri. Hlíðarendi er og á að vera staður þar sem kynslóðir mætast, standa saman og vinna að sameiginlegum markmiðum, jafnframt því að vera hornsteinn æskulýðs- og tólstundastarfs í félagshverfinu sínu. Valur hefur ríkar samfélagslegar skyldur og sinnir þeim á margvíslegan hátt.“

Sjálfbodaliðastarf er hryggjarstykkið í starfi sérhvers íþróttafélags. Hörður bendir þar á að margir leggi starfi Vals lið, bæði úr röðum foreldra og almennir félagsmenn – sem hverjir leggi af mörkum hundruð klukkustunda á ári hverju til hagsbóta fyrir nærumhverfi sitt og samfélagið í heild. Þessu fólki verði framlagið aldrei nægjanlega þakkað.

„Það er lögd mikil áhersla á að auka menntun og færni þjálfara, gera starfið allt faglegra og auka við uppeldislega þætti í íþróttastarfinu. Við höfum sérstaklega lagt okkur eftir því að tryggja jafnan hlut kynjanna, bæði þegar kemur að fjölda æfinga, æfingatímum, menntun þjálfara og við reynum að virkja jafnt karla sem konur til ábyrgðarstarfa. Forvarnir og áhersla á heilbrigðan lífsstíl iðkenda er alltaf að verða viðameiri í starfi okkar. Það er ábyrgðarhluti að sjá um íþróttalegt uppeldi barna og unglings svo vanda þarf til verka.“

Í dag eru eru hátt á þriðja þúsund skráðir félagar í Val, en ekki greiðir allur sá fjöldi félagsgjöld að jafnaði. Iðkendum yngri flokka hefur stöðugt fjölgað en

á því svæði sem félagið hefur helgað sér eru þrjár grunnskóla, það er Austurbæjar-skóli, Hlíðaskóli og Háteigsskóli ásamt Ísaksskóla. Einnig stendur aðstaðan á Hlíðarenda t.d. leikskólum í hverfinu til boða og stunda um 800 krakkar reglubundnar æfingar hjá félaginu.

Mikið hefur verið byggt upp á Valsvæðinu síðustu árin; svo sem glæsilegur knattspyrnuvöllur og Vodafone-höllin sem er eitt af stæstu íþróttahúsum landsins. Þar verður þó ekki látið staðar numið enda hafa Valsmenn nú sett stefnuna á byggingu knattþúss. Miðað við ástandið í þjóðfélaginu getur það, að sögn Harðar, vírst fjarlægur draumur og næstu misseri verða því notuð til undirbúnings auk heldur sem kannað verður hvort húsið verður byggt í samvinnu við aðra aðila eða félög.

„Þó svo að við séum ekki elsta íþróttafélag landsins er það óumdeilt að Valur er sigursælasta félag landsins í þeim hefðbundnu boltagreinum sem félagið keppir í,“ segir Hörður. „Síðustu ár hafa verið óslitin sigurganga hjá félaginu og við höfum árlega hampað 25–30% af þeim titlum sem félagið keppir um og samtals 102 Íslands- og bikarmeistaratitlum frá upphafi, en sá fyrsti kom í hús 1930 eða 19 árum eftir stofnun Vals. Það sem af er afmælisári hefur félagið hampað sjö titlum og það er einstök hvatning fyrir alla þá fjölmörgu sem taka þátt í daglegu starfi í Val. Á afmælisárinu getur Valur státað af því að allir meistaraflokkar félagsins, bæði karlar og konur, keppa í efstu deildum. Ég er bjartsýnn á gengi liða okkar í næstunni enda við hæfi að vænta slíks á tímamótum í starfi félagsins.“



Starfið er margt

Miklar framfarir hjá krökkum í körfuknattleiksskólanum hjá Val

Körfuknattleiksskóli Vals var haldinn í Vodafonehöllinni að Hlíðarenda í ágúst-mánuði. Skólinn var tvískiptur að þessu sinni og var boðið upp á tvö vikunámskeið fyrir 6–11 ára börn og tveggja vikna námskeið fyrir unglinga á aldrinum 12–15 ára.

Í eldri hópnum var aðal áhersla lögð á grunnþætti körfuknattleiks með áherslu á knattrak og skottækni. Allir iðkendur stunduðu námskeiðið með mikilli þryði

og mátti sjá framfarir dag frá degi. Alls voru 15 krakkar sem sóttu námskeiðið en allir iðkendur á námskeiði stunda reglulega æfingar hjá körfuknattleiksdeild Vals.

Í yngri hópnum voru alls 28 krakkar á tveimur námskeiðum, flestir sem tóku þátt í báðum námskeiðum. Iðkendur komu flestir frá Val en nokkrir úr öðrum aðildarfélögum af höfuðborgarsvæðinu. Megin áhersla var á tæknilega grunnþætti

í formi leikja og skemmtunar þar sem að iðkendum var aldurs- og getuskipt svo allir fengu eitthvað við sitt hæfi. Veittar voru viðurkenningar fyrir ástundun, framfarir og virkni að námskeiðum loknum.

Körfuknattleiksdeildin mun svo, eins og síðustu ár, halda úti æfingabúðum með svipuðu sniði í páskafríinu.

Lýður Vignisson yfirþjálfari körfuknattleiksdeildar

**FLUGELDASALA
VALS 2011
HLÍÐARENDA**

OPNUNARTÍMI

29. des. kl. 16–22

30. des. kl. 14–22

31. des, gamlársgagn kl. 10–16

Vel heppnaður handboltaskóli Vals 2011

Dagana 8.–20. ágúst var handboltaskóli Vals haldinn að Hlíðarenda með mikilli þátttöku barna og unglinga sem æfðu undirstöðuatriði boltans og skemmtu sér vel. Skólinn var þrískiptur en frá 9.00–12.00 voru krakkar á aldrinum 6–12 ára, 12.30–14.00 voru 7. og 8. bekkur (5. fl. karla og kvenna) og 14.30–16.00 9. og 10. bekkur (4. fl. karla og kvenna). Hóparnir eftir hádegi voru í 2 vikur og gaman var að sjá að um 45 krakkar mættu þar.

Hjá yngri hópnum var boðið upp á eina eða tvær vikur og í fyrri vikunni voru um 40 krakkar og í seinni um 60 krakkar. Yngri hópurinn var það fjölmennur að það þurfti að þrískipta enda býður aðstaðan á Hlíðarenda upp á að tekið sé á



móti stórum hópi. Það voru því um 150 krakkar sem sóttu námskeiðin hjá okkur í ár sem er glæsileg þátttaka. Greinilegt að krakkarnir eru hrifnir af að byrja handboltann örlítið fyrir eftir frí í júní og júlí. Reyndir leiðbeinendur sáu um námskeið-

in en þeir Karl Erlingsson, Anton Rúnarsson og Arnar Daði Arnarsson voru með yfirumsjón og fengu aðstoð frá Alexander Júlíussyni, Atla Má og Bryndísi Bjarnadóttur.

Óskar Bjarni Óskarsson skráði

Velkomnir Valsarar!

PARTÝ BÚÐIN
ALLT FYRIR VEISLUNA

Faxafeni 11, Reykjavík, s. 534 0534,

www.partybudin.is partybudin@partybudin.is



Verðlaunahafar á afmælisbridgemóti Vals 2011 ásamt Jafeti Ólafssyni formanni Bridgesambandsins sem afhenti verðlaunin. Frá vinstri. Jafet, Bjarni Ingólfsson, Rúnar Þór Bjarnason, Auðunn Guðmundsson, Björn Arnason, Guðmundur Ágústsson og Brynjar Níelsson.

Góð þátttaka í 100 ára afmælistóti Vals í bridge

Afmælisbridgedmót Vals í tvímenni fór fram dagana 16. og 23. mars með allgóðri þátttöku eða rúmlega 20 pör. Það voru þeir Auðunn Guðmundsson og Björn Árnason sem sigruðu á mótinu eftir spennandi og drengilega keppni. Í öðru sæti urðu Brynjar Níelsson og Guðmundur

Ágústsson en þriðja sætið hreptu feðgarnir Bjarni Ingólfsson og Rúnar Þór Bjarnason. Á meðfylgjandi mynd má sjá alla þá sem urðu í þremur efstu sætunum ásamt formanni Bridgesambandsins Jafeti Ólafssyni sem jafnframt var þátttakandi á mótinu.

Fulltrúaráð Vals með Halldór Einarsson fremstan flokki ásamt Erni Ingólfssyni og Ómarí Olgeirssyni höfðu veg og vanda að skipulagningu mótsins. Hér að neðan má sjá röð efstu 10 para á 100 ára afmælistót Vals.



1. Auðunn Guðmundsson – Björn Árnason
2. Brynjar Níelsson – Guðmundur Ágústsson
3. Bjarni Ingólfsson – Rúnar Þór Bjarnason
4. Snorri Guðmundsson – Guðmundur Snorrason
5. Ómar Freyr Ómarsson – Örvar Snær Óskarsson
6. Arnór Björnsson – Kjartan Ásmundsson
7. Ragnar Björnsson – Pétur Antonsson
8. Óskar Jónsson – Rúðolf Adólfsson
9. Guðni Olgeirsson – Ómar Olgeirsson
10. Jón Óskar Carlsson – Karl Ómar Jónsson

VIÐ PRENTUM



Bækur • Tímarit • Fyrir skrifstofuna • Bæklinga • Kynningarefni • Dagblöð
Fjölþóstur • Stafræn prentun • Allskonar!



Suðurhraun 1 | Garðabæ | Sími: 59 50 300

www.isafold.is



Benóný Valur Jakobsson formaður Fálkanna afhendir Ragnhildi Skúladóttur yfirmanni barna- og unglingasviðs dýnu frá Fálkunum til notkunar í íþróttastarfi Vals. Á myndinni eru einnig nokkrir aðrir Fálkar frá vinstri: Sigurður Ásbjörnsson, Sævar Gunnleifsson og Sigþór Sigurðsson.

Viðburðaríkt Fálkaár 2011

Fálkar eru stoltir Valsþabbar sem tóku sig saman og stofnuðu félagsskapinn árið 2009 til að styðja við bakið á barna- og unglingastarfi Vals

Árið 2011 var að sönnu viðburðaríkt í starfi Fálka. Árið hófst með hefðbundnum nýjársfundum þar sem tekist var á um málefni líðandi stundar og málin rædd til mergjar. Aðalfundur félagsins var svo að venju spyrstur saman við þorablót félagsins. Á fundinum var stjórn félagsins einróma endurkosin fyrir utan það að Magnús Guðmundsson vék úr stjórn vegna anna og tók Georg Páll Skúlason sæti hans. Vill stjórn félagsins þakka Magga fyrir vel unnin störf. Eins voru gerðar nokkrar breytingar á lögum félagsins til hægðarauka fyrir stjórn og eins til að auðvelda aðkomu nýrra félaga. Þegar hefðbundnum aðalfundarstörfum lauk tók við frábært þorablót þar sem félagar og gestir skemmtu sér hið besta saman og gerðu vel við sig í mat og drykk.

Pylsusala á heimaleikjum

Í mars var síðan hefðbundinn félagsfundur og var þar tekinn ákvörðun um að halda áfram með pylsusölu á heimaleikjum meistaraflokka Vals í knattspyrnu. Er óhætt að segja að pylsusala þessi sé eitt af viðameiri verkefnum sem Fálkar taka sér fyrir hendur á hverju ári og til gamans má geta þess að okkur reiknast til að tæplega fjögurþúsund pylsur hafi runnið ofan í stuðningsmenn Vals og gesti í sumar.

Vorfagnaður Fálka með mökum

Í apríl var svo blásið til vorfagnaðar Fálka sem var einum mánuði á undan áætlun vegna stórafmælishátíðar Vals í maí. Á vorfagnaði er venja að bjóða mökum félaga til veislu og var svo sannarlega engin undantekning gerð á því í þetta skipti. Þrjátíu og sex manns voru mætt og skemmtu sér við heimasmiðuð skemmtiatriði og nutu stórkostlegra veit-

inga frá hirðkokki Fálka, Lárusi Loftsyni. Var það mál manna að þetta hefði verið frábærlega vel heppnað í alla staði og full ástæða til að endurtaka leikinn í sem mest óbreyttri mynd á næsta ári.

Skemmtilegustu leikir sumarsins

Fálkar fjölmenntu svo á 100 ára afmælishátíð Vals í maí. Í sumar var svo lögum samkvæmt enginn fundur haldinn en við sátum þó aldeilis ekki auðum höndum, pylsusalan var í fullum gangi og eins stóðum við fyrir skemmtilegustu leikjum sumarsins. Þar fá allir leikmenn 4. og 3. flokks kvenna og karla að spreyta sig í alvöru umgjörð á Vodafonevöllinum með fánaborgum, vallarþul o.s.frv. Í sumar var gerð sú breyting á að 3. flokkur kvenna atti kappi við 3. flokk karla í stórkostlegu veðri og frábærri stemningu. Hylltu strákarnir nýorðna Íslandsmeistara kvennaliðsins með heiðursverði og rósaafhendingu og var gerður góður rómur að riddaramennsku drengjanna.

Heilsuræktaráttak í haust

Þegar haustaði tóku Fálkar svo að sér að sjá um pylsusölu á hverfahátíð/Valsdeginum og vorum við einnig með kynningarbás þar sem við kynntum starfsemi félagsins og dreifðum boðsmíðum á opinn fund í september. Það skilaði sér svo með 3 nýjum félögum sem gengu umsvifalaust til liðs við ört stækkandi hóp og bjóðum við þá velkomna í félagið. Eins og oft vill gerast höfðu einhverjir félagar bætt á sig nokkrum grömmum yfir sumarið og var því blásið til heilsuræktaráttaks sem 8 Fálkar tóku þátt í. Að loknum 8 vikum höfðu þessar hetjur fækkað grömmunum það mikið að í heild vorum við orðnir því sem samsvarar einum Fálka fátækari.

Flott ráðstefna um þjálfun barna og unglinga

Í október tók svo ráðstefnunefnd félagsins til starfa af miklum móð og stóðu Fálkar fyrir einni flottustu ráðstefnu um þjálfun barna og unglinga sem haldin hefur verið á Íslandi. Mikill sómi fyrir félagið og ekki spurning um að þetta verður endurtekið í einhverju formi á næsta ári. Nánar er sagt frá þessari ráðstefnu annars staðar í blaðinu og birtir nokkrir fyrirlestrar eftir Valsþjálfara.

Fjölbreytt starfsemi og félagsstarf

Í nóvember var samkvæmt venju ekki hefðbundinn félagsfundur, í staðinn fjölmenntu félagar á herrakvöld Vals og skemmtu sér vel eins og hefð er fyrir. Í desember var svo haldinn veglegur jóla- og afmælisfundur í tilefni af 2ja ára afmæli félagsins. Þar heiðruðum við sérstaklega Stefán Karlsson fyrrverandi framkvæmdastjóra Vals sem reyndist okkur mikill og góður bakhjarl þegar stofnun félagsins stóð yfir og ekki síður á fyrstu mánuðunum þegar að hið nýfædda félag var að reyna að fóta sig í veröldinni. Eins höfðu Fálkar í desember veg og vanda af rúmfasölu þar sem við vorum í hlutverki heildsala fyrir foreldrafélög og vorum einnig með sölu á Hlíðarenda þar sem því var við komið. Loks má geta þess að Fálkar styrktu þá yngri flokka félagsins sem tóku á árinu þátt í mótum erlendis. Hér hefur aðeins verið stiklað á stærstu atriðum í starfsemi Fálka og í raun ekki hægt að gera tæmandi lista yfir allt sem við gerum og afrekum á einu ári þar sem félagar hafa sýnt sig vera með eindæmum frjóir og vinnufúsir þegar Valur er annars vegar.

F.h Fálka, Benóný Valur Jakobsson formaður

DEVOLD

DEVOLD

FYRIR ÍPRÓTTAFÓLK

Devold ullarnærfatnaðurinn hentar íþróttafólki sérstaklega vel við úti-æfingar í kulda og bleytu. Devold heldur á þér hita þótt hann blotni og andar vel þegar líkaminn hitnar.

DEVOLD EXPEDITION
BUXUR
KK og KVK, margir litir

9.490 KR.

DEVOLD ACTIVE BUXUR
KK og KVK

8.990 KR.

DEVOLD EXPEDITION
BOLUR
KK og KVK, margir litir

9.490 KR.

DEVOLD ACTIVE BOLUR
KK og KVK, einnig
til án renniláss

9.490 KR.



Leitaðu ráða hjá okkur. Hjá Ellingsen starfa sérfræðingar í öllum deildum. Við veitum faglega og vandaða ráðgjöf og finnum réttu vörurnar sem uppfylla þínar þarfir. Við seljum eingöngu þrautreyndar hágæðavörur sem henta fyrir íslenskar aðstæður.

REYKJAVÍK • Fiskislóð 1 • Sími 580 8500 • mánud.-föstud. 10-18 • laugard. 10-16
AKUREYRI • Tryggvabraut 1-3 • Sími 460 3630 • mánud.-föstud. 8-18 • laugard. 10-16 • ellingsen.is



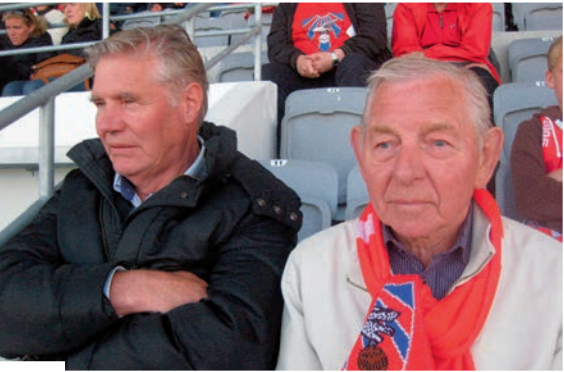
Ellingsen

- FULLT HÚS ÆVINTÝRA

Valur – bikarmeistarari í k



nattspyrnu kvenna 2011





Það mætti kannski breyta hugarfari hjá strákunum þegar þeir mæta á æfingar

Gunnar Malmquist Þórsson er 16 ára og leikur handbolta með 3. flokki, 2. flokki og meistaraflokki

skemmtilegum strákum. Heimir, Óskar Bjarni og Maksim eru þjálfararnir mínir og eru að mínu mati með þeim bestu þjálfurum á landinu og gæti ég ekki beðið um betri þjálfun.“

Segðu frá skemmtilegum atvikum úr boltanum. „Það skemmtilegasta sem ég upplifað úr boltanum var klárlega fyrsti landsleikurinn minn, þegar ég stóð með liðsfélögunum mínum að hlusta á íslenska þjóðsönginn.“

Hverjar eru fyrirmyndir þínar í handboltanum? „Arnór Gunnarsson, Sturla Ásgeirsson, Stefan Kretschmar og Martin Stranovsky.“

Hvað þarf til að ná langt í íþróttum? „Það þarf mjög gott hugarfar, góðan sjálfsaga og skuldbindingu, vera reiðubúinn að förna, gefa sig 100% fram á öllum æfingum og leikjum og skara fram úr.“

Hvers vegna handbolti? „Ég held að aðal ástæðan af hverju ég valdi handboltann var af því ég elskaði hann og allt það sem hann snerist um.“

Hverjir eru helstu Valsararnir í fjölskyldunni? „Því miður erum við bara tveir sem sagt ég og Arnór frændi en allir hinir í fjölskyldunni eru Þórsarar. Arnór spilaði hér í Val fyrir tveimur árum og varð með Val bæði Íslandsmeistari og bikarmeistari auk þessa var hann valinn oft og mörgum sinnum besti hægri hornamaður deildarinnar.“

Hvaða hvatningu og stuðning hefur þú fengið frá foreldrum þínum í sambandi við handboltann? „Í mínum augum á ég bestu fjölskyldu í heimi og hefði

ekki getað beðið um betri stuðning frá foreldrum mínum og allri fjölskyldunni minni, t.d. má nefna allan þann kostnað sem mamma hefur lagt í mig í sambandi við handboltann, öll æfingagjöldin, keppnisferðirnar og bensínkostnaðurinn sem hún hefur eytt í mig og verð ég henni ævinlega þakklátur fyrir. Stuðningur foreldra er gríðarlega mikilvægur fyrir þá sem vilja ná langt en án fjölskyldunnar minnar hefði ég aldrei náð að vera sá handboltamaður og ég er í dag.“

Hvernig finnst þér að eigi að efla starfið í yngri flokkunum hjá Val í handbolta? „Mér finnst yngri flokka starfið hjá handboltanum í Val til fyrirmyndar og það eina sem mætti kannski breyta er hugarfarið hjá strákunum þegar þeir mæta á æfingar, þeir eiga að njóta þess að vera þjálfaðir af þjálfurum eins og t.d. Óskari Bjarna sem er aðstoðarþjálfari landsliðsins og er þessi þjálfun svo gríðarlega sjaldgæf og verða þeir að njóta hennar og læra af henni. Þjálfararnir mættu kannski fara í skólana og kynna handboltadeildina hjá Val og einnig mætti hvetja leikmenn meistaraflokks hjá Val til að mæta á æfingar hjá yngri flokkunum og kenna litlu krökkunum.“

Hverjir eru þínir framtíðardraumar? Hvar sérðu fyrir þér að þú verðir eftir 10 ár? „Vonandi verði ég búinn með menntaskólann og byrjaður á háskólanámi og ef allt gengur vel verð ég vonandi atvinnumaður spilandi í þýsku Bundesligunni.“

Hver stofnaði Val og hvenær? „Séra Friðrik, 11. maí árið 1911.“

Gunnar hefur æft handbolta síðan hann man eftir sér en byrjaði að æfa með Val 11 ára gamall. Hann segist hafa valið Val af því þar voru langbestu þjálfararnir og besta aðstaðan og hann segist hafa verið viss um að þar gæti hann orðið betri handboltamaður.

Ertu í fleiri íþróttgreinum hjá Val?

„Nei, er ekki í fleiri íþróttgreinum hjá Val en hef verið að æfa frjálsar íþróttir og fótbolta hjá Breiðablik á sumrin til að halda mér í góðu formi og efla fjölhæfni.“

Hvers vegna heldur þú að unglingar hætti að æfa íþróttir? „Strákarnir sem hafa æft með mér í gegnum tíðina og hætt, hætta af því þeir missa einfaldlega áhugann og nenna þessu ekki lengur og fara því að einbeita sér að skólanum.“

Hvernig eru hóparnir þínir núna í vetur? „Í vetur er ég að æfa með þremur flokkum og okkur hefur gengið býsna vel í þeim öllum. 3. flokkurinn minn hefur unnið alla sína leiki nema einn og er hópurinn samansafn af mjög góðum og



Stemning á Skólaleikum Vals

Skólaleikar Vals voru haldnir í þriðja sinn þann 14. mars í vor og var það mat þeirra sem staðið hafa að leikunum til þessa að leikarnir 2011 hafi verið þeir bestu hingað til

Á Skólaleikum Vals keppa Austurbæjarskóli, Háteigsskóli og Hlíðaskóli og eru keppendur í 5.–7. bekk. Allir nemendurnir eru þátttakendur í keppninni og keppa að minnsta kosti í einni grein. Dagskráin var sú sama og fyrri árin nema að nú var Bocchia gert hærra undir höfði. Keppt var í fimm greinum en auk Bocchia var keppt í Dodge-ball, körfuskotum, boðhlaupi og reipitogi. Í bocchiakeppninni kepptu bæði fatlaðir og ófatlaðir saman en ófatlaður einstaklingur varð að henda með „rangri hendi“.

Hlíðaskóli hlutskarpastur

Keppnin var hnífjöfn eins og svo oft áður

og réðist ekki fyrr en í síðustu keppnisgreininni. Hlíðaskóli sigraði keppnina og hlaut 56 stig en Austurbæjarskóli og Háteigsskóli urðu jöfn að stigum í öðru sæti með 48 stig. Austurbæjarskóli sigraði svo keppnina um besta stuðningsliðið. Mikið líf og fjör var í húsinu og svakaleg stemning. Donni (Halldór Jón Sigurðsson) var kynnrir á leikunum og stýrði þeim af stakri þryði og Kristín Ýr Bjarnadóttir sá um tónlistina og skapaði með henni mikla stemningu.

Skólaleikarnir vekja athygli víða

Skólaleikar Vals hafa vakið talsverða athygli og meðal annars verið gerð skil í

fréttatímum sjónvarpsstöðvanna. Á vor-dögum kom fyrirspurn frá skólunum í Reykjanesbæ um aðstoð við að halda samskonar leika þar í bæ. Aðstoðin var góðfúslega veitt og fengu þeir „uppskriftina“ ásamt því að framkvæmdaáðilar hittu þá á fundi. Tveir Valsfeður þeir Jón Gunnar Bergs og Sigþór Sigurðsson hafa frá upphafi setið í undirbúningsnefnd ásamt íþróttakennurum skólanna og undirritaðri. Þá hefur Partýbúðin verið styrktaraðili, gefið verðlaun og alls kyns skreytingar. Allir sem að leikunum komu eiga miklar þakkir skildar og nú styttest í að undirbúningur að fjórðu leikunum fari í gang.

Með Valskveðju, Ragnhildur Skúladóttir



Fríða fagnar bikarum með félögum sínum eftir 2-0 sigur á KR sumarið 2011. Fögnuðurinn leynir sér ekki.

Lykillinn að velgengni er góð samvinna allra í Val

Málfríður Erna Sigurðardóttir, eða Fríða eins hún er oft kölluð, hefur verið hluti af sigursælasta afreksliði Vals undanfarinn áratug, meistaraflokki kvenna í knattspyrnu

Hún hefur alls unnið 10 stóra titla hjá Val, þ.e. 5 Íslandsmeistararitla og 5 bikarmeistararitla hjá Val en hún missti af tveimur stórum titlum árið 2009 þegar hún var ólétt. Einnig hefur hún unnið fjölda Reykjavíkumeistararitla og aðra titla með Val, bæði í meistaraflokki og yngri flokkum.

Fríðu segir að bikarmeistararitillinn 2006 sé klárlega eftirminnegasti titillinn á ferlinum þar sem úrslitin réðust ekki fyrr en í vítaspyrnukeppni þar sem barist var til síðasta blóðdropa að hennar sögn. Fríða er uppalinn Valsari og hóf knatt-

spyrnuferilinn 9 ára gömul í 5. flokki og hefur leikið allan knattspyrnuferilinn hjá Val. Í meistaraflokki hefur hún leikið 180 leiki í deild og bikar og 22 A-landsleiki. „Við vorum ekki með besta liðið þá en urðum alltaf betri og betri með árunum. Margir góðir hjálfarar voru að þjálfa okkur í yngri flokkunum og má þar helst nefna Elísabetu Gunnarsdóttir og Ásgeir Pálsson. Meistaraflokksferillinn minn byrjaði svo árið 2000 þegar Ólafur Guðmundsson var þjálfari. Þá voru helstu leikmenn Valsliðsins Ásgerður Hildur Ingibergsdóttir, Rósa Júlfa Steinþórsdótt-

ir, Soffía Ámundadóttir, Kristbjörg Inga-dóttir svo einhverjar séu nefndar. Strax árið 2001 var ég orðin fastamaður í liðinu og því gekk ágætlega, unnum m.a. bikarinn 2001 og 2003. Íslandsmeistararitillinn unnum við ekki fyrr en 2004 þegar Elísabet Gunnarsdóttir var tekin við liðinu. Næsta tímabil lentum við svo í öðru sæti en frá árinu 2006 til 2010 unnum við titilinn öll árin. Freyr Alexandersson tók við þjálfarakeflinu árið 2009 og unnum við tvöfalt bæði árin sem hann var að þjálfa okkur. Við vorum orðnar svo vanar að vinna að árið í ár var von-

brigðatímabil þrátt fyrir að við hefðum unnið bikarinn. Þá er um að gera að rífa liðið upp fyrir næsta tímabil og vinna alla titla sem þá eru í boði,“ segir Fríða.

Fríða hefur mikinn metnað

Fríða er meðal sigursælustu leikmanna hjá Val undanfarin áratug og hefur unnið til u.þ.b. 10% allra stóru titlana sem félagið hefur unnið frá upphafi og er það frábær árangur. Fríða á mikla möguleika á því að vinna til fleiri titla fyrir félagið, hún gæti átt mörg góð ár eftir í boltanum og Valsliðið er til alls líklegt á næstu árum, enda hópurinn firnasterkur og fullt af ungum leikmönnum að koma upp úr yngri flokkunum. Þegar spurt er um drauma um atvinnumennsku hefur hún þetta að segja. „Ég hef að sjálfsoðu leitt hugann að því eins og allir knattspyrnumenn með metnað. Það er aldrei að vita hvað gerist í framtíðinni.“ Hún er jafnframt fastamaður í íslenska landsliðinu og telur að möguleikar landsliðsins séu miklir, sérstaklega í ljósi síðustu úrslita í riðlinum og segir að þetta sé allt í höndum þeirra sjálfra.

Flottur landsliðsferill

Landsliðsferill Fríðu hófst árið 2000 þegar hún lék fyrir U-17 ára landsliðið. Í kjölfarið var hún valin í U-19 og U-21 næstu ár á eftir. Fyrsta A-landsleikinn lék hún árið 2002 þegar hún kom inn á fyrir Rósu Júlíu Steinþórsdóttur Valsara í leik gegn Bandaríkjunum á þeirra heimavelli. „Það var mikill heiður og upplifun að koma inn á og fá strax það verkefni að dekkja Míu Hamm, sem þá var besta knattspyrnukona heims,“ segir Fríða stolt.

Hvað þarf til að þínu mati til að ná þessum árangri eins og Valsliðið hefur náð sl. ár? „Æfa betur en önnur lið og koma betur undirbúna en nokkru sinni til leiks. Það skiptir miklu máli að liðsheilindin sé góð og það að hafa gaman af hlutunum. Lykillinn að velgengni hefur verið góð samvinna allra, þ.e. leikmanna, þjálfara, stjórnar og stuðningsmanna í Val.“

Frábær hópur og góðar vinkonur

Þegar Fríða er spurd um eftirminnilegustu leikmennina í þessu sigursæla fótboldaliði hjá Val hefur hún þetta að segja. „Ég, Dóra María Lárusdóttir, Dóra Stef-

ánsdóttir og Kristín Ýr Bjarnadóttir höfum spilað saman upp alla yngri flokkana í Val og enduðum svo saman í meistara-flokki. Erfitt er að taka svo einhvern sérstakan úr þessu sigursæla liði frá 2004 til dagsins í dag, enda margir frábærir einstaklingar og mínar bestu vinkonur,“ segir Fríða.

Hvers vegna fótbolti? „Þegar ég byrjaði að æfa íþróttir var ég bæði í fótbolta og handbolta. Með tímanum varð svo fótbolti fyrir valinu. Bróðir minn, Jóhannes Hafsteinn, var að æfa fótbolta í Val þegar ég byrjaði og ætli ég hafi ekki bara verið að herma eftir honum. Mamma gaf mér mikinn stuðning með því að mæta á alla leiki og í allar ferðir. Enn í dag mætir hún á alla leiki.“ Fríða segist hafa farið í Val þar sem það var hverfisfélagið hennar og bróðir hennar æfði hjá Val. Því hafi legið beinast við að fara að æfa þar.

Margt skemmtilegt gerst á löngum ferli

Aðspurð um skemmtilegar sögur frá ferlinum hefur hún frá ýmsu að segja. „Mér dettur fyrst í hug þegar við allar í liðinu fórum saman á Þjóðhátíð í Eyjum árið 2004 og Gugga markmaður var stödd í hvítu heimatjaldi. Þá var einn svo almennilegur að bjóða henni reyktan lunda en hún svaraði um hæl: „Nei takk, ég borða ekki fisk“. Einnig er minnstætt þegar Rakel Logadóttir fagnaði marki í Evrópukeppninni í Slóvakíu 2008 með því að leika það að hún væri að kúka og skeina sér. Dómararnir voru ekki hrifnir af þessu uppátæki Rakelar og boðuðu þjálfarateymið á fund strax eftir leik. Þar var þeim tjáð að þetta væri mikil óvirðing við leikinn og að félagið fengi refsistig frá UEFA. En sagan er samt mjög myndin,“ segir Fríða kíminn.

Vonbrigði í Evrópukeppninni í ár. Fríða er ekki ánægð með hvernig liðinu gekk í Evrópukeppninni í sumar og getur ekki leynt því. „Við áttum góðan leik úti og náðum finum úrslitum. Það voru mikil vonbrigði að tapa heimaleiknum því við töldum okkar möguleika á að fara áfram vera miklir. Við vorum því sársvektar með þann leik. Við verðum svo að vinna titilinn aftur á næsta ári til að komast á ný í Evrópukeppnina,“ segir Fríða ákveðin.

Eftirminnilegast frá afmælisárinu? „Félaginu tókst vel upp með afmælið, margar minningar rifjaðar upp sem var



Fríða stoltur fyrirliði með bikarinn 2011 sem jafnframt var 10. stóri titillinn sem hún vinnur með kvennaliði Vals í knattspyrnu.



Fríða, Rakel Logadóttir og Margrét Lára Viðarsdóttir í fyrstu Evrópukeppninni 2005.

mjög gaman. Eftirminnilegast persónulega fyrir mig var að lyfta bikarum sem fyrirliði liðsins á Laugardalsvelli. Hins vegar voru vonbrigði að vinna ekki báða titlana.“

Áttu heilræði til ungra iðkenda í íþróttum? „Þau heilræði sem ég get gefið eru ekki neinar töfrolausnir. Einungis það að æfa vel, setja sér markmið (langtíma- og skammtíma) og standa við þau. Heilsusamlegt lífferni, hugsa um hvað maður borðar, sofa vel o.fl. skiptir líka gríðarlega miklu máli. Aukaæfingin skapar meistaran.“ Um yngri flokka starfið hefur Fríða ákveðnar skoðanir. „Kvennamingin stöndum við vel að vígi og starfið þar er mjög gott. Ég er ekki nógu mikið inn í yngri flokka starfinu karlamegin til þess að hafa skoðun á því. Það þarf að halda vel utan um allt yngri flokka starf, hvort sem það er kvenna- eða karlamegin, því þeir eru framtíð félagsins,“ segir Fríða ákveðið.

Mottó í lífinu og í fótbolta? „Maður uppsker eins og maður sáir bæði í lífinu og í íþróttum.“



Bikarmeistarar meistaraflokks kvenna í knattspyrnu 2011. Fremsta röð frá vinstri: Hildur Antonsdóttir, Elín Metta Jensen, Katrín Gylfadóttir, Meagan McCray, Þórdís María Aikman, Rakel Logadóttir, Caitlin Miskel og Hólmfríður Magnúsdóttir. Miðröð frá vinstri: Kjartan Orri Sigurðsson, Þórður Jensson aðstoðarþjálfari, Svana Rún Hermannsdóttir, Þorgerður Elva Magnúsdóttir, Telma Ólafsdóttir, Kristín Ýr Bjarnadóttir, Pála Marie Einarsdóttir, Björk Gunnarsdóttir, Erla Steina Sverrisdóttir, Gunnar Borgþórsson þjálfari, Ragnheiður A. Jónsdóttir liðsstjóri og Friðjón R. Friðjónsson formaður knattspyrnudeildar. Aftasta röð frá vinstri: Svava Rós Guðmundsdóttir, Hallbera Guðný Gísladóttir, Embla Grétarsdóttir, Laufey Ólafsdóttir, Mist Edvardsdóttir og Málfríður Erna Sigurðardóttir.

Stelpurnar bikarmeistarar þriðja árið í röð og ósigrandi kvennaflokkar

Skýrsla knattspyrnudeildar 2011

Meistaraflokkur karla 2011

Árið 2011 var sveiflukennt hjá meistaraflokki karla, fyrrihluti ársins einkenndist af leikgleði og árangri en seinni hluti tímabilsins olli nokkrum vonbrigðum. Tímabilið hófst síðasta haust með komu Kristjáns Guðmundssonar sem aðalþjálfara á Hlíðarenda og hafði hann fyrrverandi þjálfara meistaraflokks kvenna Frey Alexandersson sér til aðstoðar. Rayko Stanisic sá um markmannþjálfurn og Friðrik Ellert Jónsson var sjúkraþjálfari sem fyrr og Halldór Eyþórsson og Sævar Gunnleifsson voru liðsstjórar.

Þó nokkuð miklar mannbreytingar urðu á liðinu annað árið í röð og fóru margir reynslumiklir leikmenn frá félaginu og í staðinn komu ungir og efni-

legir leikmenn. Valur var yfirleitt með yngsta liðið í hverri umferð þegar það var skoðað.

Frá Val fóru um haustið 2010 þeir Reynir Leósson, Baldur Aðalsteinsson, Ian Jeffs og Kjartan Sturluson lagði hanskana á hilluna. Þeir erlendu leikmenn sem léku með Val sumarið 2010 hurfu einnig á braut, það voru þeir Danni Koenig, Greg Ross, Martin Pedersen og Diarmund O'Carroll. Á árinu 2011 fóru nokkrir leikmenn að láni til annarra félaga allt keppnistímabilið eða hluta úr því. Ásgeir Þór Magnússon fór á láni til Hattar, Guðmundur Steinn Hafsteinsson var hjá Víkingi Ólafsvík frá miðjum maí og út sumarið. Þórir Guðjónsson fór að láni til Leiknis og Stefán Jóhann Eggerts-

son til HK á miðju sumri. Síðast en ekki síst þá fór Guðjón Pétur Lýðsson á lán til Helsingborgar og varð með þeim sænsk-ur meistari og bikarmeistari.

Til Vals komu Andri Fannar Stefáns-son, Guðjón Pétur Lýðsson, Halldór Kristinn Halldórsson, Hörður Sveinsson, Sindri Snær Jensson og svo færeyska þríeykið, Christian Mauritsen, Pól Jóhannus Justissen og Jónas Þór Næs. Ingólfur Sigurðsson kom síðan aftur til Vals á vormánuðum eftir útleigð í Hollandi og Vesturbænum. Um mitt sumar kom bakvörðurinn efnilegi Brynjar Kristmundsson til Vals að láni frá Víkingi Ólafsvík.



Reykjavíkurreiðarar meistaraflokks karla í knattspyrnu 2011. Fremsta röð frá vinstri. Andri Fannar Stefánsson, Brynjar Kristmundsson, Haraldur Björnsson, Ásgeir Þór Magnússon, Sindri Snær Jensson, Arnar Sveinn Geirsson og Jónas Þór Næs. Miðröð frá vinstri: Kjartan Orri Sigurðsson, Sævar Gunnleifsson liðsstjóri, Halldór Eypórsson sjúkrahjálfari, Sigurbjörn Örn Hreiðarsson, Hörður Sveinsson, Halldór K. Halldórsson, Haukur Páll Sigurðsson, Rúnar Már S. Sigurjónsson, Christian R. Mauritsen, Matthías Guðmundsson, Atli Sveinn Þórarinnsson, Rajko Stanisic, Freyr Alexandesson aðstoðarhjálfari, Kristján Guðmundsson hjálfari og Friðjón R. Friðjónsson formaður knattspyrnudeildar. Efsta röð frá vinstri. Friðrik Ellert Jónsson, Magnús Örn Þórsson, Kolbeinn Kárason, Þórir Guðjónsson, Ingólfur Sigurðsson, Jón Vilhelm Ákason og Pól Jóhannus Justinussen.

Árangur á mótum

Það má með sanni segja að árið byrjaði vel hjá Val. Í janúar og febrúar var leikið í Reykjavíkurmótinu og sigraði Valur mótið í úrslitaleik við KR eftir sigra á Leikni, Þrótti, Fylki og jafntefli á móti Fram. Þar með var fyrsti Reykjavíkurreiðarar meistararitill Vals í 7 ár kominn á Hlíðarenda. Sömu sögu er að segja af Lengjubikarnum, en þar sigraði Valur sinn riðill með sigrum á móti Leikni, Víkingi Reykjavík og Ólafsvík, ÍBV, Fjölni og HK. Einn leikur tapaðist í riðli, á móti Fram. Í undanúrslitum keppinnar sigraði Valur FH og svo Fylki í úrslitum 3-1. Þar með var annar bikar ársins kominn í hús. Góð stemning var í hópnum og ekki hægt að segja annað en að menn hafi verið bjartsýnir á betri árangur á Íslandsmóti en næstu árum á undan.

Eitt hundraðasta Íslandsmótið hófst fyrr en venjulega vegna árangurs U21 landsliðsins. Mánudaginn 2. maí var flautað til leiks þar sem FH kom á Hlíðarenda. Vorið var kalt og daginn fyrir leik var 12 cm jafnfallinn snjór á Vodafonevöllinum. En það gerði þíðu um nóttina

og sólin gægdist fram upp úr hádegi og allt var til reiðu til að hefja leik. Tæplega 1800 manns mættu á leikinn sem Valur sigraði 1-0 með marki úr vítaspyrnu frá Guðjóni Pétri Lýðssyni. Önnur umferð fór fram sunnudaginn 8. maí, daginn eftir aldarafmælishátíð félagsins. Það voru samt hressir Valsarar sem mættu til Grindavíkur þar sem Valur sigraði 2-0. Þriðja umferð fór fram á aldarafmælisdegi 11. maí og komu þá Vestmannaeyingar í heimsókn, vallarmet var slegið þegar 2350 manns mætti á völlum og sáu Val bíða lægri hlut 1-0 þar sem Eyjamenn skorðu á lokamínútinni. Annar ósigur sumarsins leit svo ljós í árbænum í fjórðu umferð. Þar á eftir komu þrjár sigrar, fyrst var það Fram og svo Víkingur Ólafsvík í Valitor-bikarnum og þá Íslandsmeistarar Breiðabliks. Eyjamenn komu aftur í heimsókn í 16 liða úrslitum bikarsins og komust í 3-0 á fyrstu 30 mín, þá bitu Valsmenn í skjaldarrendur og minnkuðu muninn í 1 mark en komust ekki lengra og þá var úti um bikardrauminn það árið.

Eftir ósigurinn gegn ÍBV í bikarnum kom nokkuðu góður sprettur þar sem

Víkingar, Keflavík og Þór voru sigruð og svo tvö jafntefli annars vegar á móti KR og Stjórnumni hins vegar. Þegar hér var komið við sögu var mótið hálfnað og Valur var í 2. sæti, einu stigi á eftir toppliði KR og framundan var heimsókn í Kaplakrika. Sú heimsókn markaði byrjun á rýru tímabili fyrir Val þar sem 5 stig fengust úr 6 leikjum. Tap á móti FH í leik þar sem Valur var með 2-1 forskot í hálfleik og manni fleiri síðustu 35 mínúturnar, olli miklum vonbrigðum. Þar á eftir fóru jafntefli heima á móti Grindavík, sigur á Fylki, tap fyrir Fram jafntefli á móti Breiðablik og ósigur heima á móti Keflavík. Valur var komið niður í 4. sæti og möguleikinn á Evrópukeppni að renna úr greipum okkar. Sigar á móti Víkingi og Þór héldu lífi í voninni um Evrópu-





Byrjunarlið Vals á móti ÍBV á 100 ára afmælisdaginn 11. maí. Flottir búningar. Efri röð frá vinstri: Pól Jóhannsson, Justinussen, Hörður Sveinsson, Halldór Kristinn Halldórsson, Guðjón Pétur Lýðsson, Atli Sveinn Þórarinnsson og Haraldur Björnsson. Neðri röð frá vinstri: Haukur Páll Sigurðsson, Arnar Sveinn Geirsson, Christian Mouritsen, Matthías Guðmundsson og Jónas Þór Næs.



Kristín Ýr Bjarnadóttir



Dagný Brynjarsdóttir



Hallbera Guðný Gísladóttir

sæti en niðurlægjandi tap á móti Stjörnunni 5-0 gerði út um þá von, sá sigur hefur verið sæt hefnd Stjörnumanna fyrir 5-1 tap ári fyrr. Þegar kom að lokaleik mótsins á móti KR voru Vesturbæingar orðnir Íslands- og bikarmeistarar og engin leið fyrir Val að enda lægra en 5. sæti en möguleiki var á því fjórða. Svo fór að leikurinn á móti KR endaði í 0-0 jafntefli og 5. sætið var Vals. Á jákvæðum nótum þá var þetta fyrsti leikur Vals og KR á Vodafonevellinginum sem tapast ekki.

Árangur karlalíðs Vals á Íslandsmótinu 2011 var sá besti síðan titillinn vannst árið 2007 sem er mjög jákvæð vísbending því liðið er ungt og á framtíðina fyrir fyrir sér.

Utan vallar

Undir lok sumars fór stjórn knattspyrnu- deildar fram á það við leikmenn að samningar þeirra væru endurskoðaðir vegna bágrar fjárhagsstöðu félagsins. Það má með sanni segja að leikmenn hafi sýnt stöðunni skilning og þannig varð erfitt verkefni aðeins léttara.

Við lok tímabilsins urðu þáttaskil í sögu Vals þegar Sigurbjörn Örn Hreiðarsson ákvað að ganga til liðs við Hauka og gerast þar spilandi aðstoðarþjálfari. Síðastliðinn júlí voru 19 ár síðan Sigurbjörn lék sinn fyrsta leik með meistaraflokki Vals og vonum við öll að Herra Valur snúi aftur á Hlíðarenda í framtíðinni í nýju hlutverki.

Tveir leikmenn kláruðu samning sinn við Val í haust og ákvaðu að leita á ný mið, það voru þeir Jón Vilhelm Ákason og Stefán Jóhann Eggertsson. Valur óskar þeim góðs gengis í framtíðinni.

Nokkrir leikmenn hafa gengið til liðs við Val á haustmánuðum, Hafsteinn Briem kom frá HK, Hilmar Rafn Emilsson kom frá Haukum og Atli Heimisson frá Asker í Noregi. Þá skiptu Valur og Víkingur Ólafsvík á þeim Brynjari Kristmundssyni og Guðmundi Steini Hafsteinsyni.

Við sumarbyrjun átti Valur einn leikmann í U21 landsliðinu, markmanninn Harald Björnsson. Hann var svo kallaður í A landsliðið í tvígang í sumar. Fjórir leikmenn Vals hafa síðan verði kallaðir í U21 landsliðið í haust, þeir Andri Fannar Stefánsson, Ásgeir Þór Magnússon, Kolbeinn Kárason og Rúnar Már S. Sigurjónsson. Þá hefur Ingólfur Sigurðsson leikið með U19 í haust. Liðið er ungt og efnilegt og framtíðin er björt.

Að lokum vill stjórn knattspyrnudeildar þakka öllum þeim sem komu að starfinu undangengið ár. Framlag allra þeirra er ómetanlegt og er í raun það sem gerir okkur kleift að halda úti tveimur afreksliðum.

Meistaraflokkur kvenna

Árangur kvennalíðs Vals var sem fyrr mjög góður. Annar tveggja stóru titlanna vannst en í fyrsta sinn síðan 2005 vannst Íslandsmeistaratitillinn ekki. Því fer þó fjarri að tímabilið hafi verið slæmt, árangur liðsins hefði dugað til meistaratitils flest ár en frammistaða Íslandsmeistara Stjörunnar var slík að við það var erfitt að keppa. Nýr þjálfari, Gunnar Borgþórsson, tók við liðinu af Frey Alexanderssyni þegar sá síðarnefndi gerðist aðstoðarþjálfari karlalíðsins. Einnig kom



Annar flokkur karla í knattspyrnu fyrir leik gegn Þór sumarið 2011. Efri röð frá vinstri: Halldór Örn Þorsteinsson hjálfari, Daði Már Möller, Kristján Már Ólafs, Guðlaugur Þór Einarsson, Ingólfur Páll Ingólfsson, Breki Bjarnason, Viktor Marteinn Ingvarsson, Jónmundur Þorsteinsson, Tadas Koncius, Jón Karlsson hjálfari. Neðri röð frá vinstri: Marteinn Högni Eltasson, Guðmar Ingi Finnbogason, Jón Hilmar Karlsson, Dagur Sindrason, Sturla Magnússon, Haukur Ásberg Hilmarsson, Bjarki Sigurðsson og Jhordan Valencia Sandoval. Mynd ÞÓ.

nýr sjúkraþjálfari Svala Helgadóttir til liðs við Val en að öðru leyti var sama áhöfn að störfum fyrir meistaraflokk kvenna. Þórður Jenson var aðstoðarþjálfari, Ragnheiður Á. Jónsdóttir liðs-stjóri og Ólafur Pétursson sá um markmannsþjálfun.

Valur varð fyrir nokkurri blóðtöku þegar tveir burðarásar liðsins fyrirliðinn Katrín Jónsdóttir og besti leikmaður tímabilsins 2010 Dóra María Lárusdóttir yfirgáfu Val og fóru til Svíþjóðar. Skildu þær eftir sig skörð sem erfitt var að fylla. Einnig fór markvörðurinn María Björg Ágústsdóttir til Svíþjóðar í atvinnu-mennsku. Einungis einn leikmaður gekk til liðs við félagið úr öðru íslensku liði en Mist Edvarsdóttir gekk til liðs við Val frá KR. Tvær bandarískar stúlkur, Meagan McCray markvörður og Caitlin Miskel framherji gengu til liðs við Val snemma árs. Þegar komið var fram í lok júlí fóru þær Dagný Brynjarsdóttir og Telma Björk Einarsdóttir til Bandaríkjanna í háskólanám og á sama tíma gekk Hólmfríður Magnúsdóttir til liðs við Val.

Árangur á mótum

Það var erfitt að fylgja eftir árangri 2010 þegar allir titlar og öll verðlaun sem hægt var að vinna komu í hlut Vals og leikmanna liðsins. Árið byrjaði vel þegar Reykjavíkarmeistaratitillinn vannst fjórða árið í röð með markatöluna 43-0 í 5 leikjum. Styrkur helstu keppnauta Vals kom í ljós í Lengjubikarnum þegar Stjarnan sigraði í riðlakeppninni á Stjörnuvelli 3-0. Liðin mættust svo aftur í úrslitum Lengjubikarsins á Stjörnuvelli þar sem leikar fóru að Stjarnan sigraði 2-1. Valur sigraði svo Þór/KA 3-1 í

meistarakeppni KSÍ og hélt þeim titli fimmta árið í röð.

Íslandsmótið hófst laugardaginn 14. maí með leik á Hlíðarenda við Grindavík sem vannst 1-0. Því næst var haldið í Árbæinn sem hefur reynst Valsstúlkum erfiður undanfarin ár, þar skildu liðin jöfn og fyrstu stig sumarsins voru töpuð. Næsti leikur þar á eftir var heimaleikur á móti Stjörnunni, einn af úrslitaleikjum sumarsins. Mikil stemning var á leiknum, leikmenn meistaraflokks karla voru mættir í stúkuna og hvöttu stúlkurnar ákaft áfram. Leikurinn féll með Val og endaði með 2-1 sigri okkar stúlkna. Þar með var Valsliðið komið í efsta sæti og eftir fylgdu sigrar á móti Þór/KA, Aftureldingu, Breiðablik, Þrótti og KR. Fyrsti ósigurinn kom svo úti í Eyjum gegn ÍBV sem var spútniklið fyrri umferðar. Við það náði Stjarnan toppsætinu sem þær létu ekki af hendi allt til loka. Valsliðið fór aftur á sigurbraut með afgerandi sigrum á Grindavík og Fylki en annað tap sumarsins kom í Garðabæ þar sem saman fór óheppni, dómgreindarskortur og skortur á vilja til að klára leik. Valsliðið var með verðskuldada forystu fram á síðustu mínútur leiksins þegar við misstum mann útaf og leyfðum Störnunni að skora tvö mörk á lokamínúturnum. Jafnteflisleikur á Akureyri geimeglði forystu Garðbæinga í deildinni. Liðið náði sér aftur á strik með öruggum sigrum í næstu leikjum en leikirnir 5 fram að lokaumferðinni unnust allir með markatölunni 19-1. Eyjastúlkur héldu svo áfram að stríða okkar liði með því að ná 4-4 jafntefli í lokaumferðinni. Annað sætið var staðreynd í fyrsta sinn frá 2006.

Valitorbikarinn vannst þriðja árið í röð með sigrum á Breiðablik, Stjörnunni í

Garðabæ, Aftureldingu og KR í úrslitum. Titillinn var sá þrettándi sem er einstakur árangur í keppni sem haldin hefur verið 28 sinnum.



Strákar í meistaraflokki fagna góðu marki.





Embla Grétarsdóttir lagði skóna á hilluna í haust eftir afar farsælan feril. Hún er 29 ára og hefur unnið til fjölda titla í gegnum tíðina með Val og KR. Hún er 7. leikjahæsta knattspyrnukona landsins í efstu deild frá upphafi með 186 leiki fyrir Val og KR.

Valsliðið tók þátt í meistarakeppni Evrópu þriðja árið í röð og dróst á móti skosku meisturunum Glasgow City FC. Í 32 liða úrslitum. Fyrri leikurinn í Skotlandi fór 1-1 svo Valsstúlkur voru í góðri stöðu til að komast áfram í keppninni. Svo fór þó að skoska liðið batt enda á þátttöku Vals í meistaradeild Evrópu um sinn með 3-0 sigri á Hlíðarenda.

Ljóst er að ákveðin kynslóðaskipti eru framundan í Valsliðinu, ungar og efnilegar stúlkur sem hafa unnið góða sigra í yngri flokkunum banka nú á dyrnar og er full ástæða til að horfa bjartsýnum augum til framtíðar. Enn eitt árið kom efnilegasti leikmaður Íslandsmótsins úr röðum Vals og er síst ofsagt að þessum ungu Valsstúlkum er fyllilega treystandi til að stíga þau skref sem nauðsynleg eru. Valsliðið kemur til leiks næsta sumar sterkt og stefnir sem fyrr á titla.

Um stjórn

Nokkrar breytingar urðu á stjórn knattspyrnudeildar á liðnu ári, á aðalfundi í maí var Friðjón R. Friðjónsson kjörinn formaður knattspyrnudeildar og með honum í stjórn Stefán Sveinn Gunnarsson, Árni Jónsson, Árni Gunnar Ragnarsson, Jón Gunnar Bergs, Kristbjörg Inga-dóttir og Sigurður Sæberg Þorsteinsson. Fjögur síðasttöldu voru ný í stjórn knattspyrnudeildar. Stjórnin skipti þannig með sér verkum að Stefán Gunnarsson var varaformaður og formaður fjármálaráðs, Sigurður Sæberg formaður meistaraflokksráðs karla, Kristbjörg formaður meistaraflokksráðs kvenna, Jón Gunnar formaður unglíngaráðs og Árni Gunnar formaður heimaleikjaráðs. Jón Gunnar lét af stjórnarstörfum í haust og tók þá Margrét Einarsdóttir við formennsku í unglíngaráði.

Fyrstu skrefin á annarri öldinni í sögu félagsins eru mikilvæg og það er stefna stjórnar knattspyrnudeildar að hlúa að uppbyggingu félagsins, styrkja unglíngastarfið með öflugri þjálfun og stefna til sigurs í meistaraflokkum. Afreksíþróttir starfa í erfiðu umhverfi þar sem erfitt er að leita fjárstuðnings vegna efnahagsástandsins og opinberir aðilar skera inn að beini, allan stuðning til íþróttar hvort sem er uppeldisstarfs almennings- eða afreksíþróttar. Það umhverfi kallar á samstöðu og samvinnu allra Valsmanna til að sigrast á erfiðleikum. Framundan er nýtt ár, nýtt tímabil sem ber með sér nýjar áskoranir og nýja sigra.

Áfram Valur!

Flottur hópur á uppskeruhátíð 2. fl. karla og kvenna í knattspyrnu

Sameiginleg uppskeruhátíð var haldin föstudagskvöldið 30. sept. sl. í Lolla-stúku. Hátíðin hófst á því að allir fengu grillaða hamburgara. Að því loknu veittu þjálfarar flokksins, Jón Karlsson og Rakel Logadóttir, nokkrum iðkendum viðurkenningar. Hjá strákonum var Guðmundur Már Þórrson valinn efnilegastur en Svana Rún Hermannsdóttir hjá stelpunum. Viðurkenningu fyrir mestu framfarir fengu Kristján Már Ólafs og Þórhildur Einarsdóttir. Besti leikmaður 2. fl. karla var valinn Breki Bjarnason og hjá 2. fl. kvenna var Þórdís María Aikman valin best.

2. fl. kvenna var með breiðan hóp efnilegra leikmanna á tímabilinu og náði

flokkurinn þeim einstæða árangri að landa Íslandsmeistaratitlinum þriðja árið í röð, frábær árangur þar og flestar í hópnum hafa aldur til að halda áfram í 2. flokki. Hjá strákonum gekk ekki eins vel á tímabilinu, þeir léku í A deild Íslandsmótsins en í lok tímabilsins féll flokkurinn í B deild þar sem hann leikur á næsta ári.

Geysifjöldmenn uppskeruhátíð yngri flokka 2011 og viðurkenningar

Í lok september var haldin uppskeruhátíð yngri flokka fótboldans í veislusölum félagsins. Þar var mikið fjölmenni og var það mál manna að aldrei hefði eins mikill fjöldi mætt á uppskeruhátíð í félaginu. Allir iðkendur í yngstu flokkunum fengu verðlaunapening fyrir sína þátttöku, en svo voru veitt einstaklingsverðlaun í 3.–5. flokki, verðlaun fyrir bestu ástundun, mestu framfarir og leikmaður flokksins. Að auki voru tveir einstaklingar í 3. flokki verðlaunaðir og fengu Friðriksbikarinn sem gefinn er í minningu séra Friðriks Friðrikssonar og afhentur þeim einstaklingum í 3. fl. karla og kvenna sem hafa sýnt mikla leiðtogahæfileika og eru öðrum góðar fyrirmyndir. Þessa viðurkenningu hlutu þau Jón Hilmar Karlsson og Ingunn Haraldsdóttir. Þá var Lollabikarinn afhentur en það er farandbikar sem gefinn var af Lolla í Val (Ellerti Sölvassyni) árið 1988. Bikarinn er veittur þeim leikmanni í yngri flokkum Vals sem þykir skara fram úr í leikni með boltann. Pennan bikar hlaut Berglind Rós Ágústsdóttir. Þá var sú nýbreytni á uppskeruhátíðinni að veita þeim markmanni í yngri flokkunum sem sýnt hefur mestar framfarir verðlaun og í þetta sinn var það Jón Freyr Eypórsson sem hlaut verðlaunin. Mikill fjöldi foreldra barna úr 3. flokki karla og kvenna og fulltrúar frá barna- og unglíngaráði kom að undirbúningi og frágangi hátíðarinnar og er vert að þakka þeim sérstaklega fyrir þátt.

8. flokkur karla og kvenna

8. flokkur samanstendur af drengjum og stúlkum sem æfðu saman tvisvar í viku yfir allt árið. Talsvert fleiri drengir voru við æfingar en stúlkur en stúlkunum fjölgaði þó þegar líða tók á sumarið. Um það bil 25–30 krakkar mættu á æfingar og var oft mikið fjör. Áherslan var lögð á leiki með og án bolta sem og grunnreglur minniknattspyrnu. Einnig var lögð áhersla á að venjast boltanum og einstök



Íslandsmeistarar þriðja árið í röð og Reykjavíkumeistarar 2. flokks kvenna í knattspyrnu 2011. Efri röð frá vinstri: Áris Andrésdóttir, Ingunn Haraldsdóttir, Katla Rún Arnórsdóttir, Alexía Imsland, Guðrún Elín Jóhannsdóttir, Hekla Dögg Sveinbjarnardóttir, Hugrún Arna Jónsdóttir, Hildur Antonsdóttir, Bjarnheiður Sigurbergisdóttir, Telma Ólafsdóttir, Helga Birna Jónsdóttir, Sæunn Sif Heiðarsdóttir, Margrét Sif Sigurðardóttir, Björk Rojker, Birta Sif Kristmannsdóttir og Rakel Logadóttir. **Nedri röð frá vinstri:** Birna Kolbrún Birgisdóttir, María Soffía Júlíusdóttir, Berglind Rós Ágústsdóttir, Katrín Gylfadóttir, Svana Rún Hermannsdóttir, Villimey Líf Friðriksdóttir, Erla Steina Sverrisdóttir, Þórdís María Aikman, Þórhildur Einarsdóttir, Sigurlaug Guðrún Jóhannsdóttir, Elín Metta Jensen, Svava Rós Guðmundsdóttir og Kara Magnúsdóttir.

grundvallar tækniatriði voru tekin fyrir. Farið var á 2 mót í sumar og höfðu krakkarnir og ekki síður foreldrarnir ótrúlega gaman af því. Allir stóðu sig með stakri þrýði og voru Val til mikils sóma. Það má segja að mesti lærdómurinn komi á mótunum og eru oft miklar framfarir samfara þeim.

Þjálfarar flokksins voru Rakel Logadóttir, Villimey Friðriksdóttir og Margrét Sif Sigurðardóttir.

7. flokkur kvenna

7. flokkur kvenna hefur breyst úr því að vera lítill hópur stelpna sem þekktist lítið í að vera sterkur og samrýmdur hópur. Allar stelpurnar náðu mjög vel saman þegar líða tók á sumarið og samstaðan skilaði sér í tveimur sigursælum liðum.

Fyrsta mótið sem flokkurinn tók þátt í var VÍS mótið og gekk báðum liðum ágætlega þar, stuttu síðar var Síamótið þar sem C liðið lenti í 3. sæti og A liðinu gekk ágætlega. Það var svo á Þæjumótinu á Siglufirði sem A liðið tók sig saman og vann mótið með miklum yfirburðum. Í lok sumars þegar C liðið var búið að fínþússa samspilið sigruðu þær Bónusmót Fylkis, einnig með miklum yfirburðum.

Það var mikið fjör í sumar hjá flokknunum og áberandi hvað þær sem voru að byrja tóku miklum framförum.

7. flokkur karla

7. flokkur karla var skipaður strákum fæddum árið 2003 og 2004. Milli 40 og 50 strákar komu til æfinga í byrjun september þegar skólarnir byrjuðu. Flokkurinn æfði þrisvar í viku. Einu sinni í vikur voru svokallaðar fjölgreinaæfingar. Þær voru þannig uppbyggðar að krakkarnir fóru í fótbolta, körfubolta og handbolta allt á sömu æfingunni. Krakkarnir höfðu mjög gott af þessu til að kynna öðrum boltagreinum en fótbolta. Flokkurinn fór á þó nokkuð mörg mót á árinu og keppti nokkra æfingaleiki. Aðalmótið var Norðurálmótið á Akranesi. Þar voru Valsmenn með 4 lið. Strákarnir eyddu þar helgi saman í júní. Gistu saman í skólanum, fóru á kvöldskemmtun og spiluðu saman fótbolta daginn út og daginn inn. Það komu allir Valsarar sáttir heim af mótinu. D-lið Vals eða A-lið yngra árs gerði sér lítið fyrir og vann mótið í sínum styrkleikaflokki sem var sannarlega frábært. 7. flokkur karla er skipaður mörgum efnilegum strákum sem eiga svo sannarlega framtíðina fyrir sér í fótboltnum. Allir leikmenn flokksins tóku miklum framförum á afstöðu tímabili. Ekki er annað hægt að segja nema að framtíðin sé björt karlamegin hjá Val.

Þjálfarar flokksins til að byrja með voru þeir Igor Kostic og Birkir Örn með Dag Sindrason sér við hlið. En Igor leit-

aði síðan á önnur mið um áramótin og Dagur tók sér pásu. Í þeirra stað komu þau Halldór Örn og Lísbet.

6. flokkur kvenna

6. flokkur kvenna var skipaður stelpum fæddum árið 2002 og 2001. Í flokknum voru í kringum 25 stelpur að æfa þrisvar í viku. Stelpurnar fóru mjög reglulega í



Meistarar með þremur flokkum. Þessar 15 ára blómarósir náðu þeim einstaka árangri í sumar að verða meistarar með þremur flokkum og er það ótrúlegt afrek. Þær urðu bikarmeistarar með meistaraflokki kvenna og Íslandsmeistarar með 2. og 3. flokki. **Frá vinstri:** Elín Metta Jensen, Hildur Antonsdóttir og Svana Rós Guðmundsdóttir.



Íslandsmeistarar 5. flokks kvenna 2011 A lið. Oft hefur 5. fl. kvenna hjá Val verið nálægt því að verða Íslandsmeistari á undanförunum árum en þetta er fyrsti titill 5. fl. A liða hjá Val í kvennaflokki í fótbolta. Frá vinstri: Harpa Karen Antonsdóttir, Rannveig Karlsdóttir, Eva María Jónsdóttir, Hlín Eiríksdóttir ofan á og Eydís Arnarsdóttir, Ísold Kristín Rúnarsdóttir, Rakel Leósdóttir, Auður Ester Gestsdóttir markvörður undir.

æfingaleiki eða á mót allt tímabilið. Stærri mót sem stelpurnar tóku þátt í voru Hnátumótið sem haldið var á Valsvelli, Goðamótið á Akureyri, Síamótið í Kópavogi og Vismótið í Laugardal. Stelpurnar stóðu sig glæsilega og skiluðu mörgum verðlaunapeningum og bikurum í hús fyrir Val. Þó má nefna það sem stendur hvað mest upp úr hjá flokknum að B-lið flokksins sem einungis er skipað stelpum af yngra ári vann Hnátumót KSÍ með glæsilegum árangri.

Það sem helst stendur upp úr á afstöðnu tímabili er félagslífið. Annan hvorn mánuð gerði flokkurinn eitthvað félagslegt þar sem foreldrar, leikmenn og þjálfarar komu saman og styrktu tengsl sín. Til að mynda var farið nokkrum sinnum í sund, spilað á gítar og Valslög sungin og horft á DVD mynd. Allir þeir sem standa að flokknum, hvort sem það eru foreldrar eða þjálfarar, eru sammála um að stelpurnar hafa tekið gríðarlegum framförum á tímabilinu. Þær mættu vel á æfingar í allan vetur þó svo að veðrið væri ekki gott og uppskáru eftir því í sumar.

Þjálfari flokksins var Birkir Örn með Steinunni Söru sér til aðstoðar.

6. flokkur karla

Það voru u.þ.b. 50 strákar sem mættu reglulega á æfingar hjá 6. fl. karla tímabilið 2010–2011. Það var ljóst frá byrjun að hópurinn samanstóð af áhugasömum einstaklingum. Flokkurinn fór á nokkur minni mót yfir árið og ber þar helst að nefna Haustmótið og Íslandsmótið. Stóra mót ársins var hins vegar Shellmótið í

Eyjum en þangað fóru 40 strákar í 5 liðum. Einnig voru með í för fararstjórar og aðrir foreldrar. Árangurinn á mótinu var góður en 3 lið komust í úrslit og unnu þar 2 bikara. Það sem stóð þó upp úr voru framfararnir sem öll liðin sýndu í mótinu.

Þjálfarar flokksins voru Agnar Kristinsson og honum til aðstoðar þeir Breki Bjarnason og Valdimar Árnason.

5. flokkur kvenna

5. flokkur kvenna samanstóð af 25 stelpum sem fæddar eru 1999–2000. Hópurinn æfði mjög vel allt tímabilið og lagði mikið upp úr því að mæta vel á æfingar og leggja sig fram bæði á æfingum og fyrir utan þær. Stelpurnar æfðu þrisvar sinnum í viku og höfðu svo val um að mæta á fjórðu æfinguna. Flokkurinn spilaði svo að meðaltali einn æfingarleik í mánuði yfir vetrartímann. Það skilaði sér í því að 5. flokkur kvenna átti lið á verðlaunapalli á öllum mótum sem flokkurinn tók þátt í á tímabilinu. Flokkurinn var til að mynda Reykjavíkumeistari í A-, B- og C-liðum.

Stelpurnar tóku þátt í Goðamótinu, Reykjavíkurmótinu, Þæjumótinu í Vestmannaeyjum, Síamótinu og að sjálfsgöðu í Íslandsmótinu þar sem B-liðið vantaði tvö stig upp á að komast í útslit, C-liðið lenti í 2. sæti og A-liðið fór taplaust í gegnum mótið og stóð uppi sem Íslandsmeistari eftir glæsilegan 2-0 sigur á KA.

Stelpurnar gerðu margt skemmtilegt saman fyrir utan æfingarnar. Mikil áhersla var lögð á að efla félagsleg tengsl

og kenna stelpunum mikilvæg gildi t.d. hvernig er að vera hluti af hópi og koma vel fram hver við aðra. Afraksturinn af þeirri vinnu eru heilsteypitari einstaklingar og sterkari liðsheild. Tímabilið var frábært í alla staði, stelpurnar tóku miklum framförum bæði sem einstaklingar og lið. Í hópnum eru mikil efni sem mikilvægt er að hlúa vel að. Hápunkturinn var að sjálfsgöðu Íslandsmeistaratitilinn sem A-liðið vann en það var í fyrsta skipti síðan árið 1996 sem 5. fl. A-liða frá Val verður Íslandsmeistari.

Þjálfarar flokksins voru Margrét Magnúsdóttir og henni til aðstoðar Kristín Ýr Bjarnadóttir og Sigurlaug Guðrún Jóhannsdóttir.

Mestu framfarir: Eydís Arnarsdóttir

Besta mæting: Diljá Hilmarsdóttir

Liðsmaður flokksins: Ísold Kristín

Rúnarsdóttir

5. flokkur karla

Tímabilið 2010–2011 byrjaði brösuglega og í raun byrjaði það ekki fyrr en í mars. Góð mæting var um veturinn þrátt fyrir misjafnt veður. Um það bil 40 strákar mættu yfir allt tímabilið. Farið var norður á Akureyri í lok febrúar á Goðamót Þórs. Ferðin gekk vel þó að árangurinn inn á vellinum hefði ekki verið sá sem vonast var eftir. Reykjavíkurmótið tók við í mars og skráð voru 5 lið frá flokknum til keppni. Öll lið stóðu sig með þryði og var það þetta góð upphitun fyrir sumarið. N1-mótið á Akureyri hefur alltaf verið frábært mót og var engin breyting á því. Hápunktur mótsins var án efa þegar græna liðið frá nágrennasveitafélagi Reykjavíkur var lagt af velli. B-liðið í Íslandsmótinu náði að vinna sinn riðil og komst þar með í úrslitakeppnina. Spilað var á Álftanesi og náðust sigrar gegn KA og FH-2, dugði það til að komast í undanúrslitin þrátt fyrir tap gegn KR. Spilað var í Vesturbænum þar sem liðið keppti á móti Fjölni. Eftir frábæran leik í venjulegum leiktíma var staðan 2-2 og kom þá að framlengingu þar sem bæði lið skorðu eitt mark. Liðið vann í vítaspurnukeppni og sauð allt upp úr. Úrslitaleikurinn fór fram næsta dag á móti KR. Náði liðið forystu en náði ekki að halda henni og unnu KR-ingar 5-1 sigur. Frábær árangur hjá liðinu og gat sumarið ekki endað betur.

Þjálfarar flokksins voru Agnar Kristinsson og honum til aðstoðar þeir Breki Bjarnason og Valdimar Árnason.

Mestu framfarir: Hrólfur Eyjólfsson



5. flokkur kvenna 2011.

Besta ástundun: Broddi Gunnarsson
Liðsmaður flokksins: Hafþór Rúnar Guðmundsson

4. flokkur kvenna

4. flokkur kvenna samanstóð af 20 stelpum sem fæddar eru árið 1997 og 1998. Þær æfðu fjórum sinnum í viku fyrir og eftir áramót auk þess að spila æfingaleiki yfir vetrartímann. Stelpurnar æfðu mjög vel allt tímabilið og lögðu mikið á sig með aukæfingum og öðru slíku yfir sumartímann. Stelpurnar tóku þátt í Haustmóti KRR, Reykjavíkurmótinu, Rey Cup og Íslandsmótinu. Til að byrja með áttu þær undir högg að sækja en liðið tók gríðarlegum framförum yfir tímabilið. Liðið spilaði oft á tíðum frábæran fótbolta þar sem lögð var rík áhersla að kenna stelpunum grundvallaratriði í 11-manna bolta sem nýtist þeim á næstu árum. Stelpurnar gerðu margt skemmtilegt saman og voru duglegar að hittast fyrir utan æfingar. Þær tóku oft af skarið sjálfar og skipulögðu saman félagsleg verkefni sem allar tóku þátt í. Hópurinn fór einnig í æfingafærð á Laugarvatn í nóvember þar sem línurnar voru lagðar fyrir komandi tímabil. Hópurinn var einstaklega samheldinn og liðsheildin sterk. Íslandsmótið gekk vel hjá liðinu því undir lok sumars fór liðið að hala inn fleiri stig og vantaði aðeins þrjú stig upp á að komast í úrslitakeppnina. Hápunktur sumarsins var svo þegar stelpurnar tóku þátt í Rey Cup, þar náðist að manna tvö 11-manna lið líkt og á Reykjavíkurmótinu með hjálp frá 5. flokks stelpum.

Á Rey Cup voru öll sterkustu lið landsins saman komin og endaði B-liðið í 2. sæti og A-liðið í 3. sæti sem var frábær árangur. Í hópnum eru margar gríðarlega efnilega stelpur sem eiga svo sannarlega framtíðina fyrir sér.

Þjálfarar flokksins voru þær Margrét Magnúsdóttir og Rakel Logadóttir.

Besta ástundun: Selma Dögg Björgvinsdóttir

Mestu framfarir: Þorgerður Einarsdóttir
Liðsmaður flokksins: Nína Kolbrún Gylfadóttir

4. flokkur karla

Æft var fjórum sinnum í viku yfir vetrartímann og var algengur fjöldi á æfingum í janúar og febrúar 15–20 drengir. Skráðir iðkendur í flokknum voru þó 28. Nokkuð margir stunduðu líka handbolta og var því mikið um að vera hjá drengjunum. Auk þess var lagt upp með að sinna félagslega þættinum með drengjunum og gera skemmtilega hluti saman utan æfingatíma. Farið var m.a. í Klifurhúsið, frábæra helgarferð á Hvolsvöll, á REY-Cup og ýmislegt skemmtilegt gert. Flokkurinn tók þátt í Reykjavíkurmótinu sem hófst í lok febrúar og stóð yfir til miðjan maí. A og B lið voru send til keppni og var alveg á mörkunum að næðist að manna tvö 11 manna lið. Árangur flokksins var ekki góður í mótinu og er það alltaf spurning um orsök og afleiðingu. Ef leikmenn æfa ekki vel skilar það ekki góðum árangri. Yfir sumartímann var æft fimm sinnum í viku og var æfingasókn talsvert betri en yfir vetrar-



Shellmót 6. flokks í Eyjum





5. flokkur karla 2011.

tímann. Leikið var í B riðli Íslandsmótsins og gekk A liðinu mjög vel í júní og júlí, en halla fór undan fæti í ágúst og náði liðið ekki að vinna sér sæti í A riðli. B liðinu gekk ekki vel og úrslit þar oft mjög óhagstæð. Drengirnir voru mjög jákvæðir á tímabilinu og þessir árgangar

(’97 og ’98) gætu náð langt í framtíðinni ef vel er á málum haldið.

Þjálfarar flokksins voru Halldór Örn Þorsteinsson sem tók við starfi þjálfara 4. flokks drengja fljótlega eftir áramót eftir að Igor Kostic fór til Noregs til starfa við knattspyrnuþjálfun og Arnar Steinn Einarsson var honum til aðstoðar.

Besta ástundun: Aron Elí Sævarsson
Mestu framfarir: Emil Draupnir Baldursson

Leikmaður flokksins: Sindri Scheving

3. flokkur kvenna

Flokkurinn lagði mikið á sig utan vallar sem innan og eru þjálfarar afar ánægðir og stoltir með árangurinn. Stelpurnar eru:

- Haustmótsmeistarar KRR
- Íslandsmeistarar í Futsal
- Reykjavíkumeistarar
- Íslandsmeistarar

Leikmenn flokksins tókust á við **margvísleg verkefni** á tímabilinu. 3 leikmenn léku með meistaraflokki Vals, 9 leikmenn spiluðu með 2. fl. kvenna, 6 leikmenn tóku þátt í verkefnum unglíngalandsliðs Íslands U16 og U17 og tveir leikmenn spiluðu með U19. Þjálfarar flokksins hafa lagt mikið á sig í **endurgjöf** til leikmanna. Leikmenn fengu umsagnir í upp-

hafi tímabils og var sú nýbreytni tekin upp að foreldrar sátu með í einstaklingsviðtölum og gafst það vel. Í lok tímabils fengu svo allir leikmenn umsagnir um tímabilið í heild sinni, kosti og það sem leikmaður þarf að vinna í á næsta tímabili. Mikið var gert á þessu tímabili **félagslega**, s.s farið í fótboltagolf, bíó, sund, út að borða, spilað, gíst í Valsheimilinu, farið í óvissuferð, farið í Zúmba, æfingaferð á Akranes með 3. fl. karla og margt fleira. Hópurinn var gríðarlega samstíga og mikil samkennd ríkti.

Í desember á síðasta ári stóð flokkurinn fyrir 3 góðverkum sem hófst sem lítil hugmynd á æfingu.

- Stúlkurnar söfnuðu 8 svörtum pokum af unglíngafötum og gáfu Fjölskylduhjálpi Íslands ásamt því að fara á staðinn og fá fróðleiksmola um starfsemi.
- Flokkurinn og foreldrar þeirra stóðu fyrir dósasöfnun og fyrir peninginn sem safnaðist keyptu stúlkurnar 50 jólagjafir fyrir unglíngana sem þær settu undir jólatréð í Kringlunni.
- Síðan hélt flokkurinn jólaball fyrir unglíngana í Val og rann allur ágoði af því til Barnaspítala Hringins. Vel var tekið á móti flokknum af starfsfólki og börnum.



B lið 5. flokks karla sem lék til úrslita við KR um Íslandsmeistaratitilinn í knattspyrnu 2011. Efri röð frá vinstri: Valdimar Árnason, þjálfari, Hafþór Rúnar Guðmundsson, Hrólfur Eyjólfsson, Sveinn Óli Guðnason (sá sem rétt glyttir í), Dagur Þorfinnsson, Ísleifur Eldur Illugason, Axel Thor Aspelund og Agnar Kristinsson þjálfari. Neðri röð frá vinstri: Sturla Ármannsson, Stíven Tobar, Bjartur Elíasson, Tjörvi Gíslason og Broddi Gunnarsson.



Íslandsmeistarar og Reykjavíkumeistarar 3. flokks kvenna í knattspyrnu 2011. Efri röð frá vinstri: Margrét Magnúsdóttir, Ingunn Haraldsdóttir, Birta Sif Kristmannsdóttir, Katla Rún Arnórsdóttir, Eva Þóra Hartmannsdóttir, Hildur Antonsdóttir, Ásta Rún Agnarsdóttir, Elín Metta Jensen, Kara Magnúsdóttir, Svava Rós Guðmundsdóttir, Ása Bríet Ingólfssdóttir og Soffía Ámundadóttir. Neðri röð frá vinstri: Selma Dögg Björgvinsdóttir, Rúna Oddsdóttir, Vaka Njálssdóttir, Lisbet Sigurðardóttir, Berglind Rós Ágústsdóttir, Soffía Rún Gunnarsdóttir, Embla Ásgeirsdóttir, María Soffía Júlíusdóttir og Vigdís Birna Þorsteinsdóttir. Fremst á myndinni er Selma Dís Scheving með bikarinn.

Þessi góðverk opnuðu augu og hjörtu leikmanna þær urðu víðsýnni og þakklátar fyrir það sem þær eiga. 24 laugardaga í vetur stóð flokkurinn fyrir **Íþróttaskóla Vals** þar sem margir ungir iðkendur hefja göngu sína sem Valsarar. Leikmenn voru stundvísir, vinnusamir og Val til sóma í þessari grasrótavinnu fyrir félagið. Um 70 börn mættu á námskeiðin og komust færri að en vildu. Á heimaleikjum meistaraflokks karla í Vals stóð flokkurinn **sjoppuvaktina** og gerði það með mikilli þryði. Flokkurinn fór í þriggja mánaðar **nammibindi** yfir keppnistímabilið júní – sept. en leikmenn héldu það út mislengi eða allt frá 6 klst. – 3 mánuði. En 3 leikmenn sýndu mikinn sjálfsaga og unnu keppnina. Hljóta þær vegleg verðlaun – en þetta voru Ingunn, María og Katla. Foreldrar flokksins voru almennt mjög duglegir að koma að starfi flokksins en án **foreldrasamstarfs** er ekki hægt að leysa öll þau verkefni sem heilt tímabil bíður upp á. Þjálfarar vilja þó sérstaklega þakka tveimur foreldrum, Höllu og Báru, fyrir óeigingjarna vinnu fyrir flokkinn.

Þjálfarar flokksins voru Soffía Ámundadóttir og Margrét Magnúsdóttir.

Besta ástundun: Kara Magnúsdóttir
Mestu framfarir: María Soffía Júlíusdóttir

Leikmaður flokksins: Berglind Rós Ágústsdóttir

3. flokkur karla

3. flokkur karla átti í erfiðleikum framan af sumri. Strákarnir tóku miklum framförum og eftir að fyrsti sigurinn var í höfn kom sjálfstraustið og enduðu strákarnir í 5. sæti í C riðli með 10 stig. Strákarnir fóru á Gothia-cup í Svíþjóð og var það virkilega góð ferð bæði knattspyrnulega og félagslega. Sigur í riðlinum tryggði strákunum sæti í A-úrslitum mótsins, virkilega frábær árangur á þessu móti. Strákarnir voru virkir í félagsstarfi Vals og stóðu þeir ásamt stúlkunum í 3. flokki vaktina í sjoppunni á heimaleikjum meistaraflokks karla ásamt því að sinna dómgæslustörfum fyrir félagið. En strákarnir héldu líka góðum félagslegum tengslum við 3. flokk kvenna og enduðu þeir tímabilið á því að spila leik við þær á Vodafone vellið þar sem Fálkarnir voru með frábæra umgjörð. Það eru ljóst að 3. flokkur hefur að geyma nokkra efnilega leikmenn sem munu án efa spila með meistaraflokki Vals á komandi árum. Þjálfaraskipti urðu í flokknum í júní þegar Donni Þjálfari flokksins tók við meistaraflokki Tindastóls.

Þjálfarar flokksins voru Þór Hinriksson og Elvar Már Svansson.

Besta ástundun: Marteinn Högni Elíasson

Mestu framfarir: Sturla Magnússon
Leikmaður flokksins: Haukur Ásberg Hilmarsson

Friðriksbikar

Friðriksbikarinn í ár hlutu þau Ingunn Haraldsdóttir og Jón Hilmar Karlsson leikmenn 3. fl. kvenna og karla.

Lollabikar

Lollabikarinn í ár hlýtur Berglind Rós Ágústsdóttir, en hún varð Íslandsmeistari með 2. og 3. flokki og leikmaður í U17 ára landsliði Íslands.

Markmaður yngri flokka

Í vetur og sumar hafa markmenn æft vikulega á auka markmannsæfingum undir handleiðslu Ólafs Péturssonar markmannsþjálfara. Mæting hefur verið mjög góð og flestir markmannanna tekið miklum framförum. Æfingahópnum var skipt í tvo hópa þar sem annars vegar 6. og 5. flokkur karla og kvenna æfðu saman og hins vegar 4. og 3. flokkur sem æfðu líka saman. Á markmannsæfingum er farið yfir grunnatriði markvörslu: grip, staðsetningar, fótavinnu, skutlur, spörk o. fl. með það að meginmarkmiði að markmenn kunni að bregðast rétt við þegar þeir eru að spila hvort sem er á æfingum eða í leikjum. Sá markmaður sem fær verðlaun fyrir mestar framfarir hefur í mörg ár verið mjög duglegur að mæta á æfingar sama hvernig hefur viðrað, verið mjög áhugasamur og tekið leiðbeiningum mjög vel. Hann er því vel að þessum verðlaunum kominn. Þessi markmaður er Jón Freyr Eypórsson.

Uppskeruhátíð knattspyrnu



5. flokkur kvenna. Eydís Arnarsdóttir, Ísold Kristín Rúnarsdóttir, Diljá Hilmarsdóttir og Margrét Magnúsdóttir hjálfari.



5. flokkur karla. Frá vinstri: Breki Bjarnason hjálfari, Hrólfur Eyjólfsson, Hafþór Rúnar Guðmundsson, Broddi Gunnarsson og Valdimar Arnason hjálfari.



4. flokkur kvenna. Frá vinstri: Margrét Magnúsdóttir hjálfari, Þorgerður Einarsdóttir, Nína Kolbrún Gylfadóttir, Selma Dögg Björgvinsdóttir og Rakel Logadóttir.



4. fl. karla. Aron Elí Sævarsson og Sindri Scheving



Markmaður ársins yngri flokkar. Jón Freyr Eyþórsson.



3. flokkur kvenna. Frá vinstri: Soffía Ámundadóttir hjálfari, María Soffía Júlíusdóttir, Berglind Rós Ágústsdóttir, Kara Magnúsdóttir og Margrét Magnúsdóttir.



3. flokkur karla. Frá vinstri: Þór Hinriksson hjálfari, Sturla Magnússon, Haukur Ásberg Hilmarsson og Marteinn Högni Eltásson.



Fríðriksbikarinn 3. fl. kvenna. Ingunn Haraldsdóttir. Fríðriksbikarinn 3. fl. karla. Jón Hilmar Karlsson.



Lollabikarinn. Berglind Rós Ágústsdóttir 3. fl. kvenna og Hólmfríður Magnúsdóttir.



Leikmenn 2. fl. karla og kvenna. Breki Bjarnason og Þórdís María Aikman.



2. flokkur. Besta ástundun. Kristján Már Ólafsson og Þórhildur Svava Einarsdóttir.



2. flokkur karla. Efnilegastur. Guðmundur Már Þórsson.



2. flokkur kvenna. Efnilegust. Svana Rún Hermannsdóttir.



Viðurkenningar meistarafllokki kvenna: Laufey Ólafsdóttir, Hildur Antonsdóttir og Málfríður Erna Sigurðardóttir.



Besti leikmaður meistaraflokks karla: Atli Sveinn Þórarinnsson.



Efnilegasti leikmaður meistaraflokks karla: Rúnar Már Sigurjónsson og Friðjón Friðjónsson formaður knattspyrnudeildar.



Freyr Alexandersson aðstoðarhjálfari m.fl. karla, Kristján Guðmundsson hjálfari, Sigurbjörn Hreiðarsson sem var heiðraður fyrir framlag sitt til félagsins og Friðjón Friðjónsson formaður knattspyrnudeildar.





Sigurbjörn Örn Hreiðarsson

Það er ekki á hverjum degi sem félagið kveður leikmann sem náð hefur þeim einstaka áfanga að leika 20 ár í meistaraflokki með Val, tíma sem spannar fimmtung af 100 ára sögu félagsins. Sigurbjörn Hreiðarsson er langleikjahæsti leikmaður meistaraflokks karla frá upphafi og hefur hann leikið fleiri leiki en tölu verður á komið. Hann fagnaði m.a. Reykjavíkarmeistaratitli á afmælisárinu en í lok tímabils gekk Sigurbjörn til liðs við Hauka, systurfélag Vals, og verður þar spilandi þjálfari með liðinu á næsta tímabili í 1. deild. Valsblaðið óskar honum góðs gengis á nýjum vettvangi og verður honum seint þakkað ómetanlegt framlag til félagsins.



Við erum
hinum megin
við götuna!



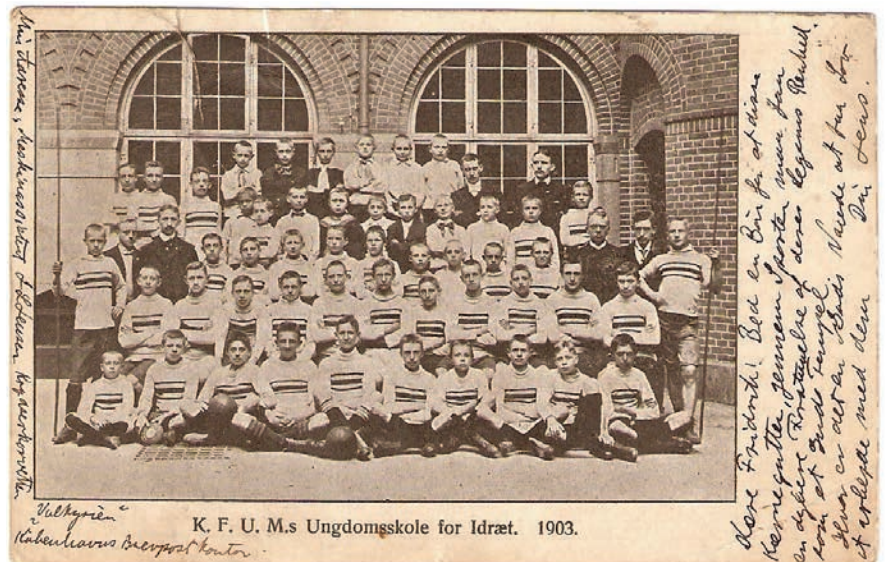
Flugvallarvegur · 101 Reykjavík · Pósthólf: 8500 · 128 Reykjavík
Sími: 511 5300 · Fax: 511 5301 · www.keiluhollin.is · www.bowling.is · www.golfhermir.is

Hugsjónir séra Friðriks Friðrikssonar um knattspyrnu fyrir og eftir stofnun Vals

Fyrstu kynni séra Friðriks af knattspyrnu

Engar áreiðanlegar heimildir eru fyrir því hvenær séra Friðrik Friðriksson kynntist knattspyrnu í fyrsta sinn. Líklegast verður þó að telja að það hafi hann gert er hann dvaldi við nám í Kaupmannahöfn á árunum 1893 til 1897. Strax á árinu 1895 var Friðrik til að mynda orðinn einn af vinsælustu leiðtogum unglíngadeildar KFUM í „Kónsins Köben“, en vitað er að um það leyti voru piltar í deildinni farnir að leggja reglulega stund á knattspyrnu yfir smartímann. Ólíklegt er að sú athafnasemi piltanna hafi farið fram hjá Friðriki þótt ekki sé honum tíðrætt um þau kynni í ævminningum sínum.

Þá er þess að geta að innan KFUM í Kaupmannahöfn var árið 1899 stofnað knattspyrnufélag sem nefnt var „KFUM's Boldklub“. Athygli vekur að einungis ári síðar var einnig stofnað knattspyrnufélag innan KFUM í Reykjavík. Það var nefnt „Fótboltafjelag Kristilegs unglíngafjelags“ og eru lög þess félags, rituð með hendi Friðrik Friðrikssonar, elstu varðveittu lög íslensks knattspyrnufélags. Í markmiðs-grein þeirra laga segir orðrætt: „Tilgangur fjelagsins er að æfa meðlimi sína í reglu-



Líklegt er að Friðrik Friðriksson hafi fyrst kynnt knattspyrnu er hann var sveitarstjóri í unglíngadeild KFUM í Kaupmannahöfn. Hér sést kort sem sr. Friðrik fékk árið 1903 frá einum af kennurum við íþróttaskóla KFUM þar í borg. Fremst sjást m.a. tveir fótboltar.

legum fótboltaleik og styðja með því að hollri og siðsamri skemmtan.“¹

Ívitnuð lög eru elsta heimildin um þau gildi og þær hugsjónir sem séra Friðrik Friðriksson tengdi við iðkun knattspyrnu.

Sú iðkun átti sem sagt ekki einungis að tengjast hollri hreyfingu og skemmtun heldur einnig siðsemi. Markmiðið hafði því allt í senn líkamlegt, félagslegt og siðferðilegt viðmið. Og rúmum áratug síðar, eftir að knattspyrnufélagin Valur og Hvatur komu til sögunnar, áttu þessar hugsjónir einungis eftir að dýpka og skerpast í huga séra Friðriks og tengjast hinu trúarlega markmiði KFUM með skýrum hætti.

„Stórfenglegt uppeldis- og fámningameðal“

Séra Friðrik Friðriksson hefur allvíða minnst á það í skrifum sínum hve mikil uppljómun það var fyrir sig að kynnst knattspyrnunni nánar árið 1911 eftir að ungir leiðtogar innan KFUM í Reykjavík tóku íþróttina upp á arma sína og stofnuðu „Fótboltafjelag K.F.U.M.“ í maímánuði það ár. Nokkru síðar var félagið nefnt Valur til aðgreiningar frá Hvati,



Ein elsta myndin af fótboltapiltum í KFUM, e.t.v. tekin þegar völluminn úti á Melum var vígður árið 1911. Athygli vekur að hve þrúðbúnir piltarnir eru og að nafn KFUM sést fyrir miðju marki.

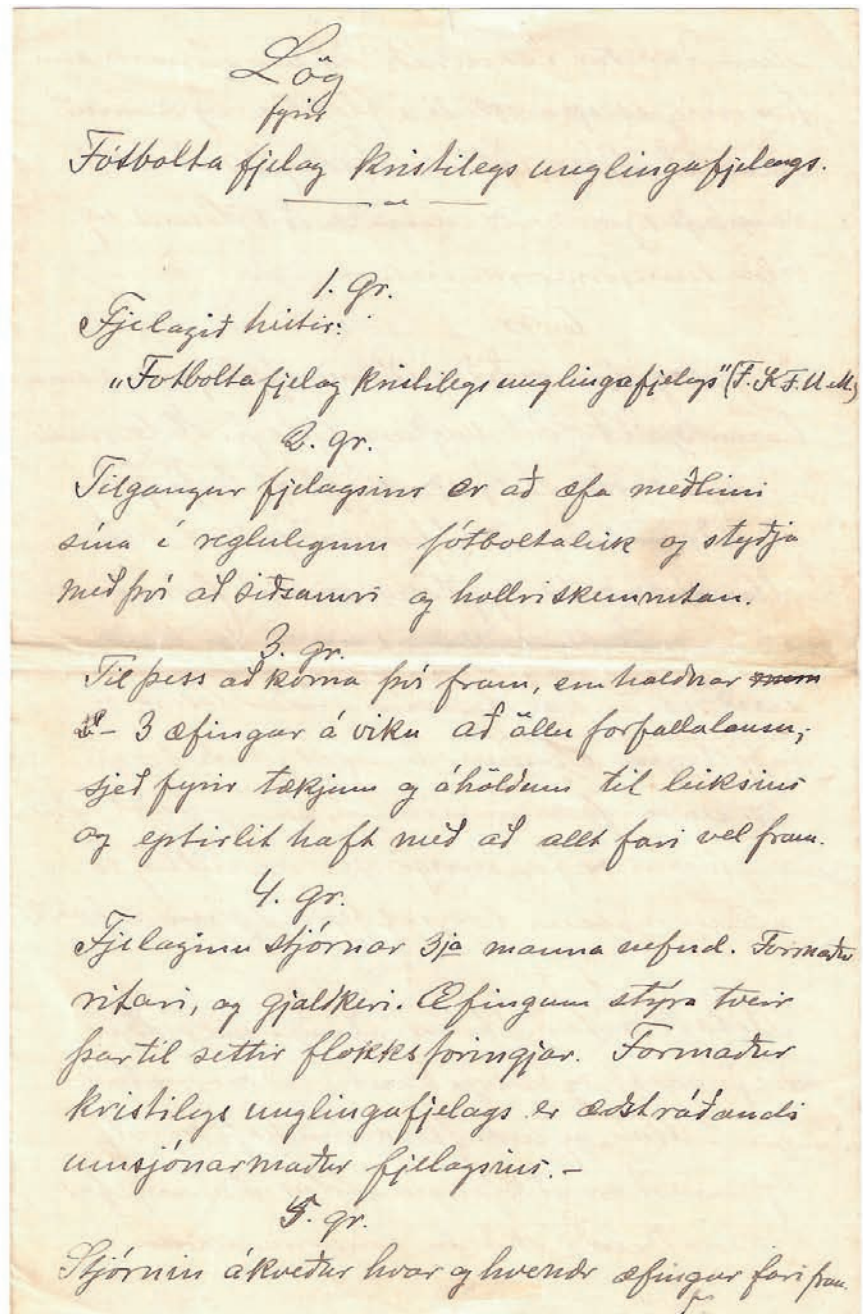


Ljóðaflokkurinn „Úti og inni“ var endurúttgefinn í viðhafnarútgáfu skömmu fyrir 1950. Ritid skreyta fallegar tréskurðarmyndir og á þessari sjást Valspiltar í knattspyrnu úti á Melum í nágrenni við loftskýtastöðina sem þar reis. Keilir í baksýn.

hinu fótboltafélaginu sem stofnað var innan KFUM sama sumar. Sameiginlega ruddu piltarnir í þessum tveimur félögum fyrsta fótoltasvæði KFUM úti á Melum, skammt vestan við núverandi aðalbyggingu Háskóla Íslands. Það svæði vígði séra Friðrik síðan 6. ágúst 1911 og ræðan sem hann flutti af því tilefni er merk heimild um þær fjölbættu hugsjónir sem hann tengdi knattspyrnuíðkun pilta í KFUM.²

Áður en sjálf ruðningsvinnan við fótoltasvæðið hófst, að fengnu leyfi bæjarstjórnar Reykjavíkur, varð séra Friðrik eitt sinn vitni að fótoltasvæðingunni drengjanna úti á grýttum og holóttum Melum. Enginn völlum hafði verið markaður en nokkrir steinar í hrúgu voru ígildi markstanga og þar stóð markvörður sem Friðrik hélt í fyrstu að væri hafður útundan í leiknum! En svo fékk hann piltana til að ræða sér upp í stöður og útskýra fyrir sér leikinn. Þóttist hann þá sjá ýmis líkindi með skipulagi hans og því skipulagi sem fylkingar Rómverja nýttu sér til forna og sá í hendi sér að leikur þessi gæti verið „stórfenglegt uppeldis- og tanningsmeðal“ ef vel væri að honum staðið.³

Þegar vinnan við vallarsvæðið hófst lá Friðrik ekki á liði sínu og tók jafnframt að yrkja 100 erinda drápu í hrynhendum



Upphaf elstu laga íslensks knattspyrnufélags frá júní 1900, rituð með hendi Friðriks Friðrikssonar.

tröllshætti með Liljulagi um sumarlífið í KFUM, þar á meðal um knattspyrnuna og gildi hennar í víðu samhengi. Þar lýsir Friðrik á listilegan hátt hvernig hann sér fyrir sér að knattspyrnan geti gert menn að betri mönnum og sér í raun knattspyrnuvöllinn, og það sem þar gerist, sem smækkaða mynd af leikvangi lífsins. Þetta kemur meðal annars ljóslega fram í versni 46, sem svo hljóðar:

Hugarsjón jeg sá mjer skína
Síðast í kvöld í leikjum völdum;

Leit jeg í gegnum leikinn bragna
Listum týgjaða veröld nýja.
Leikur er mynd af lífi stundar,
Lærdóm bak við sjá má spakan.
Leikur er skóli að læri halir
Að lifa rjett og fordast pretti.⁴

Hér gefst ekki tómt til að gera hinni stórmerku drápu Friðriks þau skil sem vert væri en tilgangi hennar, hvað knattspyrnuna varðar, lýsir Friðrik ágætlega í bréfi til ungs vinar síns, Páls Kolka, í ágúst 1911. Þá hafði Friðrik þegar samið rúm-

lega 70 erindi og útskýrir tilgang sinn fyrir Páli:

„Máttu nú af þessu sjá hver muni tilgangur og stefna kvæðisins. Knattleikurinn er ekki aðeins til skemmtunar og líkams heilsubóta, heldur og meðal til þess að göfga andann og kenna mönnum að hafa vald yfir sjer, hreyfingum sínum og gedshræringum.“⁵

„Fair Play“

Óvíða koma hugsjónir séra Friðriks Friðrikssonar varðandi knattspyrnuna skýrar fram en í ræðu hans, „Fair Play“, sem hann flutti „við vígslu fótboltsvæðis K.F.U.M. 6. ágúst 1911“, enda vart tilviljun að einkunnarorð Vals: „látið aldrei kappið bera fegurðina ofurlíða“, skuli einmitt tekin úr þeirri ræðu.⁶ Í raun má segja að umrædd vígsluræða Friðriks sé að stórum hluta til eins konar safn speki-orða og hollra ráða sem ég hygg að öllum sem iðka eða unna knattspyrnu, nú 100 árum síðar, sé hollt að ígrunda og spegla sig í. Hollráð Friðriks nálgast knattspyrnuna frá líkamlegum, félagslegum, siðferðislegum og trúarlegum sjónarhóli og í því sem hér fer á eftir eru þau flokkuð saman eftir efni og innihaldi eins og þau eru orðuð í umræddri vígsluræðu:

Knattspyrnan sem líkamleg æfing og heilsubót

- Æfið augun að sjá fljótt, hvað gjöra skal.
- Æfið fæturna til þess að þeir gefi máttulegt spark eftir því sem augað reiknar út að með þurfi.
- Æfið hendurnar til þess að fálma ekki út í bláinn, til þess að gjöra einmitt þær hreyfingar, sem við eiga; látið hendur og handleggji verða svo sjaldan sem unt er fyrir knettinum.
- Látið ekki líkamann vera í 18 hlykkjum, heldur látið hvern vöðva vera stæltan og allan líkamann í þeirri stellingu sem fegurst er.
- Leikinn höfum vjer oss sjálfum til hressingar og heilsusamlegrar hreyfingar.
- [Leikurinn] á að hafa ... styrkjandi áhrif á líkamann.

Knattspyrnan sem æfing í samvinnu og tækifæri til aukins félagslegs þroska

- Verið þar á svæðinu sem yður ber að vera hverjum samkvæmt skyldu sinni og varast blindan ákafa og fum.

- Verið fljótir að hlýða þeim sem leik stjórnarna, einnig þó að þeir sju yngri.
- Látið aldrei koma óánægju upp hjá yður, vegna þess hlutverks, sem þjer hafið fengið í leiknum; gætið að því, að hver staða í leiknum er þýðingarmikil og nauðsynleg.
- Markvörðurinn og bakverðirnir eru eins þýðingarmiklir eins og frumherjarnir. Þar er enginn mismunur, hver hefir síns hlutverks að gæta.
- Sjerhver yðar leggi þá alúð inn í sitt hlutverk eins og leikslökin væru undir trúmensku hans eins komin.
- Þjónustusemi og veglyndi einkenni alla framkomu vora, bæði á leiksvæðinu og utan leiks.
- [Leikurinn] er einn liður í starfi K.F.U.M., sem glæðir og viðheldur fjelagslífinu á sumrin.
- Með leik yðar getið þjer gjört K.F.U.M. bæði sóma og gagn, en þjer getið líka gjört því tjón og skömm. Gætið vel að því.
- Gjörrið ekkert út í bláinn, en vitið ávalt hvað þjer viljið, og hvers vegna þjer gjörrið þetta eða hitt.

Knattspyrnan sem endurspeglar list, fegurð og siðsemi

- Það er fagurt að sjá unga menn með stælda vöðva, fagran limaburð og þrekmikinn vilja keppa í siðsömum leik.
- Leggið alla stund á að leggja fegurð inn í leik yðar.
- Látið aldrei kappið bera fegurðina ofurlíða.
- [Leikurinn] á að hafa ... göfgandi áhrif á sálina.
- Sá sem leikur af sannri íþrótt, stillingu, kappi og fegurð, vinnur sjer sóma, þótt annar verði yfirsterkari.

Knattspyrnan sem tæki til að læra sjálfstjórn og varkarni í orðum

- Þjer ungu menn ... sýnið að þjer getið leikið með kappi og fjöri og þó sem göfugir ungir menn, sem fullkomlega hafið vald yfir yður. – Náið þessu valdi hvað sem það kostar.
- Hjer á þessum velli má aldrei heyrast ljótt orðbragð, ekkert blótsyrði, engin keksni, engin særandi orð, enginn gárungaháttur nje háreysti.
- Æfið tungu yðar, svo að engin óþarfa orð heyrist.
- Látið aldrei ófagurt *pex* eða þráttanir skemma leikinn.
- [Leikurinn] á að vera uppeldis meðal til þess að ná meiru og meiru valdi yfir sjálfum sjer.

Knattspyrnan sem æfing í heiðarleika, tilítssemi, högværð og lítillæti

- Allur þjónskapur veri langt frá yður.
- Kærið yður ekki um að vinna með röngu eða ódrengilegu bragði.
- Þeir sterkari boli aldrei hinum yngri og linar frá rjettum leik.
- Segið ávalt satt og venjið yður á að segja til ef yður verður eitthvað á og játa það.
- Hælist aldrei yfir þeim sem tapa, og gleðjist líka yfir velleiknu sparki hjá mótleiksmönnum yðar.
- Leiðrjettið og segið til með högværð þeim sem óæfðari eru og kallið engan *klaufa*, þótt örðugt gangi í fyrstu.
- Öll mikilmennska, mont og yfirlæti sje langt frá yður, en högværð og lítillæti sje þryði og aðalsmerki hinna beztu.
- Sá sem temur sjálfan sig og reynist trúr í hinum minstu atríðum leiksins, undirbýr sig með því til þess að geta lifað í trúmennsku og prettaleysi í skyldustörfum lífsins.
- Sá sem hagar sjer óheiðarlega í leik, verður varla fastur fyrir í ráðvendni lífsins.
- Þeim unglíng, sem temur sér pretti og ógöfuga framkomu á leiksvæðinu, get jeg ekki vel treyst í því sem meira er undir komið.
- Tilgangur vor er sá, að nota leikina oss til gagns inn á við, en ekki fordíldar út á við.
- Munið ávalt eftir því, að leikur vor er ekki aðeins stundargaman, heldur á hann að vera til þess að gjöra oss *betri, göfugri, heiðarlegri og karlmannlegri* með hverri æfing.

Knattspyrnan sem liður í trúarlegum þroska

- Allar íþróttir, útileikir o.s.frv., allt það sem í daglegu tali er kallað sport, það getur vel samrýmst anda og tilgangi félagsins, ef þess að eins er gætt að það verði ávalt hið annað í röðinni, aldrei höfuðatriði, aldrei takmark.
- Nú viljum vjer setja á fótboltastarfsemi K.F.U.M. bjöllu með þessari áritun: Helgað drottni!
- Vjer vinnum allt með því að helga það guði. Enginn þarf að halda að hann verði daufingi við það að helga leik sinn eða íþrótt guði; öðru nær.
- En ef vjer helgum guði þenna vorn leik, má ekkert ósæmilegt eiga sjer stað á leikvelli vorum. Leikurinn óprýkkar við allt ósæmilegt.
- [Leikurinn] ... á að gjöra oss færari til þess að þjóna guði í hreinleika líkama, sálar og anda.
- Samlíf vort á leiksvæðinu og utan þess á

að efla kristindóm vörn og vera guði til dýrðar. Það er höfuð-markmiðið.

- Líkamleg æfing er til lítils nýt, en guðhræðslan er til allra hluta nýtsamleg og hefur fyrirheit bæði fyrir þetta líf og hið tilkomanda (I. Tím. 4,8).

Framangreind hollráð séra Friðriks Friðrikssonar lýsa bæði persónu og hugsjónum Friðriks afar vel og eru mjög í takt við þá meginstefnu sem hann markaði starfi KFUM og KFUK á sínum tíma, að efla æsku Íslands til líkama, sálar og anda. Hinn trúarlegi og siðferðilegi boð-

skapur er þar einnig skýr og afdráttarlaus og knýr okkur, hvert og eitt, til gagnrýnnar sjálfsskoðunar sem á vel við í aðdraganda helgra jóla.

Tilvísanir

¹ „Lög fyrir Fótboltafjelag Kristilegs unglingsfélags“ frá 28. júní 1900 (Skjöl KFUM 302:20).

² Ræðuna nefndi séra Friðrik „Fair Play“ og hún birtist í riti hans *Úti og inni* árið 1912, bls. 59–67. Nánar er fjallað um hana í lok þessarar greinar.

³ Friðrik Friðriksson: *Keppinautar*, Reykjavík 1931, bls. 135–137.

⁴ Friðrik Friðriksson: *Úti og inni*, Reykjavík 1912, bls. 23. Feitletrun sett hér til að sýna innrýmið í ljóðahættinum.

⁵ Bréf Friðriks Friðrikssonar til Páls V. Guðmundssonar Kolka, dags. 11/8 1911, bls. 3–4 (Skjöl Friðriks Friðrikssonar nr. 08.24). Páll varð síðar landskunnur héraðslæknir og leysti séra Friðrik m.a. af sem framkvæmdastjóri KFUM í Reykjavík veturinn 1913–1914.

⁶ Friðrik Friðriksson *Úti og inni*, Reykjavík 1912, bls. 59–67. Einkunnarorð Vals eru á bls. 63.

Skemmtileg ferð 3. flokks karla í knattspyrnu á Gothia Cup í Svíþjóð

Sunnudaginn 17. júlí 2011 fóru strákarnir úr 3. flokki Vals í fótbolta til Svíþjóðar að keppa á Gothia Cup. Strákarnir áttu fyrsta leik við Nackdala strax á mánudagsmorguninn. Sá leikur endaði 6-0 fyrir Val. Það voru þeir Dagur, Viktor, Marteinn og Jón Hilmar sem skoruðu eitt mark en Haukur skoraði tvö. Á þriðjudeginum vöknudu þeir snemma morguns og gerðu sig tilbúna til að keppa á móti gríðarlega sterku liði, Liria. Þegar strákarnir voru búnir að vera hita upp í rúman hálf tíma mættu Liria ekki til leiks. Mótsnefnd Gothia Cup úrskurðaði þá Val 3-0 sigur. Seinna sama dag áttum við leik við Fyllingen, en sá leikur fór ekki á vel þar sem Fyllingen bar sigur á hólm 2-1. Haukur skoraði mark Valsmanna. Þá áttu valsmenn bara einn leik eftir í riðlinum sem fór fram á miðvikudagsmorgni. Sá leikur fór 0-0 þrátt fyrir hörkuleik. Strákunum tókst að vinna riðilinn og komast í 32. liða A úrslit.

Ósanngjarnt tap í 32 liða A úrslitum

Valsstrákarnir áttu leik við Hille IF á fimmtudeginum í 32 liða úrslitum. Sá leikur fór ekki vel þar sem Valsmenn töpuðu 3-0 þrátt fyrir að hafa verið betra liðið á vellinum. Þeir fengu á sig eitt mark en héldu áfram að veita andstæðingunum sínum mikla pressu. Þá var einum leikmanni Vals að nafni Kára vikið af velli fyrir litlar sakir og í kjölfarið skoruðu andstæðingarnir 2 mörk til viðbótar. Upplýsingafulltrúi liðsins sagði að sænsku dómarnir væru mjög strangir

og var Kára vikið af velli fyrir að setja upp „hissa svip“. Kári hafði það hlutverk að passa þeirra sterkasta mann og skilaði því hlutverki glæsilega framan af. Þrátt fyrir tapið er óhætt að segja að árangur þeirra sé frábær og félaginu til sóma.

Stuð í skemmtigörðum

Þetta var þá þeirra síðasti leikur í ferðinni en þrjár dagar voru enn eftir. Seinni partinn á fimmtudeginum var frjáls tími, sumir fóru í búðir en aðrir héngu bara upp í skóla. Á föstudeginum fóru strákarnir í skemmtigarðinn Liseberg. Þeir fóru í stærsta fallturn Evrópu og nokkra rússibana. Einnig freistuðu sumir gæfunnar á skotbökkum og í öðrum þrautum og var buddan orðin ansi létt eftir þessa ferð. Strákarnir byrjuðu laugardaginn á að skipta í lið með stelpunum í Tindastól sem voru í sama skóla og þeir og spila. Síðan var ferðinni haldið á vísindasafnið í Gautaborg og fannst flestum það ansi fróðlegt og skemmtilegt. Seinni part dags var aðeins kíkt í búðir og leitað að stað til að borða á. Fundum engan stað svo við fórum aftur til baka í skólann og rákumst þá á ansi góðan Kebabpizzustað.

Seinkun á flugi og gott að koma heim

Sunnudagurinn var síðasti dagur ferðarinnar og var því ákveðið að fara í Vatnsrennibrautagarðinn *Skara sommerland*. Þrátt fyrir leiðinlegt veður skemmtu sér



flest allir vel. Næst á dagskrá var að fara á flugvöllinn. Þegar komið var þangað fréttu þeir af sex tíma seinkun flugsins. Strákarnir létu það ekki á sig fá og náðu að stytta tímann með skemmtilegum leikjum og spjalli við hin íslensku liðin. Lentum seint og síðar meir í Keflavík þar sem foreldrar tóku við börnum sínum eftir frábæra ferð.

Marteinn Högni Eliasson skráði



Konni kónugur, stuðningsmaður nr. 1 og Atli Már.

Ég vil sjá unga uppalda leikmenn koma upp í meistaraflokkana hjá Val

Atli Már Báruson er tvítugur og leikur handbolta með meistaraflokki

Nám: Er að ljúka við nám í MH.

Kærasta: Katrín Gylfadóttir.

Hvað ætlar þú að verða: Vonandi ríkur.

Af hverju Valur: Ég held að afi minn hafi ekki tekið neitt annað í mál þegar ég var yngri.

Hjá hvaða liðum hefur þú verið í handbolta: Ég hef alltaf verið í Val.

Frægur Valsari í fjölskyldunni: Líklega er afi minn þekktastur, Jóhann Birgisson.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum: Bara mjög vel, þau hafa alltaf mætt á alla leiki sem þau komast á.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni: Ég held það séu nú ekkert margir íþróttamenn í fjölskyldunni fyrir utan mig en ætli það séu ekki yngri systkini mín, mamma þykist líka hafa getað eitthvað í handbolta einhvern tímann fyrir aldamótin.

Hvað gætir þú aldrei hugsað þér að verða: Miðjumaður í fótbolta, alltof mikið af hlaupum.

Stjörnuspa þín fyrir næsta ár: Halda

áfram að bæta mig í handbolta og útskrifast úr MH.

Af hverju handbolta: Mér fannst handboltinn bara skemmtilegri þegar ég þurfti á endanum að velja á milli hans og fótboltans, svo er líka allt of kalt á veturna til þess að vera að æfa fótbolta.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Ég var valinn á einhverjar úrtaksæfingar í fótbolta í 3. flokki en hápunkturinn í því sporti er líklega þegar við urðum Lotto-mótsmeistarar a-liða í 7. flokki í fótboltanum á mínu fyrsta fótboltamóti.

Eftirminnilegast frá 100 ára afmælisári Vals: Bikarmeistaratitillinn hjá okkur á seinasta tímabili er það sem mér finnst eftirminnilegast, enda var það fyrsti alvöru titill sem ég hef unnið.

Ein setning eftir tímabilið: Bikarkeppnin er skemmtileg.

Hvernig gengur í vetur: Vonandi bara vel.

Besti stuðningsmaðurinn: Konni fær þann heiður.

Erfiðustu samherjarnir: Það gat tekið á að vera með Frikka markmanni sem var hjá okkur í fyrra í upphitunarboltanum, hann var ekkert sérstakur í fótbolta þó hann hafi haldið öðru fram.

Erfiðustu mótherjarnir: Ég veit það ekki, nema kannski Fram í yngri flokkunum, okkur gekk alltaf frekar illa með þá.

Mesta prakkarastrik: Einhvern tímann í einhverri handboltaferð á Akureyri þá dingluðum við á bjöllur hjá fólki og hlupum í burtu svo biðu nokkrir strákar tilbúnir með snjóbolta og köstuðu í þá sem komu til dyra, ef ég man rétt þá var þjálfarinn okkar á þessum tíma með okkur í þessu.

Fyndnasta atvik: Það var þegar við vorum í handboltaferð fyrir einhverjum árum. Þegar við vorum að fara sofa eitt kvöldið þá hélt einn liðsfélagi okkar að allir væru sofnaðir og ætlar að gera vel við sig. Við komum allir upp um hann og það var virkilega myndið.

Stærsta stundin: Ætli það sé ekki bara bikarmeistaratitillinn á seinasta tímabili.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val: Katrín Gylfadóttir í fótboltanum.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val: Kolbeinn Kárasón í fótboltanum, hef heyrt að hann sé ágætis boxari líka. Í handboltanum eru það líklega „bræðurnir“ Maggi Hollywood og Gunnar Harðarson, þeir eru skemmtilegt combo.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val: Mér líst bara nokkuð vel á þá, hef eitthvað tekið þátt í þjálfningu þá og ég held að framtíðin sé björt.

Eftirminnilegasti þjálfari þinn: Ætli það sé ekki Hannes Jón Jónsson sem þjálfaði mig í 6. flokki.

Hvað lýsir þínum húmor best: Kaldhæðinn og svolítið svartur húmor.

Fleygustu orð: Mér finnst bollur ekkert góðar, borða bara svona 4 á bolludaginn. Þetta var þegar ég hélt því fram að ég borðaði ekki bollur á bolludeginum.

Mottó: Hakuna matata.

Leyndasti draumur: Ætli það sé ekki bara að geta sungið, því miður er það eitthvað sem ég er ekki beðinn um að gera mikið af.

Við hvaða aðstæður lifur þér best: Í Fifa með strákunum, tapa aldrei.

Hvaða setningu notarðu oftast: „Ég veit það ekki“.

Skemmtilegustu gallarnir: Ætli skemmtilegasti gallinn sé ekki sá sem gaf mér viðurnefnið „læðan“.

Fyrirmynd þín í handbolta: Þegar ég var yngri hélt ég mikið upp á Valsarana Ólaf Stefánsson, Geir Sveinsson, Guðmund Hrafnkels og Dag Sigurðsson.

Draumur um atvinnumennsku í handbolta: Hann er til staðar.

Draumur um að leika á Ólympíuleikum í London 2012: Það byrjaði bara sem grín hjá okkur strákunum þar sem Bretland er að halda Ólympíuleikana. Síðan fyrir einhverju síðan sendi Ingvar markmaður mér póst á facebook þar sem verið var að leita að handboltamönnum sem gætu leikið fyrir breska landsliðið. Ég ákvað að senda inn umsókn og fékk svo svar nokkrum dögum síðar um að þeir hefðu áhuga á að bjóða mér á reynslu til þeirra, en ég þyrfti fyrst að fá breskt ríkisfang. Blóðfaðir minn er breskur en ég hef aldrei verið í miklu sambandi við hann. Núna þarf ég bara að ná sambandi við hann og fá einhverjar upplýsingar um hann svo ég geti sent inn umsókn um að fá breskt ríkisfang og þá get ég farið út á reynslu til þeirra.

Landsliðsdraumar þínir: Ég held að allir handboltamenn og bara íþróttamenn yfir höfuð dreymi um að spila fyrir landsliðið.

Besta hljómsveit: Coldplay og Mumford and Sons eru góðar.

Besta bíómynd: Anchorman alltaf góð.

Besta bók: Biblían.

Besta lag: The circle of life.

Uppáhaldsvefsíðan: skoða facebook og fotbolti.net alltof mikið.

Uppáhaldsfélag í enska boltanum: Chelsea.

Eftir hverju sérðu mest: Að hafa verið svona latur í náminu í MH og ekki útskrifast seinasta vor.

Nokkur orð um núverandi þjálfara: Hann er góður þjálfari.

Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Myndi halda áfram að byggja upp gott yngriflokkastarf því það er einn mikilvægast þátturinn í því ef Valur ætlar að halda áfram að vera í fremstu röð. Svo myndi ég líka láta stækka handboltaklefan og gera hann jafn stóran og fótbolta-klefan.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda: Hún er eins og hún gerist best.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Eins og allir Valsmenn vil ég halda áfram að sjá titla koma í hús og sjá unga uppald leikmenn koma upp í meistaraflokkana.



Innritun og upplýsingar á **dansskoli.is** eða í síma 553 6645

Tjútt
Salsa
Break
Street
Mambó
Hip Hop
Freestyle
Brúðarvals
Barnadansar
Ballroomdansar
Suður-amerískir dansar
Sérnámskeið fyrir hópa
Börn – Unglingar – Fullorðnir



Ýmis starfsmanna-, stéttar- og sveitarfélög
veita styrki vegna dansnámskeiða.

Dansráð Íslands | Faglærðir danskennarar

DANSSKÓLI
Jóns Péturs og Kóru
Dansfélag Reykjavíkur

Valsheimilið Hlíðarenda | sími 553 6645 | fax 568 3545 | dans@dansskoli.is

Eftir Sigurð Ásbjörnsson



Það eru kostir og gallar á báðum stöðum

Flottir Valsfeðgar á vígsluhátíð íþróttahúss Vals 2007. Goðsögnin, Sigurður Dagsson (t.h.) ásamt Degi, syni sínum og framkvæmdastjóra Vals, og sonarsyninum og nafna sínum, Sigurði Dagssyni. Guttinn lengst til vinstri er sonur Óskars Bjarna Óskarssonar og heitir Arnór Snær. Allir gegndu þeir einhverju hlutverki á vígsluhátíðinni.

Dagur Sigurðsson er í hópi okkar fræknustu manna. Hann er fæddur árið 1973 og spilaði í yngri flokkum Vals með þeim sigursæla árgangi sem varð Íslandsmeistari ár eftir ár. Dagur spilaði allan sinn feril á Íslandi með Val áður en hann hélt í atvinnumennsku. Eftir að Dagur hætti að spila sjálfur hóf hann feril sem þjálfari og gat sér gott orð sem landsliðþjálfari Austurríkis og ekki síður núna sem þjálfari Füsche Berlín í Þýskalandi. Undirritaður hringdi eitt kvöld um miðjan desember í Dag til að fá hann til að bera saman handboltann í Þýskalandi og á Íslandi. En áður en að því kom höfðu leikmenn í öðrum og þriðja flokki lagt til spurningar sem viðtalið byggir á.

Þrír íslenskir þjálfarar að þjálfra topplið í handbolta í Þýskalandi

Það vekur athygli að þrír íslenskir þjálfarar eru að þjálfra topplið í Bundesligunni. Þetta segir okkur að annaðhvort eru íslenskir þjálfarar afburðagóðir eða Þjóðverjar eru í nokkurri lægð. Hvernig upplifir þú stöðuna?

„Ég held að það sé sitt lítið af hvoru. Þjóðverjarnir hafa setið eftir í taktískri leiðbeiningu og leiðbeiningu um spil. Þar erum við með ákveðið forskot. Við vorum sérstaklega fljótir að tileinka okkur vinnuna með tölvuforrit. Þá urðum við fljótir að vinna með leikgreiningar. En ég held að það að við séum þrír (innskot: Alfreð Gíslason þjálfari Kiel og Guðmundur Guðmundsson þjálfari Rhein Neckar Löwen) um þessar mundir sé að nokkru leyti tilviljun. Aron og Patrekur voru líka hér í fyrra og síðan er Aðalsteinn Eyjólfsson hjá Eisenach. Ég held að Alfreð hafi að nokkru leyti rutt brautina. Árangur íslenska landsliðsins sem hefur verið á stórmótum í áratugi hefur vakið gríðarlega athygli og ekki síst verðlaunasætin á síðustu mótum. Þá hefur farið mjög gott orð af íslenskum leikmönnum. Það er því augljóst að eitthvað erum við að gera rétt.“

En varðandi lægðina á þýska landsliðinu, skýtur það ekki skökku við þar sem deildin er sú sterkasta í heimi?

„Þetta er ekkert ósvipað og fótboltinn í

Englandi. Það fylgja því bæði kostir og gallar að vera með bestu deild í heimi. Þýsku leikmennirnir verða miklar stórstjörnur án þess að þurfa að hafa neitt sérstaklega mikið fyrir því. Þeir verða tiltölulega fljótt vinsælir hjá liðinu og eiga tiltölulega greiða leið inn í þýska landsliðshópinn og margir vart búnir að sanna sig sem slíkir, en ættu frekar að teljast efnilegir Þjóðverjar. Það sem íslenskir leikmenn hafa fram yfir þá þýsku er að þeir fá gott uppeldi í íslenskum félagsliðum. Íslensku leikmennirnir alast upp í miklu meiri nálægð við meistaraflokkinn og það eru á allan hátt mun styttri leiðir heldur en gerist hér í Þýskalandi.“

Þegar þú hófst þinn feril sem þjálfari er eitthvað sérstakt sem þú tókst með þér sem þú kynntist í handboltanum hér heima?

„Já ég tek mjög margt frá Þorbirni Jenssyni, einkum andann sem ríkti á æfingum hjá honum. Það er ákveðinn léttleiki án þess að menn séu værukærir og er ætlast til að menn taki vel á því. En margvíslega taktík hef ég tekið upp eftir bæði þeim Boris Bjarna Akbachev, Viggó Sigurðssyni og flottum þjálfara sem ég var með í Japan. En margt af þessu gerist ósjálfrátt og síðan leggur maður ýmislegt til sjálfur.“

Mikill munur á yngri flokka starfi á Íslandi og í Þýskalandi

Hvernig er háttað samspili milli íþrótt-

greina hjá þýsku félögum og hvernig gengur það fyrir sig þegar menn velja á milli greina, t.d. handbolta og fótbolta?

„Það er ekki alltaf sem liðin í Bundesligunni eru bæði með afrekslið í t.d. handbolta og fótbolta. En meginmunurinn er samt sá að liðin í Bundesligunni eru ekki með samfelld yngri flokka starf. Hér í Berlín, þar sem búa um 4 milljónir manna, eru mjög mörg lið, nánast í hverju hverfi með yngri flokka starf. Við hjá Füshe Berlín tökum ekki við leikmönnum fyrir en þeir eru komnir í 2. eða 3. flokk. Þannig að við höfum engin áhrif á þjálfun mjög ungra leikmanna sem er í raun nauðsynlegt að hafa. Sú þróun er öll á eftir hér í Þýskalandi og hér væri það óhugsandi að Óskar Bjarni sem þjálfari meistaraflokks skuli jafnframt vera með yngstu guttana hjá Val. Þetta er algjörlega ómetanlegt hvort heldur fyrir foreldra sem eiga börn í Val eða fyrir félagið til framtíðar.”

En hvernig er háttað keppni í yngstu flokkunum í Þýskalandi? Er ekki eitt-hvað Þýskalandsmót í 5. flokki?

„Það er mjög mikið af mótum sem eru svæðisbundin. Liðin á Berlínarsvæðinu keppa innbyrðis. Ég þekki það líka með krakkana mína í fótbolthanum að það er stórt verkefni að spila í Berlínardeild. Eftir því sem ofar dregur þá fer að aukast samkeppni og mótum fjölgar og þá keppa þau á úrslitakeppnum í lok ársins á landsvísi. Einnig keppa sín í milli úrvalslið svæða.”

En hvernig er æfingum háttað fyrir stelpur og stráka? Er sams konar fyrirkomulag á æfingum og keppni?

„Já, það held ég án þess að hafa kynnt mér það í þáuga. Stelpurnar mínar hafa verið í fótbolthanum rétt eins og guttinn og starfið og skipulag þess virðist vera það sama. Stelpan mín lenti reyndar í því að kvennadeildin var lögð niður og hún þurfti að finna sér nýtt lið. Fótboltinn í Þýskalandi er mikið karlasport og stelpurnar eiga mjög á brattann að sækja. Það er mikill munur á aðsókn á leiki og iðkendum eftir kynjum. En það hafa samt sem áður allir aðgang að þeim æfingum sem þeir óska. En dóttir mín hefur komist í úrvalslið Berlínar sem sýnir að það er hellingur í boði fyrir stelpurnar líka.”

Hver er helsti munurinn á markmannspjálfunum í Þýskalandi og á Íslandi?

„Þetta er bæði mjög persónubundið og bundið við fyrirkomulag einstakra liða. Hér hjá okkur í meistaraflokki erum við

ekki með sérstakan markmannspjálfa heldur sé ég um það sjálfur. En í yngri liðunum hafa þeir aðgang að markmannspjálfa. Þar er ákveðinn skóli í gangi en annars liggur þetta mjög mikið hjá leikmönnum sjálfum að afla sér upplýsinga og æfinga.”

Hvað með aðrar stöður innan liðsins? Eru menn meira og minna allir í sama prógramminu eða er verið að vinna sérstaklega með leikmenn eftir því hvaða stöðu þeir spila?

„Umgjörðin hjá 2. og 3. flokki er klárlega betri heldur en umgjörðin hjá sömu flokkum heima. Það þýðir alls ekki að það sé eitthvað auðveldara að verða góður hérna heldur en hjá Val. Þvert á móti þá þurfa strákarnir heima að hugsa meira um sig sjálfir en ekki bara að láta mata sig af einhverjum öðrum. Það er stór hluti af þessu og strákar sem koma frá Íslandi sem eru búnir að berjast í þessu sjálfir en ekki eingöngu að taka við fyrir-mælum frá þjálfurum eru oft að koma miklu betur út heldur en strákar sem koma upp úr þessu þýska kerfi. Þýsku strákana vantar oft þennan sjálfsaga og þá hugsun að þeir séu að gera þetta fyrir sjálfa sig. Þess utan er íslenski liðsandiinn sem hefur verið ráðandi innan landsliðsins dáður af handknattleiksheiminum út um allt.”

Þetta leiðir hugann að þeirri spurningu hver sé megin munurinn á hugarfari íslenskra og þýskra ungmenna. T.d. með tilliti til metnaðar, vinnusemi osfrv.?

„Ég held að góðar fyrirmyndir séu lyklatríði í íþróttum. Ég held að á Íslandi

höfum við verið gríðarlega heppin með slíkar fyrirmyndir. Ég minnst þess sjálfur að sem gutti leit ég sérstaklega upp til Geirs Sveinssonar, Júlíusar Jónssonar, Jakobs Sigurðssonar, Valdimars Grímssonar, Einars Þorvarðarsonar og fleiri kapp. Í raun draga slíkar fyrirmyndir mann áfram og draga mann inn í ákveðið mynstur. Þessu finna menn fyrir sem koma inn í landsliðið. Þar kynnast þeir sem yngri eru ákveðinni samstöðu og ráðandi karakter sem hefur varðveist innan hópsins. Það að Ólafur Stefánsson er búinn að fara á 19 stórmót í röð væri óhugsandi í Þýskalandi. Núna er staðan þannig í Þýskalandi að það eru 2–3 leikmenn sem gefa ekki kost á sér af því að þeir eru svo miklar prímadonnur. Þetta væri óhugsandi hjá íslenska landsliðinu.”

Ég hef hins vegar alltaf litið á þýskan karakter sem mjög vinnusaman á meðan við Íslendingar förum þetta á brjálæðinu. Er þessi goðsögn byggð á misskilningi?

„Hættan fyrir okkur Íslendinga tel ég að sé magnið af handbolta sem tíðkast í Þýskalandi m.v. á Íslandi. Þegar maður horfir til þess hvenær Íslandsmótið í handbolta byrjar, hversu marga leiki spila íslenskir leikmenn m.v. leikmenn í Bundesligunni. Leikmennirnir heima á Íslandi sem eru ekki í landsliðinu eru þeir að spila nógu marga leiki? Eru þeir að æfa nógu mikið? Það tel ég áhyggjuefni. Leikjafjöldinn er gríðarlegur í Bundesligunni og þess utan eru mjög stór æfingamót fyrir tímabilið. Þú ert með bestu leikmennina sem eru líka í landsliðum og spila í meistaradeildinni. Þar eru íslensk-



Íslandsmeistarar 5. flokks Vals í handknattleik tímabilið 1983–1984. Aftari röð frá vinstri: Magnús Blöndal þjálfari, Bragi Hilmanson, Örn Arnarson, Anton Björn Markússon, Óskar Finnbjörnsson, Ármann Sigurvinsson, Trausti Ágústsson og Egill Sigurðsson aðstoðarþjálfari. Fremri röð frá vinstri: Davíð Ólafsson, Kristinn Thorarensen, Lárus Sigurðsson, Gunnar Már Mátsson, Dagur Sigurðsson og Alfred Chiarolanzio.



Dagur Sigurðsson tilheyrir hinum ótrúlega 1973 árgangi í handbolta sem er sigursælasti árgangur Vals í handbolta frá upphafi. Þegar strákarnir voru á eldra ári í sínum flokki töpuðu þeir ekki leik og fengu yfirleitt fullt hús stiga. Aftari röð frá vinstri: Theódór Guðfinnsson þjálfari, Ólafur Stefánsson, Theódór Hjalti Valsson, Dagur Sigurðsson, Einar Örn Birgisson og Valur Arnarson. Fremri röð frá vinstri: Óskar Bjarni Óskarsson, Valgarð Thoroddsen, Þórarinn Ólafsson, Sveinn Sigfinnsson og Halldór Halldórsson. Myndin var tekin 1992.

ir leikmenn í hættu við að dragast aftur úr. Deildin byrjar seint og leikirnir eru fáir. Þetta þarf að passa betur upp á.”

Hvað er það sem yngri leikmenn á Íslandi mega bæta? Og hver er megin munurinn á ungum íslenskum og þýskum leikmönnum? Þetta leiðir líka hugann að umhverfi ungra leikmanna að öðru leyti. Á Íslandi er þorri strákanna í skóla, en hvernig er þessu hátt að í Þýskalandi? Eru menn komnir á einhvers konar atvinnumannasamning í öðrum og þriðja flokki?

„Nei alls ekki. Við erum með aðgang að skóla sem er íþróttaskóli. Þar fara strákarnir inn og geta mætt á eina æfingu á skólatíma. Þar fá þeir mat, geta síðan klárað skólann og mætt síðan á seinni æfinguna. En einmitt talandi um vinnusemi þá eru strákarnir í öðrum og þriðja flokki farnir að bæta við æfingum með þessu fyrirkomulagi. En heima er eina leiðin að taka kannski æfingu sjálfur aukalega og ég veit að það oft eru þeir gera það. En hafi menn sjálfsaga til að gera þetta á eigin forsendum verður einmitt forskotið sem þeir hafa síðar meir.”

Fúshe Berlín stefnir að því að ala upp fleiri leikmenn

Hvernig er annars þitt starf hjá Fúshe Berlín sem þjálfari? Ertu líka að fylgjast með efnilegum leikmönnum annars staðar?

„Ég kem líka að því að kaupa leikmenn til að styrkja hópinn. Þetta er auðvitað nokkuð í föstum skorðum hérna. Við missum eina skyttu og þurfum að

kaupa aðra. En á sama tíma erum við með annan og þriðja flokk og við viljum koma okkar strákum áfram inn í meistaraflökksliðið. Við höfum smátt og smátt verið að koma einum og einum inn. Núna í fyrradag var t.d. einn 18 ára strákur að spila fyrsta meistaraflökksleikinn sinn gegn Grosswaldstadt. Það er stefna félagsins að kaupa fullmótaða góða leikmenn, landsliðsmenn, þegar þess þarf. En gefa ungum efnilegum strákum innan félagsins sem hafa farið í gegnum unglingastarfið okkar séns á að spila fremur en að sækja efnilega menn til Íslands eða Norðurlandanna. Við erum ekki eins og stóru ríku fótboltaliðin sem kaupa kannski 10 unga stráka en af þeim verða í besta falli 2 meistaraflökksleikmenn. Við viljum fremur búa til 5 efnilega þýska stráka í þeirri von að 2 geti orðið meistaraflökksleikmenn.”

Hvert er hlutfall uppallinna leikmanna í meistaraflökkshópnum hjá Fúshe Berlín?

„Við erum með 15 manna meistaraflökksþóp og þar eru tveir að koma upp úr unglingastarfinu. En hafa ber í huga að Fúshe Berlín er bara 6 ára. Þetta þykir fremur gott í því ljósi. En þessi strákur sem spilaði með okkur í fyrradag er ekki í þeim hópi því hann æfir ekki með okkur, heldur eingöngu með öðrum flokki.”

Æfið þið aldrei saman, þriðji, annar og meistaraflökksur?

„Við erum með æfingabúðir á sumrin þar sem ég er með alla flokkana og líka B-lið meistaraflökks. En B-lið meistaraflökks er millibil milli annars flokks og meistaraflökks. En þetta er bara vika á

ári þar sem allir æfa saman. En ég reyni að fylgjast með öllum leikjum strákanna í 2. og 3. flokki. Enda legg ég línurnar um þjálfun þeirra þó svo að þjálfarar þeirra hafi sitt svigrúm. En það eru eins og ég gat um áður mun lengri leiðir upp í meistaraflökks. Besti leikmaður 2. flokks á í raun mjög langt í land með að komast í meistaraflökksþópinn. Stökkið er mjög langt.”

Dagur stefnir hátt með Fúshe Berlín

En hvernig meturðu stöðu ykkar í deildinni á þessu tímabili?

„Við stefnum að því að vera við toppinn sem er harla gott m.v. hvað þetta er ungt og nýtt allt saman. Við búum samt að mörgu leyti vel. Við erum með 9.000 manna höll og það eru að meðaltali um 8.000 manns á leikjunum hjá okkur sem er líklega næst eða þriðja besta aðsóknin í deildinni. En liðið var í 2. deild fyrir 6 árum en við fórum upp á tveimur árum og þetta er fjórða árið okkar í efstu deild. En við erum komnir í fyrsta skipti í meistaraðeildina og erum í öðru sæti í deildinni. Peningarnir sem við höfum úr að spila eru líklega um 40% af því sem Kiel, Hamburg og Rhein Neckar Löwen hafa til umráða. En við njótum þess að vera í flottri borg sem trekkir að fólk og leikmenn.

Valsblaðið kveður Dag með ósk um áframhaldandi velgengni með Fúshe Berlín. Jafnframt þakkar blaðið strákunum í 2. og 3. flokki fyrir að leggja fram spurningar sem viðtalið byggir á.

Til hamingju VALUR



Alþjóðleg
handbolta- og körfuboltamót

Alþjóðleg körfuboltamót 2012

Svíþjóð: **Göteborg BASKETBALL Festival 16.-20. maí**
Allir aldursflokkar, piltar og stúlkur.
Ódýr og góður valkostur í skemmtilegri borg sem skartar
m.a. Liseberg skemmtigarðinum.
Mjög gott verð!

Lloret de Mar, Spáni: **Eurobasket 23.-30. júní**
Flug til Barcelona, mótsstaður við ströndina 60 km frá BCN.
Karfa, strönd, sjór, Barcelona. - Hægt að framlengja dvölinu.

San Marino/Ítalía: **San Marino Basketball Cup 8.-14. júlí**
Mjög skemmtilegur valkostur. UMFN tók þátt 2011 og voru
þátttakendur mjög ánægðir með ferðina, mótið og
allan aðbúnað. **Algjör ævintýraferð.**

England: **Eurocamp Körfuboltaskólinn 27/7-3/8**
15 ára afmæli þessa skemmtilega körfuboltaskóla.
Hentar vel fyrir einstaklinga, hópa og lið.
Frábært verð!

- Nýtt!

Alþjóðleg handboltamót 2012

Granollers Cup, Spáni
27. júní -1. júlí
BM Granollers heldur skemmtilegt mót 30 mín. frá Barcelona.
Mælum með hótलगistingu, en skólagisting er möguleg.
Mikil reynsla íslenskra liða og góð meðmæli!
Skólagisting er einnig möguleg.

Interamnia World Cup, Teramo, Ítalía
4.-11. júlí
Sannkölluð handboltahátíð í Teramo á austurströnd Ítalíu.
40 ára afmæli 2012 og mikið um dýrðir. m.a. ferð til Rómar!
Valur sendi stúlknalið 2011; mikil ánægja leikmanna,
þjálfara og foreldra sem fóru með.
40 ára afmæli 2012.

Dronninglund Cup, Danmörku
9.-14. júlí
Vel þekkt mót á Jótlandi.
Um 200 lið, um 3.000 leikmenn.

Bókið sem fyrst
til að tryggja hagstætt verð!





Skemmtileg ferð 4. fl. kvenna í handbolta á Interamnia World Cup 2011 á Ítalíu

Við í 4. flokki kvenna (veturinn 2010–2011) höfðum stefnt að því allt keppnis-tímabilið að fara til Ítalíu að keppa þar. Þannig að þegar loksins kom að brottfarardeggi, með stífar kerfis- og þrekæfingar að baki lét spennurinn ekki á sér standa. Þrátt fyrir smá seinkun þá skyggði það ekki á gleðina sem greip liðið þegar til Bologna var komið. Frá flugvellinum tók við 4 tíma rútuferð, við keyrðum alla nóttina og klukkan var farin að ganga 6 þegar við loksins komum að húsinu sem við gistum í. Við skiptum okkur niður á herbergi, engar sveittar og þröngar skólastöfur biðu okkar, heldur fjögurra og fimm manna herbergi með sér klósetti.

Skoðunarferð og tap í fyrsta leik

Daginn eftir var haldið í skoðunarferð og

þá bættist Lea í hópinn eftir að hafa gist 2 nætur í tjaldi með slóvenska liðinu. Þar sem munaðarleysingjahælið sem við gistum á var rétt við ströndina eyddum við fyrri parti dagsins þar en þar sem sólin varð að víkja fyrir handboltanum drifum við okkur upp í Teramo að keppa. Við töpuðum með einu marki og að sjálf-sögðu kenndum við hitanum, dómurum og flugþreytu um.

Sigur og tap á öðrum mótisdegi og enn betra gengi á þriðja degi

Daginn eftir gekk okkur nú aðeins betur og unnum fyrri leik dagsins 15-6 en töpuðum þeim seinni með aðeins meiri mun en ég vil gefa upp. Um kvöldið var haldið í tívoli, ítölsku herramennirnir voru ekki lengi að bjóða okkur frítt í tækin og sýna okkur umhverfið. Að sjálf-sögðu var því

næst haldið í ísbúðina. Við eignuðumst nokkra aðdáendur sem eltu okkur heim og stóðu fyrir utan hjá okkur flautandi, þar sem þeir voru í yngri kanntinum þá hikaði Grace ekki við að flauta á móti og æfði sig langt fram á kvöld að flauta fram af svölunum okkar. Það virtist bara hafa haft góð áhrif á okkur vegna þess að daginn eftir unnum við báða leikina okkar. Ég vil nú meina að seinni leikurinn hafi unnist vegna þess að fyrir leikinn höfðu yndislegu mómmurnar sem voru með í för keypt óþrjótandi magn af súkkulaði-stykkjum sem við guffuðum í okkur. Einnig var haldið í sund og verðirnir þar gerðir brjáláðir enda vorum við ekki alveg að fylgja öllum tilsettum reglum. Ekki má gleyma mollinu sem við brunuðum í, H&M er auðvitað efst í minni enda er það alveg þjóðþekkt fyrirbæri að þegar H&M er á svæðinu, þá er verslað.

Skemmtiferð í Aquapark í steikjandi hita

Eftir þónokkuð vesen við það að finna leigubíl eða strætó upp í Aquapark daginn eftir, sem reyndi mjög mikið á litlu ítölskukunnáttu okkar fundum við eina leigubílinn á svæðinu, hann var reyndar mjög dýr en hvað með það. Í Aquapark var allt að 45° hiti. Við eyddum deginum þar og á heimleiðinni vorum við allar sólbrunnar og sætar en sérstaklega hún Harpa sem alltaf passaði sig á því að bera sólarvörn vel og vandlega á sig gleymdi annarri höndinni og var eldrauð þar. Um kvöldið var feguðarsamkeppni. Hún Lea, með sína gífurlegu ítölskukunnáttu hafði af einhverjum ástæðum fengið að vera dómari í keppninni og hann Kalli okkar líka. Okkur grunaði að það hafi verið einhver misskilningur og að Lea hafi verið kynnt sem ein besta handboltakona okkar Íslendinga – Hrafnhildur Skúladóttir. En þar sem það var eingöngu töluð ítalska og enginn talaði ensku þá skildum við ekki orð.

Tap og bikar

Við töpuðum daginn eftir, en þar sem mótherjarnir voru með ólöglegt lið þá, samkvæmt pappírnum, unnum við. Fór um síðan í mollferð númer tvö og strandblak um kvöldið en miðað við frammi-stöðu okkar þar held ég að við ættum bara að halda okkur við handbolta.

Síðasti heili dagurinn okkar á Ítalíu rann upp, æfingaleikur sem endaði með sigri og strandferð. Þar var annaðhvort verið að reyna við strákana eða byggja klikkaða sandkastala. Því næst var haldið á lokahátíðina, þar kvöddum við Leu sem fór aftur til Slóveníu og missti af því að við unnum bikar. Enginn okkar vissi í fyrstu af hverju við hefðum fengið bikarinn. Eftir miklar vangaveltur um bikarinn var stórt útiball sem við misstum reyndar mestmegnis af vegna pizzu-áts. Að ballinu loknu færði hópurinn sig að litla barnum á svæðinu þar sem tónlistin glumdi enn. Skemmtum okkur konunglega og þrátt fyrir einhver leiðindi frá útendingum þá duttu nokkrar Valsstúlkur í kossaf lens þetta kvöld. Haldið var heim á leið og allir kláruðu að pakka.

Frábær ferð í alla staði

Það var alveg ótrúlegt hvað þessi vika leið hratt, heimferðardagur rann upp – í morgunmat og ströndin, hjólabátur tek-



inn á leigu – að sjálfsgöngu með það eingöngu í huga að styrkja lærin. Ekki mátti gleyma pizzunni sem við ætluðum að fá okkur, hvernig var hægt að kveðja Ítalíu betur en með pizzuáti? Hvergi var veitingastaður sem seldi pizzur um miðjan dag svo að við fengum okkur ljúffengt „carbonada pasta“. Að því loknu tóku við þrif og lokahönd var lögd á að pakka niður í töskur og okkar beið 4 tíma rútuferð.

Pegar upp á flugvöll var komið, við sælar með bikarinn, ætluðum aldeilis að monta okkur fyrir framan Njarðvíkurstrákana sem höfðu verið að keppa þessa sömu viku í körfubolta. Það gekk nú ekki alveg samkvæmt áætlun því þeir höfðu líka unnið bikar.

Flugið heim gekk prýðilega og við vorum á undan áætlun. Íslenska sumar-nóttin tók á móti okkur með bros á vör og allir kvöddust, sælir og brúnir eftir ógleymanlega viku.

Mig langar að þakka Kalla, Hröbbu og foreldrunum kærlega fyrir að hugsa svona vel um okkur. Einnig vil ég þakka Herði hjá IT-ferðum fyrir frábæra ferð og stuðningsmannafélaginu Fálkunum fyrir styrkinn.

Interamnia World Cup-mótið og ferðin í heild var æðisleg og ég vona að við förum aftur á næsta ári.

Marta Kristín Friðrúksdóttir skráði



Munið fundinn á Hlíðarenda í kvöld kl. 8, ... möguleg hópmyndataka



Þorsteinn Haraldsson 10 ára í Vatnaskógi.

Ég fór 6 ára gamall niður á Valsvöll 1956 og kom heim 1964. Friðjón Friðjónsson skrifaði mig inn í félagið í maí 1957. Ég fékk kvittun fyrir félagsaðild hjá Friðjóni og setti hana í rassvasann. Ég skildi þessa kvittun aldrei við mig. Um síðir varð það slys að hún fylgdi buxunum í þvottavélina og ég hafði ekki eftir annað en klessta tuggu.

Við strákarirnir vorum öllum stundum í fótbolta. Ég man að Nonni Sigurjóns, á Miklubraut 60, sagði: „Ég vildi óska þess að ég fengi alltaf að vera 10 ára.“ Stundum hugsa ég um óskina hans Nonna. Það er nefnilega víst að hjá öllum 10 ára fótboltastrákum eru allir dagar dýrðardagar á Hlíðarenda.

Með móður minni fór ég í bæinn að

kaupa Valspeysu. Ég man eftir búðinni en nefni hana ekki hér af tillitssemi við verslunareigandann. Afgreiðslustúlkan sagðist nefnilega því miður ekki eiga Valspeysu í minni stærð en að til væri KR-peysa sem passaði. Afgreiðslustúlkan sá ég í kvikmyndahúsi 20 árum síðar og mundi strax eftir henni.

Hlíðarendi var mitt annað heimili. Þangað bar ég Morgunblaðið til heimilisfólksins, Valda og Helgu, og 13 ára vann ég við að raka, slá og snyrta á Hlíðarenda. Þá skein sól alla daga. Þegar leið á hversdaginn mættu Andreas, Sigurður Ólaf, Siggí Marels og Úlfar og fleiri sem ég man án þess að geta gefið nöfn. Þessir menn unnu sjálfboðastörf fyrir Val, eftir vinnu og fram á kvöld. Sigurð-

ur Marelsson var unglिंगaleiðtogi Vals. Siggí Mar var fóstri okkar og batt um sár, og hann skammaðist ef þess þurfti. Hann var jafnsnjall og sjálfur sr. Friðrik að ná saman drengjahópi. Smáauglýsing undir „Félagslíf“ í Mbl. vorið 1958, var einhvern veginn svona:

3. flokkur Vals.

Munið fundinn á Hlíðarenda í kvöld kl. 8. Bingó (vegleg verðlaun), spurningaþáttur og kvikmyndasýning. Möguleg hópmyndataka. Unglingaleiðtogi.

Engan vantaði á fundinn, því enginn vildi vera sá sem vantaði á hópmyndina, ef hún skyldi verða tekin. Úlfar Þórðarson var hættur að vera formaður Vals. Nú lagði hann af kappi drenrör sem ræstu grasvöllinn. Mig grunar að hann hafi greitt fyrir rörin sjálfur, en um það veit ég ekki. Ég sat í grænum Austin Gipsy jeppa Úlfars, hjá Sveini syni hans, og við ókum til hans rorum af hinum enda vallarins. Úlfar var því feginn að þurfa ekki að eyða dýrmætum tíma í akstur. Þá var ökuþórinn Svenni Úlfars 10 ára og aðstoðarmaður hans hálfu ári eldri.

Ég las í gömlu blaði um daginn að Andreas hefði stjórnað 800 vörubíslhlössum af rauðmöl í undirstöðu gamla malarvallarins árið sem ég fæddist. Hann var enn við sjálfboðastörf 34 árum síðar. Sigurður Ólafsson vann fleiri titla fyrir Val en aðrir félagsmenn. Hann var líka formaður Vals en hætti því. Hann taldi réttara að finna annan formann; þá gæti hann nefnilega haldið áfram að byggja hús og dytta að og naglhreinsa og slá

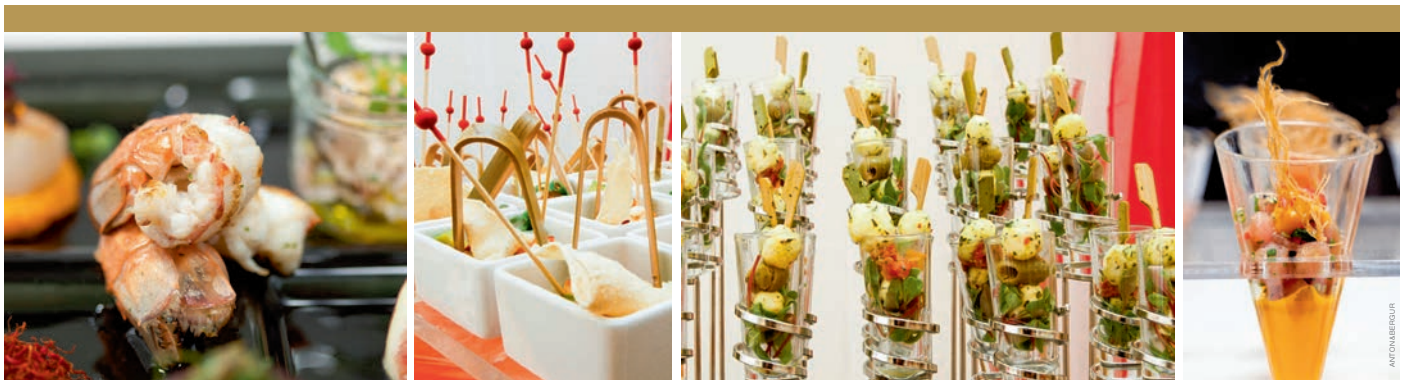
túnin og raka. Einhver yrði að vinna smáverkin, sem voru óteljandi.

Svo lauk æsku- og unglingsárunum og ég kvaddi Hlíðarenda. Ég fór með glaðar minningar og nokkurt nesti til lífsins, en ég fór líka í skuld vegna alls þess sem ég hafði notið. Ég vissi alltaf samt að sá dagur kæmi að ég greiddi til baka, þó ekki væri nema brot af minni skuld. Í mörg ár lifði ég með þessari skuld, sem reyndist svo ekki vera skuld, heldur lán og tækifæri til að láta gott af sér leiða.

Forseti Íslands sagði á afmæli Vals að það væri gæfa fyrir æsku landsins að eiga Val. Það er vissulega rétt. Það er svo gæfa Vals að hafa átt Úlfar og Frímann, Andreas, Sigurð Ólafs og Sigga Mar. og Robba Jóns. og séra Friðrik. Þeir sem ég hef nefnt hér að framan eru gæfa Vals. Ég hefði getað nefnt fleiri sem verðskulda lof og prís en nefni þessa sem ég man úr minni æskutíð. Ég sá aldrei sr. Friðrik, en mér þykir svona hópmynd ómöguleg án hans.



Þorsteinn Haraldsson að halda fyrirlestur um sr. Friðrik Friðriksson 25. maí 2011 á samkomu sem var helguð sr. Friðriki á afmælisdegi hans, en Þorsteinn er sérfróður um líf og starf hans.



GLÆSIVEISLUR VIÐ ÖLL TÆKIFÆRI

- ✦ JÓLAHLAÐBORD
- ✦ BRÚÐKAUP
- ✦ FERMINGARVEISLUR
- ✦ SMÁRÉTTAHLAÐBORD
- ✦ KOKTEILBØÐ
- ✦ STÓRAFMÆLI
- ✦ ÞORRAVEISLUR
- ✦ ÁRSHÁTÍÐIR
- ✦ ERFIDRYKKJUR



MÚLAKAFFI
veisluréttir

s. 553 7737 | www.mulakaffi.is



Ég á mér draum að spila handbolta á Ólympíuleikunum

Morgan Þorkelsdóttir er 16 ára og leikur handbolta með 3. flokki

Morgan hefur æft handbolta með Val í 4 ár og hefur búið í Hlíðunum frá 6 ára aldri og segir að af þeim sökum hafi legið beinast við að ganga til liðs við Hlíðarendastórveidið.

Hvernig kom það til að þú fékkst tækifæri að spila með landsliði Bandaríkjanna? „Þegar ég var 14 ára þá heyrði ég að Bandaríkin voru að reyna að endurbyggja handboltaferil þar í landi og þar sem ég er hálf-bandarísk þá sendi ég þeim póst um að ég hefði áhuga á að spila. Seinna um árið þá var ég valin í U16-landsliðsúrtafhópinn og eftir það hef ég verið að spila með U16, U19 og U21 landsliði Bandaríkjanna. Svo í desember sl. þá komst ég í A landsliðið ásamt nokkrum sem ég hafði verið að spila með í U21. Við áttum að keppa á móti Kanada, sem var líka að reyna að endurbyggja handboltann þar í landi, til að komast á Ameríkuleikana í Mexico. Eftir tvo leiki þá voru það Bandaríkin sem enduðu sem sigurvegarar og vorum því á leið til Mexico.“

Hvað var efirminnilegast við þetta ævintýri? „Ég myndi segja seinni leikurinn við Kanada sem við spiludum í Quebec, með alla á móti okkur og brjálaða kanadíska áhorfendur í standinum, efirminnilegast því við unnum með 5 mörkum í erfiðum leik. Það var kannski besta tilfinningin sem ég hef fengið eftir unninn leik því Bandaríkin höfðu ekki komist á Ameríkuleikana í langan tíma og við vorum flestar með tár í augunum. Síðan hófst undirbúningurinn í ágúst og við æfðum saman í 5 vikur í New York áður en haldið var suður til Mexico. Þegar

komið var til Mexico þá áttum við nokkra daga til undirbúnings og aðlögunar og síðan var keppt. Áður en þú vissir af þá var ferðin á enda. Staðreyndin var sú að við vorum ekki á leið á Ólympíuleikana en við vorum allar mjög ánægðar fyrir að hafa farið og þakklátar fyrir frábæra reynslu fyrir hönd Bandaríkjanna.“

Hvernig gekk ykkur á síðasta tímabili og hvað er efirminnilegast úr keppnisferðinni sl. sumar til Ítalíu? „Okkur gekk vel á síðasta tímabili en síðustu leikirnir snerust ekki í okkar hag og við komumst því ekki í úrslitaleik á Íslandsmótinu. Eftirminnilegast fannst mér ítalski ísinn, sem við gjörsamlega lifðum á.“

Hvernig er hópurinn núna í vetur? „Mér finnst við hafa mjög góðan og fjölbreyttan hóp og ég hef fulla trú að við eigum eftir að gera marga góða hluti saman í vetur. Í heildina þá hefur okkur gengið vel en tímabilið er rétt svo að byrja svo enginn veit nákvæmlega hvar við eigum eftir að standa. Ég er núna að spila með 3. fl. og æfi með meistara-flokki. Þjálfararnir mínir eru þau Karl Erlingsson og Hrafnhildur Skúladóttir.“

Fyrirmyndir í boltanum. „Fyrirmyndirnar mínar er Ólafur Stefánsson og Guðjón Valur Sigurðsson.“

Hvað þarf til að ná langt í íþróttum? „Til að ná langt í íþróttum verður maður aðallega að hafa rétt hugarfar og það krefst mikillar skuldbindingar og auk þess ætti maður að hafa siðhvað af sjálf-saga og sjálfstrausti. Að mínu mati eru það aukaæfingarnar sem gera mann góðan.“

Aðrar íþróttagreinar? „Ég æfði ballett í 5 ár en svo hef ég líka æft fótbolta, körfubolta og frjálsar.“

Hverjir eru helstu Valsararnir í fjölskyldunni? „Foreldrar mínir æfðu aldrei með Val en eru engu að síður miklir Valsarar, svo eru jú systkinin í yngri flokkunum.“

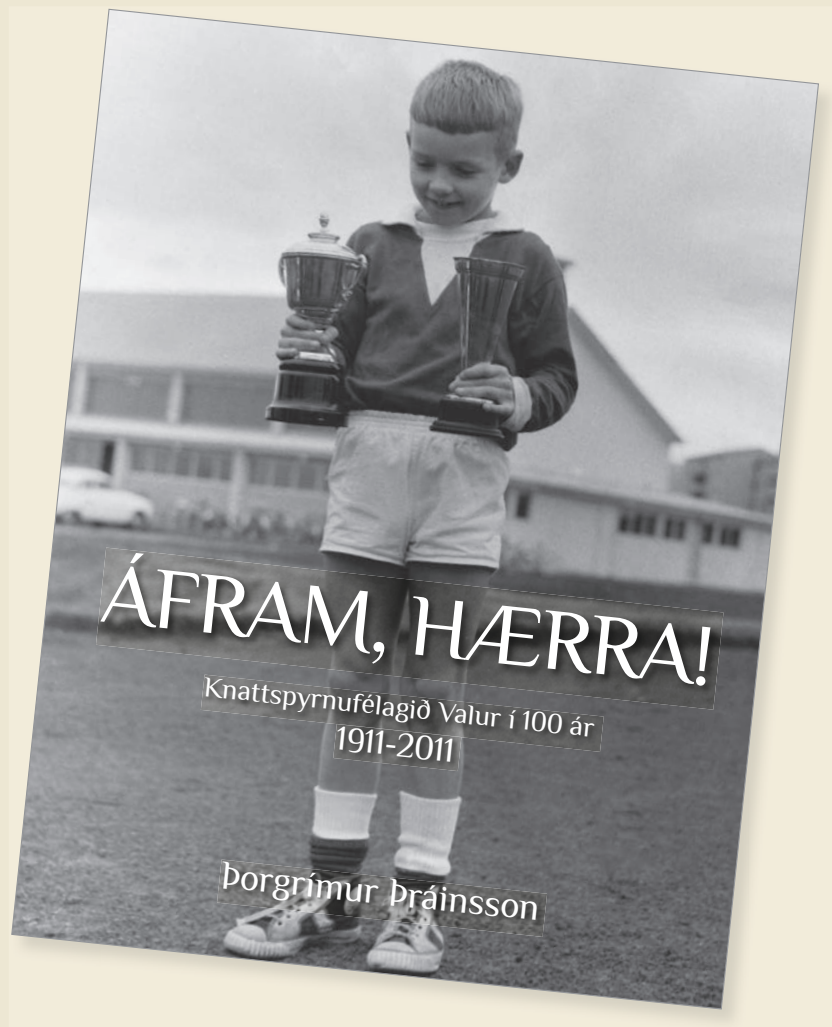
Stuðningur fjölskyldu. „Stuðningur foreldra minna er ómetanlegur. Ég fæ stuðning úr allri fjölskyldunni en mest kemur hann frá mömmu minni, enda er hún alltaf mætt þegar leikur hefst. Ég bý í fimm mínútna göngu frá Valsheimilinu og oft á tíðum eru það foreldrar mínir sem nenna að dröslast með mig á bíl fyrir æfingu þegar maður nennir ekki sjálfur og þakka ég þeim fyrir þessa „waste of gas“-móment eins og mamma mín segir alltaf. Mamma mín er auk þess einkaþjálfari og hefur hún hjálpað mér mikið með aukaþjálfun í þreki og styrktaræfingum í tækjasalnum. Ég met stuðning foreldra minna mikils og eru það þeir sem styðja mann áfram þegar maður er undir í leik.“

Hverjir eru þínir framtíðardraumar? „Markmið mitt er að fá að spila með meistaraflokki Vals og síðar kannski að fara í atvinnumenskuna. Ég á mér samt leyndan draum um að komast á Ólympíuleikana. Mig langar að verða læknir en hef þó ekki þælt neytt mikið í því hvernig það myndi tvinnast á móti handboltanum. Eftir 10 ár verð ég vonandi komin í atvinnumenskuna og búin eða að klára læknisnámið.“

Hvað finnst þér mikilvægast að gera til að efla handboltann hjá Val? „Mér finnst æfingar fyrir markmenn hjá yngri flokkunum, sérstaklega hjá stelpum, vanta gríðarlega. Það ætti að byrja að byggja upp alveg frá ungum aldri. Svo væri góð hugmynd að frá 14 ára aldri ætti að byrja að fræða krakkana um næringarfræði og gott matarræði því það er akkúrat á þessum árum sem leikmenn fara úr því að vera ekki bara hæfileikaríkir heldur sterkir og hraðir. Til að bæta tengsl milli deilda þá væri það frábært ef fólk myndi ekki bara styðja sína eigin íþrótt heldur fara á leiki hjá öðrum og styðja þá til sigurs, því bættur stuðningur getur skapað bætta leik.“

Hver stofnaði Val og hvenær? „Séra Friðrik árið 1911.“

Áfram, hærra!



Áfram, hærra! Bók fyrir æskuna í Val

Út er komin bók sem geymir myndir og minningar frá vegferð Knattspyrnufélagsins Vals í 100 ár. Bókin heitir Áfram, hærra! og er 700 síður, litprentuð, í stóru broti. Höfundur bókarinnar er Þorgrímur Þráinsson. Bókin er, eins og vænta má, um fortíðina í Val, en í henni er líka fjallað um nútíð og framtíð félagsins.

Heiti bókarinnar; Áfram, hærra! vísar til framtíðar Vals og félagsmanna.

Áfram, hærra! er hvatning fyrir hvern nýjan dag. Orðin eru sótt í erindi sem Friðrik, faðir Vals, flutti Valsmönnum í Hamrahlíð, í Úlfarsfelli, sumarið 1911. Séra Friðrik beindi sjónum til framtíðar – nestaður sögu og reynslu fortíðar.

Valur er það sem hann hefur verið – samanlagt.

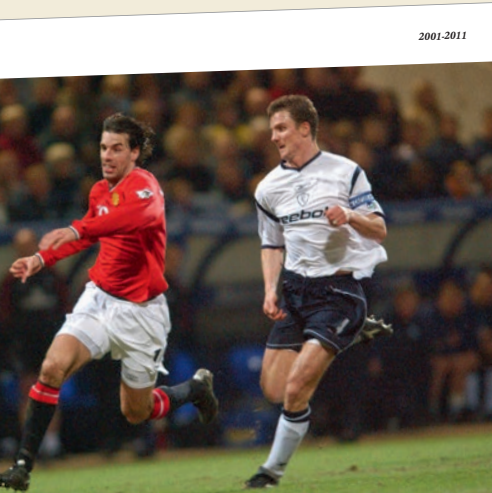
Hver nýr dagur er áskorun um að halda áfram, hærra!

Bókinni má líkja við hóp Valsmanna sem setjast á stein í fjallshlíð og líta yfir farinn veg. Þeir rifja upp áætlun sína og horfa til hæða. Nýir liðsmenn bætast í hópinn – aðrir hverfa á braut. Áfram, hærra! geymir fróðleik og hvatningu fyrir gamla og nýja liðsmenn, en umfram allt fyrir æskuna í Val.

Næstu síður veita hugmyndir um bókina Áfram, hærra! og sýn Valsmanna á það sem mestu skiptir: Framtíð Vals!

Þorsteinn Haraldsson, form. ritstjórnar Áfram, hærra!

sýnishorn úr afmælisriti



2001-2011

bláblá þrjár upplýsingar af fjóringsnum Vals frá því það kom fyrst út árið 1975. Húsnæðing hefur verið einn af höfuðatriðum í vaxandi vörðslu og vaxandi vörðslu.

STEFNUMÓTIN TIL 2011
Árið 2003 hófu Vals og Framm áttíu ára fjóringsmót. Margrét frá Vals og Framm.

Guðni Ólafsson tók við stjórn Vals árið 2003. Þetta var fyrsta árið sem Vals var stjórnstjórnir í Vals. Guðni Ólafsson tók við stjórn Vals árið 2003.



Guðni Ólafsson kastaði með áttíu af fjóringsnum Vals í langri gegnari. Þetta var fyrsta árið sem Vals var stjórnstjórnir í Vals. Guðni Ólafsson tók við stjórn Vals árið 2003.

Veit mamma þín að þú ert ennþá úti?

Sævar Jónsson, fyrrverandi landsliðsmáður í knattspyrnu.

ÞÓRÞÓRN TÓK VIÐ MEST-ARSKÖLDI
Þórn tók við mestarsköldi í Vals árið 1985. Þetta var fyrsta árið sem Vals var stjórnstjórnir í Vals. Þórn tók við mestarsköldi í Vals árið 1985.



1981-1990

Landliðið í handbolli komst til Íslands eftir að hafa tekið 10. sæmi í Evrópukeppni í Frakklandi árið 1989. Frammi til hægri er Vignir Þorbergsson, þessi í miðinu er Guðni Ólafsson og þessi til vinstri er Guðni Ólafsson.



Íslenska Sportháskólinn Margrét Thorsdóttir, Vals, þessi er Guðni Ólafsson og þessi til hægri er Guðni Ólafsson.



Íslenska Sportháskólinn Margrét Thorsdóttir, Vals, þessi er Guðni Ólafsson og þessi til hægri er Guðni Ólafsson.



Vals tók við mestarsköldi í Vals árið 2003. Þetta var fyrsta árið sem Vals var stjórnstjórnir í Vals.



Guðni Ólafsson tók við stjórn Vals árið 2003. Þetta var fyrsta árið sem Vals var stjórnstjórnir í Vals.



Guðni Ólafsson tók við stjórn Vals árið 2003. Þetta var fyrsta árið sem Vals var stjórnstjórnir í Vals.

Áfram, hærra!

Vegferð Vals í hundrað ár...

1911 Knattspyrnufélagið Valur stofnað, 11. maí. Fyrsti Valsvöllurinn vígður, 6. ágúst.	1933 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu í annað sinn. Valur fær erlent lið í heimsókn í fyrsta sinn.	1945 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu í 11. sinn. Fulltrúaráð Vals stofnað.	1964 Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í annað sinn. Sigríður Sigurðardóttir valin Íþróttamaður ársins fyrst kvenna og fyrsti einstaklingur í hópíþrótt.
1914 Fyrsti opinberi kappleikur Vals, vináttuleikur gegn Fram. Fyrsti búningur Vals var hvítblá, langröndótt peysa, hvítar buxur og bláir sokkar.	1935 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu í þriðja sinn.	1946 Sex Valsmenn taka þátt í fyrsta knattspyrnulandsleik Íslands.	1965 Valur bikarmeistari karla í knattspyrnu í fyrsta sinn. Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í þriðja sinn.
1915 Valur tekur í fyrsta sinn þátt í Íslandsmótinu í knattspyrnu.	1936 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu í fjórða sinn. Valur vígir Haukalandsvöllinn undir Öskjuhlíð, 10. maí.	1947 Valur Íslandsmeistari í handknattleik í fimmta sinn.	1966 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu karla í 13. sinn. Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í fjórða sinn.
1916 Valur gengur í Íþróttasamband Íslands og Íþróttabandalag Reykjavíkur. Valur leikur sinn fyrsta leik á Íslandsmótinu, 24. júní. Fram sigrar 3:2. Valur sigrar í fyrsta sinn í kappleik, 3:2 gegn Fram, í Reykjavíkurmótinu. Unglingadeild formlaga stofnuð innan Vals.	1937 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu í fimmta sinn.	1948 Valur Íslandsmeistari í handknattleik í sjötta sinn. Kvinnadeild stofnuð innan Vals og handknattleiksæfingar hefjast. Séra Friðrik vígir félagsheimilið, 3. júlí – fyrsta eignin sem Valur tekur í notkun.	1967 Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í fimmta sinn. Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu karla í 14. sinn. Valur tekur fyrst íslenskra knattspyrnuliða þátt í UEFA-keppninni. Badmintondeild stofnuð innan Vals, 11. september.
1918 Valur vinnur sinn fyrsta sigur á Íslandsmóti, 3:0 gegn KR.	1938 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu í sjötta sinn.	1949 Séra Friðrik vígir nýja malarvöllinn að Hlíðarenda 3. september.	1968 Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í sjötta sinn. Fyrsti Valsdagurinn haldinn, 11. ágúst. Valur gerir 0:0 jafntefli við Benfica í Evrópukeppni meistara liða 1969 Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í sjöunda sinn.
1919 Fyrsti móttsigur Vals. Annar flokkur sigrar á haustmóti.	1939 Valur kaupir jörðina Hlíðarenda, 9. maí. Valsblaðið kemur út í fyrsta sinn.	1951 Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í sjöunda sinn.	1970 Valur Íslandsmeistari í útihandknattleik karla í fyrsta sinn. Körfuknattleiksdeild stofnuð innan Vals, 3. október.
1922 Annar flokkur hlýtur fyrsta verðlaunagripinn sem Valur eignast, vegna haustmótsins.	1940 Valur Íslandsmeistari í handknattleik á fyrsta Íslandsmótinu. Valur Íslandsmeistari í 2. flokki í handknattleik á fyrsta Íslandsmótinu. Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu í sjöunda sinn.	1953 Fyrsti grasvöllurinn tekinn í notkun að Hlíðarenda.	1971 Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í áttunda sinn. Valur fær aukið landrymi á Hlíðarendasvæðinu. Fyrsti Íslandsmeistaratitill Vals í körfubolta, 3. flokkur ber sigur úr bytum.
1926 Valsmerkið verður til.	1941 Valur Íslandsmeistari í handknattleik í annað sinn.	1955 Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í áttunda sinn.	1972 Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í níunda sinn.
1926 Félagsbúningurinn ákveðinn, rauð peysa, hvítar buxur og bláir sokkar.	1942 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu í áttunda sinn. Valur Íslandsmeistari í handknattleik í þriðja sinn.	1958 Íþróttahús Vals tekið í notkun 9. nóvember.	1973 Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í níunda sinn. Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í 10. sinn.
1927 Valur fer í sína fyrstu æfingaferð, til Akureyrar.	1943 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu í níunda sinn. Skíðaskáli Vals vígður, 11. desember.	1959 Valur tekur upp deildaskiptingu; handknattleiksdeild, knattspyrnu-deild og skíðadeild.	
1930 Valur verður Íslandsmeistari í knattspyrnu í fyrsta sinn.	1944 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu í 10. sinn. Valur Íslandsmeistari í handknattleik í fjórða sinn.	1961 Séra Friðrik Friðriksson lést 9. mars. Minnismerki um hann afhjúpað.	
1931 Valur fer í fyrstu utanlandsferðina, fyrst íslenskra knattspyrnuliða.		1962 Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í fyrsta sinn. Meistaraflokkur karla í handknattleik fellur í fyrsta sinn.	

sýnishorn úr afmælisriti

1911-2011

<p>1974 Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í 11. sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu karla í annað sinn. Valur bikarmeistari í handknattleik karla í fyrsta sinn.</p>	<p>1984 Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í fyrsta sinn.</p>	<p>1992 Valur bikarmeistari í knattspyrnu karla í áttunda sinn. Valur átti lið í Evrópukeppni í handbolta, körfubolta og knattspyrnu.</p>	<p>2006 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu kvenna í sjötta sinn. Valur bikarmeistari kvenna í knattspyrnu í 10. sinn.</p>
<p>1976 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu karla í 15. sinn. Valur bikarmeistari karla í knattspyrnu í þriðja sinn. Kvennaknattspyrna tekin upp hjá félaginu.</p>	<p>1985 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu karla í 18. sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í annað sinn. Fyrsti Íslandsmeistaratitill Vals (knattspyrna karla) vinnst að Hlíðarenda.</p>	<p>1993 Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í 16. sinn. Valur bikarmeistari handknattleik kvenna í annað sinn. Valur bikarmeistari karla í handknattleik í fjórða sinn. Friðrikskapella vígð, 25. maí.</p>	<p>2007 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu karla í 20. sinn. Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu kvenna í áttunda sinn. Valur Íslandsmeistari karla í handknattleik í 21. sinn. Nýtt íþróttahús og félagsaðstaða vígð, 25. ágúst.</p>
<p>1977 Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í 10. sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu karla í fjórða sinn. Meistaraflokkur kvenna í knattspyrnu tekur þátt í Íslandsmótinu í fyrsta sinn.</p>	<p>1986 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu kvenna í annað sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í þriðja sinn.</p>	<p>1994 Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í 17. sinn.</p>	<p>2008 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu kvenna í níunda sinn. Valur bikarmeistari í handknattleik karla í sjötta sinn. Fjórir Valsmenn hljóta silfurverðlaun á Ólympíuleikunum í Peking. Knattspyrnuvöllurinn og áhorfendastúkan vígð, 25. maí. Gervigrasvöllurinn vígður, 6. desember.</p>
<p>1978 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu karla í 16. sinn. Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í 11. sinn. Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu kvenna í fyrsta sinn.</p>	<p>1987 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu karla í 19. sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í fjórða sinn. Nýtt íþróttahús vígt að Hlíðarenda, 19. september.</p>	<p>1995 Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í 18. sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í sjöunda sinn.</p>	<p>2009 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu kvenna í 10. sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í 11. sinn. Valur bikarmeistari í handknattleik karla í sjöunda sinn. Ólafur Stefánsson kjörinn Íþróttamaður ársins í 4. sinn á átta árum.</p>
<p>1979 Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í 12. sinn.</p>	<p>1988 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu kvenna í þriðja sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu karla í fimmta sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í fimmta sinn. Valur bikarmeistari í handknattleik kvenna í fyrsta sinn. Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í 13. sinn. Valur bikarmeistari í handknattleik karla í annað sinn. Sumarbúðir í borg starfræktar í fyrsta sinn.</p>	<p>1996 Valur Íslandsmeistari karla í handknattleik í 19. sinn.</p>	<p>2010 Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í 13. sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í 12. sinn. Gamla íþróttahúsið endurvígt eftir miklar endurbætur. Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu kvenna í tólfta sinn og Valur vinnur þar með til síns 100. titils á Íslandsmóti og í bikarkeppni í afreksflokki.</p>
<p>1980 Valur Íslandsmeistari í körfuknattleik karla í fyrsta sinn. Valur bikarmeistari í körfuknattleik karla í fyrsta sinn. Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu karla í 17. sinn. Meistaraflokkur karla í handknattleik leikur til úrslita í Evrópukeppninni.</p>	<p>1989 Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í 14. sinn. Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu kvenna í fjórða sinn.</p>	<p>1998 Valur Íslandsmeistari karla í handknattleik í 20. sinn. Valur bikarmeistari karla í handknattleik í fimmta sinn.</p>	<p>2011 Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í 14. sinn. Valur bikarmeistari í handknattleik karla í áttunda sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í 13. sinn. Öll afrekslið Vals leika í efstu deild á 100 ára afmælisárinu.</p>
<p>1981 Valur bikarmeistari í körfuknattleik karla í annað sinn. Valur á tvo leikmenn í fyrsta landsleik kvenna í knattspyrnu.</p>	<p>1990 Valur bikarmeistari í knattspyrnu karla í sjötta sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í sjötta sinn. Valur bikarmeistari í handknattleik karla í þriðja sinn.</p>	<p>1999 Valur fellur í fyrsta skipti niður um deild í knattspyrnu. Hlutafélagið Valsmenn hf. stofnað 1. desember.</p>	<p>2000 Valur bikarmeistari í handknattleik kvenna þriðja sinn.</p>
<p>1983 Valur Íslandsmeistari í handknattleik kvenna í 12. sinn. Valur Íslandsmeistari í körfuknattleik karla í annað sinn. Valur bikarmeistari í körfuknattleik karla í þriðja sinn. Fyrsta herrakvöld Vals haldið.</p>	<p>1991 Valur Íslandsmeistari í handknattleik karla í 15. sinn. Valur bikarmeistari í knattspyrnu karla í sjöunda sinn.</p>	<p>2001 Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í áttunda sinn.</p>	<p>2003 Valur bikarmeistari í knattspyrnu kvenna í níunda sinn.</p>
		<p>2004 Valur Íslandsmeistari í knattspyrnu kvenna í fimmta sinn.</p>	
		<p>2005 Valur bikarmeistari í knattspyrnu karla í níunda sinn.</p>	

Áfram, hærra!

„Við viljum ala af okkur Valsara, þjálfara, dómara, stuðningsmenn, afreksfólk, stjórnarfólk, sjálfbodaliða en síðast en ekki síst heilsteypta einstaklinga sem eru góðir og gildir þjóðfélagsþegnar.“

SOFFÍA ÁMUNDADÓTTIR

„Menn hafa verið of uppteknir af nútíðinni. Valur þarf að hugsa út fyrir rammann. Valur þarf að þróast þjálfunarlega og hvað uppeldishlutverkið varðar og ég hef margoft sagt, í Valsblaðinu og víðar, að krakkarnir velja sína keppnisgrein of snemma“

GEIR SVEINSSON

„Hver þáttur starfsins er eins og mósaiksteinn sem radast síðan upp í heildarmynd þegar allir þættir ganga upp. Þetta þarf „mastermind“ aðilinn að gera og það er í hans verkahring að sjá til þess að mósaikmyndin verði heil og falleg. Þá getum við farið að sjá frábæran árangur og skilning á leiknum. Annað er ekki í boði.“

ÓLAFUR STEFÁNSSON

„Ég sé Hlíðarenda fyrir mér í framtíðinni sem fjölskyldumiðstöð því þar á að vera þjónusta í takt við okkar nýja lífsmynstur. Hlíðarendi á að geta þjónað öllum án tillits til aldurs og flokka.“

PÉTUR SVEINBJARNARSON

„Það sem hefur verið að skemma íþróttina undanfarin ár eru peningar. Mér skilst að það séu fjárhagsvandræði hjá Val núna og þá verður bara að skera niður. Vals hjartað skiptir máli. Menn með slíkt hjarta ná árangri fyrir Val frekar en aðkeyptir leikmenn.“

ÞORBJÖRN JENSSON

Framtíðarsýn

„Eðlileg skylda íþróttafélags er að vinna að fjölbreyttum markmiðum með börnum og unglingum, skapa þeim ákjósanlegan vettvang til að þroska félagsfærni sína en jafnframt því að ástunda heilbrigða keppni í íþróttum með það að markmiði að ná sem bestum árangri. Hliðarendi er og á að vera staður þar sem kynslóðir mætast, standa saman og vinna að sameiginlegum markmiðum, jafnframt því að vera hornsteinn æskulýðs- og tómstundastarfs í félagshverfinu sínu. Valur hefur ríkar samfélagslegar skyldur og sinnir þeim á margvíslegan hátt.“

HÖRÐUR GUNNARSSON

„Meistaraflokkarnir eiga að vera prýddir íþróttamönnum sem eru aldir upp í félaginu og hafa gaman af að æfa og leika með Val. Ef þeir standa sig vel biður tækifærið við endann.“

JÓN PÉTUR JÓNSSON

Þótt á móti blási með margvíslegum hætti á 100 ára afmælisárinu er hjart framundan. Flugdreki tekst ekki á loft í meðbyr heldur mótvindi. Valur býr yfir gífurlegum mannaúði og við þurfum öll að hjálpast að við að hlúa að iðkendum og þeim sem sækja Hliðarenda heim. Ungu fólkið er framtíðin og mikilvægasta augnablik Vals er dagurinn í dag. Með því að grípa daginn styrkjum við stóðir félagsins um ómunatíð.

Séra Friðrik hvatti okkur til að láta aldrei kappið bera fegurðina ofurliði og annar merkur Valsmaður sagði svo snilldarlega: „Valur er ekkert annað en ég, þú og allir hinir!“

ÞORGRÍMUR ÞRÁINSSON

Áfram, hærra!

„Krakkar eiga að njóta þess að vera þjálf-
aðir af þjálfurum eins og t.d. Óskari
Bjarna sem er aðstoðarþjálfari lands-
liðsins og er þessi þjálfun svo gríðarlega
sjaldgæf og verða þeir að njóta hennar og
læra af henni.”

GUNNAR MALMQUIST ÞÓRISSON 16 ÁRA Í HANDBOLTA

„Mér finnst að það eigi að halda
áfram, og jafnvel efla kynningar í
grunnskólum sérstaklega á yngri
árum. Því ef það næst að mynda
góðan og sterkan hóp í yngri
flokkum eru meiri líkur á því að
hópurinn haldi áfram, eins og í
mínu tilviki.”

MARTA KRISTÍN FRÍÐRIKSDÓTTIR 15 ÁRA Í
HANDBOLTA

„Ég tel að markmið yngri
flokka eigi að vera að
byggja upp bæði gott knatt-
spyrnufólk sem er með góð
tök á grunntækni, jafnt
sem þroskaða einstaklinga
sem eru góðar hópsálir og
njóta þess að stunda knatt-
spyrnu. Þessi markmið
skipta miklu meira máli en
titlaföldi.”

INGUNN HARALDSDÓTTIR 16 ÁRA Í
FÓTBOLTA

„Yngri flokka starfið hjá Val hefur ekki
verið nægilega gott upp á síðkastið hjá strá-
kunum og ekki nóg gert fyrir okkur strákana
finnst mér en það er allt að koma til. Ég
held að ég geti talið upp sirka 10 þjálfara
sem hafa þjálfað mig á 8 ára skeiði.”

JÓN HILMAR KARLSSON 16 ÁRA Í FÓTBOLTA

„Ég vil bara sjá það frábæra félagstarf sem er í
gangi hjá Val núna, halda áfram og dafna.“

BJARNI GEIR GUNNARSSON 16 ÁRA Í KÖRFUBOLTA

„Að körfuboltinn
verði að eins miklu
stórveldi og hinar
boltaiþróttirnar hjá
félaginu.“

RAGNHEIÐUR
BENÓNÍSDÓTTIR 17 ÁRA
Í KÖRFUBOLTA

„Svo væri góð hugmynd að frá 14 ára aldri ætti að
byrja að fræða krakkana um næringarfræði og
gott matarræði því það er akkúrat á þessum árum
sem leikmenn fara úr því að vera ekki bara hæfi-
leikaríkir heldur sterkir og hraðir. Til að bæta
tengsl milli deilda þá væri það frábært ef fólk
myndi ekki bara styðja sína eigin íþrótt heldur
fara á leiki hjá öðrum og styðja þá til sigurs.”

MORGAN ÞORKELSDÓTTIR 16 ÁRA Í HANDBOLTA

Framtíðarfólk

„Halda áfram og jafnvel auka byggingu meistaraflokks á ungum og uppöldum leikmönnum.“

PÓRDÍS MARÍA AIKMAN 18
ÁRA Í FÓTBOLTA

„Það er mikilvægt að hugsa vel um unga og efnilega leikmenn.“

VÍÐIR TÓMASSON 16 ÁRA
Í KÖRFUBOLTA

„Þjálfarar mega tala meira saman og samræma æfingarnar hjá krökkum sem æfa margar greinar. Af hverju ekki að senda fótbolta- og körfuboltrastraða á eina og eina æfingu yfir veturinn í handbolta og öfugt? Það væri hægt að halda mót á milli deilda þar sem keppt er í öllum greinunum og alls konar.“

DARRI SIGPÓRSSON 14 ÁRA Í HANDBOLTA OG FÓTBOLTA

„Til að ná langt í fótbolta eða bara öllu þarftu að setja þér markmið, sjálfur hef ég langtíma-markmið og markmið fyrir styttri tíma, hafa viljann, þú getur ekki krafist mikils af þér ef þú hefur ekki viljann.“

JÓN FREYR EYÞÓRSSON 12 ÁRA Í FÓTBOLTA OG HANDBOLTA

„Vil sjá sem flesta uppalda Valsara í öllum íþróttagreinum félagsins“

KOLBEINN KÁRASON 20 ÁRA Í
FÓTBOLTA

„Ég myndi stækka æfingasvæðið, sem sagt neðra grasið, fyrir yngri flokkana.“

THELMA BJÖRK EINARSDÓTTIR
21 ÁRS Í FÓTBOLTA

„Ef það verður jafn mikið sett í þjálfun, umhverfi og aðstöðu þá hef ég engar áhyggjur af framhaldi Vals, þannig ég vona að hún þróist vel.“

ÞORGERÐUR ANNA ATLADÓTTIR
19 ÁRA Í HANDBOLTA

„Aðstaðan er til fyrirmyndar en það væri gaman að sjá fjölgun í iðkendum á næstu árum.“

BENEDIKT BLÖNDAL 18
ÁRA Í KÖRFUBOLTA

„Vil sjá Val í góðum málum fjárhagslega séð og moka inn titlum, ekki flókið.“

RÚNAR MÁR SIGURJÓNSSON
21 ÁRS Í FÓTBOLTA

„Eins og allir Valsmenn vil ég halda áfram að sjá titla koma í hús og sjá unga uppalda leikmenn koma upp í meistaraflokkana.“

ATLI MÁR BÁRUSON 20
ÁRA Í HANDBOLTA

Láttu æskunnar ár
verða ævinnar salt,
svo að aldregi sljóvgist þín sál.

Hreint og milt skal þitt mál,
líkt og marksækin ör
ávallt miða til gagns ...

Vertu heilhuga og hrein(n)
þá mun hamingju vor
veita hagsæla þroskun og dug.

Áfram, herra!
Vertu bæði fús og frá(r)
til að framkvæma allt,
sem þú finnur að rétt styður mál.

Fram á lýsandi leið
skal þér litið í trú,
þar sem ljómandi takmark þér skín.

Áfram, herra!
Láttu sigrandi þor
búa í sál þinni og vekja þinn hug.

Nokkrir Skagamenn hafa leikið með liði Vals svo sem Helgi Daníelsson, Matthías Hallgrímsson, Jón Vilhelm Ákason, Baldur Aðalsteinsson (uppallinn Skagamaður), Hallbera Guðný Gísladóttir, Helga Sjöfn Jóhannesdóttir, Reynir Leósson, Arnar Gunnlaugsson, Bjarki Gunnlaugsson, Jóhannes Gíslason, Ellert Jón Björnsson, Garðar Gunnlaugsson, og Hálfván Gíslason. Svo má nefna að þeir Gunnlaugur Jónsson og Hörður Helgason voru um tíma þjálfarar Vals.



Frá komu Skagamanna á Hlíðarenda í september 2011. Í fremstu röð frá vinstri: Haraldur Sturlaugsson, Gísli Gíslason, Ingi Björn Albertsson, Helgi Daníelsson, Gunnar Sigurðsson. Efri raðir frá vinstri; Jón Gunnlaugsson, Óskar Jóhannesson, Nikulás Úlfar Másson, Einar Guðleifsson, Sigurður Haraldsson, Bjarni Bjarnason, Elías Hergeirsson, Davíð Kristjánsson, Róbert Jónsson, Örn Steinsen (K.R.), Björn Lárússon, Bára Grímsdóttir, Karl Harry Sigurðsson, Halldór Einarsson, Guðjón Guðmundsson, Sigurður Jónsson, Sturlaugur Sturlaugsson, Jóhann Albertsson, Stefán Þoromar Guðmundsson, Chris Foster, Ásgeir Óskarsson og Stefán Runólfsson (ÍBV).

Öflug starfsemi fulltrúaráðs Vals

Eftir Halldór Einarsson formann fulltrúaráðsins

Árið 1945 var stofnað fulltrúaráð Vals. Fyrsti formaður þess var Sveinn Zoega og stýrði hann ráðinu fyrstu tíu árin. Því var ætlað að vera nokkurs konar akkeri félagsins og var m.a. sett í lög félagsins að Knattspyrnufélagið Valur mætti ekki takast á hendur neinar meiri háttar fjárhagslegar skuldbindingar án þess að til kæmi samþykki fulltrúaráðsins.

Fulltrúaráðsfundir

Ráðið hefur starfað af mismiklum krafti í gegnum tíðina og leið fyrir það m.a. þegar framkvæmdir stóðu sem hæst á Hlíðarenda að ekki var auðvelt um húsnæði fyrir fundi þess. Auk þess að halda nokkra fundi á ári þar sem gjarnan er fjallað um helstu málefni og stöðu félagsins hefur einkum verið hugað að því að fastsetja inn í dagskrá félagsins árlega atburði. Í dag má segja að nokkur hugðarfeni félaga ráðsins séu orðin prýðilega staðsett í starfi Vals.

Golfmót Vals

Golfmót Vals sem upphaflega var sett á

lagginnar af Garðari Kjartanssyni sem lagði sig fram um margra ára skeið. Sumarið 2010 var síðan spýtt í lófa og samhentur hópur skipaður Péttri Guðmundssyni, Ómari Sigurðssyni, Jóni Halldórssyni, Örn Grímsdóttur, Gunnari Þór Jóhannssyni, Inga Rafni Jónssyni og Kolbrúnu Franklín tók að sér framkvæmdina. Framkvæmdin í fyrra og í sumar tókst með miklum ágætum og ljóst að mótið er komið til að vera um ókomin ár.

Herrakvöld Vals

Herrakvöld Vals sem er haldið fyrsta föstudag í nóvember tókst að flestra mati betur en nokkru sinni fyrr. Aðsókn er orðin stöðug u.þ.b. þrjú hundruð og samkoman fágúð og félaginu til sóma.

Bridgemót Vals

Bridgemót Vals er með sama hætti búið að festa sig í sessi sem skemmtilegt mót sem laðar m.a. að spilara úr öðrum félögum sem er skemmtilegt. Örn Ingólfs-son hefur leitt þetta mót með sóma.

Skákmót Vals

Skákmót Vals er mót sem þarf að leggja meiri alúð við og ná upp á herra plan ekki síst þar sem Hrókurinn, verðlaunagripur sem teft var um til fjölda ára hér áður kom í leitirnar þegar minjanefndin hóf sitt mikilvæga starf.

Minjanefnd

Minjanefnd var sett aftur á lagginnar á haustmánuðum í fyrra. Til að setja nefndarmenn í rétta girinn var blásið til heimsóknar upp á Akranes þar sem heimamenn hafa unnið frábært starf í varðveislu sögu sinna íþróttu. Skagamenn tóku á móti hópnunum af sérdeilis myndarskap og vorum við Valsmenn nánast gáttaðir á höfðingskapnum. Minjanefndin sem skilaði feykigóðu starfi í aðdraganda 100 ára afmælisins er skipuð Magnúsi Ólafssyni formanni, Margréti Bragadóttur, Ægi Ferdinandssyni, Ólafi Má Sigurðssyni, Nikulásí Úlfari Mássyni, Kristjání Ásgeirssyni, Óskari Jóhannessyni, Hermanni Gunnarssyni (smið) og Helga Benediktssyni. Til þess að þakka Skagamönnum fyrir móttökurnar var þeim boðið á Hlíðarenda s.h. september. Boðið var upp á veitingar frá Lárusi Loftssyni og til máls tóku m.a. Þorgrímur Þráinsson sem ræddi væntanlega afmælisbók, Sigumundur Steinarsson sem sagði frá fyrri bók sinni um sögu knattspyrnunar á Íslandi sem KSÍ gaf út, Gísli Gíslason og Haraldur Sturlaugsson höfðu einkum orð fyrir Skagamenn og tókst vel til. Síðan sungu Bára Grímsdóttir tónskáld og stjórnandi Valskórsins og Chris Foster nokkur lög við góðar undirtektir.

Leiðangur 5. flokks karla á handboltamót á Akureyri

Í haust sameinuðust Valur og Haukar í rútuferð til Akureyrar til að keppa á lokatörn Íslandsmótsins í handbolta í 5. flokki yngra árs karla

Upphaflega stóð til að Valsstrákar færu með þjálfara og fararstjóra á smárútu, en þegar til kom þá var engin smárúta laus hjá þeirri bílaleigu sem við höfum notið bestu kjara og aðrar voru einfaldlega of dýrar til að við gætum leigt af þeim. Þá höfðum við samband við HK um að deila rútu með þeim en þegar til kom reyndist það ekki unnt. En að endingu var leitað til Hauka um að fara samferða þeim og reyndist það auðsótt mál.

Ýmsir af Valsstrákunum höfðu í upphafi látið í ljósi efasemdir um ferðina norður. Einhver sagði: „Þetta verður ábyggilega ekkert gaman fyrst stelpurnar verða ekki með eins og síðast!“ og aðrir áttu erfitt með að setta sig við að ferðast með öðru liði sem þeir hafa litið á sem andstæðinga í boltanum. En Valsstrákarnir áttu eftir að taka gleði sína.

Haldið norður

Ferð okkar hófst við Hlíðarenda á föstudagsmorgun. Rútan mætti skömmu fyrir kl. 8:30. Haukar höfðu tekið frá nokkrar sætaraðir fyrir okkur Valsmenn í miðri rúttunni. Aftast höfðu strákarnir úr Haukum komið sér fyrir en fyrir framan okkur sátu Haukastelpurnar úr 5. flokki sem voru á leið til Húsavíkur að keppa við stóllur sínar úr öðrum liðum. Áætlunin gerði ráð fyrir því að við myndum maula nestið okkar í Staðarskála og halda rakkleitt til Akureyrar og vera komin þangað um miðjan dag, þar sem Haukastelpurnar áttu eftir tveggja tíma ferð til Húsavíkur. Allt gekk þetta eftir en auk þess var stoppað

stutt í Borgarnesi og Varmahlíð til að gefa sprengþjádum blöðrum færi á því að skjótast á snyrtinguna. Íþróttafréttaritarinn hefur það fyrir sig á leið sinni um Húnaþing að koma tölu á þúfurmar í héraðinu. Aðstæður til talninga voru fremur góðar. Bjartviðri og snjór í dældum svo þúfnakollarnir stóðu upp úr snjónum. Talningu er ekki lokið að fullu en nýjustu tölur sýna að þúfurmar eru a.m.k. 137.864.352. En hafa ber í huga að eftir er að telja, neðan vegar í Hrutáfirði og líklega á tveimur bújörðum. En talningu verður fram haldið í næstu ferðum.

Halló Akureyri!

Klukkan var ekki orðin þrjú þegar við komum til Akureyrar. Haukastelpurnar færðu sig yfir í HK rúttuna og urðu samferða þeim til Húsavíkur. En við urðum að finna okkur eitthvað til dundurs þar sem kennsla var í fullum gangi í skólanum og við áttum ekki að fá afhentar stofur fyrir en kl. 17. Móttökustjórinn sagði okkur að við mættum koma kl. 16. Við héldum því niður í bæ til að stytta okkur stundir. Ekið var niður að sívalningi sem liggur á hliðinni neðan Drottningarbrautar. Þar var rúttunni lagt og strákarnir hófust handa við að útbúa landfyllingar til að auka landrymi heimamanna. Mátti sjá litlar steinvölur og stærðarinnar grettistösk gossa í sjóinn með tilheyrandi skvettum. Á sama tíma ákváðum við fullorðna fólkið að slökkva kaffiporstann í miðbænum.

Síðuskóli

Stofurnar fengum við afhentar kl. 16 í Síðuskóla. Fengum við Valsmenn úthlutad stofu nr. 13 en Heiðar Þór Aðalsteinsson sem stýrði Valsliðinu í leikjunum sagði okkur að þetta væri gamla stærðfræðistofan sín. Um leið og við losuðum okkur við farangurinn þá fylgdumst við

með leik Þórs og Vals í 4. flokki karla. En þar báru Þórsarar sigur úr bítum í fremur jöfnum leik. Eftir að hafa komið lofti í vindsængurnar og komið okkur fyrir fóru strákarnir á smá flandur um skólann til að skoða hverjir væru hvar og hvað væri að finna á hverjum stað. Bordtennisborðin, fótboltaspilið og skákbordið fundust strax og lokaði leynigangurinn niður í kjallara sömuleiðis. Valsstrákarnir voru ekki beint himinlifandi þegar ég sagði þeim að við yrðum að vakna um kl. 8 á laugardagsmorguninum þó svo að við ættum ekki að spila fyrr en um miðjan dag. Uppgefin ástæða var sú að við yrðum að vera búnir að borða morgunmat fyrir kl. 9 vegna þess að eftir þann tíma var morgunmat ekki í boði. En þess utan vildi ég vera viss um að drengirnir færu snemma að sofa á laugardegnum því við yrðum að vakna kl. 7 á sunnudagsmorguninn. Ég hafði varað strákana við því að ég hryti eins og loftpressa og eina ráðið til að verjast því væri að sofna á undan mér. Engar fékk ég kvartanirnar næsta morgun. En ég sagði strákunum að sennilega væri eini tíminn sem við hefðum til að komast í sund fyrir hádegi á laugardegnum. Fæstir tóku það í mál og sögðust verða svo þreyttir eftir sunnið, þeir vildu því frekar verja morguninum í klifurgrindinni utan við skólann eða í eltingarleik (eins og menn sjá eru strákarnir miklir spekingar í því hvað veldur þreytu og hvað ekki). Úr varð að við fórum bara fjórir í sund. Reyndar vorum við svo snemma á ferðinni að laugin var lokuð. Við röltum því niður á Bauta og fengum okkur kaffi og heitt súkkulaði. En þegar við komum kl. 10 að lauginni var komin mikil röð af fólki sem beið eftir að hún yrði opnuð. Bærinn var orðinn fullur af fólki því það var ekki bara handboltamót í bænum heldur fór söngkeppni framhaldsskólanna fram á sama tíma auk þess sem ofurhugar á skíðum og snjóbrettum héldu sitt mót um helgina.



Handbolti

Tvo leiki kepptum við á laugardeginum. Báðir fóru fram í Síðuskóla. Við byrjðum á því að leggja Þróttara í leik þar sem við vorum mun betri. En í seinni laugardagsleiknum töpuðum við með fjórum mörkum gegn Selfyssingum. Sunnudagurinn gekk hins vegar glimrandi vel og unnu Valsstrákar alla þrjá leiki sína þann daginn.

Sunnudagskvöldið

Eins og fram kom að ofan þá var ýmislegt í gangi á Akureyri þessa helgi. Þar á meðal AK-EXTREME 2011 snjóbretta- og tónlistarhátíð á Akureyri og í Hlíða-fjalli. Hluti þeirrar dagskrár fór fram í Gilinu á Akureyri. Þar var búið að koma fyrir mörgum gámum og byggja 60–70° bratta braut niður af gámunum og skammt neðan þeirra var búið að útbúa stökkpall og hylja allt með nokkur hundruð förmum af snjó sem höfðu verið sóttir út fyrir bæinn. Var þessi braut í gilinu við hlið Akureyrarkirkju. Lið Vals og Hauka sameinuðust um að kíkja á sýninguna. Mættum við tímanlega og fylgdumst með ofurhugum, ýmist á skíðum eða brettum, bruna niður brautina og stökkva í margföldum skrúfum og heljarstökkum niður af pallinum. Sá sem hér skrifar er því fegnastur að eiga son sem æfir handbolta en lætur eiga sig að ögra þyngdarlögmálinu líkt og ofurhugarnir gerðu ítrekað. En merkilegt nokk þá lentu þeir flestir á fótunum og náðu að stöðva á fæcinum metrum neðan við stökkpallinn en þurftu ekki langa braut til að lenda.

Eftir að Valsmenn luku síðasta leik sínum á sunnudeginum kom rútan og sótti okkur í KA-heimilið. Fórum við niður í Síðuskóla og biðum nokkra stund eftir því að Hauka- og HK-stelpurnar kæmu frá Húsavík áður en við gætum lagt heim á leið. Fréttir fóru að berast af hvassviðri á höfuðborgarsvæðinu sem myndi ganga yfir norðvesturhluta landsins. Mátum við því búast við einhverjum töfum af þessum sökum. Það var hins vegar ekkert sem benti til fávindrís á Akureyri. Þar var smá fjúk en þurrt og bærilega hlýtt. Þegar við lögðum af stað var veðrið ágætt. Hvorki tafir á Holtavörðuheidi né í Vatnsskarði en sjóndeildarhringurinn var vissulega orðinn dumbungslegur þegar við nálguðumst Blönduós. Áfram héldum við vestur á bóginn og þegar við vorum komin framhjá Laxá í Ásum og farin

að nálgast Vatnsdalinn þá fór að bæta hressilega í vind. Rögvaldur bílstjóri ítrekaði við alla að hafa bílbeltin spennt þar sem það væri farið að blása verulega. Það var síðan þegar við komum upp á hálsinn úr Víðidalnum að allt í einu heyrðist hvellur. Mér varð litið upp og aftur fyrir mig. Aftari topphlerinn var horfinn og sá beint til himins. Ég losaði beltið og stóð upp. Sá ég að hlerinn, sem gegnir hlutverki neyðarútgangs þegar rútur velta, hafði losnað en hékk í bandi og glamraði laus á þaki rúttunnar. Ég náði að grípa í neyðarhandföngin á hleranum og smella honum niður en náði þó ekki að festa hann almennilega nema öðrum megin. Ég þorði því ekki að setjast og taldi öruggast að ríghalda í hlerann svo hann fyki ekki út í veður og vind. Ekki treysti mér ekki til að laga læsinguna þar sem við vorum í svo gríðarlegum streng. En nokkru síðar ókum við út úr þessum mikla vindstreng og við Gummi, fararstjóri Hauka, sameinuðumst um að festa hlerann tryggilega. Haggðist hann ekki það sem eftir leið ferðarinnar. Okkur varð ljóst að við værum komin í hið mesta illviðri. Bílstjórinn ók því afar gætilega það sem eftir lifði uns við komum í Staðarskála, en jafnframt hafði hann samband við HK rúttuna og ráðlagði þeim að halda kyrru fyrir á Blönduósi, sem þau og gerðu.

Staðarskáli

Við þurftum að hafa fyrir því að komast inn í Staðarskála, en þar höfðum við pantað hamborgara á línuna. Vindurinn var mjög sterkur og því þurfti að hnika rúttunni til þess að hægt væri að opna dyrnar á henni og koma mannskapnum inn. Það hafðist og vakti það furðu mína hversu fljótt við fengum afgreiðslu þar sem almennir viðskiptavinir þurftu að bíða rúma klukkustund eftir að fá pöntun sína afgreidda. Staðarskáli var troðinn af fólki og létu sumir strákarnir sig hafa það að setjast á gólfíð út undir vegg til að borða matinn sinn. En eftir matinn tók við tveggja tíma bið og stöðumat rútbílstjóra á svæðinu sem báru saman bækur sínar. Þegar við komum að Staðarskála var bíll Vegagerðarinnar með gulu blikkiljósi búinn að loka veginum vegna veðursins á Holtavörðuheidiinni. Við vonuðumst til þess að það myndi lægja og við gætum beðið af okkur óveðrið róleg í 2–3 tíma í Staðarskála. En þegar leið á kvöldið bárust þau tíðindi frá Vegagerð-



inni að það væri farið að kólna og rigningin sem hafði fylgt óveðrinu hefði breyst í slyddu og það væri kominn þykkur krapi á Holtavörðuheidi. Vegagerðin myndi ekki reyna að ryðja heidina fyrir en í fyrsta lagi kl. 6 á mánudagsmorgun. Þar með var það ljóst að ekki yrði farið um Holtavörðuheidi. En af því bárust fréttir að einhverjir á einkabíl eða jeppa hefðu farið um Laxárdalsheiði yfir í Dali. Bílstjórnarnir voru nú á fullu að afla fréttu um veður og færð með það í huga hvort mögulegt væri að krækja fyrir veðrið með því að fara um Dali og Heydal. Áætlunarbíllinn frá Akureyri ákvað að reyna þá leið. Ekki vildum við fylgja honum þar sem við vildum alls ekki leggja í neina tvísýnu með fulla rútu af krökkum. Þegar rútbílstjórinn okkar náði loks sambandi við áætlunarbíllinn þegar hann var kominn í Dalina sagði hann afdráttarlaust að veðrið væri þannig að rútur ættu alls ekki að vera á ferðinni í slíku veðri. Þar með lá það loksins fyrir. Við gistum á Reykjum.

Reykir

Um leið og við komum í Staðarskála gerðum við okkur grein fyrir að við gætum þurft að halda kyrru fyrir um nóttina. Það var því strax gengið í það að tryggja okkur gistingu í svefnpokaplássi á Reykj-





um ef á þyrfti að halda. Þangað héldum við og skiptum hópnum í tvennt. Kvenpeningurinn fékk sína meyjarskemmu og strákarinn sinn hrútakofa. Það voru blendnar tilfinningar hjá krökkunum vegna þessarra óvæntu breytinga á ferðinni. Flest vorum við farin að hlakka til að koma aftur heim. En einhverjir höfðu ekki átt þess kost að fara á Reyki með skólanum sínum og glöddust þeir mjög þegar það var ljóst að við myndum gista þar. Ákveðið var að fá sér smá kvöldhressingu en drífa sig síðan beint í bólið og vakna kl. 7 morguninn eftir og leggja af stað í bæinn kl. 8. Við þurftum að beita smá tilfæringum til að bjarga mönnum um yfirbreiðslur þar sem tveir Valsstrákar höfðu fengið lánaðar sængur og dýnur hjá ættingjum á Akureyri. En handklæði, flíspeysur og úlpur fengu þarna aukið hlutverk sem sængur. Strákarnir voru orðnir þreyttir og gekk því tiltölulega hratt að sofna þó svo að vindurinn hafi lamið á húsinu og sængurföt margra hafi ekki verið af bestu gerð. En þeir voru þreyttir og þungir þegar þeir vöknudu morguninn eftir. Enginn vaknaði við klukkuna nema fararstjórinn sem þurfti að beita sig hörðu til að fara á fætur.

Haldið heim

Til allrar hamingju stóðst áætlun mánu dagsins upp á punkt og prik. Við lögðum af stað klukkan 8. Holtavörðuheidið var greiðfær þrátt fyrir smá hálfu. Þegar við komum niður í Norðurárdal í voru vegirnir blautir en snjólausir. Við stoppuðum örstutt í Borgarnesi en héldum síðan beina leið í bæinn og vorum komin til

Reykjavíkur kl. 11. Þar kvöddum við Haukana sem héldu sína leið í Fjörðinn.

Samveran með Haukum

Það verður að segja það eins og er að það var afar þægilegt að ferðast með Haukunum. Valsstrákarnir voru mjög rólegir og sennilega svolítið feimnir í upphafi ferðar en eftir því sem leið á náðu krakkarnir vel saman. Ég er ekki frá því að sumar af Haukastelpunum og Valsstrárunum hafi verið orðnir hinir mestu mátar áður en yfir lauk. Ekki ætla ég að tíunda

það nánar en það kæmi ekki á óvart þó einhverjir þurfi að fá sitt „tilfinningalega svigrúm“ eftir ferðalagið. Auðvitað náðu krakkarnir vel saman. Þessi lið eiga vitaskuld margt sameiginlegt. Fyrir utan það að spila í rauðum treyjum, þá eiga bæði liðin stórafmæli á þessu ári (Haukarnir héldu sína hátíð á laugardagskvöldið þegar við vorum fyrir norðan) og það var eldhuginn sr. Friðrik sem stóð að baki stofnun beggja liðanna. Þess utan prýða bæði liðin flotta krakka með áhuga á íþróttum.

Sem fararstjóri var ég í miklum samskiptum við fararstjóra og þjálfara Haukana. Rögnvaldur bílstjóri var einkar greiðvikinn og er það honum að þakka að við komumst í hádegismat á sunnudeginum þegar við þurftum að næra okkur í allt of stuttu hléi á milli síðustu leikjanna á mótinu. Ég vil þakka þeim öllum fyrir mikla greiðvikni og gott samstarf í allri ferðinni. Þá vil ég að síðustu hrósa krökkum beggja liða fyrir góða frammi-stöðu þegar við biðum á milli vonar og ótta á sunnudagskvöldinu eftir því hvar við myndum verja nóttinni. Biðin þar til við tókum endanlega ákvörðun var auðvitað þreytandi og óvissan nagandi. En krakkarnir stóðu sig með sóma.

*Takk fyrir samveruna.
Sigurður Ásbjörnsson,
fararstjóri Valsstráka*

Ásgeir Þór og Rúnar Már í U21 árs landsliði Íslands

Eyjólfur Sverrisson, landsliðsþjálfari U21 landsliðs karla, hefur valið hópinn sem mætir Englandi 6. október á Laugardalsvelli. Í hópnum eru tveir Valsmenn þeir Ásgeir Þór Magnússon og Rúnar Már S Sigurjónsson. Oddur Tyrfingur valinn til æfinga með U17. Gunnar Guðmundsson landsliðsþjálfari í fótbolta hefur valið hóp til æfinga með U17 (yngra lið '96) en í hópnum er Valsarinn Oddur Tyrfingur Oddsson.

Fimm Valsstrákar á æfingum U20 í handbolta

Valinn hefur verið æfingahópur U20 í handbolta, en í honum eru fimm leikmenn Vals. Þeir eru; Agnar Smári Jónsson, Arnar Daði Arnarsson, Bjartur Guðmundsson, Sigurður Ingiberg Ólafsson og Sveinn Andri Sveinsson. Landsliðsþjálfari er Geir Sveinsson.

Af www.valur.is

Magnaðar myndir í dag.

Óendanlegir möguleikar
á morgun.



EOS 600D er fyrsta skref þitt inn í stærri, betri og áhugaverðari heim ljósmyndunar. Með 18 milljónir pixla, leiðarvísi á skjá og 3.7 ramma á sekúndu hefur aldrei verið auðveldara og meira gefandi að fanga fullkomlega hvert sekúndubrot.

EOS 600D
EOS ævintýrið þitt hefst hér.

Canon



NÝHERJI

Nýherji hf. Sími 569 7700 www.netverslun.is

BETRI LAUSNIR

Viðurkendir Canon söluaðilar um land allt

Reykjavík Verslun Nýherja, Borgartúni 37 & Kringlunni - ELKO Lindum, Skeifunni & Granda - Beco, Langhóltsvegi 84 - Myndval, Mjódd - Fotoval, Skipholti 50b / Akureyri Pedromyndir - Byko / Húsavík Bókaverzlun Pórarins / Ísafjörður Penninn / Sauðárkrúkur Tengill / Hvammstangi Ráðbærður / Grundarfjörður Hrannarbúðin / Stykkishólmur Skipavík / Borgarnes Framköllunarþjónustan - Omnis / Akranes Omnis / Reykjanesbær Omnis / Selfoss TRS / Höfn í Hornafirði Martólvan / Neskaupstaður Tónspil / Egilsstaðir Myndsmiðjan / Vestmannaeyjar Geisli / Netverslun Nýherja, www.netverslun.is / ELKO Flugstöð Leifs Eiríkssonar



Þú uppskerð eins og þú sáir

Þorgerður Anna Atladóttir er 19 ára og leikur handbolta með meistaraflokki

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni: Úfff, þessi er rosalega erfið og svarið gæti valdið rifrildi. Eins og staðan er núna held ég að ég verði að gefa Arnóri stóra bróður þennan titil.

Hvað gætir þú aldrei hugsað þér að verða: Ég gæti aldrei verið listamaður eða eitthvað svoleiðis, ég er alveg heft að teikna og svona.

Af hverju handbolti: Ég var rosalega mikið í íþróttum en mest í kringum handboltann, held að það hafi haft áhrif.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Engin gríðarleg afrek, en ég lenti stundum upp á verðlaunapalli í frjálsum íþróttum, svo vann ég líka stundum í fótboltnum.

Eftirminnilegast úr boltanum: Að vinna titla er alltaf mjög eftirminnilegt.

Eftirminnilegast frá 100 ára afmælisári Vals: Ég man mjög vel eftir að hafa skrifað undir samninginn minn og man líka eftir því að við töpuðum ekki leik á afmælisárinu sjálfu.

Hvernig gengur í vetur, koma titlar í hús: Það hefur gengið vel til þessa og vonandi gengur vel í framhaldinu að við förum alla leið í sem flestum keppnum.

Besti stuðningsmaðurinn: Þeir eru flottir sem mæta á alla leiki og öskra allan tímann, færð ekkert betri stuðningsmenn.

Erfiðustu mótherjarnir: Mér finnst alltaf mjög erfitt að spila á móti gömlum félögum.

Eftirminnilegasti þjálfarinn: Ég hef

verið rosalega heppin með þjálfara nánast alls staðar, en ég held það gleymist seint þegar pabbi gamli þjálfaði mig.

Mesta prakkarastrik: Ég á alveg óteljandi prakkarasögur, en efst í huga er þegar ég og Heiða vinkona bjuggum til Valentínusargjöf frá vini okkar til vinkonu okkar og þau höfðu verið að deita í smá tíma en þetta var á frekar viðkvæmum stað og strákurinn vissi ekkert og stelpan vissi ekki alveg hvernig hún átti að bregðast við, en þetta fannst okkur rosalega sniðugt.

Stærsta stundin: Allir úrslitaleikir sem ég hef spilað.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val: Verð að segja Karó og Þórunn, þær eru algjörar steikur.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val: Arnar Daði Arnarsson.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val: Mjög vel, mikilvægt að leggja línurnar strax sem er gert hérna og hafa reynda þjálfara sem vita hvað þeir eru að gera.

Fleygustu orð: Borgar sig alltaf að vera duglegur, eins og mamma segir.

Mottó: Þú uppskerir eins og þú sáir.

Leyndasti draumur: Mig langar rosalega að kunna að syngja og vera söngkona, en ég held að það gerist seint.

Við hvaða aðstæður líður þér best: Þegar ég er búin að vinna góðan leik,

Nám: Fjölbrotaskólinn í Garðabæ.

Hvað ætlar þú að verða: Það er allt rosalega óákveðið, klára skólann allavega, en ætli ég reyni ekki að spila handbolta eins lengi og ég get.

Af hverju Valur: Hraður handbolti hentar mér mjög vel og svo heillaði umhverfið, þjálfunin og liðsfélagarnir.

Hvernig hefur þér verið tekið í Val: Mjög vel, nema Anna Úrsúla gerir stundum grín að mér þegar ég mæti í hinu og þessu á æfingar.

Hjá hvaða liðum hefur þú verið í handbolta: Þau eru nú orðin nokkur, ég spilaði fyrst með KA á Akureyri upp alla mína yngri flokka eitt ár þar inn á milli í Þýskalandi, svo var ég einhvern tíma í Víkingi. Meistaraflokksferillinn byrjaði samt í Stjörnunni þar sem ég var í 4 ár og svo kom ég líka við í Danmörku hjá FIF og í Svíþjóð hjá H43.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í íþróttum: Þau styðja mig í handboltnum líkt og í öllu öðru eins og þau best geta sem maður metur að sjálfsögðu til mikils.

Öflugir bakhjarlar Knattspyrnufélagsins Vals óska öllum





búin að broða góðan mömmumat og komin upp í sófa.

Skemmtilegustu gallarnir: Mér finnst það ekkert svo skemmtilegt, en ég á það til að mismæla mig og misskilja stundum við mikla gleði liðsfélganna.

Hvað er það fallegasta sem hefur verið sagt við þig: Það er alltaf gaman þegar maður fær hrós.

Fullkomið laugardagskvöld: Held það sé bara þegar mér líður best, búin að vinna góðan sigur, borða góðan mat og vera fyrir framan sjónvarpið með eitt stykki nachos-rétt kannski.

Fyrirmynd þín í handbolta: Á yngri árum leit ég mjög mikið upp til Guðjóns Vals, en ætli það sé ekki bara stóri bróðir og ekki má gleyma HRÖBBU SKÚLA.

Draumur um atvinnumennsku: Já hann er til staðar og vonandi verður hann að raunveruleika fyrr eða seinna.

Landsliðsdraumar þínir: Núna er það bara að vona að við stöndum okkur á HM, annars er stefnan sett á að vinna sér inn fast sæti í liðinu.

Besti söngvari: Ég held eg eigi bara uppáhalds söngkonu og þá ætla ég að nefna Medínu dönsku vinkonu mína og sænsku Robyn svo er að sjálfsgöðu Rih-anna sem er að gera það gott þessa stundina.

Besta hljómsveit: Mér finnst voða kosý að hlusta á Coldplay og Dikta.

Besta bíómynd: *Love and other drugs* finnst mér æði, svo get ég alltaf horft á Mamma míá og syngja með og lifa mig smá inn í.

Besta lag: Ég fæ aldrei nóg af *Kun for mig* með Medínu, svo er *Somebody I used to know* með Gotye alltaf að fikra sig ofar og ofar. Svo flest lögin með Coldplay.

Uppáhaldsvefsíðan: Facebook og íþróttaliðir á mbl.is og visir.is og svo líka sport.is

Uppáhalds erlendu fótboltafélögin: Barcelona og Arsenal.

Uppáhalds erlenda handboltafélagið: AGK.

Eftir hverju sérðu mest: Maður á aldrei



LÆRÐU ÍPRÓTTAFRÆÐI VIÐ HÁSKÓLANN Í REYKJAVÍK

BSc Í ÍPRÓTTAFRÆÐI

Þriggja ára grunnnáam fyrir verðandi íþróttfræðinga. Námið er fræðilegt og verklegt og áhersla lögð á að nemendur öðlist framúrskarandi þekkingu og færni til að miðla henni í kennslu, þjálfun og stjórnun.

MSc Í ÍPRÓTTAVÍSINDUM OG ÞJÁLFUN

(Exercise Science and Coaching)
Framhaldsnám sem ætlað er þeim sem vilja sérhæfa sig í þjálfun keppnis- og afreksiþróttafólks og rannsóknum á sviði íþróttaræði.

Með Í HEILSUBJÁLFUN OG KENNSLU

(Health and Sport Education)
Framhaldsnám sem ætlað er þeim sem vilja sérhæfa sig í heilsubjálfun og kennslu á sviði íþróttar.

- Frábær kennsluaðstoða.
- Mikil tengsl við atvinnulíf og samfélag.
- Fjölbreytt atvinnutækifæri að námi loknu.

Kynntu þér námið á www.hr.is

að sjá eftir neinu, heldur að horfa á framtíðina.

Nokkur orð um núverandi þjálfara: Alvegaðfáskalla, skipulagður, mikinnmetnað, hómoristi.

Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Ég held ég myndi reyna að halda áfram núverandi braut.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-

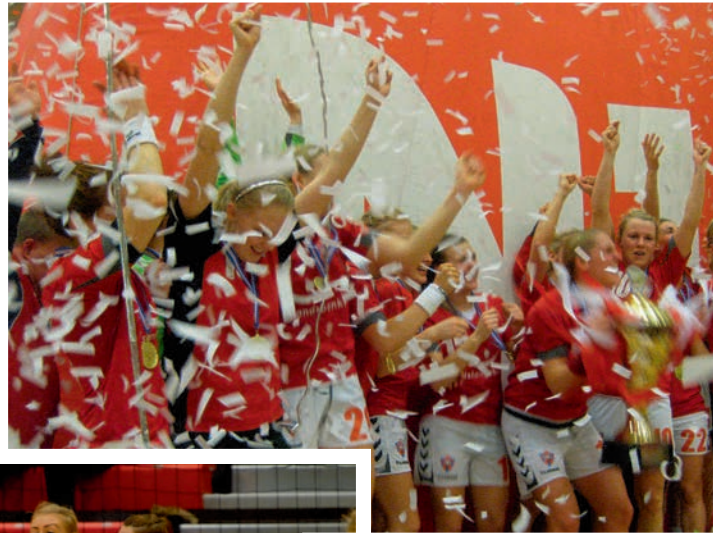
enda: Aðstæður eru frábærar og ég held að þær séu hvergi betri á Íslandi, það er allt fagmannlega gert.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Ef það verður jafn mikið sett í þjálfun, umhverfi og aðstöðu þá hef ég engar áhyggjur af framhaldi Vals, þannig ég vona að hún þróist vel.

Valsmönnum gleðilegra jóla og farsældar á komandi ári



Valur – Íslandsmeistari



Í handbolta kvenna 2011



Ríkarður Sveinsson er skákmeistari Vals 2011

Afmælisskákmt Vals 2011 fór fram að Hlíðarenda miðvikudaginn 30. febrúar

Knáir kappar háðu harða hildi á hvítum reitum og svörtum í glæsilegum salarkynnum Valsmanna. Helt var upp á könnuna og boðið upp á súkkulaðikex og fór vel um keppendur. Keppendur höfðu tíu mínútur til umhugsunar á hverja skák. Eftir um það bil þriggja stunda setu voru úrslit kunn og fór verðlaunaafhenging fram með pomp og pragt. Ríkarður Sveinsson varð hlutskarpastur og hlaut að launum forlata gullpening og nafnbótina skákmeistari Vals 2011. Óttar Felix Hauksson varð í öðru sæti og fór heim með silfrið. Þriðja sætið og bronspeningurinn féll í hlut Georgs Páls Skúlasonar. Var það mál manna að úrslitin hefðu verið sanngjörn og héldu Valsmenn þessir á braut að móti loknu sáttir við sinn hlut.

Skákmeistarar Vals undanfarin ár:

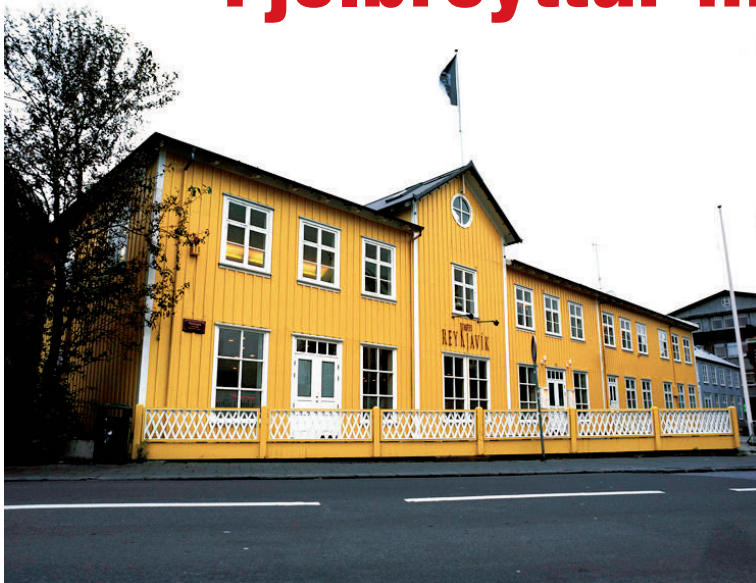
2009 Óttar Felix Hauksson
2010 Helgi Brynjarsson
2011 Ríkarður Sveinsson



Verðlaunahafar á afmælisskákmti Vals 2011. Ríkarður Sveinsson sigurvegari er í miðrið, Óttar Felix Hauksson t.h. var í öðru sæti og Georg Páll Skúlason t.v. varð í þriðja sæti.



Fjölbreyttur matseðill



RESTAURANT
REYKJAVÍK

Vesturgata 2 | 101 Reykjavík
Sími: 552 3030 eða 840 2566
www.restaurantreykjavik.is
restaurant@restaurantreykjavik.is

Ingunn er búin að æfa fótbolta á fullu síðan hún var 10 ára, á yngra ári í 5. flokki. Hún segist hafa byrjað í Val af því að bróðir hennar var þá að æfa með Val og félagið væri í hverfinu hennar.

Hvaða þýðingu hefur það fyrir þig að hafa fengið Friðriksbikarinn í haust?

„Það var mikill heiður að taka á móti Friðriksbikarnum og það hafði mikla þýðingu fyrir mig að fá þessi verðlaun. Ég var mjög óheppin með meiðsli á síðasta tímabili og Friðriksbikarinn er mér því gríðarleg hvatning til að halda ótraud áfram.“

Hvernig gekk ykkur í sumar? „Við áttum rosalega gott tímabil í sumar og enduðum það með Íslandsmeistaratitli. Við erum mjög góður hópur og við náum allar vel saman. Liðsheildin hefur komið okkur langt. Það er mikil samkeppni innan flokksins, enda allar gríðarlega efnilegar knattspyrnukonur. Svo er náttúrulega búið að vera frábært teymi í kringum hópinn, foreldrar og þjálfarar sem leggja mikið upp úr góðum anda í hópnum.“

Hvernig er hópurinn núna? „Það er frekar stutt síðan 2. flokkur byrjaði að æfa saman og er Rakel Logadóttir að þjálfa okkur. Hópurinn er þéttur og mjög góður. Æfingarnar hjá Rakel eru krefjandi og skemmtilegar og Rakel er frábær þjálfari.“

Segðu frá skemmtilegum atvikum úr boltanum. „Á Dana Cup sumarið 2010 gerði Kjartan Orri aðstoðarþjálfarinn okkar vedmál við okkur, ef að við ynnum mótið færi hann í brúnkusprautun fyrir uppskeruhátíðina. Við unnum síðan Dana Cup og Orri, sem er raudhærður og venjulega næpuhvítur, stóð við sinn hluta vedmálsins og var útkoman vægast sagt skrautleg.“

Hverjar eru fyrirmyndir þínar í fótboltanum? „Katrín Jónsdóttir hefur alltaf verið mikil fyrirmynd fyrir mig og einnig Atli Sveinn Þórarinnsson karlamegin. Svo held ég mikið upp á Cesc Fabregas leikmann Barcelona.“

Hvað þarf til að ná langt í íþróttum? „Íþróttir snúast hrikalega mikið um hugarfarar. Það að hafa trú á sjálfri sér og vera ákveðin getur fleytt manni ansi langt. Svo skemmir ekki fyrir að hafa einhverja hæfileika. Það er heilmargt sem ég þarf að vinna í en aðallega er það tæknin sem ég þarf að bæta.“

Hvers vegna fótbolti? „Ég æfði fimleika í 5 ár og fór svo í frjálssár í hálf ár. Einnig hef ég æft badminton í hálf ár. Fótbolti er ólíkt öðru sem ég hef æft, hóp-íþrótt. Það er rosalega gott félagslíf í kringum boltann sem er mikilvægt þegar maður eyðir svona miklum tíma í einhverjar tómsundir.“



Liðsheildin hefur komið okkur langt

Ingunn Haraldsdóttir er 16 ára og leikur fótbolta með 2. flokki og er handhafi Friðriksbikarsins 2011

Hverjir eru helstu Valsararnir í fjölskyldunni? „Í föðurættinni eru allir grjótharðir KR-ingar úr Vesturbænum og móðurættin býr í Noregi þannig að það er lítið um Valsara í fjölskyldunni þannig að ætli ég sé ekki að skrifa söguna í þeim efnun.“

Hvaða hvatningu og stuðning hefur þú fengið frá foreldrum þínum í sambandi við fótboltann? „Foreldrar mínir hafa alltaf stutt mig mjög vel og hvetja mig til þess að huga að heilbrigðu lífern til að ég geti náð eins langt og ég get. Systkini mín styðja mig einnig mikið og eru dugleg að kíkja á leiki hjá mér og fara út á sparkvöll að æfa. Að mínu mati er jákvæð hvatning frá fjölskyldu afar mikilvæg, það hefur allavega hjálpað mér mikið.“

Hvernig finnst þér að eigi að efla starfið í yngri flokkunum hjá Val í fótbolta? „Ég tel að markmið yngri flokka eigi að vera að byggja upp bæði gott knattspyrnufólk sem er með góð tök á grunntækni, jafnt sem þroskaða einstaklinga sem eru góðar hópsáilir og njóta þess að stunda knattspyrnu. Þessi markmið skipta miklu meira máli en titlafjöldi.“

Hverjir eru þínir framtíðardraumar? „Mínir draumar eru að fara í háskólaboltann í Bandaríkjunum og fara svo í atvinnumennsku í sterki deild í Evrópu. Ég er mjög óviss með hvað ég ætla að læra, það kemur í ljós síðar. Ef allt gengur að óskum sé ég mig fyrir mér eftir 10 ár í Svíþjóð, t.d. að spila með úrvalsdeildarliði og vinna eitthvað tengt náttúrufræði.“

Hver stofnaði Val og hvenær? „Séra Friðrik Friðriksson þann 11. maí árið 1911.“



Góðverk 1. Fjölskylduhjálpi Íslands

Stúlkurnar í flokknum tóku til í fata-skápnum hjá sér og flokkurinn safnaði 8 svörtum ruslapokum af unglíngafötum og fóru með í Fjölskylduhjálpi Íslands. Þar var vel tekið á móti flokknum sem fékk kynningu á starfseminni. Stúlkurnar komu klökkar út og voru virkilega þakklátar fyrir það sem þær eiga í lífinu. Þeim var tilkynnt að unglíngaföt kæmu að góðum notum þar sem lítið væri til af því fyrir þá sem minna mega sín.

Góðverk 2. Jólagjafir undir jólatréð í Kringlunni

Stúlkurnar og foreldrar þeirra stóðu fyrir dósasöfnun í hverfinu og safnaðist um 100.000 kr. Stúlkurnar þrömmuðu í Kringluna og keyptu jólagjafir fyrir unglínga og settu undir jólatréð í Kringlunni. Stúlkurnar voru hagsýnar og náðu að kaupa um 50 jólagjafir fyrir drengi og stúlkur. En góðan tíma tók að pakka öllum þessum gjöfum en stemningin var hlý og góð.

Góðverk 3. Barnaspítali Hringins

Stúlkurnar héldu Jólball fyrir unglíngana í Val. Allur undirbúningur var mikill en Partybúðin gaf allar skreytingar fyrir ballið. Allur ágóði af ballinu rann svo til Barnaspítala Hringins eða um 150.000 kr. Á Barnaspítalanum var vel tekið á móti hópnum sem fékk viðurkenningarskjal og hlý orð fyrir framtak sitt.

Góðverkin gáfu flokknum mikið

Þessi góðverk gáfu flokknum mikið. Þetta gerði leikmenn flokksins víðsýnni og þær urðu þakklátar fyrir sitt. Leikmennirnir töluðu um að þrátt fyrir mikla vinnu væri gleðin við að gefa svo mikil og þakklætið frá fólkinu í samfélaginu beint frá hjartanu. Þetta var einn besti desember sem við höfum lifað. Vonandi verður þetta kveikjan að fleiri góðverkum Vals í framtíðinni.

Sossa hjálfari 3. fl. kvenna í fótbolta



Sælla er að gefa en þiggja

Góðverk 3. flokks kvenna í fótbolta hjá Val í desember 2010



Nýr bæklingur um vetrarstarf Vals 2011–2012

Skilaboð frá Ragnhildi Skúladóttur yfirmanni barna- og unglingsviðs Vals

Knattspyrnufélagið Valur kynnir hér stundatöflu og þjálfara fyrir veturinn 2011–2012. Við gerð æfingatöflunnar þarf að taka tillit til ótal þátta eins og aldurs iðkenda, hvenær þjálfarar eru lausir, leikja meistaraflokka félagsins og svo reynum við eftir megni að koma til móts við börnin þannig að þau geti stundað fleiri en eina íþróttagrein hjá félaginu. Í vetur mun Valur halda samstarfi sínu við frístundaheimilum áfram og bjóða upp á rútuferðir frá frístundaheimilum skólanna í hverfinu fyrir 1.–4. bekk, á æfingar sem hefjast kl. 15:30 eða 16:00. Knattspyrnufélagið Valur býður iðkendum sínum upp á glæsilega íþróttaaðstöðu með fjórum íþróttasölum, lyftingaaðstöðu, félagsaðstöðu og knattspyrnuvöllum m.a. einum upplýstum gervigrasvelli. Valur býður alla velkomna í Vodafone höllina að Hlíðarenda í fótbolta, handbolta og körfubolta. Með von um gott samstarf,

Ragnhildur Skúladóttir, yfirmaður
barna- og unglingsviðs Vals

Bæklingurinn er aðgengilegur á valur.is



„Markmið Vals er að veita börnum og unglingum framúrskarandi íþróttaupplifingu með áherslu á gleði, sterka sjálfsmynd og heilbriggt lífverni.“

Darri og Sturla á æfingar hjá U16 í handbolta

Einar Guðmundsson landsliðsþjálfari U16 í handbolta hefur valið þá Darra Sigþórsson og Sturlu Magnússon til æfinga með æfingahópi U16 helgina 5.–6. nóvember. Í hópnum eru 28 drengir af öllu landinu en æfingar fara fram á Seltjarnarnesi og í Mýrinni í Garðabæ.

Marteinn Högni og Oddur Tyrfingur valdir til æfinga með U17

Gunnar Guðmundsson landsliðsþjálfari U17 ('96) hefur valið landsliðshóp til æfinga um næstu helgi. Í hópnum eru tveir leikmenn Vals, Marteinn Högni Elíasson og Oddur Tyrfingur Oddsson. Valsmenn eru stoltir af því að eiga þessa flottu stráka í þessu vali.

Af www.valur.is



Thelma á milli Laufeyjar Ólafs og Pálu Marie á verðunapalli.

Thelma Björk leikur nú með liði sem heitir Golden Bears. Hún segir að aðstaðan hjá liðinu sé mjög góð og það sé nýbúið að opna „High Performance Center“ sem sé glæsileg aðstaða fyrir íþróttafólkið í skólanum. Hún er ánægð með liðsfélögana og stelpurnar séu mjög skemmtilegar og stuðningsmennirnir samanstanda af foreldrum sem mæta á nánast alla leiki og láta vel í sér heyra.

Hvað ertu að gera úti í Bandaríkjunum? Það hefur alltaf verið draumur frá því að ég var yngri að fara í háskóla í Bandaríkjunum. Ég ætlaði að fara beint eftir Versló en mig langaði að klára tíma-bilið með Val og taka á móti 100. titlinum þannig að ég ákvað að fara út ári seinna, sem sagt 2011. Ég ákvað á síðustu stundu að fara í Berkeley, planið var að fara í annan skóla en þjálfarinn frá Berkley hringdi í mig á síðustu stundu og bauð mér skólasyrki og ég sló til. Þegar tíma-bilið var í gangi þá var ég á æfingum frá 9–12 og svo fór ég í skólann beint eftir það. Núna er ég bara í 3 áföngum, þannig að þetta er bara svona frekar rólegt en ég fer í 4–5 áfanga á næstu önn. Áfangarnir sem ég er í núna eru svona grunnáfangar sem allir þurfa að taka eins og saga, næringafræði, náttúrufræði og fleiri áfangar. Þetta er soldið eins og að taka Versló aftur. En á næsta ári þá vel ég mér svið og ég ætla annaðhvort að fara í viðskiptafræði eða hagfræði. Munurinn á Val og liðinu hér er aðallega sá að hér eru bara stelpur á aldrinum 18–21 árs og á næsta ári verð ég elst. Það er engin þrítugur aldursforseti hér eins og Rakel Loga.

Þetta er soldið eins og að taka Versló aftur

Thelma Björk Einarsdóttir er 21 árs og stundar nám í UC Berkley í Bandaríkjunum og leikur fótbolta með Golden Bears í háskólanum

Af hverju Valur: Ég byrjaði í sumarbúðunum þegar ég var 6 ára og ég var spurð hvort að ég vildi koma á æfingu og skellti mér og það var ekki aftur snúið.

Hjá hvaða liðum hefur þú verið í fótbolta: Hef alltaf verið í Val.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum: Þau eru búin að veita mér frábæran stuðning frá því að ég byrjaði.

Hvað gætir þú aldrei hugsað þér að verða: Meindýraeyðir.

Af hverju fótbolti: Ég prófaði handbolta og áttaði mig á því að ég kann varla að kasta bolta.

Helstu afrek í öðrum íþróttageinum: Gul rönd í taekwondo.

Eftirminnilegast úr boltanum: Titlarnir með Val og að komast á EM 2009 með U-19 ára landsliðinu.

Eftirminnilegast frá 100 ára afmælisári Vals: Afmælisgleðin.

Hvernig gengur liðinu þínu og þér sjálfri: Okkur gekk ekki alveg nógu vel. Við komumst í 32-liða úrslit en töpuðum í vító, frekar svekkjandi. Mér gekk ágætlega, tók samt sinn tíma að venjast því að spila með nýjum liðsfélögum.

Besti stuðningsmaðurinn: Mamma.

Erfiðustu samherjarnir: Fríða.

Erfiðustu mótherjarnir: Stelpurnar í Stanford eru ágætær.

Eftirminnilegasti þjálfarinn: Beta.

Fyndnasta atvik: Ætli það hafi ekki verið þegar við vorum með U-19 landsliðinu á Portúgal. Við vorum á æfingu og Ingibjörg Hinriks stendur með þessa fínu myndavél að taka myndir og Jóna Kristín, leikmaður Breiðabliks, sparkar í svona stóran grænan æfingabolta og segir „fljót að hugsa“. Ingó var ekki fljót að hugsa og fékk boltann beint framan á myndavélina og í smettið. Hún brást ekkert alltof vel við þessu og minnst ennþá á örið sem hún fékk eftir þetta atvik.

Stærsta stundin: Titlarnir með Val.

Athyglisverðasti leikmaður í meistara-

flokki kvenna hjá Val: Embla og Hallbera mega deila þessum titli.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val: Mjög vel. Virkilega efni-legir krakkar þarna á ferð.

Hvað lýsir þínum húmor best: Einfaldur og kaldhæðinn.

Við hvaða aðstæður líður þér best: Spilandi leik á Hlíðarenda.

Hvaða setningu notarðu oftast: Já nákvæmlega.

Skemmtilegustu gallarnir: Örfætt og ótrúlega gleymín.

Hvað er það fallegasta sem hefur verið sagt við þig: „Wow Thelma your singing is pretty good“. Held að þetta hafi verið sagt í kaldhæðni.

Fullkomið laugardagskvöld: Spilakvöld í góðra vina hópi. Fólk er samt hætt að nenna að spila við mig, veit ekki af hverju.

Fyrirmynd þín í fótbolta: David Beckham er og verður alltaf fyrirmyndin mín.

Draumur um atvinnumennsku í fótbolta: Komast í atvinnumennskuna.

Landsliðsdraumar þínir: Að komast á stórmót með A-landsliðinu.

Besti söngvari: Celine Dion.

Besta hljómsveit: Í augnablikinu er það Florence and the Machine.

Besta mynd: Shawshank Redemption.

Besta bók: Síðasta bók sem ég las var „Ég man þig“ eftir Yrsu. Hún var mjög góð.

Besta lag: One Moment in Time með Hallberu.

Uppáhaldsvefsíðan: www.fotbolti.net

Uppáhaldsfélag í enska boltanum: Manchester United.

Hver er helsti munur á þjálfun hjá Val og úti: Hérna er farið mun meira í smáatriði sem getur verið þreytandi þegar maður vill bara spila fótbolta.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Halda áfram að vera stórveldi.

Knattspyrnskóli Vals var að vanda með fjögur tveggja vikna námskeið frá miðjun júní til loka júlí síðastliðið sumar. Eins og fyrri ár voru flestir á námskeiðum 1 og 2. Nýbreytni var á námskeiðinu í ár þar sem krökkum úr 4. flokki var boðið að vera með og nýttu margir krakkar sér það. Fjölmennt og gott þjálfaratemyi var í kringum skólann í ár. Bæði voru þjálfarar yngri flokka Vals auk leikmanna meistaraflokks félagsins, bæði karla- og kvennamegin. Þetta sumarð, eins og fyrri ár, voru margir krakkar sem byrjuðu knattspyrnuferil sinn hjá Val í skólanum og eru nú komin á fullt í sínum flokkum hjá félaginu. Markmið skólans var að bæta tækni krakkanna auk þess sem skemmtanagildi var í fyrirrúmi.

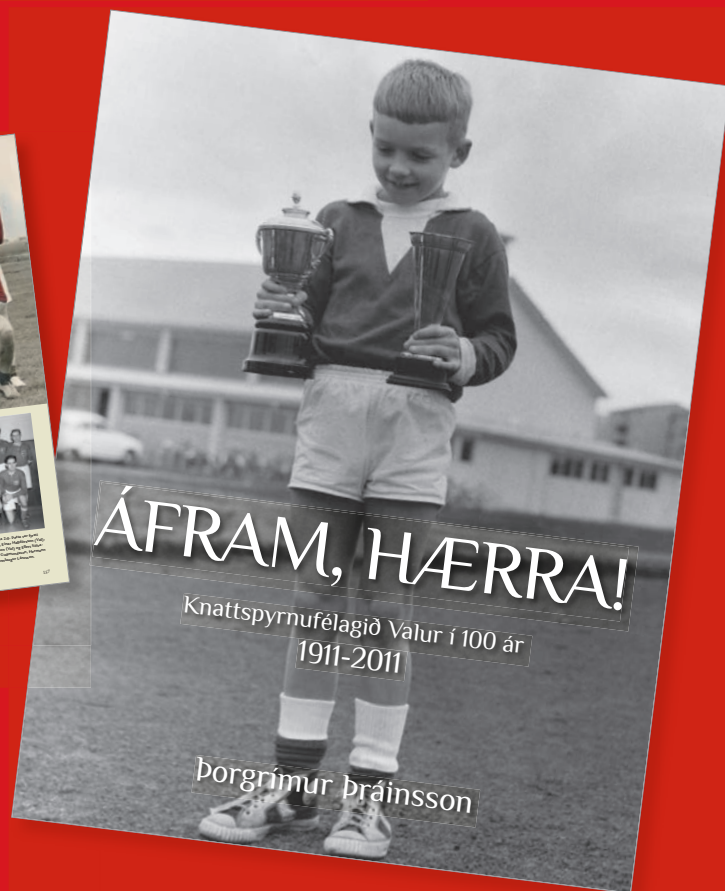
*Með þökk fyrir gott og skemmtilegt sumar.
Birkir Örn*



Fjör í knattspyrnu-skóla Vals



Áfram, hærra!



Glæsileg hundrað ára saga Knattspyrnufélagsins Vals er komin út.

Ómissandi fyrir alla Valsara.

Fæst í Valsheimilinu á 14.900.– kr.



Elsti núlifandi formaður Vals, Ægir Ferdinandsson lagði blómsveig að minnismerki séra Friðriks Friðrikssonar á afmælisdaginn 11. maí. Brjóstmyndin, sem gerð er af Ríkharði Jónssyni myndhöggvara, var afhjúpuð á 93. ára afmæli séra Friðriks – 25. maí 1961.

Fjölmargar viðurkenningar á 100 ára afmæli Vals

Á afmælisdaginn 11. maí 2011 voru 79 manns sæmdir silfurmerki Vals og 44 fengu gullmerki Vals. Einnig fengu 8 Valsorðuna en alls hafa 30 manns fengið Valshorðuna og þar af eru 16 manns á lífi. Loks voru þrír Valsmenn gerðir að heiðursfélögum, en enginn af 11 heiðursfélögum Vals frá upphafi var á lífi á 100 ára afmælinu

Silfurmerki Vals

Agnar Kristinsson þjálfari
Anton Karl Jakobsson foreldraráð
Auður Þórarinsdóttir foreldraráð
Bára Grímsdóttir Valskór
Benóný Valur Jakobsson Fálki / sjálfboðaliði

Birgir Mikaelsson þjálfari
Bjarni Már Bjarnason stjórn
Bjarni Ólafur Eiríksson leikmaður
Björn Ægir Valgeirsson sjálfboðaliði
Björgvin Sævar Ármannsson sjálfboðaliði
Bragi Bragason stjórn
Bragi G Bjarnason fulltrúaráð

Brynjar Guðmundsson foreldraráð
Dagný Arnþórsdóttir sjálfboðaliði
Dóra María Lárusdóttir leikmaður
Edda Sveinbjörnsdóttir sjálfboðaliði
Edwin Boama foreldraráð
Eiríkur Sæmundsson sjálfboðaliði
Elfur Sif Sigurðardóttir foreldraráð
Elínborg Guðnadóttir stjórn

Finnur Jóhannsson sjálfboðaliði
Freyr Alexandersson þjálfari
Friðrik Benediktsson sjálfboðaliði
Frímánn Ari Ferdinandsson ÍBR
Garðar Kjartansson sjálfboðaliði
Gísli Guðlaugsson sjálfboðaliði
Guðjón Guðmundsson fréttamaður
Guðmundur Björnsson leikmaður/sjálfboðaliði
Guðmundur Helgi Magnússon sjálfboðaliði
Guðni Jónsson sjálfboðaliði
Guðni Karl Harðarson sjálfboðaliði
Gyða Jónsdóttir sjálfboðaliði
Hafdís Elín Helgadóttir leikmaður/sjálfboðaliði
Hafrún Kristjánsdóttir stjórn/leikmaður

Halldóra Ósk Sveinsdóttir foreldraráð
Heimir Ríkharðsson þjálfari
Helena Þórðardóttir foreldraráð
Helga Birgisdóttir sjálfboðaliði
Höskuldur Sveinsson sjálfboðaliði
Ingvaldur Ingvaldsson foreldraráð
Ingvar Elísson fulltrúaráð
Jakob Jónsson
Jóhannes Lange þjálfari
Jón Gunnar Bergs foreldraráð
Jón Sveinsson sjálfboðaliði
Katrín Jónsdóttir leikmaður
Kjartan Orri Sigurðsson þjálfari
Knútur G Hauksson HSÍ
Laufey Ólafsdóttir leikmaður
Lára Kristjánsdóttir sjálfboðaliði
Líney Rut Halldórsdóttir ÍSÍ
Magnús Guðmundsson sjálfboðaliði
Magnús Ólafsson fulltrúaráð
Margrét Brynjólfsdóttir starfsmaður
Margrét Einarsdóttir sjálfboðaliði
Margrét Lára Viðarsdóttir leikmaður
Matthías Matthíasson sjálfboðaliði
Már B Gunnarsson fulltrúaráð
Ormar O Skeggjason fulltrúaráð
Ólafur Jóhannesson leikmaður/sjálfboðaliði
Ómar Ómarsson stjórn
Ragnheiður Ágústa Jónsdóttir sjálfboðaliði
Reinold Richter sjálfboðaliði
Sigfús Sigurðsson leikmaður
Sigurður Ásbjörnsson sjálfboðaliði
Sigurður Hallmann Ísleifsson sjálfboðaliði
Sigurður Már Hilmarsson sjálfboðaliði
Sigurður Tómas Magnússon sjálfboðaliði
Sigurjón Þránínsson sjálfboðaliði
Sigurlaug Rúnarsdóttir sjálfboðaliði/leikmaður



Sigþór Sigurðsson sjálfboðaliði/foreldraráð
Soffía Ámundadóttir þjálfari
Stefán Arnarson þjálfari
Stefán Hilmarsson sjálfboðaliði
Steindór Aðalsteinsson leikmaður/sjálfboðaliði
Sævar Gunnleifsson sjálfboðaliði
Víðir Sigurðsson fréttamaður
Þorbjörn Guðmundsson leikmaður/sjálfboðaliði
Þorsteinn Guðbjörnsson sjálfboðaliði/stjórn

Gullmerki Vals

Anton Erlendsson fulltrúaráð
Antony Karl Gregory sjálfboðaliði/leikmaður
Árni Gunnar Ragnarsson sjálfboðaliði
Björg Guðmundsdóttir sjálfboðaliði
Björn Guðbjörnsson sjálfboðaliði
Eggert Þór Kristófersson stjórn
Egill A Kristbjörnsson fulltrúaráð
Elín Konráðsdóttir sjálfboðaliði/stjórn
Elísabet Gunnarsdóttir þjálfari
Friðjón Örn Friðjónsson fulltrúaráð
Geir Guðmundsson fulltrúaráð
Gísli Níelsson sjálfboðaliði
Gísli Óskarsson sjálfboðaliði
Guðmundur Sigurgeirsson sjálfboðaliði
Guðni Haraldsson stjórn/sjálfboðaliði
Guðni Olgeirsson sjálfboðaliði
Gunnar Möller sjálfboðaliði
Gunnar Zoega stjórn
Halldór Eyþórsson liðsstjóri
Haraldur Daði Ragnarsson stjórn
Helgi B Daníelsson fulltrúaráð
Helgi Benediktsson sjálfboðaliði
Hreiðar Þórðarson stjórn/sjálfboðaliði
Höskuldur Sveinsson sjálfboðaliði

Jóhannes Kr Jónsson sjálfboðaliði
Jón Grétar Jónsson stjórn
Jón Höskuldsson stjórn/sjálfboðaliði
Lárus Blöndal stjórn
Óskar Bjarni Óskarsson þjálfari
Óttar Edvardsson starfsmaður/sjálfboðaliði
Óttar Felix Hauksson sjálfboðaliði
Ragnar Þór Jónsson sjálfboðaliði/leikmaður
Ragnhildur Skúladóttir starfsmaður/sjálfboðaliði
Sigurbjörn Hreiðarsson leikmaður
Skúli Edvardsson sjálfboðaliði
Snorri Jónsson fulltrúaráð
Stefán Karlsson starfsmaður/sjálfboðaliði
Sveinn Stefánsson stjórn
Sveinn Zoega stjórn/sjálfboðaliði
Sverrir Guðmundsson sjálfboðaliði
Theodór Hjalti Valsson starfsmaður/sjálfboðaliði
Valdimar Grímsson styrktaraðili
Valur Benediktsson fulltrúaráð
Þorsteinn Friðbjólfsson fulltrúaráð

Valsorða

Björn Zoega sjálfboðaliði
Hermann Gunnarsson sjálfboðaliði
Karl Axelsson stjórn
Karl Jónsson sjálfboðaliði
Stefán Gunnarsson sjálfboðaliði
Svanur Gestsson sjálfboðaliði
Torfi Magnússon stjórn/sjálfboðaliði
Jafet S Ólafsson sjálfboðaliði

Heiðursfélagar

Jón Gunnar Zoega heiðursfélagi
Pétur Sveinbjarnarson heiðursfélagi
Ægir Ferdinandsson heiðursfélagi



Gyða Karlsdóttir framkvæmdastjóri KFUM og KFUK á Íslandi flytur ávarp við fjölsóttu samkomu 11. maí í tilefni af 100 ára afmæli Vals, við styttuna af sr. Friðriki Friðrikssyni við Lækjargötu.

Leggið alla stund á að leggja fegurð inn í leik yðar, látið aldrei kappið bera fegurðina ofurliða

Ávarp Gyðu Karlsdóttur, framkvæmdastjóra KFUM og KFUK á Íslandi við styttnu sr. Friðriks Friðrikssonar í Lækjargötu í tilefni af 100 ára afmæli Vals 11. maí 2011, við fjölmenna samkomu sem var hluti af hátíðahöldum afmælisdagsins

Við erum stödd við styttnu sr. Friðriks Friðrikssonar í tilefni þess að í dag eru 100 ár liðin frá því að Knattspyrnufélagið Valur var stofnað innan KFUM. Það var með leyfi sr. Friðriks sem sex piltar á aldrinum 16–19 ára, allir virkir félagar og leiðtogar í KFUM, stofnuðu með sér fótboltaflokk þann 11. maí 1911. Á framhaldsstofnfundi síðar í sama mánuði bættust um það bil átta KFUM-piltar í hóp stofnenda og síðar um sumarið fjölgaði enn í flokki þeirra. Þeir ruðu sér knattspyrnuvöll á Melunum með leyfi borgarstjórans í Reykjavík – ævintýrið var byrjað.

Séra Friðrik segir frá því að hann hafi í fyrstu ekki séð neitt nema hringl og

gauragang í knattspyrnunni, en taldi þó að unglingspiltar gætu haft gott af þessum hlaupum og góðu lofti. Á þeirri forsendu gaf hann þeim leyfi til stofnunar fótboltafélags innan KFUM þessa vordaga í maí 1911. Um sumarið fór hann út á Mela til þess að fylgjast með fótboltaleik piltanna og þá sá hann tækifærin í knattspyrnunni. Hann lýsti því síðar sem opinberun. Hann sá knattspyrnuna sem stórfenglegt uppeldis- og tanningar-meðal.

Á tímum eins og þeim sem við lifum nú, tímum umræðu um gildi og áhuga á að skapa betra samfélag, er ákaflega merkilegt að lesa ræðu sem sr. Friðrik flutti síðla sumars 1911 við vígslu vallar-

ins úti á Melum þegar drengimir tóku fyrsta knattspyrnuvöll KFUM í notkun. Ræðan er full af speki og ef vel er að gáð má finna í henni flest þjóðgildin sem þjóðfundurinn okkar árið 2009 komst að raun um að væru þau gildi sem íslensk þjóð ætti að leggja áherslu á. Hann brýndi fyrir þeim að vinna ekki með röngu eða ódrengilegu bragði, að hælasi ekki yfir þeim sem tapa, að láta aldrei pex eða þráttanir skemma leikinn, að vera fljótir að hlýða þeim sem stjórnaði leiknum, að leiðrétta með hógværd þá sem ekki kunnu knattspyrnu og kalla engan klaufa þótt illa gengi í fyrstu. Þetta er aðeins brot af því sem hann nefnir og hann dregur það saman í þessari meitl-

uðu setningu sem Valsmenn hafa haldið á lofti allt frá stofnun félagsins: **Leggið alla stund á að leggja fegurð inn í leik yðar, látið aldrei kappið bera fegurðina ofurlíða.** Knattspyrman átti að vera helguð Drottni, tæki til að göfga manninn, verkfæri til að gera menn að betri mönnum.

Pannig var sr. Friðrik, stöðugt að leiðbeina ungu fólki um hvernig væri best að lifa. Þess vegna fannst mörgum þeir standa í þakkarskuld við hann síðar á ævinni – og er það ekki ástæða þess að þeir hinir sömu létu reisa af honum stytta hér í hjarta borgarinnar, meira að segja á meðan hann var enn á lífi.

Það er heiður að fá að starfa í félagi sem sr. Friðriks stofnaði. Það er heiður að fá að keppa fyrir hönd félags sem á rætur sínar hjá honum. Kæru Valsmenn, karlar og konur. Haldið áfram að vinna æsku þessa lands gagn með því að standa fyrir starfi þar sem börn og ungmenni hafa tækifæri til að þroska sig og efla til líkama, sálar og anda og verða göfugri manneskjur. Það er það sem íslensk þjóð kallar á í dag. Fyrir hönd KFUM og KFUK óska ég ykkur innilega til hamingju með daginn og bið ykkur blessunar Guðs og velfarnaðar í starfinu um ókomna framtíð.

Gyða Karlsdóttir framkvæmdastjóri KFUM og KFUK á Íslandi.



Falleg athöfn fór fram í Lækjargötu í hádeginu á 100 ára afmælisdaginn 11. maí í blíðskaparveðri. Systkinin Viktor Andri Jónsson og Kristjana Þórdís Jónsdóttir, sem æfa bæði með Val, lögðu blómsveig að stytta æskulýðsleiðtogans séra Friðriks Friðriks-sonar. Með þeim eru Hörður Gunnarsson formaður (t.v.) og Reynir Vignir formaður afmælisnefndar Vals.



Samantekin heilræði sr. Friðriks Friðriks-sonar í 100 ár.: Leggið alla stund á að leggja fegurð inn í leik yðar, látið aldrei kappið bera fegurðina ofurlíða.



Styrkur Vals byggir á trúmennsku og stuðningi félagsmanna sem á hverjum tíma leggja félaginu lið

Hátíðarræða Harðar Gunnarssonar formanns Knattspyrnufélagsins Vals á hátíðardagskránni í tilefni af 100 ára afmæli Vals 11. maí 2011

Forseti Íslands hr. Ólafur Ragnar Grímsson, borgarfulltrúar, formenn sérsambanda, formenn íþróttafélaga, góðir Valsmenn og aðrir gestir.

Í dag fagnar Knattspyrnufélagið Valur 100 ára afmæli sínu. Á þessum ánægjulegu tímamótum er eðlilegt að horfa til baka og vega og meta þá vegferð sem Valmsmenn hafa gengið saman frá stofnun félagsins þann 11. maí 1911, en ekki er síður mikilvægt að við stöldrum við

og horfum fram á veginn. Ekki er ætlunin hér að rekja sögu félagsins í einstökum liðum enda hefur það verið gert með glæsilegri sögusýningu sem opnuð var hér í morgun og verður gestum á Hlíðar-enda aðgengileg út afmælisárið. Í haust mun svo líta dagsins ljós glæsileg bók sem rekur ítarlega glæsta sögu þessa merka félags.

Þó svo að öld sé ekki langur tími í veraldarsögunni er það langur tími í sögu

íþróttafélags. Við þessi tímamót er jafnframt nauðsynlegt að vega og meta gildi íþróttastarfs fyrir börn, unglunga og fullorðið fólk. Einnig er hollt að reyna að horfa til framtíðar og sjá fyrir sér þær breytingar sem verða í samfélaginu á næstu áratugum og hvernig við sem félag getum sinnt samfélagslegum skyldum okkar sem best. Hvar verður Knattspyrnufélagið Valur og hvernig viljum við að félagið okkar verði eftir önnur

hundrað ár? Hvernig verður þá horft til baka og mat lagt á stöðu félagsins í dag? Þessum spurningum getur enginn svarað enda erfitt að geta sér til um framtíðina.

Við sem að félaginu stöndum hverju sinni verðum að sameinast um að félagið hafi skýra stefnu, metnaðarfull markmið og raunhæfar leiðir sem hver og einn Valsmaður getur unnið eftir svo að takmarki okkar verði náð. Aðeins þannig nær Valur að viðhalda og þróa áfram það góða og árangursríka starf sem einkennt hefur Val í heila öld.

Síðustu árin höfum við leynt og ljóst unnið að því að gera hlut beggja kynja sem jafnast innan félagsins, efla barna- og unglingastarf og aðkomu foreldra að starfinu. Jafnframt höfum við sett okkur metnaðarfull markmið á afrekssviði félagsins. Það er staðreynd að góður árangur innan vallar eykur áhuga og ástundun barna í íþróttum og margir ólíkir þættir í félagsstarfinu syðja hver við annan og mynda þannig sterka liðsheild.

Til að gera allt starf félagsins öflugra og markvissara er Valur kominn í hóp fyrirmyndarfélaga innan ÍSÍ og má geta þess að allar deildir félagsins náðu því markmiði. Jafnframt því að leggja áherslu á að styrkja allt innra starf félagsins hefur á undanförunum árum verið reist hér á Hlíðarenda glæsileg aðstaða til félagsstarfs og íþróttaiðkunar – nú síðast var unnið að viðamiklum endurbótum á gamla íþróttahúsinu. Það er stefna félagsins að á næstu árum verði gert enn betur í að byggja hér upp og bæta aðstöðuna.

Þeir sem þekkja sögu félagsins vita að aðeins fyrir förnfúst og óeigingjarnt starf frumkvöðlanna getur Valur státað af öflugugu félagsstarfi og einstaklega góðri aðstöðu hér á Hlíðarenda – sem hefur frá árinu 1939 verið miðpunkturinn í öllu

starfi Vals. Samtakamáttur félaga í Val hefur allar götur frá stofnun félagsins gert því kleift að halda úti fjölbreyttu starfi. Enda má með sanni segja að Knattspyrnufélagið Valur hafi árum saman verið hornsteinn æskulýðs- og tómsundastarfs í félagshverfinu sínu. Það er eðlileg skylda íþróttafélags að vinna að fjölbreyttum markmiðum með börnum og unglingum, skapa þeim ákjósanlegan vettvang til að þroska félagsfærni sína en jafnframt því að ástunda heilbrigða keppni í íþróttum með það að markmiði að ná sem bestum árangri. Hlíðarendi er og á að vera staður þar sem kynslóðir mætast, standa saman og vinna að sameiginlegum markmiðum.

Styrkur Vals byggir á trúmennsku og stuðningi félagsmanna sem á hverjum tíma leggja félaginu lið. Þeir skapa með ötulu starfi sínu það blómlega starf sem við þekkjum hjá Val. Í gegnum árin hefur félagið átt því láni að fagna að fá til starfa sérstakega vandað og gott fólk. Það á jafnt við um forystumenn, leiðbeinendur, starfsfólk, sjálfbodaliða að ógleymdum iðkendum og foreldrum þeirra barna og unglinga sem keppt hafa undir merkjum Vals. Það má öllum ljóst vera að umfram allt annað er það öflugt innra starf sem er mælikvarði á styrk félagsins, aðstaðan kemur svo þar á eftir. Ekki má heldur gleyma aðkomu Reykjavíkurborgar og þeim fjölmörgu styrktaraðilum sem hafa átt sinn þátt í því að skapa þá umgjörð sem við þekkjum á Hlíðarenda. Allir þessir aðilar eiga miklar þakkir skildar.

Á þeirri öld sem liðin er frá stofnun Knattspyrnufélagsins Vals hefur þjóðin og heimsbyggðin öll lifað margvíslega umbrotatíma. Það má með sanni segja að allan þennan tíma hafi starfið á Hlíðar-



Ólafur Ragnar Grímsson flutti ávarp á hátíðardagskránni á afmælisdaginn og þakkaði m.a. félaginu fyrir mikilsvert framlag til íþróttastarfs í landinu og brýndi Valsmenn til frekari dáða, ekki síst í uppbyggingarstarfinu í yngri flokkum og félagsstarfi. Við þetta tækifæri færðu Valsmenn forsetaembættinu að gjöf innrammada mynd af æskulýðsleiðtoganum sr. Friðriki Friðrikssyni sem forseti Íslands þakkaði fyrir og sagðist myndu hengja upp í góðum stað á Bessastöðum.

enda styrkst jafnt og þétt og í dag er Valur eitt öflugasta og glæsilegasta íþróttafélag landsins.

Að lokum vil ég þakka afmælisnefnd félagsins sem undir stórn Reynis Vignis fyrrverandi formanns Vals hefur unnið mjög förnfúst og metnaðarfullt starf í þau tvö ár sem afmælisnefndin hefur starfað. Einnig vil ég þakka minjanefnd undir stjórn Magnúsar Ólafssonar fyrir þeirra frábæra starf en minjanefndin hjálpar okkur að halda utan um merka sögu félagsins og víst er að ekkert félag stendur undir nafni sem ekki varðveitir og heldur vel utan um og sögu sína. Jafnframt færi ég Valsmönnum kærar þakkir fyrir stuðning þeirra við uppsetningu sögusýningarinnar.

Kæru Valsmenn, gleymum því ekki að félagið okkar verður aldrei öflugra en aðkoma okkar að starfinu er hverju sinni. Félag eins og Valur er fyrst og fremst rekið af sjálfbodaliðum og við vitum að margar hendur vinna létt verk. Því vil ég hvetja ykkur kærur Valsmenn til áframhaldandi starfa um leið og ég þakka ykkur fyrir að stuðlað að því að gera Val að mesta afrekssfélagi Íslands.

Til hamingju með daginn



Áfram, hærra! – myndasíður úr 100



Forseti Íslands, herra Ólafur Ragnar Grímsson, mærdi Val í skörunglegri ræðu í hátíðardagskránni og vildu margir heilsa höfðingjanum að henni lokinni.



Þessir flottu Valskrakkar tóku lagið á afmælishátíðinni.

Örn Andrésón, sem situr í framkvæmdastjórn ÍSÍ, nælir viðurkenningu í Torfa Magnússon, fyrrum körfuknattleikskappa og þjálfara Vals. Líney Rut Halldórsdóttir, framkvæmdastjóri ÍSÍ, fylgist vel með sem og Ragnheiður Víkingsdóttir Valsari.



„Það er svo gaman þegar Valur á afmæli.“ Flottar og glaðar dömur á afmælisdegi félagsins.



Pétur Sveinbjarnarson tekur við viðurkenningarskjali úr hendi Harðar Gunnarsónar, formanns Vals. Pétur var einn þriggja sem var gerður að heiðursfélaga Vals á 100 ára afmælinu. Hinir voru Ægir Ferdinandsson og Jón Gunnar Zoëga.

Ára afmælisriti Vals 1911–2011



Anthony Karl Gregory, Stefán Hilmarsson, Óttar Felix Hauksson og Ólafur Már Sigurðsson létu sig ekki vanta.



Fjórir Valmenn í afmælisskapi ásamt Kjartani Magnússyni borgarfulltrúa. Frá vinstri: Stefán Hilmarsson, Kjartani Magnússyni, Jakob Frímann Magnússon, Finnur Jóhannsson og Hörður Hilmarsson.



Körfuknattleiksforkólfarnir í Val, Sveinn Zoëga (t.v.) og Lárus Blöndal, skeggræða yfir vænum veitingum.



Þorsteinn Ólafs, Friðjón Örn Friðjónsson og Ólafur K. Ólafs í 100 ára afmælisboðinu.



Egill Kristbjörnsson, einn þriggja elstu núlifandi Íslandsmeistarara Vals, mætti galvaskur í 100 ára afmæli félagsins.



Valskórinn söng sig inn í hug og hjörtu viðstaddra á afmælistónleikunum 9. maí. Valsmaðurinn og stórsöngvarinn, Stefán Hilmarsson, tók lagið með kórnum. Efst röð frá vinstri: Jón Guðmundsson, Sigurður Guðjónsson, Stefán Halldórsson, Halldór Einarsson, Ólafur Sigurðsson, Þórarinn G. Valgeirsson, Chris Foster, Georg Páll Skúlason, Guðmundur Frímannsson, Nikulás Úlfar Másson. Miðröð frá vinstri: Sjöfn Guðmundsdóttir, Karitas Halldórsdóttir, Guðbjörg Pálsdóttir, Anna Sigríður Jóhannsdóttir, Hrafnhildur Ingólfsdóttir, Fríða Sjöfn Lúdvíksdóttir, Emilía Ólafsdóttir. Fremsta röð frá vinstri: Sunna Gunnlaugsdóttir undirleikari, Guðrún Sessella Grímsdóttir, Sigrún Steingrimsdóttir, Þorbjörg Sóley Ingadóttir, Jóhanna Gunnþórsdóttir, Guðbjörg B. Petersen, Helga Birkisdóttir, Lilja Jónasdóttir, Björk Steingrimsdóttir, Bára Grímsdóttir kórstjóri og Stefán Hilmarsson söngvari.

Þéttur og einstaklega traustur varnarmúr! Frá vinstri: Elías Hergeirsson, Jóhannes „Búbbi“ Eðvaldsson, Róbert Jónsson og Þorsteinn Ólafs.





Tryggvi M. Baldvinsson samdi sérstakt tónverk á þessum tímamótum og færði félaginu að gjöf á afmælisdaginn. Verkið er blástursverk fyrir trompet og ber nafnið Hylling og var frumflutt af Kára Húnfjörð Einarssyni við minnismerki séra Friðriks.



Á 100 ára afmælisdegi Vals, 11. maí var opnuð fróðleg sögusýning í máli og myndum á svölunum í íþróttahúsinu sem minjanefnd félagsins sá um að koma upp.



Valsorðan veitt 8 heiðursmönnum. Hörður Gunnarsson, formaður Vals (t.v.) og Reynir Vignir, formaður afmælisnefndar (t.h.), veittu heiðursmönnum Valsorðuna á 100 ára afmælishátíðinni 11. maí: Frá vinstri: Hörður Gunnarsson, Torfi Magnússon, Björn Zoëga, Jafet S. Ólafsson, Karl Axelsson, Karl Jónsson, Stefán Gunnarsson, Svanur Gestsson og Reynir Vignir.



Knattspyrnusamband Íslands heiðraði fjölda Valsara á 100 ára afmælinu fyrir óeigingjarnt starf í þágu knattspyrnuhreyfingarinnar í landinu. Frá vinstri. Sævar Gunnleifsson, Anthony Karl Gregory, Soffía Ámundadóttir, Ragnheiður A. Jónsdóttir, Jón Grétar Jónsson, Ingi Björn Albertsson, Hörður Hilmarsson, Kjartan Georg Gunnarsson, E. Börkur Edvardsson og Ólafur Már Sigurðsson. Neðri röð frá vinstri: Halldór Eyþórsson, Guðmundur K. Sigurgeirsson, Hörður Gunnarsson, Guðni Bergsson, Ingólfur Friðjónsson, Ragnheiður Víkingsdóttir, Theódór Sigurðsson og Kristján Albertsson.



Nýir heiðursfélagar Vals á 100 ára afmæli félagsins. Jón Gunnar Zoëga, Pétur Sveinbjarnarson og Ægir Ferdinandsson ásamt Herði Gunnarssyni og Reyni Vigni.



Tryggvi M. Baldvinsson afhendir Reyni Vigni tónverkið að gjöf.



Tveir sjálfboðaliðar á afmælisdaginn fyrir framan bikaraskápinn á Hlíðarenda þar sem ýmsir merkir munir úr eigu félagsins eru til sýnis í tilefni af 100 ára afmælinu. Sveinn Stefánsson í aðalstjórn Vals (t.v.) og Guðni Olgeirsson ritstjóri Valsblaðsins (t.h.).



Þó nokkrir valinkunnir Valsmenn fengu viðurkenningu frá ÍSÍ á afmælinu fyrir störf í þágu íþróttahreyfingarinnar í landinu. Frá vinstri: Jón Gunnar Zoega, Halldór Einarsson, Hördur Gunnarsson, Ægir Ferdinandsson, Grímur Sæmundsen, Torfi Magnússon, Ragnheiður Víkingsdóttir, Elías Hergeirsson, Líney Rut Halldórsdóttir framkvæmdastjóri ÍSÍ og Örn Andrésson stjórnarmaður í ÍSÍ.



Á þessari mynd eru þeir sem komu að vinnu við uppsetningu sögusýningar Vals á afmælisárinu sem minjanefndin annaðist ásamt aðstoðarfólki. Frá vinstri: Guðni Karl Haraldsson, Theódór Hjalti Valsson, Hermann Gunnarsson, Ólafur Már Sigurdsson, Helgi Benediktsson, Óli Geir Kristjánsson, Kristján Ásgeirsson, Drífa Hilmarsdóttir, Guðmundur Sigurgeirsson, Nikulás Úlfar Máson, Svanur M Gestsson, Atli Sigþórsson – sagnfræðingur sem starfaði með minjanefndinni en er nú fullgildur meðlimur í henni, Margrét Bragadóttir, Gunnar Svavarsson og Óskar S. Jóhannesson.



Full stúka af flottum stuðningsmönnum hvetja Valsmenn á afmælisdaginn í leik á móti ÍBV í Pepsideildinni.



Egill Kristbjörnsson elsti núlifandi Íslandsmeistari Vals skrifar í gestabókina í Valsheimilínu á afmælisdaginn. Ægir Ferdinandsson elsti núlifandi formaður Vals t.v. og Sævar Gunnleifsson fylgjast með af athygli.



Krakkar úr yngri flokkum Vals slepptu 100 rauðum og hvítum blöðrum til himins á afmælisdaginn, fyrir leik Vals við ÍBV sem fór fram að kvöldi afmælisdagsins. Eyjamenn gerðu sér hins vegar lítið fyrir og unnu leikinn 1-0 með marki á lokamínútum leiksins.



Minjanefnd Vals var heiðduð á afmælisdaginn fyrir vel unnin störf. Frá vinstri: Reynir Vignir formaður afmælisnefndar Vals, Gunnar Svavarsson, Guðni Karl Haraldsson, Kristján Ásgeirsson, Nikulás Úlfar Másson, Margrét Bragadóttir, Óskar S Jóhannesson, Guðmundur Sigurgeirsson, Ólafur Már Sigurðsson, Atli Sigþórsson, Magnús Ólafsson formaður minjanefndar, Helgi Benediktsson og Ægir Ferdinandsson. Á myndina vantar Hermann Gunnarsson og Drífu Hilmarsdóttur sem einig voru heiðruð. Í baksýn í ræðustól stendur Hörður Gunnarsson formaður Vals.



Róbert Jónsson og Valur Benediktsson njóta afmælisdagsins.



Svanur Gestsson Valsorðuhafi.



Handknattleikssamband Íslands heiðraði marga Valsara á 100 ára afmælinu fyrir óeigingjarnt starf í þágu handknattleikshreyfingarinnar í landinu. Efri röð frá vinstri: Einar Þorvarðarson, Hafrún Kristjánisdóttir, Sveinn Stefánsson, Boris Akbachev, Guðmundur Hrafnkelsson, Ásta, Reynir Vignir, Hörður Gunnars og Knútur Hafsteinsson formaður HSÍ. Neðri röð frá vinstri: Evert Evertsson, Valdimar Grímsson Geir Sveinsson, Jakob Sigurðsson, Grímur Sæmmundsen og Júlíus Jónasson.



Körfuknattleikssamband Íslands veitti Lárusi Blöndal og Hannesi Hjálmarsyni silfurmerki KKÍ fyrir störf í þágu körfuboltans á Íslandi á 100 ára afmæli Vals. Frá vinstri: Hannes S. Jónsson (formaður KKÍ), Lárus Blöndal formaður KKD Vals, Hjálmar Örn Hannesson fyrir hönd föður síns og Hörður Gunnarsson formaður Vals.



Fjórir síðustu formenn Vals við styttna af sr. Friðriki á afmælisdaginn 11. maí 2011. Frá vinstri: Jón Gunnar Zoega formaður 1988–1994, Reynir Vignir formaður 1994–2002, Grímur Sæmmundsen formaður 2002–2009 og Hörður Gunnarsson formaður frá 2009.



Draumurinn að komast í atvinnumennsku

Pórdís María Aikman er 18 ára og leikur fótbolta með meistaraflokki og 2. flokki

Eftirminnilegast úr boltanum: Ætli það hafi ekki verið Þæjumótstíllinn á Siglufirði í 5. flokki, ógleymanleg stund. Annars verður tímabilið 2009–10 seint toppað, 5 titlar af 5 mögulegum.

Hvernig var síðasta tímabil: Vantaði bara þann stóra, þá hefði það verið fullkomið. En við urðum Íslandsmeistarar þriðja árið í röð í 2. flokki sem er frábært.

Hvernig gengur næsta sumar: Maður stefnir á fleiri titla en árið á undan, ef við vinnum vel og æfum af krafti þá ætti ekkert að standa í vegi okkar.

Besti stuðningsmaðurinn: Kvartettinn sem mætir á alla leiki.

Erfiðustu samherjarnir: Laufey Ólafs, hún tapar ekki á æfingu.

Erfiðustu mótherjarnir: Laufey Ólafs þegar hún er í hinu liðinu, Óþolandi.

Eftirminnilegasti þjálfarinn: Erfitt að gera upp á milli, Freyr Alexandersson og Gunnar Borgþórsson.

Stærsta stundin: Að verða bikarmeistari með meistaraflokki í fyrsta skipti var mjög stór stund fyrir mig. Einnig þegar ég varð Íslandsmeistari í fyrsta skiptið með 2. flokki.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val: Alveg til fyrirmyndar af því sem ég hef séð. Metnaðargjarnir þjálfarar og leikmenn.

Hvað lýsir þínur húmor best: Fyndnasta sem ég veit um er þegar fólk rennur eða jafnvel dettur á rassinn, án þess þó að meidda sig alvarlega, get hlegið endalaust af mistökum annarra.

Mottó: Þegar afrek gærdagsins eru ennþá stór í dag, þá hefur þú ekki gert mikið í dag.

Leyndasti draumur: Minn draumur er ekkert leyndarmál. Ég ætla bara alla leið í lífinu, bæði í fótbolta og ýmsu öðru.

Við hvaða aðstæður líður þér best: Þegar ég er búin að taka rosalega á því

og fara í heitan pott á eftir. Skemmir ekki að koma svo heim í góðan mat.

Hvaða setningu notarðu oftast: Nota orðið „gaur“ alveg óspart, nánast í hverri setningu. „Nenniru að rétta mér gaurinn þarna sem er ofan á gaurnum.“

Skemmtilegustu gallarnir: Er alveg afskaplega kaldhæðin, fólk sem þekkir mig lítið á það til að horfa skringilega á mig þegar það fattar ekki að ég sé að djóka.

Fullkomið laugardagskvöld: Dauðþreytt eftir átök og steinsofna í sófanum.

Fyrirmynd þín í fótbolta: Hope Solo besti markvörður heims.

Draumur um atvinnumennsku í fótbolta: Það er draumurinn að komast í atvinnumennsku og lifa 100% atvinnumannalífi.

Landsliðsdraumar þínir: Það er draumur hvers knattspyrnuíðkanda að komast í byrjunarlið A landsliðsins, ég er svo sannarlega ein af þeim.

Besti söngvari: Robbie Williams.

Besta hljómsveit: Queen, Bítlarnir.

Besta bíómynd: Taken með Liam Neeson.

Besta bók: Er enginn bókaormur, en af þeim sem ég hef lesið myndi það sennilega vera Grafarþögn eftir Arnald Indriðason.

Besta lag: Angels – Robbie Williams.

Uppáhaldsvefsíðan: Facebook og Fótbolti.net.

Uppáhalds erlendu fótboltafélögin: Barcelona og Liverpool.

Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Gera Hlíðarenda enn betri.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda: Toppaðstaða, besta félagsheimili landsins.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Halda áfram og jafnvel auka byggingu meistaraflokks á ungum og uppöldum leikmönnum.

Nám: Stunda nám á náttúrufræðibraut á afrekssviði í Borgarholtsskóla.

Kærasti: Já.

Hvað ætlar þú að verða: Ákvað 12 ára að verða byggingaverkfræðingur, ekki spyrja af hverju, veit það ekki almennilega sjálf. En ég stend við mín orð.

Af hverju Valur: Spennandi áskorun, nýjar áherslur, umgjörð og metnaður til fyrirmyndar og frábærir samherjar.

Hjá hvaða liðum hefur þú verið í fótbolta: Er uppalinn Próttari.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum: Þau reyndu að skipuleggja ferðalög og allt í kringum fótboltann og veita mér 100% skilning þegar ég hef tekið fótboltann fram yfir allt annað.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni: Allavega ekki pabbi.

Hvað gætir þú aldrei hugsað þér að verða: Hjartaskurðlæknir, en mikið er ég fegin að það nenni því einhver.

Af hverju fótbolti: Vinkona mín þíndi mig með sér á æfingu, ég nennti ekki að hlaupa svo ég fór bara í markið, hef varla misst af æfingu síðan þá og er henni mjög þakklát í dag.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Ég lærði Óla prik dansinn hérna forðum, fyrir mig er það eitt og sér stórt afrek þar sem að ég kann ekki að dansa, fleiri hafa afrek í öðrum íþróttagreinum utan fótboltans ekki verið.

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Ari Guðmundsson

Ari Gunnarsson

Auður Þórarinsdóttir

Árni Magnússon

Árni Ragnarsson

Ásgeir Þór Árnason

Ásmundur Indriðason

Baldur S. Baldursson

Benedikt Jóhannesson

Benedikt Steinþórsson Kroknes

Bergþór Valur Þórisson

Bjarg veitinga- og gistiheimili, Búðardal

Bjarni Þorvarður Ákason

Bjarni Harðarson

Bjarni Sigurðsson

Björgvin Brynjólfsson

Björn Björgvinsson

Björn Bragason

Björn Guðbjörnsson

Björn Ingi Sverrisson

Böðvar Bergsson

Brynjar Þór Níelsson

Brynjólfur Garðar Lárentsússon

Dýri Guðmundsson

Eggert Þór Kristófersson

Einar Bjarni Halldórsson

Ellert Róbertsson

Engilbert Runólfsson



UNDER ARMOUR.



**UNDER ARMOUR
ALTIS BÆJARHRAUNI 8
HAFNARFIRÐI**

Valur – Bikarmeistari



Í handbolta karla 2011



Þjálfun barna og unglunga

Glæsileg ráðstefna um þjálfun barna og unglunga í Vodafone höllinni

Laugardaginn 12. nóvember sl. var haldin glæsileg ráðstefna um þjálfun barna og unglunga í Vodafone höllinni að Hlíðar-enda. Ráðstefnan var haldin í samstarfi Fálkanna og Vals. Á ráðstefnunni héldu nokkrir af fremstu þjálfurum landsins fyrirlestra um ýmsa mikilvæga þætti í þjálfun barna og unglunga. Lögð var áhersla á að fá Valsara til að halda fyrirlestra. Þetta er stærsta verkefni sem Fálkarnir hafa komið að frá stofnun félagsins 2009, sjá nánar á falkar.is. Valsblaðiðið fór þess á leit við nokkra fyrirlesara úr hópi Valsara að birta erindi þeirra og urðu þeir góðfúslega við þeirri beiðni og eru þeim færðar þakkir fyrir.

Íþróttabátttaka, brottfall, víma, sjálfsmat og námsárangur

eftir Ragnhildi Skúladóttur yfirmann barna- og unglungasviðs Vals

Þann 12. nóvember var haldin ráðstefna um íþróttir barna og unglunga á vegum Fálkanna og Vals. Undirrituð hélt þar erindi þar sem skoðuð var íþróttabátttaka barna og unglunga hjá íþróttafélögum, ástæður brottfalls og sjálfsmat, notkun vímuefna og námsárangur út frá íþróttabátttöku. Gögnin sem fjallað var um í fyrirlestrinum og í þessari grein eru fengin úr æskulýðsrannsóknunum Ungt fólk sem Rannsóknir & greining vinnur fyrir mennta- og menningarmálaráðuneytið.

Hér er unnið með gögn sem safnað var í öllum grunnskólum landsins í febrúar 2009. Svörunin var frá tæplega 84% í 10. bekk þar sem hún var lökust upp í rúmlega 88% í 5. bekk þar sem hún var best. Ég var svo heppin að fá aðgang að gögnunum Rannsóknna og greiningar og Margrét

Lilja Guðmundsdóttir Valsmamma og starfsmaður Rannsóknna & greiningar var svo elskuleg að keyra út úr gagnagrunninum þau gögn sem að okkar mati voru spennandi.

Íþróttabátttaka barna og unglunga hjá íþróttafélögum

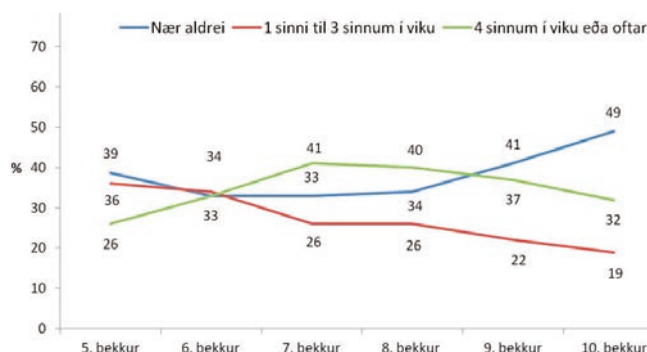
Fjöldmargar rannsóknir hafa sýnt að íþróttaiðkun undir stjórn ábyrgra aðila hefur margvísleg jákvæð áhrif á hegðunarmynstur barna og unglunga. Í því ljósi er fróðlegt að skoða hver raunveruleg þátttaka íslenskra barna og unglunga er í íþróttum með íþróttafélagi.

Þegar íþróttabátttaka grunnskólabarna frá 5.–10. bekk er skoðuð (mynd1) kemur í ljós að tæplega 40% barna í 5. bekk

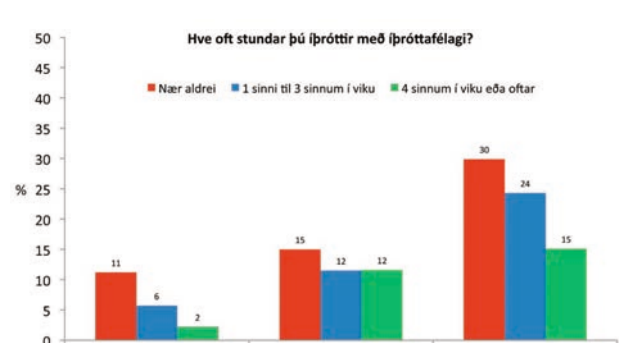
æfa ekki íþróttir með íþróttafélagi og er sú tala komin upp í 49% þegar börnin eru komin upp í 10. bekk. Íþróttabátttaka er mest í 7.–8. bekk en þá fer að draga úr þáttökunni og brottfall að aukast. Forvarnargildi íþróttar eykst eftir því sem íþróttabátttakan er meiri og er því mest hjá þeim sem æfa fjórum sinnum í viku eða oftar. Þegar það er haft í huga er vert að skoða mynd 1 en hún sýnir að 32% nemenda í 10. bekk æfa íþróttir fjórum sinnum í viku eða oftar.

Íþróttaiðkun og reykningar

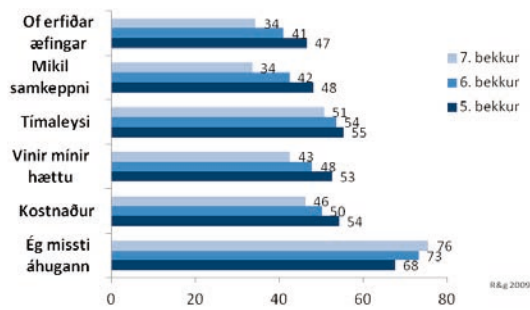
Fjöldmargar íslenskar rannsóknir hafa sýnt að unglingar sem iðka íþróttir og/eða líkamsrækt eru ólíklegri til þess að reykja og er hlutfall unglunga sem reykja daglega lægst á meðal þeirra sem oftast iðka íþróttir og/eða líkamsrækt á viku. Því oftar sem unglingar stunda íþróttir með íþróttafélagi á viku þeim mun ólíklegri eru þeir til að reykja sbr. mynd 2. Þegar samband áfengisneyslu og íþróttaiðkunar er skoðað þá er það einnig neikvætt sem þýðir að því



Mynd 1. Hlutfall nemenda í 5.–10. bekk sem æfir íþróttir með íþróttafélagi eftir því hversu oft þau æfa í viku.



Mynd 2. Hlutfall nemenda í 9.–10. bekk sem neyta vímuefna eftir því hversu oft þeir stunda íþróttir með íþróttafélagi.



Mynd 3. Hlutfall stráka og stelpna í 5., 6. og 7. bekk sem hafa hætt þátttöku í íþróttum sem segja að eftirfarandi atriði hafi skipt mjög eða frekar miklu máli þegar þau hættu þátttöku í íþróttum.

meiri sem íþróttaiðkunin er á viku þeim mun ólíklegri er unglungurinn til að neyta áfengis. Hins vegar sýnir mynd 2 okkur að forvarnargildi íþróttar nær að sama skapi ekki til munntóbaksneyslu. Hlutfall unglunga sem nota munntóbak er það sama hjá þeim unglungum sem æfa 1–3 sinnum í viku og þeirra sem æfa 4 sinnum í viku eða oftar. Þeir sem eru ekki þátttakendur í íþróttum með íþróttafélagi eru þó líklegri til að neyta munntóbaks.

Brottfall unglunga í íþróttum

Í ljósi þess að forvarnargildi íþróttar er óumdeilt er dapurlegt til þess að hugsa hversu hátt hlutfall unglunga hættir skipulagðri þátttöku í íþróttum. Þess má þó geta að unglungurinn gæti hafa hætt í einni grein og haldið áfram í annarri. En hvers vegna flosna unglungar upp úr íþróttaiðkun með íþróttafélögum? Á mynd 3 má sjá helstu ástæður þess af hverju börn í 5.–7. bekk hætta íþróttþátttöku en lang flest segjast hafa misst áhugann, þá segja þau eftirfarandi atriði einnig hafa skipt máli eins og tímaleysi, vinirnir hættu og kostnað. Þau gátu hakað í eins mörg atriði og þeim fannst eiga við.

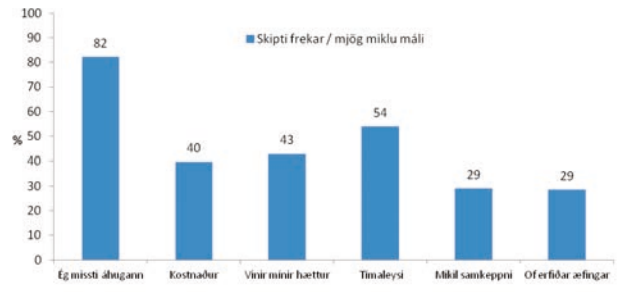
Mjög svipaðar niðurstöður komu fram

þegar unglungar í 9. og 10. bekk voru spurðir hversu miklu máli þessi atriði skiptu ef þau höfðu hætt íþróttaiðkun. Lang flestir svörðu því til að þau hefðu misst áhugann en þar á eftir nefna þau að tímaleysi hafi skipt frekar eða mjög miklu máli í ákvörðun þeirra, sjá mynd 4.

Sjálfsmat barna og unglunga

Þegar litið er til mats nemenda á eigin vaxtarlagi þá eru þau almennt frekar ánægð með sig. Þegar þessar niðurstöður eru skoðaðar út frá íþróttaiðkun þá eru börn og unglungar sem æfa íþróttir almennt ánægðari með útlit sitt, en þeir sem æfa ekki íþróttir og því oftast sem börn í 5.–7. bekk æfa íþróttir með íþróttafélagi því flottari finnst þeim þau vera. Tæplega 60% af börnunum sem æfa fjórum sinnum í viku eða oftar fannst þau mjög eða frekar flott samanborið við rúmlega 40% af þeim sem æfa lítið eða ekkert. Þá eru mun færri börn sem æfa mikið ósátt við eigið útlit.

Mjög svipaðar niðurstöður koma fram hjá unglungum í 9.–10. bekk þegar þau eru spurð hversu ánægð þau séu með líkama sinn, en því meira sem þau æfa því ánægðari eru þau með sig.



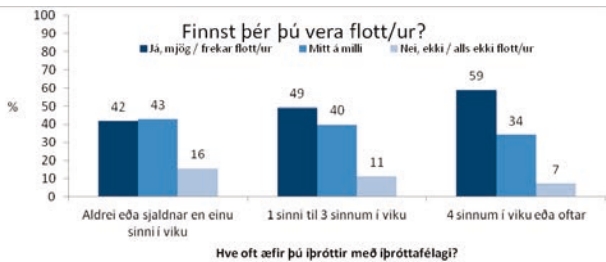
Mynd 4. Ef þú hefur einhvern tíma hætt að stunda íþróttir með íþróttafélagi hversu miklu máli skiptu eftirfarandi?

Námsárangur og íþróttir

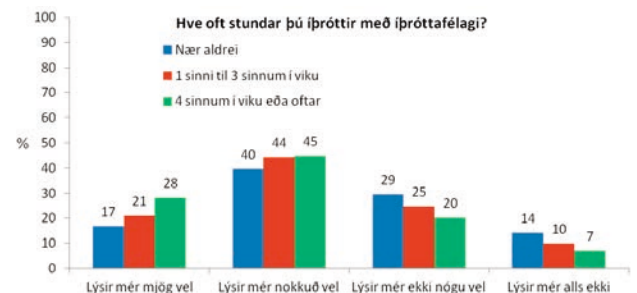
Þá gengur börnum og unglungum sem iðka íþróttir almennt betur í námi en þau sem æfa ekki og er námsárangur betri eftir því sem þau æfa meira. Sjá nánar á heimasíðu Rannsóknna & greiningar www.rannsoknir.is.

Fagleg vinnubrögð íþróttafélaga mikilvæg

Í þessum pistli var fyrst og fremst verið að skoða nokkra þætti sem þátttaka í íþróttum með íþróttafélagi hefur áhrif á, en svipaðar niðurstöður fengjust ef þátttaka í öðru skipulögðu félags- og tómsundastundastarfi væri skoðuð. Það sem virðist ráða úrslitum er að starfinu sé stýrt af ábyrgum aðila. Í ljósi þessarra niðurstæðna er mikilvægt að börn og unglungar séu sem lengst í skipulögðu starfi. Til þess að svo megi verða þurfa allir að leggjast á eitt, hið opinbera með styrkjum til þessa málaflokks, foreldrar með stuðningi við börnin og þá íþróttafélögin eða annað tómsundastarf með tilboð fyrir alla. b



Mynd 5. 5.–7. bekkur. Finnst þér þú vera flott/ur með tilliti til þess hversu oft þú æfir íþróttir með íþróttafélagi.



Mynd 6. 9.–10. bekkur. Hversu vel á eftirfarandi við um þig: ég er ánægð(ur) með líkama minn með tilliti til þess hversu oft þú stundar íþróttir með íþróttafélagi.

Saga kvennaknattspyrnunnar í Val

eftir Soffíu Ámundadóttur og Margréti Magnúsdóttur

Soffía Ámundadóttir þjálfari yngri flokka kvenna hjá Val til margra ára og fyrrverandi leikmaður í knattspyrnu hjá Val hélt fyrirlestur á þjálfararáðstefnunni um sögu kvennaknattspyrnunnar hjá Val. Hún telur markviss vinnubrögð hjá félaginu við þjálfun með uppöldum Valsþjálfurum, samheldni og frábærum félagsanda lykilinn að velgengni kvennaknattspyrnunnar hjá félaginu.

Árið 1977 var **upphaf** kvennaknattspyrnu í Val. Nokkrar ungar stúlkur og handboltaskvísur tóku sig til og kepptu fyrir hönd Vals í knattspyrnu. Aðeins einu ári síðar varð Valur Íslandsmeistari í kvennaknattspyrnu og hefur sú sterka sigurhefð haldist æ síðan. Árangurinn hefur verið framúrskarandi og eigum við í dag 23 titla í meistaraflokki – Íslands-

og bikarmeistara. En þá eru ótaldir allir þeir titlar sem yngri flokkar kvenna hafa unnið í gegnum árin. Á þessu fallega ári 2011 erum við Íslandsmeistarar í 2. 3. 5 og 6. flokki kvenna og bikarmeistarar í meistaraflokki kvenna.

Þjálfarar í gegnum tíðina hafa verið miklir Valsarar og stöðugleiki hefur verið mikill. Hér er hægt að nefna langan og flottan lista af framúrskarandi þjálfurum en ég læt þessa duga: Elísabet Gunnarsdóttir, Ragnheiður Víkingsdóttir, Ragnhildur Skúladóttir, Freyr Alexandersson, Margrét Magnúsdóttir, Raket Logadóttir, Kristín Ýr Bjarnadóttir, Íris Andrésdóttir, Soffía Ámundadóttir o. fl. Í þessum þjálfarahópi hefur Valshjartað verið drifkrafturinn, mikil samheldni hefur ríkt, hjálpsmi og gleði.

Leikmenn í kvennaflokkum Vals eru

aldir upp við sterkar **fyrirmyndir**. Það er nauðsynlegt að hafa sterkar fyrirmyndir en snemma setja ungar stúlkur sér markmið að komast í landslið og kveikir þetta metnað ungra leikmanna fyrr en ef fyrirmyndirnar væru ekki til staðar.

Landsliðssæti Valskvenna á þessu ári 2011 eru: (hér er verið að miða við byrjunarliðssæti og meðaltal ársins):

- A landslið – 5 leikmenn,
- U 19 – 5 leikmenn og
- U 17 – 6 leikmenn.

Þá er ótalið allir þeir leikmenn sem hafa verið í úrtakshópum á árinu og þeir eru margir.

Valur hefur verið mikill brautryðjandi hvað **útrás leikmanna erlendis** varðar. Árið 1984- 86 fóru fyrstu leikmennirnir frá Íslandi í atvinnumennsku og voru það Valsararnir Bryndís Valsdóttir, Kristín Briem og Guðrún Sæmundsdóttir en þær léku allar með Napoli á Ítalíu. Árið 1987 fór fyrsti leikmaðurinn í háskólaárið í USA og var það Valsarinn Cora Barker. Margir leikmenn hafa fetað þessa braut sem þessir flottu brautryðjendur ruddu. Á síðustu árum hafa u.þ.b. 16 leikmenn haldið í atvinnumennsku erlendis en Valur á 12 af þessum leikmönnum. Tölfræðilega hlýtur að vera gott að alast upp í Val, þar er stefnan sett hátt og metnaður er mikill.

Kvennadeildin er vel **skipulög** og samvinna er mikil. Við erum sem ein lítill fjölskylda þar sem allir þekkja vel og styrkleiki hvers og eins fær að njóta sín. Skipulag flokkanna er mikið og virkilega vel haldið utan um alla flokka. Þjálfarar vinna saman og setja sér háleit markmið þar sem mikil vinna og gleði liggur að baki. Við vitum hvert við stefnum og metnaður er mikill.

Árangur Valskvenna er þó ekki síst að þakka **frábærum félagsanda**. En þessi mikla stemming, hefð og samheldni hefur haldist frá upphafi. Margir Valshópar hittast reglulega til þess að rifja upp gamla tíma, þjappa sér saman eða eiga góða stund saman. Þá er ósjaldan sungið *Valsmenn létir í lund* ásamt fleiri góðum Valslögum. Ég er gríðarlega stolt að vera hluti af þessari sögu Vals sem er án vafa stórkostleg. Vera alin upp í þessari áhugaverðu menningu og hafa náð að til-einka mér þær hefðir sem liggja í arfleifðinni. Ég vona að ég geti áfram fært hana næstu kynslóðum Valskvenna.

Valskveðja

Sossa (Soffía Ámundadóttir)
og Margrét Magnúsdóttir



Stoltir þjálfarar 3. flokks kvenna hjá Val, Margrét Magnúsdóttir t.v. og Soffía Ámundadóttir t.h. með Íslandsmeistarabikarinn 2011. Þær eru báðar uppaldir Valsþjálfarar.

**Til hamingju með Valitor
bikarmeistaratitilinn
og frábæran árangur á árinu.**



**VALITOR
BIKARINN**



Of ör þjálfaraskipti í yngri flokkum hjá strákunum

Jón Hilmar Karlsson er 16 ára og leikur fótbolta með 2. flokki og er handhafi Friðriksbikarsins 2011

Jón Hilmar byrjaði að æfa fótbolta á yngra ári í 6. flokki, þá 7 eða 8 ára gamall. Hann segir að margir strákar hefðu átt skilið að vinna Friðriksbikarinn en það sé mikill heiður að hafa unnið hann. Tilfinningin hafi auðvitað verið mjög góð og hann segir að það sé gaman að sjá að þjálfarinn hafi talið hann hafa átt þennan heiður skilið.

Hvernig gekk ykkur í sumar? „Okkur gekk ekkert alltof vel og náðum við ekki settu marki að komast upp úr riðlinum okkar á Íslandsmótinu, við fórum hins vegar til Svíþjóðar á Gothia Cup og stóðum okkur þar vel og tel ég okkur óheppna að hafa ekki komist lengra í þeirri keppni. Mér líst mjög vel á hópinn núna og samanstandur hann af alls konar persónuleikum sem ná vel saman, auk þess líst mér gríðarlega vel á nýju há-gæða þjálfarana og leggja þeir virkilegan metnað í þjálfunina sem síðan nær til okkar á vellinum.“

Segðu frá skemmtilegum atvikum úr

boltanum. „Ég mun aldrei gleyma Rey Cup 2010 en við lentum í 2. sæti í því móti. Við höfðum komist í úrslitin með gríðarlega mikilli dramatík og vorum við grátlega nálægt því að vinna mótið en tapaðist það í vítaspyrnukeppni í úrslitaleiknum. Meðal annars komumst við upp úr riðlinum með nauðsynlegum 1-0 sigri á efsta liði riðilsins KR en við náðum yfirhöndinni í byrjun leiks með marki beint úr hornspyrnu og héldum við allan leikinn þeirri forystu, undanúrslitaleikurinn á móti Haukum verður að auki seint gleymdur en við vorum 2-0 yfir í hálfleik en náðu Haukamenn að jafna metinn og var farið í vítaspyrnukeppni sem við unnum örugglega. Ég hef aldrei verið hluti af jafn samheldnum og góðum hópi og þá og situr þetta mót mér fast í minni.“

Hverjar eru fyrirmyndir þínar í fótboltanum? „Ég lít mjög mikið upp til Wayne Rooney en er hann að mínum mati einn sá albesti í bransanum, auk þess er Sigurbjörn Hreiðarsson mann-

eskja sem allir ættu að líta upp til en hann hefur átt feril sem er hægt að vera mjög stoltur af og er hann lifandi goðsögn hjá Val.“

Hvað þarf til að ná langt í íþróttum?

„Aðalatriðið til að skara fram úr í íþróttum er hugarfarar, vilji og agi. Ef maður hefur þá eiginleika þá tel ég að maður geti náð langt í hverju sem maður tekur sér fyrir hendi. Ég persónulega gæti bætt mig heilan helling í öllum hliðum boltans, en núna er það aðallega hraði og tækni á bolta.“

Hvers vegna fótbolti? „Ég var settur í fótbolta á unga aldri og varð ástfanginn á fyrstu æfingunni.“

Hvernig finnst þér að eigi að efla starfið í yngri flokkunum hjá Val í fótbolta? „Yngri flokka starfið hjá Val hefur ekki verið nægilega gott upp á síðkastið hjá strákunum og ekki nóg gert fyrir okkur strákana finnst mér en það er allt að koma til. Ég held að ég geti talið upp sirka 10 þjálfara sem hafa þjálfað mig á 8 ára skeiði og er það alls ekki gott að hafa ekki getað fengið neina festu þegar ég var yngri.“

Hvaða hvatningu og stuðning hefur þú fengið frá foreldrum þínum í sambandi við handboltann? „Ég hef fengið mikinn stuðning í gegnum tíðina frá foreldrum mínum og mætti pabbi á alla leiki á mínum yngri árum, síðan var mér alltaf skutlað af þeim þegar æfingar voru á ÍR, KR eða Fram svæðunum þegar það var verið að gera gervigrassvæðið.“

Er eitthvað sem þarf að laga hjá Val að þínu mati? „Það voru stundum vandræði með dómaramál í fyrra og þurfti 3. flokkurinn einstöku sinnum að hlaupa í skarðið fyrir þá sem áttu að dæma leikina hjá 4. eða 5. flokki sem var ekki gott, sérstaklega þar sem leikir hjá 4. flokki voru oftast en ekki degi fyrir leik hjá okkur svo að um mikilvæga æfingu var að ræða sem liðsmenn þurftu að sleppa til þess að taka að sér dómgæslu. Það myndi þurfa að taka skipulagið í þeim málum í gegn. En ég sé að miklar breytingar hafa verið eða eru að eiga sér stað sem ég er mjög sáttur með.“

Hverjir eru þínir framtíðardraumar? Hvar sérðu fyrir þér að þú verðir eftir 10 ár? „Ég sé mig fyrir mér vinna að einhverju tengdu fótbolta eða nýbúinn með háskóla. Stefnan er að fara í háskóla í Bandaríkjunum eða Norðurlöndunum, vonandi á fótboltastyrk.“

Hver stofnaði Val og hvenær? „Árið 1911 af séra Friðriki Friðrikssyni.“



Íþróttaskóli Vals veturinn 2011–2012

Á þessu ári hafa um 200 börn mætt í íþróttaskóla Vals á laugardögum kl. 9:40–10:30. Markmið með þessari grasrótavinnu er að hvetja ung börn á aldrinum 2–6 ára til ánægulegrar hreyfingar. Foreldrar taka virkan þátt og skemmtileg fjölskyldustemning ríkir.

Næsta námskeið byrjar laugardaginn 21. janúar 2012 og stendur til 31. mars (10 skipti). Námskeiðsgjald er 8000 kr. og innifalið í því verði er Valsbolur og Valslímmiði. Skráning er á heimasíðu Vals, vals.is. Færri komust að en vildu síðast þannig að fyrstir koma fyrstir fá.

Meðfylgjandi eru líflegar myndir af duglegum börnum í íþróttaskólanum:

Valskveðja

Soffía Ámundadóttir leikskólaserkennari og þjálfari 3. fl.kvenna í Val





Vil að körfuboltinn verði að eins miklu stórveldi og hinar boltaíþróttirnar hjá Val

Ragnheiður Benónisdóttir er 17 ára og leikur körfubolta með stúlknaflokki og meistaraflokki

Nám: Er á öðru ári í MR.

Af hverju Valur: Kvinnaliðið í fyrrverandi liðinu mínu var að hætta og Valsheimilið var næst heimilinu mínu.

Hjá hvaða liðum hefur þú verið í körfubolta: Var í félaginu Ármanni frá 7.–9. flokks áður en ég kom í Val.

Frægur Valsari í fjölskyldunni: Óli Stef.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum: Mæta á alla leiki og eru alltaf tilbúin að leggja eitthvað af mörkum ef þess þarf.

Hvað gætir þú aldrei hugsað þér að verða: Gæti aldrei orðið læknir.

Af hverju körfubolti: Er ágætlega stór og fannst alltaf körfuboltabúningarnir líta út fyrir að vera þægilegir miðað við búninga í öðrum íþróttum.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum:

Alveg ein gullverðlaun í tvíliðaleik í tátu-flokki í badminton þegar ég var 11 eða 12 ára.

Eftirminnilegast úr boltanum: Ætli það sé nú ekki þegar kvinnaliðið okkar í Val komst upp úr fyrstu deild á síðasta tímabili og að stúlknaflokkurinn náði að halda sér í A-riðli eftir framlengdan leik við Grindavík í vor.

Eftirminnilegast frá 100 ára afmælisári Vals: Að bæði karla- og kvinnaliðið í körfunni komust upp úr fyrstu deildinni.

Hvernig var síðasta tímabil: Mjög skemmtilegt, fjörugt og ágætlega sigursælt

Ein setning eftir tímabilið: Basic.

Hvernig gengur í vetur: Það gæti nú gengið betur en þetta er allt að koma.

Besti stuðningsmaðurinn: Edwin með alla strákana sína, Haddý sem er oft með

okkur á bekknum og svo að sjálfsögðu foreldrarinnir.

Skemmtilegustu mistök: Ákvörðunin um að fara í MR.

Eftirminnilegasti þjálfarinn: Ætli maður segi ekki sá fyrsti í Ármanni, Kalli.

Fyndnasta atvik: Leikur í stúlknaflokki þar sem ég tók mig til og klúðraði öllu sem hægt var að klúðra í upphitun og hélt varla jafnvægi í leiknum sjálfum. Datt á andlitið, rassinn og gleymdi að klæða mig í keppnistreyjuna þegar leikurinn var við það að byrja.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í körfubolta hjá Val: Yngri flokkarnir líta mjög vel út og eftir því sem ég hef tekið eftir eru þeir að standa sig mjög vel.

Hvað lýsir þínum húmor best: Kann nú alltaf að meta gott orðagrín.

Fleygustu orð: „Þú ert aumkunarverður lítill kall og hefur samúð mín alla.“ – Bósi Ljósár

Mottó: Frekar of oft heldur en of sjaldan.

Hvaða setningu notarðu oftast: Móðir, má ég fá bílinn lánaðan?

Hvað er það fallegasta sem hefur verið sagt við þig: Notkun þín á heimildum er til fyrirmyndar. – Ég bráðnaði þegar ég fékk þessi ummæli frá kennara.

Fyrirmynd þín í körfubolta: Shaq, Kobe Bryant og Charles Barkley.

Besti söngvari: Freddy Mercury, ekki spurning.

Besta hljómsveit: Queen, Bítlarnir og Led Zeppelin.

Besta bíómynd: Hot Fuss og Dollaramyndirnar.

Besta bók: Harry Potter bækurnar og Hobbitinn.

Uppáhaldslag: Baba O'Riley með The Who og Gay Bar með Electric Six.

Uppáhaldsfélag í enska boltanum: Arsenal eða Fulham.

Uppáhalds erlenda körfuboltafélagið: Memphis Grizzlies.

Nokkur orð um núverandi þjálfara: Ákveðinn, hreinskilinn, skipulagður og þrautseigur.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda: Aðstæðan er frábær fyrir utan að bílastæðið getur verið dálítið þreytandi og það væri indælt ef karla- og kvinnakörfuboltaliðin þyrftu ekki að deila sturtuklefa.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Að körfuboltinn verði að eins miklu stórveldi og hinar boltaíþróttirnar hjá félaginu.

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Eyþór Grétar Grétarsson	Hans B Guðmundsson
Friðjón B. Friðjónsson	Haraldur Örn Pálsson
Geir Sveinsson	Haraldur Daði Ragnarsson
Gestur Jónsson	Heiðar Árnason
Grétar Haraldsson	Helgi B. Daníelsson
Guðjón Harðarson	Helgi Ingólfur Jónsson
Guðjón Ólafur Jónsson	Helgi Kristjánsson
Guðjón Kristleifsson	Helgi Rúnar Magnússon
Guðmundur Þ. Frímannsson	Hermann Jónasson
Guðmundur Ingi Gunnlaugsson	Hörður Gunnarsson
Guðmundur Hansson	Hörður Hilmarsson
Guðmundur Þorgrímsson	Höskuldur Sveinsson
Guðni Bergsson	Iðntré ehf.
Gunnar Þ. Möller	Ingi Rafn Jónsson
Halldór Veigar Guðmundsson	Ingvi Hrafn Jónsson

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár



Fasteignafélagið Reyr ehf.



Friðjón Örn Friðjónsson hrl.



Guðni Haraldsson

Jón Höskuldsson

Stefán Hilmarsson



Viðar Elisson endurskoðandi



Meistaraflokkur Vals í körfuknattleik 2011–2012: Aftari röð frá vinstri: Ágúst Sigurður Björgvinsson þjálfari, Sigurður Skúli Sigurgeirsson, Garrison Johnsson, Alexander Dungal fyrirliði, Igor Tratik, Birgir Björn Pétursson, Darnell Hugee, Bergur Ástráðsson, Austin Magnus Bracey og Lárus Blöndal stjórnarmaður. Fremri röð frá vinstri: Bjarni Geir Gunnarsson, Ágúst Hilmar Dearborn, Kristinn Ólafsson, Hamid Dicko, Þorri Arnarson, Ragnar Gylfason varafyrirliði og Benedikt Blöndal. Á myndina vantar Snorra Þorvaldsson og Hlyn Loga Víkingsson.

Báðir meistaraflokkarnir leika í efstu deild og yngri flokkarnir að eflast

Skýrsla körfuknattleiksdeildar 2011

Fyrir keppnistímabilið 2010–2011 setti stjórn deildarinnar og báðir meistaraflokkarnir sér það takmark að komast í úrvalsdeild á ný. Takmarkið náðist og er Valur nú eitt félag með alla meistaraflokka í efstu deild. Kvennaliðið tryggði sér sæti í úrvalsdeild með sigri á Stjórnunni og karllaliðið með sigri á Þór Akureyri í úrslitakeppni 1. deildar. Yngvi Gunnlaugsson þjálfaði báða meistaraflokka deildarinnar og er það einstakt afrek að fara með tvö lið upp í efstu deild á sama árinu. Yngri flokka starfið hefur eflst á undanförmum árum og eigum við Valsmenn marga upprennandi körfuknattleiksmenn í þeim hópi. Miklar breytingar urðu í hópi þjálfara hjá deildinni og í leikmannahópum meistaraflokka deildarinnar. Ágúst Björgvinsson tók við þjálfun beggja meistaraflokka félagsins af Yngva Gunnlaugssyni. Ágúst æfði í öllum yngri flokkum hjá Val og

hefur þjálfað bæði yngri flokka og meistaraflokk karla félagsins. Ágúst hefur náð góðum árangri sem þjálfari bæði kvenna- og karllaliðs Hauka og Hamars í Hveragerði. Ágúst er boðinn velkominn til starfa aftur fyrir Val en Yngva er þakkaður einstakur árangur og góð störf fyrir félagið.

Stjórn körfuknattleiksdeildar Vals 2011–2012

Steindór Aðalsteinsson, forsvarsmáður
Bjarki Gústafsson
Einar Örn Jónsson
Lárus Blöndal
Grímur Atlason
Sigþór Björgvinsson

Úr stjórn gengu Gunnar Zoëga, Torfi Magnússon og Elínborg Guðnadóttir og þakkar körfuknattleikdeildin þeim vel

unnin störf á liðnum árum. Lárus Blöndal gaf ekki kost á sér til áframhaldandi formennsku en hann hefur verið formaður deildarinnar undanfarin ár. Grímur Atlason var kjörinn formaður á aðalfundi félagsins en sagði sig frá formennsku á miðju sumri vegna anna. Steindór Aðalsteinsson tók að sér að vera í forsvari fyrir deildina.

Meistaraflokkur karla

Yngvi Gunnlaugsson þjálfaði meistaraflokk karla keppnistímabilið 2010 til 2011. Honum til aðstoðar var Birgir Mikaelsson. Góður andi var í meistaraflokknum og náði liðið inn í úrslitakeppnina. Í fyrstu umferð mættu Valsmenn Skallagími frá Borgarnesi og unnu þá viðureign 2-0. Í sjálfum úrslitunum mættu Valsmenn Þór frá Akureyri. Valsmenn unnu fyrsta leikinn á Akureyri en í



Meistaraflokkur kvenna í körfuknattleik 2011–2012. Aftari röð frá vinstri: Ágúst Sigurður Björgvinsson þjálfari, Þórunn Bjarnadóttir varafyrirliði, María Björnsdóttir, Unnur Lára Ásgeirsdóttir, María Ben Erlingsdóttir, Signý Hermansdóttir fyrirliði, Hallveig Jónsdóttir, Guðbjörg Sverrisdóttir og Lýður Vignirsson aðstoðarþjálfari. Fremri röð frá vinstri: Kristín Óladóttir, Súsanna Karlsdóttir, Melissa Leichlitner, Berglind Karen Ingvarsdóttir, Margrét Ósk Einarsdóttir, Krístrún Sigurjónsdóttir og Brynja Pálína Sigurgeirsdóttir. Á myndina vantar Elsu Rún Karlsdóttur og Ragnheiði Benónisdóttur.

leik tvö að Hlíðarenda mættu Þórsarar einbeittir til leiks og unnu leikinn. Strákarnir þurftu því að fara aftur norður þar sem Valur sigraði sannfærandi og komst með því í úrvalsdeild á ný.

Miklar breytingar urðu á meistaraflokknum fyrir tímabilið 2011 til 2012. Illa gekk að manna meistaraflokk karla fyrir átök vetrarins. Fljótlega eftir síðasta leik í úrslitum varð ljóst að aðeins fáir leikmenn liðsins höfðu áhuga á því að spila í úrvalsdeild og vildu þeir flestir fara til annarra liða í 1. deild eða leggja skóna á hilluna. Undirbúningur fyrir tímabilið fór hægt af stað og var ekki gengið endanlega frá ráðningu þjálfara fyrr en í september. Ágúst Björgvinsson tók þá að sér að þjálfað liðið en hann hafði tekið við meistaraflokki kvenna í apríl. Ágúst æfði og lék með yngri flokkum og meistaraflokki félagsins. Hann þjálfaði yngri flokka hjá félaginu um árabil og meistaraflokk félagsins tímabilið 2002 til 2003 er hann tók við liðinu á miðju tímabili. Ljóst var að veturinn yrði erfiður en aðeins þrjú leikmenn frá fyrra tímabili voru í leikmannahópi í upphafi tímabils, þeir Alexander Dungal, Benedikt Blöndal og Birgir Björn Pétursson.

Það eru því margir nýir leikmenn í meistaraflokki Vals og það mun reyna á Ágúst og leikmennina að hrista hópinn saman. Ragnar Gylfason er kominn aftur heim frá námi í Danmörku og Bergur

Ástráðsson er kominn heim eftir eitt ár í Bandaríkjunum. Nýir leikmenn eru Snorri Þorvaldsson (Hamar), Kristinn Ólafsson (Patrekur), Ágúst Dearborn (Haukar), Igor Tratnik, Austin Magnús Bracey, Hamid Dicko og Garrison Johnson.

Meistaraflokkur kvenna

Yngvi Gunnlaugsson þjálfaði meistaraflokk kvenna keppnistímabilið 2010 til 2011. Liðið lék í 1. deild en það hafði fallið niður um deild vorið 2010. Yngvi tefldi fram öflugum hópi og töpuðu þær aðeins þremur leikjum í Íslandsmóttinu allan veturinn. Ákveðið var að bæta við erlendum leikmanni fyrir úrslitakeppnina en hitt liðið í úrslitum, Stjarnan, hafði haft erlendan leikmann allan veturinn. Valsmenn unnu Stjörnuna 2-0 í úrslitum og unnu sér sæti í úrvalsdeild á ný.

Ágúst Björgvinsson tók við liðinu af Yngva Gunnlaugssyni fyrir yfirstandandi tímabil. Ágúst þekkir kvennakörfuna vel, en hann hefur þjálfað meistaraflokk Hauka og Hamars með góðum árangri á undanförunum árum. Nokkrar breytingar urðu á leikmannahópi fyrir yfirstandandi tímabil. Þær Signý Hermansdóttir (KR) og Þórunn Bjarnadóttir (Hamar) eru komnar aftur í Val en nýir leikmenn eru Krístrún Sigurjónsdóttir (Hamar), María Ben Erlingsdóttir (Keflavík), Guðbjörg

Sverrisdóttir (Hamar) og Melissa Leichlitner.

Valur b og Valur old boys

Hjá körfuknattleiksdeildinni eru tvö eldri lið, fyrir utan meistaraflokk karla, sem æfa og taka þátt í mótum fyrir hönd félagsins en það er Valur b og Valur old boys. Valur b hefur tekið þátt í annari deildinni í mörg ár og urðu síðast Íslandsmeistarar b liða 2008. B lið Vals er að uppistöðunni til fyrrverandi leikmenn meistaraflokks Vals og hefur hópurinn stækkað jafnt og þétt undanfarin ár. Valur old boys æfa tvisvar í viku og taka þeir þátt í mótum bæði innanlands og utan. Með þessum tveimur liðum hefur körfuknattleiksdeild Vals bakland með yfir 40 félagsmönnum sem styðja við deildina með einum eða öðrum hætti.

Fjárafilanir

Meistaraflokkar deildarinnar hafa staðið sig vel í fjáröflunum undanfarna vetur og er framlag leikmanna til fjáröflunar mjög mikilvægt fyrir starfið. Stjórn deildarinnar þakkar sérstaklega öllum leikmönnum og öðrum sem komið hafa að fjáröflunum í vetur.

Minniboltakrakkar úr Val og vinafélaginu
Haukum að loknu afmælistóti.



Lárus Blöndal formaður körfuknattleiks-
deildar, Birgir Mikaelsson þjálfari og
Sveinn Zoega stjórnarmaður.

Yngri flokkar

Lýður Vignisson hefur verið yfirþjálfari yngri flokka frá 2009 og var ráðning hans mikil lyftistöng fyrir yngri flokka starfið. Miklar breytingar urðu á þjálfarahópi yngri flokka fyrir yfirstandandi tímabil. Þjálfarar eru Melissa Lechlitner, Guðbjörg Sverrisdóttir, Ágúst Björgvínsson, Alexander Dungal, Austin Magnús Bracey, Elvar Steinn Traustason og Igor Tratnik.

Hátt í 120 krakkar æfðu körfuknattleik

hjá Val á árinu sem er að líða. Allir árgangar tóku þátt í Íslandsmóti og bikarkeppni KKÍ. Yngri flokkar léku vel á þriðja hundrað kappleiki og af þeim voru fjölmargir leikur í umsjón Vals að Hlíðar-enda. Íslandsmóttinu og bikarkeppninni fylgdu mörg skemmtileg og eftirminnileg ferðalög víða um landið. Yngstu iðkendurnir tóku þátt í mörgum boðsmótum og gekk það vel fyrir sig.

Uppskeruhátíð í körfubolta 2011

Uppskeruhátíðin í körfuboltanum fór að þessu sinni fram í stóra íþróttasalnum í afmælisvikunni í maí og var hún haldin sameiginleg með handboltanum. Umgjörð uppskeruhátíðarinnar var öll sú glæsilegasta, enda nýtt glæsileg aðstaða sem komið hafði verið upp vegna hátíðarhalds í tengslum við 100 ára afmæli félagsins. Í lokin voru veitingar á hlaðborði en foreldrar sáu um að koma með veitingar en Valur bauð upp á kaffi og safa. Uppskeruhátíðin var afar fjölmenn og gekk vel fyrir sig og vel þótti til fundið að hafa báðar uppskeruhátíðarnar á sama tíma.

Unglingaflokkur.

Þjálfari: Lýður Vignisson

Sökum þess hve fáa leikmenn við höfðum í þessum flokki í vetur fórum við í tilraunaverkefni og sameinuðum krafta Vals og ÍR. Til að byrja með unnust fræknir sigrar á sterkum liðum. Þegar leið á veturinn og leikjum fjölgaði reyndist hins vegar erfitt að finna æfingatíma enda vorum við að sameina leikmenn sem voru að spila með drengjaflokkum, unglingsflokkum og meistaraflokkum Vals og ÍR. Uppskeran varð því ekki eins góð og fyrstu leikir gáfu til kynna um en þó var liðið hársbreidd frá því að ná úrslitakeppnina.

Leikmaður ársins: Pétur Þór Jakobsson

Drengjaflokkur.

Þjálfari: Lýður Vignisson

Alls æfðu 11 leikmenn með flokknum í vetur. Það hefur gengið upp og ofan að halda leikmönnum inni í flokknum en það er tilfinning þjálfara eftir mjög góðar æfingar á vormánuðum að nú sé komin öflug og heilsteypt liðsheild. Leikmenn voru allir fyrir utan einn leikmann á yngra ári í þessum flokki og því var gengið oft á tíðum erfitt. Strákarnir eru staðráðnir í að breyta því á næsta ári þegar þeir verða flestir á eldri ári flokksins. Þeir hafa nú þegar byrjað æfingar hjá styrktarþjálfara.

Mestu framfarir: Arnar Óli Einarsson

Besta ástundun: Knútur Ingólfsson

Leikmaður ársins: Benedikt Blöndal

Stúlknaflokkur.

Þjálfari: Birgir Mikaelsson

Æfingahópurinn samanstendur af yngri stelpum úr 10. flokki og nokkrum eldri. Mikill stígandi var í liðinu síðastliðið vetur og voru þær búnar að festa sig í sessi í A riðli þegar leið á veturinn. Þær





Yngriflokkar Vals í körfuknattleik 2011.

fóru í úrslitakeppni Íslandsmóts og enduðu í 3. til 4. sæti.

Mestu framfarir: Elsa Rún Karlsdóttir

Besta ástundun: Sara Diljá Sigurðardóttir

Leikmaður flokksins: Ragnheiður Benónísdóttir

9., 10. og 11. flokkur karla.

Þjálfari: Lýður Vignisson

Alls æfðu 19 leikmenn með flokkunum þremur. Það hefur fækkað töluvert í þessum flokkum síðasta árið, en eftir sitja áhugasömustu, efnilegustu og duglegustu leikmennirnir. Eftir að hafa lagt á sig mikla vinnu síðustu tvö árin hafa flokkarnir stigvaxandi bætt árangur sinn, og endaði Íslandsmótið loksins á þeim stað sem þeir hafa ætlað sér síðustu tvö ár.

9. flokkur karla, fæddir 1996

Besta ástundun og leikmaður ársins:

Dagur Sölvi Sigurjónsson

10. flokkur karla, fæddir 1995

Mestu framfarir: Guðjón Matthíasson

Besta ástundun: Bjarni Geir Gunnarsson

Leikmaður ársins: Ernesto Emil Ortiz

11. flokkur karla, fæddir 1994

Mestu framfarir: Tómas Hlynsson

Besta ástundun: Arnar Gíslason

Leikmaður ársins: Magni Walterson

9.–10. flokkur kvenna.

Þjálfari: Birgir Mikaelsson

Það var þéttur og áhugasamur hópur sem æfði vel síðastliðinn vetur. Allar bættu þær sig sem skilaði sér í góðum árangri liðsins inni á vellinum. Stelpurnar urðu Reykjavíkurmestatarar. Á Íslandsmótinu léku þær í A og B riðli til skiptis og voru hársbreidd frá því að komast í

fjögurra-liða úrslit á Íslandsmótinu. Margrét Ósk Einarsdóttir og Elsa Rún Karlsdóttir voru valdar í æfingahóp unglíngalandsliðs undir 15 ára. Selma Skúladóttir, Sara Diljá Sigurðardóttir, Margrét Ósk Einarsdóttir og Elsa Rún Karlsdóttir voru valdar í æfingahóp unglíngalandsliðs undir 16 ára. Elsa Rún er í bæði 15 og 16 ára landsliðunum og Sara Diljá er í 16 ára landsliðinu.

Mestu framfarir: Guðrún Ólafsdóttir

Besta ástundun: Brynja Pálína Sigurgeirsdóttir

Leikmaður flokksins: Sara Diljá Sigurðardóttir

7.–8. flokkur karla.

Þjálfari: Björgvin Rúnar Valentínusarson

8. flokkur karla, fæddir 1997

Strákarnir hófu veturinn fyrir norðan þar sem rúta var tekin til Sauðárkróks, 2. umferðin var á Selfossi, sú 3. á heimavelli í Valsheimilínu og sú síðasta í Gardabæ. Strákarnir fengu að upplifa bæði súra og sæta leiki en eftirminnilegasti leikurinn var án efa þegar þeir náðu að vinna upp 10 stiga forskot andstæðingsins á aðeins tveimur mínútum, en í þeim leik var verið að spila um topp sæti riðilsins.

Mestu framfarir: Sigurjón Örn Magnússon

Besta ástundun: Heimir Marel Geirsson

Leikmaður ársins: Bjarki Ólafsson

7. flokkur karla, fæddir 1988

Leiknar voru 4 umferðir í Íslandsmótinu víðs vegar um landið. 1. umferðin var á Vesturlandi í Stykkishólmi, 2. umferðin í Reykjavík, 3. umferðin á Austurlandi á Höfn í Hornafirði og sú 4. og síðasta var einnig á Austurlandi, á Egilsstöðum. Árangur strákanna var góður og í heildina litið voru miklar bætingar hjá þeim.

Mestu framfarir: Völundur Hafstað

Haraldsson

Besta ástundun: Bergur Ari Sveinsson

Leikmaður ársins: Arngrímur Guðmundsson

Minnibolti kvenna.

Þjálfari: Dagný Brynjarsdóttir

Í upphafi vetrar voru aðeins 4 stelpur að æfa og því var ákveðið að skrá ekki lið í Íslandsmót. Þegar leið á veturinn bættust alltaf fleiri og fleiri við og urðu á endanum 16. Liðið var því skráð sem gestalið á Íslandsmótinu eftir áramót og fóru á tvær túrningar í B-riðli. Þetta var mikil reynsla fyrir stelpurnar og stóðu þær sig gríðarlega vel á sínu fyrsta alvöru móti. Einnig var varið á þrjú önnur mót yfir veturinn, Jólámót ÍR, Póstmót Breiðabliks og Nettómótið í Keflavík

Mestu framfarir: María Johnson

Besta ástundun: Kristel Eir Eiríksdóttir

Leikmaður ársins: Anna Guðbjörg

Hannesdóttir

Minnibolti 10–11 ára.

Þjálfari: Frosti Sigurðarson

Hjá MB 10–11 ára var veturinn vel heppnaður. Drengirnir léku í Íslandsmóti í c-riðli og gekk vel. Mótin voru fjögur og leikið víða um lend, í Breiðholti, Flúðum, Vestmannaeyjum og Akureyri. Einnig léku drengirnir á minniboltamóti ÍR í desember, en nú á nýju ári léku þeir á póstmóti Breiðabliks og stærsta móti ársins Nettó mótinu í Reykjanesbæ og voru drengirnir félaginu til sóma. Jörðin skalf síðan þegar stórveldin í Reykjavík Valur og KR mættust í tveimur æfingaleikjum heima og heiman í vetur þar sem okkar menn sáu sjálfir um að telja stigin og var ekki minsti vafi á því hvort liðið bar sigur úr þítum.



Minnibolti



8. flokkur



Minnibolti 11 ára

Mestu framfarir: Árni Páll Árnason

Besta ástundun: Ísak Sölvi Ingvaldsson

Leikmaður ársins: Orri Steinn Árnason

Minnibolti 8–9 ára karla.

Þjálfari: Lýður Vignisson

Alls æfðu 19 leikmenn í flokknum síðastliðinn vetur sem er gríðarleg aukning frá aðeins 4 iðkendum árið áður. Strákarnir mættu mjög vel á æfingar og urðu framfarirnar eftir því. Þeir tóku þátt í þremur félagsmótum í vetur og spiluðu tæplega 30 leiki. Á þessum aldri eru stig-in ekki talin af mótshöldurum en drengirnir okkar staðfesta það eftir nákvæma talningu í hverjum einasta leik að ein-göngu hafi 3 leikir tapast. Virkilega ef-nilegir strákar sem verður gaman að fylg-ast með í framtíðinni.

Minnibolti 6–7 ára karla.

Þjálfari: Þorgrímur Guðni Björnsson

MB 6–7 ára er fámennur hópur en aftur á móti er góðmennt í hópnum. Drengirnir eru miklir grallarar og hefur verið mikið líf á æfingum sem eru líka mjög lærdómsríkar og hópurinn í heild tók miklum framförum. Flokkurinn skellti sér á Póstmót Breiðabliks og stóð hópurinn sig rosalega vel.

Valsmaður ársins: Valsmaður ársins er veittur þeim leikmanni sem skarað hefur fram úr í félagsstörfum fyrir deildina. Að þessu sinni var það leikmaður úr 10. flokki, Bjarni Geir Gunnarsson sem hlaut sæmdarheitið Valsmaður ársins.

Einarsbikarinn: Verðlaun sem veitt eru til minningar um Einar Örn Birgis voru gefin í nýfunda sinn. Verðlaunin eru veitt þeim leikmanni í yngri flokkum félagsins sem valinn er efnilegastur. Í ár hlaut Ragnheiður Benónisdóttir, leikmaður í stúlknaflokki, þessi verðlaun.

Dómari ársins: Viðurkenning sem er veitt fyrir dómgæslu í yngri flokkum.

Dómari ársins var Benedikt Blöndal.

Lárus Blöndal knattspyrnudeild Vals og Ragnhildur Skúladóttir yfirmaður barna- og unglingsviðs Vals.

9.–10. flokkur kvenna.

Aftur í úrvalsdeild

Keppnistímabilið 2010 til 2011 var viðburðaríkt hjá körfuknattleiksdeildinni. Árangurinn var góður og náðu báðir meistaraflokkarnir settum markmiðum og unnu sér sæti í úrvalsdeild á ný. Yngvi Gunnlaugsson þjálfaði báða meistara-flokkana og sennilega hefur enginn annar þjálfari náð því að fara upp í efstu deild með tvö lið sama veturinn.

Nokkuð auðvelt hjá kvennaliðinu

Kvennaliðinu gekk vel og töpuðu þær aðeins þremur leikjum allan veturinn og þar af báðum deildarleikjunum gegn Stjórnunni. Stjarnan tefldi fram erlendum leikmanni frá upphafi móts og var greinilegt að það gerði gæfumuninn í leikjunum gegn Val. Þegar kom að úrslitakeppninni var ljóst að Stjarnan og Valur myndu berjast um laust sæti í úrvalsdeildinni. Það var því ákveðið að styrkja liðið og bæta við erlendum leikmanni fyrir lokaátökin. Leikfléttan gekk upp og unnu Valskonur fyrstu tvo leikina gegn Stjórnunni sannfærandi og þar með sæti í úrvalsdeildinni.

Viðburðaríkur vetur hjá strákunum

Veturinn byrjaði brösulega hjá strákunum þrátt fyrir að Valur tefldi fram efnilegu liði í 1. deildinni. Leikir sem áttu að vinnast töpuðust með nokkra stiga mun og því ljóst að það þyrfti að berjast ef liðið ætlaði sér í úrslit. Eftirminnlegasti leikur vetrarins var án efa fyrsti leikur eftir áramót þegar liðið fór til Akureyrar að spila við Þór. Ákveðið var að keyra norður og þrátt fyrir vont veður var leiknum ekki frestað. Það voru því 8 leikmenn sem lögðu af stað frá Valsheimilinu ásamt bílstjóra. Veðrið var vont á leiðinni og í raun ófært, en þar sem leiknum hafði ekki verið frestað keyrðu þeir alla leið og tók ferðin um 10 klukkutíma. Yngvi þjálfari og nokkrir leikmenn ætluðu með flugi seinna um daginn en vélinni var snúið við þannig að þeir komust ekki til Akureyrar. Það var því fámenn og þjálfaralaust lið sem mætti til Akureyrar þegar rétt 15 mínútur voru til leiks. Strákarnir hafa sjaldan spilað betur og virtist ekkert geta stöðvað þá. Calvin Wooten gerði sér lítið fyrir og skoraði 52 stig en allir

leikmenn Vals stóðu sig frábærlega í leiknum. Valur vann leikinn 130 – 84.

Um áramótin var orðið nokkuð ljóst að Þór Þorlákshöfn myndi fara beint upp í úrvalsdeild en þeir tefldu fram öflugu liði með þremur erlendum leikmönnum inn- anborðs ásamt góðum íslenskum leikmönnum. Baráttan stóð um það hvaða fjögur lið myndu komast í úrslitakeppni um hitt lausa sætið í úrvalsdeildinni. Valsmenn bættu við sig öðrum erlendum leikmanni á síðasta degi félagaskipta til að styrkja liðið fyrir lokaátök 1. deildarinnar. Valsmenn enduðu í 4. sæti deildarinnar og komust því í úrslitakeppnina ásamt Þór Akureyri, Skallagrími og Breiðabliki.

Í fyrstu umferð mættust Valur og Skallagrímur og vann Valur nokkuð sannfærandi 2-0. Í hinni viðureigninni vann Þór Akureyri Breiðablik 2-0. Það voru því Þór Akureyri og Valur sem kepptu í úrslitum um laust sæti í úrvalsdeild. Þór Akureyri endaði í 2. sæti deildarinnar en Valur í því 4. og hafði Þór því heimavallarréttinn.

Valsmenn keyrðu norður í fyrsta leik og urðu að fara lengri leiðina út fyrir Tröllaskaga, í gegnum Héðinsfjardargöngin og inn Eyjafjörð vegna þess að Öxnadalshéið var ófær. Strákarnir mættu því í hús rétt fyrir leik og voru varla búnir að hita upp þegar dómaramir flautuðu til leiks. Bæði lið mættu einbeitt til leiks og var greinilegt að ekkert yrði gefið eftir í leiknum. Valsmenn unnu þó leikinn og voru

því komnir með ágæta stöðu í einvíginnu. Heimferðin gekk ekki áfallalaust fyrir sig og var ófært um Bakkaselsbrekkuna og Öxnadalshéið. Það var þó ákveðið að skoða aðstæður og voru stórir flutningabílar að gera sig klára í brekkuna og heiðna. Það var því ákveðið að reyna að komast yfir en bílinn festist í miðri Bakkaselsbrekku. Leikmenn vildu komast í bæinn sem fyrst og höfðu lítinn áhuga á að snúa við og stukku því út og ýttu rúttunni upp brekkuna. Eftir það var ferðin greidd til Reykjavíkur.

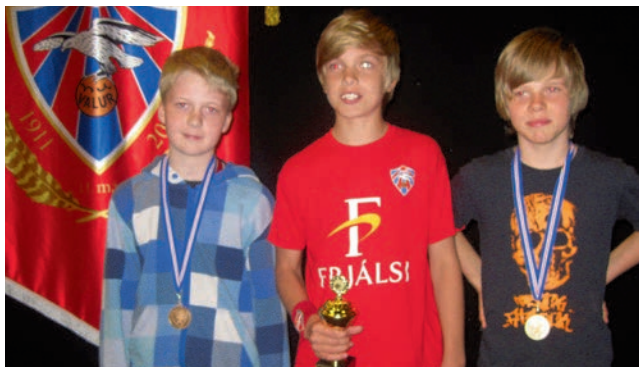
Leikur 2 var að Hlíðarenda. Þórsarar mættu ákveðnir til leiks en það var greinilegt að Valsmenn voru undir miklu álagi enda mögulegt að komast í úrvalsdeild með sigri á heimavelli fyrir framan fulla stúku af stuðningsmönnum Vals. Valsmönnum gekk illa að spila saman í leiknum og reyndu menn mikið að gera út um leikinn með einstaklingsframtakinu. Liðshéildin og samspilið var betra hjá Þórsurum og tókst þeim að vinna leikinn með 3 stigum að lokum. Það þyrfti því hreinan oddaleik á Akureyri til að skera úr um hvort liðið kæmist í úrvalsdeild.

Valsliðið flaug norður í þriðja og síðasta leikinn og voru mættir tímanlega fyrir leik. Góður andi var í leikmannahópnum þrátt fyrir tap í síðasta leik. Var greinilegt að leikmenn voru búnir að undirbúa sig vel fyrir þennan oddaleik. Valsmenn voru einbeittir frá fyrstu mínútu leiksins og var greinilegt að þeir ætluðu sér að vinna þennan leik. Lið Þórs átti fá svör við góðum leik Valsmanna og endaði leikurinn með 22 stiga sigri Vals og Valur þar með kominn aftur í úrvalsdeild.



Meistarflokkur karla í körfubolta sem kom Val aftur í Úrvalsdeild vorið 2011. Efri röð frá vinstri: Birgir Mikaelsson (aðstoðarþjálfari), Hörður Nikulásson, Alexander Dungal, Björgvin Valentínsson, Birgir Björn Pétursson, Hörður Hreiðarsson, Philip Perre, Lárus Blöndal (formaður KKD Vals). Neðri röð frá vinstri: Benedikt Blöndal, Ragnar Már Skúlason, Calvin Wooten, Yngvi Gunnlaugsson (þjálfari), Sigmar Egilsson, Snorri Gunnarsson, Pétur Þór Jakobsson

Uppskeruhátíð körfuknatt



Minnibolti 11 ára. Ísak Sölvi Ingvaldsson, Orri Steinn Árnason og Árni Páll Árnason.



7. flokkur karla. Völundur Hafstað Haraldsson og Bergur Ari Sveinsson.



8. flokkur karla. Sigurjón Magnússon, Bjarki Ólafsson og Heimir Marel Geirsson.



9. flokkur karla: Dagur Sölvi Sigurjónsson.



10. flokkur karla. Bjarni Geir Gunnarsson, Ernesto Emil Ortíz og Guðjón Georg Matthíasson.



11. flokkur karla. Magni Þór Waltersson og Arnar Gíslason.



Drengjaflokkur. Knútur Ingólfsson og Benedikt Blöndal.



9.–10. flokkur kvenna. Brynja Pálína Sigurgeirsdóttir og Guðrún Ólafsdóttir.

Leiksdeildar 2011

Viðurkenningar



Stúlknaflökkur. Elsa Rún Karlsdóttir og Sara Diljá Sigurðardóttir og Ragnheiður Benónisdóttir.



Minnibolti kvenna. María J. Arnadóttir, Anna Guðbjörg Hannesdóttir og Kristel Eir Eiríksdóttir.



Valsmaður ársins. Bjarni Geir Gunnarsson.



Einarsbikarinn Ragnheiður Benónisdóttir.



Dómari ársins. Benedikt Blöndal.

Verið velkomin í glæsilega Valsbúð okkar að Hlíðarenda



Í búðinni fæst allur nauðsynlegur varningur til íþróttaiðkunar, Valsbúningar og gallar frá Hummel ásamt ýmsum öðrum varningi eins og derhúfum, treflum, Valsbrúsum o.fl. Hægt að merkja treyjurnar á staðnum. Í Valsbúðinni geta iðkendur, foreldrar og félagsmenn græjað sig upp í rauða litnum, rækilega merktir félaginu okkar!

Búðin er opin milli kl. 16 og 18 á virkum dögum auk þess sem hún er opin á stórum leikdögum.

Nánari upplýsingar á valur.is



Gott silfur er gulli betra

Körfuboltastelpur úr Val stóðu sig vel á Unglingalandsmóti UMFÍ

Valsstelpurnar sem tóku þátt í körfuknattleiksmóti á Unglingalandsmóti UMFÍ á Egilsstöðum um verslunarmannahelgina 2011 og fengu silfurverðlaun. Frá vinstri: Selma Skúladóttir, Gréta Sóley Arngrímsdóttir, Sæunn Eyja Steinþórsdóttir, Berglind Rós Bergsdóttir og Margrét Ósk Einarsdóttir. Guðrúnu Hlíðkvist úr Hetti lék einnig með Valsstelpunum.

Fimm stelpur úr Val tóku þátt í Unglingalandsmóti Íslands í körfubolta sem haldið var á Egilsstöðum um verslunarmannahelgina og fengu þær stelpu úr liði Hattar frá Egilsstöðum lánaða. Valur vann fyrstu þrjá leikina, Sindra (fótboltastelpur) 26-0, „Tsunami 69“ 25-21 og Kormák frá Hvammstanga 32-8. Leikur 4 tapaðist fyrir Snæfelli/Sauðárkróki 32-16. Valur endaði að lokum í 2. sæti á mótinu og voru mjög sáttar með það, eins og silfurstrák-

arnir sögðu „ gott silfur er gulli betra.“ Margrét Ósk Einarsdóttir einn af leikmönnum Vals sagði þetta mót rosalega skemmtilegt, þær kynntust fullt af fólki, leikirnir væru rosalega skemmtilegir og fjölbreyttir í öllum greinum og mælir hún með að allir krakkar og unglingar mæti á þetta mót á meðan þeir hafi aldur til. Á næsta ári verður mótið haldið á Selfossi og keppt er í fjölmörgum greinum fyrir krakka á aldrinum 11–18 ára.



DANSSMIÐJAN ER Í VALSHEIMLINU ALLA ÞRIÐJUDAGA OG FIMMTUDAGA

FRÁBÆR NÁMSKEIÐ FYRIR VALSMENN OG KONUR
OPIÐ ZUMBA PARTÍ ALLA LAUGARDAGA KL. 11-10 Í GAMLA SAL

Upplýsingar og skráning: www.dansogjoga.is

 **ZUMBA**
FITNESS

LÍNUDANS
MED JÓA



Swing & Salsa



Sumarbúðir í borg

Íþrótt- og leikjanámskeið í 23. sinn

Sumarbúðir í borg voru starfræktar frá 6. júní til 1. júlí í tveimur sjálfstæðum námskeiðum og var þetta tuttugasta og þriðja starfsár íþrótt- og leikjanámskeiðsins, þátttakan var nokkuð góð.

Dagskrá námskeiðsins var þannig háttað að fyrir hádegi var farið í fjölmarga leiki og ýmsar íþróttagreinar voru kynntar fyrir börnunum. Einnig voru sumir sem nýttu sér þann möguleika að vera í knattspyrnskóla Vals fyrir hádegi og komu svo yfir í sumarbúðirnar eftir hádegi. Dagskráin eftir hádegi var mjög fjölbreytt og nýttum við okkur nágrenni Vals mjög vel, við fórum meðal annars á Klambratún og Hljómskálagarðinn í leiki, ratleik í Óskjuhlíðinni ásamt því að grilla þar brauð, siglingu í Nauthólsvík og strandferð.

Krakkar í sumarbúðunum með í myndinni Algjör Sveppi og töfraskápurinn

Við vorum einnig svo heppin að tókum þátt í atriði fyrir myndina *Algjör Sveppi og töfraskápurinn* sem tekið var upp í Hörpunni. Við fórum í heimsókn hjá Landhelgisgæslunni og fengum að sjá þyrluna Gná taka á loft. Einnig heimsóttum við Lögreglustöðina og fengum meðal annars að sjá fangaklefa, mótörhjól og

grandskoða lögreglubíl. Við fórum einnig í skoðunarferð á Þjóðminjasafnið og sáum þegar var verið að taka upp atriði fyrir morgunfundina okkar sem börnunum fannst mjög áhugavert. Við fengum danskennslu frá Dansskóla Jóns Péturs og Köru. Við fórum í Fjölskyldu- og húsdýragarðinn og grilluðum þar pylsur og héldum þar hæfileikakeppni þar sem börnin fóru á kostum og það er alveg ljóst að þar var mikið af hæfileikaríkum börnum á ferð.

Góðviðri og góður matur í sumarbúðunum

Á lokadegi námskeiðanna var haldin ólympíukeppni þar sem börnin kepptu í ýmsum greinum og fengu viðurkenningarskjal með árangri sínum. Við vorum sérstaklega heppin með veður á meðan sumarbúðunum stóð og þökkum við veðurguðunum sérstaklega fyrir það. Við fengum heitan og góðan mat á hverjum degi sem eldaður var í eldhúsi Vals af Klöru Geirsdóttur. Það er mat allra þeirra sem að sumarbúðunum komu að þær voru vel heppnaðar. Að lokum langar mig að þakka starfsfólki og öllum sem að sumarbúðunum komu sérstaklega fyrir sumarið.

*Elvar Már Svansson skólastjóri
Sumarbúða í borg.*





Ekkert nema metnaður og vilji í þessum

Bjarni Geir Gunnarsson er 16 ára og leikur körfubolta með 11. flokki, drengjaflokki og meistaraflokki

Nám: Náttúrvísindabraut í MK

Hvað ætlar þú að verða: Afreksíþróttamaður, hef einnig áhuga á því að læra sjúkrapjálfun, sem og verkfræði.

Af hverju Valur: Af hverju ekki? Segi ég. Valur er klárlega flottasta íþróttafélag landsins með sennilega bestu æfingaaðstöðu sem finnst á Íslandi, frábæra og skemmtilega þjálfara og auðvitað fullt af ungum og efnilegum íþróttamönnum og fyrir mér var það ekki erfið ákvörðun að skipta í Val á sínum tíma.

Hjá hvaða liðum hefur þú verið í körfubolta? Hef verið í Breiðablik og Val.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfunni: Mjög vel, pabbi mætir á flesta leiki sem er mjög gaman. Mamma þorir samt ekki að mæta, því hún heldur að ef hún mæti þá munum við tapa.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni: Ég.

Hvað gætir þú aldrei hugsað þér að verða: Geimfari, því þá gæti ég ekki spilað körfubolta.

Stjörnuspa þín fyrir næsta ár: Ég held að Valur eigi eftir að standa sig mjög vel í öllum greinum og sýni hversu mikið stórveldi við erum.

Af hverju körfubolti: Ég elska körfubolta, get eiginlega ekki útskýrt það.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Annað sæti í 100m hlaupi á Íslandsmóti.

Eftirminnilegast úr boltanum: Þegar ég komst fyrst í A-liðið í yngri flokkum.

Eftirminnilegast frá 100 ára afmælisári Vals: Þegar allir meistaraflokkar í öllum deildum voru með tryggt sæti í úrvalsdeild.

Ein setning eftir síðasta tímabil: Uppbygging og metnaður.

Hvernig gengur í vetur: Mjög vel myndi ég segja, 11. flokkur komst í Ariðil í Íslandsmóti og nú er markmiðið að halda okkur þar og endurheimta nafn Vals í yngri flokkum.

Besti stuðningsmaðurinn: Pabbi.

Skemmtilegustu mistök: Þegar ég skoraði tvær sjálfskörfur í röð með Breiðablik.

Erfiðustu samherjarnir: Ætla að gefa einum af mínum besta liðsfélaga og vini, Þorra Arnaryni þann heiður.

Eftirminnilegasti þjálfarinn: Snorri Örn, sem þjálfaði mig í Breiðablik. En ég hef samt haft þau forréttindi að hafa alltaf getað sótt til frábærra þjálfara á borð við Hrafn Kristjánsson, Ágúst Björgvinsson og Lýð Vignisson.

Stærsta stundin: Þegar ég var valinn Valsari ársins, það var mikil viðurkenning og heiður.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna: Hallveig Jónsdóttir.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla: Benedikt Blöndal.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í körfubolta: Mjög vel, það er greinilega mikill metnaður hjá mörgum flokkum, sem er lyklatríði til að ná árangri.

Hvað lýsir þínum húmor best: Held að ég sé bara með þennan hefðbundna létta íslenska húmor sem myndi teljast sem sá besti í heimi að mínu mati.

Fleygustu orð: Hvað er að fréttu?

Mottó: Að halda alltaf áfram að reyna, þar til það tekst.

Leyndasti draumur: Mig langar meira en allt að verða atvinnumaður í körfubolta sem og spila í bandaríska háskólaboltanum.

Við hvaða aðstæður líður þér best: Rennblautur af svita, á æfingu.

Hvað er það fallegasta sem hefur verið sagt við þig: Þegar Orri styrktarþjálfari sagði „það er ekkert nema metnaður og vilji í þessum“, það var mjög fallegt.

Fullkomið laugardagskvöld: Playstation 3, NBA 2k12 og góðir vinir.

Fyrirmynd þín í körfubolta: Ég lít mikið upp til Ragnars Gylfasonar, leikmanns meistaraflokks Vals í körfubolta. Hann hefur kennt mér hvernig á að sýna forðæmi og er líka mjög góður körfuboltaleikmaður sjálfur, að mínu mati.

Draumur um atvinnumennsku í körfubolta: Mig dreymir um að geta spilað í efstu deildum Evrópu, eða jafnvel NBA, því eins og vitur maður sagði einu sinni „if you can dream it, you can do it“.

Landsliðsdraumar þínir: Mig langar að geta spilað í unglingslandslíðum, en auðvitað væri það mesti heiðurinn að spila fyrir A-landslíðið í framtíðinni.

Besti söngvari: Margir, t.d. Eminem.

Besta hljómsveit: One republic.

Besta bíómynd: Glory Road.

Besta bók: Shaq Attack.

Besta lag: Remember the Name – Fort Minor.

Uppáhaldsvefsíður: Valur.is og karfan.is

Uppáhalds erlenda körfuboltafélagið: Maimi Heat (NBA).

Nokkur orð um núverandi þjálfara: Ágúst Björgvinsson- Metnaður, vilji, hæfni og virðing.

Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Fá skotvél fyrir körfuna.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda: Framúrskarandi, ótrúleg aðstaða sem ég persónulega nýti mér að fullu.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Ég vil bara sjá það frábæra félagsstarf sem er í gangi hjá Val núna, halda áfram og dafna.

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Jafet Ólafsson
Jóhann Halldór Albertsson
Jón Örn Bogason
Jón Halldórsson
Jón Grétar Jónsson
Jónas Már Fjeldsted
Jónas Guðmundsson
Karl Harry Sigurðsson
Kjartan Jóhann Magnússon
Lögfræðiskrifstofa Guðmundar
Ágústssonar
Optik
Óðinn Þórisson
Ólafur Már Sigurðsson

Ómar Ómarsson
Pétur Magnús Sigurðsson
Sigfús Gauti Þórðarson
Sigurður Andri Atlason
Sigurður Ásbjörnsson
Stefán Karlsson
Svala Guðrún Þormóðsdóttir
Sveinn Sveinsson, sjúkráþjálfari
Theodór Friðjónsson, tannlæknir
Valdimar Grímsson
Þjóðólfur Gunnarsson
Þorgerður Þráinsdóttir
Þorgrímur Þráinsson
Þórður Örn Guðbjörnsson

LEIGJUM ÚT SENDIBÍLA TIL ÝMISKONAR FLUTNINGA



15 afgreiðslu-
staðir um
allt land

Landsins mesta úrval sendibíla til útleigu er í Skeifunni 9.
Við bjóðum upp á margar stærðir og gerðir sendibíla á hagstæðum kjörum.
Kynntu þér málið í síma 568-6915 eða á holdur.is

**BÍLALEIGA
AKUREYRAR**
Hóldur

Europcar

Þínar þarfir - okkar þjónusta.



*Darri með Björgvini Páli Gústafs-
syni landsliðsmarkverði í hand-
bolta, en Björgvin er ein helstu
fyrirmynda hans.*

Langar að leika hand- bolta með toppliði í Þýskalandi

**Darri Sigþórsson er 14 ára og leikur
handbolta og fótbolta með 4. flokki**

Darri hefur æft handbolta í tæp 4 ár og hefur alltaf átt heima í Hlíðunum og segir að ekkert annað lið hafi því komið til greina þegar hann byrjaði að æfa íþróttir. **Æfir þú aðrar íþróttagreinar?** „Ég er á fullu í fótboltnum og hef verið síðan ég var 5 ára, að sjálfsögðu hjá Val. Einu sinni tók ég hálfan vetur í frjálsum, en það var of mikið að vera í þremur greinum. Ég legg meiri áherslu á handboltann á veturna og fótboltann á sumrin. Æfingaálagið er samt svipað þó að æfingarnar séu gerólíkar. Ég er líka markmaður í handbolta en útspilari í fótbolta. Það er stefnt á keppnisferð erlendis í báðum í greinunum í sumar svo það verður mikið um að vera við fjárfloflun og þess háttar bæði í handboltnum og fótboltnum.“

Hvers vegna hefur þú að unglingar hætti að æfa íþróttir? „Ég held að flestir hætti vegna þess að þeir missa áhugan og finnst þeim ekki hafa tíma fyrir allar þessar æfingar. Þeir sem eru mikið í íþróttum missa af ýmsu – alltaf spurning um að velja og hafna.“

Hvernig er hópurinn núna í vetur? „Í

handboltnum eru Maksim og Gunnar Ernir að þjálfa okkur og þeir eru frábærir. Næstum allir í liðinu eru á yngri ári og því eigum við á brattann að sækja, liðið er þó að eflast, og búið að vinna nokkra leiki. Markmið okkar er að komast í úrslitakeppnina í vor. Við erum tveir sem höfum æft með U-16 landsliðsæfingahópnum. Það er mikil áskorun að æfa með þeim líka.“

Skemmtileg atvik úr boltanum?

„Skemmilegustu mótin í yngri flokkunum eru nú örugglega túrningarnar sem eru úti á landi. Ég man vel eftir skemmtilegum ferðum til Húsavíkur og Vestmannaeyja. Þegar við vorum á eldra árinu í 6. flokki endaði Íslandsmótið í Eyjum og við náðum silfrinu. Þá var ferðin í fyrri á Húsavík skemmtileg þó að við hefðum ekki náð í verðlaun. Valur fékk sérstakt einbýlishús fyrir sig til að gista í og þar var ótrúlega gaman á milli leikja.“

Hverjar eru fyrirmyndir þínar í handboltnum? „Það eru tveir markmenn í dag sem mér finnst standa upp úr. Björgvin Páll landsliðsmarkmaður Íslands og

leikmaður Magdeburgar og besti markmaður heims Frakkinn Thierry Omeyer.“

Hvað þarf til að ná langt í íþróttum almennt? „Æfa, æfa og æfa og hafa brennandi trú á sjálfum sér. Þannig nær maður langt. Mig langar til að fá betri markmannspjálfun eða tilsögn frá góðum markmönnum, það myndi hjálpa mér að ná lengra.“

Hvers vegna handbolta? „Það var nú eiginlega mamma sem þrýsti á mig að byrja prófa handboltann. Ég var eitthvað tregur fyrst en sé alls ekki eftir því núna.“

Hverjir eru helstu Valsararnir í fjölskyldunni? „Það eru nú ekki margir Valsarar í minni fjölskyldu. Mamma og pabbi fluttu í Hlíðarnar en komu annars staðar frá og flestir fjölskyldumeðlimir búa annars staðar og halda með öðrum liðum. Það eru helst frændur og frænkur sem búa í hverfinu sem eru Valsarar en ég held að enginn þeirra sé frægur/fræg fyrir íþróttaafræk, ætli Örvar í FM Belfast og MÚM sé ekki frægastur ættingja en hann er gallharður Valsari.“

Hvaða hvatningu og stuðning hefur þú fengið frá foreldrum þínum? „Pabbi og mamma hafa alla tíð stutt mig mikið í íþróttunum, allaf er verið skutla og sækja og ég veit að þau hafa verið í foreldraráðum og sinna ýmsum sjálfböðastörfum hjá Val. Auðvitað er það rosalega mikilvægt. Litla systir mín, sem er sex ára veit samt fátt leiðinlegra en að koma og horfa á leiki.“

Hvernig finnst þér að eigi að efla starfið í yngri flokkunum hjá Val í handbolta? „Það verður að fjölga krökkunum, fá sem flesta á æfingar. Mjög fljótlega t.d. strax í 4. flokki verður að koma með sérstakar tækniæfingar fyrir handboltamenn í mismunandi stöðum.“

Hverjir eru þínir framtíðardraumar? „Topplið í Þýskalandi, verða eftir 10 ár annar tveggja aðalmarkmanna landsliðsins eða kominn í enska boltann í fótboltnum.“

Hvað finnst þér mikilvægast að gera til að efla íþróttaliðið hjá Val? „Það eru óteljandi hlutir sem hægt er að gera, t.d. mega þjálfaranir tala meira saman og samræma æfingarnar hjá krökkum sem æfa margar greinar. Af hverju ekki að senda fótbolta- og körfuboltastráka á eina og eina æfingu yfir veturinn í handbolta og öfugt? Það væri hægt að halda mót á milli deilda þar sem keppt er í öllum greinunum og alls konar.“

Hver stofnaði Val og hvenær? „Séra Friðrik 11. maí 1911.“

Vel heppnað 100 ára afmælisgolfmót Vals

Knattspyrnufélagið Valur er með árlega golfmót á Urriðavelli og var það haldið 10. júní að þessu sinni. Mótið er kjörinn vettvangur þar sem Valsmenn hittast og eiga góðan dag saman og skiptir þá ekki máli hvaða íþrótt þeir stunda hjá félaginu að öðru leyti. Í fyrra komust færri að en vildu og var mótið gríðarlega vel heppnað. Það er markmið þeirra sem að golfmóti Vals standa að fá sem flesta Valsmenn í golfmót og taka þennan dag árlega frá og hitta jafnframt félagana í skemmtilegri keppni á golfvöllinum.



1. sæti Anna Björk Birgisdóttir 36 punktar,
2. sæti, Guðrún Kristín Bachmann 35 punktar,
3. sæti, Hjalti Þór Pálmason 34 punktar.

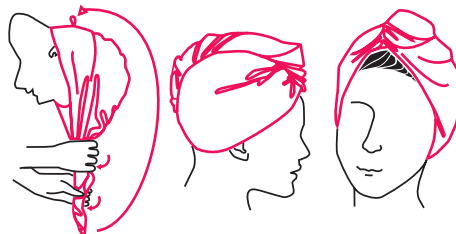
11 Valsstelpur boðaðar á æfingar með U16, U17 og U19 um helgina

Porlákur Árnason landsliðsþjálfari U17 kvenna hefur valið tvo hópa til æfinga um helgina. Í hópi U16 eru tvær Valsstelpur þær Nína Kolbrún Gylfadóttir og Þorgerður Einarsdóttir og þá hafa þær Katla Rún Arnórsdóttir og Lísbet Sigurðardóttir verið valdar til æfinga með U17. Ólafur Þór Guðbjörnsson þjálfari U19 hefur einnig valið hóp til æfinga en Valsstelpurnar í hópnum eru þær Elína Metta Jensen, Hildur Antonsdóttir, Ingunn Haraldsdóttir, Katrín Gylfadóttir, Svava Rós Guðmundsdóttir, Telma Ólafsdóttir og Þórdís María Aikman.

Af www.valur.is



... svo ótrúlega þægileg eftir sturtuna eða baðið!

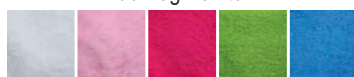


Höfuðhandklæðin frá Sif eru saumuð úr þykkri gæðabómull. Létt og þægileg í notkun og henta jafnt síðu sem stuttu hári og dömum á öllum aldri.

Söluastaðir:
Sundlaugar á höfuðborgarsvæðinu, Sundlaugin í Borgarnesi, Baðhúsið, Lyfjaver, Reykjavíkur Apótek, Apótek Vesturlands, Minja Skólavörðustíg, Femin.is, HB búðin og Apótekarinn Mosfellsbæ.
Lyf og heilsa: Eiðistorgi, JL-húsinu, Kringlunni, Austurvegi, Firðinum Hfj. og Keflavík.

Nánar um Sif höfuðhandklæði á [facebook](https://www.facebook.com)

Fáanleg í 5 litum



hvitt ljós-bleikt dökk-bleikt grænt blátt

Sif

höfuðhandklæði

gsm 660 8860 • elfursif@internet.is



Það kom mér mjög á ávart að vera valinn markmaður ársins

Jón Freyr Eypórsson er 12 ára og leikur fótbolta með 4. flokki

ber ég alltaf mikla virðingu fyrir þjálfurum mínum og hópnum, mér líst frábærlaga á hópinn núna og þjálfarana.“

Segðu frá skemmtilegum atvikum úr boltanum. „Þegar við vorum á Shellmótinu í Vestmannaeyjum 2008. Vorum að spila í ústlitum á móti FH. Leikurinn fór 2-2 og þegar dómari blés í flautuna sagði hann að FH hafi unnið leikinn vegna þess að þeir skoruðu á undan okkur í seinni hálfleik, en við skoruðum fyrsta markið í leiknum. Þetta var bæði það fyndnasta, sorglegasta og skrýtnasta sem ég hef séð.“

Hverjar eru fyrirmyndir þínar í fótboltanum? „Wojciech Tomasz Szczyński og Haraldur Björnsson hafa alltaf verið í miklu uppáhaldi ásamt Jack Wilshere.“

Hvað þarf til að ná langt í íþróttum? „Til að ná langt í fótbolta eða bara öllu þarftu að setja þér markmið, sjálfur hef ég langtímamarkmið og markmið fyrir styttri tíma, hafa viljann, þú getur ekki krafist mikils af þér ef þú hefur ekki viljann, maður þarf að sjálfsgöðu að vera harður við sjálfan sig ekki hætta þó að móti blási.“

Hvers vegna fótbolti? „Fyrst byrjaði ég í knattspyrnu vegna þess að vinir mínir voru allir að spila og drógu mig svo með á æfingu, ég sé ekki eftir því. Einnig spila ég handknattleik. Ég á eftir að gera upp hug minn í hverju ég ætla að halda áfram en helst væri ég til að vera á báðum greinum.“

Stuðningur foreldra, skiptir hann máli? „Stuðningur er ómetanlegur, fyrst þegar ég fór að spila knattspyrnu var einungis stuðningur frá vinum mínum, seinna þegar ég ákvað að ég skyldi æfa knattspyrnu kom stuðningur frá fleirum.“

Hvernig finnst þér að eigi að efla starfið í yngri flokkunum hjá Val? „Mér finnst allt vera hér til staðar til að verða góður knattspyrnumaður, topp þjálfarar og aðstæðurnar frábærar. En alltaf er hægt að gera betur.“

Hverjir eru þínir framtíðardraumar? „Draumurinn er að komast í Arsenal, en það væri auðvitað frábært að spila bara hérna heima.“

Hver stofnaði Val og hvenær? „Knattspyrnufélagið Valur var stofnað 11. maí 1911 af séra Friðriki Friðrikssyni.“

Jón Freyr hefur æft knattspyrnu með Val í 4 ár og hann segir að Valur hafi orðið fyrir valinu vegna nálægðar við heimilið sitt og einnig vegna að þeir séu bestir. Jón hlaut á uppskeruhátíð yngri flokka í knattspyrnu viðurkenningu sem markmaður yngri flokka en þessi viðurkenning var veitt í fyrsta sinn á afmælisárinu. Jón segir að þessi viðurkenning hafi veitt sér mikla ánægju og finnst honum ótrúlegt að hafa fengið þessa viðurkenningu, hún hafi komið honum mjög á óvart.

Hvernig er flokkurinn þinn? „Sumarið í 5. flokki gekk ekki sem skyldi, og margir hlutir sem við hefðum mátt gera betur sem lið. En núna skiptir það engu máli vegna þad er búið og gert. Sjálfur

Valsmenn hf. óska öllum Valsmönnum nær og fjær gleðilegra jóla og farsældar á komandi ári með þökk fyrir samstarfið á árinu sem er að líða

Eftirminnileg æfingaferð 3. flokks karla í handknattleik til Danmerkur

Miðvikudaginn 9. ágúst lögðu af stað 10 strákar úr 3. flokki ásamt þjálfurum í æfingaferð til Kaupmannahafnar. Mæting var klukkan 05:45 að Hlíðarenda og stuttu seinna hófst þessi mikla svaðilför. Flugíð til Kaupmannahafnar gekk vel fyrir utan örlitla bið á flugvöllinum þar sem Maksim þjálfari var sakaður um ólöglegt vopnahald. Við lendingu vakti flugstjórinn mikla lukku þegar hann spilaði lagið „All of the lights“ með Kanye West en meirihluti vélarinnar var einmitt á leiðinni á tónleika með honum.

Frábær aðstaða í Gladaxe

Gist var á íþróttahosteli í Gladsaxe en þar var allt til alls, fótboltavellir, handbolta-hallir, strandvelli og sundhöll svo að strákarnir höfðu nóg að gera. Fyrsti dagurinn fór í að pakka upp dótinu svo var kíkt á æfingu þar sem Heimur þjálfari tók óvænt fram skóna. Daginn eftir var svo farið beinustu leið á Strikið. Þar var farið á McDonalds þar sem Valdimar Grímur var ekki lengi að láta henda sér út fyrir skjalafals. Strætóferðirnar voru einstaklega þægilegar enda allir strákarnir með kort sem átti að duga út ferðina nema Valdimar Grímur sem týndi því strax á degi 2.

Æfingaleikirnir töpuðust naumlega

Spilaðir voru þrír æfingaleikir við FIF, HIK og Ajax en þeir töpuðust allir naumlega enda voru þetta 3 af 5 bestu liðum Danmerkur. Helsti munurinn á dönsku liðunum og okkur var sá að þeir höfðu líkamlega yfirburði yfir okkur, bæði stærð og styrk. Við komum hins vegar sterkir inn hvað varðar tækni. Leikurinn við Ajax var spilaður á heimavelli þeirra en við

hliðina á höllinni var stærðarinnar fangelsi. Í höllinni var jakkanum hans Heimis stolið en hann fannst stuttu seinna fyrir utan höllina uppi á ruslagámi.

Margt sér til gamans gert

Á milli leikja og æfinga var svo oftast farið í sund eða á Strikið. Í sundhöllinni var stökkpallur þar sem Egill sýndi gamalkunna fimleikatakta. Það var svo farið á Strikið þar sem búðirnar voru teknar rækilega í gegn. Maksim fór þar fremstur í flokki og á tímabili fóru menn að halda að Kalli Berndsen hafi tekið sér bólfestu í líkama hans. Agnar Smári vakti svo mikla athygli á Ráðhústorginu þegar hann ástríðufullan dans við einn af úti-gangsmönnum Kaupmannahafnar.

Á tónleikum með Kanye West

Hluti af hópnum fór síðan á Kanye West tónleikana sem haldnir voru í Tivoli. Þar hittu strákarnir nokkra leikmenn AG

Handbold þar á meðal Mikkel Hansen. Daginn eftir tónleikana var svo farið í Tivolíð þar sem Sigvaldi lenti í því leiðindaatviki að kasta upp á ókunnugan mann í rússíbananum. Síðasta daginn var svo farið í skemmtigarðinn Bakken, það var fyluferð þar sem það rigndi látlaust allan tímann.

Morguninn eftir sló Maksim síðan heimsmet í 100 metra spretthlaupi þegar hann þeyttist niður Strikið rétt áður en búðirnar lokuðu. Þar með var þessi frábæra ferð á enda. Ferðir sem þessar þjappa hópnum alltaf vel saman sem er sérstaklega gott svona rétt fyrir mót. Æfingaferðir af þessu tagi eru rosalega skemmtilegar. Við höfum þrisvar sinnum farið á Partille Cup svo það var gott að breyta aðeins til núna. Einnig var gott að byrja að æfa aðeins fyrr til að vera í góðu standi fyrir tímabilið.

*Valskveðja,
Alex, Baldvin og Valdi skráðu*





Með rétta hugarfarinu getur maður allt sem maður ætlar sér og meira til

Marta Kristín Friðriksdóttir er 15 ára og leikur handbolta með 3. og 4. flokki

Marta hefur æft handbolta með Val frá því að hún byrjaði að æfa handbolta haustið 2003. Hún segir að Valur hafi komið með kynningu í skólann sinn og eftir það langaði hana að prófa að æfa með vinkonum mínum og þá varð ekki aftur snúið. Nú er hún fyrirliði í 4. flokki og spilar einnig með 3. flokki og finnst æðislegt að fá að spila svona mikið.

Hefur þú æft aðrar íþróttgreinar? „Ég hef, frá því ég man eftir mér verið í íþróttum, var í frjálsum íþróttum, listdans í skautum, fimleikum og ballett. En komst að því að mér finnst miklu skemmtilegra að stunda hópíþróttir. Handbolta varð fyrir valinu þegar ég og fjórar bekkjarsystur mínar ákváðum, haustið 2003 að fara á handboltaæfingu hjá Val. Þetta eru enn þá bestu vinkonur mínar og erum við allar enn að æfa handbolta hjá Val.“

Af hverju heldur þú að krakkar hætti í íþróttum? „Ég held að unglingar missi metnað og séu almennt latir. Hætti að nenna á æfingar því það er auðvaldara að hanga í tölvunni heima.“

Hvernig gengur í vetur? „Það er mikið af nýliðum í 3. flokki í vetur, við erum fyrst núna að nálgast það að spila eins og lið og er þetta allt á réttri leið. 4. flokkur samanstendur af skvísimum sem spila eins og lið og eru allar þar mjög efnilegar.“

Skemmtilegt atvika úr boltanum? „Ég get ekki gert upp á milli ferða eða atvika með bestu vinkonum mínum en þó er eitt

af skemmtilegri nýliðnum atvikum sem gerðist úti á Ítalíu síðastliðið sumar. Þegar við gáfum Kalla þjálfaranum okkar hárkollu fyrir síðasta leikinn í íslensku fánalitunum til að verjast sólinni.“

Fyrirmyndir í íþróttum? „Það yrði KLIKKAD að verða jafngóð og Anja Andersen. En .. Hrabba og Fúsi eru ofarlega á blaði hjá mér því þau hafa bæði þjálfað mig. Fyrir utan þau eru það Anna Úrsúla og að sjálfsgöðu Óli Stef og Snorri Steinn.“

Hvað þarf til að ná langt í íþróttum? „Það er hugarfarið sem skiptir langmestu máli þegar þú vilt ná árangri. Með rétta hugarfarinu getur maður allt sem maður ætlar sér og meira til. Það er alltaf hægt að bæta sig í öllu – en helst þarf ég að vinna í því þessar vikurnar að bæta fótavinnuna.“

Hvað einkennir góðan þjálfara? „Góður þjálfari er að mínu mati einhver sem þjálfar liðið sem heild – en bendir jafnframt hverjum einstaklingi liðsins á það hvernig viðkomandi geti bætt sig. Kalli og Hrabba mynda frábært teymi í 3. flokki og Gussi og Kalli eru ekkert síðri þjálfarar í 4. flokki.“

Stuðningur fjölskyldu? „Stuðningur mömmu og pabba er ómetanlegur, þau hafa verið virk í foreldrastarfinu og nær oftast komið með í ferðir flokksins. Mamma hefur líka horft á eiginlega alla leikina mína – bara alveg frá upphafi.“

Hvernig finnst þér að eigi að efla starfið í yngri flokkunum hjá Val? „Mér finnst að það eigi að halda áfram, og jafnvel efla kynningar í grunnskólum sérstaklega á yngri árum. Því ef það næst að mynda góðan og sterkan hóp í yngri flokkum eru meiri líkur á því að hópurnar haldi áfram, eins og í mínu tilviki.“

Markmið þín í íþróttum? „Að sjálfsgöðu stefni ég hátt í handboltanum, en þar sem ég geri mér jafnframt grein fyrir því að ég mun líklegast ekki geta lifað á því í framtíðinni að spila handbolta þá sé ég mig eftir 10 ár í háskólanámi að sérhæfa mig í kjarn- eða stjarnæðlisfræði og vonandi munum við allar vinkonurnar ennþá spila handbolta með Val og vera á leiðinni með íslenska landsliðinu á Ólympíuleikana.“

Hvað þarf til að efla Val? „Það mikilvægasta er klárlega að halda í yngstu iðkendurnar, því framtíð Vals byggir á ástundun þeirra. Ef Valur heldur ekki í iðkendur yngri flokka þá þarf félagið að eyða peningum í það að kaupa leikmenn frá öðrum liðum og jafnvel erlendis frá. Til að bæta tengsl milli deilda er hægt að halda sameiginlegar skemmtanir, eins og Valsballið síðasta vor sem heppnaðist mjög vel.“

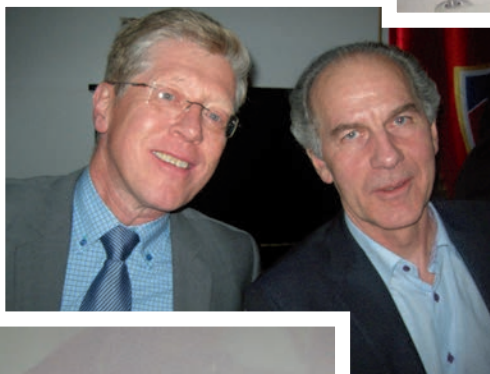
Hver stofnaði Val? „Heyrðu það var hann Friðrik Friðrikson sem stofnaði Val 11. maí 1911.“

Eftirminnilegt herrakvöld Vals á afmælisárinu og frábær stemning

Herrakvöld Vals er fastur liður í félagsstarfinu fyrsta föstudagskvöld í nóvember og er fyrir löngu búið að festa sig í sessi. Halldór Einarsson (Henson) hefur frá upphafi komið að undirbúningi og framkvæmd herrakvöldanna og sagt er að hann sé upphafsmaður að herrakvöldum Íþróttafélaga hér á landi. Ákveðinn kjarni Valsmanna mætir alltaf á herrakvöldin en alltaf sjást einhverjir nýir Valsmenn á öllum aldri sem skemmta sér konunglega. Gerður var mjög góður rómur af glæsilegu steikarhlaðborði sem var að vanda frá Múlakaffi. Þorsteinn Guðmundsson var veislustjóri kvöldsins og rifjaði hann m.a. upp feril sinn í yngri flokkum Vals, en hann sagðist ekki eiga glæstan íþróttuferil að baki. Einnig voru ýmis hefðbundin skemmtiatriði og Stefán Hilmarrson tók lagið við mikla lukku að vanda. Á herrakvöldinu afhenti Hörður Gunnarsson formaður Vals Hermanní Gunnarssyni Valsorðuna en Hemmi var fjarverandi á 100 ára afmælinu þegar viðurkenningar voru veittar fyrir störf í þágu félagsins. Hemmi flutti ávarp við þetta tækifæri og brýndi alla Valsmenn að standa saman um fjölbreytt starf félagsins og hvatti menn til dáða. Að öðrum ólöstuðum þá sló Guðni Ágústsson fyrrverandi ráðherra í gegn á herrakvöldinu en hann fór algjörlega á kostum sem ræðumaður kvöldsins og kútveltust menn um af hlátri. Mikill ræðusnillingur og orðheppinn með eindemum.

Stelpurnar í meistaraflokki kvenna í handknattleik voru með happdrætti í fjáröflunarskyni og voru með ýmsa veg-

lega og skemmtilega vinninga í tilefni kvöldsins og sáu þær einnig um afgreiðslu á barnum með miklum sóma. Hápunktur kvöldsins var þegar Valsmenn tóku lagið saman, *Valsmenn létir í lund* svo að undir tók í Valsheimilinu og vitaskuld tók Henson síðan þeirri áskorun að syngja 18 rauðar rósir við mikinn fögnuð gesta. Aðspurður var Henson mjög ánægður með herrakvöldið sem hann telur afar mikilvægan hlekk í fjölbreyttu félagsstarfi Valsmanna og sé góður vettvangur til að gleðjast saman eina kvöldstund, rifja upp gamlar minningar og brúa jafnframt kyslóðabilið. Meðfylgjandi myndir segja meira en 1000 orð og síðan er bara að bíða eftir næsta herrakvöldi að ári. Ljósmyndir: Guðni Olgeirsson.









Jóhannes Bergsteinsson

fæddur 3. janúar 1912
dáinn 10. desember 2010

Kveðja frá Knattspyrnufélaginu Val

Með Jóhannesi Bergsteinssyni heiðursfélaga í Val er einn af mætustu sonum félagsins fallinn frá. Frá því að Valur var stofnaður fyrir hart nær öld hafa heiðursfélagar í Val verið ellefu en með Jóhannesi eru þeir nú allir fallnir frá. Að hlotnast nafnbótin „heiðursfélagi“ er ædsta viðurkenning sem einstaklingi hlotnast innan félagsins og þá nafnbót bera aðeins þeir félagar okkar sem með óeigingjörnu starfi hafa lagt gjörfa hönd að uppbyggingu félagsins. Jóhannes var jafnaldri Vals og samleiðin því löng og farsæl jafnt innan vallar sem utan. Þegar saga Vals er skoðuð kemur nafn Jóhannesar oft upp og þá í tengslum við góða sigra og gjöfult starf fyrir félagið. Jóhannes lék sinn fyrsta meistaraflokksleik árið 1929, þá 17 ára. Hann þótti leikinn og útsjónarsamur og varð sjö sinnum Íslandsmeistari á ferli sínum. Væntanlega er eftirminnilegasti titillinn sá fyrsti sem Valur vann í meistaraflokki, en það var árið 1930 og skoraði Jóhannes bæði mörk Vals í 2:1 sigri á KR. Með þessum sigri rættist langþráður draumur Valsmanna. Jón Sigurðsson, þá formaður Vals, lýsti stundinni síðar: „... minnisstætt verður mér sigurmarkið, sem Jóhannes skoraði, ekki aðeins fyrir það að það gerði út um leikinn, heldur af því hve snilldarlega það var gert. Hann fékk langa sendingu frá hægri kanti fram og inn undir vítateiginn. Jóhannes sér hvar knötturinn muni koma niður, hleypur þangað í áttina að marki KR og áður en knötturinn snertir völlinn, fleytir Jóhannes honum viðstöðulaust með fastri spyru inn í netið.“

Valsmaður í hundrað ár

Lag og texti Hjörtur Vigfússon

Sólin rís yfir Hlíðarenda
Íþróttir heilla hal og sprund
Í körfu og marknet boltar lenda
Keppnisskap en létt þó lund

Valsmenn skora ófá mörkin,
að sigra leik er okkur tamt
Gleðigjafar, köst og spörkin
og mótlætinu mætum jafnt

Valsmaður í hundrað ár

Liðið mitt rautt, hvítt og blátt

Valsmaður í hundrað ár

Í gegnum söguna við fljúgum hátt

Hundrað titla lið, liðin er sú bið

Valsmaður í hundrað ár

Með kvöldsins kyrrð, ró yfir færast
Dag fyrir dag, árin líða hjá
Á hverjum degi eitthvað gagnlegt lærist
Sem nota í daglegt amstur má

Ótrúleg er okkar saga
Á næsta hundrað titla tel
Með von í brjósti alla daga
Kynslóðabil við brúum vel

Valsmaður í hundrað ár

Valsmaður í hundrað ár

Í mörg ár lét Jóhannes að sér kveða, jafnt innan vallar sem utan. Hann kom víða við sögu og m.a. var hann í fyrstu landsliðsnefnd Íslands í knattspyrnu. Jóhannes lagði hart að sér og uppskar eftir því, Hann var atorkumaður og hafði mikinn metnað. Jóhannes var í forystusveit þeirra sem stóðu að kaupnum á félagssvæði Vals að Hlíðarenda. Hann var óþreytandi elju- og athafnamaður á félagssvæði Vals og sá m.a. um múrverk þegar gamla íþróttahúsið að Hlíðarenda var byggt.

Nafn Jóhannesar Bergsteinssonar heiðursfélaga í Val er skráð með gyltum stöfum í sögu félagsins. Guð blessi minningu einstaklega góðs félaga. Valsmenn votta aðstandendum Jóhannesar innilegrar samúðar um leið og við þökkum fyrir áratuga langa farsæla vegferð að Hlíðarenda.

*f.h. Knattspyrnufélagsins Vals
Hörður Gunnarsson formaður*



Inga Jóhanna Birgisdóttir

fædd 17. júní 1979
dáin 1. júní 2011

Við kynntumst á í handboltanum í Val. Vorum þá á unglingsaldri og allir vegir færir. Og smullum saman, innan vallar sem utan. Um tvítugsaldur mynduðum við saumaklúbbinn okkar sem hefur bundið okkur svo sterkum vináttuböndum allar götur síðar. En í sumar slitnaði hlekkur í keðjunni; í sumar kvaddi Inga Birgisdóttir hópinn og þessa jarðvist efir erfið veikindi. Hennar verður sárt saknað. Orð verða lítilvæg. Inga er önnur í hópnum góða sem kveður þetta líf. – Það var árið 1979 sem Kristjana Magnúsdóttir lést aðeins 25 ára að aldri. Krissa, eins og hún var jafnan kölluð var mikill Valsari og líka ein af þeim er stofnuðu knattspyrnudeild kvenna í Breiðabliki.

Minningarnar eru ótal margar og svo óendanlega skemmtilegar allar götur frá handboltaárunum okkar til dagsins í dag. Og á engan er hallað þó við fullyrðum að stærstan þátt átti Inga okkar í flestu því skemmtilegasta sem við nú minnumst. Hún var einstök sál, falleg að utan sem innan, alltaf að gefa af sér, gleðja aðra, hvort heldur sem var með yndislegu viðmóti eða einstökum hómur, innan vallar sem utan, svo mikill gleðigjafi hvar sem hún fór.

Við minnumst allra utanlandsferðanna okkar saman. Fyrst í keppnisferðum með Val, en Inga stóð vaktina í markinu og með slíkum árangri að hún var kornung valin í unglingslandslíði. Síðar áttum við eftir að eiga saman ógleymanlegar ferðir vítt og breitt um heim og höf. Alltaf var Inga okkar hrókur alls fagnaðar með öllum þeim ótrúlegu uppátækjum sem henni einni var svo lagið að finna upp. Stríddi okkur linnulítið, leiddi okkur í allskyns

gildir, gerði gys að sjálfri sér og okkur og hló svo manna mest.

Saman höfum við farið í gegnum sorgir og gleði þessa lífs. Alltaf hefur hún verið okkur hinum stuðningur, alltaf boðin og búin að að hjálpa, oft með litlar gjafir í farteskinu sem glöddu, sífellt með annarra hag að leiðarljósi. Inga kunni svo vel að finna til með öðrum og átti einhvern veginn alltaf réttu orðin. Hún var ómissandi bæði á gleði- og sorgarstundum. Hún hafði svo ríkan skilning á líðan annarra að engu líkara var en hún hefði sjálf reynt allar heimsins raunir. Hún var heimsins besta mamma og amma. Þess hafa Ásdís og Úlli börnin hennar notið svo ríkulega eins og litlu ömmustrákarnir, Viktor Matti og Bjössi. Inga lagði mikið uppúr því að vera vel til höfð. Hún var einstaklega falleg kona sem elskaði að klæða sig fallega. Smekkurinn gat verið í dýrari kantinum og þá sjaldan hún festi kaup á merkjavöru, skyldi ekki fara fram hjá neinum hvað stæði á innkaupapokanum, sem helst þurfti að vera úr þykkum glanspappa. Svo hló hún að hégómanum í sjálfri sér.

Þrátt fyrir MS-sjúkdóminn sem hrjáði Ingu árum saman lifði hún lífinu lifandi. Lét fátt aftra sér frá að taka þátt í lífsins glaumi. Hún gerði lítið úr líðan sinni, hafði meiri áhyggjur af okkur hinum.

Inga var aðeins 17 ára þegar hún fór fyrst að finna fyrir einkennum sjúkdómsins. Lengi vel kenndi hún boltanum um... „æi ég er búin að fá boltann svo oft í mig, ég hlýt að vera svona dofin í fætinum vegna þess“... Þessu hélt hún fram með okkar stuðningi þar til að einkennin fóru að gera frekar vart við sig og eftir miklar rannsóknir greindist hún með MS-sjúkdóminn þá aðeins um tvítugt. Þá var sjálfhætt í handboltanum þó svo að hún eins og margar okkar hinna hafði hætt eiginlegri keppni. Á þessum árum þótti edlilegt að hætta í handbolta og öðrum íþróttum á unga aldri. Inga, ásamt mörgum okkar hélt þó áfram að æfa og keppti með „old girls“. Þetta breytti hins vegar engu um íþróttáhugann og alla tíð fylgdist Inga með gengi sinna manna og kvenna. Valur var hennar félag í öllum íþróttagreinum þó svo að hún og nokkrar okkar sem vorum á svipuðum aldri kæmum úr „Víkingshverfinu“. Eins og margir Valsarar vita átti félagið okkar hauka í horni þar sem Kristín og Árni Njálsvoru. Þau kenndu við Réttarholtsskóla og „sigtuðu“ út efni- legustu handboltakrakkana og plötuðu þau yfir í Val. Þetta er opinbert leyndarmál sem við Valsmenn erum fúsir að viðurkenna og Víkingar hafa löngu fyrirgefið okkur og þeim ágætu hjónum.

Það er huggun harmi gegn að Inga skuli

hafa átt jafn góða og skemmtilega æsku sem fyrst og fremst mótaðist af íþróttáhuganum og félagslífinu í kringum handboltann. Og ekki skemmdi fyrir að hún ásamt okkur skipuðum helsta gullaldarlið kvennaboltans á þeim árum. Fjölmarginir titlar unnust bæði á Íslandsmótum og öðrum minni mótum. Inga átti gríðarmikinn þátt í velgenginni, því hún var einfaldlega einn albesti markvörður þess tíma þó kornung væri. Á handboltaárunum eignaðist hún fjölda vina og við jarðarför hennar mátti greina fjölmörg gamulkunn andlit úr Valsheimilinu frá árunum góðu og gjöfulu. Og Valsfáninn á altarinu bar merki þess að félagið átti henni mikið að þakka og hún því.

Inga átti því láni að fagna að vera í hjónabandi með Halldóri Úlfarsyni og eignuðust þau tvö heilbrigð og yndisleg börn sem komin eru á fullloðinsár. Við vinkonurnar vorum rólegar og höfðum ekki áhyggjur af Ingu okkar vitandi af

henni í yndislegu skjóli Dóra sem bar hana á höndum sér og vel mátti sjá í veikindum hennar síðustu tvo mánuði lífs hennar hversu kær hann var henni jafnt og börnin hennar.

*Þegar raunir þjaka mig
þróttur andans dvínar
þegar ég á aðeins þig
einn með sorgir mínar.*

*Gef mér kærleik, gef mér trú,
gef mér skilning hér og nú,
Ljúfi drottinn lýstu mér
svo lífsins veg ég finni,
Láttu ætíð ljós frá þér
ljóma í sálu minni.*

(Gísli frá Uppsölum)

Elsku vinum okkar, Dóra, Ásdís, Úlla, Birgi föður Ingu og öðrum ástvinum Ingu biðjum við blessunar Guðs og að trúin á ljósið og allt hið góða verði ykkur styrkur til að halda áfram.

Valsmenn, jafnan léttir í lundu, drjúpa nú höfði og kveðja góðan féлага.

Nú kveðjum við elskuna okkar, gleðigjafann okkar, hinstu kveðju með sömu orðum og hún kvaddi okkur ætíð; við elskum þig.

*Jóna, Hilla, Odda, Hrefna, Sibba og
Jóna Dóra (VALS-Saumaklúbburinn)*

Átta strákar í æfingahópum U18 og U20 í handbolta

Heimir Ríkharðsson hefur valið æfingahóp fyrir U18 ára landslið karla sem mun æfa um næstu helgi en í hópnum eru fjórir Valsmenn. Þeir eru Aron Hauksson, Daði Gautason, Gunnar Malmquist og Valdimar Sigurðsson. Þá hefur Geir Sveinsson þjálfari U20 ára landsliðs karla valið 22 manna æfingahóp en úr honum verður valinn 16 manna hópur sem fer á Opna Norðurlandamótið í Noregi um næstu helgi. Í hópnum eru þeir Agnar Smári Jónsson, Arnar Daði Arnarsson, Bjartur Guðmundsson og Sigurður Ingiberg Ólafsson.

Grace í æfingahópi U16 í handbolta

Díana Guðjónsdóttir og Unnur Sigmarsdóttir landsliðsþjálfarar U16 í handbolta hafa valið hóp til æfinga á milli jóla og nýárs. Einn leikmaður Vals er í æfingahópnum, Grace Porkelsdóttir.

Ingólfur Sig í U19

Kristinn Rúnar Jónsson landsliðsþjálfari U19 landsliðs karla hefur valið landslið til þátttöku í undankeppni Evrópumótsins á Kýpur. Í hópnum er Ingólfur Sigurðsson leikmaður Vals.

Af www.valur.is



Vel heppnaður nýjársgagnaður meistaraflokks kvenna í knattspyrnu





Nýársfagnaður Vals var haldinn í byrjun janúar sl. og mættu fjölmargir á svæðið og skemmtu sér konunglega. Að þessu sinni sá meistaraflokkur kvenna í knattspyrnu um skipulag og framkvæmd en samkoman var liður í fjáröflun flokksins. Í boði voru vegleg skemtiatriði, pinnamatur, snittur og sushi. Hemmi Gunn var heiðursgestur, Ingó Veðurguð tók lagið við góðar undirtektir, Jóhann Kristinsson úr Mið-Ísland var með skemmtilegt uppistand, Berglind Magnúsdóttir stórsöngkona tók lagið og Ásmundur Haraldsson fyrrum handboltahetja í Val fór með gamanmál. Ýmsir fleiri snillingar mættu á svæðið og héldu uppi stuðinu og margir góðir gestir mættu, m.a. nýkrýndur íþróttamaður ársins 2010, Alexander Pettersen. Myndir segja meira en 1000 orð og sýna vel stemninguna. Svo er bara að mæta á næsta nýársfagnað. Myndir tók Guðni Olgeirsson.



Skemmtilegur fjölskylduleikur í getraunum

Getraunaleikurinn vinsæli getraunaleikur Vals og 66°NORÐUR hefur nú göngu sína þriðja árið í röð. Þetta er stórskemmtilegur fjölskylduleikur sem allir geta tekið þátt í. Undafarinn ár hafa um 100 skemmtilegir Valsarar verið með, komið saman yfir kaffi og sætabraudi á laugardagsmorgnum spjallað við góða félagi og tekið þátt í virku félagsstarfi. Leikurinn er þannig uppbyggður að þátttakendur greiða 2.500 kr á mann og eru 2 saman í liði. Liðunum er síðan raðað upp í riðla og er keppt í 8 vikur í riðlum. Síð-

an er liðunum skipt upp í tvær deildir eftir árangri þar sem keppt er í 4 vikur um fram- og afturrúðubikarinn (sem er reyndar fatnaður frá 66°NORÐUR) og að sjálfsögðu heiðurstílinn HAUSTLEIKSMEISTARINN.

Það er ástæða til að nefna að þetta er eingöngu innanfélagsleikur, þ.e.a.s það þarf enginn að leggja pening undir hjá Íslenskum getraunum sem ekki kýs svo.

Innifalið í þáttökugjaldi í leiknum er dögurður sem haldinn er einu sinni í hverri keppni auk veglegs lokahófs þar



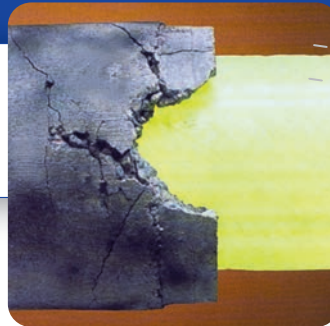
sem verðlaunahafar eru heiðraðir og þátttakendur gera vel við sig í mat og drykk.

Getraunanefndin (frétt tekin af valur.is)

BLÁSUM LÍFI Í GAMLAR LAGNIR!

VANDAMÁLID

Stifflur, leki og hrun eldri lagna geta valdið losun mengandi efna sem eru skaðleg fyrir bæði menn og náttúru.



LAUSNIN

Lögnin er endurnýjuð án þess að þurfi að grafa:

- endingargóð lausn
- minni fyrirhöfn
- lægri kostnaður!

ARALÖNG
REYNSLA
VÖNDUÐ
ÞJÓNUSTA
GOTT VERÐ

Viðgerðir

Viðhald

Nýlagnir

Breytingar

Snjóbræðslukerfi

Ofnkranaskipti

Heilfóðrun

Partfóðrun

Greinafóðrun

Lagnaskipti

Drenlagnir

... og öll almenn pípu lagningaþjónusta

Þjargaðu verðmætum!

Komdu í veg fyrir eyðileggingu af völdum skemmdra lagna með miklum tilheyrandi endurbótum og viðgerðarkostnaði.

Metum ástand lagna

Við endurnýjum lagnirnar innanfrá með háþróaðri tækni sem tryggir endingu og lágmarks rask. Fáðu okkur til þess að mynda lagnirnar og við metum kostnaðinn ef viðgerða er þörf.

Einstaklingar og sveitarfélög

Þjódum heildarlausnir fyrir einstaklinga jafnt sem sveitarfélög. Þú færð tilboð og við fóðrum og skiptum um lagnir eftir því sem hagkvæmast þykir hverju sinni.

Ástandsskoðun og viðhald sem margborgar sig!

GGLAGNIR
PÍPULAGNINGAÞJÓNUSTA
www.gglagnir.is

Of lítil áhersla á yngri flokkana undanfarin ár

Kolbeinn Kárason er tvítugur og leikur fótbolta með meistaraflokki

Nám: Hef verið að sýsla í MH undanfarin ár.

Kærasta: Auður Harpa.

Hvað ætlar þú að verða: Fótboltakall.

Af hverju Valur: Ég er alinn upp í hverfinu.

Hjá hvaða liðum hefur þú verið í fótbolta: Hef alltaf verið í Val fyrir utan stutt stopp í HK og hjá Tindastóli á láni.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum: Þau hafa stutt mig með því að mæta á leiki og hafa hvatt mig áfram.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni: Ég.

Hvað gætir þú aldrei hugsað þér að verða: Kr-ingur eða stelpa.

Stjórnuspá þín fyrir næsta ár: Hún er örugglega frábær.

Af hverju fótbolta: Ég prófaði nokkrar „bumbu-íþróttir“ og áttaði mig á að fótboltinn var yfirburðar dæmi.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Íslandsmeistari í hnefaleikum 2010.

Eftirminnilegast úr boltanum: Fyrsti leikurinn með meistaraflokki.

Eftirminnilegast frá 100 ára afmælisári Vals: Því miður 0-1 tapið á móti ÍBV á afmælisdaginn.

Markmið fyrir næsta tímabil: Skora mörk og vinna leiki.

Hvernig líst þér á hópinn í meistaraflokki núna: Við erum frekar fálíðaðir akkúrat núna en mér líst mjög vel á þá sem nú eru til staðar.

Besti stuðningsmaðurinn: Húsvörðurinn, vallarþulurinn og goðsögnin Einar Gunnarsson

Skemmtilegustu mistök: Sjálfsmark á Shell-mótinu í Eyjum þegar ég skaut boltanum upp í vindinn og hann fauk í okkar mark.

Erfiðustu samherjarnir: Haukur Páll er erfiður innan vallar sem utan.

Erfiðustu mótherjarnir: Edvard Börkur og félagar hans í Tindastóli undir stjórn Donna.

Eftirminnilegasti þjálfarinn: Magni Fannberg sem þjálfaði okkur í 3. flokki.

Mesta prakkarastrik: Í æfingabúðum í Vogum á Vatnsleysuströnd með handboltanum hlupum við allir naktir um hverfið þar til einhver hringdi á lögguna.

Fyndnasta atvik: Mörg fyndin atvik, eftirminnilegast þegar Jóhannes Sæmundur Guðbjörnsson knattspyrnuþjálfari og fagmaður óð inn á miðjan völlinn í bræðiskasti á Norway cup og öskraði á dómarnann „DOMMER, DET ER STRAFFE-SPARK“

Stærsta stundin: Þegar ég fæddist.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val: Katrín Gylfadóttir er flottur spilari en er fyrst og fremst athyglisverð vegna þess hversu áhugaverður kærastinn hennar, hann Atli Már Báruson, er.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val: Atli Már Báruson handboltamaður er virkilega áhugaverður kappi og það er klárlega þess virði að kynna sér þennan ótrúlega leikmann.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val: Ágætlega, margir leikmenn sem lofa góðu.

Fleygustu orð: „If you are first you are first. If you are second you are nothing“, Bill Shankly.

Mottó: Hakuna matata.

Við hvaða aðstæður líður þér best: Slakur í pottinum eftir sigur á heimavelli.

Hvaða setningu notarðu oftast: Hvað er í matinn?



Hvað er það fallegasta sem hefur verið sagt við þig: Að ég sé fánalega myndarlegur.

Fullkomið laugardagskvöld: Í sumar-bústað með góðu fólki.

Fyrirmynd þín í fótbolta: Robbie Fowler og Rivaldo voru alltaf í upphaldi.

Draumur um atvinnumennsku í fótbolta: Það er draumurinn að gera ekkert annað en að spila fótbolta.

Landsliðsdraumar þínir: Já, það væri draumur að spila fyrir Ísland, vonandi geri ég það einhvern tíma.

Besti söngvari: Sigurjón Kjartansson.

Besta hljómsveit: Skálmöld.

Besta bíómynd: Djóflaeyjan.

Besta bók: Englar alheimsins.

Besta lag: Dust in the wind.

Uppáhaldsvefsíðan: YouTube.

Uppáhaldsfélag í enska boltanum: Liverpool.

Eftir hverju sérðu mest: Engu, en ég sé eftir Jóni Vilhelmi.

Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Ef ég hefði einhverja seðla til að nota myndi ég byggja gervigrashöll.

Af hverju heldur þú að fáir leikmenn komi upp í meistaraflokk karla úr yngri flokkum Vals undanfarin ár: Of lítil áhersla á yngri flokkana undanfarin ár.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda: Hún er frábær, líklega sú besta á landinu.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Vil sjá sem flesta uppaldar Valsara í öllum íþróttagreinum félagsins og að Lollastúku verði breytt í Kollastúku.



Á eigin forsendum

Benedikt Blöndal er 18 ára og leikur körfubolta með drengjaflokki og meistaraflokki

Nám: Er á þriðja ári í Menntaskólanum í Reykjavík.

Kærasta: Nei. En mamma bíður og vonar.

Hvað ætlar þú að verða: Ætla að fara í háskóla eftir að ég er búinn með menntaskólann en er ekkert búinn að hugsa þetta neitt lengra en það.

Af hverju Valur? Pabbi er Valsari og ég byrjaði að fara á völinn með honum þegar ég var í leikskóla. Svo bý ég líka í hverfinu.

Hjá hvaða liðum hefur þú verið í körfubolta: Byrjaði að æfa 10 ára og hef æft með Val síðan.

Frægur Valsari í fjölskyldunni: Ekkert minna nánustu ættmenna er frægur Valsari. Pabbi hefur reyndar verið í stjórn og formaður körfunnar í áraradír.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfunni: Þau hafa veitt mér ómetanlegan stuðning. Ég held að pabbi hafi mætt á nánast alla leiki sem ég hef spilað. Ég hef líka tvisvar farið til útlanda með körfunni og í bæði skiptin hefur pabbi farið með sem fararstjóri.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni: Kallinn.

Hvað gætir þú aldrei hugsað þér að verða: Slæm fyrirmynd.

Stjörnuspa þín fyrir næsta ár: Ég trúi ekki á stjörnuspár.

Af hverju körfubolti: Ég hef prófað að æfa bæði fótbolta og handbolta en mér fannst körfuboltinn einfaldlega skemmtilegastur.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Keppti á móti Porto í fótbolta í flokki 10 ára og yngri með liðinu Itziger Bloweiss í Luxembourg, töpuðum reyndar 4-1. Keppti líka á Ólympíuleikum í stærðfræði síðasta sumar.

Eftirminnilegast úr boltanum: Fjórfram-

lengdur leikur í drengjaflokki á móti KFÍ fyrir tveimur árum. Ég var reyndar enn í 11. flokki, við vorum bara 8 sem spiluðum í leiknum. Unnum að sjálfsögðu.

Eftirminnilegast frá 100 ára afmælisári Vals: Fyrir mig var það að vera hluti af liðinu í meistaraflokki sem vann úrslitakeppnina í 1. deild og tryggði Val sæti í úrvalsdeildinni.

Ein setning eftir síðasta tímabil: Eitt orð nægir, úrvalsdeild.

Hvernig gengur í vetur: Gæti gengið betur en tímabilið er ekki búið.

Besti stuðningsmaðurinn: Pabbi og líka Edwin.

Skemmtilegustu mistök: Þegar Sæbi lét mig, 13 ára, þjálfari einu ári eldri strákana í Val í leik. Mér mistókst algerlega að fá þá til að hlusta á mig. Á þeim tíma var ég líklega um 25 sentímetrum minni en þeir allir.

Erfiðustu samherjarnir: Það er alla veganna auðveldast að eiga við Berg Ást-ráðsson.

Mesta prakkarastrik: Maður þorir ekki að gera nein prakkarastrik hjá Gústa.

Fyndnasta atvik: Þegar ég „braust“ inn í Valsheimilið þegar ég var í 10. flokki. Ég var mættur niðri Val kl. 6:45 á fimmtudagsmorgni til að fara á morgunæfingu. Rob Newson sem var að þjálfari mig, opnaði vanalega dyrnar á gamla salnum til að ég kæmist inn. Hún var læst og í staðinn fyrir að hringja í hann prófaði ég allar dyrnar þangað til að ég fann opnar dyr. Þjófavörninn fór hinsvegar í gang því Rob hafði auðvitað bara sofið yfir sig og var ekki búinn að opna.

Stærsta stundin: Þegar ég skoraði fyrstu körfuna með meistaraflokki Vals í fyrra.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val: Signý Hermannsdóttir

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val: Birgir Björn Pétursson.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í körfubolta hjá Val: Mér líst vel á yngri flokkana í Val. Þarna er þó nokkuð af efnilegum leikmönnum og það eru fleiri

lið sem hafa verið að leika í A-riðlum í ár en í fyrra. Það sem helst vantar upp á er að fá fleiri iðkendur.

Eftirminnilegasti þjálfari þinn: Sæbi, hann kenndi mér undirstöðuatriðin í körfubolta. Hann fór líka tvisvar með okkur strákana til útlanda. Einu sinni að keppa á móti í Svíþjóð og einu sinni í æfingabúðir í Bandaríkjunum.

Hvað lýsir þínum húmor best: Kaldhæðni.

Mottó: Per aspera ad astra.

Hvaða setningu notarðu oftast: Halló, þetta er Bensi.

Hvað er það fallegasta sem hefur verið sagt við þig: Þú ert í flottum skóm – Mormónatrúboði.

Fyrirmynd þín í körfubolta: Ég reyni að spila á mínum eigin forsendum.

Draumur um atvinnumennsku í körfubolta: Hver lætur sig ekki dreyma um slíkt.

Landliðsdraumar þínir: Mér finnst skemmtilegast að spila fyrir Val.

Besti söngvari: Raggi Gylfa syngur mjög vel í sturtunni eftir æfingar.

Besta bíómynd: Rebound: The legend of Earl „The Goat“ Manigault.

Besta bók: Stærðfræði handa 5. bekk eðlisfræðideildar er á náttborðinu í augnablikinu.

Besta lag: Valur vængjum þöndum.

Uppáhaldsvefsíðan: karfan.is

Uppáhaldsfélag í enska boltanum: Liverpool.

Uppáhalds erlenda körfuboltafélagið: Miami Heat, fyrsta NBA treyjan sem ég fékk var Dwyane Wade treyja og ég hef haldið með Heat síðan ég fékk hana.

Nokkur orð um núverandi þjálfara: Veit hvað hann vill.

Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Láta þrifa öll körfuspjöldin í salnum.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-enda: Sú besta á landinu.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Aðstaðan er til fyrirmyndar en það væri gaman að sjá fjölgun í iðkendum á næstu árum.

OPIÐ

allan sólarhringinn

Skeifan, Garðabær & Eiðistorg



HAGKAUP

Ein ferð betra verð

Coca-Cola®



Með þér um
jólin