



# Valsblaðið

72. árgangur 2020

# Fáðu næsta pakka á N1



## Renndu við þegar þér hentar

Nú geturðu valið að sækja sendinguna þína frá netverslunum ELKO, ASOS o.fl. á valdar þjónustustöðvar N1 – jafnvel allan sólarhringinn. Við tókum netverslunina alla leið svo þú getur strax byrjað að hlakka til næsta pakka!

440 1000 [n1.is](https://n1.is)

# Vertu framúrskarandi

Til að skara fram úr þarf ástríðu, einbeitingu, viljastyrk og útsjónarsemi.

Í rekstri líkt og í íþróttum skiptir máli að hafa forgangsröðunina í lagi og hugrekki til að fara nýjar leiðir er byggja á þekkingu, reynslu og réttum upplýsingum. Við leggjum okkur fram svo þú skarir fram úr.

Kynntu þér þjónustuframboð KPMG á vefsíðu félagsins eða hafðu samband í síma 545 6000 og við verðum þér innan handar.

[kpmg.is](http://kpmg.is)

# KPMG



# Burðarásar

Á hvítasunnudag 1958, eftir hádegsmat, heyrði ég hróp og hlátrasköll utan af götu. Við bjuggum í risíbúð á Miklubraut. Ég var 8 ára og þurfti stól að standa á til að sjá út um kvistgluggann. Klambratúnsmeigin við Miklubrautina var hópur stráka með brilljantín í hárinu. Þetta voru strákar í Val á leiðinni í KFUM til að hylla Séra Friðrik. Hann átti 90 ára afmæli. Ég hafði lesið allt um afmælið í Mogganum. Ég var í Val og langaði að fara en var ekki nógu stór. Ég sá aldrei Séra Friðrik.

Skömmu fyrir afmælið gaf Albert Guðmundsson Valsblaðinu útgáfustyrk og óskaði þess með bréfi að blaðið flytti hverju sinni stuttan þátt úr verkum Séra Friðriks.

Í afmælisávarpi á svölum KFUM sagði formaður Vals að félagið hefði stofnað sjóð til að safna fyrir stytta af afmælisbarninu sem reist yrði að Hlíðarenda.

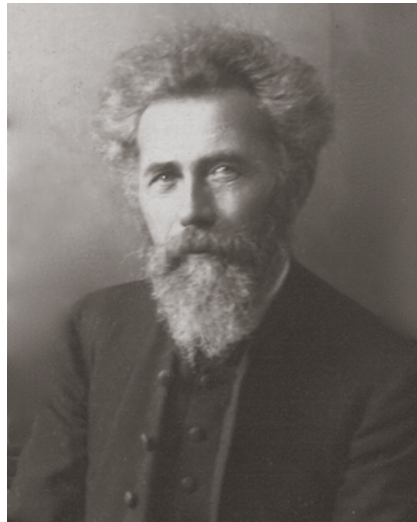
Séra Friðrik þakkaði í sínu ávarpi fyrir þann mikla heiður sem Valur sýndi honum með því að ætla að reisa honum minnisvarða á Hlíðarenda. Hann hafði mikinn styrk og áhrif í Val. Margir Friðriksdrengrir frá fyrstu árum Vals voru þá á lífi og sjálfboðastarf í Val innblásið af fordæmi og áhrifum Séra Friðriks.

Fleiri hundruð manns hylltu afmælisbarnið og fyrirsögn í Morgunblaðinu var svona: *Á níraðisafmæli Sr. Friðriks sást vel hvílkum vinsældum hinn aldri trúarleiðtogi á að fagna.* Blaðið lætur þess líka getið að Séra Friðrik hafi fengið meira en 1500 vindla í afmælisgjafir og að þeir muni líklega duga til haustsins.

Séra Friðrik dó í mars 1961. Útför hans fór fram á laugardegi og var geysifjölmennt. Bærinn var fullur af fólki. Á forsíðu Morgunblaðsins stóð: *Hann var jafnoki þeirra sem helgir voru kallaðir.*

Á þeim 60 árum sem liðin eru frá dauða Séra Friðriks hafa félög hans blómgast. Burðarásar félaganna hafa margir verið Friðriksdrengrir og stúlkur. Vinir og samstarfsmenn í KFUM & K og öðrum Friðriks-félögum unnu ótullega að ótal verkefnum að honum látnum. Þessir vinir unnu Séra Friðriki ævi sína, allt til enda.

Á Hlíðarenda reistu Valsmenn minnisvarða Séra Friðriks og í samtökum um byggingu Friðrikskapelli, sem stofnuð voru fyrir 31 ári, reisti allt þetta góða fólk kapelli á Hlíðarenda.



Séra Friðrik Friðriksson.

Fólkið er ekki allt dáíð en þau sem lengst og mest þekktu til verka Séra Friðriks eru dáin.

Pétur Sveinbjarnarson, heiðursfélagi í Val og fv. formaður, var formaður framkvæmdanefndar um byggingu Friðrikskapelli. Hann var leiðtogi og foringi framkvæmdarinnar.

Pegar Friðrikskapella var fullbyggð og hafði verið skipuð stjórn mæltist Pétur til þess að efnt yrði til kyrrðarstundar einu sinni í viku. Hann hafði líka fleiri góðar hugmyndir sem ekki eru tundaðar hér.

Kyrrðarstundir í mánudagshádegi voru fyrst allt árið en síðar gerð sumarhlé. Pétur Sveinbjarnarson var fastagestur á kyrrðarstundum í Friðrikskapelli í 26 ár, allt til dauða.



## Hugvekja á jólum 2020



Pétur Sveinbjarnarson.

Dauði Péturs er kveikjan að þessari grein. Hann dó ungur og er sárt saknað. Pétur starfaði af áhuga að málefnum Séra Friðriks í Val. Hans helstu samstarfsmenn á þeim vettvangi eru komnir á áttræðisaldur.

**Hvað sem Valur reiknar með að búa við í framtíðinni verður hann að búa sig undir það í nútíðinni.**

### Jólaminning

Pegar Séra Friðrik ávarpaði alla Valsmenn fyrsta sinni voru fyrstu orðin þessi:

*Vakið, standið stöðugir í trúnni, verið karlmannlegir og styrkir. Allt sé hjá yður í kærleika gjört.*

Fyrra bréf Páls til Korintumanna – 16:13-14

Árið sem ég gekk í Val fórum við á aðfangadagskvöld til afa á Nordurstíg. Nordurstígur er neðan Vesturgötu nærri Reykjavíkurhöfn.

Pegar leið á kvöldið fórum við heim.

Pabbi, sem þá var rúmlega þrítugur húsasmiður, átti Fordson bíl með plássi fyrir fjölskylduna, mömmu og þrjú börn og mikið af verkfærum.

Pegar við ókum Sudurgötu í átt að Hringbraut, sáum við hús brenna í Þingholtum handan tjarnarinnar. Það var kalt í veðri og hvasst. Eldbjarmi lýsti umhverfi hússins og pabbi sá að Þingholtsstræti 28 var að brenna. Í húsinu nr. 27, handan götunnar bjuggu hjónin Ella og Gestur, vinir okkar.





# Helena Sverrisdóttir

## Íþróttamaður Vals 2019

Ljósmynd Þorsteinn Ólafs.

Það er árviss viðburður hjá Val að útnefna íþróttamann ársins við hátíðlega athöfn að Hlíðarenda á gamlársmorgun. Árið 2019 var komið að þessari útnefningu í 28. sinn að viðstöddu fjölmenni. Valnefndin er skipuð formönnum allra deilda félagsins, sitjandi formanni Vals og tveimur fyrrverandi formönnum, auk Halldórs Einarssonar sem hefur verið í valnefnd frá upphafi og er gefandi verðlaunagripanna. Samtals hafa 12 knattspyrnumenn hlotið titilinn, 11 handknattleiksmenn og tveir körfuknattleiksmenn. Fjórtán sinnum hefur leikmaður karlalíðs verið valinn og fjórtán sinnum hefur leikmaður kvennaliðs orðið fyrir valinu. Kynjaskiptingin er hnífjöfn og gott jafnvægi ríkir milli knattspyrnu og handknattleiks en einungis tvisvar hefur körfuknattleiksmaður verið valinn.

Fyrir valinu sem íþróttamaður Vals árið 2019 varð Helena Sverrisdóttir, leikmaður meistaraflokks kvenna í körfuknattleik en kvennaliðið vann alla titla sem voru í boði árið 2019 og í fyrsta sinn

bæði Íslands- og bikarmeistaratitil. Helena var lykilleikmaður Vals á leiktíðinni 2018–2019 og var kjörin besti leikmaður deildarinnar á lokahófi KKÍ. Árið 2019 skoraði hún að meðaltali mest allra, tók flest fráköst og skilaði hæsta framlagi í deildinni. Hún lék einnig mjög vel með íslenska landsliðinu á árinu og hefur verið fyrirliði og ein mikilvægasta körfuknattleikskona íslenska landsliðsins í meira en áratug. Með íslenska landsliðinu hefur Helena leikið mjög vel bæði í síðustu undankeppni þar sem hún fór fyrir liðinu í helstu tölfræðipáttum sem og í undankeppni FIBA Europe þar sem hún leiddi liðið í tölfræðipáttum yfir stig skoruð, í fráköstum og er önnur yfir flestar stoðsendingar.

Hún hefur verið valin körfuknattleikskona ársins 12 sinnum, þ.e. ellefu sinnum í röð 2005–2015 og 2019, sem er einstakt afrek. Hún hefur fjórum sinnum orðið Íslandsmeistari og tvisvar sinnum meistari í Slóvakíu. Helena hóf feril sinn með Haukum.

### Íþróttamenn Vals frá upphafi

- 2019**  
Helena Sverrisdóttir, körfuknattleikur
- 2018**  
Birkir Már Sævarsson, knattspyrna
- 2017**  
Orri Freyr Gíslason handknattleikur
- 2016**  
Bjarni Ólafur Eiríksson, knattspyrna
- 2015**  
Bjarni Ólafur Eiríksson, knattspyrna
- 2014**  
Kristín Guðmundsdóttir, handknattleikur
- 2013**  
Haukur Páll Sigurðsson, knattspyrna
- 2012**  
Guðný Jenný Ásmundsdóttir, handkn. leikur
- 2011**  
Anna Úrsúla Guðmundsdóttir, handkn. leikur
- 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 Andrédóttir, knattspyrna
- 2002**  
Sigurbjörn Hreiðarsson, knattspyrna
- 2001**  
Rósa Júlía Steinþórsdóttir, knattspyrna
- 2000**  
Kristinn Lárusson, knattspyrna
- 1999**  
Ásgerður Hildur Ingibergsdóttir, knattspyrna
- 1998**  
Guðmundur Hrafnkellsson, handknattleikur
- 1997**  
Ragnar Þór Jónsson, körfuknattleikur
- 1996**  
Jón Kristjánsson, handknattleikur
- 1995**  
Guðrún Sæmundsdóttir, knattspyrna
- 1994**  
Dagur Sigurðsson, handknattleikur
- 1993**  
Guðmundur Hrafnkellsson, handknattleikur
- 1992**  
Valdimar Grímsson, handknattleikur

Ertu að flytja?

# EKKI GLEYMA STUÐINU!

Passaðu að gleyma ekki stuðinu  
í flutningunum og mundu að taka  
Orkusöluna með á nýja heimilið.

Komdu í viðskipti á [orkusalan.is](https://orkusalan.is)



orkusalan



*Valsmenn minnst Jóns Karels Kristbjörnssonar. Það er áralöng hefð Valsmanna að hittast í Hólavallakirkjugarði fyrir fyrsta leik í Íslandsmótinu og minnst þar Jóns Karels Kristbjörnssonar (f. 19/12 1911, d. 17/6 1933), markmanns Íslandsmeistaraliðs Vals árið 1933. Jón Karel slasaðist í leiknum við KR sem fram fór á Melavellinum 15. júní 1933. Hann lést á spítala tveimur dögur síðar. Valsmaðurinn Hafrún Kristjánisdóttir flutti erindi. Á myndinni eru f.v. Ólafur Karl Finsen, Eiður Aron Sigurbjörnsson, Andri Adolphsson, Birkir Heimisson, Halldór Eyþórsson liðsstjóri, Orri Sigurður Ómarsson, Rasmus Steenberg Christiansen, Aron Bjarnason, Lasse Petry Andersen, Einar Karl Ingvarsson, Birkir Már Svevarsson, Hafrún Kristjánisdóttir, Kristinn Freyr Sigurðsson, Jóhann Emil Elíasson styrktarþjálfari, Haukur Páll Sigurðsson, Kaj Leo í Bartalstovu, Srdjan Tufegdzic aðstodarþjálfari, Sigurður Egill Lárusson, Valgeir Lunddal Friðriksson, Einar Óli Þorvarðarson sjúkraþjálfari, Magnus Egilsson, Ívar Örn Jónsson, Sebastian Starke Hedlund, Sveinn Sigurður Jóhannesson, Haraldur Árni Hróðmarsson yfirþjálfari yngri flokka, Hannes Þór Halldórsson, Torfi Geir Halldórsson, Patrick Pedersen, Eiríkur K Þorvarðarson markvarðarþjálfari, Heimir Guðjónsson þjálfari. Ljósmynd og texti / Þorsteinn Ólafs.*

# 21 titill árið 2020

## Ársskýrsla aðalstjórnar Vals árið 2020

**Valur varð Íslandsmeistari í knattspyrnu karla sumarið 2020 og deildarmeistari í handbolta karla og körfubolta kvenna en öll mótin voru blásin af vegna Covid-19.**

Aðalfundur Knattspyrnufélagsins Vals var haldinn 2. júní 2020 en honum var frestað vegna heimsfaraldursins, Covid-19. Karl Axelsson var kjörinn fundarstjóri og Hólmfríður Sigþórsdóttir fundarritari. Fundargerð síðasta aðalfundar var lögð fram til samþykktar. Samkvæmt venju fór formaður yfir skýrslu stjórnar og framkvæmdastjóri yfir ársreikning og áætlun. Þorgrímur Þráinsson, fyrrverandi formaður og varaformaður, gaf ekki kost á sér í stjórn en Þórhallur H. Friðjónsson kom inn í hans stað. Aðrir stjórnarmenn eru Kjartan Georg Gunnarsson, Hólmfríður Sigþórsdóttir, Eva Halldórsdóttir, Karl Axelsson og Jón Garðar Hreiðarsson. Á fyrsta fundi aðalstjórnar var Eva Halldórsdóttir kjörin varaformaður. Formenn deilda eru sjálfkjörnir í aðalstjórn Vals en þeir eru, Gísli Gunnlaugsson, Svali Björgvinsson og Börkur Edvardsson.

Í ræðu sinni lagði formaðurinn áherslu á að árið yrði í aðhaldsaðgerðir vegna Covid-19 og framkvæmdastjóri útlistaði það nánar. Formenn deilda gerðu stutta grein fyrir starfinu og

Sigurður K. Pálsson framkvæmdastjóri lagði fram og útskýrði endurskoðaða reikninga félagsins fyrir liðið starfsár, til samþykktar. Hann lagði ennfremur fram rekstraráætlun fyrir árið 2020. Jón S. Helgason, frá KPMG, var kosinn löggiltur endurskoðandi félagsins.

### Íslandsmeistarar Vals

Snemma árs var ljóst að heimsfaraldurinn Covid-19 myndi setja mark sitt á starfsemi Vals sem og annarra íþróttafélaga, ekki bara á Íslandi heldur út um allan heim. Keppnistímabilið í handbolta var blásið af eftir að meistaraflokkur karla í handbolta varð deildarmeistari og allt stefndi í að hann yrði líka Íslandsmeistari. Sömu sögu var að segja um körfubolta kvenna. Valur varð deildarmeistari en úrslitakeppnin fór aldrei fram og því engir Íslandsmeistarar krýndir.

Hátindur ársins hjá Val var Íslandsmeistaratitillinn í knattspyrnu karla sem var verðskuldaður. Liðið sýndi mikla yfirburði eftir örlítið hik í fyrstu umferðunum en þegar fjórar umferðir voru eftir af Íslandsmótinu, og Valur með 8 stiga forystu, var mótið blásið af vegna Covid-19 og Valur úrskurðaður Íslandsmeistari samkvæmt reglugerð sem stjórn KSÍ setti þegar stefndi í vandræði vegna heimsfaraldursins á miðju keppnistímabili. Eftir langt æfinga- og keppnisbann komu leikmenn Vals sterkir



## Morgunblaðið

MIÐVIKUDAGUR 29. JANÚAR 29. DAGUR ÁRSINS 2020

til baka og héldu sínu striki þar til þriðja bylgja faraldursins batt enda á Íslandsmótið. Þegar þetta er skrifað, í desember 2020, hafa iðkendur sextán ára og eldri ekki enn fengið grænt ljós á að æfa eða keppa. Í ljósi þess, ríkir enn óvissa um framvindu mála á Íslandsmóti í handbolta og körfubolta sem og í bikarkeppni viðkomandi greina. En málin ættu að skýrast í upphafi árs 2021.

Frá stofnun félagsins, 11. maí 1911, hefur Valur landað 121 stórum titli í greinunum þremur; orðið Íslandsmeistari og bikarmeistari í meistaraflokki í handbolta, fótbolta og körfubolta, karla og kvenna.

Sem fyrr átti Valur fjölda yngri landsliðsmanna í handbolta og körfubolta og fótbolta. Framtíðin er björt að Hlíðarenda ef við höldum okkur á tánum og slökum aldrei á þeim kröfum sem við gerum til iðkenda og þjálfara.

## Helena Sverrisdóttir íþróttamaður Vals 2019

Samkvæmt venju var íþróttamaður Vals kjörinn á gamlársdag 2019 en formaður dómnefndar er Halldór Einarsson og gefur hann enn fremur verðlaunagripina. Formenn deilda eru einnig í dómnefnd auk formanns Vals, formanna deilda og tveggja síðustu formanna Vals.

Helena Sverrisdóttir hlaut nafnbótina íþróttamaður Vals 2019 en meistaraflokkur kvenna í körfubolta landaði árið 2019 öllum titlum sem voru í boði. Meistaraflokkur kvenna í handbolta gerði slíkt hið sama en Helena þótti skara fram úr sem leiðtogi í gríðarlega öflugum leikmannahópi. Auk þess að vera í fararbroddi innan vallar þjálfaði hún yngri iðkendur hjá Val og er glæsileg fyrirmynd.

## Valsmaður ársins 2019

Ekki náðist samkomulag um hver ætti að hljóta nafnbótina Valsmaður ársins 2019 og var því enginn krýndur á gamlársdag. Hér á árum áður var Valsmaður ársins áþekkt nafnbót og íþróttamaður Vals í dag en árið 1992 var íþróttamaður Vals valinn í fyrsta skipti. Skiptar skoðanir eru um hvort Valsmaður ársins eigi að koma úr röðum sjálfboðaliða, starfsmanna eða iðkenda. Stungið hefur verið upp á því á fundi aðalstjórnar að hver deild fyrir sig velji einn Valsmann ársins úr sínum ranni og þeir verði því árlega þrír sem hljóta nafnbótina á gamlársdag. Tíminn leiðir í ljós hvort samkomulag náist um þetta en það er vitanlega hvetjandi fyrir alla að fá þakkir fyrir vel unnin störf með mikilvægri nafnbót.

## Guðni Olgeirsson og Valsblaðið

Valsblaðið kom út í lok árs og er mikill sómi af því tímariti sem á sér langa sögu. Ritstjóri Valsblaðsins er Guðni Olgeirsson en hann hefur stýrt blaðinu af röggsemi síðastliðin 18 ár. Valsblaðið kom fyrst út árið 1939. Fjölmargir greinahöfundar, ljósmyndarar og áhugamenn um Val og Valsblaðið leggja Guðna lið en hann mun vonandi standa fremstur í stafni og leiða þetta göfuga starf innan félagsins á komandi árum.

Með honum í ritnefnd eru Gunnar Örn Arnarson íþróttafulltrúi Vals, Óttar Felix Hauksson sem einnig er prófarkalesari blaðsins, Svala Þormóðsdóttir, Þorgrímur Þráinsson og Þorsteinn Ólaf. Þorsteinn á auk þess fjölda mynda í Valsblaðinu. Auk Þorsteins hafa meðal annarra þeir Guðlaugur Ottesen Karlsson, Baldur Þorgilsson, Svali Björgvinsson og Torfi Magnússon tekið fjölda mynda undanfarin ár fyrir Valsblaðið. Eyjólfur Jónsson sér um umbrot Valsblaðsins en blaðið er prentað hjá Prentækni og er

# Valsblaðið sameinar

● Guðni Olgeirsson hefur verið ritstjóri ársritsins í 17 ár

Steinþór Guðbjartsson  
steinthor@mbi.is

Nýjasta Valsblaðið er komið út og er það stóttfullt af efni í máli og myndum um atburði í félaginu á nýliðnu ári. Blaðið er 140 síður í A4-broti og má fullyrða að það sé það glæsilegasta innan íþróttahreyfingarinnar. „Félagið leggur mikinn metnað í að hafa blaðið sem veglegast,“ segir Guðni Olgeirsson, sem tók við ritstjórninni af Þorgrími Þráinssyni fyrir um 17 árum og hefur haft umsjón með blaðinu síðan.

Knattspyrnufélagið Valur var stofnað 11. maí 1911. Fyrsta Valsblaðið var átta síður og kom út í janúar 1939. Útgáfan var stopul næstu áratugina en blaðið var endurvaldið 1958 með krafti. Það hefur komið út nánast árlega síðan og nú í 71. sinn.

Leiðir margra inn í íþróttahreyfinguna liggja í gegnum foreldrarstarfið. Um aldamótin var Guðni virkur í foreldrarstarfi Vals. Hann segir stjórnendur félagsins hafa vitað af því að hann hafði verið í stefnumótunavinnu í menntamálaráðuneytinu og því hafi hann verið fenginn til þess að hjálpa til við að móta knattspyrnustefnu á vegum unglingaráðs. Þegar Þorgrímur Þráinsson hætti sem ritstjóri Valsblaðsins hafði hann verið boðinn að taka við blaðinu 2003. „Mér þótti þetta þá frólegt hugsnun en ég lét samt tilheistast og tók að mér að sjá um eitt blað. Þau eru nú orðin sautján.“

Margra manna verk

Guðni leggur áherslu á að margir leggi höndir á plóg. Hann starfar með öflugri ritnefnd, menn eins og Þorsteinn Ólaf, Guðlaugur Ottesen Karlsson og Baldur Þorgilsson gæti þess að mynda helstu viðburði, margir leggj til skrifnað efni, prófarkalesur sé í góðum höndum Óttars Felix Haukssonar og Eyjólfur Jónsson hafi séð um umboðið undanfarin 13 ár.

„Ég hef komið mér upp ákvesham vinnubrögðum, miklu tengslaneti og með góðra manna hjálp hefur þetta gengið á hverju ári. Svona blað verður aldrei eins manns verk.“ Hann batir við að ákveðin menn, ráð og nefndir fylgjast með afmörkuðum svöllum starfseminnar. Til dæmis fylgist Halldór Einarsson með því hvaða Valsmenn falla frá á hverju ári og þeir séu kvaddir á viðeigandi hátt í



Ljósmynd Þorsteinn Ólaf

**Viðurkenning** Guðni Olgeirsson var heiðraður fyrir 15 ára samfelldri ritstjórn Valsblaðsins árið 2017. 71. árgangur þess kom út á dögunum.

bláinu. „Þetta er á ábyrgð fulltráráðsins, minjanefnd leggur ávallt eitthvað til, Fálkarnir, Valkyrjurnar, Valskórinn og svo framvegis.“

Með fyrsta Valsblaðinu voru línurnar lagðar. Guðni bendir á að strax hafi verið lögð áhersla á að skera sögu- og blása mönnum í brjóst kraft og eldmóð og efla félagsandann. „Það er fóst hefð að fjalla um séra Friðrik Friðriksson, fyrsta askulýðsleiðtoga Vals, í hverju blaði,“ bendir hann á.

Ársskýrshur séu birtar og allar deildir fái sitt pláss, félagsstarfinu séu gerð góð skil, sjálfboðaliðar dregin fram í sviðsljósið og þess sérstaklega gætt að ekki halli á neinn. Jafnræðið

skipti miklu máli. Myndir séu af öllum löbom karla og kvenna og mikið sé lagt upp úr því að radíur unga fólksins heyrir. „Útgáfa svona blaðs er besta leiðin til þess að varðveita sögu ívers árs,“ segir Guðni. „Það er eftirtektarvert hvað við erum með margt ungt og efnilegt fólk sem setur sér skýr markmið og leggur áherslu á heilbriggt líferni.“

Öll tölublað Valsblaðsins eru aðgengileg á tímarit.is og á heimasíðu Vals. Þau eru líka til ímbundni í vörslu félagsins á Hlíðarenda. „Hver útgáfa markar alltaf ákveðin tímamót hjá félaginu og sameinar félagsmenn enn frekar,“ segir Guðni.

einnig gert aðgengilegt á heimasíðu félagsins þar sem einnig er hægt að nálgast eldri blöð frá 2001.

## Friðrikssjóður styður unga fólkíð

Sjóður Séra Friðriks Friðrikssonar var stofnaður árið 2015 en hlutverk hans er að tryggja að allir iðkendur í Val geti staðið straum af þeim kostnaði sem fylgir því að stunda íþróttir og að ekkert barn þurfi frá að hverfa sökum fjárskorts. Fjölmörgum styrkjum var úthlutað úr sjóðnum árið 2020. Upplýsingar um Friðrikssjóð og úthlutunarreglur er að finna á valur.is en sjóðurinn er rekin fyrir sjálfsafslafé og er hægt að efla sjóðinn með því að hafa samband við skrifstofu Vals. Farið er með allar umsóknir sem trúnaðarmál.

## Hvorki kvenna- né herrakvöld

Heimfaraldurinn var við völd árið 2020 og því var fátt um mannfagnaði. Hvorki var hægt að halda herra- eða kvennakvöld Vals og því þyrstir okkur Valsmenn í samkomur og ánægjulegan félagsskap árið 2021. Það er óskandi að þegar heimild fyrir leikjum verður gefin út muni Valsmenn hópast að Hlíðarenda, af því maður er manns gaman.



Ásgeir Þ. Óskarsson varð 85 ára 1. júlí 2020 Hann bað gesti sína um að gefa ekki gjöf heldur færa sér framlag í Friðrikssjóð. Ásgeir kom á skrifstofu Vals og færði Friðrikssjóði kr. 55.000. Bragi G. Bragason stjórnarmaður í knattspyrnudeild var á staðnum og veitti gjöfinni viðtöku en faðir hans Bragi G. Bjarnason heitinn og Ásgeir voru góðir vinir.

## Covid-19 aðgerðir

Í ljósi heimsfaraldursins, æfingabanns, fárra leikja í elstu aldursþópunum og áhorfendabanns var rekstur Vals þungur árið 2020. Félagið greip til hlutabótarleiðarinnar eins og önnur félög og fyrirtæki gerðu og var Hlíðarendi nánast lokaður hluta úr árinu með tilheyrandi tekjutapi. Fyrirtæki héldu að sér höndum hvað stuðning varðar enda sýnileikinn lítill þegar engir leikir fara fram. En rausnarlegur stuðningur frá Valsmönnum hf. og Hlíðarenda SES gerir Val kleift að halda úti öflugum starfi.

Á árinu 2020 var unnið að því að lækka rekstrarkostnað og gæta aðhalds sem var nauðsynlegt vegna mikils tekjutaps. Ekki verður nægjanlega þakkað fyrir þann mikla stuðning og skilning sem starfsmenn, leikmenn og þjálfarar sýndu í þeirri erfiðu stöðu sem félagið var sett í vegna ástandsins. Án þeirra þátttöku í aðhaldsaðgerðum okkar hefði rekstur félagsins verið nánast ómögulegur.

## 21 titill á erfiðu ári

Þrátt fyrir eitt furðulegasta íþróttarár Íslandssögunnar, sem einkenndist af æfinga- og keppnisbanni löngum stundum, einkum fyrir 16 ára og eldri landaði Valur 21 titli á árinu. Í ljósi þess er fróðlegt að rýna í tölulegar staðreyndir. Iðkendur hjá Val árið 2020 voru 1.468. Alls fóru fram 11.776 æfingar og 1.072 leikir. Og titlarnir urðu 21 talsins. 41.253 áhorfendur mættu að Hlíðarenda til að horfa á 125 iðkendur í meistaraflokki. Þjálfarar hjá Val voru 73, starfsmenn 15 og sjálfbóðaliðar 297.



Handboltaskór gefins. Snorri Steinn Guðjónsson þjálfari meistaraflokks karla mætti með glæsilega handboltaskó á Hlíðarenda.



Stelpurnar í meistaraflokki kvenna í knattspyrnu fylgdu frumkvæði Snorra Steins Guðjónssonar og gáfu skó og þær segja að þeim fylgi gæði og gleði.

Lengi getur gott batnað og margar hendur vinna létt verk. Valur hefur ALLTAF þörf á nýjum sjálfbóðaliðum og markmiðið er að virkja fleiri til lítilla starfa til að íþyngja engum um of.

## Viðræður við Reykjavíkurborg

Valur hefur hvergi slegið slöku við í viðræðum við Reykjavíkurborg um framtíðaruppbyggingu að Hlíðarenda og fyrir hönd aðalstjórnar tók framkvæmdastjóri saman minnisblað sem var sent borgarstjóra. Minnisblaðið fjallaði um alla þá samninga sem hafa verið undirritaðir af hálfu Vals og borgarinnar varðandi uppbyggingu á svæðinu. Í kjölfar minnisblaðsins munu viðræður eiga sér stað að hálfu aðalstjórnar Vals og borgarstjórnar nú í desember um heildaruppbyggingu að Hlíðarenda. Niðurstöður þeirrar vinnu munu án efa liggja fyrir árið 2021.

## Strætó stoppar við Hlíðarenda

Eftir nokkurra ára viðræður við Strætó og Reykjavíkurborg um strætóstoppistöð við Hlíðarenda varð stöðin loksins að veruleika á Bústaðavegi sl. haust. Það munar heilmiklu að iðkendur, sem og aðrir gestir Hlíðarenda, geti stokkið út úr strætó aðeins örfáum skrefum frá Hlíðarenda. Í eðlilegu árferði og á háanna-

tíma getur tekið tíma að aka iðkendum upp að húsakynnum Vals en stoppistöðin gæti orðið þægileg „sleppistöð“ og þar með sparað foreldrum dágóðan tíma.

### Sjálfbóðaliðar

Sjálfbóðaliðar Vals eru ómetanlegt afl í starfsemi félagsins og voru þeir tæplega 300 árið 2020. Án þeirra væri félagið óstarfhæft. Stjórnarmenn allra deilda félagsins eru sjálfbóðaliðar og starfsmenn eru líka oft sjálfbóðaliðar. Fálkarnir eru ómetanlegir með sínum fjárhagslegum stuðningi og félagsþroska en þeir, eins og aðrir, voru vængstíffir að hluta þetta ár. Yngri flokkarnir njóta góðs af dugnaði þeirra og hluti af tekjum þeirra fer í Friðrikssjóð.

Það sama má segja um Valkyrjurnar, því þær er ætíð boðnar og búnar að hjálpa til á margvíslegan hátt. Margt smátt gerir eitt stórt og við eigum öll að leggja okkar að mörkum til þess að efla innviði Vals, halda utan um unga fólkið og létu undir með starfsfólki. Þeir sem vilja bæta stöðu í hóp sjálfbóðaliða geta sent póst á netfangið [valur@valur.is](mailto:valur@valur.is)

### Starfsfólk Vals

Sigurður K. Pálsson er framkvæmdastjóri Vals, Alda Ægisdóttir aðalbókari, Theodór Hjalti Valsson mannvirkja- og viðburðastjóri, Gunnar Örn Arnarson íþrótafulltrúi, Sara Helga H. Franks fjármálafulltrúi, Jónas Guðmundsson viðburðastjóri, Guðrún Jóna Guðfinnsdóttir umsjónarmaður verslunareksturs, Jóhann Emil Elíasson styrktarþjálfari, Hlynur Morthens yfirhúsvörður, Sigurjón Hauksson húsvörður, Risto Izev húsvörður og Halldór Eyþórsson húsvörður.



**Valsfjölskyldan.** Systurnar Hlín, Málfríður Anna og Arna Eiríksdóttir léku allar með Val á móti Þrótti í Pepsi deildinni sumarið 2020. Yngsta systirin Bryndís var á börunum og Guðrún Sæmundsdóttir móðir þeirra vallarvörður en hún gerði garðinn frægan með kvennaliði Vals í knattspyrnu fyrr á árum. Mikil Valsfjölskylda þar á ferð. Þess ber að geta að Valsstelpurnar sigruðu 3-1. Ljósmynd Guðlaugur Ottesen Karlsson.

Skrifstofa Vals er opin alla virka daga milli 09:00 og 16:00.

Árni Pétur Jónsson, formaður Vals

Árni Pétur Jónsson, formaður Vals

ALARK

arkitektar ehf.

# JÓL 2020

Óskum ykkur gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári. Þökkum fyrir samstarfið á árinu sem er að líða

\* Nýtt fjölnota íþróttahús í Árborg

# Allt ég gef, mitt líf, mitt pund

## Minningar um Pétur Sveinbjarnarson

Á sólbjörtu síðdegi sumarið 1959 var ég með strákum í fótbolta á Valsvellingum við stóra markið neðan við hitaveitustokkinn. Ég heyrði nafnið mitt kallað og leikurinn stöðvaðist. Ég kom auga á Pétur í spari-fötum. Hann stóð uppá stokknum og allir horfðum við á þegar hann sótti tókall í buxnavasann og henti til mín í háum boga. Peningurinn hringsnérist þar til hann lenti í flötum lófa mínum. Ég horfði á Pétur sem sagði: „Farðu heim í Drápuhlíð og náðu í töskuna mína.“ Ég var bráðum 10 ára og þaut af stað.

Ófund strákanna fylgdi mér úr hlaði. Systir Péturs rétti mér töskuna sem var á ganginum við útihurðina. Svo þaut ég til baka með fótboltaskó, Valspeysu, legg-hlíf, sokka og fleira dót í blárrí tösku með hausí hestsins Faxa og nafni Flugfélags Íslands. Ófund strákanna beið mín þegar ég kom til baka.

Þegar ég fór í Drápuhlíðina var Eisenhower valdamesti maður heims. Hann hafði verið foringi herafra bandamanna í heimsstyrjöldinni og var forseti Bandaríkjanna. Eisenhower lýsti einhvern tíma eiginleikum leiðtoga með því að leggja band á borð og styðja fingri við annan enda þess –svo dró hann að sér bandið og það kom allt í beinni línu til hans.

Ef ýtt er á bandið, sagði Eisenhower, endar það í hrúgu og þeir sem ýta liði sínu eru ekki leiðtogar.

Pétur var bestur allra í fótbolta. Strákar í Val vissu það. En Pétur hafði fleira til að bera. Hann yrði líklega framtíðarforseti eða frægur kvikmyndaleikari – 10 ára strákar finna þetta á sér.

Allir hefðum við hlaupið í Drápuhlíðina eftir töskunni þótt enginn hefði verið tókallinn.

### Valsrjúpa

Um daginn fór ég á Sólheima að skoða Péturstorgið og minnismerkið sem Sól-



Valsrjúpan.

heimar hafa reist Pétri. Ég var einn á ferð og einn í stóra nýja kaffihúsinu. Pantaði latte og súkkulaðitertu með rjóma. Spurði stúlkuna hvort hún hafi þekkt Pétur. Sagði henni svo að ég vildi extra mikið af rjóma á kökuna eins og Pétur.

Meðan tertan var skorin og rjóminn þeyttur og hellt uppá latte skoðaði ég Sólheimalist í hillum. Ég mátti hafa það sem ég vildi af listgripum á borðinu hjá mér meðan ég mataðist og drakk kaffið. Það tók sinn tíma að koma öllum rjómanum niður.

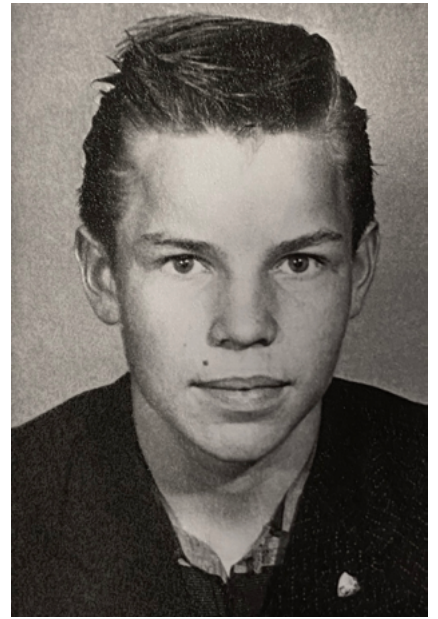
Ég lét svo Pétur ákveða hvaða listgrip ég ætti að kaupa. Meðan ég lygndi aftur augum ýtti Pétur að mér rjúpu með eldraudan haus. Rjúpa? – spurði ég og Pétur benti á að rjúpa væri leikur Vals og uppáhaldsfæða. **Án rjúpu væru allir Valir dauðir.**

Mundu það Valsmaður að vera alltaf rjúpa fyrir Val. Ég keypti rjúpunu og hún sagði:

**Allt gef ég, mitt líf, mitt pund.** Og þá rann upp fyrir mér að Pétur hafði gefið Val líf sitt og pund. Hann hafði verið sönn Valsrjúpa.

### Pétursklukkan

Þegar Edda, kona Péturs, var dáin og Pétur átti 65 ára afmæli þá langaði hann í ferðalag, frekar en að vera heima. Ég fór



Pétur 1962.

með honum til Pýskalands í Svartaskóg. Á afmæliskvöldinu fengum við veislu-máltíð á hótelinu og á eftir matnum komu tertur og extra mikið af rjóma.



Pétursklukkan.

Um kvöldið fórum við í göngutúr um nærliggjandi þorp. Þar mættum við full-orðnum manni sem bisaði með gamla klukku úr sendibíl. Við réttum honum hjálparhendur og klukkan endaði í skúr sem stóð við heimili mannsins rétt þar hjá. Í skúrnum voru fleiri klukkur sem hann hafði keypt til að dytta að og selja aftur.

Ég keypti gamla klukku af manninum og sótti seinna þegar henni hafði verið vandlega pakkað til flugferðar. Hún gekk þegar heim kom en ekki lengi. Hún stóð kyrr í mörg ár.

Í vetur þegar Pétur dó, fór ég með klukkuna til Boga hjá Kalla Úra á Sel-fossi. Bogi og Kalli yngri tóku hana í sundur og hreinsuðu verkið og stilltu.

Sú gamla slær og gengur rétt sagði Bogi. Hann benti mér á að í kassa sem lykur um úrverkið er letrað ártalið 1750. **Aldrei að gefast upp** er einkunnarsláttur gömlu Pétursklukkunnar og einkunnarorð Péturs voru: **Aldrei að gefast upp.**

Ég hætti æfingum í Val á fermingarári og kom til stjórnarstarfa á Hlíðarenda 24 árum síðar. Ég er ekki til frásagnar um allt sem Pétur Sveinbjarnarson kom til leiðar á stjórnarárum sínum í knattspyrnudeild og aðalstjórn Vals en ég þekki nógu vel til að segja að hann verðskuldar sæmdarheitið *Leiðtogi* –sem annars er ekki tengt við aðra Valsmenn en Séra Friðrik.

### Leiðtoginn

Þegar ég kom í stjórn Vals var Pétur að hætta í stjórn. Ég bankaði á dyrnar hjá honum á Miklubraut 48. Ég sagði honum að ég hefði ekki verið áður í stjórn hjá Val. Ég vildi fræðast og afla upplýsinga. Við sátum saman þrjá ógleymanlega eftirmiðdaga. Ég lærði og vandist lyktinni í Fjósínu. Pétur endurnýjaði Valshjarta mitt og við innsigliðum vináttu okkar.

Leiðtogamyndin skýrust af Pétri tengist vígslu Friðrikskapelli, 25. maí 1993.

Hann gekk úr Valshúsi með helgigrip til kapellunnar. Á eftir komu í einfaldri röð samverkamenn hans við byggingu hússins og hver maður hélt á kirkjugrip eða trúartákni.

Mér er til efs að Eisenhower sjálfur hafi haft jafn glæsilega fylgd.

Ég var í fyrstu kapellustjórninni. Hún lagði á ráðin með starfið í húsinu. Pétur var ekki í stjórninni en hann stakk að okkur hugmynd um að hafa kyrrðarstund í hádegi, einu sinni í viku. Hann hafði kynnst kyrrðarstundum í Laugarneskirkju og í Hallgrímskirkju, en þar mætti hann í hádegi á fimmtudögum.

Kyrrðarstundir hafa verið í Friðrikskapelli frá upphafi, í hádegi á mánudögum.

Til að byrja með voru þær allt árið, en síðar voru gerð sumarhlé.

Allt til dauða, hvern mánudag í 26 ár, var Pétur Sveinbjarnarson fastagestur í Friðrikskapelli.

Það köllum við traust og tryggð.



**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**



# Skemmtilegast að æfa körfubolta

**Ingunn Erla Bjarnadóttir er 15 ára og leikur körfuknattleik í 10. flokki, stúlknaflokki og meistaraflokki**

**Nám?** 10. bekkur í Hlíðaskóla.

**Hvað ætlar þú að verða?** Atvinnukona í körfubolta og mögulega verkfræðingur.

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Í meistaraflokki Vals og vonandi í landsliðinu.

**Af hverju Valur?** Ég hef verið að æfa körfubolta í Val síðan ég var 9 ára og bý í hverfinu.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfubolta?** Þau hafa stutt mig mikið, mæta á flesta leiki hjá mér og hjálpa mér að verða betri leikmaður með því að benda á hluti sem ég gæti bætt mig í.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Fjölskyldan mín hefur mikinn áhuga á íþróttum, mamma og báðir bræður mínir æfa fótbolta en ég og pabbi erum í körfubolta. Ég er samt sú eina, enn þá, sem hefur komist í meistaraflokk og í æfingahóp U15 og U16 ára landsliðsins.

**Af hverju körfubolti?** Þegar ég var yngri æfði ég ballet, fimleika, handbolta og spilaði á píano, en mér fannst ekkert jafn skemmtilegt og mér finnst körfuboltinn.

**Eftirminnilegast frá körfuboltaferlinum?** Þegar ég spilaði fyrsta meistaraflokksleikinn minn.

**Markmið fyrir þetta tímabil?** Markmið mitt er að verða betri liðsfélagi og verða ákveðnari og ákveðnari í leiknum.

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** Ég hef átt marga góða þjálfara en Gugga tók á móti mér þegar ég byrjaði í körfunni fyrst og var alveg æðisleg. En ég hef verið mjög heppin með þjálfara og Óli og Helena eru líka frábær.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** Þær eru allar frábærar en mér finnst Dagga standa upp úr. Hún er með svo góða boltameðferð og er svo góð í bæði sókn og vörn.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** Mér finnst Frank Aron Booker frekar athyglisverður vegna þess að hann er svo myndinn og skemmti-

legur karakter en einnig er hann góð skytta. Þótt hann mætti samt vera aðeins duglegri í leiknum.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í körfubolta hjá Val?** Það er góður fjöldi af yngri leikmönnum í minnibolta flokkunum eins og til dæmis stelpurnar sem ég þjálfá í minnibolta 8 og 9 ára, þar eru margar stelpur sem eru duglegar að æfa sig og gætu orðið góðir leikmenn þegar þær verða stórar.

**Fyrirmynd þín í körfubolta?** Systurnar Sverrisdætur eru miklar fyrirmyndir, og flestar í meistaraflokki Vals en einnig er Sara Rún Hinriksdóttir mikil fyrirmynd mín.

**Draumur um atvinnumennsku erlendis í körfubolta?** Það gæti verið að ég fari í háskóla erlendis og spili fyrir eitthvað lið í útlöndum. Ég er ekki búin að ákveða neitt enn þá, en það væri frábær reynsla að spila og æfa í útlöndum.

**Hverjir eru landsliðsdraumar þínir í körfubolta?** Mig langar að komast í A-landsliðið.

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Það eru margir hlutir, t.d. að vera hvetjandi og að geta fylgst með leikmönnum og benda á hvað væri hægt að bæta, eins og Óli gerir.

**Uppáhalds erlenda körfuboltafélagið?** Houston Rockets er eitt af upphalds liðunum mínum vegna þess að þar spilar James Harden. Og svo eru LA Lakers líka ofarlega.

**Nokkur orð um þjálfarateymið þitt hjá Val?** Helena Sverris. er að þjálfá mig í 10. og stúlknaflokki og hún er æði. Og svo eru Óli og Helena að þjálfá mig í meistaraflokki, Óli er algjörlega frábær þjálfari og ég er búin að læra mikið og hef náð að bæta mig síðan hann byrjaði að þjálfá mig.

**Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val?** Mér finnst helsti munurinn bara fjöldi áhorfenda á

leikjum karla og á leikjum kvenna. Ég er ekki viss um hvernig það væri hægt að breyta þessu og mér finnst þetta mjög skrítið vandamál.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?** Það væri til dæmis hægt að hafa kynningar eða fyrirlestra fyrir yngri flokkana varðandi ofbeldi og fordóma.

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** Halda áfram að vera með svona öflug lið í meistaraflokkunum og fjölga iðkendum yngri flokkanna.

**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val?** Hægt væri að auglýsa yngri flokka og einnig væri hægt að hafa fleiri vanaæfingar þar sem krakkarnir geta tekið með sér vini af sama aldri á æfinguna og þá gæti kviknað áhugi hjá þeim.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Ég myndi gera klefana og sturtu-aðstöðuna betri. Ég myndi líka bæta við öðrum körfuboltasal og stækka ræktina.

**Hvernig hefur Covid-19 haft áhrif á líf þitt á þessu ári, æfingar og keppni í íþróttum?** Þetta er búið að vera frekar erfitt, æfingar hætta og svo þegar reglurnar breytast byrja þær aftur og svo verður ástandið verra og þá megum við ekki æfa lengur. Fyrir seinni bylgjuna af Covid voru nokkrir leikir spilaðir í meistaraflokki, stúlkna- og 10. flokki þótt að fáir áhorfendur hafi verið leyfðir. Ég er samt búin að vera dugleg að æfa sjálf og mæta á zoom æfingar.

**Besta bíómynd?** Coach Carter er ofarlega á listanum en ég er ekki beint með neina upphalds mynd.

**Besta bók?** Ég á tvær upphalds bækur og það eru bókin Eleanor og Park annars vegar og Violet og Finch hins vegar.

**Einkunnarorð?** Gæs. G-get Æ-ætla S-skala.

**Hver stofnaði Val og hvenær?** Séra Friðrik, árið 1911.



Nokkrir vinir og samferðamenn Péturs úr Val: Sigurður Lárus Hólm, Halldór Einarsson, Grímur K. Sæmundsen, Friðrik Sophusson, Ólafur Gústafsson, Helgi Magnússon og Vilhjálmur Vilhjálmsson.

## Minnisvarði um Pétur Sveinbjarnarson á vegum Valsmanna

Í lok síðasta sumars heiðraði stjórn Sólheima í Grímsnesi Pétur Sveinbjarnarson með því að nefna nýtt torg í hjarta Sólheima í höfuðið á Pétri. Við hátíðlega athöfn á Sólheimum vígði félagsmálaráðherra, Ásmundur Einar Daðason, PÉTURSTORG. Pétur Sveinbjarnarson, sem lést í desember 2019, gegndi formennsku í stjórn Sólheima um aldarþriðjungsskeið.

Eins og kunnugt er, var Pétur einnig mikill forystumaður í Val. Hann var formaður knattspyrnudeildar á miklum uppgangstíma, tók við formennsku félagsins og var útnefndur heiðursfélagi Vals.

Ákveðið var að reisa minnisvarða um Pétur við Péturstorg sem var vígður um leið og torgið. Nokkrir vinir og samferðarmenn Péturs úr Val ákváðu að láta reisa minnisvarðann og kostuðu gerð hans. Við athöfnina flutti Friðrik Sophusson, fyrrverandi ráðherra, ávarp fyrir hönd hópsins og afhenti minnisvarðann. Einnig ávarpaði Sigurjón Þórsson, formaður Sólheima, samkomuna, svo og sonur Péturs, Guðmundur Ármann Pétursson.

*Helgi Magnússon tók saman.*



*Frá vinstri: Friðrik Sophusson, Vilhjálmur Vilhjálmsson, Ólafur Gústafsson og Valgeir Ástráðsson.*



„Æfum okkur að taka vel á móti öllum liðsfélögum okkar á æfingum,“ segir Pálmar Ragnarsson þjálfari hjá Val, fyrirlesari og höfundur bókarinnar Samskipti.

# Valsarar hafa góð áhrif á liðsfélaga sína

**Í íþróttum skiptir ekki einungis máli að æfa sig í tækni og líkamlegum styrk. Við þurfum einnig að æfa okkur í því að hafa góð áhrif á liðsfélagana.**

Góðir þjálfarar vilja hafa leikmenn í liðum sínum sem ná því besta úr liðsfélögunum. Þegar tveir leikmenn eru tæknilega jafn góðir kýs þjálfari frekar að hafa inni á vellinum þann leikmann sem er góður liðsfélagi frekar en þann leikmann sem er slæmur liðsfélagi.

Við getum æft okkur í því að vera góðir liðsfélagar alveg eins og við getum æft okkur í því að sparka, rekja eða kasta bolta. Við getum æft okkur í því að ná því besta úr liðsfélögum okkar alveg eins og við getum æft okkur í því að gera arm-beygjur og teygjur. Þetta er eitthvað sem allir ungir iðkendur sem vilja ná langt í íþrótt sinni ættu að hafa í huga í hvert sinn sem þið mætið á æfingar.

Mér hefur þótt einkennandi fyrir fjölmarga Valsara hvað þeir leggja sig fram við það að hafa góð áhrif á liðsfélaga sína. Sama með þá frábæru þjálfara sem ég hef kynnst á Hlíðarenda. Hér byggist andinn miklu frekar á því að byggja upp en að brjóta niður. Þetta hugarfar er algerlega til fyrirmyndar og stór ástæða fyrir

því hvað vel gengur að byggja upp öflugt yngri flokka starf á Hlíðarenda.

Í atvinnumennsku eru leikmenn sem hafa jákvæð áhrif í klefanum og styðja liðsfélaga sína áfram á erfiðum stundum gulls ígildi. Leikmenn sem rífa liðsfélaga sína í gang, kveikja neista, njóta virðingar og sýna virðingu. Þetta eru eftirsóttir leikmenn og nauðsynlegt er að hafa slíka einstaklinga innan liðs, ætli lík í hópíþrótt sér að ná langt. Þannig getur slíkur leikmaður verið verðmætari innan liðs og fengið að spila fleiri mínútur en annar leikmaður sem er bæði hæfileikaríkari og betur líkamlega byggður en hefur niðurrífandi áhrif innan hóps.

## **Svona geta Valsarar æft sig í því að að vera góðir leiðtogar:**

– Æfum okkur í því að taka vel á móti öllum liðsfélögum okkar á æfingum. Ekki aðeins þeim sem eru bestu vinir okkar eða flinkustu leikmennirnir heldur öllum í liðinu.



Pálmar Ragnarsson, þjálfari.

– Æfum okkur í því að láta öllum í okkar liði líða eins og þeir skipti máli í liðinu. Við viljum ná því besta úr öllum liðsfélögum okkar og til þess að fólk gefi allt sitt í íþróttina þarf því sama fólk að líða eins og þau skipta máli í liðinu.

– Verum hvetjandi og styðjandi þegar liðsfélagar okkar gera tilraunir sem bæði heppnast eða heppnast ekki. Hugsum um það hvernig líkamstjáning okkar er þegar liðsfélagi reynir eitthvað sem tekst ekki og tapar boltanum. Ranghvolfum við augunum, hristum höfuð og horfum niður eða getum við æft okkur í því að sýna meiri styðjandi líkamstjáningu. Til dæmis með því að klappa, halda höfðinu uppi, kalla eitthvað styðjandi, rétta upp hnefann og svo framvegis.

– Hrósum liðsfélögum okkar reglulega. Leggjum okkur fram við það að taka eftir því þegar liðsfélagar okkar taka framförum, leggja sig fram eða hafa góð áhrif.



Leggjum okkur einnig fram við það að hrósa þeim liðsfélögum sem eru ekki jafn tæknilega flinkir og aðrir í liðinu okkar. Ef okkur tekst að láta liðsfélögum okkar líða eins og þeir geti gert gagn í okkar liði, þá kveikjum við á löngun hjá þeim til þess að leggja sig enn meira fram og taka enn meiri framförum.

– Æfum okkur í því að taka sérstaklega vel á móti nýjum liðsfélögum í okkar liði. Förun og heilsum í upphafi æfingar, hjálpum þeim í gegnum æfinguna, finnum atriði til að hrósa fyrir og munum sérstaklega að kveðja í lok æfingar og spyrja hvort þeir ætli ekki pottþétt að koma aftur.

– Æfum okkur í því að bregðast við á hvetjandi hátt þegar upp koma erfiðleikar í keppni, erfiðar æfingar, þegar liðsfélagar reyna eitthvað sem tekst ekki og svo framvegis. Það getur haft mikil áhrif á allt liðið okkar hvort við bregðumst við á hvetjandi hátt eða á niðurrífandi hátt.

– Æfum okkur í því að hlusta á þjálfarann. Gefum þjálfurum alla okkar athygli þegar þeir tala og sýnum þeim að við séum að hlusta með líkamstjáningu okkar, hvernig við stöndum, snúum og berum okkur.

– Æfum okkur því að bera virðingu fyrir dómurum og andstæðingum. Dómarar eru í nær öllum tilvikum að leggja sig eins mikið fram og þeir geta. Við getum ekki stjórnað því hvernig dómara dæma. En við getum æft okkur í því að stjórna því hvað ákvarðanir dómara hafa mikil áhrif á leik okkar. Til eru leikmenn sem láta ákvarðanir dómara *engin* áhrif hafa á það hversu vel þeir spila. En það eru einnig til leikmenn sem láta ákvarðanir dómara hafa *mikil* áhrif á það hvernig þeir spila.

Með því að mæta á hverja æfingu með það í huga að maður ætli að æfa sig í því að verða góður liðsfélagi og leiðtogi er



Minnibolti stúlkna og drengja í körfubolta 2020.

maður að auka líkurnar á því að ná langt í íþróttinni. Á sama tíma erum við að auka líkurnar á því að ná langt í lífinu sjálfu því það sem við lærum og stundum í íþróttunum yfirferist síðan yfir á lífið sjálft.

Það er engin tilviljun hversu algengt er að glæsilegt íþróttafólk sé í stjórnumarstöðum á vinnustöðum landsins. Það er engin tilviljun af hverju svona margt öflugt íþróttafólk verður svona rosalega færir kennarar. Margir vinnustaðir vilja sérstaklega fá íþróttafólk til sín til starfa því stjórnendur vita hvað íþróttahugar-

farið getur haft góð áhrif á vinnustaðinn. Með því að æfa okkur í því að vera leiðtogar eða góðir liðsfélagar á Hlíðarenda erum við þannig að undirbúa okkur fyrir góð áhrif út allt okkar líf.

*Kæru Valsarar haldið áfram að hafa svona góð áhrif hver á annan og framtíðin er ykkar!*

*Kær kveðja  
Pálmar Ragnarsson  
Þjálfari Vals, fyrirlesari og  
höfundar bókarinnar Samskipti*



„Æfum okkur á því að hlusta á þjálfarann,“ segir Pálmar Ragnarsson.



Sigurður Már Helgason fyrsti formaður körfuknattleiksdeildar Vals færði félaginu rósir og hamingjuóskir fyrir fyrsta leik tímabilsins hjá karlalíðinu í Dominosdeildinni haustið 2020 í tilefni af 50 ára afmæli körfuknattleiksdeildar Vals. Sigurður Kristinn Pálsson framkvæmdastjóri Vals tók fyrir hönd félagsins á móti þessari ánægjulegu sendingu.

# Ljóti andarunginn sem varð að fallegum fugli

## Körfuknattleiksdeild Vals fagnaði 50 ára afmæli árið 2020

Ekki hefur fram hjá Valsmönnum að á undanförunum árum hefur verið mikill uppgangur hjá körfuknattleiksdeilinni hjá félaginu. Í fyrsta lagi hefur iðkendum fjölgað í yngri flokkum, meistaraflokkur karla hefur náð að festa sig í sessi í efstu deild og síðast en ekki síst hefur kvennalið félagsins sprungið út og náði árið 2019 loks að landa bæði sínum fyrsta Íslands- og bikarmeistaratitli. Miklar væntingar eru bundnar við áframhaldandi velgengi hjá körfuknattleiksdeildinni.

Körfuknattleiksdeild Vals fagnaði 50 ára afmæli ári þann 3. október síðastliðinn en 1970 sameinaðist Körfuknattleiksfélag Reykjavíkur (K.F.R.) Val og síðan hefur verið leikinn körfubolti undir merkjum Vals. Sigrarnir hafa verið margir á langri leið og inn á milli hefur gefið á bátinn eins og gengur. Fyrsti Íslandsmeistaratitill karla vannst þann 17. mars 1980 og fyrsti titill kvenna þann 28. apríl 2019. Margrét Bragadóttir í minja-

nefnd Vals hefur í tilefni af hálftrar aldar afmæli deildarinnar tekið saman fyrir Valsblaðið fróðlegt yfirlit yfir ýmis afrek sem hafa unnist í körfuknattleik hjá Val. Sigurður Már Helgason var fyrsti formaður körfuknattleiksdeildar Vals, og er að öðrum ólóstuðum faðir körfuboltans í Val. Hann færði félaginu rósir og hamingjuóskir fyrir fyrsta leik tímabilsins hjá karlalíðinu í Dominosdeildinni haustið 2020. Í tilefni af þessum merku tímamótum í sögu körfuknattleiksdeildar er ekki úr vegi að horfa til baka og rifja upp aðdraganda að stofnun deildarinnar 1970, ári áður en Valur fagnaði sextugsafmæli.

### Körfuknattleikur festir rætur á Íslandi

Körfuknattleikur er frekar ung íþróttgrein hér á landi og gaman er að geta þess að Eðvald Hinriksson, faðir Valsaranna Atla og Jóhannesar Eðvaldssonar,

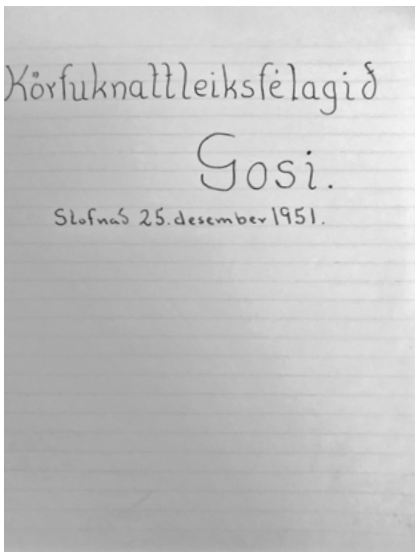
var einn af frumkvöðlum körfuknattleiksins á Íslandi en hann var ráðinn sem erlendur þjálfari í Vestmannaeyjum árið 1947 og beitti sér fyrir ýmsum nýjungum, reisti fyrstu körfuna í Vestmannaeyjum 1948 og kynnti þar íþróttina. Eðvald stóð fyrir sýningarkeppni í körfuknattleik á Hálogalandi 15. apríl 1951 og var það að öllum líkindum fyrsta opinbera keppnin í körfuknattleik hér á landi. Fyrsta Íslandsmótið í körfuknattleik karla var haldið 1952 og í kvennaflokki árið 1953. Fyrsta bikarkeppnin í karlaflokki var haldin 1970, sama ár og körfuknattleiksdeildin í Val var stofnuð en árið 1975 í kvennaflokki.

### Körfuknattleiksfélagið Gosi og K.F.R.

Gaman er að rekja aðdragandann að stofnun körfuknattleiksdeildar Vals til Körfuknattleiksfélagsins Gosa sem var stofnað 1951 á jóladag af nokkrum nemendum í Menntaskólanum í Reykjavík sem kepptu fyrir MR í skólámótum í körfubolta og léku einnig við ýmsa aðra hópa. MR tók t.d. árið 1951 þátt í óopinberu Íslandsmóti á Keflavíkurvelli ásamt ÍKF (Íþróttafélagi Keflavíkurflugvallar), Lögreglumönnum, Bókbindurum og nokkrum öðrum liðum sem skrapað var saman. Valdimar Sveinbjörnsson íþróttakennari í MR þekkti til körfubolta og kom æfingum af stað en það var engu að síður alfarið hugmynd strákanna að stofna Gosa og sjá um rekstur félagsins.

Guðmundur Árnason var einn af þeim sem stofnuðu Gosa í þeim tilgangi að æfa og keppa í körfuknattleik og telur Guðmundur að Gosi séu fyrsta og eina íþróttafélagið hér á landi sem hefur verið eingöngu stofnað til að leika körfuknattleik. Hann segir að þeir strákarnir hafi pantað t.d. búninga og körfuboltaskó frá Bandaríkjunum, fengið starfsmenn frá bandaríska sendiráðinu til að kenna þeim körfubolta og látið útbúa merki steypit í barnnælu. Það hafi verið mikið verk og kostnaðarsamt að reka deild samhliða námi og vinnu. Auk Guðmundar komu t.d. Marínó Sveinsson og Gunnar Torfason mikið við sögu sem brautryðjendur hjá félaginu.

Guðmundur segir líka að flestir í MR liðinu hafi verið KR-ingar og því fyrst beðið um að fá að stofna körfuknattleiksdeild 1951 í KR en þeir hafi fengið þvert nei við þeirri hugmynd. Síðan var körfuknattleiksdeild formlega stofnuð í KR nokkrum árum síðar eða 1955. Guðmundur lék handbolta og fótbolta með

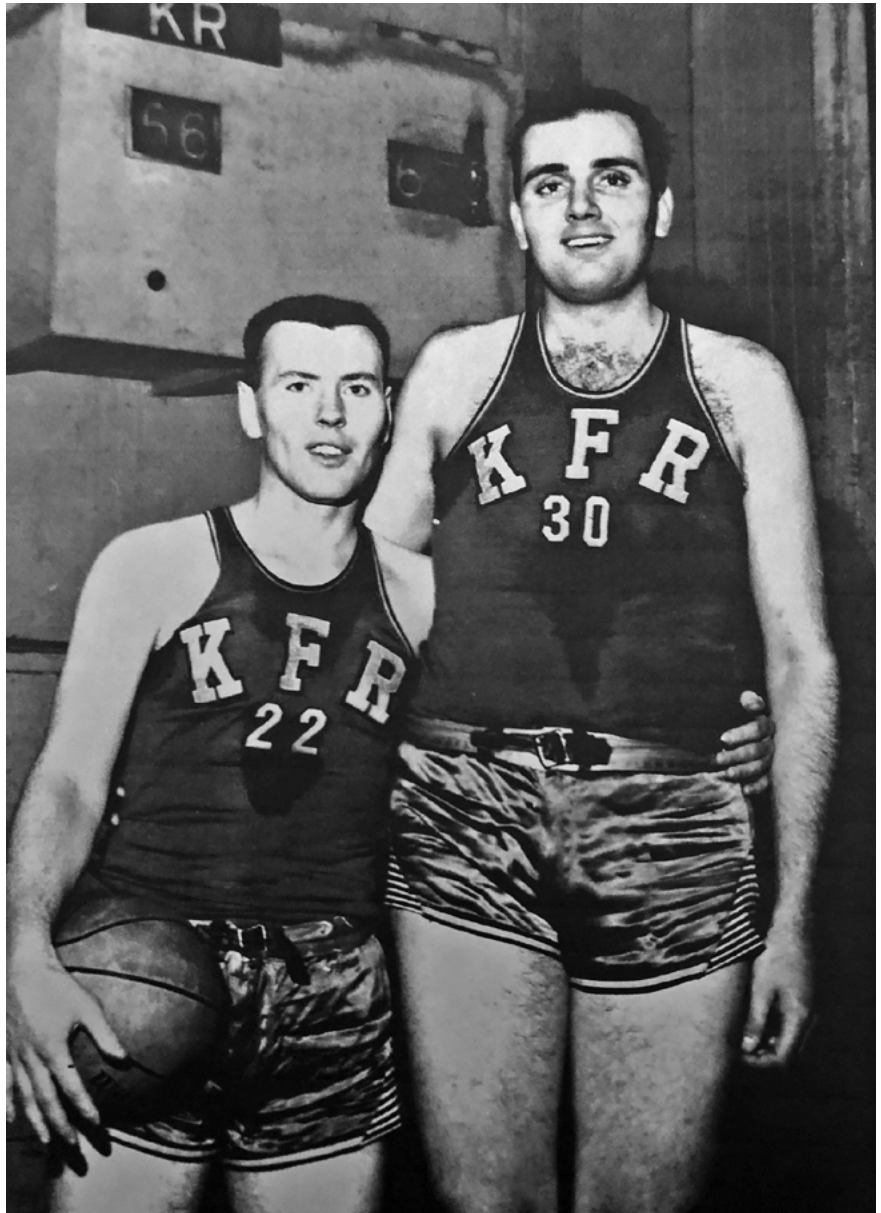


Úr fundargerðabók um stofnun Körfuknattleiksfélagsins Gosa.

KR og hefur alla tíð verið stuðningsmaður KR og fjölskyldan öll.

Gosi fékk ekki við stofnun formlega aðild að Íþróttabandalagi Reykjavíkur fyrst í stað en keppti engu að síður sem gestalið á fyrsta Íslandsmóttinu í körfuknattleik sem fram fór á árinu 1952 sem eitt stofnfélaga efstu deildar. Félagið vann einnig til Íslandsmeistararitla í yngri flokkum undir merkjum Gosa næstu árin. Guðmundur Georgsson var formaður félagsins flestöll fyrstu árin en hann kom einnig mikið við sögu K.F.R. og körfuknattleiksdeildar Vals í upphafi. Þótt félagið hafi í upphafi verið stofnað og rekið af strákum í MR þá var fljótlega opnað á inngöngu almennra iðkenda í meistaraflokk og yngri flokka. Ólafur Thorlacius kom þannig inn í meistaraflokk og varð síðan spilandi þjálfari, bæði hjá K.F.R. og síðar hjá Val.

Í lok árs 1957 var ákveðið að breyta nafni félagsins í Körfuknattleiksfélag Reykjavíkur og minnst Guðmundur Árnason þess að nafnið Gosi hafi þótt heldur unngæðislegt og að erfitt hafi verið að afla fjár af þeim sökum. Ólafur Thorlacius minnst þess að stofnendur félagsins hafi ekki talið Gosanafnið nægilega virðulegt. En a.m.k. var nafninu breytt. Jafnframt var tilkynnt um ráðningu Eðvalds Hinrikssonar (Mikson) sem aðalþjálfara félagsins. Undir hinu nýja heiti urðu liðsmenn Körfuknattleiksfélags Reykjavíkur tvívegis Reykjavíkumeistarar, auk þess sem starf yngri flokka var ætíð kraftmikið. Ólafur Thorlacius minnst þess að undir það síðasta hafi verið mjög erfitt að halda úti starfi yngri flokka, þar sem K.F.R. hafi verið í



Ólafur Thorlacius þjálfari og Sigurður Már Helgason formaður körfuknattleiksdeildar Vals voru jafnframt leikmenn við stofnun deildarinnar.

miklum vandræðum með æfingaaðstöðu og höfðu heldur ekki félagsaðstöðu. Hann segir að yngri flokka starfið í körfunni hafi gengið miklu betur hjá Val og að það hafi verið til mikilla bóta að sameinast Val sem heppnaðist vel. Guðmundur Árnason segist ekki hafa tekið mikinn þátt í stofnun körfuknattleiksdeildar Vals en segist hafa leikið þar einn leik í 1. flokki í körfuknattleik.

### Körfuknattleiksfélag Reykjavíkur (K.F.R.) gaf út veglegt 10 ára afmælisrit

Það hefur greinilega verið mikill kraftur og hugsjónamennska í félagsstarfinu hjá KFR allt frá stofnun þess en árið 1962

gaf það út veglegt blað í tilefni af afmæli sínu sem nefndist: **Körfuknattleiksfélag Reykjavíkur 10 ára**. Þarna er einnig fjallað um tímabilið frá 1952–1957 þegar félagið var nefnt Gosi. Telja má útgáfu af þessu tagi einstaka og í raun í anda þess sem Valsmenn hafa ræktað með því að skrá söguna í Valsblöðum og afmælisritum. Í Þjóðviljanum 29. september er m.a. sagt um útgáfuna: „Hafa þeir Ari Guðmundsson, Guðmundur Árnason, Guðmundur Georgsson og Ingi Þorsteinsson séð um útgáfuna. Ritnið hefst á ávörpum frá forseta ÍSÍ, Benedikt G. Waage, og frá forseta KKÍ, Boga Þorsteinssyni. Guðmundur Georgsson ritar greinina KFR 10 ára, Valdimar Sveinbjörnsson greinina Körfuknattleikur, Ingi



Meistaraflokkur Vals í körfuknattleik 1972–1973. Efri röð frá vinstri: Jóhannes Magnússon, Stefán Bjarkason, Sigurður Þórarinnsson, Sigurður Hjörleifsson, Hafsteinn Hafsteinsson og Ólafur Thorlacius þjálfari. Nedri röð frá vinstri: Jón Ingvar Ragnarsson, Kári Marísson, Þórir Magnússon og Jens Magnússon.

Þorsteinsson greinarnar *Mót og kappleikur í 10 ár, Kappleikur og ferðalög innanlands og önnur landsliðsferðin, Ingólfur Örnólfsson skrifar greinina Fyrsti landsleikur Íslendinga í körfuknattleik og Einar Matthíasson greinina Bob Cousy, „litli risinn“*. Má sjá af þessu yfirliti um efni ritsins, að þarna eru samankomnar ágætar heimildir um sögu körfuknattleiksins hér á landi á þessu 10 ára árabili. Enn fremur er í ritinu fjöldi mynda frá leikjum og mótum.“

## Körfuknattleiksdeild hjá Val 1970

Í september 1970 rann starfsemi K.F.R. inn í körfuknattleiksdeild Vals eins og áður hefur verið rakið og K.F.R. var formlega lagt niður. Á stofnfundinum var kosin stjórn sem var þannig skipuð: Sigurður Már Helgason formaður, Rafn Haraldsson varaformaður, Auðunn Ágústsson gjaldkeri, Guðmundur Eiríksson bréfitari og Örn Harðarson ritari. Í varastjórn voru: Ólafur Thorlacius þjálfari meistaraflokks Vals í körfuknattleik, Torfi Magnússon, Þórir Magnússon, Guðmundur Hallgrímsson, Guðmundur Árnason og Guðmundur Georgsson.

Í október 1970 skömmu eftir stofnfundinn sendi aðalstjórn Vals frá sér fréttatilkynningu þar sem m.a. segir: *Að undanförunu hafa farið fram umræður milli Knattspyrnufélagsins Vals og*

*stjórnar Körfuknattleiksfélags Reykjavíkur, um þá ósk K.F.R. að gerast deild í Val. Mál þetta var ítarlega rætt bæði innan stjórnar Vals, í fulltrúaráðinu og síðan lagt fyrir auka-aðalfund, þar sem það var endanlega samþykkt. Hinn 3. október 1970 var svo stofnfundur körfuknattleiksdeildar Vals haldinn að félagsheimilinu að Hlíðarenda. Þar gerði formaður Vals, Þórður Þorkelsson glögga grein fyrir málinu og gangi þess. Auk Þórðar tóku til máls m.a. Sigurður Helgason og Guðmundur Georgsson frá K.F.R. og lýstu ánægju sinni yfir þessum málavöxtum. Ýmsir fleiri töluðu þarna og töldu ræðumenn allir, að vel hefði tekist til í sambandi við mál þetta, þar sem fyrir eda síðar myndi þessi íþróttgrein verða tekin á stefnuskrá Vals, hefði því verið mjög misráðið ef lausn máls þessa hefði orðið með öðrum hætti en raun varð á.*

## Sigurður Már Helgason fyrsti formaður körfuknattleiksdeildar Vals

Valsblaðið ræddi árið 1970 við Sigurð Helgason fyrsta formann körfuknattleiksdeildar Vals en hann hafði áður verið formaður K.F.R. og hafði hann frá ýmsu að segja. Þar segir hann m.a. um starfsemi félagsins og stofnun deildarinnar í Val: „Ýmsar ástæður lágu til þess að við fórum að leita fyrir okkur hjá Val, hvort

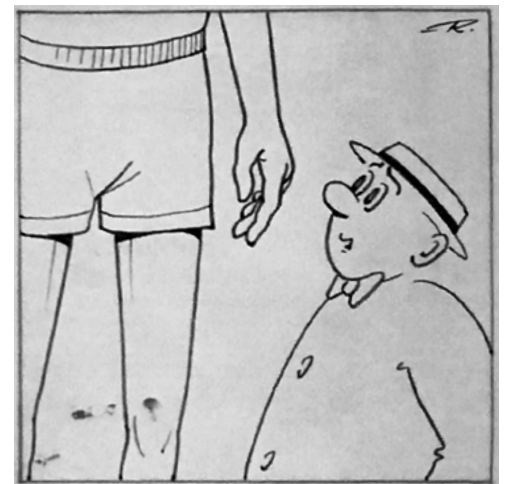
**Auglýsing sem birtist í dagblöðum skömmu eftir stofnun körfuknattleiksdeildar Vals sýnir áherslu strax í upphafi á starf yngri flokka. Aðrir flokkar voru með æfingar í Laugardalshöll, Kennaraháskólanum og Gagnfræðaskóla Austurbæjar.**

Æfingar eru nú hafnar af fullum krafti hjá 3. og 4. fl. hjá hinni nýstofnuðu körfuknattleiksdeild Vals og eru á eftirtöldum dögum:

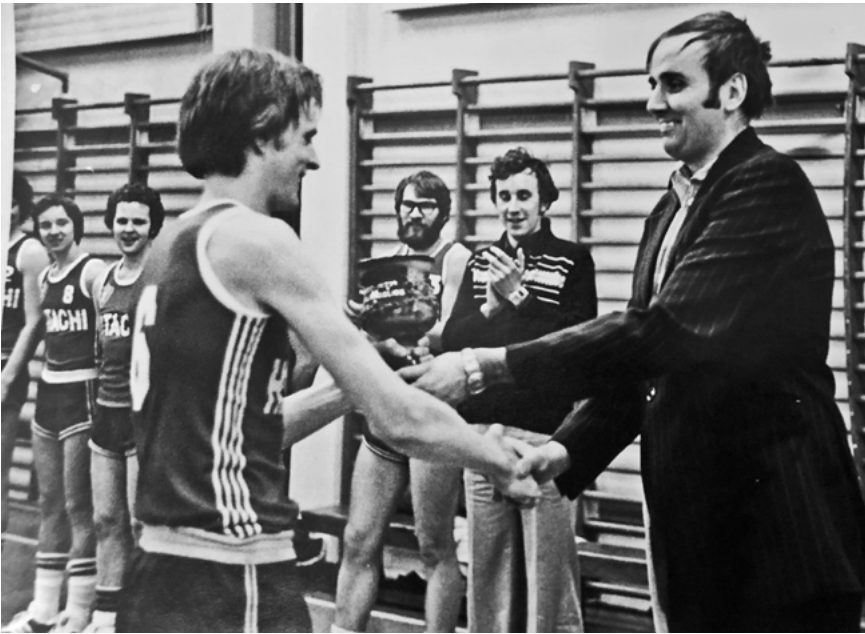
Föstudögum kl. 6 J Áftamýrarskóla  
Laugardögum kl. 6.10 í Valsheimilinu  
Sunnudögum kl. 5.20 í Valsheimilinu.

Og verða flokkarnir með sameiginlegar æfingar til að byrja með. Deildin á því láni að fagna að hafa fengið til starfa sem þjálfara fyrir yngri flokkana, hina þekktu og reyndu körfuknattleiksmenn: Þórir Arinbjarnarson, Einar Matthíasson og Þórir Magnússon. Stjórnin hefur sett sér það takmark að efla yngri flokka deildarinnar.

*þar væri hljómgrunnur fyrir því að við kæmum sem félagar og þá deild í Val. Var fyrir ári síðan byrjað að leita hófanna um þetta. Útlitið hjá okkur var ekki sem best. Við höfðum hvergi félagssvæði, til stóð að rífa Hálogaland, en þar höfðum við þó svólítinn geymslukassa fyrir knetti, en það hús var okkar aðalvígi. Það var úr vöndu að ráða, átti að gefast upp, eda að leita að nýjum grunni til að starfa á. Það var almenn skodun okkar að halda saman*



**Boggi blaðamaður.** *Af hverju byrjaðir þú að spila körfubolta? Sigurður Már Helgason var stundum nefndur „risinn“ og þessi skopmynd úr Vísí sýnir það vel þar sem hann kemst ekki nema hálfur á myndina.*



Valsmenn efndu til hradmóts milli jóla og nýárs 1974 og flest lið úr efstu deild tóku þátt. Sigurður Mór Helgason formaður körfuknattleiksdeildar sem gaf bikarinn afhendir Torfa Magnússyni hann. Aðrir á myndinni frá vinstri: Hjörleifur Þórarinnsson, Ríkharður Hrafnkelsson, Hafsteinn Hafsteinsson, Sigurður Þórarinnsson og Sigurður Mór Helgason.

áfram, og leita að nýjum leiðum, og þá kom þessi hugmynd upp. Þetta var ekki sársaukalaust, en þetta var stórt félag með mikla félagslega aðstöðu sem okkur hefur alltaf vantað, þó þetta hafi einhvern veginn hjargast. Ég taldi hins vegar að við legðum það mikið með okkur til Vals, að við stæðum á svipuðu stigi og Valur, sem sagt, við legðum til fólk, en þeir aðstöðuna. Fyrir okkur vakti að þetta gæti orðið til eflingar íþróttinni, og að við gætum haldið áfram að vera félagar, þó nafnið væri annað. Stofnfundurinn var svo haldinn í Félagsheimili Vals 3. okt. eins og fyrr var getið, og þar sá körfuknattleiksdeild Vals dagsins ljós, en við kvöddum okkar kæra KFR þann sama dag og geymum að sjálfsögðu margar góðar minningar frá því félagi. ... Við munum gera okkar besta, og takist okkur að nýta aðstöðuna hjá Val vona ég að „Ljótí andarunginn“ geti orðið að fallegum fugli er fram líða stundir.“

## Þórir Magnússon – Hef alltaf lítið á mig sem Valsmann

Í nóvemberhefti Íþróttablaðsins 1970 sem Íþróttasamband Íslands gaf út er m.a. viðtal við Þóri Magnússon körfuknattleiksmann sem þá var nýgenginn í Val ásamt félögum sínum í K.F.R. Þar segir orðrétt: „Hið rótgróna íþróttafélag, Valur, sem löngum hefur verið þekkt fyrir snjalla

knattspyrnumenn og ágætt handknattleiksfólk, mun að öllum líkindum láta að sér kveða á næstunni sem eitt besta körfuknattleiksfélag landsins, eins ótrúlega og það hljómar nú. En körfuknattleikur í Val er staðreynd, jafnvel þó að gamlir Valsmenn eigi erfitt með að setta sig við svo „framandi“ íþróttagrein innan félagsins. Má geta þess, að þegar það kom til tals að Körfuknattleiksfélag Reykjavíkur gengi í heilu lagi inn í Val og yrði eftirleiðis sérstök körfuknattleiksdeild í félaginu, varð slíkur ágreiningur í aðalstjórn Vals um málið, að tvívegis varð að greiða atkvæði, áður en samþykki fékkst. En yfirleitt eru þó Valsmenn hæstánægðir með hina nýju körfuknattleiksdeild sína, ekki síst fyrir þá sök, að nú á Valur ekki aðeins landsliðsmenn í knattspyrnu og handknattleik heldur einnig í körfuknattleik. Og landsliðsmaður Vals í körfuknattleik er ekki af verri endanum. Það er Þórir Magnússon.“

Fram kemur í viðtalinu að Þórir hafi unað hag sínum vel í K.F.R. og að félagið hafi náð góðum árangri, m.a. orðið Reykjavíkurreiðstari en einnig kemur fram að félagið hafi átt í miklum fjárhagslegum erfiðleikum og að félagsstarfið hafi verið í molum og enga aðstöðu til æfinga og því hafi verið leitað að hentugu íþróttafélagi sem endaði með stofnun körfuknattleiksdeildar hjá Val

árið 1970 sem tók við K.F.R. bæði meistaraflokki, yngri flokkum og þjálfurum. Í viðtalinu er Þórir spurður nokkurra spurninga um komuna í Val.

„Er ekki einkennilegt að vera allt í einu orðinn Valsmáður Þórir? – Alls ekki. Ég hef alltaf lítið á mig sem Valsmann, því að ég æfði knattspyrnu með Val í yngri flokkunum og dunda við knattspyrnu enn þá.

Voru Valsmenn hrifnir af því að fá körfuknattleiksdeild? – Ekki get ég sagt, að fyrstu viðbrögðin hafi verið jákvæð. Þeir óttuðust fyrst, að við myndum ræna piltum úr öðrum greinum hjá Val, en það var auðvitað aldrei ætlun okkar. Það, sem fyrst og fremst vakti fyrir okkur, var að fá inni hjá félagi, sem hefði trausta aðstöðu. Í staðinn ætlum við að leggja getu okkar af mörkum, svo að Valur verði öflugt körfuknattleiksfélag, ekki síður en knattspyrnu- og handknattleiksfélag.

Og hvernig hefur sambúðin verið? – Mjög góð, og það, sem er kannski meira um vert, að félagaskiptin hafa haft góð áhrif. Hvort það stafar af rauðu búningunum, veit ég ekki, en hins vegar er um miklar framfarir að ræða, einkum og sér í lagi hjá yngri flokkunum. Áhuginn er mjög mikill og er ég sannfærður um, að körfuknattleikur á eftir að dafna vel í Val.“ Athyglisvert er að heyra hvað Þórir Magnússon hefur haft að segja um Val strax sama haust og deildin var stofnuð.

## Horft til baka til upphafsins

Eins og áður hefur komið fram, þá færði Sigurður Mór Helgason Knattspyrnufélaginu Val rósir og hamingjuóskir í til efni af hálf frá aldar afmæli körfuknattleiks hjá félaginu. Valsblaðið hafði samband við Sigurð til að fá hann til að rifja upp nokkra eftirminnilega atburði frá upphafsárunum.

En hvernig kom það til að þú byrjaðir að spila körfuknattleik? „Ég byrjaði að æfa körfubolta með Gosa 15 ára 1955 eftir að hafa séð erlend lið spila sýningarleik í körfubolta í Hálogalandi, en þarna voru Bandaríkjamenn að kynna körfubolta fyrir Íslendingum sem dæmi um jákvæða kynningu á menningu Bandaríkjanna. Held að ég hafi þótt heppilegur í körfubolta þar sem ég er 2.10 m á hæð. Ég spilaði með Gosa og síðar Körfuknattleiksfélagi Reykjavíkur í 15 ár þangað til K.F.R. var lagt niður og gekk í heilu lagi í Val. Einnig var ég þjálfari yngri flokka.“

Hvernig kom til að K.F.R. varð að körfuknattleiksdeild hjá Val 1970? „Eftir



Guðmundur Hallgrímsson boðaði gamla Valsmenn í Fjósið 2018 til fundar. Aftari röð frá vinstri: Marinó Sveinsson, Torfi Magnússon, Guðmundur Eiríksson, Sigurður Már Helgason, Gísli Guðmundsson, Sigurður Þórarinsson, Kristinn Valtýsson, Jens Magnússon, Hafsteinn Hafsteinsson, Helgi Kjærnested, Ágúst Óskarsson og Kjartan Jóhannesson. Fremri röð frá vinstri: Guðmundur Hallgrímsson, Þórir Magnússon, Bjarni Bjarnason og Haraldur Haraldsson.

að íþróttahúsið á Hálogalandi var ekki lengur til staðar fyrir okkur í kjölfar þess að Laugardalshöllin var reist, þá urðum við húsnaðislausir, höfðum hvorki æfinga- né félagsaðstöðu. Auk þess var rekstur K.F.R. erfiður og félagsstarfið ekki nægilega öflugt. Við vorum að leita að íþróttafélagi þar sem við gætum byggt upp körfuknattleiksdeild frá grunni, bæði meistaraflokka og yngri flokka en vildum ekki ganga inn í aðra deild, heldur vinna sem heild áfram og byggja starfið upp. Við vorum að leita að húsaskjóli, félagsaðstöðu og andlegum stuðningi frá rötgrónu íþróttafélagi og Þórður Þorkelsson formaður Vals reynist okkur mjög vel allt frá upphafi. Ég gerði mér líka grein fyrir því að starfið myndi eflast við að ganga í Val. Einnig er mikilvægt að fram komi að bæði Bergur Guðnason og Pétur Sveinbjarnarson sem voru formenn Vals á upphafsárum deildarinnar, voru mjög áhugasamir um hag hennar og vöxt.“

#### *Hvernig voru upphafsárin hjá Val?*

„Ég var kjörinn fyrsti formaður körfuknattleiksdeildar og sinnti því hlutverki í þrjú ár, - þjálfaði einnig yngri flokkana og lék einnig í byrjun í meistaraflokki en hætti því fljótlega eftir komuna í Val. Við fengum ekki æfingaaðstöðu hjá Val en fengum hins vegar félagsaðstöðu og aðstöðu fyrir stjórnarfundi. Við vorum afar sjálfstæð eining hjá félaginu fyrstu árin og lítil sem engin tengsl voru á milli

deilda á þeim tíma en ég sat fundi í aðalstjórn. Rekstur körfuknattleiksdeildarinnar var alveg sjálfstæður, við sáum um ráðningu þjálfara yngri flokka, fjáröflun og allt utanumhald. Við vorum með hugsjónafólk í þjálfun sem vann hljóðlaust. Mikil sjálfboðavinna var hjá þjálfurum á þessum árum sem keyrðu af hugsjón út um allt land í leiki en foreldrastarf þekktist ekki. Einnig vorum við fyrsta deildin til að flytja inn erlenda körfuboltaþjálfara sem var mikil lyftistöng og hafði góð áhrif á útbreiðslu körfuknattleiks á Íslandi. Þjálfararnir héldu líka námskeið fyrir kennara sem voru á vegum menntamálaráðuneytisins. Guðmundur Hallgrímsson var frumkvöðull á því sviði en hann hafði búið í Bandaríkjunum og hafði þar góð sambönd. Aðkoma hans skipti sköpun um þróun körfuboltans hjá okkur og hefur Guðmundur einnig haft frumkvæði að því að kalla saman þá sem unnu saman að framgangi körfuboltans á þessum árum, bæði hjá K.F.R og Val. Ég var í þrjú ár formaður körfuknattleiksdeildar Vals en hætti þá afskiptum af körfunni hjá Val og á margar góðar minningar frá upphafsárunum og góð samskipti við alla þá fjölmörgu sem studdu við starfið. Prautseigja stofnendanna var mikil og vil ég sérstaklega nefna Auðunn Ágústsson sem var gjaldkeri með mér í K.F.R og í Val, afar öflugur. Nefni einnig

Einar Matthíasson þjálfara og Marinó Sveinsson stjórnarmann sem öflugur og mikilvæga liðsmenn. Síðast en ekki síst er Sigurður Þórarinsson sem tók við af mér sem öflugur formaður deildarinnar sem lagði m.a. grunninn þeim árangri sem félagið náði á næstu árum og fram yfir 1980. Mér þótti sérstaklega vænt um þegar Pétur Guðmundsson körfuknattleiksmaður í Val var heiðraður hjá ÍSÍ fyrir nokkrum árum og valinn í heiðurshöll ÍSÍ, þá þakkaði hann mér sérstaklega fyrir þjálfun og kennslu á sínum tíma.“ segir Sigurður Már Helgason að lokum.

Valsblaðið heyrði einnig í Torfa Magnússyni sem hefur verið viðloðandi körfuboltann í Val allt frá stofnun deildarinnar 1970 fram á þennan dag. Hann byrjaði að æfa körfubolta hjá K.F.R. 12 ára gamall og varð t.d. Íslandsmeistari með 4. flokki 1969, líklega fyrsti og eini Íslandsmeistaratitill K.F.R. Hann varð einnig Íslandsmeistari í 3. flokki með Val 1971 með sama strákahópnum en það var jafnframt fyrsti titill Vals í körfubolta. Hann segist hafa verið mjög ánægður þegar K.F.R. gekk í Val. „Ég hef í raun alltaf verið Valsari en ég bjó í Valshverfinu og var Valsari fyrir eins og margir af strákunum í liðinu sem komu flestir úr Austurbjarskóla og við vorum ánægðir með að fá að spila körfubolta fyrir Val,“ segir Torfi. Hann hefur einnig gaman að rifja upp að Búbbi (Jóhannes Eðvaldsson), sonur Edvalds Hinrikssonar frumkvöðuls í körfuknattleik á Íslandi, hafi verið um tíma þjálfari hans í Val skömmu eftir stofnun deildarinnar, þá nýútskrifaður íþróttakennari frá Laugarvatni og leikmaður Vals í knattspyrnu og síðar atvinnumaður.

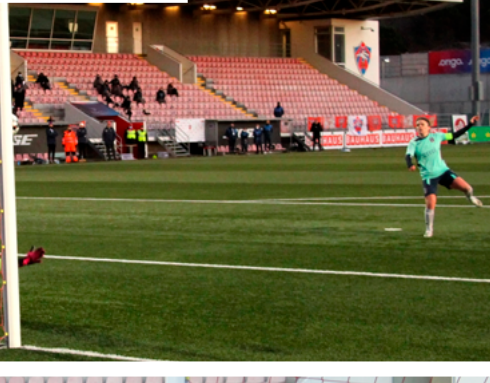
Valsblaðið þakkar Sigurði Má Helgásyni, Torfa Magnússyni, Guðmundi Árnasyni og Ólafi Thorlacius fyrir að veita innsýn annars vegar í starfið á upphafsárum körfuboltans í Val og hins vegar fyrir fróðleik um Gosa og K.F.R. Einnig Guðmundi Hallgrímssyni og Sigurði Lárusi Hólmi fyrir hvatningu og ábendingar um viðmælendur.

*Efni í þessa samantekt er fengið beint frá nokkrum viðmælendum sem tengjast með beinum hætti upphafi körfuboltans í Val og einnig úr Valsblöðum frá 1970 og 1972, Íþróttablaðinu frá 1970 og úr dagblöðum sem eru aðgengileg á timarit.is.*

*Valsblaðið óskar körfuknattleiksdeild Vals til hamingju með fimmtugsafmælið.*



**Valsstúlkur í Evrópukeppni meistaraliða á Origo vellinum í nóvember. Valur vann HJK Helsinki 3-0 en tapaði fyrir Glasgow City eftir framlengingu og vítaspyrnukeppni, 3-4. Ljósmyndir tók Þorsteinn Ólafsson.**





**Meistaraflokkur Vals í knattspyrnu kvenna 2020.** Mynd tekin fyrir leik Vals og HJK Helsinki í Evrópukeppni meistaraliða þann 4. nóvember 2020. Fremri röð frá vinstri: Hallbera Guðný Gísladóttir, Elín Metta Jensen, Sandra Sigurðardóttir, Gunnhildur Yrsa Jónsdóttir, Elísa Viðarsdóttir, Bergdís Fanney Einarsdóttir, Ásdís Karen Halldórsdóttir og Jóhann Emil Elíasson styrktarþjálfari. Aftar röð frá vinstri: Ásta Árnadóttir sjúkráþjálfari, Aldís Guðlaugsdóttir, Hildur Björk Búadóttir, Karen Guðmundsdóttir, Diljá Ýr Zomers, Anna Eiríksdóttir, Lillý Rut Hlynisdóttir, Mist Edvardsdóttir, Hlín Eiríksdóttir, Dóra María Lárusdóttir, Málfríður Anna Eiríksdóttir, Thelma Björk Einarsdóttir, Ída Marin Hermannsdóttir, Eiður Benedikt Eiríksson þjálfari, Kjartan Sturluson markvarðaðþjálfari og Pétur Pétursson þjálfari. Á myndina vantar Ásgerði Stefaníu Baldursdóttur, Fanndísi Friðriksdóttur, Guðnýju Árnadóttur og Maríu Hjaltalín liðs stjóra. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafsson.

# Íslandsmeistarar karla og fjölbreytt starf við skrýtnar aðstæður

## Árskýrsla knattspyrnudeildar Vals 2020

### Stjórn knattspyrnudeildar starfsárið 2020

**E. Börkur Edvardsson** formaður og formaður meistaraflokksráðs karla  
**Jón Höskuldsson** varaformaður og formaður meistaraflokksráðs kvenna  
**Bragi G. Bragason** ritari  
**Jón Grétar Jónsson** formaður markaðs- og samfélagsmiðla  
**Rósa M. Sigbjörnsdóttir** meðstjórnandi  
**Davor Purucic** varafulltrúi og formaður öryggisgæslu  
**Íris Andrésdóttir** varafulltrúi  
**Þorsteinn G. Hilmarsson** varafulltrúi markaðs- og samfélagsmiðla  
**Þorsteinn Guðbjörnsson** varafulltrúi og formaður heimaleikjaraðs

### Áhrif Covid-19 á rekstur knattspyrnudeildar Vals

Knattspyrnudeildin skilaði verulegum hagnaði árin 2018 og 2019 samtals um 100 milljónum króna. Gert var ráð fyrir erfiðu rekstrarári 2020 í áætlunum sem raunin varð þar sem meistaraflokkur

karla náði ekki í Evrópusæti á árinu 2019 og tekjumissirinn því verulegur í kjölfarið. Árið 2021 verður áskorun fyrir deildina rekstrarlega séð því þegar þetta er skrifað þá ríkir æfinga- og keppnisbann og ekki vitað hvenær því verðu aflétt. Í vor voru settar sóttvarnareglur sem höfðu gríðarleg áhrif á fótboltann, fjöldatakmarkanir voru frá 50 til 200 manns í hólfum á einhverjum leikjum og svo áhorfendabann á mörgum leikjum. Tekjur af miðasölu og sölu veitinga voru því nánast engar. Knattspyrnudeildin hefur í gegnum tíðina verið í öflugum samstarfi við fjölmörg fyrirtæki, mörg stóðu vel með okkur en því miður þá heltust einhver úr lestinni, þar sem ástandið hafði haft neikvæð áhrif á rekstur þeirra.

### Aðgerðir sem gripið var til vegna Covid-19

Í mars var vinnuhópur innan Vals settur á laggirnar til að meta áhrif Covid-19 á rekstur félagsins. Hópurinn skilaði niðurstöðum í lok mars. Það lá fyrir að einhverjir tekjupóstar félagsins myndu

hverfa eða minnka mikið, til að mynda viðburðir, salarleiga, vörusala, veitingasala í Fjósínu, miðasala, auglýsingar og svo framlög styrktaraðila. Við þessu varð að bregðast og var því leitað til leikmanna og þjálfara um að taka þátt í að komast yfir þessa erfiðleika með því að taka á sig launalækkunar út árið 2020. Samstaðan var einstök þar sem allir voru þátttakendur í þessum aðgerðum, sem sýnir styrk og samstöðu félagsins. Það er ekki sjálfgefið að leikmenn og þjálfarar taki á sig launalækkunar, því ber að þakka öllum fyrir framlag þeirra til þessara aðgerða. Einnig var unnið að lækkun á öllum rekstrarkostnaði samhliða því að reyna að sækja nýjar tekjur.

### Erum við ekki öll í sama liði?

Landslið Íslands í knattspyrnu kvenna og karla hafa náð frábærum árangri á undanförunum árum. Liðin hafa verið á hverju stórmótinu á fætur öðru og nú nýverið vann landslið kvenna sér inn þátttökurétt í úrslitakeppni Evrópumótsins sem haldin verður á Englandi og þar á undan hafði





*Íslandsmeistarar Vals í Pepsí Max deild karla 2020. Stjórn KSÍ samþykkti á fundi sínum þann 30. október 2020, að hætta keppni í Íslandsmótum og bikarkeppni KSÍ 2020 í samræmi við 5. grein í reglugerð um viðmiðanir og sértækar ráðstafanir vegna heimsfaraldurs kórónaveiru (Covid-19) sem samþykkt var og gefin út í júlí 2020 af stjórn KSÍ. Ákvörðunin tók gildi sama dag. Í 5. grein reglugerðarinnar kemur fram að hafi að lágmarki 2/3 hlutar heildarleikja í efstu deild, 1. deild og 2. deild verið leiknir samkvæmt mótaskrá ræður meðalfjöldi stiga hvers liðs fyrir sig í hverjum leik sem það hefur lokið á þeim degi þegar móti er aflýst endanlegri niðurröðun. Telst Íslandsmótinu þar með lokið. Skulu þá Íslandsmeistarar krýndir og lið færast á milli deilda með sama hætti og ef allir leikir í öllum deildum á Íslandsmóti hefðu verið leiknir. Valur er því Íslandsmeistari 2020 og myndin sem hér fylgir með var tekin þegar tilkynning KSÍ barst félaginu síðdegis þann 30. október 2020. Myndin er hins vegar táknræn þar sem Íslandsmeistararnir eru allir með grímur vegna heimsfaraldursins.*

*Fremstir eru f.v. Einar Karl Ingvarsson, Kristinn Freyr Sigurðsson, Haukur Páll Sigurðsson, Lasse Petry Andersen og Andri Adolphsson. Í miðröð eru f.v. Heimir Guðjónsson þjálfari, Srdjan Tufegdzic aðstoðarþjálfari, Halldór Eyþórsson liðsstjóri, Kasper Hogh, Aron Óskar Þorleifsson, Sigurður Egill Lárusson, Orri Sigurður Ómarsson, Rasmus Steenberg Christiansen, Kaj Leo í Bartalstovu, Birkir Heimisson, Haraldur Árni Hróðmarsson yfirþjálfari yngri flokka og Jóhann Emil Eliásson. Efsti röð f.v. Eiríkur K Þorvarðarson styrktarþjálfari, Sveinn Sigurður Jóhannesson, Hannes Þór Halldórsson, Sebastian Starke Hedlund, Patrick Pedersen, Eiður Aron Sigurbjörnsson, Magnus Egilsson, Birkir Már Sævarsson, Sverrir Páll Hjaltested, Aron Bjarnason og Valgeir Lunddal Friðriksson. Ljósmynd tók Þorsteinn Ólafsson.*

21 árs lið karla unnið sér inn þátttökurétt á lokamót EM sem verður í Slóveníu og Ungverjalandi á árinu 2021.

Árangur knattspymuliða okkar hefur oftast en ekki sameinað þjóðina, fyllt okkur stolti og veitt okkur ómælda gleði og við kyrjum gjarnan saman í kór „Ég er kominn heim“. Við heimkomu landsliða af stórmótum er slegið upp í stóra viðburði þar sem þúsundir Íslendinga mæta og fagna með leikmönnum, þjálfurum og starfsfólki landsliðanna. Ráðamenn eru oftast en ekki í fararbroddi í þessum fagnadarlátum og tala um mikilvægi íþróttar og hversu gaman er þegar „okkar“ fólk stendur sig vel og hvað árangur þeirra sé frábær landkynning og oftast en ekki undanfari góðra markaðsherferða. Það virðist hins vegar gleymast að landsliðsfólk okkar og flestir þjálfarar eiga rætur sínar að rekja til íslenskra knattspymuliða. Félögin hafa langflest sýnt metnað og fagleg vinnubrögð við að skapa sem besta umgjörð og aðstæður fyrir iðkendur og hafa á sínum snærum vel menntaða

þjálfara og starfsfólk. Á þennan hátt, ásamt því að treysta á starf sjálfbodaliða, hefur félagunum tekist að skapa jarðveg þar sem afreksfólk okkar hefur blómstrað og mörg hver verða atvinnumenn og landsliðsfólk.

Hér á landi er knattspyrman í efstu deild orðin atvinnugrein sem fjöldi fólks hefur lífsviðurværi sitt af og starfsmenn, þjálfarar og leikmenn, eru á launaskrá félaganna. Líkt og margar atvinnugreinar hafa íþróttafélög þurft að stöðva starfsemi sína og loka starfsstöðvum sínum með tilheyrandi tekjutapi vegna heimsfaraldurs. Mörg íþróttafélög hafa tekjur af því að leigja út hluta af aðstöðu sinni og gera ráð fyrir þeim tekjum í sínum rekstraráætlunum. Í ljósi þess að samkomu-, æfinga- og keppnisbann og takmarkanir sem stjórnvöld hafa sett, sérstaklega á þeim tíma árs sem hvað mest er að gera í slíkri útleigu, t.d. vegna árhátíða og annarra viðburða, eru íþróttafélög mörg hver tekjulaus eða tekjulítill og áætlanir ársins 2020 löngu foknar út um gluggann.

Nú verður ríkisvaldið, sveitarfélög og stærri fyrirtæki að koma miklu betur að málum með beinum fjárveitingum ásamt uppbyggingu mannvirkja til íþróttafélaga þar sem afleiðingar samkomu-, æfinga- og keppnisbanns á rekstur þeirra er gríðarlegur. Það má í raun segja að samfélagsleg ábyrgð þessara aðila sé mikil. Mennta verða að átta sig á því að grunnur landsliða eru félögin og ef engin grunnur er þá rísa vart veggir og þak eða falla auðveldlega niður.

Knattspyrna efstu deildar er orðin atvinnumennska og æfingamagn hefur aukist samhlíða þeirri þróun sem átt hefur sér stað undanfarnin ár. Velta efstu deildar karla árið 2019 var til að mynda þrjú milljarðar króna og knattspyrman orðinn stór atvinnugrein. Knattspyrnumenn og konur æfa allt árið í kring og þessi löngu stöpp sökum æfinga- og keppnisbanns geta haft afleiðingar á frammistöðu þeirra, samkeppnishæfni og atvinnumöguleika.

Það er í raun fráleitt að bera saman og



Patrick Pedersen skorar fyrsta markid í leiknum við IA í Mjólkurbikarturnum. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs.



Sigurður Egill Lárusson skorar gegn IA. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs.



leggja að jöfnu afreksíþróttir og almenningsíþróttir eins og sóttvarnaryfirvöld, heilbrigðisráðherra og mennta- og íþróttamálaráðherra hafa gert enda er það ekki gert í nágrennalöndum okkar og það má í framhaldi spyrja sig hvort keppnis- og æfingabann (þrátt fyrir undanþágu) hafi haft neikvæð áhrif á þátttöku íslenskra liða í Evrópukeppnum þetta árið og skekk alþjóðlegan samanburð og valdið fjárhagslegu tjóni sem hefur áhrif til lengri tíma.

Smit í fótboltaleik eru fátíð eins og rannsóknir sýna enda eru snertingar inni

á vellinum mjög takmarkaðar og í mjög stuttan tíma. Það er sorglegt og til þess fallið að draga kraftinn, metnaðinn og viljann úr knattspyrnustarfi íþróttafélaganna að lesa og heyra það skilningsleysi og aðgerðarleysi yfirvalda um afreksíþróttir og það starf sem er unnið.

### Knattús

Umráðan um byggingu knattúss á Hlíðarenda heldur áfram og eru fyrirhugaðir fundir með Reykjavíkurborg um áframhaldandi uppbyggingu á Hlíðar-

enda. Reykjavíkurborg stofnaði vinnuhóp sem fór yfir þörf íþróttamannvirkja í Reykjavík. Öll félögin í Reykjavík voru beðin um að senda inn upplýsingar sem voru í formi spurninga. Vinnuhópurinn skilaði af sé á haustmánuðum og í kjölfarið var samþykkt í borgarstjórn eftirfarandi sem snýr að Val:

„Lagt er til að gengið verði til viðræðna við Knattspyrnufélagið Val varðandi hugmyndir félagsins um frekari uppbyggingu íþróttamannvirkja á svæði félagsins á Hlíðarenda. Gerð verði ítarleg þarfagreining, kostnaður og rekstraráætlun vegna hugmynda um ný mannvirki.“



Birkir Már bjargar á línu í leiknum við FH. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs.

Árið 2006 var gerður samningur milli Vals, Valsmanna hf. og Reykjavíkurborgar um byggingu knattúss yfir heilan knattspyrnuvöll að Hlíðarenda. Erfiðleikar í þjóðfélaginu urðu til þess að Valur og Reykjavíkurborg ákváðu að fresta gildistöku þessa samnings árið 2008.

Knattús yfir heilan völlum hefur verið og er krafa knattspyrnudeildar Vals. Helstu samkeppnisfélög Vals eru með heila yfirbyggða knattspyrnuvelli. Það er mat knattspyrnudeildarinnar að nauðsynlegt sé fyrir Val að eiga hús þar sem hægt sé



Halldór Eyþórsson og Örn Erlingsson. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs.



Kristinn Freyr Sigurðsson í leik við Stjörnuna. Víti? Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs.



Lasse Petry Andersen.  
Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs.

að spila leiki og æfa þegar veður eru vond. Flestir vilja leika knattspyrnu utan-húss, en oft er það ekki hægt. Valur þarf að hafa þannig aðstöðu að geta spilað sína leiki á eigin forsendum. Til að Valur verði áfram forystu- og afreksfélag þarf aðstaða Vals að vera samkeppnishæf við önnur félög, því ungir leikmenn leita gjarnan til þeirra félaga þar sem aðstaðan er best. Öll félög sem eiga þess kost, byggja hús yfir heilan völl. Þess vegna var ekki spurning fyrir félögin í nágrannasveitarfélögum Reykjavíkur að byggja knatthús yfir heilan völl. Á samráðsfundi ÍBR í lok árs 2017 var lagt til að byggð yrðu í Reykjavík, á næstu 10 árum, tvö knatthús yfir heilan völl en að öðru leyti yrðu byggð lítil knatthús til æfinga. Valur er eina félagið í Reykjavík sem á landsvæði þar sem gert er ráð fyrir heilu knatthúsi á deiliskipulagi.

Iðkendum í knattspyrnu innan Vals hefur fjölgað úr 350 árið 2013 í nærri 700 í dag. Gera má ráð fyrir að iðkendur Vals verði 2.000 innan fárra ára, þar af vel yfir 1.000 iðkendur í knattspyrnu. Æfingaaðstaða Vals hefur batnað síðustu ár eftir að tveir nýir gervigrasvöllir voru byggðir að Hlíðarenda en er þó enn mun lakari en hjá þeim félögum sem hafa knatthús. Þá má færa rök fyrir því að hálf knatthús dugi Val til æfinga í dag en innan fárra ára með fjölgun iðkenda þarf Valur heilt hús fyrir iðkendur sína. Flestir afreksmenn Íslands í knattspyrnu í dag koma úr félögum sem æfa í knatthúsum.

Valur er ekki aðeins öflugasta íþróttafélag á Íslandi heldur forystufélag í framkvæmdum. Sem dæmi má nefna varð Valur fyrst félaga til að spila á eigin heimavelli árið 1983. Valur varð síðan árið 2015 fyrirmynd annarra félaga varðandi byggingu á gervigrasvöllum. Þegar Valur ákvað að setja gervigras á aðalvöllinn var viðhorf til gervigrasvalla neikvætt. Slakir gervigrasvöllir sem búið var



Lillý Rut Hlynsdóttir í leik við ÍBV. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs.

að byggja urðu þess valdandi að leikmenn höfðu miklar efasemdir um að fá gervigras á keppnisvöllum Vals. Framkvæmdin á gervigrasvelli Vals var undirbúin vandlega meðal annars með því að skoða leikvelli erlendis sem vel var látið að. Gott undirlag, besta gras sem völ er á, rétt innfylliefni, upphitun og aðalatriðið gott vökvunarkerfi. Niðurstaðan var fyrirmyndarvöllur þar sem allir vilja spila. Þeir vellir sem byggðir hafa verið undanfarin ár reyna að líkja eftir Valsvöllum.

Vert er að minna á að Valur hefur áður gert mistök. Árið 2008 var byggður gervigrasvöllur. Sá völlur var ekki upphitaður og Valur sat eftir með töluvert lakari aðstöðu en önnur félög í Reykjavík. Sama má segja um núverandi íþróttahús okkar þar sem klefar og aðstaða leikmanna og þjálfara er ekki ásætlanleg og við byggingu þeirra voru þeir sem best til þekkja ekki hafðir með í ráðum. Eins væri hægt að taka okkar góða Fjós inn í þessa umræðu og gagnrýna uppbyggingu

þess því þar voru þeir sem þekkja til reksturs heimaleikja og þekkja best þarfir og kröfur ekki heldur hafðir með í ráðum. Bygging íþróttamannvirkja á að snúast um þarfir þeirra sem þær nota og horfa þarf fram í tímann því þarfir breytast og kröfur aukast, byggingar eiga ekki að snúast um lof á einstaklinga. Við megum ekki gera slík mistök aftur og byggja lítið knatthús, ekki fullnægjandi aðstöðu fyrir leikmenn og áhorfendur. Framtíðin mun dæma okkur hart.

Valur fær eitt tækifæri til að byggja knatthús. Það verður að nýta það tækifæri. Það þarf að hugsa það til enda að byggja hálf hús og loka sig inni með forbyggingu. Það er áratugalöng reynsla á Íslandi af því að byggja of lítil íþróttahús. Nú þarf Valur að sýna sama frumkvæði eins og gert var 2015 þegar gervigras var sett á aðalvöllinn. Viðhorf til knatthúsa á Íslandi er neikvætt vegna þess að þau knatthús sem hafa verið byggð, eru ekki með nægjanlega góðum völlum. Íslensk



Valsstúlkur fagna marki í leiknum við HJK Helsinki. F.v. Elín Metta Jensen, Mist Edvarðsdóttir, Dóra María Lárusdóttir, Hallbera Guðný Gísladóttir. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs.

knattús eru í raun ekki annað en handboltahús með gervigrasi. Harður og þurr völlur, ekkert dren, þungt loft og dimmt.

Knattús Vals þarf að vera fyrirmynd annarra knattúsa og byggt með hagsmunum knattspyrnunnar í huga.

- Völlurinn þarf að vera með drenkerfi þannig að hægt sé að vökva völinn.
- Vökvunarkerfi þarf að vera eins og á utanhússvöllum.
- Loftræstikerfi þarf að vera í húsinu sem tryggir góð loftgæði
- Náttúruleg birta þarf að berast inn í húsið.

Knattús sem er byggt á þessum forsendum verður knattús þar sem leikmenn vilja æfa og spila. Það er skammsýni að byggja knattús yfir hálfan völl vegna þess að það er aðeins nægjanlegt til skemmri tíma lítið.

**Allt uppbyggingarstarf Vals þarf að byggja á þeim grunni sem Ólafur Sigurðsson, forgöngumaður kaupanna á Hlíðarenda lagði til í grein í Valsblaðinu 1941:**

„Við verðum að gera meiri kröfur til staðarins Hlíðarenda en nokkurn tíma hafa verið gerðar hér landi í þessum efnum, svo miklar að þær standist kröfur tímans um næstu 100 ár a.m.k.“

**Leyfiskerfi kallar á að knattspyrnudeildin verði rekin á eigin kennitölu**

Á ársþingi KSÍ í febrúar 2020 var samþykkt að innleiða leyfiskerfi kvenna sem tekur að miklu leyti mið af leyfiskerfi



Eiður Aron Sigurbjörnsson.  
Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs.

UEFA fyrir þátttöku félaga í Meistaradeild Evrópu. Öll félög í efstu deild karla þurfa að gangast undir leyfiskerfi KSÍ. Price Waterhouse Cooper og UEFA gerðu athugasemdir við tiltekin atriði í leyfiskerfi KSÍ sumarið 2019. Beindust þær athugasemdir helst að efnahagsreikningum knattspyrnudeilda félaganna sem skilað er inn árlega í leyfiskerfinu. Að mati UEFA uppfylltu þeir reikningar ekki í öllum tilvikum reikningsskilakröfur UEFA, þar sem eignir aðalstjórna félaga endurspeglast ekki skýrlega í fjárhagsgögnum knattspyrnudeilda. Þessar athugasemdir geta hugsanlega kallað á að knattspyrnudeildir félaganna verði að vera reknar á eigin kennitölu, þar sem eignir eru skilgreindar í efnahagsreikningi.

## Fjölgun leikja í efstu deild karla

Íslandsmótið er stutt og leikmenn og stjórnendur félaganna leggja á sig gríðarlega vinnu fyrir stutt keppnistímabil. Nauðsynlegt er að stytta undirbúnings-tímabilið og lengja Íslandsmótið með fleiri leikjum. „Þannig tel ég að við fáum betri knattspyrnu og um leið fleiri og betri knattspyrnumenn.“ Þetta sagði E. Börkur formaður knattspyrnudeildar Vals árið 2004 í viðtali í Morgunblaðinu. Nú 15 árum síðar á þetta enn frekar við þrátt fyrir að breytingar hafi verið gerðar á efstu deild á þessum tíma. Það er mat Vals að skoða þurfi breytingar á Íslandsmótinu. Þróunin á undanförunum árum er sú að nú eru þjálfurum og leikmönnum greidd laun í 10 -12 mánuði á ári en á sama tíma stendur Íslandsmótið aðeins yfir í rétt rúma 5 mánuði. Ef íslensk lið ætla að ná betri árangri í Evrópukeppnum í framtíðinni þá þarf að gera meiri kröfur, fjölga gæða-leikjum og lengja tímabilið. Það eru nokkrir möguleikar fyrir hendi, má t.d. nefna að fjölga liðum um tvö og leika 26 leiki, fækka liðum um tvö og leika 3 umferðir, þannig að leikirnir verði 27. Annar möguleiki er að gera meira úr lengjubikarnum og byrja hann 1. febrúar, en þá þarf að færa félagskiptagluggann til loka janúar.

Það er hins vegar mat Vals að best sé að halda sér við 12 liða deild þar sem leiknar yrðu 22 umferðir með úrslitakeppni þar sem 6 efstu liðin fara í keppni um titilinn, sama á við 6 neðri liðin sem spila þá um tvö fallsæti. Með þessu er verið að fjölga leikjum um 10 hjá hverju liði og leiknar verða alls 32 umferðir. Til að ná þetta mörgum umferðum þarf



**Gáfu áritaða treyju.** Leifur A. Benediktsson dyggur stuðningsmaður Vals þurfti að leggja inn á bráðadeild Landspítalans í Fossvogi í sumar. Hann náði bata með hjálp frábærs hóps sérfræðinga og annarra starfsmanna bráðadeildar. Meistaraflokkur Vals í knattspyrnu karla sýndi honum einlægán stuðning með því að gefa honum treyju áritaða af leikmannahópnum og þjálfarateymi. Kristinn Freyr afhenti Leifi treyjuna fyrir utan Hlíðarenda eftir stórsigur á Gróttu.

mótið að standa yfir frá 1. apríl til u.þ.b. 10. október og fyrstu umferðirnar yrðu að fara fram á gervigrasvöllum þar sem ólíklegt er að vellir með náttúrugrasi verði tilbúnir. Til að koma mótinu fyrir í þennan tímaramma þá þyrfti hugsanlega að leika einhverja leiki í landsleikjahléum. Þessi pistill var settur inn á **facebooksföuna** Valur fótballi 8. september 2019. Hann vakti strax mikla athygli og hefur umræðan um breytingu á Íslandsmótinu verið í gangi síðan þá. Hugmyndir sem komu fram í þessum pistli eru alls ekki meitlaðar í stein heldur til að koma umræðunni af stað. Í kjölfarið stofnaði KSÍ vinnuhóp í vor sem skilaði af sér hlutaskýrslu og nú í haust skipaði KSÍ annan hóp til að fara yfir kosti og galla og mun sá vinnuhópur skila af sér fyrir ársþing 2021. Fulltrúi Vals í vinnuhópnum er E. Börkur Edvardsson, formaður knattspyrnudeildar.

## Krafa um breytt og hætt Reykjavíkurmót

Reykjavíkurmótið var sett á laggirnir 1915 og var á sínum tíma glæsilegt og mikilsvert mót en vegur þess hefur minnkað í gegnum tíðina og sjarminn, virðing og reisn farin. Þess má geta að meistaraflokkur Vals kvenna hefur oftast farið með sigur að hólmi í þessu móti og karlaíð félagsins hefur hampað Reykjavíkurbikarnum 22 sinnum, þannig að við þekkjum þetta mót nokkuð vel. Valur skorar á ÍBR að stórbæta umgjörð, utanumhald, leikjadagskrá og bæta við verðlaunafé og hefja þetta fornfræga mót aftur til virðingar.

## Samfélagsmiðlar 2020

Í upphafi árs 2020 var lagt upp með að halda áfram með starf markaðsráðs knattspyrnudeildar og auka enn frekar upplýsingagjöf og samtal milli deildarinnar og stuðningsmanna. Jón Gretar Jónsson, Þorsteinn G. Hilmarsson og Hilmar Þorsteinsson höfðu áfram umsjón með verkefninu. Verkefnastjórar samfélagsmiðlana ákváðu að reyna fá fleiri sjálfbodaliða að verkefninu og áttu nokkra fundi þess efnis. En þegar á reyndi gekk það ekki eftir og fleiri aðilar komu ekki að þessu.

Árið 2020 var lítað af áhrifum Covid-19 og breytti það skiljanlega plönunum. Samfélagsmiðladeildin hélt áfram hefðbundnu starfi, s.s. að auglýsa leiki, birta tilkynningar um leikmenn og tengda hluti ásamt því að miðla upplýsingum frá stjórn til stuðningsmanna, t.d. um sóttvarnareglur í kringum knattspyrnuleikina. Tímabilið var því nokkuð hefðbundið hvað varðaði starf samfélagsmiðladeildar, þó var settur aukinn kraftur í að vera með „live“ útsendingar á miðlunum bæði Facebook og Instagram. Þær útsendingar nutu vinsælda og var augljós eftirspurn eftir slíku. Einnig var settur nokkur kraftur í að gera alla graffik enn fagmannlegri, t.d. með hreyfimyndum fyrir markatöflu þegar skorað var o.s.frv. Rúmlega 2600 manns fylgja **valurfotbolti** á Facebook, rúmlega 2000 á Instagram og 750 manns á Twitter. Þetta er aukning á öllum miðlum í samræmi við aukningu undanfarinna ára.

Helstu verkefni markaðsráðs fyrir tímabilið 2021 eru:

- Hönnun á nýjum búningi. Sú vinna stendur yfir og er á lokametrunum.
- Vinna að áætlunum um að auka fag-



Þessir stóðu vaktina í sumar á heimaleikjum Vals í knattspyrnu. F.v. Edvard Skúlason, Jón Höskuldsson og Svanur Marteinn Gestsson. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafsson.

mennsku í kringum „live“ útsendingar frá leikjum, undirbúningi og starfi innan Vals.

- Auka sýnileika á miðlunum milli leikja. Til þess að þetta geti raungerst er vinna hafin við að fá fleiri sjálfbodaliða til að koma að verkefninu.
- Stækka hóp stuðningsmanna sem fylgja samfélagsmiðlum @valurfotbolti og vera enn meira áberandi en árin áður.

## Sjálfbodaliðar

Sjálfbodavinnna felur í sér ólaunað starf fyrir knattspyrnudeild Vals og félagið reidir sig á þessi störf sem í raun er grunnurinn fyrir alla starfsemi þess. Fólk fer í sjálfbodaliðastörf af ýmsum ástæðum. Mörgum finnst starfið áhugavert og gefandi, aðrir vilja láta gott af sér leiða og sækja í félagsskapinn og enn aðrir kjósa frekar að vinna ólaunaða

vinnu en að sitja heima iðjulausir. Sjálfbodaliðastarf getur líka verið lærdómsríkt og þroskandi. Knattspyrnudeild Vals þakkar öllum þeim sjálfbodaliðum sem starfa fyrir félagið, störf þessa fólks er ómetanleg auðlind Vals.

## Starfsfólk

Stjórn knattspyrnudeildar Vals þakkar öllu starfsfólki Vals fyrir frábært samstarf á árinu sem er að ljúka og fyrir þeirra fórnfúsu og gefandi vinnu sem var á árinu. Sérstakar þakkir fá allir þeir sem lögðu hönd á plóg við að gera heimaleiki Vals í meistardeild Evrópu kvenna á glæsilegan hátt í því erfiða umhverfi sem var uppi.

## Þjálfarar

Stjórn knattspyrnudeildar Vals þakkar þjálfurum deildarinnar og öllum yngri flokka þjálfurum fyrir frábært ár, gott



Haukur Páll Sigurðsson fyrirliði Vals svífur manna hæst. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafsson.



*Lið ársins í Pepsí Max deild karla 2020. Valsmenn með 6 leikmenn í liði ársins auk hjálparans. Ljósmynd / STOD 2 SPORT.*

samstarf og fyrir að standa vaktina á þeim erfiðu og krefjandi tímum, í umhverfi sem var uppi frá mars og til dagsins í dag.

## Samstarfs- og styrktaraðilar

Knattspyrnudeild Vals þakkar þeim fjölmörgu samstarfs- og styrktaraðilum fyrir keppnistímabilið 2020 og hlakkar til áframhaldandi samstarfs á komandi árum.

Sérstakar þakkir fá Valsmennirnir Grímur Sæmundsen og Helgi Magnússon fyrir sitt ómetanlega framlag, hjálpssemi og hlýhug sem þeir sýna félaginu.

## Meistaraflokkur karla – Íslandsmeistarar 2020

Meistaraflokkur karla fékk rýra uppskeru úr mótum ársins 2019 og voru menn stað-

ráðnir í að bæta það upp hið snarasta. Nýtt þjálfarateymi tók við liðinu eftir lok tímabilsins 2019, Heimir Guðjónsson tók við sem aðalþjálfari liðsins, Srdjan Tufegdžic ráðinn aðstoðarþjálfari hans og Eiríkur Þorvarðarson markmannþjálfari. Auk þeirra voru í teyminu þetta árið þeir Jóhann Emil Elíasson styrktarþjálfari, Einar Óli Þorvarðarson sjúkrapjálfari og Haraldur Árni Hróðmarsson leikgreinir. Halldór Eypórsson var liðsstjóri og með honum var Örn Erlingsson.

Strákarnir unnu fyrsta undirbúningsmót vetrarins, BOSE mótið, í byrjun desember 2019. Reykjavíkurmótið var spilað í janúar og fram í febrúar. Unnust allir leikirnir í riðlakeppninni og Fjöltnir 1-0 í undanúrslitum en lutu í svo í lægra haldi fyrir KR 0-2 í úrslitaleiknum sem haldinn var á Orgiovellinum. Lengjubikarinn fór svo af stað seinni hluta febrúar og var leikið fram í mars. Þegar mótið var flautað af vegna Covid-19 höfðu okkar menn unnið 2 leiki, gert eitt jafntefli og tapað einum leik. Í kjölfarið tók svo við erfitt tímabil óvissu, um hvenær og hvort Íslandsmót gæti hafist í skugga þessa heimsfaraldurs. Helsta vandamálið sem þá blasti við öllum liðum var að halda leikmönnum í líkamlegu formi á sama tíma og takmörk og jafnvel bann var sett við hópæfingum íþróttamanna. KSÍ ákvað loks í samráði við sóttvarnaryfirvöld að Íslandsmótið skyldi hefjast um miðjan júní. Einnig setti stjórn KSÍ sérstaka reglugerð um sértækar ráðstafanir vegna COVID-19 heimsfaraldursins. Í þessari reglugerð var tekið á þeim aðstæðum sem upp gætu komið ef ekki tækist að klára Íslandsmótið og bikarkeppni KSÍ á þessu ári og lokadagsetning Íslandsmótsins sett á 1. desember.

Íslandsmótið hófst svo þann 13. júní

með leik Vals gegn KR á Origiovellinum. Ljóst var í þeim leik að liðin væru enn svolítið ryðguð eftir „biðtímann“ og klárlega vantaði meiri leikæfingu. Leikurinn endaði með 0-1 sigri KR. Í kjölfarið komu sigrar gegn nýliðum Gróttu og HK en þá kom skellurinn, 1-4 ósigur gegn ÍA á heimavelli í leik þar sem Valur fékk færin en ÍA skoraði. Okkar menn bitu þá í skjaldarrendur og hófu sóknina upp stigatöfluna. Eftir stórsigur á Víkingum á úti-velli í næsta leik og jafntefli gegn Stjórnnunni á heimavelli hófst nær óslitin sigurganga okkar manna, sem náði hámarki með stórsigri á Stjórnnunni (1-5) og FH (1-4) á heimavöllum þessara félaga. Lokaleikur Valsmanna á þessu Íslandsmóti reyndist 6-0 sigur gegn Gróttu á Origiovellinum. Í kjölfarið á þeirri umferð var Íslandsmótinu aftur frestað og að lokum blásið af, þar sem ljóst var að ekki tækist að klára mótið fyrir fyrirfram ákveðna lokadagsetningu þann 1. desember. Valsmenn voru þá með yfirburðarstöðu á stigatöflunni og því vel að Íslandsmeistarátitlinum komnir. Valsmönnum gekk einnig vel í Mjólkurbikarkeppni KSÍ. Í 32ja liða úrslitum lögðu okkar menn Vestra 3-0, í 16 liða úrslitum lágu ÍA 3-1 og lögðu þeir HK 2-1 í framlangdum leik í 8 liða úrslitum. Undanúrslitaleikurinn átti svo að vera gegn KR í upphafi nóvember, en áður en til þess leiks kom var allt mótahald KSÍ blásið af og ljóst að engir Mjólkurbikarmeistarar yrðu krýndir í ár.

Þrátt fyrir að meistaraflokkur karla fagnaði verðskulduðum Íslandsmeistaratitli 2020 þá voru endalok mótsins súrsæt, því margt annað var í boði þetta árið heldur en bara sá titill: Valsmenn voru komnir í undanúrslit Mjólkurbikarsins og því góður möguleiki á að vinna tvöfalt þetta árið; Valsmenn áttu góðan möguleika á að setja stigamet á Íslandsmóti auk þessi sem Patrick Pedersen var í harðri baráttu um Gullskó KSÍ og jafnvel möguleika á nýju markameti. En fagna ber því sem vel er gert, Valur ÍSLANDSMEISTARI í meistaraflokki karla sumarið 2020! Aðdáunarverður viðsnúningur frá árinu áður með lítið breyttan hóp, en í hópinn bættust þeir Aron Bjarnason, Birkir Heimisson og Færeyingurinn Magnús Egilsson, auk þess sem nokkrir leikmenn 2. flokks tóku virkari þátt í æfingum og leikjum meistaraflokks á þessu sumri. Á tímabilinu miðju kvöddum við svo þá Ólaf Karl Finsen og Ívar Örn Jónsson og í lok móts bættist Einar Ingvarsson í þann



*Valgeir Lúndal Friðriksson. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafsson.*

hóp. Við þökkum þeim fyrir þeirra framgöngu fyrir Val.

Valur lítur björtum augum á komandi tíð ef við höldum áfram að hlúa vel að innviðum félagsins til framtíðar.

## Meistaraflokkur kvenna – Meistaradeild Evrópu

Meistaraflokkur kvenna varð í öðru sæti í A-riðli Reykjavíkurmótsins eftir tap gegn Fylki í 1. umferð. Liðið vann fjóra leiki og endaði fimm umferðir mótsins með 12 stig og flest mörk skorud eða 23 en fékk 5 mörk á sig. Guðrún Karítas Sigurðardóttir varð markadrottning mótsins með 6 mörk. Næst kom Hlín Eiríksdóttir með 4 mörk. Keppni Lengjubikarsins var aflýst 13. mars vegna Covid-19 eftir aðeins tvær umferðir. Þá hafði Valur gert góða ferð til Akureyrar og unnið KA/Þór 4-0 en tapað 2-3 fyrir Breiðablik á heimavelli í annarri umferð.

Íslandsmeistarar Vals léku við bikarmeistarara Selfoss í Meistarakeppni KSÍ á Origo-vellinum 6. júní. Elín Metta Jensen skoraði eina mark Vals í fyrri hálfleik en liðið fékk á sig tvo mörk í seinni hálfleik og tapaði leiknum 1-2. Þátttaka Vals í Pepsí Max deild kvenna hófst 12. júní með öruggum 3-0 sigri á KR. Líkt og 2019 einkenndist mótið af baráttu við Breiðablik. Þegar keppni var hætt hafði Valur leikið 16 umferðir af 18 og var tveimur stigum á eftir Breiðabliki og tókst því ekki að verja meistaratitilinn frá fyrra ári. Stærsti sigur liðsins í sumar kom á móti Þór/KA á Origo-vellinum 24. júní, 6-0. Þá vann Valur ÍBV 4-0 í byrjun september. Liðið vann 13 leiki af 16, gerði 1 jafntefli, en tapaði tveimur leikjum, í bæði skiptin á móti Breiðabliki. Endaði Valur mótið með 40 stig og markatöluna 43-11. Elín Metta varð markahæst með 13 mörk og Hlín Eiríksdóttir skoraði 11 mörk.

Í Mjólkurbikarnum vann Valur góðan 3-1 sigur á ÍBV með mörkum á 5., 8. og 10. mínútu leiksins. Skoraði Elín Metta fyrstu tvö mörkin og Ída Marín Hermannsdóttir það þriðja. Í næstu umferð tapaði liðið fyrir Selfossi með einu marki og féll úr keppni sem síðar var hætt vegna Covid-19.

Íslandsmeistarar Vals tóku þátt í Meistaradeild UEFA og léku tvo leiki í nóvember, báða á heimavelli. Í fyrri leiknum 4. nóvember vann Valur góðan 3-0 sigur á finnsku meisturunum HJK Helsinki með mörkum frá Gunnhildi Yrsu, Elínu Mettu og Mist Edvardsdóttur.



**Þrjár systur í byrjunarliði kvennaliðs Vals í Evrópukeppni meistaraliða.** F.v.: Arna Eiríksdóttir, Hlín Eiríksdóttir og Málfríður Eiríksdóttir. Þær systur eru dætur Guðrúnar Sæmundsdóttur fyrrum leikmanns Vals. Menn hafa spurt sig hvort þetta sé í fyrsta skipti í sögu kvennafótboltans á Íslandi að þrjár systur hafi verið í byrjunarliði íslensks liðs í Evrópukeppni? Vitað er um þrenna bræður í KR sem spiluðu í Evrópukeppni meistaraliða við Liverpool árið 1964 en það voru þeir Bjarni Felixson, Gunnar Felixson og Hörður Felixson. En eru önnur dæmi um þetta? Ljósmynd og texti / Þorsteinn Ólafsson.

Í síðari leiknum 18. nóvember á móti Glasgow City FC var jafnt eftir framlangdan leiktíma. Umdeilt atvik varð á 117. mínútu leiksins þegar Hlín komst fram hjá varnarmanni sem sá þann eina kost að rífa hana niður. Ekkert var dæmt og því fór fram vítaspyrnukeppni og bráðabani sem lauk með því að Valur misnotaði víti og féll úr keppni.

Aðalþjálfari liðsins var sem fyrr Pétur Pétursson. Aðstoðarmaður hans var Eiður

Benedikt Eiríksson. Markmannsþjálfari var Kjartan Sturluson, sjúkrapjálfari var Ásta Árnadóttir og styrktarþjálfari Jóhann Emil Elíasson. Liðstjóri var María Hjalta-lín. Árangur meistaraflokks kvenna var mjög góður þegar liðið er til þess að nokkrar breytingar urðu á leikmannahópnum. Ber þar hæst að Margrét Lára Viðarsdóttir yfirgaf sviðið og lagði skóna á hilluna. Það sama gerði Thelma Björk Einarsdóttir. Þá lék Fanndís Friðriksdóttir



Valsstúlkur jafna, 1-1 í leiknum við Glasgow City. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafsson.



*Knattspyrnukonurnar Dóra María Lárusdóttir, Ásgerður Stefanía Baldursdóttir og Málfríður Erna Sigurðardóttir náðu allar þeim áfanga árið 2020 að leika 300 meistaraflokksleiki í knattspyrnu. Dóra María hefur leikið 310 leiki frá 2001 og alla með Val, Ásgerður Stefanía er með 313 leiki frá 2003 fyrir Val, Stjörnuna og Breiðablik og Málfríður Erna hefur leikið 307 leiki fyrir Val, Breiðablik og Stjörnuna frá árinu 2000.*

aðeins með liðinu framan af árinu þar sem hún á von á barni. Gunnhildur Yrsa Jónsdóttir kom að láni til liðsins og spilaði frá miðju sumri.

## 2. flokkur karla

Í flokknum voru tuttugu og átta strákar. Þjálfarar voru Matthías Guðmundsson og Hallgrímur Dan Daniélsson. Flokkurinn skráði tvö lið til leiks á keppnistímabilinu sem tóku þátt í Reykjavíkur/Faxaflóamóti, Íslandsmóti B-deild og síðan bikar-

keppninni sem er einungis A- liðs mót. Liðsheildin í flokknum var til fyrirmyndar, þeir voru alltaf tilbúnir að leggja sig alla fram á æfingum með jákvæðni að vopni, þó svo að þeir mættu jafnvel bara hlaupa á æfingum eða æfa með tveggja metra reglunni. Þjálfararnir reyndu að setja upp skemmtilegar og krefjandi æfingar til að viðhalda þessari frábæru liðsheild sem einkennir þennan flokk.

Markmiðin voru skýr fyrir tímabilið:

- Að hver leikmaður myndi bæta sig.



**Viðurkenning.** *Soffía Ámundadóttir þjálfari yngri flokka Vals í fótbolta hlaut á árinu viðurkenningu fyrir vel unnin störf í þágu yngri flokka á Íslandi. Verðlaunin voru veitt á aðalfundi Knattspyrnuþjálfarafélags Íslands. Sossu þarf varla að kynna fyrir Völsurum enda hefur líklega enginn leikmaður kvennaliðs Vals undanfarinna ára farið í gegnum starfið án þess að spila með Sossu eða hún þjálfuð.*

- Einnig var liðs markmiðið að gera betur en árið á undan.

Strákarnir náðu þó aldrei að komast að því hvort það markmið náðist, því öll mót voru blásin af vegna Covid-19. Strákarnir stóðu sig mjög vel og töpuðu fáum leikjum en gerðu mörg jafntefli sem gefa því miður ekki mörg stig. Það var samt margt mjög jákvætt við þetta ár og erum við mjög stoltir af flokknum þó að þetta hafi verið mjög erfiðt og þá sérstaklega fyrir leikmennina sjálfa.

## 2. flokkur kvenna

Þjálfarar voru Kristján Arnar Ingason og Nik Chamberlin (Próttur). Ákveðið var að sameina 2. flokk Vals og Próttar þegar liðið var á tímabilið þar sem meirihluti leikmanna Vals hafði verið lánaður í meistaraflokka hjá öðrum liðum. Vegna Covid gengu æfingarnar þó ekki snurðlaust fyrir sig og gátu leikmenn Vals og Próttar ekki byrjað að æfa saman fyrr en stuttu fyrir Íslandsmót. Þær voru efstar í Reykjavíkur-/Faxaflóamótinu þegar það var slegið af vegna Covid. Íslandsmótið



*Valskonur fagna marki.  
Ljósmynd / Þorsteinn Ólafsson*



gekk með ágætum og enduðu stúlkurnar í 5. sæti eftir erfiða byrjun. Einnig gekk stelpunum frábærlega vel í bikarkeppninni þar sem þær fengu ekki á sig mark og voru komnar í úrslitaleikinn þegar mótið var flautað af vegna Covid. Í heildina stóðu stúlkurnar sig virkilega vel við sérstakar aðstæður á allan máta og mega vera stoltar af árangrinum.

*Fyrir hönd knattspyrnudeildar Vals  
E. Börkur Edvardsson formaður*

## Skýrsla yngri flokka knattspyrnudeildar

### 3. flokkur kvenna – þjálfari Arnar Páll

Metnaðurinn í flokknum var ótrúlegur og stelpurnar alltaf tilbúnar að gera alla þá hluti sem þær voru beðnar um, svo eru þær þökkalega skemmtilegar. Tóku þátt í Faxaflóamótinu, Íslandsmótinu og bikarkeppni. Faxanum var aflýst út af Covid. Tvö lið í Íslandsmótinu og lenti A-liðið í 3. sæti og B-liðið í 2. sæti. Í bikarkeppninni fór liðið alla leið í undanúrslit.

Fjórar stelpur í hverjum mánuði áttu að sjá um að skipuleggja eitthvað félagslegt fyrir flokkinn. Einnig var farið í stutta ferð til Akureyrar sem var vel nýtt, þar sem íþróttasálfræðingur var fenginn til að vinna með stelpunum.

### 3. flokkur karla – þjálfarar Haraldur Dan & Jóhann Páll

Markmið flokksins var að veita öllum liðum leik í sumar, bæta varnarleik, taplaus Hlíðarendi og hafa gaman af því að stunda fótbolta með félögum sínum. Gekkt allt upp. Skemmtilegast var þegar liðið fékk loks að spila leiki fyrir norðan, tekin var löng helgi í það, fótbolti, 1238safnið á Sauðárkróki þar sem strákarnir fengu VIP meðferð hjá Hrefnu og Ingva. Reykjavíkurmótið var blásið af en liðið fékk óvænt boð á Rey Cup sem var ágætis skemmtun. Á Íslandsmótinu var liðið hársbreidd frá því að fara í úrslitakeppnina en allt kom fyrir ekki. Skemmtilegir strákar sem eru alltaf tilbúnir að hjálpa til innan Vals.

### 4. flokkur karla, þjálfarar Arnar Steinn, Birkir Már og fl.

Strákarnir settu sér það markmið að vera í toppbaráttu í A-riðli sumarið 2020. Það gekk eftir, strákarnir lögðu á sig mikla vinnu og uppskáru vel. Flokkurinn tók þátt í Reykjavíkurmóti og Íslandsmóti, auk fjölda æfingaleikja. Flokkurinn stefndi á að fara á Helsinki Cup sem átti



að fara fram í júlí en því miður var sú keppni blásin af sökum Covid-19. Tímabilið 2019–20 var hörkuskemmtilegt, -um 50 drengir voru í flokknum. Mikið var lagt upp úr því að vinna með hópinn saman sem hittist í þó nokkur skipti og gerði sér gláðan dag utan æfinga, t.d. spurningarkeppnir, horfa á leiki og borða saman svo fátt eitt sé nefnt. Auk þess voru drengirnir duglegir á æfingum og allt skilaði þetta sér í mjög góðri liðsheild. Mjög góður stígandi var allt tímabilið, bæði innan sem utan vallar. Eftir því sem á leið urðu strákarnir betri á vellinum og skilaði það sér hversu duglegir þeir voru. Liðsheildin varð betri og betri eftir því sem á leið á tímabilið. Í þessum árgöngum eru skemmtilegir og efnilegir strákar sem hafa alla burði til þess að gera vel fyrir knattspyrnufélagið Val.

### 4. flokkur kvenna – þjálfarar Sossa & Arnar Páll

Í flokknum voru 42 stelpur með A, B og C lið. Einnig tóku nokkrar stúlkur fæddar 2008 þátt í verkefnum tímabilsins. Strax í upphafi setti flokkurinn sér markmið. Þær bjuggu til eigið fjall og ætluðu á toppinn í lok tímabils. Flest öllum markmiðum var náð og þjálfarar eru gríðarlega stoltir af árangri og framförum leikmanna. Á leikmannafundi í upphafi tímabils var augljóst að flokkurinn stefndi hátt og metnaður var mikill. Mikil áhersla var á hóp efli og jákvæða upplifun. Æfingar voru 4–5 sinnum í viku. Ein til tvær í viku með 3. flokki kvenna og með 4. fl. karla. Einu sinni í vetur voru þrekæfingar hjá Jóa í þreki og fannst stelpunum það alltaf mjög gaman. Markmenn æfðu einu sinni í viku í vetur á séræfingum og svo einu sinni í viku í sumar hjá Hannesi.



*Hópmýnd af 4. flokki kvenna frá lokahófi í Fjósínu haustið 2020.*



*Sr. Friðriksbikar 2020.  
Bjarni Kristinsson.*



*Lollabikar 2020.  
Bele Alomerovic.*



*Sr. Friðriksbikar 2020.  
Salka Mei Andrésdóttir.*

Margt var gert saman félagslega s.s. sund, ströndin, bíó, út að borða, matarboð, borðuðum í Fjósinu, jólagleði í Fjósinu með 4. fl.kk. og öskudagsæfingu, o.s.frv. **Góðverk** – fyrir jólin í fyrra – allar lögðu pening í sjóð og keyptu um 50 jólagjafir fyrir unglinga og settu undir jólatréð í Kringunni. Það var gaman að sjá gleðina og jólaandann sem kom með því að láta gott af sér leiða.

**Skyldur** sem Valsarar – Tóku oft til í áhaldageymslu og boltageymslu. Yfirleitt þarf tapliðið að gera það á æfingum. Tóku útsivæði Vals í gegn, sáu um dóm-gæslu fyrir yngri flokka og sáu um barna-gæslu fyrir meistaraflokksleikmenn. Meistaraflokksleikmenn kíktu í heimsókn á tímabilinu, frábærar fyrirmyndir sem kenndu stelpunum margt og voru duglegar að svara spurningum. **Valsleiðin** var vel nýtt. Mættu á alla fyrirlestra og allar tækniæfingar sem í boði voru.

Flokkurinn fékk Covid æfingar í sumar

til að bæta þeim upp fyrstu bylgju. Þá var extra mikið gert félagslegt. Fóru í hjólaferð, hlaupaferð, sund o.s.frv. Þetta fyrir-komulag vakti athygli og kom flokkurinn fram í Sýnum karakter.

Stelpurnar tóku þátt í fjórum mótum á þessu tímabili, þ.e. Jólamóti Keflavíkur, Faxaflóamóti / Reykjavíkurmóti, Rey Cup og Íslandsmóti. Fimm leikmenn fengu að fara á landsliðsæfingar og kynnst því metnaðarfulla starfi sem þær er. Landsliðsþjálfarinn var virkilega ánægður með þær og talaði um tæknilega góðar, með góðan leikskilning og mikil gæði.

### 5. flokkur kvenna – þjálfari Bára Rúnarsdóttir

Fyrir utan Íslandsmótið var farið á Þæjumótið í Vestmannaeyjum sem er hápunktur í starfi 5. flokks. Það besta við flokkinn var áhugi leikmanna á að læra eitthvað nýtt og metnaðurinn sem þær sýndu. Markmið flokksins var að skapa

sterka liðsheid og fá leikmenn til þess að setja sér lítil og stærri markmið. Leikmenn tóku ótrúlega flott skref fram á við og mega þær vera stoltar af tímabilinu. Leikmenn lögðu mikið á sig til þess að bæta sig. Þær gerðu ýmsa hluti auk þess sem nokkrir viðburðir dattu upp fyrir vegna Covid-19. Skemmtileg sundlaugarferð stendur upp úr.

### 5. flokkur karla – þjálfari Páll Árnason

Líklegast stærsti flokkur frá upphafi hjá Val. Hressir, skemmtilegir og metnaðarfullir strákar. Foreldraráðið stóð sig gríðarlega vel að koma upp með alls konar hugmyndir fyrir flokkinn og þjappa strákunum saman. Flokkurinn tók þátt í þremur mótum, þ.e. Reykjavíkurmóti, Íslandsmóti og N1 mótinu á Akureyri. Það tókst vel að byggja upp ákveðinn grunn og nokkuð vel gekk að bæta æfingamenningu.



*N1 mótið á Akureyri var haldið í byrjun júlí. Frá Val fóru 10 lið úr 5. flokki ásamt þjálfurum og foreldrum. Drengirnir og þjálfarar stóðu sig með sóma innan og utan vallar með góðum stuðningi frá foreldrum.*



*Strákarnir á eldra ári í 6. flokki tóku þátt í Orkumótinu í Vestmannaeyjum í lok júní. Tvö af þremur Valsliðum voru nálægt því að fara í úrslitaleik en eitt lið náði að hækka sig um 4 riðla í styrkleika.*

## 6. flokkur karla – þjálfari Jóhann Páll og fl.

Helsta markmið flokksins var að bæta sig í tæknilega hluta leiksins og að það væri alltaf gaman að mæta á æfingar, það gekk bara nokkuð vel. Fullt af áhugasömum drengjum og alltaf mikið fjör á æfingum. Tóku þátt í Orkumótinu, SET-mótinu, Hamarsmótinu, VÍS-móti Próttar og æfingaleikjum. Strákarnir hittust á nýja sparkvellinginum á Klambtratúni, spiluðu fótbolta, borðuðu pylsur og fengu ís.

## 6. flokkur kvenna- þjálfari Sveinn Þorkell Jónsson og Páll Árnason

Stelpurnar tóku þátt í dagsmótum yfir vetur og vor, þar sem var alltaf stígandi í leik þeirra og yfir ákveðið tímabil virtust þær ekki getað tapað leik. Lögd var áhersla á að bæta tæknipáttinn og sendingargrunn svo þær séu með góðan grunn fyrir framtíðina. Svo er alltaf lögd áhersla að það sé gaman á æfingum. Gekk vel að framfylgja því og kom það fram í leik þeirra. Covid-19 setti smá strök í reikninginn en stelpurnar tóku þátt Lindexmótinu á Selfossi þar sem þær stóðu sig vel. Var 2. og 1. sæti í þeirra riðlum niðurstaðan. Svo var það Síamamótið, þar sem stelpurnar stóðu sig einnig mjög vel og spiluðu mjög skemmtilegan fótbolta. Fullt af sigrum og mikið fjör. Foreldraráð hélt hitting fyrir stelpurnar eftir æfingu þar sem þær fengu sér pizzu saman uppi í Lollastúku og fóru í alls kyns leiki saman. Best við flokkinn er, hvað stelpurnar eru tilbúnar að leggja sig fram og æfa sig, svo eru þær miklir grínistar og skemmtilegar.

## 7. flokkur karla – þjálfari Arnar Steinn Einarsson

Í kringum 70 drengir voru í flokknum sem voru feikilega duglegir frá fyrsta degi, í fótbolta sem og félagslega þættinum. Strákarnir voru duglegir að efla liðsandanann á fótboltaæfingum og skilaði það sér í mjög skemmtilegum og samrýmdum flokki. Þátttaka á mótum var töluvert minni en á eðlilegu ári sökum Covid-19. En þó náði flokkurinn að taka þátt í nokkrum skemmtilegum mótum, þ.e. Jólamóti Hamars, Fylkismóti KPÍ, Tungubakkamóti KPÍ, ýmsum æfingamótum og auk þess stærsta móti 7. flokks sem er Norðurálmótið. Valur sendi 7 lið til leiks þangað og voru allir piltarnir úr Val svo sannarlega til sóma og stóðu sig frábærlega. Flokkurinn var stór og stórskemmtilegur. Leikgleðin skein úr augum drengjanna og það stendur upp úr hversu



Hressar Valsstelpur á Síamamótinu í Kópavogi sumarið 2020.

gaman strákarnir höfðu gaman af þessu þrátt fyrir langt æfingabann og ákveðnar hömlur sem fylgdu þessu blessaða ári. Markmið flokksins var að bæta drengina í fótbolta sem þeir sannarlega gerðu. En einnig fylgdu strákarnir gildum Vals og voru þrúðir og sýndu mótherjum ávallt virðingu á vellingum. Það verður svo sannarlega gaman að fylgjast með þessum vormönnum Vals á komandi árum.

## 7. flokkur kvenna – þjálfari Katla Garðarsdóttir

Flokkurinn samanstóð af 45 hraustum stelpum sem létu ekkert stoppa sig og mættu til æfinga í öllum veðrum og vindum. Stelpurnar eru flottar og duglegar og alltaf skemmtilegt að vera í kringum þær og fylgjast með þeim á æfingum og dansa TikTok dansa. Markmiðið var að fá inn fleiri stelpur í flokkinn, efla áhugann og búa til litla Valsara.

Fyrir utan æfingar gerði flokkurinn ýmislegt skemmtilegt saman sem styrkti liðsheidina, t.d. var með Halloween-æfingu, skreyttu piparkökur, héldu hóp-efli, fóru saman á meistaraflokksleiki og gistu í Valsheimilinu. Flokkurinn fór á átta mót og lærðu stúlkurnar heimleikið af þeim öllum og rosalega gaman var að sjá bætingarnar frá móti til móts.

## 8. flokkur kvenna – þjálfari Katla Garðarsdóttir og Páll Árnason

Stelpurnar eru áhugasamar og duglegar og það kom aldrei leiðinleg æfing þar sem stelpurnar eru svo miklir snillingar og alltaf fjör að vera í kringum þær. Við vorum með alls konar öðruvísi æfingar eins og Halloween-æfingu, jólaæfingu, blöðruæfingu, öskudagsæfingu, vorum með vinkonuviku þar sem þær máttu koma með vinkonur og vorum með æfingamót, sameiginlega með 8. flokki

karla. Stelpurnar tóku þátt í þremur mótum en margar af stelpunum voru að stíga sín fyrstu skref og fara á sín fyrstu mót og stóðu þær sig ekkert smá vel. Markmiðið var að fá inn fleiri stelpur í flokkinn, efla áhugann og búa til litla Valsara. Stelpurnar voru duglegar á æfingum og tóku miklum framförum, þjálfarar voru ánægðir með að hafa fengið að þjálfra þessar skemmtilegu stelpur.

## 8. flokkur karla – þjálfari Aðalsteinn Sverrisson

Helstu markmið voru að fara yfir helstu reglur leiksins, kenna þeim hvernig á að haga sér í hópíþrótt, efla hreyfiþroska með fjölbreyttum æfingum þar sem samspil hreyfinga (samhæfing) situr í fyrir-rúmi og um leið byrja á að kenna þeim grunntækni fótboltans.

Farið var á tvö mót og má þar nefna Krónumót HK sem fór fram í Kórnum yfir vetrartímamann og síðan á VÍS-mót Próttar í byrjun júní. Bæði mótin heppnuðust frábærlega og sýndu strákarnir frábær tilþrif inni á vellingum og voru félaginu til sóma. Því miður var ekki hægt að fara á fleiri mót vegna ástandsins í þjóðfélaginu en strákarnir létu það ekki á sig fá og voru mjög duglegir að mæta á æfingar. Það er því mikilvægt fyrir þjálfara og foreldra að kenna þeim rétta hegðun í hópíþróttum t.d. sýna félögunum virðingu og kurteisi, vera hvetjandi og góðir hver við annan. Þannig er hægt að búa til góða liðsheid sem skilar sér í betri árangri og áhuga krakka í íþróttum. Það besta við flokkinn er að strákarnir láta aldrei kappið bera fegurðina ofurliði. Eru gríðarlega jákvæðir og duglegir að mæta á æfingar. Gaman að sjá hvað allir standa saman til þess að starfið gangi sem best á þessum skrítnu tímum.

# Margrét Lára heiðruð



Margrét Lára Viðarsdóttir var á árinu heiðruð fyrir framlag sitt til kvinnaknattspyrnu hjá Val. Markadrottningin Margrét Lára Viðarsdóttir lagði fótboltaskóna á hilluna í árslok 2019 eftir sérlega glæsilegan feril. Hún varð fimm sinnum Íslandsmeistari með Val og einu sinni bikarmeistari með félaginu. Margrét Lára varð markahæst í



efstu deild á Íslandi fimm sinnum í röð auk þess sem hún vann gullskóinn í Svíþjóð. Margrét Lára var valinn Íþróttamaður ársins 2007 fjórða konan til að hljóta þá nafnbót og fyrsta knattspyrnukonan. Hún var fjórum sinnum valin Knattspyrnukona ársins. Árið 2007 skoraði hún 38 mörk í 16 leikjum þegar Valur varð Íslandsmeistari annað árið í röð. Enginn leikmaður hefur skorað fleiri mörk á einu tímabili í efstu deild kvenna á Íslandi. Þá skoraði hún fjórum sinnum þrjú mörk í leik, einu sinni fjögur mörk og tvisvar sinnum sex mörk. Hún skoraði í 13 af 16 deildarleikjum Vals. Árið 2019 á síðasta tímabilinu á ferlinum skoraði Margrét Lára 15 mörk í 17 leikjum fyrir Val sem þá varð Íslandsmeistari kvenna í fyrsta sinn síðan 2010. Margrét Lára skoraði þá í síðasta deildarleik sínum á ferlinum í 3-2 sigri á Keflavík sem tryggði Val titilinn. Alls skoraði Margrét Lára 207 mörk í 143 leikjum í efstu deild á Íslandi og alls 255 mörk í 180 leikjum í meistaraflokki hér á landi. Landsliðsferillinn hennar er einnig afar glæsilegur, en alls lék hún 124 A landsleiki og skoraði í þeim 79 mörk.

Knattspyrnudeild Vals heiðraði Margréti Láru sérstaklega fyrir fyra leik meistaraflokks karla í vor. Á myndinni með henni eru Jón Höskuldsson (t.v.) varaformaður knattspyrnudeildar og E. Börkur Edvardsson (t.h.) formaður knattspyrnudeildar. Einnig voru viðstaddir þessa athöfn Guðni Th. Jóhannesson forseti Íslands og Guðni Bergsson formaður KSÍ. Ljósmynd Þorsteinn Ólafs.

Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands setti færslu á feisbúkksíðu sína af þessu tilefni 12. júní og birti þessa mynd við það tækifæri. „Ég var viðstaddur fyrsta leik Íslandsmótsins í knattspyrnu 2020 þegar Valur og KR mættust í kvennaflokki á Hlíðarenda í kvöld. Leikurinn var líflægur og skemmtilegur og sönnun þess að við eigum frábært íþróttafólk. En það var sérstaklega gaman að hitta Margréti Láru Viðarsdóttur sem var heiðruð fyrir leikinn. Margrét Lára er enn frábær íþróttamaður og fyrirmynd þótt knattspyrnskórnir séu komnir á hilluna. Með á myndinni eru Guðni Bergsson formaður KSÍ og Edvard Börkur Edvardsson formaður knattspyrnudeildar Vals.“  
Ljósmynd Þorsteinn Ólafs.

**Valsmenn – bestu óskir** um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

macron





# TIL HAMINGJU MEISTARAR!





# Viljum vinna alla titla sem eru í boði

## Orri Sigurður Ómarsson er 25 ára og leikur knattspyrnu með meistaraflokki

**Nám?** Ég er hægt en stöðugt að klára menntaskólann.

**Maki?** Já, Arndís Snjólaug Ingvarsdóttir fyrir þá sem eru forvitnir.

**Hvað ætlar þú að verða?** Ekki að það sé of seint fyrir mig að vinna mér inn fyrir einhverjum spennandi starfstitli en núna er ég bara að reyna að vera besta útgáfan af sjálfum mér og læra eitthvað nýtt á hverjum degi.

**Hvar sérdú þig eftir 10 ár?** Ég geri ráð fyrir því að það verði eitthvað íþróttatengt. Hvort sem það verður þjálfun í fótbolta eða ennþá spilandi. Það verður að koma í ljós seinna.

**Af hverju Valur?** Valur sýndi mér mestan áhuga á sínum tíma og þeir sem voru við stjórnvölin á þeim tíma seldu mér hugmyndina. Sé ekki eftir þeirri ákvörðun í dag.

**Uppeldisfélag í fótbolta?** HK í Kópavogi.

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** Því miður eru öll mín fjölskyldutengsl inn í KR eða HK. Þannig að ég er sá eini í minni fjölskyldu með tengingu í Val. Það mun breytast á næstu árum.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum?** Ég hef fengið allan þann stuðning sem ég hefði getað óskað mér og hann er sem betur fer enn þá til staðar. Foreldrar mínir og elsti bróðir minn eru þær manneskjur sem ég tala mest við um fótbolta. Þau eru alltaf til staðar og það er fullkomið jafnvægi í foreldrum mínum. Mamma með jákvæðnina og alltaf á mínu bandi á meðan pabbi er raunsær og ýtir mér áfram á sinn einstaka hátt.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Elsti bróðir minn. Ef hann er ekki að spila fótbolta þá er hann að þjálfa krakka í fótbolta. Svo er hann að hlaupa hálfmaraþon eða meira. Bilun.

**Af hverju fótbolti?** Ég var dreginn á fótboltaæfingu þegar að ég var fjögurra ára.

Bróðir minn var að þjálfa byrjendaflokk og dró mig með á æfingu. Mér fannst svo gaman að ég leit aldrei til baka. Hann hélt svo áfram að þjálfa mig upp flesta yngri flokkana. Svo er það bara svo ótrúlega gaman. Sérstaklega þegar maður kemst upp í 11 manna flokkana. Þá myndast ótrúleg vinátta og minningar. Lífið mitt hefur í raun bara snúist um fótbolta frá fjögurra ára aldri.

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?**

Að vinna 17. júní hlaup í Kópavogi öll þau ár sem ég tók þátt. Lenti í 2. sæti í kúluvarpi á frjálsíþróttamóti þegar ég var 12 ára.

**Eftirminnilegast úr boltanum?** Eskifjörður í 5. flokki. Gothia Cup. Loka-keppni EM U-17 og svo allir titlarnir í Val. Helst þá 2015 bikarúrslitin á móti KR. Fyrsti titillinn og extra sætt að vinna KR í úrslitaleiknum.

**Lýstu Valsliðinu í fótbolta karla í stuttu máli?** Hvað einkennir það? Gífurlega mikil liðsheild. Það er það sem einkennir okkur. Við erum allir fáránlega miklir keppnismenn og gerum allt til þess að vinna. Þegar við mætum á völlinn þá gerum við það sem þarf og ef það þýðir að bakka upp liðsfélagann þá gerum við það, því við vitum að liðsfélaginn bakkar mann upp til baka. Við viljum hafa leikgleði á völlum og vitum að hver og einn er að reyna að gera sitt besta.

**Gengi Valsliðsins í sumar. Hvað viltu segja um það í stuttu máli?** Ég held að það sé ekki annað hægt en að vera ánægður með gengið. Við enduðum sem Íslandsmeistarar og í raun og veru er mér alveg sama í hvað mörgum leikjum það var gert. Við áttum þetta skilið og það er enginn sem getur mótmælt því eða tekið þennan titil af okkur.

**Markmið fyrir næsta tímabil?** Próa okkar leik áfram og gera betur í Evrópu en síðustu ár. Við viljum vinna alla titla

sem eru í boði á Íslandi og ég tel okkur geta það.

**Besti stuðningsmaðurinn?** Sá/sú sem mætir á alla leiki og hvetur okkur sama hvernig gengur. Auðvitað eiga Vals stuðningmenn það skilið að við séum að spila vel í öllum leikjum en það er þunn lína á milli þess að vera stuðningsmaður og áhorfandi.

**Erfiðustu samherjarnir?** Kristinn Freyr og Haukur Páll geta verið erfiðir þegar þeir eru í vondu skapi. Á sama tíma geta þeir verið ógeðslega góðir þegar þeir eru í vondu skapi.

**Erfiðustu mótherjarnir?** Ívar Örn Jónsson og Ólafur Örn Eyjólfsson.

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** Ómar Ingi Guðmundsson og Óli Jó.

**Mesta prakkarastrik?** Einu sinni í grunnskóla vorum við í skotbolta þar sem það átti að sparka boltanum, ekki kasta. Ég enda á því að sparka boltanum í rúðu sem mölbrotnaði. Svakalegt, ég veit.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** Mist Edwards. Mist er án efa ein af þeim manneskjum sem ég ber mesta virðingu fyrir í lífinu. Áföllin sem hún hefur lent í í lífinu er eitthvað sem enginn á að þurfa að þola. Hvernig hún hefur komið til baka eftir öll þessi áföll er ekkert annað en magnað og hún á alla mína virðingu skilið.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** Valgeir Lunddal.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val?** Ég held að það sé mikill uppgangur í yngri flokkunum hjá Val. Ég hef þjálfað tvo flokka hérna í Val og það er klárt að það er verið að gera mjög vel. Bæði karla- og kvennamegin. Allt það sem ég hef séð er flott og bara á upp leið.

**Fyrirmynd þín í fótbolta?** Steven Gerrard var alltaf í miklu uppáhaldi. Svo er Ronaldinho besti fótboltamaður sem ég hef séð spila.

**Draumur um atvinnumennsku í fótbolta?** Ég hef prófað það tvisvar að fara í atvinnumennsku og get klárlega mælt með því. Það þarf samt að velja rétt, bæði lið og tímasetningu. Hvort ég fari aftur út í framtíðinni verður bara að koma í ljós

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Góður

ad lesa í hópinn, skilur leikinn vel og kemur því fram sem hann vill koma fram á einfaldan og góðan hátt.

**Uppáhalds erlenda fótboltafélagið?** Barcelona og Liverpool.

**Hvernig líst þér á nýja þjálfarateymið?** Mér líst mjög vel á þá. Heimir hefur unnið allt sem hægt er að vinna, oft og mörgum sinnum. Síðan er flott jafnvægi á milli hans og Tufa. Þeir jafna hvorn annan mjög vel upp.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?** Ég held að það sé samspil af mörgum þáttum. Við þurfum að bjóða upp á meiri fræðslu fyrir þá yngri. Við sem störfum hjá félaginu verðum að sýna gott fordæmi þannig að ef einhver sýnir fordóma eða beitir ofbeldi, þá er það ekki eitthvað sem kemur frá okkur. Þetta á við um alla. Fólk í stúkunni, þjálfarar, starfsfólk og leikmenn. Við þurfum öll að standa saman í þessu.

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** Hreint út sagt skil ég ekki af hverju það er ekki fullur völlur á öllum leikjum. Við spilum skemmtilegasta fótboltann, við erum með besta vallarþulinn, við erum með frábæra aðstöðu í Fjósinu og sólin er alltaf á stúkuna. Það er allt til alls. Það ætti að vera fullur völlur á hverjum heimaleik.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Skipta um gervigras á Origo vellinum og neðsta æfingavellinum. Byggja knathús og gefa Jóa styrktarþjálfara Gym aðstöðuna sem hann á skilið.

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** Ég tel okkur vera á góðri leið. Í bæði karla- og kvennaíþróttum. Við eigum bestu kvennaliðin í handbolta, fótbolta og körfubolta. Síðan erum við Íslandsmeistarar karla í fótbolta, deildarmeistarar karla í handbolta og svo er karfan að fara að gera góða hluti þetta tímabilið. Við erum í flottum málum.

**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum?** Með meiri og betri aðstöðu er hægt að gera rosalega margt. Svo þegar að það er búið að flytja í allar nýju blokkirnar þá hrúgast inn magn af krökkum. Sem er frábært.

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** Ætli það hafi ekki verið Breiðabliksleikurinn á Kópavogsvelli. Æðislegt að sjá Einar Karl í hvítu skónum sínum koma inn á og setja hann upp í samskeytin úr auka-spyrnu og tryggja okkur sigurinn.

**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfaraldur haft á líf þitt og einnig íþróttaiðkun og keppni á þessu ári?** Síðan ég byrjaði í fótbolta hafa aldrei verið svona mörg og löng útihlaup. Covid bauð upp á lítið annað en útihlaup í boði Tufa og Zoom æfingar hjá Jóa. Þjálfarar jafnt sem leikmenn eiga mikið hrós skilið fyrir það hvernig þeir/við tækludum þetta fótboltaæfingaleyzi. Það sýnir bara andann í hópnum og hvað menn eru miklir keppnismenn að nenna þessu.

**Besta bíómynd?** Inception er besta mynd allra tíma. Ég hef horft á hana oftar en 10 sinnum og alltaf sé ég eitthvað nýtt. Rosaleg.

**Einkunnarorð?** Ég er með tattoo sem segir „lífið er núna“ og „vertu þú“. Mér finnst það mjög góð einkunnarorð.

**Hver stofnaði Val og hvenær?** Séra Friðrik, árið 1911.

*Gleðileg jól*  
*og farsælt komandi ár*

Íslenska gámafélagið óskar viðskiptavinum sínum og landsmönnum öllum gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári. Við þökkum samstarfið á liðnu ári og hvetjum Íslendinga áfram til stórra afreka í endurvinnslumálum.

ÍSLENSKA GÁMAFÉLAGIÐ

ISO 9001  
ISO 14001  
ISO 45001

FRAMÚRSKARANDI FYRIRTÆKI

www.gamafelagid.is

s. 577 5757

Hugsjónir okkar um fullkomnun Hlíðarenda verða að vera háleitar. Með það fyrir augum og í samræmi við það verður hvert handtak að vinnast og hver hugsun að miðast.

Ólafur Sigurðsson 1941



# Vængjum þöndum

## Hið eina sanna þríeyki í Toggastofu

Hlaðvarpið *Vængjum þöndum* hóf göngu sína fyrir sumarið 2018. Þá var Benedikt Bóas Hinriksson að vinna í Skaftahlíð og gat stolist í stúdíó Létt 96,7 til að taka upp alls konar vitleysu. Eftir að hafa lært á takkana ákvað hann að prófa að taka upp Valspodcast, léttan prufubátt og athuga hvort það væri ekki áhugi á að búa til svo-

kallað hlaðvarp. Engin önnur lið voru að gera slíkt og þetta svokallaða hlaðvarp var að ryðja sér til rúms hér á landi.

### Dr. Football og Valur

Eftir örlitla byrjunaröðuleika fór boltinn að rúlla og var uppleggið að fá einn leikmann, eina gamla stjörnu og svokallaða sérfræðinga til að rýna í stöðuna og skoða næstu leiki. Árið 2018 var gríðarlega skemmtilegt og mættu margir góðir menn í stúdíó Léttbylgjunnar. Önnur lið á Íslandi eltu svo, enda var hlaðvarp Vals í öllum veitum. Eitthvað sem aðra dreyndi um og höfðu því samband til að fá að vita, hvernig í ósköpunum við gerðum þetta. Úr varð að Blikar og KA menn fengu leiðbeiningar hvernig svona væri gert. Fleiri fylgdu í kjölfarið og nú eru nánast öll liðin með sitt eigið hlaðvarp. Einn gamall samstarfsmaður Benedikts kom að máli við hann og vildi vita hvernig svona hlaðvörp væru búin til því hann hefði gengið með það í maganum lengi að búa til fótbolthlaðvarp. Úr varð að takkakennsla fór fram og Hlaðvarpið Dr. Football fæddist.



Sigurður Egill Lárusson í viðtali hjá *Vængjum þöndum*.

## Ritstjóri *football.net* rekinn

Hlaðvarpið fékk fína hlustun og vakti töluverða athygli enda viðmælendurnir skemmtilegir og sögurnar sem sagðar voru ansi merkilegar. Elvar Geir, ritstjóri *football.net*, sagði meðal annars söguna af því þegar hann var rekinn sem boltastrákur hjá Val í gamla daga. Jón Grétar og Þorgrímur Þráins komu og sögðu gamlar sögur af Evrópuleikjum og svona mætti lengi telja. Sérstakt lógó var hannað enda var myndvinnslan við hvern þátt aðeins erfðari en fyrstu áætlanir gerðu ráð fyrir. Hlaðvarpið færðist svo úr Skaftahlíð enda fór stúdíó Létt 96,7 með í sölnunni til Vodafone.

## Þríeykið myndast

Þeir félagar Jóhann Alfreð Kristinsson og Breki Logason komu svo inn með sínar stórskemmtilegu raddir og karaktera. Jóa þekkjast flestir sem skemmtikraft og verðandi Gettu betur stjórnur, þar sem hann mun verða dómari og spurningahöfundur, en hann er mikill Valsari og er hafsjór af fróðleik. Hann sér um Evrópuhlíðina, auk þess að sjá um öll lögfræðistörf sem koma inn á bord Vængjanna enda sprenglærður lögfræðingur. Breki var áður ferðapjónustubóndi þegar það var leyfilegt en sinnir nú heita vatninu hjá Orkuveitunni. Breki er af mikilli Valsfjölskyldu og mæta þeir fedgar á flesta leiki og muna ótrúlegustu smáatriði varðandi Val. Breki er uppalinn í Njarðvík og er því körfubolti í blóð borinn. Hann stefnir á að koma með nokkra körfuboltaþætti í vetur. Þá hefur fréttahaukurinn Stígur Helgason reglulega litið við til Vængjanna sem sérstakur álitsgjafi.

## Valsfjölskyldan kemur til bjargar

Einn af okkar dádustu sonum, Ásmundur Sveinsson, Ási eigandi Session, bjargaði hlaðvarpinu með því að fjárfesta í færanlegri podcast stöð og þeir þremmennningar léku sér að reyna að búa til efni á erfiðu ári. Meðal annars var þáttur tekinn upp í bröns með öll börnin. Það var áhugavert. Færanleikinn var þó góður því þeir hittu landsliðsdrengina okkar, Rúnar Mátta Sigurjónsson og Ara Frey Skúlason, eitt sinn í einni landsleikjapásunni. Það var góður þáttur. Eftir heimilisleysið leituðu drengirnir eftir nýju heimili og fundu það í Valsheimilinu. Græjumálin voru að stríða þeim í upphafi enda snúrurnar ekki þeirra sterkasta hlið. Allir hafa þeir verið





meiri „content“ menn ef svo má að orði komast. En Valsfjölskyldan er aldrei langt undan og hafa þeir leitað inn á við í leit sinni að hinu fullkomna hljóði. Sóttvarna-fulltrúi okkar Valsmanna, Theódór Hjalti Valsson (Sótti), hefur verið þeim stöð og stytta ásamt Jónasi Guðmundssyni sem reddar því sem þarf að redda.

### Viðhafnarútgáfa með Geitinni

Vængirnir hafa ekki farið varhluta af þeim fordæmalausu tímum sem hér hafa ríkt og gripu til ýmissa ráða í sumar og

vetur. Eftirminnilegur er þáttur sem tekinn var upp í þremur póstnúmerum og svo var tekinn upp útgáfa í bílnum við Gróttuvita í blíðskaparveðri. Guffi bílalsali var ánægður með þá útgáfu. Sá háttur hefur verið hafður á að fá leikmenn í viðtal beint eftir leiki þegar því hefur verið komið við og hefur það reynst vel. Djúp og áhugaverð viðtöl þar sem menn hafa mætt vel heitir í settið. Óhætt er að segja að Vængirnir hafi tekið á flug svo um munar, sóttthreinsaðir og með tveggja metra regluna í Toggastofu. Þeir hlóðu í sérstaka viðhafnarútgáfu þegar Geitin

skrifaði undir í körfunni og hafa jafnframt reynt að fjalla um kvennaboltann þegar stórir leikir hafa farið fram.

Þríeykið í Toggastofu horfir björtum á komandi tíma. Það svífa ferskir og góðir vindar yfir öllu starfi og það er gaman að vera Valsari þessa dagana enda öflugt fólk sem keyrir starfið áfram. Vængirnir munu halda áfram að leggja sitt af mörkum og hafa umfjöllunina léttu og skemmtilega en á sama tíma áhugaverða og óvænta.

*Þríeykið Benedikt Bóas Hinriksson, Breki Logason og Jóhann Alfred Kristinsson tóku saman fyrir Valsblaðið.*

**PARTÝBÚÐIN**

**Óskar Valsmönnum  
gleðilegrar hátíðar  
og velfarnarnaðar  
á nýju ári**

Faxafeni 11, Reykjavík, s. 534 0534



# Heiður að halda á Lollabikarnum

**Bele Alomerovic er 16 ára og leikur knattspyrnu með 2. flokki og fékk Lollabikarinn 2020**

**Nám?** Afrekssvið-viðskiptabraut í Menntaskólanum í Kópavogi.

**Hvað ætlar þú að verða?** Ég stefni á að fara alla leið í atvinnumennsku.

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Ég sé sjálfan mig í atvinnuliði í einhverri af fimm hæstu deildunum í Evrópu. Ásamt fótboltanum er stefnan mín að klára háskólamenntun.

**Af hverju Valur?** Faðir minn er fyrrverandi Valsari og það er markmið mitt að fylgja í fótspor hans. Þrátt fyrir það er Valur fyrirmyndarlið.

**Uppeldisfélag í fótbolta?** Valur.

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** Fikret Alomerovic faðir minn.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum?** Foreldrar mínir hafa alltaf verið til staðar. Þau skutla mér alltaf á leiki og æfingar og styðja mig frá áhorfendastúkunninni og veita mér þann andlega stuðning og þráhyggju þegar ég þarf á að halda.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Sá titill tilheyrir sundkappanum, systur minni.

**Hvernig tilfinning var að fá Lollabikarinn og hvaða þýðingu hefur það fyrir þig?** Ég var mjög hamingjusamur að verða þess heiðurs aðnjótandi að halda á þessum bikar. Þetta gefur mér ástæðu að halda áfram að æfa og sýna það á vellinum.

**Af hverju fótbolti?** Faðir minn var fótboltamaður og feta í fótspor hans. Ég byrjaði sem lítill krakki og núna er það ekkert á dagskrá hjá mér að hætta.

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** Fékk verðlaun fyrir mestu framfarir Ármanns í sundi þegar ég var minni.

**Eftirminnilegast úr boltanum?** Var valinn til þess að fara á fótboltaprufu til

Besiktas sumarið 2019. Þar æfði ég með félaginu og keppti leiki.

**Hvenig gekk ykkur á þessu ári í fótbolta?** Við strákarnir í 2. flokki byrjuðum á hægu nótonum á Íslandsmótinu í sumar en náðum okkar á strik og gerðum gott úr þessu. Ég tel að ef við hefðum byrjað að spila jafn vel í byrjun eins og í lokin þá hefðum við 100% verið í toppbaráttu.

**Markmið fyrir næsta tímabil?** Markmiðið fyrir næsta tímabil er að komast upp úr B-deild yfir í A-deild. Persónulegt markmið er vonandi byrja að æfa með meistaraflokki.

**Besti stuðningsmaðurinn?** Ábyggilega pabbi.

**Erfiðustu samherjarnir?** Gabríel Ölduson, hann er alltaf eitthvað að stíga og meiða mann.

**Erfiðustu mótherjarnir?** Þórsarar.

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** Haraldur Árni, Hallgrímur Dan og Matthías.

**Athylgisverðasti leikmaður í meistara-flokki kvenna hjá Val?** Elín Metta.

**Athylgisverðasti leikmaður í meistara-flokki karla hjá Val?** Birkir Már Sævarrson.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val?** Mjög spennandi hópur með marga áhugaverða leikmann.

**Fyrirmynd þín í fótbolta?** Eden Hazard.

**Draumur um atvinnumennsku í fótbolta?** Draumurinn væri að spila fyrir uppáhalds liðið mitt Manchester City eða Real Madrid.

**Landsliðsdraumar þínir?** Komast á HM fyrir A-landsliðið.

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Góður þjálfari þarf að vera fyrirmynd, metnaðarfullur, krefjandi og kunna góð samskipti við leikmenn.

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í**

**íþróttum og lífinu almennt?** Borða, sofa, æfa vel og vera þolinmóð/ur.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?**

Valur getur kynnt efnið betur fyrir yngri flokkana og útskýrt að svona hegðun á ekki heima í íþróttahiminum.

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** Auglýsa leiki betur og hafa betri aðstæður á neðri vellanum, t.d. sæti fyrir áhorfendur.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Fyrsta sem ég myndi gera er að lækka verð í sjoppunni án efa.

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** Ég vil sjá fleiri leikmenn í yngri flokkunum og fleiri bikara.

**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum?** Ég tel að það sé hægt að fjölga iðkendum í Val með því að kynna félagið í grunnskólum, með því að halda kynningar um hvernig félagið starfar.

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** Að meistaraflokkur karla varð Íslands-

meistari og að meistaraflokkur kvenna komst næstum því í riðlakeppni meistardeildarinnar.

**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfaraldur haft á líf þitt og einnig íþróttaiðkun og keppni á þessu ári?** Þetta er búið að vera vel böggandi. Ég geri mitt besta úr þessu. Ég fékk mér bara litla ræktarstöð heima og fer út í fótbolta á hverjum degi til að halda upp á formið.

**Besta bíómynd?** 2 guns, með Mark Wahlberg og Denzel Washington.

**Besta bók?** Playlist for the dead.

**Einkunnarorð?** Trust the process.

**Hver stofnaði Val og hvenær?** Séra Friðrik Friðriksson, þann 11. maí, árið 1911.

# Valur verði leiðandi félag í jafnrétti kynja

## Arna Eiríksdóttir er 18 ára og leikur knattspyrnu með meistaraflokki

**Nám?** Er á þriðja ári á náttúrufræðibraut í Verzló.

**Hvað ætlar þú að verða?** Eins og er hef ég mestan áhuga á læknisfræði.

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Vonandi búin með eða að klára nám og að spila í sterkri deild í útlöndum.

**Af hverju Valur?** Mér fannst kominn tími fyrir mig að taka næsta skref og taldi Val vera besta staðinn til að gera það.

**Uppeldisfélag í fótbolta?** Víkingur Reykjavík.

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?**

Mamma, Guðrún Sæmundsdóttir og Hlín systir mín.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum?** Mamma veit mjög mikið um fótbolta og kenndi mér nánast allt sem ég kann, leikfræðilega. Þau pabbi mæta svo á alla leiki og styðja þannig við bakið á mér.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Mamma vill meina að hún hafi verið mögnuð knattspyrnukona hér á árum áður og ætla ég ekki að rengja hana um það.

**Hvernig tilfinning var að spila með systur þínum með Val?** Að hafa systur mínar með mér þegar ég kom fyrst í Val veitti mér ákveðið öryggi og það var gott að hafa einhvern til að „passa“ upp á mann. Innan vallar er tilfinningin mjög svipuð. Ég þori frekar að prófa mig áfram og gera mistök því ég veit að þær bakka mig upp.

**Helstu afrek í öðrum íþróttgreinum?** Ég hef nokkrum sinnum unnið Andrésar Andarleikana á gönguskíðum og svo var ég einu sinni Íslandsmeistari í 800m hlaupi.

**Eftirminnilegast úr boltanum?** Fyrsti leikurinn minn með U-17 er mjög eftirminnilegur.

**Gengi Valsíðsins í sumar. Hvað viltu segja um það í stuttu máli?** Lokastaðan mikil vonbrigði þar sem við ætluðum okkur klárlega að verða Íslandsmeistarar. Hins vegar fannst mér spilamennskan oft mjög góð.

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fótbolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** Gegguð umgjörð og miklar kröfur. Valur gerir alltaf kröfur um titla en svo held ég líka að það hvetji hin liðin áfram að sjá að öðrum gangi vel.

**Markmið fyrir næsta tímabil?** Að vinna mig inn í byrjunarlið Vals og hjálpa liðinu að verða Íslandsmeistarar.

**Besti stuðningsmaðurinn?** Mamma.

**Erfiðustu samherjarnir?** Það er ómögulegt að eiga við Hlín og Elínu Mettu.

**Erfiðustu mótherjarnir?** Agla María.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** Málfríður Anna, mjög fjölhæfur leikmaður og frábrugðinn flestum öðrum.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** Aron Bjarnason.

**Fyrirmynd þín í fótbolta?** Glódís Perla.

**Draumur um atvinnumennsku í fótbolta?** Það heillar mig mjög mikið að prófa að spila í sterkari deild og geta einbeitt mér 100% að fótboltanum.

**Landsliðsdraumar þínir?** Líkt og flestar fótboltastelpur hefur mig dreymt um að komast í landsliðið frá því að ég byrjaði í fótbolta og vonast ég til að sá draumur rætist í náinni framtíð.

**Uppáhalds erlenda fótboltafélagið?**

Arsenal.

**Hvernig líst þér á þjálfarateymið?**

Pétur og Eiður eru hin fullkomna blanda. Pétur er þínu eins og pabbi Eiðs og leggur honum og liðinu línurnar á meðan Eiður kemur með nýjar og ferskar hugmyndir. Adda er svo gríðarlega mikill leiðtogi og hefur verið mjög mikilvæg fyrir liðið. Það er því frábært að hún geti enn lagt sitt af mörkum þó svo að hún verði ekki inni á vellinum.

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** Ég held að það sé að vera heildarlegur og leggja meira á sig en allir aðrir.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?**

Tekið strax á öllum þeim málum sem



koma upp, auka fræðslu og passa að þeir sem eldri eru setji ungum iðkendum gott forðemi.

**Hvernig er hægt að auka samstarf deilda í Val?** Mér dettur helst í hug að hægt væri að hafa einhverskonar sameiginlega viðburði til að efla tengsl og fá stuðningsmenn þannig til að mæta á leiki hjá öllum deildum.

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** Kvennamegin held ég að það sé fyrst og fremst mikilvægt að hvetja unga iðkendur, bæði stelpur og stráka til að mæta á leiki og draga foreldra sína með. Svo er alltaf hægt að gera betur í að auglýsa leiki.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Stækka klefann okkar og kaupa fleiri bolta fyrir 5. flokk kvenna.

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** Ég myndi vilja sjá Val verða leiðandi félag í jafnrétti kynjanna.

**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum?**

Fyrsta skrefið tel ég að sé að kynna félagið á skemmtilegan hátt í grunnskólum en svo held ég að það sé mikilvægt að bjóða upp á fjölbreyttar og skemmtilegar æfingar sem höfða til allra iðkenda, sama hversu langt þeir eru komnir.

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** Vegna Covid hefur svo sem lítið verið um stóra viðburði í ár en fernan hjá Mist á móti Fylki er klárlega eitt það magnaðasta sem ég hef séð lengi.

**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfaraldur haft á líf þitt og einnig íþróttaiðkun og keppni á þessu ári?** Ég tel mig nú bara hafa verið nokkuð heppna hingað til hvað varðar Covid. Ég hef enn ekki lent í sóttkví og fáir í kringum mig veikst. Helstu áhrifin eru lokun skóla og æfingabann.

**Besta bíómynd?** Hunger games myndirnar eru mjög góðar.

**Besta bók?** Með lífið að veði.

**Einkunnarorð?** Luck is for losers.

**Hver stofnaði Val og hvenær?** Séra Friðrik, 11. maí 1911.

# Markmið að heildarásýnd Hlíðarenda verði klár árið 2021

**Bolvíkingurinn Árni Pétur Jónsson, forstjóri Skeljungs, er á sínu öðru ári sem formaður Knattspyrnufélagsins Vals. Hann lítur björtum augum á framtíðina þrátt fyrir stórfurðurlegt ár.**



*„Persónulega finnst mér framtíð Vals einstaklega björt,“ segir Árni Pétur Jónsson formaður félagsins.*

„Ég er fæddur og uppalinn í Bolungarvík og bjó þar til tvítugs,“ segir Árni Pétur Jónsson sem var kjörinn formaður Vals vorið 2019. „Ég átti afa og ömmu sem bjuggu í Miðtúni 6 í Reykjavík en í Miðtúni 8, sem var parhús, bjuggu Jóhannes og Atli Eðvaldssynir, ásamt foreldrum sínum, þeim Siggu og Mixon. Þegar ég var í heimsókn hjá ömmu og afa sá ég bræðurna reglulega og fylgdist með þeim enda urðu þeir fljótlega þekktir fót-boltamenn. Ég fylgdist vel með Búbba (Jóhnesi) þegar hann fór í atvinnumennsku og hann sendi trefla og áritaðar myndir og fleira heim og foreldrar hans gáfu mér alltaf eitthvað frá honum. Atli heitinn Eðvaldsson þreyttist aldrei á því að segja mér að Valur væri besta félagið og ég ætti að halda með Val og hann sýndi mér hvernig ég ætti að æfa mig úti í garði, skalla bolta og fleira. Þannig að segja má að Valsblóðið byrji snemma að renna í mér vegna þessara tengsla við Valsfjölskylduna. Það er ágætt fyrir okkur Valsmenn að muna að við eigum dygga stuðningsmenn í hverju einasta bæjarfélagi og hverri einustu sveit.“

Þegar Árni hóf háskólanám var hann tíður gestur á leikjum Vals. „Ég fylgdist vel með en tók sjálfur aldrei þátt í íþróttastarfi með Val. Í Bolungarvík var íþróttastarfið ekki burðugt en við æfðum á malarvelli og metnaðurinn var ekki mikill. Ég get ekki sagt að ég hafi verið efnilegur en hafði bara gaman af að leika mér í fótbolta. Íþróttaiðkun hefur alltaf heillað mig og það mun ekkert breytast.“

## Vodafonevöllurinn verður að veruleika

Fyrstu stóru tengsl Árna Péturs við Val var þegar Gummi Ben, þá leikmaður Vals, kom til Árna Péturs þegar hann var forstjóri Vodafone og bað um auglýsingu aftan á stuttboxur meistara-flokks karla í knattspyrnu. „Ég sagði við Gumma að við hefðum háleitari hugmyndir um samskipti við Val en að vera á rassi leikmanna. Þetta varð til þess að Grímur Sæmundsen, þáverandi formaður Vals, hafði samband og úr varð samastarf um Vodafone-völlinn og Vodafone-höllina. Þetta var í fyrsta skipti sem ég studdi félagið með einhverjum hætti.

Mér þykir gaman að segja frá því að þegar aðalvöllurinn var vígður, þar sem nú er gervigras, þá var strákurinn minn fenginn til að taka þátt í vígslunni með því að skora fyrsta markið ásamt Inga Birni Albertssyni, fyrrum markaskorara Vals. Fyrir fyrsta leikinn á vellinum byrjuðu þeir á miðjunni, sendu boltann sín á milli og strákurinn minn skoraði. Ég á því tilfinningatengdar minningar við félagið þótt ég hafi ekki verið leikmaður þess.“

Síðan leiddi eitt af öðru hjá Bolvíkingnum. „Ég var í stjórn knattspyrnudeildar á tímabili, síðan eitt ár í aðalstjórn, fór þaðan í fjárhagsráð Vals, var tengiliður milli Hlíðarenda SES og aðalstjórnar. Og svo tók ég við formennsku í félaginu fyrir tæpum



*Árni Pétur formaður með Helenu Sverrisdóttur íþróttamanni Vals 2019. Ljósmynd Þorsteinn Ólafsson.*



*Bikarmeistarar Vals í 3. flokki karla og kvenna í handknattleik 2020. Ljósmynd Baldur Þorgilsson.*

tveimur árum. Þá með það að markmiði að einbeita mér að því horfa á reksturinn því það að reka Val er eins og að reka stórt fyrirtæki. Við erum að velta tæpum milljarði á ári og það þarf að huga vel að öllu. Mitt hlutverk var að horfa á ferlana, stýringu og stjórnun á félaginu og gerði ég samning við Þorgrím Þráinsson, sem var formaður en varð varaformaður, um að hann sinnti íþróttastarfinu, innviðum og uppbyggingu. Mín hugmynd var að vera ekki lengi í formannsstöli en vegna Covid-19 og aðstæðna í þjóðfélaginu var talið æskilegt að skipta ekki um stjórn sl. vor því það væri ósanngjarnt að láta einhverja nýja koma að stjórnun félagsins á þessum erfiðu tímum. Stjórnin var því endurkjörin, þó með einni breytingu. Það hefur því verið hlutverk okkar að koma félaginu í gegnum þetta erfiða og skrítna ár.“

Aðspurður um uppbyggingu og stöðu félagsins hafði Árni

Pétur þetta að segja: „Ég hef þá tilfinningu að Valur sé með bestu reknu íþróttafélögum landsins og það felst enginn hroki í að halda því fram. Ég hefði viljað sjá meiri uppbyggingu á barna- og unglingastarfinu og það hefur verið margrætt innan félagsins. Barnastarf er göfugt og í anda Séra Friðriks Friðriks-sonar, stofnanda Vals og ætti að vera í kjarnanum. Auk þess er öflugt barna- og unglingastarf grunnur að framtíðinni, hvort sem iðkendur verða afreksmenn eða öflugir stuðningsmenn. En ég fæ ekki betur séð en að þetta starf sé sífellt tekið fastari tókum sem er frábært.“

### Heildarásýnd Hlíðarenda liggja fyrir vorið 2021

Árni Pétur metur framtíð Vals mjög sterka. „Við erum almennt með góða aðstöðu og framundan eru stórar ákvarðanir varðandi uppbyggingu á Hlíðarendasvæðinu; fjölnota íþróttahús, knatt- hús, heilt eða hálf og allar þessar vangaveltur en sitt sýnist hverjum. Þetta er allt í réttum farvegi þannig að heildarásýnd Hlíðarenda ætti að liggja fyrir vorið 2021. Við erum í viðræðum við Reykjavíkurborg um allt svæðið og eigum mikilvægan fund með borgarstjóra og hans teymi fyrir júl. Persónulega finnst mér framtíð Vals einstaklega björt en við megum hvergi sofna á verðinum og þurfum sífellt að rýna í hvað við getum gert betur, auk þess að þakka fyrir það sem vel er gert.

Við erum með aukningu iðkenda í barna- og unglingastarfi, höfum verið mjög sigursæl í meistaraflokkum allra greina og fólkið okkar er í fremstu röð, karla og kvenna. Það er sérstak- lega gaman hversu vel hefur tekist til við uppbyggingu á kvennastarfinu og við erum í fararbroddi hvað það varðar. Mér finnst Valur hafa alla burði til að ná mjög góðum árangri næstu árin. Svo má ekki gleyma þeim fjölda sjálfboðaliða sem stýra deildunum í sínum frítíma og leggja nótt við dag til að standa við skuldbindingar og skara fram úr. Þessu fólki er of sjaldan hrósað og störf þeirra vanmetin en gríðarlega mikilvæg. Það væri ekki hægt að halda úti íþróttastarfi í Val nema fyrir tilstilli sjálfboðaliða. Ég er ekki viss um að foreldrar iðkenda og aðrir geri sér grein fyrir þessu.“



*Fjöldi sjálfboðaliða tók þátt í hreinsunar-, tiltektar- og lag- færingardegi hjá Val vorið 2020 og margar hendur unnu létt verk. Á myndinni er María Hjaltalín sjálfboðaliði, Sigurjón Hauksson húsvörður og Jónas Guðmundsson viðburðastjóri Vals.*

# „Ég er á réttum stað í lífinu“

**Pétur Pétursson er að leggja upp í sitt fjórða ár sem þjálfari meistaraflokks kvenna í knattspyrnu. Hann á glæstan feril að baki sem atvinnumaður og þjálfari.**

Þegar Pétur Pétursson kom að Hlíðarenda fyrir rúmum þremur árum fylgdi honum hlýr og notalegur andvari. Sjálfur líður hann áfram eins og léttur sunnanvindur en í gamla daga var hann hvirfilbylur innan vallar og martröð flestra varnarmanna. Þegar hann lék með Feyenoord 1979–1980 var hann markahæsti leikmaður í Evrópu fram að síðustu umferðunum. Það segir allt um það hversu hratt hann fór yfir og hversu hættulegur hann var í vígateig andstæðinganna.

Í dag er Pétur algjörlega laus við að vilja athygli en hann fékk sinn skerf af henni þegar hann var á hátindi ferilsins; feitleitraðar fyrisagnir í Hollandi, Belgíu, á Spáni og á Íslandi. Núna vill hann láta verkin tala en hefur engu að síður sterkar skoðanir og veit hvað þarf til til að ná árangri. Það er tímabært að kynna hann fyrir Valsmönnum, sem eru fæddir eftir 1990!

Pétur er einn af bestu knattspyrnumönnum Íslandssögunnar, léttur í lund, eins og við Valsmenn viljum hafa okkar félagsmenn, og mikill húmoristi. Yfirleitt þegar ég lít við á æfingum segir hann upphátt að þarna komi herra Ísland '1982, '83 og '84. Þetta segir hann fyrst og fremst til að kalla fram bros á leikmönnum. Hann sleppir reyndar árunum '85, '86 og '87 en ég kippi mér ekki upp við það! Og svo fylgir yfirleitt í kjölfarið að hann hafi klobbað mig í hverjum einasta leik þegar Valur og KR öttu kappi í lok 9. áratugarins. Það er reyndar haugalygi enda var ég alltaf með kappann í vasanum og minnst þess ekki að hafa tapað einvígi gegn Pétri. Hann getur altént ekki sannað að hafa leikið mig grátt. Annað slagið vorum við samherjar í landsliðinu og það er heldur betur saga að segja frá því, sem verður ekki sögð að sinni!

## Við notuðum steina sem mörk

Pétur er Skagamaður í húð og hár, einn af betri sonum ÍA en lék með KR eftir að atvinnumannaférlinum lauk, þjálfaði þar í rúman áratug yngri flokkana og meistaraflokk og hefur víða komið við sem þjálfari. Hann var aðstoðarlandsliðsþjálfari Óla okkar Jó, árin 2007 til 2011 og saman gáfu þeir þeim leikmönnum tækifæri sem eru lykilmenn í landsliði Íslands í dag. En hvað ætli hafi gert það að verkum að Pétur heillaðist af fótbolta sem barn.

„Gullaldarliðið á Akranesi, með Ríkharð Jónsson í broddi fylkingar, var risastórt fyrir alla uppi á Skaga. Hver einasti garður var fullur af krökkum að leika sér í fótbolta og ég var vitanlega í þeim hópi. Við bjuggum til okkar eigin völl og notuðum steina sem mörk og áhugi minn var bundinn við þetta leiksvæði. Við spörkuðum í bolta frá morgni til kvölds og ég fór ekki að sofa fyrir en mamma kallaði á mig.“

Pétur segist ekki hafa haft neinn áhuga á að fara á hefbundnar fótboltaæfingar. „Ég bjó á Efstabæ í miðbæ Akraness og í mínum huga sem barn var svo langt á fót-boltavöllinn að ég fór aldrei þangað. Ég vildi frekar stjórna því sjálfur hvar ég lék mér og valdi garðinn heima (Hákots-garður). Liðin á Akranesi á þessum tíma voru KA, Knattspyrnufélag Akraness, og Knattspyrnufélagið Kári sem var í rauninni ÍA. Krakkarnir sem bjuggu í „neðri-Skaga“ voru í KA en krakkarnir í „efri-Skaga“ í Kára. Í KA var mjög öflugt félagsstarf á stað sem hét Rein, rétt hjá mínu heimili, og því starfi stjórnaði Edvard sem var formaður KA. Hann sýndi leiki á tjaldi, var með verðlaunaafhend-



Pétur Pétursson þjálfari meistaraflokks kvenna. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafsson.

ingar og öflugt félagsstarf en við vorum sífellt að keppa við Kára. Ég hafði miklu meiri áhuga á þessu en að æfa og leika með ÍA.“

## Við slógumst eftir leiki

Á þessum árum var Guðbjörn Tryggvason, æskuvinnur Péturs, í Kára og það var ekkert gefið eftir þegar liðin öttu kappi. „Við Gussi slógust oft eftir leiki af því við þöldum ekki að tapa. Æfingarnar hjá ÍA voru ekki merkilegar, með fullri virðingu fyrir þjálfaranum, því við fórum á mölina, á stóran völl og þjálfarinn skipti á tvö, henti bolta inn á völlinn, opnaði svo Moggann og fékk sér vindil. Við sáum um rest. Þetta voru mínar fyrstu minningar um æfingar hjá ÍA í fótbolta.“

Pétur segir að æfingarnar hafi ekki breyst fyrir en George Kirby kom upp á Skaga árið 1974 en þá var Pétur 15 ára. „Ég var í 3. flokki og við töpuðum öllum leikjum fyrir liðunum í Reykjavík en í 2. flokki urðum við að sigurliði. Ég var reyndar sá eini úr '59 árgangnum sem fór upp í meistaraflokk.“

Pétur varð Íslandsmeistari með meistaraflokki ÍA árið 1977 og bikarmeistari 1978 en í kjölfar þess hélt hann á vit ævintýrana, hugsanlega fyrir hreina tilviljun. „Útsendarar frá Lokeren komu til Íslands til að skoða James Bett, sem



*Þjálfarinn tolleraður eftir sigur á Íslandsmótinu 2019. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs.*

spilaði með Val 1978 og líka til að skoða Arnór Guðjohnsen sem lék með Víkingi. Kalli Þórðar var að blómstra á þessum tíma með ÍA, einn besti fótboltamaður Íslands, að mínu mati. Við höfðum gert 1:1 jafntefli við Köln uppi á Skaga í undankeppni meistaradeildar Evrópu og áttum útileikinn eftir. Áður en við fórum út fengum við Kalli boð um að skoða aðstæður hjá La Louviere í Belgíu, eftir leikinn í Pýskalandi.

Strax eftir leikinn gegn Köln komu framkvæmastjóri Feyenoord, Peter Stephan og Jezek þjálfari liðsins, til mín og buðu mér að koma til Feyenoord. Að sama skapi sögðu þeir að ef ég myndi skoða aðstæður hjá La Louviere hefðu þeir ekki áhuga á að fá mig. Ég vissi allt um standardinn á boltanum í Hollandi og þekkti Ajax og Feyenoord en vandamálið var að La Louviere sagði við mig að ef ég kíkta á aðstæður hjá Feyenoord og gerði hugsanlega samning fengi Kalli Þórðar ekki að fara til þeirra. Ég sem unglingspiltur var því settur í mjög erfiða aðstöðu. Gunnar Sigurðsson, formaður knattspyrnudeildar ÍA, blandaðist í málið og vildi fá mig heim af því þá væri eflaust hægt að semja þannig að Skaginn kæmi vel út úr því. Það varð niðurstaðan. Kalli fór því miður ekki til La Louviere þetta haust en 1982 samdi hann við liðið og lék svo seinna í Frakklandi við góðan orðstír.

Ég fékk tilboð frá Feyenoord en ég gat ekki farið nema foreldrar mínir kvittuðu undir það af því ég var ekki orðinn sjálf-ráða.“

#### **Var keppnistímabilið 1979–’80 þitt besta í ljósi þess hversu mikið þú skoradír?**

„Markalega séð var þetta besta tímabilið en ég skoraði reyndar mikið öll árin hjá Feyenoord. Ég var betri í fótbolta enda þroskaðri árin sem ég var hjá Antwerpen þótt ég hafi ekki skorað jafn mikið. Á því tímabili sem ég skoraði í næstum í hverjum einasta leik með Feyenoord fékk ég slæma flensu eins og flestir leikmenn, og missti 6–8 kíló á rúmri viku og var algjörlega orkulaus. Ég var lengi að koma mér af stað aftur og er nokkuð viss um að ég hefði orðið markahæstur í Evrópu þetta tímabil, hefði ég ekki veikst.“

#### **Hvernig var að fara skyndilega í þennan harða heim atvinnumennskunnar þar sem allir eiga í innbyrðis samkeppni?**

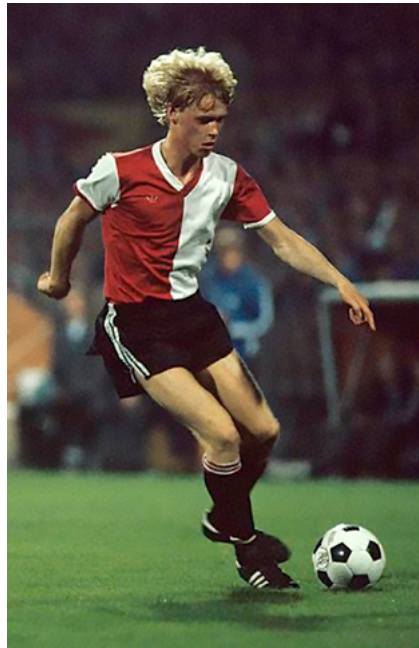
„Ég tel að það hafi hjálpað mér gríðarlega að hafa spilað með Skaganum ’76, ’77 og ’78 með öllum þeim karakterum sem gáfu mér aldrei neinn afslátt af neinu. Þeir drulluðu yfir mig ef ég átti það skilið og skóluðu mig almennilega til. Ég var því alveg tilbúinn í þennan

harða heim, þökk sé nöglunum uppi á Skaga. Ég lét engan vaða yfir mig og var heppinn að komast snemma í lið Feyenoord. Ég nýtti tækifærið og skoraði og eftir það var ekki lítið til baka.“

Mörgum er það minnisstætt að Pétri var líkt við senterinn Mario Kempes sem varð heimsmeistari með Argentínu 1978, skoraði tvö mörk í úrslitaleik HM gegn Hollandi, varð markahæsti maður mótsins og valinn besti leikmaðurinn. „Jú, mér var líkt við hann af því við vorum með svipaðan leikstíl og hlaupastíl. Ég hafði reyndar ekki hugmynd um hver hann var þar til hann sló í gegn á HM. Árið 1985 lékum við svo saman með Hercules.“

#### **Fara leikmenn frá Íslandi of ungir í atvinnumennsku, að þínu mati?**

„Það er án efa persónubundið, sumir eru tilbúnir aðrir ekki. Í það minnsta slá mjög fáir almennilega í gegn. Það kemur reyndar ekki á óvart því samkvæmt hollenskri úttekt, sem ég skoðaði um daginn, nær einn af hverjum 1000 strákum að slá í gegn þótt þeir fari í gegnum alvöru akademíu. Það kemur á óvart hversu fáir ná að fylgja því eftir að vera efnilegir því í akademíu fá leikmenn heildræna þjálfun og það er hugsað vel um þá frá morgni til kvölds. Þeir sem ná lengst í atvinnumennsku eru alvöru karakterar og naglar.“







**Íslandsmeistarar Vals í Pepsi Max deild kvenna 2019.** Efri röð frá vinstri: Eidiur Benedikt Eiríksson þjálfari, Málfríður Anna Eiríksdóttir, Lillý Rut Hlynisdóttir, Davor Purusic stjórnarmaður, Dóra María Lárusdóttir, Ásgerður Stefanía Baldursdóttir, Sandra Sigurðardóttir, Mist Edvarðsdóttir, Thelma Björk Einarsdóttir, Auður Sveinbjörnsdóttir Scheving, Stefanía Ragnarsdóttir, Guðrún Karítas Sigurðardóttir, Rajko Stanisic markvarðaðþjálfari, Karen Guðmundsdóttir, Thelma Guðrún Jónsdóttir, Pétur Pétursson þjálfari. Fremri röð frá vinstri: Málfríður Erna Sigurðardóttir, Vesna Elísa Smiljkovic, Hlín Eiríksdóttir, Guðný Árnadóttir, Margrét Lára Viðarsdóttir, Hallbera Guðný Gísladóttir, Elín Metta Jensen, Fanndís Friðriksdóttir, Elísa Viðarsdóttir, (barnið á endanum, Guðmunda Hanne Christiansen, dóttir Elísu) . Ljósmynd / Þorsteinn Ólafsson.

Pétur segir að keppnistímabilið með Anderlecht hafi verið sérlega eftirminnilegt. „Þar hitti ég fyrir leikmenn eins og Ludo Coeck sem var frábær miðjumaður. Lausanno var líka í Anderlecht en hann spilaði síðan með Real Madrid. Ég var heppinn að hafa spilað með mörgum frábærum fótboldamönnum.“

Frá Anderlecht hélt Pétur til Antwerpen en þegar samningnum þar lauk langaði hann að spila með Benfica. En þar sem Bosman-reglan var ekki orðin að veruleika (*fyrir en 1995*) gat hann ekki haft félagaskipti nema Antwerpen samþykkti samninginn. Félagið krafðist hárrar upphæðar fyrir Pétur, þótt samningur væri útrunninn. Á þessum tíma „áttu“ liðin leikmennina þar til þeir voru seldir.

„Mér þótti Benfica mjög spennandi kostur, enda stórlíð í Evrópu, og Ericsson var að taka við liðinu. Ég fór til Portúgala og mér var boðin samningur en þá hækkaði Antwerpen verðmiðann upp úr öllu valdi þannig að ekkert varð úr því ævintýri. Ég var síðan lánaður til Hercules á Spáni en endaði síðan uppi á Skaga og spilaði 5 leiki með liðinu sem varð bikarmeistari 1986, eftir sigur gegn Fram.“

Eftir stutt stopp á Akranesi fór Pétur aftur til Hollands og lék eitt keppnistímabil með Feyenoord áður en hann hélt á tvíævintýranna á Spáni.

## Illu farið með Ruud Gullit

„Ég fór aftur til Herkúles '85-'86 og hitti þar fyrir Mario Kempes. Hann er eftirminnilegur karakter. Yfirleitt fórum við í útileiki í rútom eða með næturlestum, sem gat tekið 24 tíma, og Kempes sat alltaf aftast með kaffibrúsa. Ég skildi aldrei í því hversu mikið kaffi hann þambaði eftir leiki í stað þess að hvíla sig. Einhvern tímann spurði ég hann út þetta en þá rétti hann mér kaffibrúsann sem var með konfaki blandað í kaffið. Þrátt fyrir þetta var hann alltaf fyrstur á æfingar og gaf sjálfum sér engan afslátt af neinu.“

## Hefurðu verið í sambandi við einhverja af þeim leikmönnum sem þú lékst með ytra?

„Við Ruud Gullit höfum alltaf verið í sambandi en við lékum saman hjá Feyenoord. Það er ógleymanlegt og verulega sorglegt hvernig stuðningsmenn Feyenoord komu fram við Gullit þegar hann spilaði sinn síðasta leik áður en hann skipti yfir í PSV en þaðan fór hann síðan til AC Milan. Völlurinn var smekkkfullur og þessi dýrtingur félagsins, sem ákvað að feta sig upp í betra lið, var niðurlægður af stuðningsmönnum sem hentu nánast svínshöfðum inn á völlinn og

hrópuðu ókvæðisorðum að honum allan leikinn. Áhorfendur héldu á spjöldum með rasistaummælum og í stað þess að gefa einhverjum áhorfenda treyju sína, eins og tíðkaðist þegar menn spiluðu sinn síðasta leik fyrir félagið, þá gaf hann mér treyju sína. Þessi treyja fór á uppboð hjá Gulla Jóns þegar hann stóð fyrir söfnun fyrir góðu málefni uppi á Skaga.“

Johnny Repp lék líka með Pétri hjá Feyenoord. „Hann var algjör snillingur og lék líka í Frakklandi. Simon Tahamata var líka þarna, Wim Jansen sem var áþekkur Johan Cruyff en lék hægra megin á miðjunni.“

Þegar Pétur sneri heim fyrir fullt og allt, kvæntur tveggja barna faðir, fór hann að læra ljósmyndun í Reykjavík og lék með KR frá 1987 til 1991. Ári seinna var hann spilaði þjálfari Tindastóls en eftir það þjálfaði hann yngri flokka KR, síðan meistaraflokk hjá KR, Keflavík, Víkingi og Fram auk þess að vera aðstoðarlandsliðsþjálfari með Ólafi Jóhannessyni frá 2007–2011. Og eins og fram hefur kemur mun hann stjórna meistaraflokki kvenna hjá Val fjórða árið í röð 2021.

„Fljótlega eftir að ég hafði ákveðið að hætta þjálfun fyrir fullt og allt fékk ég símtal hjá Val og síðan hef ég verið hér að Hlíðarenda. Ég held að Óli Jó, sem þjálfaði meistaraflokk karla, hafi átt stór-



*Þjálfarateymi meistaraflokks kvenna í knattspyrnu 2020. F.v. Kjartan Sturluson markvarðþjálfari, Eidur Benedikt Eiríksson þjálfari, Pétur Pétursson þjálfari, Hallur Freyr Sigurbjörnsson, styrktarþjálfari. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafsson.*

an þátt í því að ég var ráðinn til Vals af því við unnum saman hjá landsliðinu.“

## Það vantaði breidd í landsliðið

Peir sem hafa fylgst lengi með fótbolta gera sér grein fyrir því að Pétur spilaði með kynslóð leikmanna sem var alls ekki síðri en þeir leikmenn sem léku á EM í Frakklandi 2016 og á HM 2018. Reyndar var landsliðið á 9. áratugnum stutt frá því að tryggja sér sæti á lokamóti EM.

„Já, það er rétt að í landsliðinu á þessum tíma voru nokkrir leikmenn sem hefðu sómt sér vel í landsliðinu í dag. Nægir þar að nefna Ásgeir Sigurvinsson, Arnór Guðjohnsen, Atla Eðvaldsson, Sigurð Grétarsson og nokkra fleiri. Gullkynslóðin okkar, sem hefur gert frábæra hluti undanfarin ár, er samansafn af liðlega tíu, fimmtán leikmanna hópi sem hefur verið saman allt frá því þeir voru valdir í U-16 ára landsliðið. Þeir hafa gengið saman í gegnum súrt og sætt, sumir hverjir nánast alist upp saman og eru góðir vinir sem skiptir miklu máli. Þegar ég var að spila vorum við svo fáir á þeim standard sem gullkynslóðin hefur verið á. Á 9. áratugnum voru nokkrir leikmenn hreinlega áhugamenn á Íslandi og hópurinn í heild því aldrei nógu sterkur. Íslandsmótið byrjaði í júní og oftast en ekki voru landsleikir nokkrum dögum síðar þannig að það að búast við frábærum úrslitum var óraunhæft. Engu að síður náðum við nokkrum góðum úrslitum. Ef breiddin hefði verið örlítið meiri og umgjörð landsliðsins betri og agaðri hefðum við getað gert mun betri hluti.“

Þegar Ólafur Jóhannesson var ráðinn landsliðsþjálfari, eftir frábært gengi sem þjálfari FH, kiptti hann Pétri Péturssyni með sér sem aðstoðarþjálfara, þótt þeir þekktust lítið. Þeir voru saman með liðið

frá 2007 til 2011. „Þetta er eftirminni- legur tími en stundum velti ég því fyrir mér hvort ég hafi verið tilbúinn í þetta verkefni. Óli hafði mikinn metnað fyrir því að bæta alla umgjörð í kringum liðið en fékk það ekki í gegn. Næsta landsliðsþjálfara tókst það hins vegar. Óli vildi gefa það út að markmiðið væri að Ísland færi á EM 2016 en honum var meinað að tala um það. Óli hugsaði stórt og vildi fara alla leið. Ég á eingöngu góðar minningar frá þessum tíma og við spiluðum marga góða leiki en því miður voru þessi ár oftast en ekki stöngin út. Það vantaði herslumuninn en á þessum árum var kjarninn í gullaldarliðinu að stíga sín fyrstu skref með landsliðinu og það hefur heldur betur skilað árangri.“

Pétur telur að næsta kynslóð sé ekki tilbúin að taka við keflinu af þeim sem eru í fararbroddi í landsliðinu í dag. „Þessi kynslóð er búin að taka sér gott pláss og það var þess virði að þeir fengu tækifærið á sínum tíma og hafa haldið sæti sínu í liðinu. Endurnýjunin hefur þar af leiðandi ekki verið mikil og því gætu liðið einhver ár þar til að nýr, öflugur kjarni verður til í landsliðinu. Þeir leikmenn sem hafa gerst atvinnumenn ungir mættu sýna meiri þolinmæði, verða aðeins öflugri hér heima til þess að komast í stærri lið erlendis. Nokkrir af minni kynslóð voru í toppliðum í Evrópu. Margir af landsliðsmönnum okkar í dag eru betri tæknilega séð en við vorum en það er eins og það vanti eitthvað upp á hjá þeim til að komast í liðin sem ég er að skírskota til. Vonandi breytist það í framtíðinni.“

## Hvernig fannst þér að koma til Vals, sem uppallinn Skagamaður og öll þessi ár hjá KR?

„Ég verð að viðurkenna að þegar ég kom fyrst inn í Valsheimilið fékk ég mjög góða

## Knattspyrnuferill Péturs Péturssonar:

Ár	Félag	Leikir	Mörk
1976–1978	ÍA	49	39
1978–1981	Feyenoord	69	42
1981–1982	Anderlecht	15	4
1982–1984	Antwerpen	56	13
1984–1985	Feyenoord	19	7
1985–1986	Hércules	27	5
1986	ÍA	5	3
1987	Hércules	13	5
1987–1991	KR	75	31
1992–1993	Tindastóll	12	1

(spilandi þjálfari)

### Landsliðsferillinn:

1978–1990	Ísland	41	11
-----------	--------	----	----

### Þjálfaraferillinn:

1994–1995	Keflavík
1995–1996	Víkingur
2000–2001	KR
2007–2011	Ísland
	(aðstoðarþjálfari)
2008–2014	KR
	(aðstoðarþjálfari)
2015	Fram
2017–	Valur

tilfinningu og það er ástæða þess að ég sló til. Húsakynnin eru þannig að maður hittir alla þjálfara og leikmenn í öllum greinum og við spjöllum. Ég kem niður að Hlíðar- enda á hverjum einasta degi, þótt það sé ekki æfing, af því mér líður svo vel þar. Samgangurinn milli þjálfara, karla og kvenna í handbolta, fótbolta og körfubolta er svo mikill að ég læri eitthvað nýtt á hverjum einasta degi. Þetta er öðruvísi en í þeim félögum þar sem ég hef verið hjá, mun meiri tenging milli greina en gengur og gerist. Ég hitti líka alla leikmenn félagsins í hverri einustu viku.“

## Ertu sáttur við tímabilin þrjú, Íslands- meistaratitill á öðru ári og svo þetta skrítna sumar, 2020?

„Já, ég er sáttur við þróun mála. Fyrsta árið hjá mér fór í að setja mig inn í kvennaboltann. Þótt þetta sé bara fótbolti þá eru hlutirnir ekki eins í karlabolta og kvennabolta. Ég vildi læra inn á kvennaboltann og það tók sinn tíma. Við höfum misst sterka pósta á þessum árum og það er alltaf ákveðin endurnýjun í gangi. Þar af leiðandi er erfitt að segja til um hver þróunin verður en markmiðið er skýrt við

viljum vera meistarar. Ég er ávallt hjart-sýnn hvað árangur varðar.“

### Hvaða leikmenn sem þú spilaðir með eru eftirminnilegastir?

„Þótt ég hafi ekki verið með Johan Cruyff í félagssliði náði ég að spila með honum einn leik. Wim Jansen var herra Feyenoord og Cruyff var herra Ajax á þessum árum. Á ákveðnum tímamarki skiptu þeir meðvitað um lið þannig að Jansen fór í Ajax en Cruyff í Feyenoord og hann varð meistari með Feyenoord. Þegar ég kom aftur til Feyenoord var Cruyff oft að fylgjast með æfingum. Svo sátu hann og Wim Van Haneken inni eftir æfingar og ræddu fótbolta af mikilli ástríðu, við hliðina á kaffivélinni. Hollendingar hafa mjög sterkar skoðanir á boltanum. Við settumst stundum hjá þeim til að hlusta á þá skiptast á skoðunum. Það var upplifun sem ég gleymi aldrei enda voru þetta bestu fótboltamenn heims og aldrei sam-mála.

Þegar settur var upp sýningarleikur í

Saudi Arabíu með Feyenoord og Johan Cruyff, spilaði ég með honum. Það var rosaleg upplifun. Allar sendingar frá honum voru réttar hvort sem ég kom á móti boltanum eða fékk hann inn í hlaupaleiðir. Það var vitanlega líka áhugavert að spila með Gullit og Mario Kempes, rísanöfn. Síðan horfi ég líka til leikmanna eins og Arnórs Guðjohnsen, sem ég elskaði að spila með. Hann var svipaður og Cruyff því við náðum svo vel saman. Kalli Þórðar og Árni Sveins uppi á Skaga voru líka draumaleikmenn að spila með og ógleymanlegir. Atli Eðvaldsson var einstakur. Allt þetta voru miklir karakterar sem finnast varla lengur í boltanum. Þessir leikmenn stigu upp þegar á þurfti að halda.“

Þétur segir að atvinnumennska í fót-bolta sé ekkert grín, því samkeppnin sé svo svakaleg og kröfurnar miklar. „Ég man eftir atviki hjá Feyenoord þar sem ég sleppti því að elta bakvörð upp kantinn sem var ópolandi duglegur. Ég var búinn að elta hann til baka aftur og aftur en lét

hann eiga sig í eitt skipti. Þá fékk ég alla gömlu leikmennina yfir mig og þeir hót- uðu að senda mig aftur heim til mömmu ef ég sleppti því að elta hann einu sinni enn. Ef bakvörðurinn hefði skorað og við tapað þá hefðu þessi karlar ekki fengið bónusinn sinn. Þetta snerist því svo mikið um peninga en ég hafði aldrei velt því fyrir mér. Ég hafði bara gaman af að spila fótbolta og þegar mér bauðst að spila með Feyenoord sagði ég já af því ég elska að spila. Á þessu eina augnabliki fattaði ég hvað atvinnumennskan gekk út á hjá sumum.“

Þétur tók stundum strætó á æfingar og í leiki með aðdáendum liðsins af því hann vildi ekki fara á bílnum. „Á þennan hátt kynntist ég kjarna aðdáenda liðsins og varð vinsæll fyrir bragðið. Sérðu þetta gerast í dag?“

Þétur Þétursson segist vera á réttum stað í lífinu og vilji enda sinn feril sem þjálfari að Hlíðarenda. „Vissulega vil ég halda áfram að þjálfva næstu árin en hvergi annars staðar en hér.“

## Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Anthony Karl Gregory

Árni Huldar Sveinbjörnsson

Ari Reynir Halldórsson

Árni Pétur Jónsson

Arna og Hera Grímsdætur

Ásmundur Indriðason

Arnar Friðgeirsson

Baldur Þorgilsson

Arnar Guðjónsson

Baldvin Jónsson

Atli Sigurðsson

Battar-einkaþjálfun í knattspyrnu

Ágúst Björgvinsson

Bára Bjarnadóttir

Ágúst Fannar Einþórsson

Benedikt Sigurjónsson

Ágúst Ögmundsson

Benedikt Steinþórsson Kroknes

Ágústa Edda Björnsdóttir

Bergþór Valur Þórisson

# Valkyrjur á Covid-tímum

## Ástand heimsins í Covid-19 þar sem fjöldatakmörkanir og fjarlægðarreglur eru við líði hefur haft mikil áhrif á skipulagt íþróttastarf

Stór þáttur í öllu félagsstarfi er að njóta samvista við félagana og m.a. vinna saman að nýjum og gömlum verkefnum. Valkyrjur er félag kvenna í Val sem leggja sérstaka áherslu á *Jafnréttisstefnu Vals*, bæði hvað iðkendur og stjórnun félagsins varðar.

Vegna ástandsins hafa hvorki verið fundir, fræðslukvöld né Valkyrjukvöld. Á síðasta *Kvennakvöldi Vals* (2019) var frábær mæting eða um 160 kátar konur en félagskonur eru um 140 talsins. Það hefur verið hvatning til kvenna úr Val og nærliggjandi hverfum við Hlíðarenda að koma saman og kynnast. Vonandi sjáum við stóran hóp kvenna mæta á skemmtun á komandi ári.

Valkyrjur hafa komið að ýmsu á Hlíðarenda, s.s. tengt þjónustu á leikjum en að sjálfsgöngu hefur þá verið tekið tillit til aðstæðna hverju sinni á Covid tímum. Aðgerðir þurfa að byggja á tilmælum sóttvarnalæknis sem allir þurfa að fylgja því við erum jú öll Almannavarnir.

Það hefur reynt á íþróttahreyfinguna á undanförunum mánuðum, þannig að lokun og takmörkun á íþróttastarfi er staðreynd nú á lokamánuðum þessa árs. Áhyggju-efni er að börn og ungmenni hafi ekki getað stundað skipulagt íþróttastarf því hreyfing gegnir mikilvægu hlutverki þegar bæta á líkamlega heilsu fólks. Þau börn og ungmenni sem stunda íþróttir eru betur undir lífið búin og þau krefjandi verkefni sem lífið býður upp á.

### Breytum leiknum

Handknattleikssamband Íslands (HSÍ) fór af stað á árinu með átakið *#Breytum-leiknum*. Markmið með átakanu er að skapa heim þar sem stelpur eru sjáanlegri í íþróttasamfélaginu og eiga sér sterkar og mikilvægar fyrirmyndir. Frábært framtak og fyrirmynd annarra sérsambanda. Því þegar kemur á unglingsár þá er brott-

fall úr íþróttum töluvert og stelpur eru fleiri sem hætta og er það áhyggjuefni.

Á þessum tímum sem blasa við í dag þá hefur aldrei verið eins mikilvægt að börn og ungmenni taki þátt í skipulögðu íþróttastarfi þegar allt opnast á ný. Það er því til mikils að vinna að halda í þann hóp ungmenna sem er við störf og leik á Hlíðarenda og auka þann fjölda enn frekar.

### Margvísleg áhrif kórónuveirunnar

Áhyggjur og erfiðar tilfinningar svo sem kvíði, einmanaleiki og þunglyndi eru m.a. afleiðingar Covid. Því eru upplýsingar á vef Embættis landlæknis til foreldra eða forsjáraðila mikilvægar og þarfar; svo sem samverustundir með börnum, halda í jákvæðnina, daglegt skipulag, fjalla um krefjandi hegðun og halda ró sinni sem og að takast á við streitu og að tala um Covid. Það reynir á barnafjölskyldur á þessum tímum, áhyggjur ýmiss konar koma upp á yfirborðið en það sem við trúum á er að þetta ástand taki allt enda og lífið færir í eðlilegra horf aftur þó að það breytist. Því þarf að undirbúa komu barna og ungmenn í íþrótt- og félagsstarfið á Hlíðarenda og taka vel á móti iðkendum.

### Endurnýjun í forystu Valkyrja

Einhverjar af okkur í stjórn Valkyrja hafa hug á að stíga til hliðar til að hleypa nýjum stjórnendum að. Því hvetjum við konur að taka við keflinu, kynnast starfinu og Val og halda áfram að velta fyrir sér jafnrétti kynjanna, hvað varðar m.a. aðstöðu, þjálfun og fjármagn. En við Valkyrjur vinnum að markmiðum okkar með því að:

- Vera vettvangur fyrir konur til að eiga samskipti sín á milli um málefni félagsins



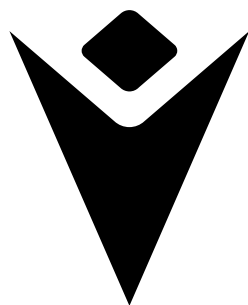
- Vera sýnilegt afl í innra starfi Vals
- Beita sér fyrir því unnið sé í samræmi við jafnréttisstefnu Vals
- Auka sýnileika kvenna og stuðla að fjölgun þeirra í stjórn félagsins
- Styrkja uppeldis- og forvarnarþátt íþróttanna meðal iðkenda innan félagsins

Höfum velt því fyrir okkur hver ein-kunnarorð Séra Friðriks Friðrikssonar hefðu verið á þessum tímum varðandi þátttöku kvenna í íþróttastarfi Vals og að stuðla að íþróttastarfi stúlkna.

Hann hefði kannski bara sagt: *Stelpur komið og verið með framtíðin er ykkar*, eða á bisaya (filippeyska) ; *dali, mga amiga og apil namo. Inyoha na ang panahon.*

*Með bestu kveðjum  
Magdalena Kjartansdóttir  
f.h. stjórnar Valkyrja*

# ÞÚ FINNUR JÓLAGJÖFINA Á MACRON.IS





# „Langbesta tímabilið mitt“

Aron Bjarnason kom eins og stormsveipur inn í Valsliðið og átti sitt besta tímabil á ferlinum. Hann segir það aldrei hafa verið spurning að þegar Valur kom inn í myndina þá var hann ákveðinn að spila fyrir þá Heimi og Túfa. Ógleymanlegur septembermánuður stendur upp úr.

„Fyrst þegar ég fer að hugsa um að skipta um félag þá vildi ég skoða möguleikana á Norðurlöndunum. Svo kom upp Covid-19 og þá áttaði ég mig að möguleikarnir væru farnir út um gluggann. Þá fór ég að skoða Ísland og Valsarar heyrðu snemma í mér og ég varð strax mjög spenntur,“ segir Aron Bjarnason sem kom til Vals frá ungverska liðinu Újpest að láni í sumar og sló í gegn. Hann spilaði alla leiki Vals, eins og fjórir aðrir leikmenn, skoraði sjö mörk og kom að ógrynni marka. Sóknarleikur Íslandsmeistaranna fékk líka mikið hrós enda ekki á hverjum degi sem lið skora 50 mörk á stuttu tímabili.

„Valur hefur verið besta liðið undanfarin ár fyrir utan 2019 og þetta var frábær hópur að koma í. Ég þurfti auðvitað að sanna mig fyrir þeim eins og gengur og gerist. Svo eru það þjálfararnir, Heimir og Túfa. Þeir eru þannig að það er spennandi að spila fyrir þá.“



Þeirra nálgun er mjög góð. Æfingarnar þeirra eru mjög góðar og krefjandi sem er gott því þá er maður í góðu standi í leikjum. Þetta er tvíeyki sem virkar vel saman,“ segir Aron.

## Það var bras í byrjun sumars

Opnunarleikurinn tapaðist gegn KR, síðan komu sigrar gegn nýliðum Gróttu og svo HK áður en skellurinn gegn ÍA leit dagsins ljós í byrjun júlí. Honum var svarað með sigri á vængbrotnu liði Víkings og svo kom markalaust jafntefli gegn Stjörnunni á heimavelli. Þann 19. júlí var komið að útileik gegn Blikum sem margir leikmenn hafa lýst sem ákveðnum vendipunkti á tímabilinu. Einar Karl Ingvarsson skoraði sigurmark úr aukaspyrnu og eftir leik var ósvikin gleði í leikmannahópnum sem og þeim sem máttu mæta í stúkunni. Heimir Guðjónsson og Birkir Már Sævarsson sögðu báðir frá því í Hlaðvarpi Vals, *Vængjum þöndum*, að þetta hefði verið leikurinn sem setti Valsvélinu af stað. Aron tekur undir þau orð. „Mér leið allavega svolítið þannig. Það var skemmtileg stund þegar Einar skoraði. Í leikjunum á eftir fórum við að vinna þó við værum ekkert endilega að spila vel. Fljótlega leið manni eins og enginn gæti stoppað okkur, sérstaklega í september,“ segir hann.

Í þeim mánuði unnust sigrar gegn Víkingi og ÍA áður en kom að einhverri ótrúlegustu frammistöðu sem sést hefur á íslenskum fótþoltavelli þegar stórsigur gegn Stjörnunni vannst 1-5. Honum var fylgt eftir með stórsigri á FH. Alls skoraði liðið 16 mörk í september mánuði. „Ég fann það fyrir leikinn gegn Stjörnunni hvað allir voru klárir. Ég fann það í upphituninni. Við skorum snemma og héldum áfram að hamra járníð. Svo erum við komnir í 5-0 eftir einhverjar 35 mínútur og það var hálf hlæglegt þegar Birkir skoraði fimmta markið,“ segir hann og hlær við upprifjunina.

Það var ekki aðeins þessi Stjörnuleikur sem var eftirminnilegur. Valsliðið spilaði merkilega marga eftirminnilega leiki í sumar. Engan eftirminnilegri en þó útisigur gegn KR sem flestir eru sammála um að sé einn af leikjum sumarsins. Engir áhorfendur voru þá í stúkunni og fylgdist þjóðin með mörkunum hreinlega rigna inn en hann fór 4-5. „Ég held að allir leikmenn sem voru inn á vellinum botni ekkert í þessu. Sérstaklega ekki í fyrri hálfleik þegar staðan var 3-3. Ég held að þegar það var flautað til leikhles þá voru allir steinhissa. En þegar við komumst í 5-3, sem var mjög mikilvægt, þá fann ég að við værum að fara sigla sigrinum heim, þó að við höfum hleypt leiknum upp í spennu með því að fá á okkur fjórða markið.“

## Besta tímabilið á ferlinum

Aron segir að tímabilið sem fékk snubbóttan endi sé sitt besta á ferlinum. „Þetta var langbesta tímabilið mitt heilt yfir. Ég er auðvitað mjög þakklátur Heimi fyrir traustið sem hann gaf mér. Ég byrjaði ekkert frábærlega en síðan náði ég að vinna mig inn í hlutina og þegar ég horfi til baka er ég mjög ánægður með tímabilið mitt, get ekki verið annað.“

Hann segir að hann hafi ekki mikið verið að hlusta á frekar neikvæða umræðu um sig enda voru það gamlir Blikar sem töluðu óvarlega. Breiðablik hafi sín ítök í fótþoltaumræðunni hér á Íslandi. Gunnar Birgisson, einn af sérfræðingum fótþolta.net um íslenska þoltann er jú að þjálfari græna hlutanum í Kópavogi og reynir með ráðum og dád að planta einhverju neikvæðu um Val. Doktor Football er auðvitað skipað einnig fyrrum grænum hetjum úr Kópavoginum. Aron spilaði áður með Blikum áður en

hann fór í atvinnumennsku. „Ég kom auðvitað heim og fór ekki í sama félag. Blikar eru með sína menn í fjölmíðlum en það var eiginlega bara KR leikurinn heima sem ég er ósáttur með. Þar var ég bara ekki góður og ekki sáttur við frammistöðuna þar en í framhaldinu voru ekkert margir slæmir leikir.

Það er auðvelt að spila með framherja eins og Patrick Pedersen. Hann er frábær og kom okkur stundum yfir línuna þegar leikirnir voru tæpir. Birkir Már var svo fyrir aftan mig á kantinum sem er helvíti sterkt enda frábær leikmaður. Kristinn Freyr byrjar á bekknum en kom mjög vel inn í þetta og mér fannst sóknarlínan verða betri eftir því sem leið á mótið.“

Framhaldið segir Aron sé óráðið. Hann fari til Ungverjalands og ætli að láta reyna á drauminn um atvinnumennsku en félag hans, Ujpest, skipti nýverið um þjálfara. Heimur Guðjónsson, þjálfari, sagði í Hlaðvarpi Vals að hann vonaðist eftir að sá hefði jafn litla trú og sá fyrri á Aroni. Heimur ætlaði allavega ekki að senda þeim nein myndbönd af kappanum vera þeysast upp og niður kantinn. „Ég mun láta reyna á Ujpest. Ég fer út í janúar og deildin fer á stað eftir hlé skömmu síðar. Maður sér nú fljótt hvort ég sé að fara fá tækifæri og þá mun ég reyna að nýta það en maður þarf að sjá aðeins til. Félagið skipti bara um aðalþjálfarann, þjálfaraliðið og annað er enn það sama og ég mun alveg þekkja öll andlitin þarna úti en ég mun meta stöðuna þegar líður á árið 2021 hvað gerist.“ segir Aron Bjarnason sem heillaði okkur Valsmenn upp úr skónum í sumar og vona trúlega flestir að hann verði kominn í rauðu treyjuna að nýju næsta sumar.



Aron skorar fimmta mark Vals gegn KR á Meistaravöllum sumar.

## Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Birgir Róbertsson

Birgir Örn Friðjónsson

Bílasala Guðfinns

Bjarni Ákason

Bjarni Harðar

Bjarni Sigurðsson

Björgvin Kristbergsson

Björn Amby Lárusson

Björn Bragason

Björn Haaker

Björn Ingi Sverrisson

Björn Zoëga

Borgar Erlendsson

Bragi G Bragason

Brynjar Harðarson

Brynjar Þór Níelsson

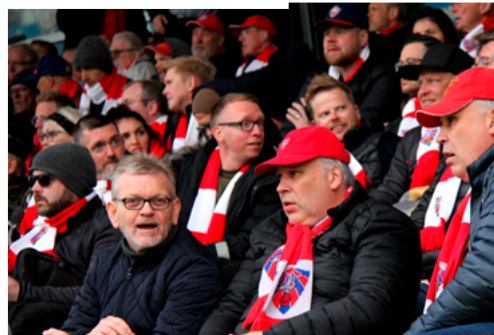
Böðvar Bergsson

Dagur Sigurðsson



# Íslandsmeistarar 2020

Nokkur minnistæð augnablik úr leikjum  
Íslandsmeistara Vals í knattspyrnu karla á  
árinu 2020. Ljósmyndir tók Þorsteinn Ólafsson.









# Ætla að verða atvinnumaður í handbolta

**Benedikt Gunnar Óskarsson er 18 ára og leikur handknattleik með 3. flokki og meistaraflokki**

**Nám?** Er að klára menntaskóla núna í sumar.

**Hvað ætlar þú að verða?** Ég ætla að verða atvinnumaður í handbolta.

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Vonandi á Spáni að „chilla“ í sólinni og spila með Barcelona.

**Af hverju Valur?** Pabbi var að þjálfra hérna og ég vildi ekkert annað.

**Uppeldisfélag í handbolta?** Valur.

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** Valdimar Grímsson frændi minn.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum?** Þau hafa alltaf nennt að skutla mér á allar æfingar eða leiki og mæta nánast alltaf að horfa líka.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Ég myndi segja að það væri ég sjálfur.

**Af hverju handbolti?** Var alltaf í handbolta og fótbolta þegar ég var yngri en endaði á að velja handboltann því að mér fannst ég betri þar og það var skemmtilegra en síðan er ég líka algjör kulda-skrafa.

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** Þegar ég var valinn í landsliðið í fótbolta en var samt hættur.

**Eftirminnilegast úr boltanum?** Það er fyrsti Íslandsmeistaratitillinn árið 2017 þegar við fórum í framlengingu og síðan vító.

**Lýstu Valsliðinu í handbolta karla í stuttu máli? Hvað einkennir það?** Á þessu tímabili er held ég bara eitt orð „þrautseigja“.

**Hvernig skýrir þú gengi Valsliðsins á síðasta tímabili?** Það lögðu allir meira á sig eftir lélega byrjun og þá fóru að koma sigrar sem stoppuðu síðan ekkert.

**Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili?** Að hafa tapað á móti Þýskalandi í úrslitaleik á Sparkassen Cup og að hafa ekki fengið að klára tímabilið með 3. flokki þar sem við vorum á góðri leið að vinna allt.

**Markmið fyrir þetta tímabili?** Vinna allt í 3. flokki og fá einhverjar mínútur í Olís deildinni.

**Besti stuðningsmaðurinn?** Mamma og systur mínar, þær missa ekki af leik hjá mér.

**Erfiðustu samherjarnir?** Magnús Óli Magnússon er svindl á æfingum.

**Erfiðustu mótherjarnir?** Arnór Viðarsson í ÍBV hann meiðir mig í hverjum leik sem ég spila við hann.

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** Hef verið með marga mjög góða í gegnum tíðina en held ég verði að segja pabbi minn svo hann verði ekki reiður út í mig.

**Mesta prakkarastrik?** Öruglega bara að kasta snjóboltum í bíla.

**Vandræðalegasta atvik?** Þegar ég labbaði á glerhurð í skólanum.

**Athylgisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** Lovísa Thompson.

**Athylgisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** Hárbands- og sendingafélaginn minn hann Þorgils Jón Svölu Baldursson.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val?** Mér líst vel á yngri flokkana, ég var að þjálfra í handboltaskólanum núna í ágúst og það var mjög mikið af metnaðarfullum krökkum þar sem lofa góðu.

**Fyrirmynd þín í handbolta?** Kentin Mahe frá Frakklandi.

**Draumur um atvinnumennsku í handbolta?** Veszprem og Barcelona er draumur en síðan væri geggjað að spila í Þýskalandi held ég.

**Landsliðsdraumar þínir?** Að spila fyrir A-landsliðið.

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Metnaður og að geta þjálfað bæði lið og einstaklinga vel.

**Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið?** Því miður Manchester Uni-

ted í fótboltanum en í handboltanum er það Barcelona.

**Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi?** Snorri er mjög góður þjálfari og hefur kennt mér mikið.

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** Æfa meira en aðrir og borða hollt.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?** Hafa fyrirlestra um þessa hluti.

**Hvernig er hægt að auka samstarf deilda í Val?** Hafa atburði fyrir allar deildir saman.

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** Það væri hægt að auglýsa þá betur eins og að setja auglýsingar hjá götum og jafnvel á strætóskýli.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Fyrst myndi ég gefa Risto launahækkun, síðan laga alla klefana og svo kannski stækka gamla sal í eðlilegan handboltavöll.

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** Ég vil sjá Val halda áfram að vera með öll meistaraflokksliðin sín í efstu deild og að þau keppi öll um titla.

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** Þegar við urðum bikarmeistarar í 3. flokki og síðan þrautseigjuferðin sem Snorri sendi okkur í.

**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfaraldur haft á líf þitt og einnig íþróttaiðkun og keppni á þessu ári?** Ég hef fengið að fara einu sinni í skólann síðan í mars, hætt var að leika í deildinni og það var hætt við EM sem við áttum að fara á í sumar.

**Besta bíómynd?** Woodlawn.

**Einkunnarorð?** Það er betra að vera seinn og sætur heldur en fljótur og ljótur.

**Hver stofnaði Val og hvenær?** Séra Friðrik 1911.

# Stefni alltaf hærra

## Elín Rósa Magnúsdóttir er 18 ára og leikur handknattleik með 3. flokki og meistaraflokki

**Nám?** Ég er á þriðja og síðasta ári í Verzló.

**Maki?** Kári Tómas Hauksson.

**Hvað ætlar þú að verða?** Það er nú ekki ákveðið en líklegast vinna með börnum.

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Vonandi búin að prófa atvinnumennsku og ljúka háskólanámi, komin með fjölskyldu og enn í boltanum.

**Af hverju Valur?** Það var erfitt að segja nei við Gústa Jó, Skara Skrípó, starfsmann C og frábært umhverfi sem Valur býður upp á.

**Uppeldisfélag í handbolta?** Ég tók fyrstu skrefin í ÍR en flutti svo í Árbæinn og fór í Fylki.

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** Líklegast frændi minn, hann Pálmar Ragnarsson.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Bróðir minn Ingvar Andri er frábær golfari og hann á flestu afrekin, fór m.a. á Ólympíuleika ungmenna í Argentínu 2018 og svo verð ég að nefna pabba sem á Íslandsmeistaratitil í samkvæmisdönsnum.

**Af hverju handbolti?** Mamma og eldri bróðir minn æfðu handbolta svo það var lítið annað í stöðunni en að prófa sjálf.

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** Ég hef sett 15 Íslandsmet í Ólympískum lyftingum.

**Eftirminnilegast úr boltanum?** Þegar við mamma spiludum saman leik í Grill 66 deildinni 2019 með Fylki, hún lokaði rammanum á móti ÍR og við komumst í umspil við HK um sæti í Olís. Svo var líka geggjáð að fara á EM á Ítalíu með U17 ára landsliðinu.

**Hvernig skýrir þú gengi Valsliðsins á síðasta tímabili?** Árangurinn var góður þar sem miklar breytingar voru á liðinu frá því árinu áður. Ungt og vaxandi lið.

**Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili?** Klárlega þegar tímabilið var flautað af.

**Markmið fyrir þetta tímabil?** Að bæta mig á sem flestum sviðum.

**Besti stuðningsmaðurinn?** Mamma mín er minn helsti og besti stuðningsmaður. Hún mætir á alla leiki í 3. flokki, meistaraflokki og með unglíngalandslið-

inu, gefur mér góð ráð og peppar mig þegar ég þarf á því að halda. Er og verð alltaf ótrúlega þakklát fyrir hana.

**Erfiðustu samherjarnir?** Íris Björk Símonardóttir en jafnframt sú besta líka. **Erfiðustu mótherjarnir?** Það hefur alltaf verið erfitt að mæta ÍBV.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** Ásdís Þóra Ágústsdóttir er frábær leikmaður. Með rosalega skothönd og góðan leikskilning. **Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** Magnús Óli Magnússon.

**Fyrirmynd þín í handbolta?** Stine Brendal Oftedal.

**Draumur um atvinnumennsku í handbolta?** Það væri frábært tækifæri að komast út og fá að upplifa atvinnumennsku og vonandi kemur það tækifæri einhvern tímann.

**Landsliðsdraumar þínir?** Draumurinn er að komast í A-landsliðið og fara á stórmót.

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Hann þarf að vera ákveðinn, með góðan aga, gott skipulag og dass af góðum húmor.

**Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið?** Manchester United og norska kvennalandsliðið í handbolta.

**Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi?** Léttir, ljúfir og kátir en líka agaðir, skipulagðir og kröfuharðir.

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** Góður svefn og gott mataræði, vera skipulagður og setja sér markmið, æfa aukalega og hafa gaman af því sem maður er að gera.

**Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val?** Hafa jafna umfjöllun og umgjörð. Tryggja að annað liðið fái ekki alltaf betri æfingatíma og að liðin fái jafn stóra klefa. Valur hefur staðið sig frekar vel en alltaf hægt að gera betur.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?**

Vera með fræðslu og gott forvarnarstarf, fá eldri leikmenn með í lið og vera fyrirmyndir þeirra yngri.

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki**



**hjá Val?** Með því að auglýsa leikina meira, láta yngri flokkana hafa meira hlutverk á leikjum, s.s. leiða inn á völinn og vera með trommur í stúkunni. Um leið og yngri iðkendur mæta á leiki fylgja foreldrar með sem eykur aðsókn.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Ég veit aldrei hvað klukkan er inni í sal þannig ég myndi klárlega setja upp klukku, stækka lyftingarstöðuna, setja hlaupabraut úti og hafa sjúkrapjálfunaraðstöðu.

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** Þegar báðir 3. flokkarnir urðu bikarmeistarar.

**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfaraldur haft á líf þitt og einnig íþróttaiðkun og keppni á þessu ári?** Eins og fyrir flesta hefur hann margvísleg áhrif, ég er nú alfarið í fjarnámi, æfi mikið til ein sem krefst mikils aga. Það urðu breytingar á leikjum yngri landsliða í sumar og var ekki hægt að halda upphaflegu plani en í staðinn fórum við í frábæra æfingarfærð til frænda okkar í Færeyjum. Þó að heimsfaraldurinn hafi tekið margt af manni hefur hann líka kennt manni margt.

**Besta bíómynd?** Mamma mia og Stikkfrí.

**Besta bók?** Bróðir minn Ljónshjarta.

**Einkunnarorð?** Okkar besta stund er ekki að tapa aldrei, heldur rísa upp eftir hvern ósigur.

**Hver stofnaði Val og hvenær?** Séra Friðrik Friðriksson, þann 11. maí, 1911.

# Hversu björt er framtíð Vals?

**Það kann að hljóma öfugsnúið nú á Covid-19 tímum, sem gert hafa allt íþróttastarf og þar með rekstur íþróttafélaga erfiðari en áður hefur þekkt, að möguleikar Knattspyrnufélagsins Vals séu nánast takmarkalausir.**

Þróun og aðstæður síðustu ára hafa fært félaginu tækifæri og möguleika sem það hefur aldrei séð í 109 ára sögu sinni. Tveir mikilvægustu þættirnir í þessari þróun eru;

1. Gerbreytt fjárhagslegt umhverfi
2. Þétting byggðar og áhrif þess á upptökusvæði félagsins

## Fjárhagslegt umhverfi

Árið 2016 var orðið ljóst að markmið Reykjavíkurborgar og Vals, um breytta nýtingu Hlíðarendareits sem römmuð voru inn í samningi aðila þann 11. maí 2002, höfðu ekki aðeins gengið eftir heldur yrði árangur þess fyrir báða aðila margfaldur á við það sem upp var lagt með.

Eigna- og fjárhagsstaða Vals bíður því upp á tækifæri til vaxtar og þróunar sem eru fordæmalausar fyrir íþróttafélög á Íslandi. En vandi fylgir vegsemd hverri og tækifæri nýta sig ekki sjálf heldur þvert á móti skapa kröfum um að nýta þau til fullnustu. Til þess að slíkt sé mögulegt getur margt þurft að breytast. Breytingar eru hins vegar ekki auðvelt ferli, allra síst síst hjá gömlum og rótgrónum félögum líkt og Val.

## Þétting byggðar

Fyrir nokkrum árum stóð í alvöru til að sameina félagið Fjölni í Grafarvogi þar sem iðkendum Vals fór stöðugt fækkandi og menn sáu ekki félagið geta dafnað í þáverandi umhverfi þess. Breyttar pólitískar áherslur með þéttingu byggðar hafa gerbreytt umhverfi Vals. Iðkendum fjölga stöðugt í takt við aukna uppbyggingu bæði á félagssvæði Vals og svo auðvitað í Vatnsmýrinni sem nú bætist við félagssvæðið og mun í framtíðinni umblyta umgjörð félagsins. Að mörgu leyti er þessi þróun rétt að byrja og á meðan ekki eru áform um að byggja ný úthverfi heldur mæta vexti borgarinnar með innri uppbyggingu munu innviðir Vals halda áfram að styrkjast. Þetta skapar hins vegar kröfur til félagsins um að byggja hratt og örugglega upp íþrótt- og félagsaðstöðu sína á Hlíðarenda.

## Knattspyrnufélagið Valur

Áður en lengra er haldið langar mig að fjalla aðeins um félagið eins og það horfir við mér í dag og byrja einfaldlega á þessari grunnspurningu:

### Hvað er Knattspyrnufélagið Valur?

Er til einhver almenn skilgreining sem mikill meirihluti félagsmanna er einhuga um? Strax í nafni félagsins er mótsögn -

Knattspyrnufélagið Valur, þar sem stundaðar eru þrjár íþróttagreinar. Skiptir það einhverju máli? Ætti að breyta nafni félagsins í BF Valur, þ.e.a.s. Boltafélagið Valur? Um þetta myndu örugglega verða mjög skiptar skoðanir sem er hið eðlilegasta mál, reyndar nauðsynlegt í öllum félögum og samfélögum sem kenna sig við lýðræði og jafnrétti.

En hvernig er þessum málum háttað innan Vals? Er félagið lifandi fjöldahreyfing þar sem gengi félagsins, þróun þess og vöxtur er stöðugt í umræðunni? Það er mín skoðun að á því sé töluverður misbrestur. Umræður félagsmanna snúast eins og kannski eðlilegt er, að mestu leyti um hvernig gengur á íþróttavellinum, hverjir eru þjálfarar og hvaða leikmenn eru keyptir og seldir. Umræður foreldra snúast fyrst og fremst um þann flokk sem þeirra barn æfir með og hver þjálfar hann. Umræður leikmanna og þjálfara snúast stöðugt meira um kaup og kjör. Umræður um stöðu félagsins og stefnu, markmið þess og áætlanir, eru hverfandi litlar. Þessi staða eða ástand endurspeglar kúltúr félagsins. Eins og svo mörg álíka félög einkennist kúltúr okkar af mörgum ólíkum þáttum. Einn þeirra eru átök. Það er viss áttakúltúr í Val en hann er dulinn og ekki hávær því það á enginn félagið og því ræður því enginn með beinum hætti að minnsta kosti ekki til lengri tíma.

Annar þáttur sem er ríkur í kúltúr Vals er metnaður til að ná árangri, til að sigra. Það á jafnt við karlamegin og kvenna að minnsta kosti hin síðari ár og áratugi. Einn af hápunktunum í sögu félagsins var þrennan í kvennagreinum félagsins árið 2019. Það voru ekki bara íþróttalegir sigrar og titlar sem einkenndu þennan hápunkt heldur ekki síður sú mikla eining sem lýsti upp þennan stórkostlega árangur. Eitt það fallegasta við starfsemi Vals er jafnréttið í kynjamálum þótt ekki sé það fullkomið hjá okkar frekar en annars staðar. Það er hins vegar til staðar metnaður til að tefla fram jafnt karla- sem kvennaliðum. Við erum stolt af sigrum beggja kynja og höfum valið jafn oft konur og karla sem íþróttamenn Vals. Hvorki félagið í heild né einstakar deildir hafa hins vegar notið forystu konu. Konur í framvarðasveit félagsins eru mjög fáar og þó að öflugar konur hafi tekið sæti í stjórn félagsins hafa þær aldrei látið að sér kveða með áhrifamiklum hætti. Það má því draga þá ályktun að sé ríkjandi karlakúltúr í félaginu.

Saga Vals, líkt og margra íþróttafélaga, einkennist af hæðum og lægðum, þar sem viðvarandi erfiður fjárhagur hefur verið ráðandi þáttur. Starfsemin hefur verið stöðug glíma við að halda rekstrinum gangandi og viðhalda mannvirkjum sem og íþrótt- og félagsaðstöðu. Það er því kannski ekki að undra að sjálfboda-liðar og áhugafólk sem situr í stjórn félagsins hafi ekki mikinn tíma til annarra hluta en þeirra sem halda þökkalegu lífsmarki í starfseminni.

Á síðustu árum hafa hins vegar orðið miklar breytingar á umhverfi félagsins. Launuðu starfsfólki hefur fjölgað, fjárhagurinn hefur styrkst umtalsvert, leikmenn meistaraflokka eru meira og minna launaðir og meirihluti af þjálfaraliðinu hefur þjálfun að aðalstarfi. Eftir stendur stjórnun félagsins sem er meira og minna óbreytt. Með fullri virðingu fyrir þeim sem leggja á sig mikla og óeigingjarna vinnu við setu í stjórn félagsins, er félagið að mörgu leyti stjórnlaust eða í það minnsta stefnulaust.

Umfang daglegs reksturs er slíkt, að önnur mál komast hreinlega ekki á dagskrá. Í kjölfar einnar stærstu lægðar í sögu félags-



ins var Valsmenn hf. stofnað árið 1999 með það að markmiði að vera fjárhagslegur bakhjarl félagsins. Flestir eru sammála um að vel hafi til tekist og að núverandi staða félagsins byggji að verulegu leyti á þessum bakhjarli. Þegar ljóst var árið 2013 að vel liti út með afkomu Valsmanna hf., af umsvifum þess á Hlíðarendareit, var sjálfseignarstofnuninni Hlíðarenda ses. komið á laggirnar. Markmiðið var að vernda fjárhagslegar eignir félagsins og mannvirki. Á þessum tímapunkti voru orðnar til þrjár meginstöðir sem ég hef allt frá þessum tíma nefnt Valsheildina. Eigna- og fjárhagsstaða félagsins var fordæmalaus og tækifæri til uppbyggingar og framfara einstök.

## Forsaga Valsheildarinnar

Valsmenn hf. voru stofnaðir árið 1999, í einni af djúpu lægðunum. Stofnfélagar voru 421 og greiddu inn hlutfé frá kr. 10.000 til kr. 1.000.000. Markmið félagsins var að vera **fjárhagslegur bakhjarl** Knattspyrnufélagsins Vals. Félaginu er stýrt af 7 manna stjórn. Straumhörf verða þegar félagið kaupir byggingarréttindi á Hlíðarendareit árið 2005 sem endanlega ber árangur tíu árum seinna þegar sala þessara byggingarréttinda hefst. Árið 2013, eftir langan undirbúning, þar sem reynslan af endurteknum fjárhagserfiðleikum Vals liggur að baki, er sjálfseignarstofnunin Hlíðarenda ses. stofnuð. Tilgangurinn er að vernda bæði skuldlausar eignir Knattspyrnufélagsins Vals og væntanlegan arð af starfsemi Valsmanna hf. Félaginu er stýrt af stjórn og 26 manna fulltrúaráði sem skipað er af Knattspyrnufélaginu Val sem er í raun 100% eigandi félagsins.

## Núverandi staða

Valur hefur síðustu ár notið sterkar fjárhagsstöðu Valsmanna hf og Hlíðarenda ses. Um það vitnar árangur félagsins og titlaðsöfnun. Rekstrar- og stjórnunarlega hefur tilkoma Valsheildarinnar hins vegar ekki borið þann árangur sem lagt var upp með. Svo virðist sem hvorki hafi tekist að skapa traust og einhug um þetta fyrirkomulag né heldur fá þessi félög til að vinna saman sem eina heild að sameiginlegu markmiði - vexti og framgangi félagsins. Einnig virðist hafa mistekist að kynna og vinna þessu

fyrirkomulagi brautargengi. Því má ætla að fáir innan félagsins þekki til mismunandi hlutverka félaganna, hvernig þau eiga að vinna saman og hvaða tækifæri og framfaraskref eru möguleg ef tekst að stilla kúrsinn í sameiginlega átt.

Af því sem hér hefur verið rakið má glögglega sjá að Valur er ekki lengur lítið hverfafélag heldur töluvert umfangsmikið félag/fyrirtæki. Er m.a. með u.þ.b. 200 einstaklinga á launaskrá, umtalsverð mannvirki og útisvæði í rekstri, spilar heimaleik í efstu deildum á u.þ.b. 3ja daga fresti og er með fjárhagslega veltu sem innan fárra ára mun geta farið yfir 1.000 milljónir árlega. Bara mannauðsmál eru gríðarlega umfangsmikill því starfsmannavelta er umtalsvert meiri en í sambærilegu fyrirtæki að stærð. Þrátt fyrir þessa umbyltingu á starfs- og rekstrarumhverfinu er yfirstjórn félagsins nánast með sama sniði og fyrir 50 árum. Stjórnir eru kosnar á aðalfundi félagsins og þá oft að undangenginni leit að einstaklingum til að manna þær.

Starfsemi og starfshættir stjórna fara oftast en ekki alfarið eftir





dug eða dugleysi þeirra sem veita stjórnun formennsku. Vöxtur félagsins hefur einnig lagt meiri ábyrgð á herðar stjórnarmanna og þá sér í lagi formanna þeirra. Taka þarf fleiri stórar ákvarðanir sem geta haft víðtæk áhrif og skapað mikla persónulega ábyrgð. Það getur því verið betra að taka færri ákvarðanir en fleiri. Það segir sig síðan sjálft að þetta fyrirkomulag gefur lítið andrými til mikilvægra þátta eins og markmiðssetningar og mótun framtíðarstefnu.

Uppbygging, viðhald og þróun mannvirkja félagsins, er síðan enn einn þátturinn sem ekki fær þann tíma sem nauðsynlegt er. Valur er eitt fárra félaga sem eiga sín mannvirki og reka þau fyrir eigin reikning á meðan mannvirki flestra annarra félaga eru rekin af Reykjavíkurborg eða viðkomandi bæjarfélagi. Álag á mannvirkin er mjög mikið og rekstrar- og viðhaldskostnaður umtalsverður í samræmi við það. Kröfur til aukinnar og bættrar aðstöðu eru miklar og engin leið að mæta þeim nema með stöðugri endurskoðun og framkvæmdaáætlunum. Hér tel ég að mikið skorti og hættan sem því fylgir margþætt. Til skamms tíma líður dagleg starfsemi fyrir þetta en til langs tíma er hættan á að framkvæmdir sem ráðist er í verði lakari en ella, á margan hátt.

## Nýtt félag á gömlum grunni

Af öllu framansögðu er það skoðun mín að stokka þurfi upp allt stjórnkerfi félagsins og það megi í raun engan tíma missa ef sá



fjárhagur sem nú er fyrir hendi eigi ekki að fara forgörðum. Einnig að það þurfi að skoða alla innri uppbyggingu félagsins og hugmyndafræði. Það er metnaðarfullt verkefni að vera með 6 meistaraflokka í fremstu röð. Það þarf mjög umfangsmikla starfsemi til að halda úti tugum yngri flokka þar sem bara ráðning þjálfara og utanumhald er stórt og erfitt verkefni. Hér að neðan eru nokkrar hugmyndir um mikilvæg framfaraskref og skýringar, í stuttu máli, hvers vegna þau eru mikilvæg.

### 1. Uppstokkun á rekstrarfyrirkomulagi Vals

Félagið hafi tvö meginsvið sem eru annars vegar knattspyrna og hins vegar hand- og körfuknattleikur. Hvort svið um sig hafi sérstakan framkvæmdastjóra og fjárhag. Þessi svið yrðu hlutfallslega lík að stærð. Þau hafa aðskilda hápunkta í starfi (sumar og vetur). Æfinga- og keppnisástaða inniþróttanna fer mjög vel saman á meðan sömu þættir knattspyrnunnar eru gerólíkir. Hægt er að hafa mikilvægt samstarf um marga þætti og þá sér í lagi ýmis tæknileg mál sem snúa t.d. að fjölbreyttum samningamálum, mannauðsmálum, styrk- og þrekþjálfun og menntunarmálum.

Núverandi fyrirkomulag stjórna deilda og félagsins hefur runnið sitt skeið og umgjörð félagsins gerir kröfur til miklu sérhæfðari vinnu við aðskilin verkefni og úrlausnarefni.

### 2. Valsheildin

Virgni Valsheildarinnar, þ.e. starfsemi Valsmanna hf. og Hlíðarenda ses. í tengslum við rekstur Vals verði endurskoðuð. Með því verði tryggt að upphafleg markmið þessara félaga náist og að öll hjól starfseminnar vinni sem ein heild að hagsmunum, framgangi og vexti Vals. Tilgangur og hlutverk félaganna eru í grunninn mjög ólík. Hlutverk Vals sem íþróttafélags er þekkt og hefur þann tilgang að drífa áfram íþrótt- og æskulýðsstarfsemi. Valsmenn hf. og Hlíðarendi ses. hafa hins vegar ekki beint sjálfstæð hlutverk heldur er hlutverk þeirra og tilgangur að styðja og styrkja starfsemi Vals. Öll starfsemin þarf því að miða að þessu. Í dag eru Valsmenn hf. almenningshlutafélag sem þarf að breyta enda er Valur langstærsti eigandi félagsins.

Milli félaganna og forsvarsmanna þeirra þarf að ríkja mikið samstarf og fullkomið og gagnkvæmt traust. Ef fyrirkomulagið á að skila tilætluðum árangri, þarf einnig að ríkja almennt traust innan félagsins og meðal félagsmanna á starfsemi félaganna, tilgangi þeirra og hlutverkum.

### 3. Fjárhagsleg sjálfbærni

Rekstur íþróttafélags á Íslandi verður seint eða aldrei sjálfbær út frá rekstri og umsvifum einum saman. Valur er hins vegar í þeirri einstöku stöðu að hafa, með þróun á eignarhaldi sínu á Hlíðarendajörðinni sem keypt var 1939, skapað þá fjármuni og eignir sem mynda mikilvægu fjórðu stöðina undir rekstur félagsins. Hinar þrjár eru eigið sjálfsaflafé, styrkir hins opinbera og styrkir einstaklinga og fyrirtækja. Áframhaldandi uppbygging Hlíðarenda og nýting þeirra tækifæra sem þar eru ónýtt, er að mínu mati besta og öruggast leið félagsins til að tryggja þessa fjárhagslegu sjálfbærni. Í því verkefni ættu Valsmenn hf. og Hlíðarendi ses. að vera í aðalhlutverkum.



#### 4. Valsleiðin

Valsleiðin hefur verið skilgreind innan félagsins í sambandi við afreksstarfsemi í yngri flokkum félagsins. Það þarf ekki langa skoðun til að sjá að Valur getur ekki mannað meistaraflokka félagsins eins og gert hefur verið síðustu 20-30 árin. Fjármunum verður best varið með því að hefja nú þegar markvissa starfsemi til að skapa framtíðarleikmenn félagsins. Afreksstarfsemi Vals verður aldrei sjálfbær til lengri tíma lítið með yfirgnæfandi hlutfalli aðkeyptra leikmanna. Að sama skapi verður hámarksárangri ekki náð án aðkeyptra leikmanna. Hér þarf að ríkja ákveðið jafnvægi sem sjá má svo mörg dæmi um hjá bestu íþróttafélögum í heiminum.

#### 5. Framkvæmdaáætlun um uppbyggingu mannvirkja

Á grunni þeirra tveggja vaxtarbrodda sem nefndir voru hér í byrjun, þarf uppbygging íþróttamannvirkja að vera í stöðugri vinnslu og þróun. Það er óumflýjanlegt að iðkendum mun fjölga til muna á næstu árum nema félagið vilji ekki þann vöxt eða verði ekki í stakk búíð að vaxa. Uppbyggingin er mjög vandasamt verk og dæmi um misheppnuð íþróttamannvirki á Íslandi eru allt of mörg. Val hefur gengið vel á síðustu árum að byggja upp mannvirki sín en betur má ef duga skal. Fyrirliggjandi er þörf fyrir aukin mannvirki, annars vegar fyrir handbolta og körfubolta og hins vegar fyrir knattspyrnuna. Þessi mannvirki verða að vera allt í senn, notendavæn, rekstrarlega hagkvæm, falleg og þannig úr garði gerð að hægt sé að þróa og aðlaga starfseminu innan þeirra.

#### 6. Félagsstarfsemin

Vinna þarf að markvissri áætlun um stóraukna þátttöku almennra félagsmanna. Þetta er mikilvægari þáttur en marga grunar. Hlutfallslega er þátttaka þeirra sem styðja Val mjög slök. Hér eru fjölmörg tækifæri þar sem öll uppbygging og stefnumörkun þarf að miða að slíkri áætlun. Bætt félagsleg aðstaða og félagsleg hugsun sem leiða til aukinnar félagslegrar þátttöku er að mínu mati jafn mikilvæg og íþróttalegur árangur sem mældur er í titlum. Valur þarf að verða mun öflugri fjöldahreyfing en nú er og til

þess að það gerist þarf félagslegan drifkraft. Félagslegur drifkraftur skapast þegar fjöldi fólks finnur sameiginlegan farveg fyrir tíma sinn og áhuga. Það velur að eyða tíma sínum og kröftum innan félagsins vegna þess að það veitir því ánægju og innblástur en ekki aðeins vegna þess að það fæddist í Hlíðunum eða æfði einhverju sinni og keppti með félaginu.

Þau sex atriði sem hér eru nefnd standa ekki ein og afmörkuð heldur þvert á móti mynda eina samstæða heild. Gerð íþróttamannvirkja og almenn félagsstarfsemi eru gott dæmi um slíkt. Það er hægt að byggja glæsilega keppnisadstöðu sem enga ánægju veitir nema kannski á keppnisdegi. Það þarf því að leggja alúð í hönnun og skipulag mannvirkja sem ekki verða byggð án trausts fjárhags af forsvarsmönnum sem vinna sem ein heild að vel skilgreindum markmiðum með hag félagsins og félagsmanna þess að leiðarljósi.

Valur getur starfað áfram að mestu í óbreyttri mynd. Starfsemin mun örugglega ganga ágætlega eins og hingað til; stundum með góðum og stundum verri árangri. Valur getur líka ákveðið að skoða starfsemi sína á gagnrýnin hátt og af meiri metnaði en nú er. Valur getur stefnt hærra, líkt og keppnisíþróttamaðurinn sem tileinkar sér allt það besta í umhverfi sínu og sættir sig ekki við annað en það besta sem völ er á til að ná árangri.

Svarið við spurningunni sem sett er fram í fyrirsögn þessar greinar er því einfalt, félagið ræður birtustiginu og er í bilsjórasætinu varðandi framtíð sína. Félagið stendur á sterkum grunni langrar sögu, stórra sigra og ríkra hefða. Valsheildin hefur yfir að ráða öllum þeim þáttum sem til þarf til að ná hámarks árangri. Það er ekki síst hægt með þeim fjármunum og eignum sem hún hefur yfir að ráða. Valur getur á næstu árum skapað sér mikið samkeppnisforskot með því að styrkja innviði sína og stjórnskipulag, haldið áfram markvissri uppbyggingu mannvirkja og aðstöðu, stefnt og stuðlað að aukinni félagslegri þátttöku og skapað í yngri flokka starfsemi sinni traustar undirstöður fyrir sjálfbært afreksstarf í framtíðinni.

*Með Valskveðju  
Brynjar Hardarson*



**Meistaraflokkur kvenna í handknattleik 2020–2021.** Fremsta röð frá vinstri: Elín Helga Lárusdóttir, Lilja Ágústsdóttir, Margrét Einarsdóttir, Saga Sif Gísladóttir, Andrea Gunnlaugsdóttir, Auður Ester Gestsdóttir og Elín Rósa Magnúsdóttir. Miðröð frá vinstri: Björg Elín Guðmundsdóttir, Þórey Anna Ásgeirsdóttir, Ragnheiður Sveinsdóttir, Mariam Eradze, Hanna Karen Ólafsdóttir, Karlotta Óskarsdóttir og Arna Sif Pálsdóttir. Aftasta röð frá vinstri: Hlynur Morthens markmannspjálfari, Hulda Prastardóttir, Ásdís Þóra Ágústsdóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir, Lovísa Thompson, Ragnheiður Edda Þórðardóttir, Hildur Björnsdóttir, Óskar Bjarni Óskarsson aðstoðarþjálfari og Ágúst Jóhannsson þjálfari. Ljósmynd Baldur Þorgilsson.

# Meistaraflokkur karla deildarmeistari á Covid-19 árinu 2020

## Ársskýrsla handknattleiksdeildar 2020

Þegar lítið verður til baka eftir mörg ár þá verður ársins 2020 minnst sem Covid ársins og því miður má segja að ekki hafi verið spilaður mikill handbolti á þessu tímabili. Keppnistímabilinu 2019–2020 lauk um miðjan mars 2020 vegna Covid sem stöðvaði alla íþróttastarfsemi í landinu í sjö vikur. Keppnistímabilið 2020–2021 var rétt hafið þegar mótið var stöðvað vegna þriðju bylgju Covid í byrjun október og síðan þá hefur ekkert verið hægt að spila og ljóst að ekkert verður spilað meira á árinu. Þó svo að árið hafi litast að miklu leyti af Covid, þá náðist góður árangur í meistaraflokkum og þó nokkur fjölgun var í yngri flokkum fram að þeim tíma sem æfingar voru stöðvaðar.

### Meistaraflokkur kvenna

Tímabilinu 2019–2020 hjá meistaraflokki kvenna lauk snögglega og voru þær í 2. sæti þegar keppnin var blásin af. Líðið endaði sem lang besta líðið í 2. sæti en Fram var klárlega sterkasta líðið í fyrra. Engin úrslitakeppni var spiluð. Líðið komst í undanúrslit í Coca-Cola bikarnum þar sem þær féllu úr leik á móti Fram og þegar lítið var yfir þetta tímabil þá var margt jákvætt í spilamennsku og árangri liðsins. Meiðsli höfðu þó áhrif á líðið en Arna Sif, hinn öflugi línumaður, sem kom til okkar fyrir tímabilið, gat lítið leikið með liðinu vegna meiðsla og hafa sömu meiðsli einnig verið að trufla hana á þessu tímabili. Margar ungar stelpur fengu tækifærið hjá Ágústi Jóhannssyni þjálfara liðsins, leikmenn eins og Ásdís Þóra, Elín Rósa og Lilja Ágústsdóttir, sem fengu góðar og mikilvægar mínútur ástamt því að Lovísa, Díana Dögg, Sandra og Ragnhildur Edda tóku gott skref fram á við. Leiðtogar liðsins Íris Ásta, Íris Björk, og Hildur fyrirliði voru ómetanlegar fyrir líðið með sína miklu

reynslu og þekkingu sem nýttist vel til þess að hjálpa og styðja ungt og efnilegt líð sem á framtíðina fyrir sér.

Fyrir tímabilið 2020–2021 urðu nokkrar breytingar á meistaraflokki kvenna en Ágúst þjálfari skrifaði undir þriggja ára samning við félagið og var það mikilvægt upp á næstu skref. Sama teymi er í kringum líðið en þar eru Óskar Bjarni Óskarsson aðstoðarþjálfari, Hlynur Morthens markmannspjálfari og svo miklu meira en það og er í raun hægrí hönd Gústa við stjórnvöllinn, Björg Guðmundsdóttir sér um liðsstjórn og er ómetanleg fyrir félagið. Þá er Veigur Sveinsson sjúkrapjálfari og Jóhann Emil styrktarþjálfari og hefur hann á þessu Covid tímabili verið algjör lykilmáður í



Elín Rósa Magnúsdóttir brýst í gegnum vörnina. Ljósmynd Baldur Þorgilsson.



Lovísa Thompson í dauðafæri. Ljósmynd Baldur Þorgilsson.





**Meistaraflokkur karla í handknattleik 2020–2021.** Fremsta röð frá vinstri: Arnór Snær Óskarsson, Magnús Óli Magnússon, Martin Nagy, Jón Sigfús Jónsson, Einar Baldvin Einarsson, Þorgeir Bjarki Davíðsson og Benedikt Gunnar Óskarsson. Miðröð frá vinstri: Finnur Ingi Stefánsson, Jól Bernburg, Einar Þorsteinn Ólafsson, Tryggvi Garðar Jónsson, Anton Rúnarsson, Stíven Tobar Valencia og Þorgils Jón Svölu Baldursson. Aftasta röð frá vinstri: Tumi Steinn Rúnarsson, Agnar Smári Jónsson, Vignir Stefánsson, Alexander Júlíusson, Róbert Arnon Hostert og Tjörvi Týr Gíslason. Ljósmynd Baldur Þorgilsson.

æfingaskipulagi liðsins. Tveir leikmenn fóru í atvinnumennsku, þær Sandra Erlingsdóttir (Danmörk) og Dýana Dögg (Þýskaland) auk þess fór Vigdís Birna til Danmerkur í nám. Valur færir þeim þakkir fyrir frábæran tíma í félaginu.

Ragnheiður Sveinsdóttir sleit krossbönd á haustmánuðum og spilar ekki meira þetta tímabil, Hildur fyrirliði er ófrísk og Arna Sif er spurningamerki eftir áramót vegna meiðsla. Það munar mikið um þær en þær eru allar línumenn og því var Sigrún Ása Ásgrímsdóttir fengin að láni frá Stjörnunni til að spila með okkur á þessu tímabili. Fyrir veturinn fengum við nýja góða leikmenn til liðs við okkur en markvörðurinn Saga Sif Gísladóttir kom úr Haukum, Þórey Anna Ásgeirsdóttir frá Stjörnunni, Margrét Einarsdóttir frá Fylki, Hulda Dís Prastardóttir frá Sel-fossi og Mariam Eradze (dóttir Rolands Vals Eradze) frá Frakklandi en liðið virðist ná vel saman og er góð orka og mikill jákvæður kraftur í liðinu sem er í 2.–4.



Ágúst Jóhannsson hjálfari kvennaliðs Vals í handknattleik.

sæti eftir þrjá leiki. Það verður því spennandi að fylgjast með liðinu þegar Íþróttastarfsemi getur farið aftur af stað með hefðbundnum hætti.

Tvær drottningar og miklir sigurvegarar, Íris Ásta og Íris Björk, lögðu skóna á hilluna eftir tímabilið í vor (í bili allavega). Íris Ásta hefur unnið marga titla með Val og er mikilvægur liðsfélagi utan sem innan vallar. Íris Björk lék með Val í tvö tímabil og sannaði sig sem einn besti markvörður í kvennandboltanum, mikill keppismaður og leiðtogi. Valur færir þeim þakkir þeirra frábært framlag fyrir félagið.

## Meistaraflokkur karla

Eftir þunga byrjun um haustið 2019 þá fór Valsvélín í gang og á árinu 2020 tapaði liðið ekki leik en gerði eitt jafntefli við UMFA. Þegar mótið var blásið af var Valur sanngjarn á toppnum, sem er ótrúlegt miðað við að vera í fallsæti í október og endaði liðið sem deildarmeistari. Að sjálfsögðu hefðu leikmenn viljað klára mótið og spila úrslitakeppni. Leikmenn geta verið enn stoltari af þeim áskorunum sem þeir fóru í gegnum á tímabilinu en meiðsli og brottfall gerði hópinn þéttari og sterk liðsheild endaði á toppnum. Liðið var einnig komið í 8-liða úrslit í Challenge Cup, sem var svo fellt niður

vegna Covid en liðið átti að mæta Halden frá Noregi. Liðinu var boðið í æfingafærð til Japan en ferðasaga mfl. karla er að finna á öðrum stað hér í blaðinu, þetta var hin eftirminnilegasta færð í alla staði og þétti hún hópinn mikið félagslega. Það sem gerir árangur liðsins enn merkilegri var að Ýmir Örn var seldur í febrúar til Löwen í Þýskalandi og Finnur Ingi meiddist fyrir lokaátökin en það hafði ekki áhrif á sigurhrinu liðsins, sem verður að teljast mjög gott og frábært að sjá aðra leikmenn liðsins stíga upp þegar á reyndi.

Fyrir tímabilið 2020–2021 urðu breytingar á meistaraflokki karla en Daníel Freyr Andrésson fór til GUIF (Svíþjóð), Hreiðar Levy Guðmundsson lagði skóna á hilluna frægu en báðir voru þeir alveg frábærir með Val og var Valur klárlega með sterkasta markmannsparið í deild-



Ásgeir Snær Vignisson í skotstöðu og Þorgils Jón Svölu Baldursson beygir sig. Ljósmynd Baldur Þorgilsson.



*Porgils Jón Svölu Baldursson í kunnuglegri stöðu. Ljósmynd Baldur Þorgilsson.*

inni, Daníel átti tvö mjög góð ár í Val og stóð sig líka frábærlega í að þjálfari yngri markmenn félagsins og Hreiðar sýndi að hann hafði engu gleymt og kláraði nokkra leiki fyrir liðið upp á sitt einsdæmi, enn sá allra besta í Olís. Ásgeir Snær Vignisson fór í ÍBV en hann er einn af mörgum efnilegum leikmönnum sem hafa komið upp í gegnum yngri flokka starf félagsins. Hann mun klárlega þroskast vel þar og koma aftur seinna í uppeldisfélagið. Við fengum Einar Baldvin aftur til baka en hann var á láni á Selfossi og hefur byrjað mjög vel í deildinni og með honum er ungur Ungverji, Martin Nagy sem er að láni frá Pick Szeged, Ungverjalandi. Þorgeir Bjarki Davíðsson kom til okkar frá HK og Tumi Steinn Rúnarsson sneri heim í Val en hann fór í UMFA og blómstraði þar, gaman að ungu strákarnir vilji koma aftur og stefna á titla með Val. Allir hafa þessir drengir komið sterkir inn í breiðan hóp af frábærum leikmönnum en liðið er í 2.-4. sæti eftir fjóra leiki í Olís deildinni. Snorri Steinn skrifaði undir nýjan samning til þriggja ára við félagið og heldur áfram sinni góðu vegferð með strákana og er klárlega einn af efnilegustu þjálfurum landsins. Teymið í ár er það sama og í fyrra, Óskar Bjarni er aðstoðarþjálfari, Hlynur Morthens markmanns-

þjálfari og hinn ástsæli húmoristi Guðni Jónsson er liðsstjóri. Fagmaðurinn Valgeir Viðarsson er sjúkraþjálfari liðsins og lykilmáður teymisins þetta tímabilið er styrktarþjálfarinn Jóhann Emil sem heldur öllu gangandi þegar ekkert má hittast og æfa en hann hefur unnið ótrúlegt starf fyrir félagið á þessu furðulega tímabili.

### Ungmennalið Vals

Valur teflir fram liðum í Grill deildum karla og kvenna en þar fá ungir leikmenn tækifæri til að spila og öðlast dýrmæta reynslu fyrir framtíðina. Þarna spila leikmenn úr 3. flokki og einnig leikmenn sem eru á landamærum við meistaraflokkinn. Þarna eru efnilegir og frábærir krakkar sem ekki bara eru framtíðin í boltanum heldur gera margt annað gott starf fyrir félagið, s.s. að dæma, þjálfari, sjá um HB staz (tölfræði) í Olís deildinni, grilla hamburgara svo fátt eitt sé nefnt. Það er félaginu gríðarlega mikilvægt að halda góðu starfi í þessum deildum. Heimir Ríkarðsson og Anton Rúnarsson eru við stjórnvöllinn karlamegin og kvennamegin er Dagur Snær Steingrímsson þjálfari. Þessir þjálfarar sjá einnig um 3. flokkinn og vinna faglegt og frábært starf fyrir Val.

### Uppskeruhátíð meistaraflokka 2020

Í maímánuði er orðin hefð að ljúka vetrinum með uppskeruhátíð vetrarins þar sem leikmenn eru verðlaunaðir fyrir fjölda leikja hjá Val, bestu, efnilegustu og mikilvægastu leikmenn valdir sem og bestu leikmenn U-liða félagsins. Þetta árið fékk meistaraflokkur karla bikarinn afhentan af formanni HSÍ og Theódór Hjalti Valsson sló upp súper veislu með hjálp frá góðu stjórnarfólki. Mikilvægasti þáttur kvöldsins var hins vegar þegar sjálfbodaðlið handknattleiksdeildar Vals var þakkað óeingingjarnt starf fyrir Val en þetta er lykilmátt félagsins og erum við ansi heppin með að eiga marga að sem hafa starfað lengi og vel fyrir félagið.

#### Meistaraflokkur kvenna

**Leikmaður flokksins:** Lovísa Thompson

**Mikilvægasti leikmaður:** Írís Björk Símonardóttir

**Efnilegasti leikmaður:** Elín Rósa Magnúsdóttir

**Besti leikmaður U-liðs kvenna:** Lilja Ágústsdóttir

#### Meistaraflokkur karla

**Leikmaður flokksins:** Anton Rúnarsson

**Mikilvægasti leikmaður:** Vignir Stefánsson

**Efnilegasti leikmaður:** Porgils Jón Svölu Baldursson

**Besti leikmaður U-liðs karla:** Benedikt Gunnar Óskarsson

#### Leikjaverðlaun 2020

50 leikir+: Arnór Snær Óskarsson, Róbert Aron Hostert, Daníel Freyr Andrússon, Írís Björk Símonardóttir, Lovísa Thompson og Sandra Erlingsdóttir  
100 leikir+: Díana Dögg Magnúsdóttir  
150 leikir+: Vigdís Birna Þorsteinsdóttir

### Landsliðsfólk Vals

Ýmir Örn Gíslason spilaði á sínu þriðja stórmóti með A-landsliði karla á EM í janúar 2020 en nú lék hann stórt hlutverk með liðinu og spilaði varnarleikinn frábærlega allt mótið. Svo vel spilaði drengurinn að Löwen keypti hann í febrúar til að koma strax til Þýskalanda. Við erum stolt af Ými og hann er kominn til að vera í landsliðinu og mun ná fleiri mótum þar og leikur mjög vel í sterkustu deild handboltans. Annars gerði Covid það að verkum að öllum verkefnum yngri landsliða var frestað en þar eigum við



*Hart barist. Frá vinstri sést Elín Rósa Magnúsdóttir, Ólöf María Stefánsdóttir og lengst til hægri er Hanna Karen Ólafsdóttir. Ljósmynd Baldur Þorgilsson.*



**Yngri landslið í handknattleik í Færeyjum.** U-16 og U-18 ára landslið kvenna fóru til Færeyja og léku bæði tvo æfingaleiki við heimastúlkur. U-18 vann báða leikina þar sem Valsararnir Andrea Gunnlaugsdóttir, Ásdís Þóra, Elín Rósa og Hanna Karen léku lykilhluverk í liðinu. Ásdís var markahæst í báðum leikjum með samanlagt 15 mörk, Elín skoraði 7, Hanna skoraði 2 og Andrea markmaður skoraði eitt mark ásamt því að loka ramma á stórum köflum. U-16 tapaði einum og vann einn leik gegn Færeyjum, þar sem Valsarinn Lilja Ágústsdóttir stjórnaði leik liðsins á stórum köflum. Lilja skoraði 10 mörk og var markahæsti leikmaður liðsins í þessu verkefni. Þjálfari liðsins er Ágúst Jóhannsson. Meðfylgjandi er mynd af þessum glæsilegu fulltrúum Vals í yngri landsliðum kvenna. Frá vinstri: Lilja Ágústsdóttir, Ásdís Þóra Ágústsdóttir, Hanna Karen Ólafsdóttir, Andrea Gunnlaugsdóttir og Elín Rósa Magnúsdóttir.

marga efnilega leikmenn í flestum liðum, karla og kvennamegin.

18 og 16 ára lið kvenna náðu þó að fara til Færeyja um verslunarmannahelgina og spila við heimamenn. Í 16 ára liðinu spilaði Lilja Ágústsdóttir sína fyrstu leiki, stóð sig mjög vel og var fyrirliði en þjálfari liðsins er Ágúst Jóhannsson, hann einnig orðinn aðstoðarþjálfari A-liðs kvenna. Það er mikill styrkur fyrir Arnar Pétursson landsliðsþjálfara að hafa svona reynslumikinn og góðan þjálfara með sér. Í 18 ára liðinu átti Valur fjóra leikmenn, Andreu, Ásdís Þóru, Elínu Rósu, og Hönnu Karen. Þær léku stórt hlutverk eins og þær gera alltaf með þessu liði. Ída Margrét var meidd og gat ekki farið í þessa ferð og þess ber að geta að Ásdís Þóra var fyrirliði og átti Valur því fyrirliða í báðum landsliðunum.

A-landslið kvenna átti að æfa og spila

nú á haustmánuðum en Covid stöðvaði þær áætlanir en þar voru Lovísa Thompson, Þórey Anna Ásgeirsdóttir, Mariam Eradze og Saga Sif Gísladóttir í liðinu. Vonandi að þær fái leiki sem fyrst á árinu 2021. Það sama á við um önnur landslið því það er mikilvægur þáttur í þroska leikmanna að fá að æfa og spila með landsliðum Íslands.

## Yngri flokkar Vals

Fagleg og góð vinna er það sem Valur er þekkt fyrir og við erum stolt af starfi yngri flokka félagsins. Á undanförunum árum hafa leikmenn verið að skila sér í meistaraflokka félagsins sem er megin markmið yngri flokkanna. Það, ásamt því að ala upp góða Valsmenn sem skila sér í ýmis störf félagsins, er mikilvægt, ásamt því að krakkarnir hafi góðar minningar frá árunum í Val. Covid hefur að sjálf-sögðu spilað stórt hlutverk hjá krökkunum á þessu ári en mikið var gaman að fá þau aftur inn á æfingar nú í nóvember og hafa fengið aftur líf í Valhöllina.

Gaman að segja frá því að fjölgunin er jöfn og þétt í Val og nú á haustmánuðum eru stelpurnar orðnar jafn margar og strákararnir. Það er sannarlega ánægjulegur árangur. Leikmenn 3. flokks kvenna og karla urðu bikar- og deildarmeistarar 2020 en það sem vakti meiri áhuga margra var að strákamegin átti Valur tvö lið í efstu tveimur sætum í 1. deildinni, hreint ótrúleg breidd af jöfnum og flottum drengjum. Þjálfarar flokksins voru þeir Heimir Ríkarðsson og Anton Rúnarsson. Hjá stelpunum eru margar í flokknum farnar að spila hlutverk í meistaraflokknum og liðið teflir fram nánast sama hópi og frá því í fyrra og er því ógnarsterkt. Dagur Snær Steingrímsson var og er þjálfari 3. flokks kvenna. Félagið eignaðist einnig Íslandsmeistara í 5. flokki kvenna yngri (2007) og 6. flokki kvenna eldri og yngri (2008 og 2009) og því greinilega að koma upp sterkir árgangar af stúlkum í Val. Sigríður Unnur og Björn Ingi, sem eru þjálfarar þessara flokka, eru að ná þeirri góðu jöfnu að vera með mikinn fjölda og sterka liðshéild. Strákarnir á eldri ári í 6. flokki voru einnig efstir í stigaföfnun þegar Covid stoppaði mótið. Valur hefur ávallt lagt mikið uppúr því að hafa góða og reynda þjálfara í yngri flokkunum og reyna að tengja þá vel við meistaraflokka félagsins.

Þjálfurum yngri flokkanna er þakkað sérstaklega fyrir frábært og ógeingjart

starf á þessu furðulega ári. Tveir þjálfarar þurftu að skipta um vettvang og að mörgu leyti vegna veirunnar en það voru þær Herdís Hallsdóttir, sem kom eins og stormsveipur inn í Val og nánast kom að öllum flokkum og Ágústa Edda Björnsdóttir, sem hefur spilað og þjálfað í mörg ár í Val við góðan orðstír. Þeim báðum er þakkað fyrir þeirra góðu störf og áhrif sem þau höfðu á komandi kynslóðir Vals.

## Stjórn handknattleiksdeildar Vals

Að venju var kosin stjórn deildarinnar á aðalfundi Vals og er Gísli Gunnlaugsson formaður, Jón Halldórsson varaformaður. Aðrir í stjórn eru Eva Gunnlaugsdóttir, Friðrik Hjörleifsson, Gunnar F. Sverrisson, Guðrún Gísladóttir, Harald Pétursson, Páll Grétar Steingrímsson, Svala Þormósdóttir og Theódór Hjalti Valsson.

## Lokaorð

Þetta ár hefur verið krefjandi og óvenjulegt. Næstu vikur og mánuðir verða það væntanlega líka. Hvað tekur við eftir áramótin er ekki enn vitað á þessari stundu. Íþróttahreyfingin, og þeir sem stjórna aðgerðum vegna Covid á Íslandi, þurfa að hugsa hvernig á að hafa hlutina þegar og ef fjórða bylgjan af Covid kemur upp hér á landi. Aðgerðarplan vegna íþróttar þarf að taka tillit til mismunandi þátta og mæta þörfum mismunandi hópa, t.d. afreksliðkenda. Það er hins vegar ljóst að handbolti hefur nánast bara verið spilaður í þrjá mánuði á þessu ári, janúar, febrúar og september en annars hafa þjálfarar og leikmenn þurft að gera alls konar hluti og gera breytingar til að viðhalda líkamlegri, andlegri og félagslegri heilsu.

Handknattleiksdeild Vals er þeirrar gæfu aðnjótandi að eiga marga tryggja og öflugra sjálfbodaliða sem vinna ómetanlegt starf fyrir deildina. Þeim, ásamt styrktaraðilum, starfsmönnum félagsins, foreldrum, leikmönnum meistaraflokka og yngri flokka eru færðar þakkir fyrir stuðninginn á árinu, vinnuna fyrir deildina og félagið í heild sinni. Bak við góð lið eru oftast mjög öflugir sjálfbodaliðar og stjórnarmenn og við í Val eigum marga slíka snillinga. Bestu þakkir til allra sem að starfinu hafa komið. Við vonumst að sjálfsgöðu til þess að árið 2021 beri í skauti sér hjartari tíma og meiri handbolta, okkar allra vegna.

Áfram, herra!

Gísli Gunnlaugsson, formaður handknattleiksdeildar Vals



**Bikarmeistarar í 3. flokki kvenna í handknattleik 2020.** Efri röð f. vinstri: Dagur Snær Steingrímsson, Nina Remic, Karlotta Óskarsdóttir, Hafþís Hera Arnþórsdóttir, Vaka Sig-ríður Ingólfssdóttir, Sunna Thoroddsen Friðriksdóttir, Hildur Ýr Jóhannsdóttir, Herdís Hallsdóttir, Harpa Dögg Jóhannsdóttir og Þórunn Jóhanna Þórisdóttir. Neðri röð f. vinstri: Elín Rósa Magnúsdóttir, Ásdís Þóra Ágústsdóttir, Andrea Gunnlaugsdóttir, Lilja Ágústsdóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir, Signý Pála Pálsdóttir, Guðlaug Embla Hjartar-dóttir og Hanna Karen Ólafsdóttir. Ljósmynd Guðlaugur Ottesen Karlsson.



**Bikarmeistarar í 3. flokki karla í handknattleik 2020.** Valur vann Coca Cola bikarinn í 3. flokki karla er liðið lagði HK, 29:25, í hörkuleik í Laugardalshöll. Valsliðið var með tögl og hagldir í úrslitaleikum í Laugardalshöll sem fór fram í frábærri umgjörð og stemningu meðal a.m.k. sex hundruð áhorfenda sem settu skemmtilegan svip á leikinn. Mikill hraði var í leiknum og spennustig leikmanna hátt enda mikið í húfi. Þrátt fyrir að vera í eltingaleik frá upphafi þá lögðu HK-ingar aldrei árar í bát og skömmu fyrir leikslok var munurinn tvö mörk. HK fékk vítakast og gat minnkað muninn í eitt mark en Jón Sigfús Jónsson, annar markvörður Vals, varði og fór þar með langt með að tryggja liðinu sínu sigurinn. Aftari röð frá vinstri: Óskar Bjarni Óskarsson, Anton Rúnarsson, Heimir Ríkarðsson, Tómas Sigurðarson, Óðinn Ágústsson, Sigurður Bjarni Thoroddsen, Jól Bernburg, Einar Þorsteinn Ólafsson, Breki Hrafn Valdimarsson, Finnborgi Steingrímsson, Áki Hlynur Andrason, Jónas Hákon Kjartansson, Ísak Logi Einarsson, Dagur Fannar Möller, Tryggvi Garðar Jónsson, Ásgeir Theodór Jónsson, Daníel Freyr Andrússon. Neðri röð frá vinstri: Óttar Ómarsson, Arnór Ingi Jónsson, Þorgeir Arnarsson, Jón Sigfús Jónsson, Erlendur Guðmundsson, Stefán Pétursson, Benedikt Gunnar Óskarsson, Andri Finnsson, Bjartur Ingvason og Kristófer Valgarð Guð-rúnarson. Ljósmynd Guðlaugur Ottesen Karlsson.

## Um yngri flokka handknattleiksdeildar

### Efnilegasti leikmaður karla í yngri flokkum Vals:

Benedikt Gunnar Óskars-son

### Efnilegasti leikmaður í yngri flokkum Vals:

Elín Rósa Magnúsdóttir

### 3. flokkur karla

Fjöldi iðkenda 36.

**Þjálfarar:** Heimir Ríkarðsson og Anton Rúnarsson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Samvinna, leikgleði, samheldni og njóta þess að æfa og spila handbolta.

**Þátttaka í mótum:** Þrjú lið í Íslandsmóti.



Elín Rósa  
Magnúsdóttir

Benedikt Gunnar  
Óskarsson

Valur 1 og Valur 2 í 1. deild og enduðu í tveimur efstu sætum deildarinnar.

Reykjavíkumeistarar, bikarmeistarar og deildarmeistarar. Valur 3 í 2. deild.

**Besta við flokkinn:** Samheldinn hópur með mikinn metnað og leikmenn sem ætla sér langt.

**Helstu markmið:** Gera góða leikmenna að enn betri leikmönnum og einstaklingum. Búa til framtíðarmenn Vals sem gera Val að enn betra félagi, innan sem utan vallar.

**Annað:** Búið að vera frábært tímabil sem hófst reyndar á 10 daga ferð til Þýskaland þar sem farið var á úrslitaleiki meistaradeildarinnar, Final4. Árangri flokksins má að miklu leyti þakka frábærri samheldni, góðum anda innan hópsins og góðrar æfingasóknar auk mikils hæfileika leikmanna. Leikmenn hafa sýnt það að þeir eiga framtíðina fyrir sér.

### Viðurkenningar:

**Andri Finnsson** – Leikmaður Vals 1

**Einar Þorsteinn Ólafsson** – Leikmaður Vals 2

**Knútur Eymarsson Kruger** – Leikmaður Vals 3

**Jól Bernburg** – Mestu framfarir

**Þorgeir Arnarsson** – Áhugi og ástundun

### 4. flokkur karla

Fjöldi iðkenda 11.

**Þjálfari:** Ólafur Stefánsson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Samvinna, leikgleði, samheldni og njóta þess að æfa og spila handbolta.

**Þátttaka í mótum:** Hópurinn samanstóð í vetur af leikmönnum fæddum 2004 og því var einungis eitt lið sent til keppni í bikarkeppni HSÍ, Reykjavíkur- og Íslandsmóti 2020. Flokkurinn þurfti oft að fá stuðning frá öðrum flokkum, s.s. æfa með 3. flokki, sameina æfingar með 4. flokki kvenna o.s.frv. til að fá fjölda í æfingarnar og gæði. Mikið var tekið af valæfingum og mikil kennsla var þetta árið. Drengirnir þroskuðust mikið við



Andri Finnsson



Einar Þorsteinn Ólafsson



Knútur Eymarsson



Jóel Bernburg Kruger

ýmis konar mótlæti og meiðsli yfir veturinn og stóðu sig vel í að gera þetta að góðum vetri.

**Besta við flokkinn:** Hópur sem varð mun samheldnari þegar leið á veturinn og efnilegir drengir sem margir geta náð langt.

**Helstu markmið:** Gera góða leikmenna að enn betri leikmönnum og einstaklingum. Búa til framtíðarmenn Vals sem gera Val að enn betra félagi, innan sem utan vallar.

**Annað:** Flottur hópur sem beidd spenntur að komast í 3. flokkinn og fá að komast í stærri hóp til að eiga auðveldara með að spila og gera aðra hluti á æfingunum. Þroskuðust afar vel yfir veturinn og aðdáunarvert hve hvernig þeir tókust á við ýmis meiðsli og mótlæti sem kom upp þennan vetur. Flottir strákar tilbúnir að bæta sig sem leikmenn og persónur.

#### Viðurkenningar í 4. flokki karla

**Hlynur Freyr Geirmundsson** – Leikmaður flokksins

**Þorvaldur Örn Þorvaldsson** – Mestu framfarir

**Daníel Örn Guðmundsson** – Ástundun og áhugi

#### 3. og 4. flokkur kvenna

Þessir tveir kvennaflokkar æfðu að mestu leyti saman í ljósi þess hve stór hópurinn var.

**Þátttaka í mótum:** 3. og 4. fl. tóku þátt í Íslandsmóti og bikarkeppni. 4. fl. tapaði með einu marki í bikarnum gegn liði sem fór í úrslitaleikinn og 3. fl. varð bæði



**Íslandsmeistarar í 5. flokki kvenna yngri í handknattleik 2020.** 5. flokkur kvenna yngri með verðlaun sín fyrir að hafa sigrað Íslandsmótið 2020 en þetta eru stelpur fæddar árið 2007. Frábær vetur hjá þessum efnilegu stelpum sem eiga framtíðina fyrir sér. Valur leggur mikinn metnað í þjálfun yngri flokkanna sinna og hafa stelpurnar í 5. og 6. flokki í vetur náð eftirtektarverðum árangri, þar sem þær eru nú Íslandsmeistarar í þremur árgöngum, 2007, 2008 og 2009. Efri röð frá vinstri: Björn Ingi Jónsson þjálfari, Jóhanna Rún Steingrimsdóttir, Arna Karítas Eiríksdóttir, Erla Sif Leósdóttir, Katla Margrét Óskarsdóttir, Benedikta Björk Þrastardóttir, Rebekka Rún Örvarsdóttir, Ester Elísabet Guðbjartsdóttir, Katrín Björg Svavarsdóttir, Hrafnhildur Markúsdóttir og Sigríður Unnur Jónsdóttir, þjálfari. Neðri röð frá vinstri: Oddný Mínerudóttir, Þórunn Mínerudóttir, Kristína Phuong Anh Nguyen og Laufey Helga Óskarsdóttir.



Hlynur Freyr Geirmundsson



Daníel Örn Guðmundsson



Hafdís Hera Arnþórsdóttir



Karlotta Kjerúlf Óskarsdóttir

deildar- og bikarmeistari og unnu alla leiki sem þær spiluðu á tímabilinu. **Besta við flokkinn:** Samheldinn hópur stúlkna sem eru tilbúnar að fórna sér hver fyrir aðra, sama hvað bjátar á. Helstu markmið að vinna leiki, bæta sig sem handboltamenn og styrkja félagslega þáttinn. Fóru t.d. í hláturjoga, út að borða og í ýmsa leiki, duglegar að hvetja hverja aðra heima frá sér á covid tímamunum.

#### Viðurkenningar í 3. flokki kvenna

**Hafdís Hera Arnþórsdóttir** – ástundun  
**Karlotta Kjerúlf Óskarsdóttir** – mestar framfarir

**Elín Rósa Magnúsdóttir** – Leikmaður flokksins

**Signý Pála Pálsdóttir** – Besti liðsfélaginn

#### Viðurkenningar í 4. flokki kvenna

**Vaka Sigríður Ingólfssdóttir** – ástundun og áhugi

**Salka Sól Traustadóttir** – Mestu framfarir

**Sunna Thoroddsen Friðriksdóttir** – Leikmaður flokksins



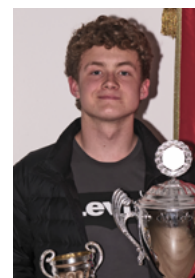
Vaka Sigríður Ingólfssdóttir



Salka Sól Traustadóttir



Sunna Thoroddsen Friðriksdóttir



Bárður Kjartansson fékk Maggabíkarinn.

## 5. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 28.

**Þjálfari:** Sigríður Unnur og Björn Ingi.

Á æfingum var unnið með ýmsa þætti og var hópnum ýmist skipt eftir getu, aldri, stöðum, skólum/búsetu en einnig blandað í ólíka og mismunandi hópa. Var þessa skipting gerð til að þjálfarar sem best hvern og einn einstakling auk liðanna sjálfra en einnig til að blanda stelpunum betur saman og láta þær kynnast sem best. Einnig voru stelpurnar duglegar að mæta saman á leiki hjá meistaraflokki, hjálpa til við umgjörð á heimaleikjum með því að vera á kústumum og vera ritrarar í leikjum hjá 4.fl. kvenna og í mótum/túrningum, þar sem allir hjálpuðu til við að ná fram betri liðsheild. Það sem hafði einnig mikinn sameiningarkraft, var að koma eins fram við alla leikmenn og tala aldrei um lið 1, 2 eða 3 heldur væru allar í sama liðinu og værum að stefna að sama marki.

Á Reykjavíkurmótinu var ekki skipt eftir árgöngum eins og venjan er, heldur var 2007 og 2006 skellt saman í einn hóp og því skiptist flokkurinn í tvennt. Lið 1 vann sinn riðil og komst í úrslit en tapaði fyrir Fram 1 í úrslitaleik og lentu því í 2. sæti. Íslandsmótið í 5. fl. er venjulega 5 mót þar sem safnað er stigum í 1. deild en í ár náðist bara að spila á 3 mótum.

Eldra árið hóf leikinn brösuglega og féll úr 1. deild á fyrsta mótinu sínu. Vann svo næsta móti örugglega í 2. deild og endaði síðasta mótið með 2. sæti í 1. deild. Heildarstigafjöldi til Íslandsmóts nægði til að enda í 4. sæti samanlagt sem verður að teljast ásættanlegur árangur miðað við að hafa fallið niður um deild á fyrsta móti. Yngra árið tefldi fram tveimur liðum til leiks. Lið 1 endaði sem sigurvegari í öllum þremur mótum vetrarins í 1. deild og eru því Íslandsmeistarar. Þess má þó geta að framfarir hjá hópnum voru góðar á milli móta og unnu þær síðasta mótið nokkuð sannfærandi en fyrstu tvö mótin voru mun jafnari og margir erfir leikir þrátt fyrir að þær hafi unnið þau bæði. Lið 2 bætti sig einnig heilmikið á milli móta en þess má geta að þær spiluðu í 2. deild í allan vetur.

Það besta við flokkinn er hvað hann er ótrúlega æfingaglaður, metnaðarfullur og fullur af efnilegum stelpum. Leikmenn koma til að æfa og vilja bæta sig og það er rosa skemmtileg stemming á meðal leikmanna. Hópurinn er samheldinn og allar vinkonur sem gerir hann enn þá öflugri fyrir vikið. Það er öruggt að margar af þessum stelpum eiga eftir að ná langt

og ótrúlega gaman að sjá hvað þær eru orðnar miklir Valsarar.

## 5. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 19.

**Þjálfari:** Herdís Hallsdóttir, Óskar Bjarni og Arnór Snær Óskarsson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Jákvaðni, þolinmæði og hrós.

**Þátttaka í mótum:** Báðir árgangar tóku þátt í öllum þremur mótum HSÍ, Reykjavíkurmóti og enduðu síðan á sumarmóti HSÍ 5.–7. og 12.–14. júní.

**Besta við flokkinn:** Jákvaðir og áhugasamir, ótrúlega duglegur 15 manna kjarni sem kemur 100% á allar æfingar og hrikalega gaman að þjálfar.

**Helstu markmið:** Bæta sig sem einstaklingar, bæði innan sem utan vallar. Drengirnir orðnir miklu betri. Að gera leikmenn betri með rétttri nálgun og betra viðhorfi.

**Annað:** Skemmtilegur hópur með ólíkum týpum og frábærum einstaklingum.

## 6. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 38.

**Þjálfari:** Björn Ingi Jónsson og Sigríður Unnur Jónsdóttir.

**Þátttaka í mótum:** Eldra ár, 1. sæti á Reykjavíkurmóti og 1. sæti á Íslandsmóti.

**Yngra ár,** 1. sæti á Reykjavíkurmóti og 1. sæti á Íslandsmóti.

**Helstu markmið:** Halda áfram að æfa vel og gera sitt besta.

**Besta við flokkinn:** Þær hafa lagt mikið á sig í vetur og er klárlega um framtíðarleikmenn meistaraflokks að ræða. Í vetur sendum við þrjú lið til leiks í Íslandsmótiinu í hvorum árgangi og árangurinn var hreint út sagt frábær. Allar stelpurnar nutu þess að spila og gleðin skein úr hverju andliti. Yngra árið endaði svo tímabilið sem Íslandsmeistarar en þær unnu öll þrjú mótin sem haldin voru. Eldra árið endaði líka sem Íslandsmeistarar eftir að hafa unnið öll þrjú mótin. Það er sérstaklega gaman að segja frá því að á seinni tveimur Íslandsmótunum var Valur með tvö lið í fyrstu deild. Það er því ljóst að um virkilega öflugar stelpur er að ræða. Aðaláherslan hjá okkur var samt að hafa gaman, vera góður liðsfélagi og að bæta sig í handbolta. Stelpurnar skiptust á að vera fánaberar á leikjum hjá meistaraflokki kvenna sem var alltaf jafn eftirsóknarvert enda alltaf gaman að sjá fyrirmyndirnar. Þótt Covid-19 hafi sett strik í reikninginn voru stelpurnar duglegar að æfa heima og þegar æfingar byrjuðu aftur var ekki að sjá að það hefði verið eitthvað frí.

## 6. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 44.

**Þjálfarar:** Snorri Steinn Guðjónsson, Díana Dögg Magnúsdóttir og Áki Hlynur Andrasón.

**Þættir sem auka liðsheild:** Hrósa, hvetja, læra að vera leiðtogar, kunna að vinna og tapa og bera virðingu fyrir öðrum.

**Þátttaka í mótum:** Bæði eldra og yngra árið spiluðu á 3 mótum þar sem eldra árið var með 3 lið og yngra árið með 4 lið.

Yngra árið varð Reykjavíkormeistari og stóð sig vel á mótum vetrarins. Eldra árið spilaði til úrslita á Reykjavíkurmóti og voru í harðri toppbaráttu á mótum vetrarins.

**Besta við flokkinn:** Skemmtilegir og orkumiklir strákar þar sem blanda af hómur, miklum metnaði og keppnissskapi skilaði skemmtilegum vetri.

**Helstu markmið:** Læra að spila sem lið, auka þekkingu og áhuga á handbolta, bera virðingu fyrir samherjum, andstæðingum, dómurum og þjálfurum. Langtímamarkmið er svo að hætta að tuða í dómurum.

**Annað:** Metnaðarfullir, skemmtilegir og góðir strákar sem vilja stefna hátt. Ef þeir halda rétt á spilunum, þá eru þeim allir vegir færir.

## 7. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 19.

**Þjálfari:** Ágústa Edda Björnsdóttir.

**Þátttaka í mótum:** Flokkurinn tók þátt í fjórum mótum, lokamótið var sumarmótið á Selfossi.

**Þættir sem auka liðsheild:** Á milli 10 til 15 stelpur mættu til leiks síðasta haust hjá 7. flokki kvenna en nú í lok vetrar eru þær orðnar yfir 20. 7. flokkur kvenna er einstaklega ljúfur og góður hópur með kraftmiklum stelpum sem hafa tekið ótrúlegum framförum í vetur. Til að byrja með vildu stelpurnar helst alltaf vera í leikjum en smátt og smátt hefur handboltametnaðurinn aukist og þær njóta þess í botn að leggja sig allar fram við að ná betri tækni og læra nýja hluti. Flokkurinn tók þátt í öllum fjórum mótum vetrarins og stóð sig mjög vel. Eitt af markmiðum vetrarins var að allar fengju keppnisreynslu, allar fengju að prófa þær stöður á veltinum sem þær langaði til og að liðin myndu spila jafna leiki, þ.e. við álíka sterka andstæðinga, því þannig lærir maður mest. Annað af helstu markmiðunum var að allir myndu taka framförum og að það væri gaman á æfingum, sem sagt hæfileg blanda af æfingum, spili og leikjum.

## 7. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 35.

**Þjálfari:** Ágústa Edda Björnsdóttir og Ólöf María Stefánsdóttir.

**Fjöldi móta:** Fjögur mót og endað á sumarmóti á Selfossi.

Í lok vetrar voru um 40 strákar að æfa með floknum en tæplega 20 nýir drengir bættust í hópinn yfir tímabilið aðallega á yngri ári. 7. flokkur karla er kraftmikill hópur sem þarf að halda vel við efnið hverja einustu mínútu. Heilt yfir er hópurinn mjög metnaðarfullur með mikið keppnissskap sem er það besta við flokkinn en stundum líka það erfiðasta. Flokkurinn tók þátt í öllum fjórum mótum vetrarins og stóð sig mjög vel. Eitt af markmiðum vetrarins var að allir fengju keppnisreynslu, allir fengju að prófa þær stöður á velli sem þá langaði til og að liðin myndu spila jafna leiki, þ.e. við álíka sterka andstæðinga, því þannig lærir maður mest. Annað af helstu markmiðunum var að allir myndu taka framförum og að það væri gaman á æfingum sem sagt hæfileg blanda af æfingum, spili og leikjum.



**Íslandsmeistarar í 6. flokki kvenna eldri í handknattleik 2020.** Efri röð frá vinstri: Sigríður Unnur Jónsdóttir hjálfari, Svanborg Soffía Hjaltadóttir, Ester Elísabet Guðbjartsdóttir, Hrafnhildur Markúsdóttir, Ingibjörg Svaladóttir, Sigrún Erla Þórarinsdóttir, Hekla Hrund Andradóttir, Björn Ingi Jónsson, hjálfari, Tinna Sigurjónsdóttir og Gerður Sveinsdóttir. Neðri röð frá vinstri: María Ævarsdóttir, Laufey Helga Óskarsdóttir, Snæfríður Sól Ingvarsdóttir, Ísold Hallfríðar Þórisdóttir og Þóra Bryndís Bragadóttir.

## 8. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 27.

**Þjálfarar:** Herdís Hallsdóttir og Lilja Ágústsdóttir.

**Þættir sem auka liðsheild:** Fara í alls konar leiki þar sem þarf að nota samvinnu, æfa sig að spila boltanum og finna þann sem er í besta færinu, leiða meistaraflokksleikmenn inn á fyrir leiki, koma á Hlíðarenda og vera Valsarar, jólaæfing með jólahlaðborði í lokin og nýta góða veðrið í maí og taka útiæfingar.

**Þátttaka í mótum:** Fjögur mót, enduðu á sumarmóti á Selfossi 31. maí.

**Besta við flokkinn:** Hressar og skemmtilegar stelpur, alltaf gaman og þær duglegar að læra.

**Helstu markmið:** Kynnast betur handbolta og reglunum í gegnum alls konar leiki og með því að spila.



**Íslandsmeistarar í 6. flokki kvenna yngri í handknattleik 2020.** Efri röð frá vinstri: Sigríður Unnur Jónsdóttir hjálfari, Laufey Helga Óskarsdóttir, Hekla Hrund Andradóttir, Sólrún Una Einarsdóttir, Milena Lilja Piech, Kristín Ósk Halldórsdóttir, Björn Ingi Jónsson hjálfari og Björk Grímsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Gabriela Sif Ívarsdóttir, Ylfa Björg Jóhannsdóttir, Hildur Helga Benediksdóttir, Lára Daníela Kristjánsdóttir, Heiða Margrét Erlingsdóttir og Eydís Anna Hannesdóttir.

## 8. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 23.

**Þjálfarar:** Anton Rúnarsson og Þorvaldur Örn Þorvaldsson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Samvinna, leikgleði, samheldni og njóta þess að æfa og spila handbolta.

**Þátttaka í mótum:** Fjögur mót, Grótta-Stjarnan-Afturelding-Selfoss.

**Besta við flokkinn:** Samheldinn hópur og miklir vinir.

**Helstu markmið:** Kenna strákunum

grunnatriði í handknattleik, hafa gaman og njóta þess að spila handbolta.

**Annað:** Frábærir strákar sem eiga framtíðina fyrir sér.

**Ljósmyndir á uppskeruhátíð handknattleiksdeildar tók Baldur Þorgilsson.**

# Mulningsvélin í úrslitaleik Evrópukeppni meistaraliða 1980

## Einstakt afrek í íþróttasögu Íslands

Þann 29. mars árið 1980 eða fyrir 40 árum lék Valur úrslitaleik í Evrópukeppni meistaraliða í handbolta við þýska liðið Grosswallstadt í München. Valsmenn höfðu þá lagt sterkt lið Drott frá Svíþjóð í 8-liða úrslitum og stórlíð Atlético Madrid frá Spáni í undanúrslitum eftir æsispennandi heimaleik í Laugardalshöllinni sem var m.a. nefndur leikur aldarinnar í Dagblaðinu. Hvorki fyrr né síðar hefur íslenskt lið komist í úrslitaleik í Evrópukeppni, líkt og Valsmenn, undir stjórn þjálfarans Hilmars Björnssonar, gerðu þetta ár. Liðið byggði leik sinn upp á góðum varnarleik og var Valsvörnin gjarnan kölluð mulningsvélin á þessum árum. Ekki gekk það þó sem skyldi í úrslitunum þar sem gríðarsterkt lið Grosswallstadt vann 21-12 sigur í München og varði þar með Evróputitil sinn frá árinu áður. Ólíklegt er að íslenskt félaglið í handknattleik, knattspyrnu eða körfuknattleik eigi eftir að ná sambærilegum árangri á stóra sviðinu, hvorki karla- né kvennalið en það má samt láta sig dreyma. Mikilvægt að rifja afrek af þessu tagi reglulega upp.



Silfurlíð Vals í Evrópukeppni meistaraliða 1980. Standandi f.v. Brynjar Harðarson, Stefán Gunnarsson, Ólafur Benediktsson, Brynjar Kvaran og Björn Björnsson. Miðröð f.v. Hilmar Björnsson þjálfari, Þorbjörn Guðmundsson og Þorbjörn Jensson. Fremst f.v. Bjarni Guðmundsson, Stefán Halldórsson Steindór Gunnarsson, Gunnar Lúdvíksson, Jón H. Karlsson og Gunnsteinn Skúlason aðstoðarþjálfari.



**Valsmenn – bestu óskir** um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

**BOSE**

**.origo.**



# Heimsókn til Japan

## Í janúar 2020 hélt meistaraflokkur karla í handbolta í æfinga- og ævintýraferð til Japan

Við erum svo heppnir að hafa góða tengingu inn í japanska landsliðið í handbolta sem bauð okkur til æfinga sem hluta af undirbúningi sínum fyrir Ólympíuleikana 2020 en til stóð að halda þá í Tokyo seinna um sumarið. Grunlausir um komandi tíma og heimsfaraldur þáðum við boðið um að koma til Japan og æfa í vikutíma með landsliði þeirra undir handleiðslu Dags Sigurðssonar, landsliðsþjálfara Japan. Ferðalagið var spennandi enda fáir okkar sem höfuð komið áður til Japan. Fyrsti áfangastaður var Kaupmannahöfn þar sem við millilöntum og fengum okkur hressingu fyrir næsta flug sem var þægilegt rúmlega 10 tíma flug. Þetta hafðist nú að lokum og við komuna til Japan tók Dagur á móti okkur ásamt teyminu sínu og fylgdi okkur á hótél og sýndi okkur æfingaaðstöðuna. Öll aðstaðan var til fyrirmyndar, hótelið sérhannað fyrir íþróttafólk og innangengt frá herbergjum á æfingasvæðið, sem og í mótuneyti og spa. Á þessum tímamarki bjuggu leikmenn Japan á hótelinu, ásamt íþróttafólki hvaðanæva úr heiminum sem var í undirbúningi fyrir Ólympíuleikana. Glæsileg aðstaða og allt til alls, bæði í æfinga- og gistiástöðu.

Við tókum vel á því á krefjandi æfingum þar sem okkur var blandað saman og þjálfarar beggja liða stýrðu æfingum í sameiningu. Þessar æfingar vöktu okkur til umhugsunar að við gætum gert betur en við höfðum verið að gera heima á Íslandi. Við spiludum tvo æfingaleiki við Japan og í bæði skiptin skildi á milli liðanna síðustu mínúturnar. Þegar heim var komið var ákveðið að spýta í lófana og halda sama krafti og hafði verið á æfingunum úti sem við gerðum og töpuðum ekki leik eftir það.

### Gaman að skoða Tokyo í Japan

En við gerðum meira en að æfa í Tokyo, Jón Halldórsson yfirfararstjóri og Bjarki Sigurðsson fararstjóri höfðu sett upp skemmtilegan leik sem fólst í því að við förum um alla borg í leit að ýmsum kennileitum og vinsælum kaffihúsum

með svínnum, köttum og dúfum svo eitt-hvað sé nefnt. Hópnun var skipt upp í fjögur lið og fengum við stig fyrir hvert atriði. Markmið leiksins var að fá sem flest stig ásamt því auðvitað að sjá og gera sem mest meðan við heimsóttum þennan stað sem er mjög svo ólíkur því sem við erum vanir hér heima. Bæði hvað varðar matarvenjur og siði sem snúa helst að umgengni og kurteisi sem er til fyrirmyndar. Ratleikurinn var vel heppnaður en hafði misjöfn áhrif á menn. Sumir voru rólegir í tíðinni og söfnuðu fáum stigum á meðan aðrir fóru hratt yfir, gerðu margt og sáu nánast allt, en það varð þeim að falli. Svo greinilega að einn okkar féll í gólfið við komu inn á eitt flottasta listasafnið í Tokyo á fimmtugustu og þriðju hæð, Mori art museum. Hann var sendur heim í sjúkrahúsið og sagt að taka því rólega. Svo mikið lögðu menn á sig í þessum frábæra leik. Allt fór þetta þó vel og skemmtilegur leikur sem ýtti okkur aðeins út fyrir þægindarammann í því t.d. að reyna að tala við heimafélkið og taka leigubíl, sem er ekkert einfalt mál í Japan.

### Vel heppnuð æfingaferð

Frábær ferð á enda og flestir ef ekki allir betur á sig komnir eftir vel heppnaða æfingaferð nema kannski Óskar Bjarni, flugið situr enn í honum. Ferðalagið heim var hins vegar ekki alveg eins spennandi og út enda komin þreyta í hópinn og við loksins búnir að venjast 9 klst. tímamismun eftir 7 daga í Tokyo.

Sérstakar þakkir til Dags og allra þeirra sem komu að skipulagningu þessarar ferðar. Hún gerði okkur mjög gott og stóðum við uppi sem deildarmeistarar þegar þetta undarlega tímabil var blásið af vegna heimsfaraldurs COVID-19 eins og allir vita.

*Fyrir hönd meistaraflokks karla í handbolta, Arigato!  
Vignir Stefánsson*





# Framtíðin er björt

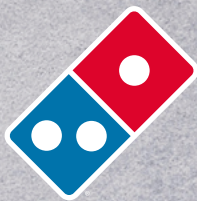
**Tryggvi Garðar Jónsson er 17 ára og leikur handknattleik í 3. flokki og meistaraflokki**

**Nám?** Tvö ár í Verzlunarskóla Íslands.  
**Hvað ætlar þú að verða?** Handboltamaður.  
**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Í atvinnu-mennskunni.  
**Af hverju Valur?** Því það er besta liðið.  
**Uppeldisfélag í handbolta?** Valur.  
**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** Frænkur mínar, Hildigunnur og Sunneva, spiluðu handbolta með Val fyrir nokkrum árum.  
**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum?** Þau hafa stutt mig alla leið.  
**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Pabbi var hrikalegur í gamla daga.  
**Af hverju handbolti?** Skemmtileg íþrótt og síðan hef ég alltaf haft þörf á kontakt íþrótt og þá átti handboltinn vel við.  
**Helstu afrek í öðrum íþróttgreinum?** Vann Skagamótið og Reykjavíkurmótið í fótbolta.  
**Eftirminnilegast úr boltanum?** Íslandsmeistaratitlar í yngri flokkunum.  
**Lýstu Valsliðinu í handbolta karla í stuttu máli?** Frábær hópur með sterka breidd, samheldni.  
**Hvernig skýrir þú gengi Valsliðsins á síðasta tímabili?** Ekki nógu góð byrjun en toppuðum á réttum tíma í deildinni.  
**Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili?** Fá ekki að halda áfram í Evrópukeppninni.  
**Markmið fyrir þetta tímabil?** Ná mér

úr meiðslum og byrja spila almennilega með meistaraflokki.  
**Besti stuðningsmaðurinn?** Pabbi og mamma.  
**Erfiðustu samherjarnir?** Getur verið erfitt að lenda á móti Magga á æfingum.  
**Erfiðustu mótherjarnir?** Selfoss hafa verið erfiðir í gegnum tíðina.  
**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** Maxim og Óli Finnboga.  
**Mesta prakkarastrik?** Plataði Benna að drekka piss.  
**Vandræðalegasta atvik?** Skaut úr aukakasti í lok fyrri hálfleiks í minnsta gæjann í veggnum og fékk rautt.  
**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** Lovísa.  
**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** Einar Ó. og Bennotelli.  
**Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val?** Framtíðin er björt.  
**Fyrirmynd þín í handbolta?** Duvnjak.  
**Draumur um atvinnumennsku í handbolta?** Spila í meistaradeildinni.  
**Landsliðsdraumar þínir?** Komast í landsliðið og vinna stórmót.  
**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Klók-indi og agi.  
**Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið?** Manchester United í fótbolta og Kiel í handbolta.  
**Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi?** Frábærir þjálfarar sem eiga eftir að vinna fullt af titlum á næstu árum.

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** Metnaður og vilji.  
**Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val?** Auglýsa leikina hjá báðum liðum jafn mikið.  
**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?** Látta þjálfara fylgjast vel með fyrir og eftir æfingar og foreldra í yngri flokkunum, hvort að allt sé ekki í lagi.  
**Hvernig er hægt að auka samstarf deilda í Val?** Skipuleggja einhverja sameiginlega viðburði.  
**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** Bæta umgjörð enn þá frekar.  
**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Segja Snorra að hætta láta leikmenn klífa fjöll og hjóla þvert yfir landið.  
**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** Stíga upp í næsta þrep og ná góðu gengi í Evrópu.  
**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum?** Ekkert sem kemur upp, finnst alltaf verið að fjölga núna í yngri flokkunum eftir að blokkirnar komu upp hjá Hlíðarenda.  
**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** Deildar-meistarar og Japansferðin.  
**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfaraldur haft á líf þitt og einnig íþróttaiðkun og keppni á þessu ári?** Hann hefur haft mikil áhrif á mig eins og á líf allra og það er leiðinlegt að það þurfi að vera gera þessar covid pásur á deildinni.  
**Besta bíómynd?** Django Unchained.  
**Besta bók?** Tár, bros og takkaskór.  
**Einkunnarorð?** „Winning isn't everything, it's the only thing“.  
**Hver stofnaði Val og hvenær?** Séra Friðrik, 11. maí 1911.





# MATARBOÐ

- 2 STÓRAR PIZZUR AF MATSEÐLI
- 2 SÓSUR AÐ EIGIN VALI
- 2 MEÐLÆTI AÐ EIGIN VALI
- 2 L GOS

**AÐEINS 5.990 KR.**



# Ætlaði aldrei að verða þjálfari

## Heimir Ríkarðsson þjálfari í handknattleik hjá Val og yngri landsliðum í viðtali við Valsblaðið en hann hefur helgað líf sitt þjálfun og löggunni

Hjá Val starfa á hverjum tíma fjölmargir þjálfarar og aðstoðarþjálfarar hjá yngri flokkum félagsins í öllum deildum sem sinna, á viðkvæmum mótunarárum barna



Heimir með Þorbirni Jenssýni á góðum degi.



Heimir Ríkarðsson og Anton Rúnarsson þjálfarar 3. flokks karla.

og ungmenna, mikilvægu uppeldisstarfi, bæði á sviði íþróttá, heilsueflingar og félagsþroska. Íþróttafélög leggja jafnan áherslu á að framtíðarleikmenn þeirra í meistaraflokki komi upp úr yngri flokkum félagsins og að iðkendur verði jafnframt stoltir stuðningsmenn og félagsmenn. Margir þjálfarar koma tíma-bundið til starfa, ætla ekki að leggja fyrir sig þjálfun og hverfa til annarra starfa eins og gengur. Heimir Ríkarðsson, þjálfari 3. flokks karla hjá Val, hefur vakið athygli fyrir frábæran árangur, bæði hjá Val til margra ára og einnig hjá yngri landsliðum í handknattleik. En hvaðan kemur þessi trausti, staðfasti og dagfarsprúði maður sem hefur verið samfelld þjálfari hjá Val í 15 ár og er öllum Valsmönnum að góðu kunnur? Heimir tók strax vel í að koma í viðtal við Valsblaðið og við ákváðum að hittast í Valsheimilínu á köldu nóvembersíðdegi skömmu eftir að heimilt var að hefja að nýju æfingar í yngri flokkum fyrir börn á grunnskólaaldri og gættum vitaskuld að öllum sóttvarnaráðstöfunum. Þetta var í fyrsta sinn í 7 vikur sem Heimir kom í Valsheimilið vegna æfingabanns sökum Covid-19 heimsfaraldurs. Hann þarf að bíða lengur eftir því að fá að hitta strákana í 3. flokki sem hafa þó verið í eins góðum tengslum og mögulegt er með aðstoð tækninnar. Honum finnst árið 2020 vera mjög sérstakt en hann hefur aldrei upplifað það frá 1982 að hafa ekki getað þjálfað. „Ég veit að þessi tími hefur verið erfiður fyrir marga unga leikmenn sem hafa ekki komist á æfingar og tekið þátt í eðlilegu félagslífi og skólastarfi í langan tíma og ég hef áhyggjur af því að þetta geti leitt til aukins brottfalls úr íþróttum og vanlíðunar. Það er hins vegar okkar þjálfaranna að reyna að fá krakkana aftur á æfingar og keyra starfið áfram þegar það verður leyft. Það er mikil tilhlökkun að fá að



Heimir hefur nýlengið Master Coach þjálfaranámi sem er vörsta þjálfarastig eftir EHF staðli.

hitta krakkana eftir Covid-19 og þjálfar, en við höfum reynt að halda starfinu gangandi með heimaæfingum, Zoom fjaræfingum með áherslu á líkamlegan styrk. Við höfum fengið góða aðstoð frá Jóhanni Emil styrktarþjálfara en þetta er langt frá því að vera fullnægjandi en samt það besta sem við getum gert, höfum einnig samband á samfélagsmiðlum. Mér leiðist ástandið,“ segir Heimir, greinilega ósáttur við stöðuna.

## Með Fram í yngri flokkum í handbolta og einn Reykjavíkumeistaratitill

Blaðamaður Valsblaðsins og Heimir bjuggu um tíma í sömu blokkinni í Skipholtinu, þar sem Heimir var virkur í húsfélaginu og lét til sín taka í stjórn húsfélagsins. Heimir segir að foreldrar hans hafi flutt 1963 inn í nýbyggða blokkina í Skipholti, hann þá eins árs gamall. Hann gekk í Æfinga- og tilraunaskóla KHÍ allan grunnskólann en flutti með fjölskyldunni í Breiðholt en keypti 1993 aftur íbúð foreldranna í Skipholt 45. Heimir æfði handbolta alla yngri flokkana hjá Fram í Álftramýrarskóla, þar var afar þröngt, allir flokkar æfðu þarna. Hann man eftir flottum þjálfurum en Sigurbergur Sigsteinsson, sem þjálfaði hann lengst, stendur upp úr. Ekki margir á hans aldri náðu langt í handbolta og engin afrek standa upp úr í eigin íþróttaiðkun en Atli Hilmarrson og Hermann Björnsson voru á svipuðum aldri og hann hjá Fram. „Einn leikur stendur upp úr hjá mér í 1. flokki þegar ég var enn í 2. flokki og var beðinn að leika úrslitaleik um

Reykjavíkurreistararitil á móti eldri refum úr Val sem voru á seinni hluta ferilsins eða hættir. Hart var tekist á og í minningunni var þetta mjög skemmtilegur leikur, jafn, mikil læti og barátta, þar sem leikmenn fórnúðu sér fyrir titil. Ég held að Fram hafi unnið með einu marki en er þó ekki viss,“ segir Heimir og glottir.

## Formaður unglínganefndar Fram í handbolta frá 1982 og þjálfari

Heimir segist reyndar hafa verið einn vetur í Val í 3. flokki sem kom til vegna óánægju með starfið hjá Fram. Æfði í gamla salnum í Valsheimilínu og man sérstaklega eftir Brynjari Harðarsyni sem var mjög lunkinn og flottur og einnig fleiri strákar. Hann fór svo aftur í Fram og æfði þar áfram en var um það bil að hætta í handbolta þegar hann var beðinn að taka að sér formennsku í unglínganefndinni. Hann var viðlodandi það starf í Fram alveg til 2000 samhliða þjálfun hjá þeim. „Ég ætlaði reyndar aldrei að þjálfara en þegar ég var búinn að ráða þjálfara á alla flokka haustið 1982 sem formaður unglíngadeildar fór ég og fylgdist með æfingum hjá öllum flokkum. Nýráðinn þjálfari 3. flokks kvenna skrúpaði á fyrstu tveimur æfingum sem ég þurfti að sjá um og eftir það hringdi ég í þjálfarann og rak hann. Ég tók sjálfur við þjálfun flokksins ásamt Lárusi H Lárussyni og náðum við góðum árangri með stelpurnar. Ég hef þjálfað óslitið síðan í tæplega 40 ár, þökk sé skrúpagemlingnum hjá Fram en ég hafði aldrei hugleitt að fara út í þjálfun,“ segir Heimir sem sá ekkert eftir því að hætta að æfa handbolta og snúa sér að þjálfun. „Þessum þriðja flokki stúlkna í Fram hafði gengið mjög illa árið áður, fékk aðeins sárafa stig í Íslandsmótinu en endaði meðal efstu liða fyrsta árið sem ég þjálfaði með 30 stig. Við lögðum mjög mikla áherslu á alla umgjörð í flokknum, félagsstarfið og æfingar. Þetta var reyndar fyrsta og eina árið sem ég hef þjálfað stelpur,“ segir Heimir.

## Helgað líf og starf löggunninn og þjálfun

Heimir hefur starfað í lögreglunni jafn lengi og við þjálfun en ætlaði heldur aldrei að verða löggæ. Hann byrjaði sem sumarstarfsmaður hjá lögreglunni 1983 en ákvað að sækja um áframhaldandi starf um haustið, hefur verið í löggunninn síðan og líkar vel. Fyrstu 17 árin vann



Heimir er afar sigursæll þjálfari og hefur 18 sinnum frá 2005 farið með lið í úrslitaleik í Laugardalshöll.

hann á vöktum, en á árunum 2000–2005 vann hann í forvarnardeild lögreglunnar sem rannsóknarlögreglumaður í tengslum við afbrot og fræðslu barna og ungmenna í Mosfellsbæ. Á árunum 2005–2009 var hann aðalvarðstjóri í lögreglustöðinni í Breiðholti en frá 2009 sem lögreglufulltrúi rannsóknadeildar sem sinnir Breiðholti og Kópavogi. Heimir segir að vel fari saman að vera þjálfari og löggæ.

## Þjálfari í Val frá 2005 og er mikill Valsari

Heimir hefur verið þjálfari í handbolta samfelld síðan 1982 eða í tæp 40 ár, til ársins 2000 hjá Fram sem yngri flokka þjálfari og aðstoðarþjálfari meistara-flokks og síðan aðalþjálfari meistara-flokks í Fram 2000–2005. Hann var árið 2005 ráðinn sem þjálfari með Óskari Bjarna Óskarssyni á meistara-flokk félagsins 2005 en einnig líka sem þjálfari 2. og 3. flokks. Heimir var viðlodandi meistara-flokkinn til 2013 þegar Ólafur Stefánsson tók við en hefur öll árin þjálfað yngri flokka Vals, bæði 2. og 3. flokk og síðustu þrjú árin 3. flokk og ungmennalið Vals sem spilar í Grilldeildinni. Hann hefur alltaf þjálfað karlaflokka utan fyrsta árið með Fram þegar hann var með 3. flokk kvenna.

Sem Framari til margra ára fannst honum skýtið að fara á fyrstu Valsæfinguna en sér hafi strax verið vel tekið af gömlu andstæðingunum og ávallt liðið vel í Val. Hann segir að þangað til nýja húsið hafi verið tekið í notkun 2007 hafi félagið verið á hrakhólum með æfingar sem fóru t.d. fram í Austurbergi og Laugardalshöll en það hafi ekki komið niður á starfinu eða stemningu. „Ég fann fljótt samstöðuna og jákvæðan félagsanda í Val, gott samtarf deildanna sem er einn meginstyrkur félagsins, allir þjálfarar þekkjast og vinna jafnvel saman og styðja hvern annan. Sérstaklega gaman hversu mikill samgangur eru á milli deilda og góður andi í húsinu. Það var vel tekið á móti mér í upphafi, hér hef ég kynnst fullt af frábæru fólki og þykir vænt um Val. Það er t.d. frábært að vinna með Óskari Bjarna sem er vakinn og sofinn yfir velferð félagsins, mikill hugsjónamaður og félagsmaður þar á ferð,“ segir Heimir.

## Þjálfari unglíngalandsliða frá 1998

Heimir byrjaði að þjálfva unglíngalandslið U-16 árið 1988 og var aðstoðarþjálfari fyrstu árin meðal annars með bræðrunum Jóhanni Inga Gunnarssyni og Steindóri Gunnarssyni en einnig Þorbergi Aðal-



Hluti Valsstrákanna sem fóru í Finalfour ferðina 2018 eftir æfingaleik við Koblenz.

steinssyni og Þorbirni Jennssyni. Árið 1995 tók Heimir við sem aðalþjálfari U-16 og hefur síðan verið með U-16, U-18 eða U-19. „Það er mjög gefandi og skemmtilegt starf að þjálfa yngri landslið og gaman að kynna krökkum úr ýmsum liðum. Ég hef upplifað margar stórar stundir með yngri landsliðunum en ætli mér finnst ekki vænst um að hafa unnið til gull- og silfur- og bronsverðlauna á Evrópumeistaramóti. Gullverðlaun í Slóvakíu 2003 með U-18, bronsverðlaun á Opna Evrópumótinu í Svíþjóð 2017 og silfurverðlaun í Króatíu 2018. Ég held fyrir vísit að U-18 landslið Íslands í handknattleik 2003 sé eina íslenska landsliðið í boltaíþrótt sem hefur orðið Evrópumeistari og ég er afar stoltur af þeim góða árangri,“ segir Heimir en margir úr þeim hópi fóru í A-landsliðið, m.a. Arnór Atlason, Ásgeir Örn Hallgrímsson og Björgvin Páll Gústafsson. Tveir leikmenn frá Val voru í Evrópumeistaraliðinu, þeir Pálmar Pétursson og Ingvar Árnason. „Við lékum til úrslita við Þýskaland og unnum með fimm markum. Það vakti mikla athygli og vel var tekið á móti liðinu við komuna til landsins. Ríkisstjórnin hélt til dæmis tvær móttökur fyrir hópinn en bæði Halldór Ásgrímsson utanríkisráðherra og Tómas Ingi Ólrich menntamálaráðherra voru með móttökur fyrir okkur.“

## Með æðstu þjálfaragráðu

Þegar Heimi var kippt tvítugum inn í handboltþjálfun hjá Fram hafði hann enga menntun á því sviði. Á löngum þjálfaraferli hefur hann reglulega sótt sér menntun og fræðslu og segist hafa tekið ótal þjálfaranámskeið hér á landi og erlendis. Nýlega lauk hann Master Coach þjálfaranámi sem er æðsta þjálfarastigið eftir EHF staðli. „HSÍ fékk tækifæri til að halda það nám í fyrsta skipti hér á landi og fóru þrjú þjálfarar frá Val á námskeiði en auk mín fóru Óskar Bjarni og Ágúst

Jóhannsson. Þetta var mjög gagnlegt og það veitir heimild til að stýra landsliðum og félagsliðum í Evrópukeppni. HSÍ gerir kröfu um að allir þjálfarar á þeirra vegum séu með þessa þjálfaragráðu í sínum landsliðum,“ segir Heimir. En þegar Heimir er spurður um hvað einkenni góðan þjálfara hugsar hann sig um og ígrundar svarið og segir síðan, „Staðgóð þekking og geta til að miðla þekkingu

skiptir miklu máli, einnig skiptir gríðarmiklu máli að eiga góð samskipti við leikmenn, búa yfir hæfni til að móta liðsheild og að láta öllum liða vel. Metnaður er líka mikilvægur. Þetta gildir um alla þjálfun en sérstaklega í yngri flokkum þar sem tvínnar þarf saman að rækta áhuga, metnað og liðsheild. Setja samngjarnar reglur og stuðla að góðum aga og búa til góðan félagsmann.“ Heimir segist einnig hafa getað nýtt sér margt í þjálfaramenntum og reynslu í lögreglustörfum og öfugt.

## Sigursæll og farsæll þjálfari

Heimir hefur verið afar sigursæll þjálfari hjá Val og til fróðleiks þá varð 3. flokkur karla á þessu ári bæði Reykjavíkur-, deildar- og bikarmeistari. Valur 1 og Valur 2 enduðu í tveimur efstu sætum 1. deildar en vegna Covid voru Íslandsmeistarar ekki krýndir þetta árið. Magnaður árangur en þegar litið er yfir þjálfaraferil Heimis hjá Val, þá er slíkur

# Evrópumeistarar

## U-18 landslið Íslands í handknattleik er fremst meðal jafningja í Evrópu

Á laugardaginn var hófust undanirslit í lokakeppni EM U-18 landsliða. Eins og hjá A-liðinu árið 2002 í Svíþjóð mættust Þjóðverjar og Danir amannsvegjar og Íslendingar og Svíar hins vegar. Á EM 2002 urðum við að gera okkur 4. sætið að góðu en mið þessu „strákarli okkar“ engin mistök og unnu hreinlega mótið.

Guðmundur Guðmundsson A-landsliðþjálfari var staddur á mótiinu og sagði DV Sporti frá gangi mála í leikjum heftunnar.

„Svialekurinn byrjaði illa og við spilaðum ekki vel í fyrri hálfleik. Þeir hertu sig svo eftir þriðja og síðan og sést það greinilega hvort liðið var í bettra formi. Svíarnir voru einfaldlega spungulegir. Þegar 10 mínútur voru eftir af leiknum og í framlangingunni var aðrei spurning hvort liðið myndi vinna,“ sagði Guðmundur. Íslenska liðið lagði Svítyglana, 34-33.

„Gegn Þjóðverjum var þetta í raun aðrei spurning eftir að liðið komast yfir eftir um 20 mínúta leik. Þeir voru að leika góða vörn og markvarðinn var einungis góð og hraðaupplausnir var útfærð. Sökunarleikurinn var reyndar köðlöttur en dugði vel til sigurs,“ sagði Guðmundur um úrslitaleikinn sem land vann, 27-23.

Þjóðmenn léku reyndar fyrir í keppnisi og höfðu þá Þjóðverjar betur og unnu með einu marki. Guðmundur segir muninn á þeim leik og úrslitaleikum hafa verið þann að leikur liðsins hafi verið mun snöðugi og einfaldlega betri. Fyrri leikurinn gegn Þjóðverjum var sá eini sem Ísland tapaði í keppnisi.

**Í skýjunum**  
Heimir Ríkharðsson þjálfari var vitandi um skýjunum eftir sigurinn. „Þetta er algreipa óþarft. Upplífinn var einfaldlega frábær.“  
Spurður um liðið sitt sagðist hann ekki geta nefnt neina sérstaklega. „Þetta eru allir frábærir drengir og hóparinn jafn og samstilltur. Andstaðingarnir voru til að mynda duglegir að taka 1-2 úr umförum hjá okkur hverja sínu en sameiginlega, við áfram að skora mörkin. Eg er núna bolinn að fá að vera samferða þessum strákum í 3 ár og þetta var okkar 5. ferð utan. Þetta hefur verið stórkostlegt,“ sagði Heimir.

**Protlasaur æfingar**  
Eins og mið ráða af gengi liðsins hefur undirleingurinn verið mikill og staðfestir Heimir það. „Við höfum eftir allar helgar í sumar og tveir á dög um venningumannaheglna. Þetta hafa verið í raun protlasaur æfingar síðan við tryggjum okkur þjáttokurert flokakeppnisi. Og það er gaman að sjá allir erliðið skila sér svo va vel,“ sagði Heimir. DV Sport óskar þann og öllum þeim sem komu nálægt liðinu innlega til hamingja.

**MÖRK ÍSLANDS Í GER**

Markaðarar Íslands í úrslitaleikum gegn Þýskalandi:	Ger
Einar Ingi Stefánsson	7
Árður Örn Hallgrímsson	5
Heimir Ríkharðsson	4
Árður Atlason	4
Árni Þór Sigfússon	3
Árni Björn Þórnásson	2
Andri Stefán	1

**TOLLERING AF BESTU GERD:** Leikmenn íslenska landsliðsins tollera hér Heimir Ríkharðsson þjálfari eins og venja er til eftir aðra sigra.

**EVROPUMEISTARARNIR:** Leikmenn í efri röð frá vinstri eru: Kári Krújún Kötulínsson, Andri Stefan, Árni Þór Sigfússon, Arnór Atlason, Heimir Ríkharðsson, Ingvar Árnason, Einar Ingi Stefánsson og Jóhann Gunnar Einarsson. Vinstri röðin við þjálfar Heimir Ríkharðsson. Hluti af þessum liði er Ásgeir Örn Hallgrímsson. Hluti af þessum liði er Ásgeir Örn Hallgrímsson, Björgvin Páll Gústafsson, Þorbjörn Þórnásson, Ragnar Hjaltef, Pálmar Pétursson, Ásgeir Örn Hallgrímsson, Björgvin Páll Gústafsson, Þorbjörn Þórnásson, Sigfús Páll Sigfússon og Ivan Grétarsson.

**BTU AF 56:** Ásgeir Örn Hallgrímsson skorað eitt sex marku sína í úrslitaleikum gegn Þjóðverjum í ger. Hann var markahatur á móti með 56 mörk.



**Deildar-, bikar- og Íslandsmeistarar Vals í 3. flokki karla í handknattleik 2020.** Efri röð frá vinstri: Heimir Ríkarðsson þjálfari, Benedikt Gunnar Óskarsson, Ísak Logi Einarsson, Óðinn Ágústsson, Jól Bernburg, Tómas Sigurðarson, Einar Ólafsson, Andri Finnsson, Áki Hlynur Andrason, Gunnar Möller, Bjartur Ingvason, Anton Rúnarsson aðstoðar þjálfari. Neðri röð frá vinstri: Ásgeir Theodór Jónsson, Stefán Árni Arnarsson, Knútur Gauti Eymarsson Krüger, Jónas Hákon Kjartansson, Haraldur Helgi Agnarsson, Jón Sigfús Jónsson, Stefán Pétursson, Þorgeir Sólveigar Gunnarsson, Arnór Ingi Jónsson. Á myndina vantar Breka Hrafn Valdimarsson, Erlend Guðmundsson, Sigurð Bjarna Thorodssen, Tryggva Garðar Jónsson, Óttar Ómarsson og Þorgeir Arnarsson.



Áletrun á stytta: Heillaóskir til Evrópumeistara 2003. Tómas Ingi Olrich menntamálaráðherra.

árangur ekki einsdæmi. Hann hefur frá 2005 t.d. farið 18 sinnum með lið frá Val í bikarúrslit, þ.e. með meistaraflokki, 2. og 3. flokki og þar af unnið níu sinnum. Heimi finnst eflitt að nefna stærstu stundirnar með Val en staldrar þó við árið 2007 þegar meistaraflokkur varð Íslandsmeistari og það ár hafi líka verið ákveðinn hápunktur með 2. flokki. Bikarmeistararitlarnir þrír hjá meistaraflokki 2008, 2009 og 2011 eru líka eftirminnilegir sem og nokkrir titlar með 2. og 3. flokki. „Það hefur yfirleitt gengið mjög vel í 2. og 3. flokki frá því að ég kom til Vals, alltaf áhugasamir strákar með mikinn metnað og gott hugarfar. Árangurinn í 3. flokki á þessu skrýtna ári er líka frábær og einstakt að enda með tvö lið í efstu sætum 1. deildar til viðbótar við að vinna þrefalt í ár. Ég sé marga efnilega stráka í ungmennaliðinu og 3. flokki sem eiga eftir að fara alla leið og þegar eru nokkrir komnir í æfingahóp með meistaraflokki,“ segir Heimir stoltur.

### Félagslegi þátturinn mikilvægur

Heimir hefur í árána rás reynt að sinna vel félagslega þættinum og undanfarin ár



hefur meðal annars verið farið með 3. flokk til Þýskalands í æfinga- og keppnisferð. „Þetta er um 10–12 daga ferð sem endar í Köln á úrslitahelginni í meistaradeildinni í handknattleik, sem kallast Final four. Við förum yfirleitt annað hvert ár og hafa þessar ferðir verið sannkallaðar ævintýraferðir, heppnast einstaklega vel og skilað okkur miklu. Þá höfum við undanfarin þrjú ár fengið boð um að koma með 3. flokk á Balaton mótið í Ungverjalandi. Er það til merkis um styrk handboltans í Val að fá að keppa á því móti sem er gríðarlega sterkt. Þátttaka á þessu móti hefur verið mikil reynsla fyrir strákana og upplifun. Strákarnir hafa náð ótrúlega góðum árangri á mótinu en þarna eru bara öflug lið frá frægustu klúbbum handboltaheimsins. Það er mikill heiður sem og reynsla fyrir strákana að fá að etja kappi við t.d. Barcelona, Zagreb, Veszprém og ungverska unglingalandsliðinu,“ segir Heimir.

Heimir segist vera mjög sáttur í Val en honum líði vel á Hlíðarenda og á þar góða vini. Hann horfir áfram til uppbygg-

**Silfurverðlaunahafar á Evrópumeistaramótinu 2018, 18 ára landsliðið.** Efri röð frá vinstri: Andrés Kristjánsson sjúkraþjálfari, Heimir Ríkarðsson þjálfari, Haukur Þrastarson, Viktor Andri Jónsson, Tjörvi Týr Gíslason, Hafsteinn Óli Ramos Rocha, Jón Bald Freysson, Eiríkur Þórarinnsson, Einar Örn Sindrason, Þorleifur Rafn Aðalsteinsson, Magnús Jónsson aðst. þjálfari, Björn Eiríksson liðsstjóri og Óskar Bjarni Óskarsson fararstjóri. Neðri röð frá vinstri: Tumi Steinn Rúnarsson, Dagur Gautason, Stiven Tobar Valencia, Viktor Gísli Hallgrímsson, Sigurður Dan Óskarsson, Arnar Rúnarsson, Goði Ingvar Sveinsson, Arnór Snær Óskarsson.

ingar og finnst mjög gaman að þjálfa unga og metnaðarfulla leikmenn, bæði hjá Val og yngri landsliðunum.

Valsblaðið þakkar Heimi fyrir skemmtilegt viðtal og óskar honum farsældar í áframhaldandi störfum fyrir Val, HSÍ og handboltahreyfinguna hér á landi.



# Þjálfarar duglegir að skipuleggja heimaæfingar

## Dagur Fannar Möller er 17 ára og leikur handbolta með 3. flokki

**Nám?** Ég er á öðru ári á viðskiptabraut í Versló.

**Hvað ætlar þú að verða?** Mig langar mikið að fara í verkfræðinám og vinna með háþækni tengda rafmagnsbílum.

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Vonandi að ljúka námi og tilbúinn í næstu áskoranir.

**Af hverju Valur?** Ég æfði upprunalega handbolta með Fram, en flutti síðan í Grafarvoginn þegar ég var 8 ára. Ég var einnig í fótbolta þegar ég var yngri og kom það í ljós að handbolta- og fótbolta-æfingar í Fjölni voru á sama tíma. Þabbi minn var í stjórn Vals í nokkur ár svo að hann lagði það til að ég færi í Val.

**Uppeldisfélag í handbolta?** Myndi alltaf segja Valur frekar en Fram.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum?** Þeir hafa alltaf mætt á leiki og stutt mig. Ekki má gleyma æfingajöldunum.

**Af hverju handbolta?** Mikill hraði og alltaf gaman að fá að henda einhverjum leiðinlegum gæjum í jörðina.

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** Það er nú voða lítið. Vann Norðurlásmótíð á Akranesi þegar ég var 7 ára ef það telst með.

**Eftirminnilegast úr boltanum?** Þegar við urðum Íslandsmeistarar aftur 2018 eftir að hafa verið sigraðir af Selfossi fjögur ár í röð.

**Hvernig skýrir þú gengi Valsliðsins á síðasta tímabili?** Það komu margir nýir inn á sama tíma fyrir ekki svo löngu og mér fannst ekki ganga jafn vel og var gert ráð fyrir. Síðan tímabilið fyrir veiruna þá byrjaði liðið að spila mjög vel og hefði örugglega tekið Íslandsmeistaratitilinn.

**Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili?** Það voru nú eiginlega engin mikil vonbrigði. Við fórum til Ungverjalands að spila á Balaton Cup og það hefði alveg

mátt ganga betur. Vorum að tapa flestum leikjunum með 1–2 mörkum og þetta voru svona svekkjandi töp. Samt alltaf gaman að fá að spila við lið eins og Veszprem, Barcelona og Zagreb.

**Erfiðustu samherjarnir?** Það verður að vera Breki Hrafn. Hann getur verið erfiður á æfingum.

**Erfiðustu mótherjarnir?** Það eru Selfyssingarnir sem við höfum mætt í fullt af leikjum síðan við vorum yngri.

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** Óskar Bjarni klárlega. Hann rífur alla upp á tærnar.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistara-flokki kvenna hjá Val?** Mér finnst Lovísa Thompson alltaf koma á óvart.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistara-flokki karla hjá Val?** Magnús Óli Lítur vel út þessa dagana, valinn í landsliðshóp og fleira.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val?** Mér finnst þeir, heilt yfir, ágætir. Mér sýnist nú vera fleiri iðkendur en þegar ég var yngri.

**Fyrirmynd þín í handbolta?** Líklegast Mikkell Hansen.

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Það er einhver sem er alltaf tilbúinn að hjálpa þér að verða betri og sýnir öllum leikmönnum jafna athygli.

**Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið?** Manchester United og Kielce.

**Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi?** Mér finnst flestir ef ekki allir þjálfarar innan Vals að vera að ná sínum markmiðum og gera það vel.

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** Snýst rosa-lega mikið um að halda alltaf áfram þótt erfitt sé og ef maður tekur sér eitthvað fyrir hendur þá klárar maður það af fullum krafti.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?** Það er mjög sterkt að vera með fyrirlestra og þá leggja áherslu á það að flytjandinn sé einhver sem iðkendurnir líta upp til.

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** Auglýsingar á netinu skipta miklu máli og mér finnst félagið standa sig vel í að auglýsa leiki á samfélagsmiðlum.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Eitt væri kannski að uppfæra klefana í húsinu.

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** Það var mjög skemmtilegt þegar við í 3. flokki karla og kvenna komum saman og grilluðum eftir seinustu æfinguna fyrir sumarfrí.

**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfaraldur haft á líf þitt og einnig íþróttaiðkun og keppni á þessu ári?** Líf mitt hefur kannski ekki breyst voða mikið en þegar það kemur að æfingum og skóla þá er að annað mál. Skólinn er núna alfarið heima en ég þekki það síðan í vor. Hann er samt ekki í pásu, við erum enn þá að læra og að klára önnina.

Handboltinn hins vegar er bara stöpp. Engar handboltaæfingar og engir leikir. Þjálfaramir eru samt duglegir að skipuleggja heimaæfingar, bæði fyrir okkur sjálfa og á Zoom.

**Besta bíómynd?** Allan daginn „The Wolf of Wall Street“.

**Besta bók?** Ég er ekki mikill lestrarhestur en ég hafði gaman af bók sem heitir Bráð eftir Magnús Þór Helgason. **Einkunnarorð?** „Don't focus on the things you don't want.“

**Hver stofnaði Val og hvenær?** Séra Friðrik, þann 11. maí 1911.





# BAUHAUS®



## ALLT Á EINUM STAÐ – Í BAUHAUS!

Við erum með allt fyrir garðinn,  
pallinn, heimilið og öll þau verkefni  
sem bíða þín inni sem úti!



MIKIÐ ÚRVAL, GÆÐI OG LÁGT VERÐ, ALLTAF!



3. flokkur drengja í Ungverjalandi. Efst f.v. Tómas Sigurðarson, Áki Hlynur Andrason, Knútur Gauti Krüger, Benedikt Gunnar Óskarsson, Breki Hrafn Valdimarsson. Í miðröð f.v. Stefán Pétursson, Haraldur Helgi Arnarson, Ísak Logi Einarsson, Kristófer Valgarð Guðlaugsson, Dagur Fannar Möller, Ísak Máni Hlynsson, Andri Finnsson. Neðsta röð f.v. Stefán Árni Arnarson, Þorgeir Gunnarsson, Ásgeir Theodór Jónsson og fremstur er Tryggvi Garðar Jónsson.



Benedikt Gunnar Óskarsson var valinn maður leiksins í einum leik á Balaton Cup.

# Balaton Cup 2020

## Í byrjun árs héldum við drengirnir í 3. flokki karla í handbolta til Ungverjaland til að spila á alþjóðlegu móti gegn nokkrum af bestu liðum heims

Mótið var haldið í handboltaborginni Veszprém en var það þó nefnt í höfuðið á Balaton Lake sem er rétt fyrir utan borgina.

Lagt var í hann snemma á þriðjudagsmorgni þann 14. janúar. Menn voru misferskir og var mikið sofið í flugvélinni enda langt flug fyrir höndum. Þegar við lentum í Búdapest beið okkar rúta og vorum við í einn og hálfan tíma að keyra að smábænum Balatonalmádi. Hóтелиð sem við gistum á var til fyrirmyndar fyrir utan túbusjónvörpin inni á hótellherbergjunum. Þarna gistum við með flestum hinum liðunum og fengum við því aðeins að sjá mótherja okkar. Mjög áhugavert var að sjá hversu ódyrt allt var þarna í Ungverjalandi. Við gætum lýst þessu þannig að þú verslar í matinn á Íslandi og deilir því með þremur og fengir þá verðió úti.



Tryggvi Garðar Jónsson var valinn maður leiksins í einum leik á Balaton Cup.

### Flestir leikir jafnir og spennandi

Við kepptum þrjá leiki í riðlakeppninni. Fyrst mættum við heimamönnum í Veszpremm og unnum þá með einu marki þar sem úrslitamarkið var skorað á sein-

ustu sekúndunni. Næsti leikur var gegn erfiðu liði Barcelona og sigruðu þeir okkur með 8 mörkum. Þriðji leikurinn var á móti Zagreb frá Króatíu og þar gerðum við jafntefli. Eftir sveiflukenna riðlakeppni spiluðum við um sæti og höfnuðum í því áttunda. Fyrsti leikurinn um sæti var gegn Porto. Leikurinn spilaðist mjög jafnt allan tímann en réðst síðan á seinasta skotinu í leiknum og Porto vann með einu marki. Þá var ljóst að við myndum spila við Zagreb aftur um 7. sætið en því miður voru þeir sterkari aðilinn og enduðum við því í 8. sæti á mótinu. Þrátt fyrir að hafa ekki náð því sæti sem við vildum þá voru þetta allir skemmtilegir og jafnir leikir og auðvitað fáránlega góð reynsla að fá að spila við nokkur bestu lið heims.

### Vel heppnuð ferð

Heilt yfir var ferðin mjög góð og erfitt að sjá annað en það að menn hefðu haft gaman í Ungverjalandi. Það var nú lítið um að vera í Balatonalmádi, bænum þar sem við gistum, en einhver meistari tók Playstation tölvuna sína með í ferðina og reyndist hún mjög vel. Á leiðinni heim millilentum við í London og fengum þar þrjá tíma til þess að versla og skoða okkur um. Góð ferð í nánast alla staði sem gaf okkur mikla reynslu og skemmtun.

Knútur Gauti og Dagur Fannar í 3. flokki.

# Engin kófita hjá okkur!

Árið 2020 byrjaði með stæl hjá skokkhópi Vals. Þjálfarinn okkar, Rúna Rut Ragnarsdóttir, lagði línurnar með langtúmaplani og svo vikuplani fyrir hverja viku. Veðurofsi sem öllum er væntanlega í fersku minni setti að vísu strik í reikninginn í janúar en þá munaði aldeilis um að hafa aðgang að Frjálsþróttahöllinni á miðvikudagskvöldum. Hópurinn ætlaði til Riga í maí og hlaupa allar vegalengdir. Við miðum við að fara í hlaupaferð til útlanda annað hvert ár og eftir spennandi rannsóknir á áfangastöðum og svo val hópsins milli nokkurra staða varð höfuðborg Lettlands fyrir valinu að þessu sinni. Það óvenjulega var að við höfðum valið vorferð og hugsuðum okkur gott til glóðarinnar að þurfa ekki að æfa allt sumarið fyrir keppni.

Fyrstu vikur ársins leiddum við hjá okkur hvítleiðar fréttir af einhverri Wuhan-veiru sem okkur óraði þá ekki fyrir að myndi setja öll okkar göfugu ferðaplön í uppnám. Í byrjun mars var lokað fyrir nýskráningar í maraþonið í Riga og okkur varð ljóst að hugsanlega yrði það slegið af eða því frestað. Eftir japl, jaml og fuður kom það líka á daginn og við urðum dálítið stúrin þótt við gerðum okkur jafnframt grein fyrir því að vandi heimsins væri stærri en vandi okkar.

## Riga-maraþon-Reykjavík

En þá trompaði Rúna Rut og setti upp áætlun um Riga-maraþon í Reykjavík á keppnisdegi í maí og hvatti okkur með ráðum og dáð. Við æfðum á eigin vegum en eftir plani frá henni, tileinkuðum okkur jóga, hlupum og skokkuðum, teygðum og styrktum og svo hlupum við sóló eða í litlum hópum alls kyns keppnisvegalengdir stútfull af metnaði á þeim tíma sem keppnin átti að vera í Riga. Og Rúna gerði gott betur, hún setti upp opið plan á Facebook um sólóhlaup sem allir gátu tekið þátt í. Það er engin lygi þegar ég segi að hún hafi með mikilli elju lágmarkað skaðann fyrir metnaðarfulla hlaupara í Reykjavík í vor. Hlaup.is tók þátt í gleðinni með því að halda skrá yfir þá hlaupara sem vildu vera með í þessari sýndarkeppni.

Þegar hér var komið sögu vorum við þeirrar trúar að með haustinu myndi rætast úr og vorum jafnvel farin að hittast í mýflugumynd þótt við héldum mun meiri fjarlægð á æfingum en við eigum vanda til. Veðrið á höfuðborgarsvæðinu tók sér stöðu með okkur og við undum bærulega við okkar hag. Við vonuðumst jafnvel til að komast í útlandasprikl á haustmánuðum eftir allt saman. En kórónuveiran sló þau plön út af borðinu og við vorum áfram kyrrsett á landinu bláa.

## Veðrið brást – og þó ekki

Covid-veiran sem allir vissu með vorinu öll deili á setti líka marga innanlandshlaupakeppnina í uppnám á árinu. Veðrið var hlaupurum vissulega hliðhóllt – þangað til Vestfjarðarínginginn mikla skall á í júlí þegar hlaupahátíðin átti að vera fyrir vestan. Brast á mikið óveður og rigning þá daga sem hátíðin átti að



*Þegar hlaupinu um Vesturgötuna hafði verið frestað vegna skriðuhættu eftir óveður var fátt annað í stöðunni en að að reima á sig skóna og virða fyrir sér botn Öndurarfjarðar.*

standa. Það var svo hvasst að rollur flúðu inn í Vestfjarðagöngin og röðuðu sér þar upp við veggina. Það endaði með því að Vesturgötu hlaupinu var frestað vegna skriðuhættu. Um 10 Vals-skokkarar ætluðu ýmsar vegalengdir í Vesturgötunni og voru sumir lagðir af stað þegar ákvörðun var tekin um að blása hana af. Í staðinn fyrir keppnishlaupið tóku þau samskókk í Öndurarfirði og Hugrún og Jón, nánast heimamenn, Ragna og Guðmundur og Gísli og Rannveig höfðu samgrill í dýrindisveðri sama dag og hlaupið átti að vera.

## Reykjavíkurmaraþon í brakandi blíðu

Rúna sannaði enn úr hverju hún er gerð þegar hún hannaði plan um æfingar fyrir sólókeppni á Reykjavíkurmaraþondegnum 22. ágúst. Í skokkhópi Vals eru um 40 virkir iðkendur og rúmlega helmingur þess hóps hljóp brosandí út að eyrum í yndislegu veðri og lét eftir sér að sleikja sólina í miðborginni að hlaupinu loknu. Engir tímar voru færðir inn í bókhald Reykjavíkurmaraþons en einhverjir bættu tíma sína og skáluðu sérstaklega fyrir því. Svo er líka í tísku að hlaupa stundum hægt og njóta leiðarinnar ... en það hentar reyndar betur okkur sem erum hæg að upplagi.

## Lærdómsríkt ár

Í baksýnispeglinum sést ár sem hefði getað verið markað vonbrigðum og uppgjöf en með góðum vilja hópsins og óbilandi metnaði og þrautseigju þjálfarans varð það bara öðruvísi. Við urðum af félagsskap hópsins í heild en styrktum þessu lítila hóp, tókum jógaáskorunum, brydduðum upp á nýjum hlaupaleiðum, einhverjir bættu kannski á sig kíló eða svo en við lofum okkur því að kófitan er lítil og verður alls ekki varanleg.

Komi árið 2021 fagnandi með nýjum áskorunum!



# Stefni á atvinnu- mennsku í fótbolta

**Kristófer André Kjeld Cardoso er 18 ára og leikur knattspyrnu með meistaraflokki**

**Nám?** Ég er á þriðja ári í Kvennaskól-  
anum í Reykjavík, á náttúruvísindabraut.  
**Hvað ætlar þú að verða?** Ég stefni á  
atvinnumennsku í fótbolta.

**Hvar séðu þig eftir 10 ár?** Vonandi í  
atvinnumennsku að spila í meistaradeild-  
inni og á EM.

**Af hverju Valur?** Byrjaði í Íþrótt-  
boltaskóla Vals fjögurra ára og fór svo að  
æfa fótbolta í framhaldinu með Val vegna  
þess að það var félagið sem tilheyrði  
sskólanum mínum (Ísaksskóla).

**Uppeldisfélag í fótbolta?** Uppeldis-  
félögin eru nokkur, á Íslandi er það Valur  
en úti í Portúgal æfði ég m.a. með félög-  
um eins og Sport Lisboa, Benfica og  
Académica.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í  
fótbolta?** Ég fæ góðan stuðning frá  
foreldrum mínum í sambandi við fótbolt-  
ann og það er frábært. Það er gott að vita  
af mömmu og pabba í stúkunni.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjöl-  
skyldunni?** Pabbi vann held ég alveg  
nokkrar medaljur í frjálsum.

**Af hverju fótbolta?** Frá því ég var lítill  
hef ég alltaf haft mjög mikinn áhuga á og  
verið virkur í íþróttum almennt. Ég byrj-  
aði snemma að æfa fótbolta, fann mig  
mjög fljótt og eftir það kom í raun engin  
önnur íþrótt til greina.

**Helstu afrek í öðrum íþróttgreinum?**  
Vann nokkrar medaljur í kanóróðri.

**Eftirminnilegast úr boltanum?** Mótið  
sem ég fór á í Portúgal árið 2015. Þar  
keppti liðið mitt m.a. á móti PSG, Liver-  
pool, Hertha og Porto. Við unnum Liver-  
pool og þegar við spiluðum gegn PSG,  
voru liðsmenn Liverpool í stúkunni að

hvetja okkur áfram. Það sást greinilega  
hvað liðsandinn í Liverpool er góður og  
það skiptir miklu máli..

**Lýstu Valsliðinu í fótbolta karla í  
stuttu máli?** Hvað einkennir það? Mikil  
liðsheild, metnaðarfullt og vill alltaf  
meira.

**Gengi Valsliðsins í sumar. Hvað viltu  
segja um það í stuttu máli?** Yfirhöfuð  
frábært. Byrjaði ekki mjög vel en það  
gerir það að verkum að framhaldið varð  
miklu skemmtilegra.

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur  
meistaraflokka kvenna hjá Val í fót-  
bolta, handbolta og körfubolta árið  
2019?** Valur, heilt yfir, er bara frábært  
félag og stefnir alltaf að því að vinna.  
Þetta gerist að sjálfsgöðu bara við góðar  
aðstæður og með efnilegu fólki.

**Markmið fyrir næsta tímabil?** Að skora  
og leggja upp mörk í Pepsí Max.

**Besti stuðningsmaðurinn?** Fjölskyldan  
mín.

**Erfiðustu samherjarnir?** Alls ekki  
gaman að dekkja Aron Bjarna á æfingum.

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** Allir  
þjálfarar sem ég hef haft hafa kennt mér  
ólíka hluti og það er mjög jákvætt.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistar-  
flokki kvenna hjá Val?** Dóra María.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistar-  
flokki karla hjá Val?** Andri Adolphsson.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í fót-  
bolta hjá Val?** Gott starf í vinnslu.

**Fyrirmynd þín í fótbolta?** Andrés  
Iniesta.

**Draumur um atvinnumennsku í fót-  
bolta?** Vinna Meistaradeildina. Spila í  
topp fimm deildum í Evrópu.

**Landsliðsdrumar þínir?** Vinna HM og  
EM fyrir annaðhvort Ísland eða Portúgal.

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Að  
mínu mati er góður þjálfari skipulagður,  
agaður, kennir þér nýja hluti, leiðréttir  
þig og einhver sem þú getur talað við.  
Heilt yfir, góður vinur.

**Uppáhalds erlenda fótboltafélagið?**  
Benfica.

**Hvernig líst þér á þjálfarateymið?** Mér  
líst mjög vel á þjálfarateymið.

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í  
íþróttum og lífinu almennt?** Metnaður,  
leggja sig 100% fram í öllu sem þú gerir  
en líka hafa gaman. Fara snemma að sofa  
og borða rétt. Aukaæfing skilar sér.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn  
fordómum, einelti og öðru ofbeldi?**

Góð og öflug fræðsla.

**Hvernig er hægt að auka samstarf  
deilda í Val?** Bingó- kvöld.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir  
þú gera?** Byggja innivöll.

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik  
hjá Val á árinu að þínu mati?** Íslands-  
meistaratitillinn.

**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfar-  
aldur haft á líf þitt og einnig íþrótt-  
iðkun og keppni á þessu ári?**

Æfingarúttínan breyttist stundum og þá  
var meiri áhersla á einstaklingsæfingar/  
heimaæfingar.

**Besta bíómynd?** Into the Wild.

**Besta bók?** Bróðir minn ljónshjarta.

**Einkunnarorð?** „Hakuna Matata“.

**Hver stofnaði Val og hvenær?** Það var  
séra Friðrik Friðriksson, árið 1911.



**Knattspyrnufélagið Hlíðarenda 2020.** Efri röð frá vinstri: Haukur Metúsalem, Fannar Bergmann, Sigfús Kjalar, Jón Örn Ingólfsson, Elvar Óli Marinósson og Sveinn Þorkell Jónsson. Neðri röð frá vinstri: Patrik Santos, Breki Bjarnason, Sveinn Ingi (með hanska) Sturla Ármannsson og Alexander Lúðvígsson. Ljósmynd Jóhann Helgi Gunnarsson.

# Bjartir tímar framundan hjá KH

## Skýrsla Knattspyrnufélagsins Hlíðarenda

Eftir mikinn uppgang Knattspyrnufélagsins Hlíðarenda á árunum 2015–2018 þar sem liðinu tókst að tryggja sér sæti í þriðju deildinni og vera í kjölfarið í baráttunni um það að fara upp í 2. deild var það hlutskipti okkar að falla niður í hlýjuna í gömlu góðu 4. deildina eftir sumarið 2019. Í liðinu hafa verið mikil kynslóðarskipti og eru fáir leikmenn eftir úr þeim kjarna sem höfðu verið með liðinu nánast frá fyrsta sumri þess í Íslandsmóttinu 2011 og því var erfitt að lesa í hvaða áhrif fall í 4. deildina myndi hafa. Hallgrímur Dan Daniélfsson, oftast kallaður geitin af stuðningsmönnum félagsins, hélt áfram þjálfun liðsins og honum til halds og traust var einn af dyggustu sonum félagsins, Sveinn Ingi Einarsson, sem spilaði aðstoðarþjálfari.

### Ný kynslóð að taka við keflinu í KH

Óhætt er að segja að áhyggjur þess efnis að KH myndi slá slöku við voru algjörlega byggðar á sandi. Upp er að koma kynslóð af Völsurum sem hafa fylgst með uppgangi KH með öðru auganu síðustu ár og fengið mínútur með liðinu þrátt fyrir að vera enn þá í 2. eða jafnvel 3. flokki Vals. Það er ekkert minna en stórkostlegt fyrir okkur stjórnarmenn sem höfum allir tekið þátt í því að halda utan um félagið og spilað með því tugi leikja að sjá nýja kynslóð taka við keflinu hjá þessu mikilvæga félagi á Hlíðarenda. Niðurstaða sumarsins var öruggt sæti í úrslitakeppninni, 9 sigrar, tvö jafntefli og þrjú töl sem var þvert á spár misgáfaðra fjölmiðlamanna fyrir sumarið. Var þetta sérstak-

lega sætt í ljósi umræddra spáa og einnig þeirrar staðreyndar að ljóst var þegar dregið var í riðlana að KH væru í langerf-  
idasta riðlinum. Í úrslitakeppninni mættum við Hamri frá Hveragerði og duttum naumlega út þar sem svekkjandi tap á heimavelli gerði liðinu erfitt fyrir.

Ef marka má sumarið 2020 er framtíð félagsins gríðarlega björt. Von er á fleiri Valsmönnum sem eru að ganga upp úr 2. flokki sem hafa mikinn metnað og áhuga á starfi félagsins og ekkert því til fyrirstöðu en að stökkva fram af húspakinu með ástríðuna að vopni og *aim for the bushes*.

f.h. KH, með Valskveðju  
#Play2Inspire,

Jóhann Skúli Jónsson

Yfirmaður knattspyrnumála hjá KH.



# Vil sjá fleiri uppaldna leikmenn í sumum greinum hjá Val

## Sigurður Dagsson er 18 ára og leikur knattspyrnu með meistaraflokki

**Nám?** Borgarholtsskóli, afreksbraut.  
**Hvað ætlar þú að verða?** Atvinnumaður í fótbolta.  
**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Erlendis að spila fótbolta.  
**Af hverju Valur?** Kem úr mjög mikilli Valsfjölskyldu.  
**Uppeldisfélag í fótbolta?** Tennis Borussia Berlin og Valur.  
**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** Dagur Sigurðsson pabbi minn, Sigurður H Dagsson afi minn, Ragnheiður Lárusdóttir amma mín og Larus Blöndal Sigurðsson frændi minn.  
**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum?** Mamma hugsar alltaf um að næra mig og pabbi gefur mér góð ráð.  
**Af hverju fótbolti?** Hef mjög gaman af honum og gengur vel, elska samt handboltann og almennt flestar hreyfingar.  
**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** Spilaði tveim árum upp fyrir mig í handbolta í Þýskalandi.  
**Eftirminnilegast úr boltanum?** Fyrsti pepsi max leikurinn, fyrsti yngri landsleikurinn og vinna deildina í Berlín.  
**Lýstu Valsliðinu í fótbolta karla í stuttu máli?** Hvað einkennir það? Geggjaður hópur með góða breidd af hæfileikaríkum strákum. Allir metnaðarfullir og vilja leggja sig 100% fram.  
**Gengi Valsliðsins í sumar.** Þetta kom mér persónulega ekki á óvart miðað við gæði, keyrslu á æfingu og vilja til að vinna í öllum leikjum og keppnum, sama hvaða, og sýndu það svo sannarlega inni á vellinum í sumar.  
**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fótbolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** Góð kaup í öllum greinum og einnig að þær buðu ekki upp, á né settu sig við, að tapa.  
**Markmið fyrir næsta tímabil?** Fá fleiri

mínútur með meistaraflokki, bæta mig og stíga hærra.

**Besti stuðningsmaðurinn?** Luis Carlos Cabrera Hidalgo.

**Erfiðustu samherjarnir?** Kristinn Freyr og Patrik

**Erfiðustu mótherjarnir?** Lazar Samardžić og Marton Dardai.

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** Franko Baran og Sertac Öter eru stór þáttur í því að ég spili enn þá fótbolta.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** Mist.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** Valgeir Lundal.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val?** Ég hef nú verið að þjálfá á sumrin og það eru gæði á leiðinni.

**Fyrirmynd þín í fótbolta?** Ronaldinho, Thierry Henry, Puyol, Vidic.

**Draumur um atvinnumennsku í fótbolta?** Það er auðvitað draumur að komast út í atvinnumennsku og þá sérstaklega eitthvað gott lið.

**Landsliðsdraumar þínir?** Að spila fleiri landsleiki en pabbi.

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Einhver sem veit hvenær það á að vera alvarlegur og hvenær maður getur verið létt/ur og kát/ur.

**Uppáhalds erlenda fótboltafélagið?** Manchester United.

**Hvernig líst þér á þjálfarateymið?** Ótrúlega vel. Tufa og Halli hafa hjálpað mér mjög mikið tæknilega og hugarfarslega. Heimir er alltaf með plan og veit um öll vopnin sem hann getur notað í hverjum leik.

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** Hafa gaman að því sem maður er að gera og sinna því á hverjum degi.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?** Boðið upp á einhverskonar fyrirlestra varðandi slík mál.

**Hvernig er hægt að auka samstarf deilda í Val?** Hvetja alla flokkana í öllum greinum til að mæta og styðja hvert annað.

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** Strætóskíltið þarf að koma með comeback til að vera með alvöru stemningu þá verður líka skemmtilegra að mæta á leiki.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Láta byggja knattús þar sem bæði eru handbolta-, körfubolta- og fótboltavellir svo það væri hægt að gera styrktarsal inn í gamla sal.

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** Ég vil sjá fleiri uppaldna leikmenn í sumum greinum, stefna hærra og verða enn betra félag en það er nú þegar.

**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum?** Það er nú verið að byggja íbúðir upp við Hlíðarenda svo ég held að með árunum fari tölurnar að hækka.

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** 1:5 sigurinn á Stjörnunni.

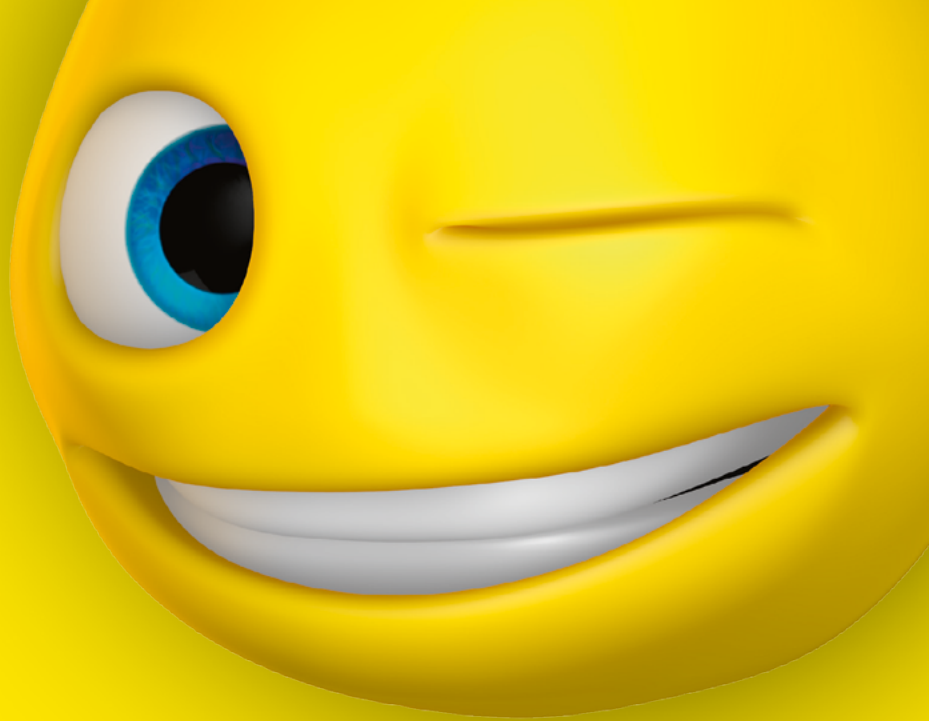
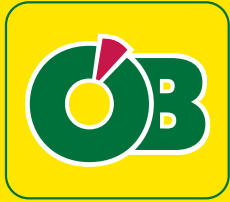
**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfaraldur haft á líf þitt og einnig íþróttaiðkun og keppni á þessu ári?** Þetta er klárlega ömurlegt að geta ekki spilað fótbolta og æft að venjulegum hætti en það þarf bara að gera það besta úr þessu og er ég með fína aðstöðu heima til þess að styrkja mig og hreyfa. Tímabilið kláraðist ekkert eins og búist var við en frábær úrslit samt sem áður. Mér finnst hins vegar allt í lagi að vera heima í skólanum í fjarnámi.

**Besta bíómynd?** Trainspotting og Usual Suspect eru geggjaðar. En svo finnst mér flestar Tarantino myndir frábærar.

**Besta bók?** Náðarstund.

**Einkunnarorð:** *Hard work pays off.*

**Hver stofnaði Val og hvenær?** Séra Friðrik, 11. maí 1911.



# LÆGSTA VERÐ ÓB

---

**ARNARSMÁRI  
BÆJARLIND  
FJARÐARKAUP**

---

**ENGIN SKILYRÐI. ÞÚ ÞARFT HVORKI LYKIL NÉ KORT.  
ÖNNUR VILDARKJÖR GILDA EKKI MEÐ LÆGSTA VERÐI ÓB.**

**ob.is**

# Við skiptum öll máli!

– litlir hlutir skapa stóra sigra

Valsmenn eru einhuga um að félagið eigi að vera í fremstu röð á öllum sviðum; ávallt stefna á titla í meistaraflokki og í yngri flokkunum þegar ástæða þykir til en ekki síst sinna félagslega þættinum af alúð. Það að eiga vináttu við Val og liðsfélagana árum saman, í gegnum súrt og sætt, markar okkur fyrir lífstíð og varðar veginn. Hann getur verið grýttur, bæði innan vallar og utan en í því felst mesti þroskinn því lífið er og verður aldrei eilífur dans á rósum. Hæfilegt mótlæti er olía á þann sigureld sem brennur í iðkendum sem ætla sér langt.

Við stöndum í þakkarskuldból við þá sem stofnuðu Val, keyptu Hlíðarenda, lögðu grunn að félaginu og sinntu sjálfbodaliðastarfi áratugum saman. En við, sem erum í Val í dag, erum líka að skrifa söguna. Við berum ábyrgð á því veganesti sem yngri iðkendur taka með sér frá Hlíðarenda, út í lífið. Hver einasta æfing skiptir máli, hver einasta dagur.

Þegar vel gengur, eins og hjá Val í dag, er mikilvægt að halda vöku sinni. Við fögnum sigrum, hoppum hæð okkar í loft upp yfir titlum en VERÐUM ávallt að hafa fæturna á jörðinni því næsta kynslóð stólar á okkur, án þess að vera meðvituð um það. Hvert einasta augnablik skiptir miklu máli, hver einasta æfing.



Kennarar geta breytt lífi nemenda eins og dæmin sanna og öll eigum við eftirlætiskennara sem snerti hjarta okkar af því hann/hún sýndi okkur áhuga og hafði skilning á þörfum okkar. Þjálfari í yngri flokkunum er jafn mikilvægur. Hann getur mótað afstöðu einstaklings til lífsins á skömmum tíma, hjálpað honum til að þroskast innan vallar sem utan.

Ég vitna oft í orð Youri Ilitchev, sem þjálfaði meistaraflokk Vals í knattspyrnu á 8. áratugnum með frábærum árangri. Hann sagði: „Bestu þjálfararnir eiga að vera í yngri flokkunum.“

Við í Val getum gert betur á þeim vettvangi eins og dæmin sanna undanfarin ár og áratugi. Sumir þjálfarar hafa staðið sig frábærlega, afrekslega og uppeldis- og félagslega. En við þurfum að manna allar stöður með þannig þjálfurum. Og við eigum ekki að gefa neinn afslátt af því.

Við getum alltaf bætt yngri flokka starfið í Val og alið af okkur fleiri afreksmenn þótt það sé ekki endilega markmiðið en fjölmarga yngri iðkendur dreymir um að komast í meistaraflokk og jafnvel í atvinnumennsku. Í ljósi þess hversu margir ungir leikmenn frá Íslandi halda í atvinnumennsku þá getur öflugt yngri flokka starf verið gullkista fyrir félagið og félagsmenn. Það liggur í augum uppi. Hver aur mun verða að krónum!

## Fótbolti er hlaupaíþrótt

Ég hef litla reynslu af þjálfun en eftir 3 ár í meistaraflokki Víkings Ólafsvíkur, 12 ár með Val, 12 Evrópuleiki, 17 landsleiki og eftir að hafa verið á hverri einustu æfingu og fundum með landsliðsþjálfurum Íslands í 14 ár, verið með á EM 2016 og HM 2018 hef ég lært ýmislegt sem vert er að viðra. Kannski geta þjálfarar gripið einhverja punkta?

Við í Val getum spurt okkur fyrir hvað við viljum standa. Hvað á að einkenna knattspyrnuna í Val eða öllu heldur þjálfun yngri iðkenda? Eflaust eru skoðanir þeirra sem starfa á þessum vettvangi ólíkar en við gætum lært hvert af öðru af því reynsla okkar er mismunandi.

Það þarf ekki að finna upp fótboltann aftur en fótbolti er hlaupaíþrótt og þeir sem eru ekki í standi á þeim vettvangi munu dragast aftur úr. Í þjálfun skipta LITLU HLUTIRNIR miklu máli og verða enn mikilvægari þegar fram líða stundir, skila árangri. Hvaða áherslur eigum við að hafa að leiðarljósi til að auka líkur á því að iðkandi í 6. flokki nái upp í meistaraflokk? Eða spjari sig í lífinu?

Við þurfum ekki endilega að spila eitt-hvert ákveðið leikkerfi í yngri flokkunum til að undirbúa leikmenn fyrir meistaraflokk því þjálfarar vilja eflaust spila það „kerfi“ sem hæfir getu leikmanna í





flokknum og andstæðingum hverju sinni. En við getum skólað iðkendur til með því að kenna þeim það sem mun hjálpa þeim í hverjum einasta leik.

- Um 95% sendinga á hæsta stigi eru innanfótar. Ætli innanfótarsendingar séu æfðar í réttu hlutfalli við þá staðreynd? Það þarf að kenna börnum að ganga áður en þau byrja að hlaupa. Steypuveggurinn á Friðriksvelli var settur upp til þess að iðkendur gætu sparkað í vegginn - til að æfa sendingar og móttöku. Lars Lagerbäck, fyrrum landsliðsþjálfari, var sífelld að brýna fyrir leikmönnum að sparka fastar í boltann og þrúma boltanum fyrir markið, ekki send'ann.
- Það sem ég lærði á löngum ferli sem varnarmaður var að snerta EKKI mótherjann þegar hann sneri baki í mig og beið eftir að fá boltann í fætur. Þetta gerði það að verkum að hann vissi aldrei hvar ég var staðsettur. Ótrúlega oft sé ég varnarmann keyra í bakið á leikmanni sem snýr baki í markið og ógnar því engan veginn. Varnarmaður þarf ekki alltaf að vinna boltann, heldur einvígið. Framlínnumenn vilja geta gripið í varnarmann til að snúa hann af sér. Þess vegna er heppilegast að vera „ósýnilegur“.
- Hver leikmaður er með boltann í tæpa mínútu og sumir töluvert minna. Þess vegna skipta staðsetningar, hlaupageta, leikskilningur, stuðningur og slíkt gríðarlega miklu máli.
- Eric Hamrén, fyrrum landsliðsþjálfari, hamraði sífelld á því að hvert sinn sem leikmaður tapaði boltanum ætti hann að reyna að vinna hann til baka með því að taka nokkur skref fram á við í stað þess að hörfa strax. Þetta gerir það að verkum að andstæðingurinn nær ekki að líta upp og getur síður hafið skyndisókn.

## Aldrei tapa einn á móti einum

- Lars Lagerbäck sagði á hverjum einasta fundi hjá landsliðinu, „*Aldrei tapa einn á móti einum.*“ Ef við gætum stimplað þetta inn í höfuðið á okkar yngri iðkendum kæmi ávinn-ingurinn í ljós smám saman því eldri sem þeir verða. Leikmenn meistar-flokks, út um allan heim, „selja sig“ aftur og aftur og koma meðspilur-unum þar af leiðandi í vandræði. Að



- halda „réttir“ fjarlægð er grundvallaratriði sem lærist smátt og smátt – ef það er kennt!
- Í öllum leikjum er annað slagíð matsatriði hver á innkastið. Heimsklassa leikmenn og nánast allir leikmenn á Íslandi lyfta upp handlegg og líta á dómarrann í von um að hafa áhrif á dómgaesluna. Dettur ykkur í hug að það virki? Ef dómarrann vita ekki hver á innkastið fær sá leikmaður innkastið sem sækir boltann, ákveðinn, án þess að líta upp eða lyfta handleggnum. Með þessum hætti gætum við fengið nokkur óvænt innköst í hverjum leik.
- Enginn iðkandi ætti að yfirgefa æfingavæðið fyrir en búið er safna ÖLLUM boltum saman og tína upp keilur. Leikmenn verða að bera ábyrgð og sýna öllu og öllum virðingu. Ég er líka þeirrar skoðunar að þjálfarar eigi að þakka iðkendum yngri flokkanna fyrir æfinguna (helst með handabandi) og horfa í augun á þeim á meðan. Virðing, agi og traust skiptir máli. Við erum að ala upp unga einstaklinga og lengi býr að fyrstu gerð.
- Þjálfarar í yngri flokkunum eiga að vera með félagslega uppákomu að minnsta kosti einu sinni í mánuði til að efla liðsandann, kynna sögu Vals, bjóða upp á fyrirlestra, vera með leiki svo að leikmenn kynnist utan vallar betur. Það þarf að byggja upp TRAUST svo að leikmenn hafi áhuga á að berjast hver fyrir annan.
- Fremstu fótboltamenn heims plata leikmenn upp úr skónum án þess að snerta boltann. Sumar æfingar ættu að vera þannig að það mætti ekki senda boltann fyrir en búið er að taka eina eða fleiri gabbhreyfingar. Eflaust tíðkast þannig æfingar hjá

okkur þótt ég hafi ekki orðið var við þær.

- Talandi getur verið tólfti leikmaðurinn. Það ætti að þjálfa iðkendur í því að tala með hverri sendingu. Þetta eykur sjálfstraust þeirra og þeir finna betur til sín, gætu orðið leiðtogar.
- KENNSLA á að vera lyklatríði hjá yngri flokkunum. Ég hef horft upp á fjölmargar æfingar þar sem iðkendur njóta ekki leiðsagnar, hvernig á að standa, sparka, beita líkamanum, vera á tánum og svo framvegis.

Að lokum er ég og hef lengi verið þeirrar skoðunar að við ættum að hafa einn yfirþjálfara yngri flokkanna sem gerir ekkert annað en að hafa yfirsýn, leggja línur, móta stefnu, veita aðhald, hjálpa til, þjálfa þjálfarana, vera með séræfingar og svo framvegis.

Ég er sannfærður um að árið 2021 verði okkur farsælt en við verðum öll að halda vöku okkar, sífelld að rýna í hvað við getum gert betur. Og kunna að taka gagnrýni!





# Ég er umvafin miklu íþróttafólki

**Katla Tryggvadóttir er 15 ára og leikur knattspyrnu með 3. flokki**

**Nám?** Ég er í 10. bekk Hlíðaskóla.

**Hvað ætlar þú að verða?** Atvinnukona í fótbolta.

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Ég sé mig spila erlendis með góðu liði og í íslenska landsliðinu.

**Af hverju Valur?** Bý í hverfinu.

**Uppeldisfélag í fótbolta?** Valur.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum?** Þau hafa veitt mér ótrúlega mikinn stuðning og alltaf haft mikla trú á mér.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Ég er umvafin miklu íþróttafólki. Það erfitt að gera upp á milli enda eru þau frábærar fyrirmyndir.

**Af hverju fótbolti?** Ég fann mig alltaf lang best í fótbolta. Að spila fótbolta er það skemmtilegasta sem ég geri.

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** Fókusinn hefur alltaf verið á fótboltanum en ég hef teft fyrir skólalið Hlíðaskóla og unnið Reykjavíkurmótið með því.

**Eftirminnilegast úr boltanum?** Þegar ég spilaði fyrstu mínúturnar í Pepsídeildinni í sumar.

**Lýstu Valsliðinu í fótbolta karla í stuttu máli?** Hvað einkennir það? Flott lið með mikinn metnað, svo sannarlega verðskuldaðir meistarar.

**Gengi Valsliðsins í sumar. Hvað viltu segja um það í stuttu máli?** Covid setti sinn lit á sumarið en það var hörku barátta um titilinn.

**Markmið fyrir næsta tímabil?** Æfa með meistaraflokknum og vonandi spila fleiri leiki. Vil líka spila með yngri landsliðum Íslands.

**Besti stuðningsmaðurinn?** Foreldrar mínir.

**Erfiðustu samherjarnir?** Það getur

verið erfitt skora fram hjá Fanneyju og Aldísi.

**Erfiðustu mótherjarnir?** Blikar hafa reynt okkur erfiðar.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** Elín Metta.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** Birkir Már.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val?** Mér líst vel á þá. Fullt af flottum iðkendum og þjálfurum.

**Fyrirmynd þín í fótbolta?** Margrét Lára, Steven Gerrard og Sara Björk.

**Draumur um atvinnumennsku í fótbolta?** Já, ég ætla að verða atvinnukona í fótbolta.

**Landsliðsdraumar þínir?** Markmiðið er klárlega að spila A-landsleiki.

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Metnaðarfullur, skipulagður og peppandi.

**Uppáhalds erlenda fótboltafélagið?** Liverpool.

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** Setja sér markmið og gera allt sem þú getur til þess að ná þeim.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?** Það væri hægt að halda fyrirlestra fyrir iðkendur og aðstandendur Vals.

**Hvernig er hægt að auka samstarf deilda í Val?** Mér fannst t.d. gaman þegar haldinn var stelpudagur, þar sem stelpur úr öllum greinum fóru saman í leiki og á fyrirlestur. Mætti gera meira af því.

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** Biðja þjálfara yngri flokka að hvetja iðkendur að mæta á leiki.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Nýtt gervigras á neðsta völlum og hafa mörkin opin í Covid.

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** Hlúa áfram vel að yngri flokkum og búa til fleiri Valsara.

**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum?** Kynna starfið í hverfisskólum.

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** Íslandsmeistaratitillinn hjá körlunum og kapphlaup Vals og Breiðabliks kvennamegin.

**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfaraldur haft á líf þitt og einnig íþróttaiðkun og keppni á þessu ári?** Covid hefur haft heilmikil áhrif á æfingar og keppni hjá mér eins og öðrum. Flokkurinn minn átti til dæmis að fljúga til Svíþjóðar á Gothia Cup en það var hætt við það. Ég hef æft mikið ein til að halda áfram að styrkja mig og bæta mig sem leikmann.

**Besta bíómynd?** Five feet apart.

**Besta bók?** Vetrarfrí.

**Einkunnarorð/Mottó?** *Work hard Dream big.*

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



# Krefjandi íþróttarár hjá yngri flokkum með skapandi lausnum

## Ársskýrsla barna- og unglingsviðs 2020 (BUS)

Á aðalfundi Vals var ný stjórn barna- og unglingsviðs fyrir árið 2020 skipuð. Þórhallur H. Friðjónsson tók við af Hólmi Friði Sigþórsdóttur sem formaður, Einar Jón Ásbjörnsson, Einar Sveinn Þórðarson og Páll Steingrímsson sitja áfram og Anna Gestsdóttir, Guðrún Wium Guðbjörnsdóttir og Helga Þórunn Gunnlaugsdóttir koma inn í stað Dagnýjar Björnsdóttur og Katrínar Bessadóttur sem eru þökkuð stjórnarsetan. Í stjórn BUS situr einnig Gunnar Örn Arnarson íþróttafulltrúi og starfsmaður Vals. Markmið barna- og unglingsviðs er að skapa bestu mögulegu aðstæður fyrir unga iðkendur til að stunda íþróttir hjá félaginu. Enn fremur að skapa félagslega umgjörð fyrir þá, ekki síður foreldra og forráðamenn, sjálfboðaliða og þjálfara. Stjórn BUS er einnig tengiliður við deildarráð og leggur mikla áherslu á að í hverjum flokki sé virkt foreldraráð því það bætir umgjörð starfsins og upplifun iðkenda. Stjórn BUS stendur einnig að gæðahandbók þjálfara, iðkenda og foreldra sem er ætlað að tryggja verkferla og stefna að einu sameiginlegu markmiði.

### Krefjandi íþróttarár fyrir iðkendur yngri flokka

Árið 2020 hefur vissulega verið krefjandi í starfi Barna- og unglingsviðs Vals. Engan óraði fyrir því hversu mikilli röskun okkar ungu iðkendur yrðu fyrir á þessu ári og þeim takmörkunum í leik og starfi sem á þá yrðu lagðar. Í tvennum allsherjarlokunum, á æfingum, mótum og öðru félagslegu starfi hafa þjálfarar og iðkendur sem og allt starfsfólk Vals staðið frammi fyrir krefjandi verkefni sem þau hafa leyst af miklum sóma eins og Völsurum sæmir.

Þjálfarar hafa sett upp margvíslegar æfingar í gegnum SportAblar, nýtt fjárfundabúnað og samfélagsmiðla til samskipta við iðkendur, sett á laggirnar Meistaraskóla Vals og hvatt iðkendur í sífellu. Nú í seinni lokun fengu svo yngstu iðkendum send heim hvatningarbréf frá barna- og unglingsviði ásamt spilastokk að gjöf frá Fálkum Vals.

### Mikil röskun á félagsstarfi

Því miður hafa fallið niður stórir sem smáir félagslegir viðburðir eins og haustfjáröflun BUS, Stelpudagurinn og liðsmyndatökur en stefnt er að viðburðum eftir áramót, háð því hvort og hvaða sóttvarnarádstafanir verða í gildi. Þá hefur einnig jólamót Vals í körfu, Norðurálmótið, fallið niður. Eins hefur verið stefnt að því að undanförunu að Valur haldi stórmót fyrir 5. fl. karla og kvenna í knattspyrnu sem ber vinnuheitid Hemmamótið og hefur sú vinna verið sett á ís í bili. Eins hafa leikskólaheimsóknir, Skólaleikarnir og árlega Páskabingíð þurft að bíða betri tíma og hlakkar Gunnir íþróttafulltrúi til að lesa upp bingótölurnar á næsta ári.

Það er ljóst að Valur og samfélagið í heild mun áfram takast á við þessa röskun fram á næsta ár og þökkum við því foreldrum og forráðamönnum og þjálfurum fyrir þolinmæðina, jákvæðnina og úthaldið og hvetjum við ykkur til að hlúa áfram að okkar ungu Völsurum, jafnt innan sem utan vallar.

### Fjölgun iðkenda í yngri flokkum Vals

Skráðir iðkendur í yngri flokkum Vals í öllum greinum eru 1158 talsins. Er það aukning frá fyrri árum þegar skráðir iðkendur 2019 voru 1063 talsins og 2018 voru þeir skráðir 1067.

Þar af æfa 601 knattspyrnu, 273 æfa handbolta og 284 körfubolta. Hlutfall kynja í knattspyrnu er 67% drengir á móti 33% stúlkna. Í handbolta eru hlutföllin nokkuð jöfn, 48% stúlkur á móti 52% drengja. Þó nokkuð fleiri drengir æfa svo körfu eða 62% iðkenda. Á milli ára hefur iðkendafjöldi í knattspyrnu og körfu aukist en staðið í stað hjá handboltanum. Hér að neðan má sjá nánari skiptingu á iðkendafjölda árið 2020.

Nokkuð ljóst er að auka þarf þátttöku stúlkna í öllum greinum og hefur tíðkast að undanförunu að halda vinavikum þar sem iðkendur fá að bjóða vinkonum úr skóla og vinahópum til æfinga. Einnig þarf að koma í veg fyrir brottfall og ná til baka árgöngum sem hafa helst úr lestinni

undanfarin ár. Þess ber þó að geta að milli ára hefur stúlkum fjölgað töluvert sem æfa minnibolta í körfu.

### Öflugt starfsfólk

Starfandi þjálfarar í yngri flokkum Vals eru 52 talsins, þar af 31 í knattspyrnu, 17 í handbolta og 15 í körfubolta. Yfirþjálfarar eru sem fyrr Ágúst Björgvinsson í körfubolta, Óskar Bjarni Óskarsson í handbolta og Eiður Ben Eiríksson og Haraldur Árni Hróðmarsson í knattspyrnu. Barna- og unglingsvið þakkar þeim kærlega fyrir vel unnin störf á mjög krefjandi ári.

BUS þakkar öllu starfsfólki Vals samstarfið á þessu annasama ári og sérstakar þakkir fær Eiður Ben yfirþjálfari knattspyrnu og aðstoðarþjálfari meistaraflokks kvenna í knattspyrnu fyrir að stíga inn í starf íþróttafulltrúa meðan Gunnar var í fæðingarorlofi snemma á árinu.

*f.h. Barna- og unglingsviðs  
Þórhallur H. Friðjónsson  
Formaður BUS*

### Tölfræði yngri iðkenda Vals

Haust 2020			
Fótbolti	KK	Fótbolti	KV
8. fl.	25	8. fl.	23
7. fl.	75	7. fl.	33
6. fl.	87	6. fl.	24
5. fl.	91	5. fl.	37
4. fl.	68	4. fl.	28
3. fl.	31	3. fl.	40
2. fl.	23	2. fl.	16
<b>Samtals:</b>	<b>400</b>	<b>Samtals:</b>	<b>201</b>
<b>Samtals iðkendur:</b>			<b>601</b>

Handbolta	KK	Handbolta	KV
8. fl.	15	8. fl.	16
7. fl.	36	7. fl.	29
6. fl.	29	6. fl.	31
5. fl.	27	5. fl.	23
4. fl.	5	4. fl.	10
3. fl.	29	3. fl.	23
2. fl.	-	2. fl.	-
<b>Samtals:</b>	<b>141</b>	<b>Samtals:</b>	<b>132</b>
<b>Samtals iðkendur</b>			<b>273</b>

Karfa	KK	Karfa	KV
MB 5-6-7	44	MB 5-6-7	31
MB 8-9	25	MB 8-9	22
MB 10-11	25	MB 10-11	15
7. fl.	27	7-8-9 .fl	22
8.-9. fl.	28	10. og stú	18
10. og dr.	27		
<b>Samtals:</b>	<b>176</b>	<b>Samtals:</b>	<b>108</b>
<b>Samtals iðkendur í körfu:</b>			<b>284</b>



# Covid-19 reynir á sjálfsagann

## Lilja Ágústsdóttir er 16 ára og leikur handkattleik með 3. flokki og meistaraflokki

**Nám?** Afreksbraut í Menntaskólanum í Kópavogi.

**Hvað ætlar þú að verða?** Ég hef háleit markmið og stóra drauma og mig langar að verða ein af bestu handboltakonum í heimi.

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Erlendis að spila handbolta með stóru systur minni, annaðhvort í Danmörku, Þýskalandi eða Frakklandi (og ætli þabbi verði ekki þjálfari þar líka...).

**Af hverju Valur?** Ég var svo heppin að mamma fór með mig á æfingar í Val þegar ég var fjögurra ára og eftir það var ekki aftur snúið, því Valur er einfaldlega besti klúbburinn á landinu.

**Uppeldisfélag í handbolta?** Valur.

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** Ásdís Þóra, litla vítaskyttan.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum?** Foreldrar mínir hafa stutt mig ótrúlega mikið og verið fastgestir í stúkunnni alveg frá fyrsta mótinu í 8. flokki.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Mamma mín er ofurkona, hún æfir eins og hún fái borgað fyrir það.

**Af hverju handbolta?** Það var erfitt að velja milli handboltans og fótboltans en þegar kom að því að velja var handboltinn fyrir valinu, og sé ég ekki eftir því.

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** Vann Þæjumótið í fótbolta og svo var ég einu sinni í 3. sæti í Subway Surfers leiknum á Íslandi.

**Eftirminnilegast úr boltanum?** Ég á ótrúlega margar minningar úr boltanum og á erfitt með að gera uppá milli. T.d. þegar við unnu úrslitaleikinn á Generation Handball cup, þegar danska liðið mitt varð bikarmeistari er við bjuggum í Danmörku og ég var valin maður leiksins. Það var líka geggjað þegar við unnum Íslandsmeistarátítilinn með 3. flokki á móti Fram sem hafði ekki tapað leik það árið og þegar ég spilaði fyrstu

leikina mína með U-16 landsliðinu í Færeyjum.

**Markmið fyrir þetta tímabil?** Komast í byrjunarliðið og verða dýrmætur liðsfélagi.

**Besti stuðningsmaðurinn?** Afarnir þrír sem mæta á alla leiki hjá mér.

**Erfiðustu samherjarnir?** Ragnhildur Edda og Hanna Karen.

**Erfiðustu mótherjarnir?** Erfitt að keppa á móti Fram.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** Lovísa er og verður alltaf mikil fyrirmynd í handboltanum og svo er hún líka frábær vinkona.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** Einar Baldvin á framtíðina fyrir sér.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val?** Það er ótrúlega vel staðið að yngri flokkunum í Val, margir frábærir og reynslumiklir þjálfarar sem eru hjá okkur sem gera starfið framúrskarandi. Það er mjög mikið í boði fyrir leikmenn, t.d. aukaæfingar, styrktarþjálfun og svo fullt af fyrirlestrum til að bæta okkur sem leikmenn. Ég myndi segja að starfið sé eitt það besta á landinu.

**Fyrirmynd þín í handbolta?** Camilla Herrem og Guðmundur Hólmur.

**Draumur um atvinnumennsku í handbolta?** Mig dremmir um að fara út í atvinnumennsku og spila fyrir Gyðri Audi ETO KC eða Vipers Kristiansand.

**Landsliðsdraumar þínir?** Komast í A-landsliðið og halda mér þar.

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Góður þjálfari hefur mikinn metnað fyrir liðinu sínu og leikmönnum og er mjög skipulagður. Hann hefur trú á leikmönnum sínum og finnur leiðir þegar koma upp vandamál.

**Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið?** Tottenham Hotspur FC. og Paris Saint-Germain.

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** Til að ná

árangri í íþróttum er mikilvægt að mæta á allar æfingar og gera alltaf aðeins meira en hinir, t.d. að mæta á allar aukaæfingar og lyfta, einnig er gott að hugsa um svefn og mataræði, þar skilur á milli þeirra góðu og bestu.

**Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val?** Mér finnst að 3. fl. kvenna og U-kvennaliðið ætti líka að fá sinn eigin klefa og ekki þurfa að kaupa sér harpax eins og 3. fl. karla og U-karlahliðið. Annars fyrir utan það finnst mér mikið jafnrétti í Val.

**Hvernig er hægt að auka samstarf deilda í Val?** Gera meira af félagslegu milli deildanna.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Ég myndi byggja nýtt og stórt íþróttahús þar sem allar íþróttgreinarnar gætu æft á fullum krafti.

**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum?**

Þjóða iðkendum í 1.-4. bekk upp á að æfa allir íþróttir hjá Val en borga bara ein æfingagjöld til að leyfa þeim að kynna öllum íþróttum og starfinu í Val. Þjóða alltaf uppá frían prufumánuð í byrjun tímabils fyrir nýja leikmenn.

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** Þegar ég var valin besti leikmaður U-liðsins á lokahöfinu.

**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfaraldur haft á líf þitt og einnig íþróttaiðkun og keppni á þessu ári?** Covid-19 heimsfaraldurinn hefur haft mikil áhrif bæði í handboltanum og skólanum, í rauninni má segja að ég læri og æfi heima hjá mér, og þetta reynir á sjálfsagann að halda sér við efnið.

**Besta bíómynd?** Er mikill Harry Potter aðdáandi en besta Harry Potter myndin er Harry Potter and the goblet of fire.

**Besta bók?** Rökkurhæðir.

**Einkunnarorð?** Að hika er það sama og að tapa.

**Hver stofnaði Val og hvenær?** Séra Friðrik Friðriksson, 11. maí árið 1911.



*Hafðu bílamálin einföld og þægileg.*

# LANGTÍMALEIGA

Langtímaleiga er hagkvæmur kostur í bílamálum. Leigutími er frá 3 að 36 mánuðum. Innifalið er tryggingar, bifreiðagjöld, reglubundnar þjónustuskoðanir, smurþjónusta og dekkjaskipti. Fjármagnsbinding er engin og endursöluáhætta heyrir sögunni til.

*Kynntu þér málið á:*

**[www.langtímaleiga.is](http://www.langtímaleiga.is)**

**BÍLALEIGA  
AKUREYRAR**  
— Höldur —

**Europcar**

Þínar þarfir - okkar þjónusta



Afgreiðslustaðir um land allt • Aðalnúmer 461 6000  
langtímaleiga@holdur.is • [www.langtímaleiga.is](http://www.langtímaleiga.is)



# Dómgæsla í knattspyrnu í höndum KH

## Skortur á kvenkyns dómurum

Yfirumsjón dómgæslu hjá Val var í höndum KH þetta sumarið líkt og önnur sumur. Sumarið var eins og það var með fullt af áskorunum, á endanum verður að telja að þetta hafi gengið þokkalega snurðulaust fyrir sig og ekki var mikið um stóra skandala. Á tímum sem þessum er gríðarlega mikilvægt að félagsmenn standi þétt við bakið á félagi sínu og oft á tíðum hefur skapast þónokkur umræða um það á samfélagsmiðlum félagsins hvernig félagsmenn geti lagt hönd á plóg. Það er gríðarlegt magn af leikjum yfir sumartímann á Hlíðarendasvæðinu þar

sem Valur þarf að standa skil á dómurum og er þessi vettvangur algjörlega tilvalinn til þess að aðstoða félagið.

Kröfur til dómgæslu eru sáralitlar þegar kemur að leikjum hjá til að mynda 4. flokki. Viðkomandi þarf að geta flautað hátt í flautuna og kunna knattspyrnureglurnar, fleira er það í rauninni ekki. Þess utan er þetta frábær og skemmtileg hreyfing og ég hvet alla eindregið sem hafa áhuga á starfi félagsins að hafa samband við mig eða aðra inn á skrifstofu Vals ef þeir hafa áhuga á að dæma, karla sem konur, en mikill skortur

er til að mynda á kvenkyns dómurum á Íslandi. Að dæma fyrir félagið sitt getur verið frábær byrjun ef fólk hefur áhuga á dómgæslu og ef vilji og geta er til staðar er mjög auðvelt að finna verkefni við hæfi. Þá hefur Valur verið með ágætis umbunarkerfi fyrir þá aðila sem hafa dæmt í formi árskorta og annarra gjafa.

*Við hvetjum því alla til þess að hafa samband við okkur sé áhugi fyrir því að taka þátt í dómgæslustarfi hjá Val sumarið 2021.*

Áfram, herra!

Jóhann Skúli Jónsson





# Fagurlimaðir Fálkar og dósaguðinn Diego

Fálkar fögnuðu tíu ára afmæli sínu í fyrrahaust og hugðu sér gott til grillglóðarinnar á þessu ellefta starfsári. Útaf svolitlu fóru hinar miklu ráðagerðir eiginlega í hundrað þúsund hrokkin-hærðar hámerar frá Hornafirði svo vitnað sé í Kolbeinn kaftain. En það var grillað þegar sóttvarnareglur leyfðu, og ekki vantaði Fálkana í fjörið þegar beljunum var loks hleypt út í grillvorið. Fálkarnir lögðu sig að aðstæðum og reyndu að gera stremminguna eins skemmtilega og kostur var miðað við aðstæður. Stundum þurfti að skipta mannskapnum í tvö sóttvarnahólf, á nokkrum leikjum þurftum við að vera með söluaðstöðu á þremur mismunandi stöðum. En allt gekk þetta upp. Við grilluðum á 16 leikjum, 7 kvennaleikjum og 9 karlaleikjum en á venjulegu sumri eru leikirnir hátt í 30.

## Fálkar tilbúnir í stuðning við uppbyggingu eftir veirutíma

Innkoman af grillinu var, eðli málsins samkvæmt, mun minni en í venjulegu ári eða aðeins um þriðjungur af því sem hún var í fyrra. Fálkarnir hafa hins vegar byggt sig upp undanfarin ár til að geta mætt tekjufalli, félagsmenn greiða meðal annars mánaðarlega félagsgjöld sem rennur í sérstakan varasjóð. Félagið er því tilbúið að taka þátt í uppbyggingunni eftir veiruna og styðja við bakið á barna- og unglingastarfi Vals af krafti.

## Grill- og smíðaklúbbur!

Við brydduðum upp á þeirri nýjung í haust að bjóða upp á kjötsúpu auk Fálkaborgara og það mæltist svo vel fyrir að það er ekki spurning að það verður boðið upp á súpu næsta sumar. Vonandi verðum við líka komnir með pall við hliðina á Fjósínu fyrir næstu leiktíð en jarðvegsframkvæmdir eru hafnar og þá er næsta verk að koma niður undirstöðum og smíða svo gullfallegan pall.

## Fedur iðkenda í Val hvattir til að taka þátt í starfi Fálkanna

Af þessari upptalningu allri mætti álykta að Fálkarnir væru grill- og smíðaklúbbur. Og já, já, það er kannski bara svolitíð þannig! En við reynum nú að gera ýmislegt annað, stöndum fyrir félagsfundum yfir veturinn, sinnum gæslu og ýmsum snúningum í kringum leiki og freistum þess að láta gott af okkur leiða í starfi Vals. Ef svona lagað hljómar vel í eyrum fedra sem eiga krakka í

Val, þá er um að gera að slást í hópinn, upplýsingar um okkur má finna á falkar.is og Facebook. Á falkar.is er líka að finna upplýsingar um hvernig sækja á um styrk úr styrktarsjóði Fálka. Árlega fara um 4–5 milljónir frá Fálkum til barna- og unglingastarfsins í gegnum styrki og dósasöfnunina.

## Hugmyndir að nýjungum vel þegar

Þótt aðalmarkmið félagsins sé að styðja fjárhagslega við bakið á barna- og unglingastarfi Vals, þá þiggjum við allar góðar og frískar hugmyndir um nýjungar, um uppkomur, um verkefni sem gaman væri að ráðast í og bara allt sem gæti gert lífið skemmtilegra fyrir krakkana í Val.

Laugardaginn 9. janúar verður vonandi hin árlega dósa- og jólatréssöfnun Fálka, ef guð og Þórolfur lofa (Diego, dio mio, beittu nú hönd guðs til góðra verka fyrir okkur ránfuglana ...). Söfnunin gæti orðið í breyttri mynd, eftir þeim sóttvarnareglum sem í gildi verða. En við vonum hið besta því þetta er með skemmtilegri viðburðum ársins sem á annað hundrað krakka og foreldra taka þátt í.

Um 2021 segjum við eins og kaftainninn: *Fari það í fimmtán fagurlimaðar flyðrumexjar frá Fáskrúðsfirði og trilljón trítílóða trjónukrabba frá Trékyllisvík ... hvað það verður gott ár!*

*Einar Logi Vignisson, formaður Fálka.*





# Líst rosa vel á krakkana í yngri flokkunum í körfubolta

## Sunna Hauksdóttir er 14 ára og leikur körfuknattleik með 9. flokki

**Nám?** Er í 9. bekk í Snælandsskóla.

**Hvað ætlar þú að verða?** Góð spurning, ég hef áhuga á mörgu og langar að vinna við margt. Vonandi verð ég bara hamingjusöm.

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Ég myndi vilja ferðast eða vera í námi einhvers staðar úti í heimi.

**Af hverju Valur?** Ég byrjaði í Breiðablik en því miður voru svo fáar stelpur og ég ákvað því að prófa æfingu hjá Stjörnunni og Val. Þetta var mjög erfið ákvörðun en ég sé alls ekki eftir henni.

**Með hvaða liðum hefur þú leikið körfubolta?** Hef spilað með Breiðablik og Val.

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** Finnur Atli Magnússon er frændi minn og síðan er kærasta bróðir míns, Elín Rósa Magnúsdóttir, í meistaraflokki í handbolta.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum?** Pabbi og bróðir minn spila oft við mig fyrir utan húsið okkar. Mamma og pabbi mæta á alla leiki og eru rosa dugleg við að skutla mér á æfingar því ég bý í Kópavogi.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Það eru mjög margir góðir í fjölskyldunni en á heimilinu myndi ég segja Kári bróðir minn sem spilar handbolta.

**Af hverju körfubolti?** Ég hafði alltaf verið í fótbolta en þegar ég var 12 ára var ég í körfubolta í skólaíþróttum með vini mínum sem sagði að ég yrði örugglega góð og ætti að prófa æfingu.

**Eftirminnilegast frá körfuboltaferlinum?** Hef bara æft í tvö ár en stærsta, hingað til, er að vera valin í afreksbú-

irnar og fá viðurkenningu sem efnilegasti leikmaðurinn þegar ég var nýbyrjuð.

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** Vann á Síamótinu (b-riðil samt).

**Markmið fyrir þetta tímabil?** Markmiðið fyrir liðið er að komast í A-riðil en persónulega markmiðið er að komast í U15.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** Myndi segja að Sara Líf Boama sé mjög efnileg.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** Ástþór Atli.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í körfubolta hjá Val?** Ég er að þjálfra og mér líst rosalega vel á þessa krakka. Held að það sé mjög stutt þar til sum þeirra verði komin í meistaraflokk.

**Fyrirmynd þín í körfubolta?** Helena Sverrisdóttir og Joel Embiid.

**Hverjir eru landsliðsdraumar þínir í körfubolta?** Mig langar að komast í A-landsliðið einn daginn og í atvinnu-mennsku erlendis.

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Metnaður, skipulag, að vera hvetjandi og góð fyrirmynd.

**Uppáhalds erlenda körfuboltafélagið?** Philadelphia 76ers.

**Nokkur orð um þjálfarateymið þitt hjá Val?** Ég hef verið ótrúlega heppin með þjálfara. David þjálfarinn minn í fyrra var frábær og kenndi mér margt. Núna er Helena Sverrisdóttir að þjálfra okkur sem er auðvitað alveg magnað.

**Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val?** Mér finnst Valur á góðri leið en t.d. þarf að passa að hafa jafn langa æfingatíma og jöfn laun hjá leikmönnum.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?** Fræða iðkendur og passa að þjálfarar og

starfsfólk fylgist vel með á æfingum og samskiptum í húsinu. Það þarf að taka á svoleiðis strax.

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-enda?** Mér finnst hún mjög skemmtileg að mörgu leyti, t.d. fyrir áhorfendur en æfingaaðstaða gæti verið miklu betri.

**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum?**

Þegar ég var nýbyrjuð í Blikum var svona vinaæfing sem mér finnst mjög sniðug hugmynd. Þá mega allir taka með einn vin á æfingu og það er farið í skemmtilega leiki.

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** Nota samfélagsmiðla ennþá meira til að auglýsa viðburði.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Hafa boost og samlokustað inni í Hlíðar-enda og hafa opið í gym-ið fyrir fleiri en 16 ára og eldri.

**Eftirminnilegasta atvikið á þessu ári hjá Val að þínu mati?** Hvað það er buið að gera flotta hluti í Covid eins og heima-æfingarnar í Meistaraskóla Vals.

**Hvernig hefur Covid-19 haft áhrif á líf þitt á þessu ári, æfingar og keppni í íþróttum?** Það var mjög svekkjandi að geta ekki farið í keppnisferð til Svíþjóðar og í æfingaferð til Englands sem við vorum búnar að safna fyrir lengi.

Ég er samt heppin að hafa körfu út garði sem ég get notað flesta daga og er með fína aðstöðu heima til að gera styrktaræfingar og þannig.

**Besta bíómynd?** Ég horfi alltaf á Love Actually í desember. Það kemur mér í jólaskapið.

**Besta bók?** Var að lesa ævisögu Trevor Noah sem var bæði myndin og athyglisverð.

**Einkunnarorð/Mottó?** Carpe Diem.

**Hver stofnaði Val og hvenær?** Séra Friðrik stofnaði Val árið 1911.





TENDENS CHARCOAL



NORDIC SPIRIT NATURAL OAK/FOCUS



SHAKER WHITE



TENDENS BLACK OAK VENEER

# NÚTÍMA LÍFSTÍLL GERIR KRÖFUR TIL ELDHÚSSINS

*Nútíma Lífstíll kallar á kröfur.*

*Á sama hátt og við höfum væntingar til lífsins, gerum við kröfur til eldhússins okkar. Líttu til okkar, lýstu kröfum þínum og leyfðu okkur að teikna draumaeldhúsið þitt. Ævintýrið byrjar á heimsókn í glæsilegan sýningarsal okkar í Lágmúla 8, 2.hæð, þar sem allar helstu nýjungar eru til sýnis.*

**ORMSSON**

Lágmúla 8 • sími 530 2800

HTH á Íslandi í 40 ár,  
og þar af í 20 ár hjá Ormsson  
- endurspeglar traust  
Íslendinga til merkisins



INNRETTINGAR



HTH\_INNRETTINGAR



*Meistaraflokkur kvenna í körfuknattleik vorið 2020. Efri röð frá vinstri: Guðlaugur Ottesen Karlsson liðsstjóri, Darri Freyr Atlason þjálfari, Hallveig Jónsdóttir, Guðbjörg Sverrisdóttir, Dagbjört Samúelsdóttir, Sýlvía Hálfðanardóttir, Helena Sverrisdóttir, Aníta Rún Árnadóttir, Micheline Mercelita, Mira Kamallakharan og Elísabet Róbertsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Kristín María Matthíasdóttir, Lea Gunnarsdóttir, Arna Dís Heiðarsdóttir, Tanja Kristín Árnadóttir, Kiana Johnson, og Dagbjört Dögg Karlsdóttir. Ljósmynd Eygló Anna Ottesen Guðlaugsdóttir.*

# Deildarmeistarar kvenna og körfuknattleiksdeild Vals fagnaði fimmtugsafmæli

## Ársskýrsla körfuknattleiksdeildar 2020

Pegar þetta er skrifað í upphafi desembermánaðar hafa meistaraflokkar deildarinnar ekki getað æft né keppt í nær tvo mánuði og óljóst er hvenær æfingar og keppni hefjast að nýju. Á árinu 2020 hefur heimsfaraldur kórónuveirunnar haft umtalsverð áhrif á allt samfélagið og er íþróttastarf þar ekki undanskilið. Þann 18. mars, í kjölfar verulega hertra samkomutakmarkana stjórnvalda vegna Covid-19, ákvað stjórn KKÍ að ljúka keppnistímabilinu þó svo að deildarkeppni væri ekki lokið. Meistaraflokkur kvenna sat þá í efsta sæti úrvalsdeildarinnar, búnar að vinna sér heimavallarétt-

inn í úrslitakeppninni og meistaraflokkur karla var búinn að tryggja sæti sitt í úrvalsdeild. Allt stefndi í að stelpurnar endurtækju leikinn frá því árið áður, er þær urðu bæði deildar- og Íslandsmeistarar en stjórn KKÍ ákvað að eingöngu skyldi veita deildarameistaratitil fyrir keppnistímabilið 2019-2020 og ekkert lið yrði Íslandsmeistari. Kvennalið Vals tók svo við deildarameistaratitlinum þann 8. júlí með athöfn í höfuðstöðvum ÍSÍ í Laugardal. Keppnistímabilið 2020-2021 hófst svo með látum í lok september eftir ágætun undirbúning en meistaraflokkarnir náðu ekki nema tveimur leikjum

kvenna megin og einum leik karla megin áður en mótahald var stöðvað 10. október og svo æfingar í kjölfarið vegna kórónuveirunnar.

### Nýir þjálfarar

Þjálfaraskipti urðu hjá báðum meistaraflokkunum. Finnur Freyr Stefánsson tók við meistaraflokki karla af Ágústi Björgvinssyni sem eftir 9 ár með meistaraflokkinn snýr sér alfarið að uppbygginu körfunnar sem yfirþjálfari yngri flokka. Ólafur Jónas Sigurðsson tók við meistaraflokki kvenna af Darra Frey Atlasyri sem



**Meistaraflokkur Vals í körfuknattleik 2020–2021 fyrir fyrsta leikinn í Dóminosdeild karla haustið 2020. Í aftari röð f.v. Bjartmar Birnir sjúkraþjálfari, Þorgrímur Guðni Björnsson liðsstjóri, Pavel Ermolinskij, Sinisa Bilic, Finnur Atli Magnússon, Kristófer Acox, Bergur Ástráðsson, Oddur Birnir Pétursson og Finnur Freyr Stefánsson þjálfari. Í fremri röð f.v. Jón Arnór Stefánsson, Snjólfur Björnsson, Frank Aron Booker, Ástþór Atli Svalason, Benedikt Blöndal og Illugi Steingrímsson. Ljósmynd Þorsteinn Ólafss.**

átti þrjú farsæl tímabil með Valskonur sem skilðu fjórum titlum fyrir félagið, bikar, deildar- og Íslandsmeistaratitlum 2019 og deildarmeistaratitli 2020.

### Stjórn körfuknattleiksdeildar

Í stjórn deildarinnar sitja Svali Björgvinsson, formaður, Einar Jón Ásbjörnsson, Grímur Atlason, Kristjana Magnúsdóttir, Lárus Blöndal, Sveinn Birkir Björnsson og Sveinn Zoega. Sem fyrr eru stjórninni innan handar traustir aðilar sem hjálpa til við fjáraflanir, umsjón leikja o.fl. Stjórnin vill koma sérstökum þökkum á framfæri til eftirtalinna aðila: Bjarna Sigurðssonar, Ragnars Þórs Jónssonar, Steindórs Aðalsteinssonar, Torfa Magnússonar, Gunnars Zoega, Guðlaugs Ottesen Karlssonar, Elísabetar Thelmu Róbertsdóttur og Guðrúnar Ástu Halldórsdóttur.

### 50 ár frá stofnun körfuknattleiksdeildar Vals

Þann 3. október voru 50 ár frá því að körfuknattleiksdeildin var stofnuð í Val. Þennan dag sameinaðist Körfuknattleiksfélag Reykjavíkur (K.F.R.) Val og síðan hefur verið leikinn körfubolti undir merkjum Vals. Sigrarnir hafa verið margir á langri leið og þurkar inn á milli

eins og gengur. Fyrsti Íslandsmeistaratitill karla vannst þann 17. mars 1980 og fyrsti titill kvenna þann 28. apríl 2019. Sigurður Már Helgason, fyrsti formaður körfuknattleiksdeildar Vals og að öðrum ólöstuðum faðir körfuboltans í Val, færði félaginu rosir og hamingjuóskir fyrir fyrsta leik tímabilsins hjá karlalíðinu í Dominos deildinni. Vegna hinnar lúmsku veiru hafa hátíðarhöld vegna þessa þurft að víkja eins og svo margt annað. Þau bíða betri tíma.

### Meistaraflokkur kvenna

Árið 2020 verður helst minnisstætt fyrir Covid-19 og áhrif þess á samfélagið allt og íþróttir. Allt stefndi í það að stelpurnar myndu endurtaka leikinn frá 2019 en þær voru efstar í úrvalsdeild og með heimavallarréttinn í úrslitakeppni þegar Íslandsmótið var blásið af án þess að leikið væri til úrslita. Árið 2020 er því einstakt þar sem enginn varð Íslandsmeistari en Valur var krýndur deildarmeistari. Í bikarkeppninni féll meistaraflokkurinn út í fjögurra liða úrslitum á móti KR í framlangdum leik í Laugardalshöll.

Darri Freyr Atlason, sem þjálfað hafði liðið undanfarin þrjú tímabil, tók þá ákvörðun að halda ekki áfram með liðið. Darra Frey er þakkað allt hans framlag en

undir stjórn hans varð meistaraflokkurinn í fyrsta skipti bikar-, deildar- og Íslandsmeistari. Ólafur Jónas Sigurðsson tók við liðinu og honum til aðstoðar verður Helena Sverrisdóttir. Ólafur Jónas hefur þjálfað meistaraflokk ÍR undanfarin þrjú ár auk þess að þjálfra yngri flokka félagsins.

Nokkrar breytingar urðu á liði Vals fyrir yfirstandandi tímabil. Landsliðskonan Hildur Björk Kjartansdóttir, ein besta körfuknattleikskona landsins, gekk til liðs við Val á miðju sumri. Hildur varð Íslandsmeistari með uppeldisfélagi sínu Snæfelli árið 2014, lék í bandaríska



*Ólafur Jónas Sigurðsson tók við á árinu sem þjálfari meistaraflokks kvenna í körfuknattleik. Helena Sverrisdóttir er aðstoðarþjálfari.*



**Deildarmeistarar meistaraflokks kvenna í körfuknattleik 2020.** Frá vinstri: Hallveig Jónsdóttir, Helena Sverrisdóttir með Elínu Hildi dóttur sinni, Aníta Rún Árnadóttir, Guðbjörg Sverrisdóttir, Dagbjört Samúelsdóttir, Dagbjört Dögg Karlsdóttir og Darri Freyr Atlason þjálfari. Ljósmynd Svali Björgvinsson.

háskólaboltanum, var í atvinnumennsku á Spáni og lék með KR á síðasta keppnis-tímabili. Auk hennar eru komnar þær Auður Íris Ólafsdóttir, Jóhanna Björk Sveinsdóttir, Nína Jenný Kristinsdóttir, Eydís Eva Þórisdóttir og Ásta Júlía Grímsdóttir er snúin aftur eftir eins árs dvöl í Bandaríkjunum.

## Meistaraflokkur karla

Liðið er nú að leika sitt fjórða tímabil í röð í efstu deild, Dominos deild karla. Undanfarin ár hefur verið lög áhersla á að tryggja sæti í efstu deild en um leið að reyna að gera atlögu að því að komast í úrslitakeppnina. Tímabilið gekk ekki eins vel og væntingar stóðu til og enduðu

strákarnir í 10. sæti þegar Íslandsmótið var slegið af.

Það voru mikil tímamót hjá meistaraflokki karla, Ágúst Björgvinsson hætti sem þjálfari karlalíðsins eftir að hafa þjálfað það í 9 ár samfellt. Ágúst fór þó ekki langt en hann tók við starfi yfirþjálfara yngri flokka hjá félaginu. Körfuknattleiksdeild þakkar Ágústi gott starf og hlakkar til að vinna með honum áfram að uppbyggingu körfunnar í Val. Við meistaraflokknum tók Finnur Freyr Stefánsson, en hann vann fimm Íslandsmeistararitla í röð sem þjálfari KR frá 2013-2018. Áður en Finnur fór út til Danmerkur, þar sem hann þjálfaði Horsens, þjálfaði hann yngri flokka hjá Val og þekkir því vel til á Hlíðarenda.



Finnur Stefánsson þjálfari meistaraflokks karla fer yfir málin í leikhlið, haustið 2020. Ljósmynd Svali Björgvinsson.



**Hvað ungur nemur gamall temur.** Jón Arnór Stefánsson leiðbeinir Ástþóri Atla Svalasyni í leik gegn Stjörnunni. Ljósmynd Svali Björgvinsson.

Meistaraflokkur karla er nú á sínu fjórða ári í efstu deild og hefur markíð verið sett hærra en undanfarin ár. Nokkrar breytingar urðu á meistaraflokknum fyrir yfirstandandi tímabil. Söguleg félagaskipti urðu þegar Jón Arnór Stefánsson, besti körfuknattleiksmaður Íslands, ákvað á miðju sumri að ganga til liðs við Val, þar sem fyrir er gamall félagi hans, Pavel Ermolinskij. Tveimur vikum fyrir Íslandsmót gekk svo Kristófer Acox til liðs við félagið. Allir þrír eru í hópi sigursælustu körfuknattleiksmanna Íslands. Sinisa Bilic, sem lék með Tindastóli á síðustu leiktíð og var einn besti erlendi leikmaður deildarinnar, gekk einnig til liðs við Valsmenn ásamt portúgalska landsliðsmanninum Miguel



Finnur Freyr Stefánsson tók við á árinu sem þjálfari meistaraflokks karla í körfuknattleik.

Cardoso og Oddur Birnir Pétursson er snúin aftur eftir eins árs frí frá körfubolta. Fyrir er traustur hópur leikmanna sem hefur leikið með félaginu undanfarin ár. Þegar þetta er skrifað hefur ekki enn reynt á þetta Valslið því aðeins einn leikur hefur farið fram í Íslandsmótinu.

Farnir eru Austin Magnus Bracey, Ragnar Ágúst Natanaelsson, Illugi Auðunsson og Pálmi Þórsson og eru þeim þakkað framlag þeirra undanfarin ár.

## Lokahóf meistaraflokkanna

Vegna óvenjulegra aðstæðna í samfélaginu, í kjölfar Covid-19, var ekki haldið hefðbundnu lokahófi meistaraflokkanna. Meistaraflokkarnir gerðu sér samt glaðan dag með lokahófi í Viðey. Þar fengu þau sem hafa leikið flesta leiki með meistaraflokkum Vals viðurkenningar.

**250 meistaraflokksleikir fyrir Val:**  
Benedikt Blöndal  
Hallveig Jónsdóttir

**150 meistaraflokksleikir fyrir Val:**  
Dagbjört Dögg Karlsdóttir  
Dagbjört Samúelsdóttir

**100 meistaraflokksleikir fyrir Val:**  
Bergur Ástráðsson  
Illugi Steingrímsson  
Sigurður Páll Stefánsson

**50 meistaraflokksleikir fyrir Val:**  
Aníta Rún Árnadóttir  
Helena Sverrisdóttir



Kristófer Acox í sínum fyrsta leik með Val. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafsson.



**Verðlaunaafhending yngri flokka hjá körfuknattleiksdeild 2020.** Þá var í fyrsta sinn afhentur Bergbikarinn sem var gefinn í minningu Bergs Emilssonar sem lést í desember 2019. Körfuknattleiksdeild Vals mun alltaf minnst Bergs Emilssonar og leiðtogahæfni hans.

## Uppskeruhátíð yngstu barnanna í körfunni vorið 2020

Tímabilið var krefjandi fyrir börnin enda erfitt að efa íþróttir í heimsfaraldri Covid-19. Hvert einasta barn fékk sérstök verðlaun fyrir veturinn og litu margir glæsilegir titlar í ljós. Í hópnum má þannig finna:

- Driplara ársins
- Varnarmann ársins
- Vítaskyttu ársins
- Gabbhreyfingar ársins
- ... og svo lengi mætti telja.

## Minnibolti stúlkna og drengja

**Þjálfari:** Pálmar Ragnarsson.  
Yngstu flokkar drengja og stúlkna fóru á fjögur mót yfir tímabilið. Öll mótin eru æfingamót þar sem stig eru ekki talin og leikgleðin ræður ríkjum. Fyrst var Sambíómót Fjölnis, næst var jólamót Vals, síðan Þóstmót Breiðabliks og loks Stjörnustríð í Garðabænum. Helstu markmiðin voru að læra að leggja sig fram, læra undirstöðuatriði körfuboltans að driplara, senda, skjóta og spila vörn. En einnig að læra hvernig við verðum heilbrigðir íþróttamenn með því að borða hollt, sofa nóg, drekka vatn og svo framvegis. Öll markmiðin gengu ljómandi vel. Það besta við yngstu flokkana er hvað það er mikið líf og fjör yfir öllu. Börnin hlakka til þess að mæta á æfingar og leggja sig fram og fá mikla útrás á sama tíma. Vel er tekið á móti öllum, við æfum okkur í því að hvetja liðsfélaga, æfum okkur í því að hrósa frekar en að skamma, þösum að öllum líði þannig að þau skipti máli og fleira. Allir Valsarar eru hvattir til þess að halda áfram að leggja sig fram og gefast aldrei upp.

## Minnibolti 8–9 ára kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 25

**Þjálfari:** Helena Sverrisdóttir.

**Þættir sem auka liðsheild:** Landsleikur, bikarleikur, pizzaveislur, heimsóknir og fleiri hittingar. Takk foreldrar fyrir hjálpina.

**Þátttaka í mótum:** Tóku þátt í þremur mótum og var stefnan tekin á tvö önnur þegar covid skall á.

**Besta við flokkinn:** Veturinn einkenndist af miklum framförum og miklu stuði. Mikið fjör og góð barátta á æfingum.

**Helstu markmið:** Kynna undirstöðuatriði í körfubolta.

**Annað:** Gaman verður að fylgjast með þessum flottu stelpum í framtíðinni.

## Minnibolti 8–9 ára karla

**Fjöldi iðkenda:** 30.

**Þjálfarar:** Þorsteinn Otti Jónsson og Ragnar Ágúst Nathanaelsson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Löngunin til að verða betri í körfubolta.

**Þátttaka í mótum:** Það hefur gengið vel á mótum og drengirnir skemmt sér mjög vel.

**Besta við flokkinn:** Liðsheildin, hvað þeir eru áhugasamir um körfubolta

**Helstu markmið:** Að verða betri sem manneskjur.

## Minnibolti 10–11 ára karla

**Fjöldi iðkenda:** 30.

**Þjálfari:** Ágúst Björgvinsson, Halldór Geir Jenson og Pálmi Þórsson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Tekið þátt í pizzakvöldum, bingó og verið góð mæting á leiki meistaraflokks.

**Þátttaka í mótum:** MB 11 ára er stærsti flokkur í körfunni og var með fjögur



Minnibolti 8–9 ára kvenna.



Minnibolti 8–9 ára karla.



Minnibolti 10–11 ára karla.

lið í Íslandsmóti. MB 10 ára var með eitt lið í Íslandsmóti. Náðu því miður ekki að klára mótið eins og aðrir.

**Besta við flokkinn:** Stór og flottur hópur. Strákar sem hafa mikinn vilja til að bæta sig, eru mjög duglegir að æfa og æfa flestir aukalega.

**Helstu markmið:** Bæta sig frá degi til dags, vinna í undirstöðuatriðum, skjóta, drippla og senda boltann, hafa gaman og njóta að spila körfu.

**Annað:** Gaman verður að sjá þessa stráka vaxa og dafna í Val og verða betri

### MB 10–11 ára kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 11.

**Þjálfari:** Szymon Nabakowski. **Þættir sem auka liðsheild:** Hittast fyrir utan æfingar og horfa t.d. saman á meistara-flokk kvenna spila.

**Þátttaka í mótum:** Íslandsmót í MB 10 og 11 ára: Stelpurnar byrjuðu í D-riðli og það tók ekki nema 3 mót til að komast í A-riðil.

**Besta við flokkinn:** Það sem einkenndi báða hópana á mótum á þessu ári er hversu góða vörn þær spiluðu og hvað þær lögðu sig mikið fram í leikjum.

**Helstu markmið:** Helstu markmiðin voru að kenna öll grundvallaratriði í körfubolta og auka þekkingu þannig stelpurnar vita hvernig og af hverju hlutir eru gerðir.

**Annað:** Gaman sjá allar framfarir, aukið sjálfstraust og áhuga á körfubolta sem flestar þessar stelpur hafa.

### 7. og 8. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 15.

**Þjálfari:** Rúnar Ólafsson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Koma saman utan æfinga og verja tíma saman utan æfinga, fara á leiki með meistaraflokkunum. Einnig hefur verið haldin pizza-veisla fyrir þær í tengslum við leikina.

**Þátttaka í mótum:** Liðin tóku þátt í Íslandsmótinu þetta tímabilið en því miður eru þetta fámennir hópar og var stundum erfitt að ná saman í lið fyrir mótahelgar en stelpurnar fengu góðan stuðning frá yngri stelpum til að halda keppni áfram og voru framfarir miklar yfir tímabilið.

**Besta við flokkinn:** Það sem hefur verið best við þessa flokka í vetur að mati þjálfarans er hvað það eru margar stelpur sem hafa verið að stíga sín fyrstu skref í körfubolta og hve miklar framfarir hafa orðið á ekki lengri tíma.

**Helstu markmið:** Að auka sjálfstraust og sjálfsaga sem hægt er að taka með

sér á fleiri svið lífsins. Auk þess var vitaskuld markmiðið í ár að bæta sig í körfubolta.

**7. flokkur kvenna, Viðurkenningar**

**Ástundun & áhugi:** Indíana Sólveig Sigurðardóttir

**Framfarir:** Ingibjörg Kristjánsdóttir

**Leikmaður:** Þuríður Helga Ragnarsdóttir



Indíana Sólveig Sigurðardóttir



Þuríður Helga Ragnarsdóttir

**8. flokkur kvenna, Viðurkenningar**

**Ástundun & áhugi:** Ásthildur Helgadóttir

**Framfarir:** Ingibjörg Kristjánsdóttir

**Leikmaður:** Alma Eggertsdóttir

**7. og 8. flokkur karla**

**Fjöldi iðkenda:** 18.

**Þjálfari:** Sævaldur Bjarnason.

**Þátttaka í Íslandsmótum:** 8. flokkur endaði árið í í C-riðli eftir að hafa sigrað alla leikina í síðasta mótinu sem fram fór fyrir Covid. Flokkurinn hefur verið nokkuð fjölmennur og jafnt og þétt hefur verið að bætast í hann í vetur. Rosalega skemmtilegir og duglegir strákar sem eiga framtíðina fyrir sér. 7. flokkur endaði í D-riðli en hefur verið í mikilli endurnýjun í vetur þar sem mjög margir nýir strákar hafa byrjað í vetur. Þeir hafa verið að taka jafnt og þétt miklum framförum, flokkurinn er nú kominn vel á veg og leiðin liggur uppávið. Þeir eru duglegir og vinnusamir. Það verður skemmtilegt að fylgjast með þeim á komandi árum.

**Þættir sem auka liðsheild:** Haldið pizzapartý fyrir leiki í meistara-

flokkum félagsins og mæta svo á heimaleikina í kjölfarið, en einnig hafa þeir verið duglegir að mæta aukalega og æfa sig.

**Besta við flokkinn:** Rosalega áhugasamir og vinnusamir strákar margir sem eru mjög duglegir og framtíðar Valsmenn hvort sem það verða félagsmenn eða meistaraflokksleikmenn.

**Helstu markmið:** Að bæta sig jafnt og

þétt í helstu þáttum leiksins, vera betri í svokölluðum undirstöðuatriðum. Það markmið náðist því mjög margir nýir strákar hafa bæst í hópinn á leiðinni og þetta er nú orðin 17–20 stráka hópur sem æfði í þessum tveimur árgöngum í vetur. Það tókst bara nokkuð vel að fylgja þessum markmiðum eftir með auðvitað hæðum og lægðum eins og gengur hjá ungum mönnum á uppleið.

**7. flokkur karla, Viðurkenningar**

**Ástundun & áhugi:** Dagur Örvarson

**Framfarir:** Bjartur Þór Björnsson

**Leikmaður:** Ásbjörn Hlynur Benediktsson



Dagur Örvarson



Ásbjörn Hlynur Benediktsson

**8. flokkur karla, Viðurkenningar**

**Ástundun & áhugi:** Ragnar Örn Pétursson

**Framfarir:** Baldur Frosti Sveinbjörnsson

**Leikmaður:** Kristján Elvar Jónsson



Ragnar Örn Pétursson



Baldur Frosti Sveinbjörnsson



Kristján Elvar Jónsson



MB 10–11 ára kvenna.



7. og 8. flokkur kvenna.



7. flokkur karla.

**9.–10. flokkur kvenna**

**Fjöldi iðkenda:** 15.

**Þjálfari:** David Patchell.

**Þátttaka í mótum:** Spiluðu í fjölliðamótum í 9. flokki og heima og heiman í 10. flokki.

**Þættir sem auka liðsheild:** Stelpurnar eru alltaf að gera eitthvað saman fyrir utan æfingar. Það var ætlunin að fara á Gautaborgarmótið í Svíþjóð og æfingabúðir í Englandi.



9.-10. flokkur kvenna

**Besta við flokkinn:** Liðsheild og leikgleði.

**Helstu markmið:** Allir að bæta sig sem einstaklingar og vinna í sínum markmiðum.

**Annað:** Þessir strákar er frábær fyrirmynd fyrir þá sem yngri eru þar sem þeir eru alltaf að æfa aukalega.

**9. flokkur karla, viðurkenningar**

**Ástundun & áhugi:** Óðinn Þórðarson

**Framfarir:** Karl Kristján Sigurðarson

**Leikmaður:** Björgvin Hugí Ragnarsson



Óðinn Þórðarson



Karl Kristján Sigurðarson



Björgvin Hugí Ragnarsson



9. -10. flokkur karla

**Besta við flokkinn:** Liðsheild og leikgleði.

**Helstu markmið:** Verða sterkt B-riðils lið og komast í A-riðil

**9.-10. flokkur kvenna, viðurkenningar**

**Ástundun & áhugi:** Ingunn Erla Bjarnadóttir

**Framfarir:** Helga Diljá Jörundsóttir

**Leikmaður:** Sara Líf Boama



Ingunn Erla Bjarnadóttir



Helga Diljá Jörundsóttir

**9.-10. flokkur karla**

**Fjöldi iðkenda:** 19.

**Þjálfari:** Friðrik Þjálfí Stefánsson.

**Þátttaka í mótum:** Tvö lið skráð í Íslandsmóti. A-lið var í A-riðli. B-lið var í E-riðli. Taplausir 16/0 í 2. deild 10. fl (eitt ár uppfyrir).

**Þættir sem auka liðsheild:** Fóru saman á landsleiki, meistaraaflokksleiki, keilu, bíókvöld og út í körfu saman.



Sara Líf Boama

**Stúlknaflokkur**

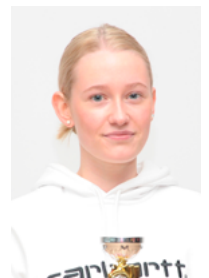
**Þjálfari:** Helena Sverrisdóttir.

**Þátttaka í Íslandsmótum:** Í stúlkna-flokki í vetur voru fimm Valsstelpur á réttum aldri og því ákveðið að senda til leiks sameinað lið Fjölnis og Vals. Samstarfið gekk vel, byrjaði hægt en liðið endaði veturinn í efsta sæti 2. deildar og áttu sæti í úrslitahelginni sem var síðan slegin af eins og hjá öllum öðrum flokkum. Stelpurnar eru allar í meistaraaflokki líka og þær eiga hrós skilið fyrir frammistöðuna og sýndu miklar framfarir í vetur.

**Stúlknaflokkur, viðurkenningar**

**Framfarir:** Elísabet Róbertsdóttir

**Leikmaður:** Lea Gunnarsdóttir



Lea Gunnarsdóttir



## Drengjaflokkur

Fjöldi iðkenda: 12.

**Þjálfari:** Þorgrímur Guðni Björnsson  
byrjaði með liðið Szymon Nabakowski  
tók við í nóvember.

**Þátttaka í Íslandsmótum:** Enduðu tíma-  
bilið á þremur sigrum í röð og voru  
komnir í 6. sæti sem hefði gefið sæti í  
úrslitakeppninni, áður en mótið var  
flautað af.

**Besta við flokkinn:** Framfarir þegar leið  
á veturinn.

**Helstu markmið:** Æfðu vel og lögðu  
áherslu á að hafa spil á æfingum og  
hafa skipulag í leiknum.

## Drengjaflokkur, viðurkenningar

**Ástundun & áhugi:** Símon Tómasson

**Framfarir:** Jóhannes Einarsson

**Leikmaður:** Arnaldur Grímsson

**Einarsbikarinn:** Símon Tómasson

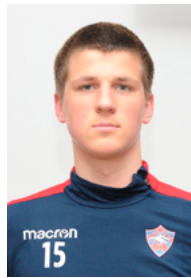
**Bergsbikarinn:** Ástþór Atli Svalason



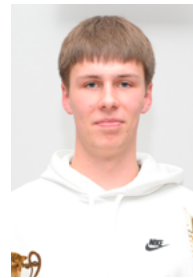
Drengjaflokkur



Símon Tómasson



Arnaldur  
Grímsson



Ástþór Atli  
Svalason

## Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Dóra María Lárusdóttir

Friðjón Friðjónsson

Edvard Skúlason

Friðrik Sophusson

Eggert Kristófersson

Friðrik Þór Svavarsson

Einar Njálsson

Garðar Gíslason

Elín Rós Hansdóttir

Gísli Arnar Gunnarsson

Eva Halldórsdóttir

Gísli Friðjónsson

Eypór Guðjónsson

Gísli Óskarsson

First Class travel ehf.

Gríma Huld Blængsdóttir



# Draumur að spila í öllum yngri landsliðum og A-landsliðinu

**Björgvin Hugli Ragnarsson er 15 ára og leikur körfuknattleik með unglingsflokkum og meistaraflokkum**

**Nám?** Ég er í 10. bekk í Réttarholtsskóla. **Hvað ætlar þú að verða?** Atvinnumaður í körfubolta og mögulega eitthvað annað. **Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** Að spila hjá góðu liði í atvinnumennsku.

**Af hverju Valur?** Pabbi er Valsari og svo var ég líka í Hjallastefnunni frá 0.–4. bekk sem er nánast við hliðina á Valsheimilinu.

**Uppeldisfélag í körfubolta?** Valur. **Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum?** Þau hafa stutt mig mjög vel og leyft mér að ráða ferðinni alveg sjálfur. Þau hafa líka mætt á nánast alla leiki.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Þuríður Helga litla systir mín.

**Af hverju körfubolti?** Þegar ég var 12 ára var ég byrjaður að fá smá leið á fótbolta og vinur minn var í körfu þannig að ég fór á æfingu með honum og þá kynntist ég Frikka Þjálfara sem dró mig inn í þetta.

**Eftirminnilegast frá körfuboltaferlinum?** Þegar ég var í 8. flokki og ég var að spila með 10. flokki á móti ÍR í síðasta leik tímabilsins, þeir voru að vinna með 10 með 2 mínútur eftir og með 2 með 3 sekúndur eftir og ég hitti þrist og við vinnum og ÍR hefði unnið deildina hefðu þeir unnið leikinn. Það var mjög sætt.

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** Í 6. flokki urðum við Íslandsmeistarar A-liða í fótbolta og svo vann ég einu sinni brons í karate.

**Markmið fyrir þetta tímabil?** Verða Íslands- og bikarmeistari og komast í U-16 landsliðið.

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** Friðrik Þjálfari Stefánsson.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokkum kvenna hjá Val?** Hallveig.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokkum karla hjá Val?** Sinisa Bilic.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í körfubolta hjá Val?** Alveg ágætlega.

**Fyrirmynd þín í körfubolta?** Jimmy Butler.

**Draumur um atvinnumennsku erlendis í körfubolta?** Að spila í Evrópu eða Bandaríkjunum.

**Hverjir eru landsliðsdraumar þínir í körfubolta?** Að spila í öllum yngri landsliðum og svo í A-landsliðinu.

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** Mikill metnaður og vilji til að nota sinn eigin tíma til að gera leikmennina sína betri.

**Uppáhalds erlenda körfuboltafélagið?** Milwaukee Bucks.

**Nokkur orð um þjálfarateymið þitt hjá Val?** Frikki er mjög metnaðarfullur og geggjáður þjálfari og svo er Finnur Freyr er með mikla reynslu og mikið hægt að læra af honum.

**Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val?** Með því að finna metnaðarfulla þjálfara fyrir bæði kynin.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?** Það er mikilvægt að taka mjög alvarlega á þessum hlutum og fræða krakkana um þetta.

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda?** Ein sú besta á landinu, harpixið í gamla sal getur stundum verið leiðinlegt.

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** Leggja mikinn metnað í yngri flokka og reyna að vinna titla.

**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum?**

Með því að hvetja krakkana til að koma með vini sína á æfingar.

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** Búa til stuðningslið eða eitthvað sem býr til stemningu fyrir leikina og í stúkunni.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** Láta byggja sér körfuboltahús eða færa handboltann í annað hús, hafa fría ávexti fyrir iðkendur til að hafa á milli æfinga og líka gera harpix ólöglegt.

**Eftirminnilegasta atvikið á þessu ári hjá Val að þínu mati?** Þegar körfubolta-liðið var styrkt alveg svakalega.

**Hvernig hefur Covid-19 haft áhrif á líf þitt á þessu ári, æfingar og keppni í íþróttum?** Það var t.d. ekki farið á mót með U-15 í Danmörku sem mér fannst mjög miklar líkur að ég hefði komist á, ég hef haft mjög mikið af extra tíma þar sem það hafa verið pásur með engum yngri flokka eða meistaraflokksæfingum, ég hef náð að þyngja mig smá því ég hef haft svo mikinn tíma til að lyfta og borða.

**Besta bíómynd?** National Security.

**Besta bók?** Rangstæður í Reykjavík.

**Einkunnarorð?** „Real G’s move in silence like lasagna.“

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

# Ég vil sjá titil í körfubolta karla

## Egill Jón Agnarsson er 18 ára og leikur körfuknattleik með unglingaflokki og meistaraflokki

**Nám?** Húsasmíði við Tækniskólann.

**Hvað ætlar þú að verða?** Mig langar að verða smíður eða atvinnumaður í körfubolta.

**Af hverju Valur?** Mig langaði að verða betri körfuboltamaður og fannst Valur góður staður til að ná því markmiði.

**Uppeldisfélag í körfubolta?** Ármann. Með hvaða félögum hefur þú leikið? Ármann og Val-b.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum?** Þau hafa mætt á leiki, kaupa skó og búninga sem ég er mjög þakklátur fyrir.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** Ég.

**Helstu afrek í íþróttum?** Þegar við unnum Scania Cup í Svíþjóð 2018.

**Hvers vegna körfubolti?** Þegar ég var yngri spilaði ég bæði körfubolta og fótbolta en tók alltaf körfunni meira alvarlega.

**Helsta markmið fyrir þetta tímabil?** Fá mínútur í Dominos-deildinni.

**Eftirminnilegustu þjálfararnir:** Finnur og Ágúst.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna?** Hildur Björg Kjartansdóttir.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla?** Sinisa Bilic.

**Hvernig list þér yngri flokkana hjá Val?** Ég held að framtíðinn í körfubolta hjá Val sé mjög björt.

**Aðstaðan á Hlíðarenda?** Ein af ástæðunum fyrir því að ég kom í Val er hvað aðstaðan er góð.



**Hvernig viltu sjá Val þróast í körfuknattleik karla?** Ég vil sjá titil.

**Hvaða áhrif hefur Covid-19 heimsfaraldur haft á líf þitt og einnig íþróttaiðkun og keppni á þessu ári?** Æfingar eru öðruvísi eins og að halda 2m fjarlægð, hver og einn með sinn bolta en eins og staðan er núna eru engar keppnir eða æfingar.

## Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Grímur Atlason

Grímur Sæmundsen

Gudmundur Kjartansson

Guðjón Harðarson

Guðlaugur Björgvinsson

Guðmundur Frímannsson

Guðmundur Þorbjörnsson

Guðni Bergsson

Guðni Olgeirsson

Guðrún Gísladóttir

Gunnar Kristjánsson

Gunnar Sigurðsson

Gunnar Skúlason

Gunnar Sturluson

Gunnar Svavarsson

Gunnlaugur Ragnarsson

# Fyrstu sigrarnir í körfunni

## Í ár eru rúm 50 ár liðin frá stofnfundi körfuknattleiksdeildar innan Vals þann 3. október 1970

Það voru liðsmenn KFR, Körfuknattleiksfélags Reykjavíkur sem óskuðu eftir því að fá inngöngu í félagið. Fyrsti formaður deildarinnar var kosinn Sigurður Már Helgason sem var aðalhvatamaður þess að leita til Vals. Hann spilaði fyrstu árin með meistaraflokki og átti eftir að vinna mikið og gott starf innan Vals, sem leikmaður, þjálfari og stjórnarmaður. Þjálfari meistaraflokks fyrstu árin var Ólafur Thorlacius. Nánar er fjallað um tilurð þess að stofnuð var körfuknattleiksdeild innan Vals annars staðar í blaðinu.

Á tímamótum sem þessum er gaman að rifja upp fyrstu sigrana, stærstu stundirnar og skoða hvað finnst í verðlaunasafni Vals að Hlíðarenda sem minnr á fyrstu afrek körfuknattleiksdeildar.

Það tók ekki nema nokkra mánuði að vinna fyrsta Íslandsmeistaratilinn en það var 3. fl. karla sem það gerði árið 1971. Þetta lið vann svo aftur Íslandsmeistín næstu tvö ár á eftir í 2. flokki, eða árin 1972 og 1973.



Fyrsta medalían sem vannst í Íslandsmeistímóti. 3. fl. unglínga vann til hennar. Þessi medalía var fengin að láni hjá Torfa Magnússyni.



Þrjár fyrstu medalíurnar fyrir unnin Íslandsmeistímót í körfu innan félagsins. Sú fyrsta lengst til vinstri en það var 3. fl. sem það gerði. Næstu tvær vann 2 fl. árin 1972 og 1973. Allar þrjár fengnar að láni hjá Torfa Magnússyni.



Fyrstu Íslandsmeistarar Vals í Körfuknattleik. Aftari röð f. v.: Torfi Magnússon, Þorbjörn Guðmundsson, Jón I. Ragnarsson, Kristinn Valtýsson, Gunnar Svanlaugsson, Gísli Guðmundsson, Jóhannes Magnússon, Sigurður Helgason, form. Körfuknattleiksdeildar. — Fremri röð f. v.: Þórhallur Runólfsson þjálfari, Hörður Bachmann, Helgi Kjærnested og Kjartan Jóhannesson.

Mynd af meisturum 3 fl. sem vann 1. Íslandsmeistaratilinn í körfu fyrir Val 1971.



2. fl. Vals sem vann Íslandsmeistímótin árin 1972 og 1973. Á myndinni eru í aftari röð frá vinstri: Þórður Þorkelsson, formaður Vals, Ólafur Thorlacius þjálfari, Torfi Magnússon, Hafsteinn Hafsteinsson, Jóhannes Magnússon, Gunnar Svanlaugsson og Sigurður Már Helgason, formaður körfuknattleiksdeildar. Fremri röð frá vinstri: Jón Ingvar Ragnarsson, Viðar Pétursson, Jón Björn Sigtryggsson, Gísli Guðmundsson, Kristinn Valtýsson og Sigurður Ingi Geirsson.



**Íslands-, bikar- og Reykjavíkumeistarar Vals í körfuknattleik 1983.** Aftari röð frá vinstri: Hannes Birgir Hjálmarsson, Kristján Ágústsson Bjartmarz, Björn Zoega, Torfi Magnússon, Sigurður Hjörleifsson, Leifur Gústafsson, Tim Dwyer, Hafsteinn Hafsteinsson, Gunnar Svavaron. Fremri röð frá vinstri: Páll Arnar, Einar Kristjánsson, Einar Ólafsson, Ríkharður Hrafnkelsson, Tómas Holton og Jón Steingrímsson.

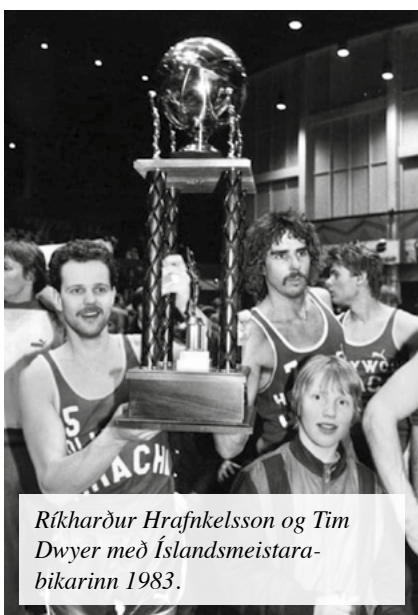


Efri mynd: Fyrsti bikar meistaraflokks karla í Reykjavíkurmóti, unninn til eignar. Neðri mynd: Fyrstu medaljur mfl. karla á Íslandsmóti og í bikarkeppni, fengnar að láni hjá Torfa.

Það liðu nokkur ár þar til meistaraflokkur karla vann sinn fyrsta stóra titil fyrir félagið en í þessu greinarkorni er ég að einblína á Íslands-, bikarmeistara- og Reykjavíkurmót. Það gerði liðið 1978, þegar það varð Reykjavíkumeistari, en liðið átti eftir að vinna það mót oft næstu ár á eftir. Þetta lið skipuðu þeir, Einar Mathiesen, Auðunn Óskarsson, Helgi Sigurðsson, Kristján Ágústsson, Hafsteinn Hafsteinsson, Sigurður Hjörleifsson, Gústaf Gústafsson, Tim Dwyer, Lárus Hólm, Ríkharður Hrafn-

kelsson og Þórir Magnússon. Þetta lið átti eftir að láta að sér kveða næstu árin sem var sannkallað gullskeið Vals í körfu karla.

Fyrstu titlar meistaraflokks karla á Íslandsmóti og í bikarkeppni unnust sama árið, eða nánar tiltekið 1980 og urðu þeir þar með þrefaldir meistarar þar sem þeir unnu auk þess Reykjavíkurmótið. Það átti eftir að gerast aftur árið 1983. Fyrirlíði þau ár og til loka ferilsins var Torfi Magnússon sem kom til Vals frá KFR, stofnár körfunnar innan Vals.



Ríkharður Hrafnkelsson og Tim Dwyer með Íslandsmeistarabikarinn 1983.

### Stigamet

Þórir Magnússon var einn þeirra leikmanna sem kom frá KFR í Val 1970 þegar deildin var stofnuð. Þegar þar var komið sögu hafði hann sett stigamet með KFR á móti ÍS tímabilið 1966–1967 þegar hann skoraði 57 stig. Afrekið er glæsilegt þegar hugsað er til þess að á þessum tíma var þriggja stiga reglan ekki fyrir hendi. Þetta met hefur ekki verið slegið af Íslendingi enn þann dag í dag.



## Kvennakarfan í Val

Árið 1993 dró til tíðinda þegar meirihluti liðsmanna ÍR-kvenna óskaði eftir félagsskiptum yfir í Val en þá var Valur ekki með meistaraflokk í kvennakörfu, en hafði stofnað stúlknaflokk árið 1991 sem Anna Björg Bjarnadóttir landsliðskona þjálfaði. Það varð úr að Valur skráði meistaraflokkslið til keppni 1994 og þar með átti félagið meistaraflokk í báðum kynjum. Þær byrjuðu vel og urðu Reykjavíkurveistarar árið 1994.

En það eru ekki alltaf jólin; og þegar karlaíð Vals féll niður um deild 1996 var ákveðið að leggja niður kvennakörfuna. Það var ekki fyrr en haustið 2007 að hún var endurreist með komu ÍS kvenna sem vildu koma í Val þegar liðið var lagt niður hjá ÍS. Stóru titlarnir létu bíða eftir sér en þegar að því kom, þá var það gert með eftirminnilegum hætti. Árið 2019 varð liðið Íslands- og bikarmeistari með Darra Frey Atlason sem þjálfara. Fyrirliðar voru Guðbjörg Sverrisdóttir og Hallveig Jónsdóttir. Liðið varð svo deildarmeistari árið 2020 áður en mótið var flautað af vegna Covid-19.



## Aftek 1992

Haustið 1992 gerast þau tíðindi að Valur á lið í Evrópukeppni karla í öllum boltgreinum en það hafði aðeins einu liði í Evrópu tekist, Barcelona. Ekki leiðinlegur félagsskapur það!

## Körfuknattleiksmaður Vals kosinn fyrst árið 1983

Eftir keppnistímabilið 1983 kaus Valur fyrst „Körfuknattleiksmann Vals“. Fyrir valinu varð Tómas Holton, einn leikmanna af þeim eðalárgangi 1964 sem voru að stíga sín fyrstu skref með meistaraflokki 1983 og áttu eftir að gera garðinn frægan með Val næstu árin.

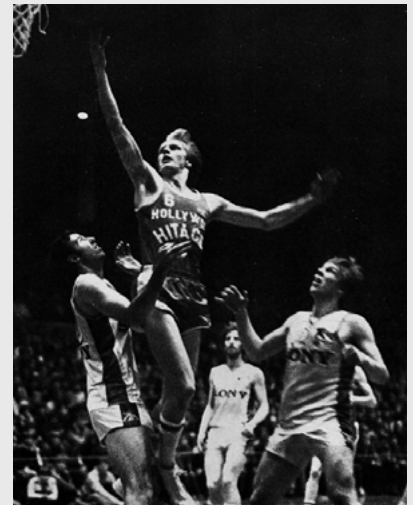


Meistaraflokkur kvenna sem vann fyrsta titilinn fyrir félagið í körfuknattleik kvenna. Reykjavíkurveistarar 1994. (Mynd áður birt í Valsblaðinu 1994)

Efri röð frá vinstri: Svali Björgvinsson, þjálfari, Kristjana Magnúsdóttir, Jenný Andersson, Hrönn Harðardóttir, Elín Harðardóttir, Linda Stefánsdóttir, Sigrún Jónsdóttir. Nedri röð frá vinstri: Guðrún Árnadóttir, María Leifsdóttir, Alda Jónsdóttir, Ingibjörg Magnúsdóttir og Hildigunnur Hilmarsdóttir.

## Torfi Magnússon

Torfi lék yfir 400 leiki, hafði skorað yfir 6000 stig og spilað 131 landsleik áður en hann lagði skóna á hina frægu hillu eftir tímabilið 1987. Saga körfunnar er samofin sögu Torfa, því hann kom í Val frá KFR 1970 og enn þann dag í dag starfar hann í bakvarðarsveit körfunnar ef svo má að orði komast þó að hann hafi hætt í stjórn 2011. Hann á að baki áratuga starf ýmist sem leikmaður og fyrirliði, þjálfari, stjórnmaður eða aðstoðarmaður við uppsetningu leikja sem hann sinnir enn þann dag í dag sem og ljósmyndun. Torfi var sæmdur gullmerki félagsins á 100 ára afmæli Vals fyrir störf sín.



## Pétur Guðmundsson

Pétur Guðmundsson spilaði með yngri flokkum Vals í 4 ár en var svo farinn utan. Það hefði ekki verið leiðinlegt að sjá hann spila með meistaraflokki Vals. En það var einsýnt að leikmaður með hans hæfileika væri eftirsóttur erlendis. Hann átti þó eftir að spila með liðinu, þegar hann kom heim og kláraði tímabilið 1981 og varð bikarmeistari með liðinu. Eftir það tímabil fór hann aftur utan til að spila í NBA deildinni, fyrstur Íslendinga. Pétur gaf Val peysuna sína frá veru sinni í LA Lakers.





Glaðbeittir, glæsilegir sigurvegarar í Íslandsmóti og bikar árið 2019. Þær mega vera stoltar af því að nú er loks komið ártal á vegginn og örugglega ekki það síðasta! Þarna eru þær stóllur um það bil að hampa Íslandsmeistarabikarnum, Guðbjörg Sverrisdóttir, fyrirlíði og Hallveig Jónsdóttir, varafyrirlíði. Hinar fylgjast spenntar með. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs



Íslands- og bikarmeistarar Vals í körfuknattleik kvenna 2019: Efri röð frá vinstri: Darri Freyr Atlason, þjálfari, Marín M. Jónsdóttir, Kristín M. Matthíasdóttir, Guðbjörg Sverrisdóttir fyrirlíði, Guðný Þóra Guðnadóttir, sjúkraþjálfari, Helena Sverrisdóttir, Dagbjört Samúelsdóttir, Aníta Rún Árnadóttir, Simona Podesova, Ásta J. Grímsdóttir, Guðlaugur Ottesen Karlsson, liðsstj., Tanja Kristín Árnadóttir, Elísabet Thelma Róbertsdóttir, Elísabet Arnardóttir og Guðrún Ásta Halldórsdóttir, liðsstjórar. Neðri röð frá vinstri: Heather Butler, Dagbjört D. Karlsdóttir, Hallveig Jónsdóttir, Bergþóra Holton Tómasdóttir og Arna Dís Heiðarsdóttir. Ljósmynd / Þorsteinn Ólafs



Fyrsti Íslandsmeistarabikar meistara-flokks kvenna í Dominos-deildinni, unninn til eignar 2019 og medaljur fyrir sigrana 2019 sem og deildarmeistaratitilinn 2020.



Ég læt hér lokið þessari upprifjun frá upphafi körfunnar innan Vals til vorra daga en tilgangurinn var að rifja upp hvernær fyrstu sigurnar litu dagsins ljós með smá söguvafi. Þakkir til Torfa Magnússonar, Þorgríms Þráinssonar, Þorsteins Ólafs, Guðbjargar Sverrisdóttur, Kristjónu Bjarkar Magnúsdóttur, Svala Björgvínssonar og Kristjáns Ásgeirssonar.

Margrét Bragadóttir  
Minjanefnd Vals.

# Líkfylgdin í spor Toms

## Gekk umhverfis Friðrikskapellu til styrktar Friðrikssjóði

### Knattspyrnufélagið Valur í Reykjavík átti 109 ára afmæli 11. maí og af því tilefni efndi gönguhópurinn Líkfylgdin til áheita til styrktar Friðrikssjóði

Knattspyrnufélagið Valur í Reykjavík átti 109 ára afmæli 11. maí og af því tilefni efndi gönguhópurinn Líkfylgdin til áheita til styrktar Friðrikssjóði. Hópurinn gekk 109 hringi í kringum Friðrikskapellu á Hlíðarenda að hætti Toms Moores og var takmarkið að safna 180.000 krónum en reikna má með að söfnunarféð hafi að minnsta kosti tvöfaldast.

Tom Moore, fyrrverandi ofursti í breska hernum, vakti heimsathygli þegar hann ákvað í tilefni 100 ára afmælis síns 30. apríl að safna þúsund pundum, um 180.000 kr. á gengi dagsins, til styrktar breska heilbrigðiskerfinu vegna kórónuveirufaraldursins. Hann fór í betri fötin, setti á sig heiðursmerkin og með stuðningi göngugrindar gekk hann 100 hringi í garðinum heima á nokkrum dögum fyrir afmælið. Innan sólarhrings hafði hann náð takmarkinu og þegar yfir lauk hafði hann safnað um 30 milljónum sterlingspunda, um 5,4 milljörðum.

Lárus Loftsson greip hugmyndina á lofti að hætti matreiðslumannsins. „Líkfylgdin er sérstakur og fámennur gönguhópur, sem hefur gengið saman tvisvar í viku, hægt og stutt í einu,“ útskýrir hann og bendir á að nafnið sé tilkomnið vegna göngulagsins. Hann bætir við að blóðið renni varla í þeim á gönguferðum, vöðvarnir ná ekki að hitna og garparnir viti ekki hvað teygjur eru.

### Til styrktar góðu málefni

„Þegar ég sá þennan aldna Breta ganga til styrktar góðu málefni tók ég eftir að hann var með sama göngulag og Líkfylgdin og ef eitthvað var fór hann aðeins hraðar yfir enda með göngugrind sér til aðstoðar,“ heldur Lárus áfram. „En öllu gamni fylgir nokkur alvara og ég sá að þarna var kjörið tækifæri fyrir Líkfyldina til að



Takið ykkur stöðu Stefán Jóhannsson ræsir göngumennina, sem eru frá vinstri Þórarinn Valgeirsson, Viðar Elíasson og Halldór Einarsson. – Morgunblaðið/Árni Sæberg

láta gott af sér leiða fyrir Friðrikssjóð sem styrkir fjölskyldur sem eiga börn í Val og eiga í tímabundnum fjárhagserfiðleikum. Ég lagði til við göngugarpana að þeir tækju 109 hringi í kringum Friðrikskapellu í tilefni afmælisins og þeir létu sig hafa það.“

Það tók Líkfyldina um 40 sekúndur að ganga hvern hring og því var um rúmlega klukkutíma gang að ræða. „Þeir treystu sér ekki til að taka þetta í einni lotu og skiptu hringjunum því á þrjá daga, laugardag, sunnudag og mánudag,“ segir Lárus, en í gönguhópnum eru Halldór Einarsson, Þórarinn Valgeirsson, Viðar Elíasson og Gunnar Kristjánsson.

Gangan í gær gekk vel fyrir sig. Óttar Felix Hauksson sá um að svokallaðir Melavallarmarsar frá tíð Baldurs Jónssonar vallarstjóra hljómuðu meðan á göngunni stóð. Stefán Jóhannsson frjálfsþróttapjálfi ræsti göngumennina og Óli Pétur Friðþjófsson útfararstjóri fór fyrir þeim í byrjun. Allir voru klæddir í takt við Tom Moore. Að átakinu loknu veitti Valur Benediktsson fyrir hönd skipulagsnefndar þátttakendum medalíur fyrir afrekið. „Þetta tók á en var vel þess virði,“ sagði Halldór eftir gönguna, en enn má styrkja átakið (reikningur: 513-26-7385, kt. 670269-2569).



**Óli Pétur**  
Útfararstjóri  
s. 892 8947



Dalsbyggð 15, 210 Garðabær  
Sími 551 3485 • olip2409@gmail.com





# Hversu oft er hægt að afpanta Háteigskirkju?

Það varð snemma ljóst þegar vírusinn vondi fór að láta á sér kræla að Kóvit og kórsöngur eiga ekki vel saman. Í einni svipan urðu meðlimir Valskórsins að húka heima á mánudagskvöldum. Samæfingar voru bannaðar. Kórsöngur er borðliggjandi smitleið, þéttsetið, andað vel inn og út og margir meðlimir í áhættu-hópi.

Þegar þessir dramatísku atburðir gerðust hafði stefnan verið sett á vortónleikana í byrjun maí. Ragnheiður Gröndal átti að verða þess heidurs aðnjótandi að syngja með kórnum og stjórnandinn Bára Gríms búin að leggja drög að skemmtilegri dagskrá. Þá dundu ósköpin yfir og hvað var til ráða?

## Kóræfingar á Zoom

Svo gat farið ef starf kórsins héldi ekki áfram með einhverjum hætti þá gæti hann hreinlega lognast út af. Sem betur fer reyndist hægt að halda lífi í æfingunum. Eins og fleiri nýtti kórinn sér

tæknina svo boðað var til Zoom-æfinga. Þetta var nýstárleg tilraun. Bára stýrði æfingum heiman frá sér en meðlimir gátu svo sem verið hvar sem var. Auðvitað var ekki um neinn samsöng að ræða. Hópnun var skipt upp í raddir eða þá karlar annars vegar og konur hins vegar. Eingöngu var hægt að kenna raddir og gekk það vel. Engum sögum fer af söngnum því allir nema Bára voru með slökkt á hljóðnemunum í tækjum sínum.

Vonir stóðu til að vírusinn yrði yfirbugaður með vorinu svo halda mætti vortónleikana þrátt fyrir allt. Þær vonir brugðust og Háteigskirkja var því afpöntuð. Hins vegar fór kórinn í sumarfrí með þá von í brjósti að halda mætti veglega hausttónleika. Vírusinn yrði þá sigraður og öllu óhætt. En eins og alkunna er gengi þær vonir ekki eftir. Hausttónleikarnir runnu út í sandinn og Háteigskirkja afpöntuð í annað sinn. Í þeirri vissu að vírusinn yrði loks sigraður í byrjun desember fór Valskórinn að æfa jóla-lög. Jólátónleikar yrðu haldnir síðast í nóvember. Kórfélagar Zoom-æfðu jóla-lög mánudag eftir mánudag í október og nóvember. Þó engin samæfing hafi verið síðan í mars voru kórfélagar sannfærðir um að með góðum jólátónleikum mætti bæta aðdendum Valskórsins upp glötuð tækifæri til að hlýða á kórinn fyrr á árinu.

Vírusinn magnaðist hins vegar upp svo ekki varð við neitt ráðið. Valskórinn varð enn að lúta í lægra haldi og fresta jólátónleikunum. Háteigskirkja var afpöntuð í þriðja sinn. Ef jólátónleikar falla niður eða er frestað er varla annað í stöðunni en að fresta um eitt ár. Valskórinn ætlar hins vegar að fresta jólátónleikunum einungis um tvo mánuði eða þangað til síðast í janúar. Hér er um nýmæli að ræða ... jólátónleikar í janúar ... ef vírusinn leyfir.

# Fulltrúaráð Vals og Friðrikshatturinn

Fulltrúaráðið hefur ekki farið varhluta af Covid-19 á yfirstandandi ári frekar en annar félagsskapur og nú hefur stjórnin ákveðið að fastsetja fundi á næsta ári, einu sinni í mánuði sem byrja eftir að séð hefur verið fyrir óværunni. Góður vinur og félagi, Már Gunnarsson, lést í haust. Mási var duglegur að mæta á leiki, fundi og atburði og var ávallt gegnheill Valsari. Það er mikil eftirsjá að þessum skemmtilega og vandaða dreng.

Það var ánægjulegt að hittast í Fjósínu til að heiðra og afhenda Friðrikshattinn í níunda sinn. Það var heiðursmaðurinn Þorsteinn Haraldsson sem kom á sínum tíma með hugmyndina um að afhenda árlega völdum Valsara hattinn í þakkar-skyni fyrir vel unnin störf fyrir félagið. Hattur sem strákarnir sem stofnuðu Val með hvatningu Sr. Friðriks keyptu og afhentu honum var fyrsta viðurkenningin sem afhent var innan félagsins og þetta

var svokallaður kúluhattur (bowler). Það var á sínum tíma nokkuð snúið að finna hatt þessarar tegundar en Sigurður Haraldsson fór í allar hugsanlegar verlanir og að lokum, með seiglu, tókst honum að finna eintak. Fyrsti handhafi hattsins var Elías Hergeirsson en síðan hafa veitt honum viðtöku: Lárus Loftsson, Guðni Olgeirsson, Jóhannes Jónsson, Svanur Gestsson, Róbert Jónsson, Margrét Bragadóttir og nú Evert Kr. Evertsson. Allir hafa þessir einstaklingar verið afskaplega vel að þessum heiðri komnir. Það var fengur fyrir Val þegar Evert gekk í Val og hefur hann lagt mikið af mörkum til félagsins í vinnu og með fjárhagslegum stuðningi. Evert á mikið safn muna sem tengist Val og er ólíklegt að annað sambærilegt sé til nema hjá félaginu sjálfu.

*Halldór Einarsson formaður fulltrúaráðs Vals.*



*Evert Kr. Evertsson handhafi Friðrikshattsins 2020, en hann hefur lagt mikið af mörkum til Val í áramna rás.*



*Frá afhendingu Friðrikshattsins í Fjósínu í byrjun desember 2020. Frá vinstri: Lárus Loftsson, Jón Gunnar Zoega, Evert Kr. Evertsson og Halldór Einarsson formaður fulltrúaráðs Vals.*



*Evert í Fjósínu með tveimur af fyrrverandi handhöfum Friðrikshattsins. Frá vinstri: Lárus Loftsson, Evert Kr. Evertsson og Guðni Olgeirsson.*



**Pétur  
Sveinbjarnarson**  
Fæddur 23. ágúst 1945  
Dáinn 23. desember 2019

Pétur Sveinbjarnarson fæddist í Reykjavík 23. ágúst 1945. Hann lést á Kanaríeyjum 23. desember 2019. Foreldrar hans voru Guðrún Pétursdóttir f. 6.3. 1911, d. 13.1. 1983 og Sveinbjörn Tímóteusson, f. 26.2. 1899, d. 26.4. 1988. Systkini Péturs eru Helga sölufulltrúi, f. 10.7. 1937 og Magnús bóndi og landpóstur, samfedra, f. 25.11. 1929, d. 30.4. 2016.

Fyrri eiginkona Péturs er Auðbjörg Guðmundsdóttir, þau skildu. Synir þeirra eru Guðmundur Ármann f. 9.5. 1969 og Eggert f. 18.7.1973. Síðari eiginkona Péturs var Edda Kristin Aaris Hjaltested, f. 11.8.1945, d. 4.10. 2004. Synir hennar eru Friðrik Örn f. 18.2. 1970 og Óli Rafn f. 17.8.1974.

Það var mikið gæfuspör þegar forystumenn Vals beittu sér fyrir því að félagið keypti bújörðina Hlíðarenda árið 1939. Þar með hafði félagið eignast aðstöðu til framtíðar. Á árunum eftir seinni heimstyrjöldina byggðist Hlíðahverfið hratt upp og þangað fluttu margar barnafjölskyldur. Valsvöllurinn hafði mikið aðdráttarafl og gríðarlegur fjöldi barna og unglinga sótti æfingar á Hlíðarenda. Pétur Sveinbjarnarson sleit barnskónum í Drápuhlíðinni eða kannski öllu fremur á Valsvellinum þar sem hann var alltaf þegar tími vannst til. Hann var aðeins sjö ára gamall þegar hann lék sinn fyrsta leik með 5. flokki Vals og fljótlega var honum treyst fyrir fyrirliðabandinu. Pétur varð Íslandsmeistari með 4. og 3. flokki. Hann lagði mikla rækt við æfingar, náði afburða knattleikni og varð ásamt Sigurði Gunnarsyni fyrstur Valsdregja til að öðlast gullmerki KSÍ fyrir knattprautir. Pétur hætti knattspyrnuíðkun á unglingsárunum en hann átti síðar eftir að sinna ýmsum forystustörfum í þágu Vals allt til æviloka.

Á árunum 1976–1980 var Pétur formaður stjórnar knattspyrnudeildar Vals og formaður félagsins 1981–1988. Hann var aðalhvatamaður að byggingu Séra Friðriks kapellu og var formaður framkvæmda-nefndar um byggingu hennar 1989–1993 er hún var vígð. Þá var hann í nefnd sem vann að endurgerð Fjóssins sem opnað var í nýrri mynd árið 2018. Þegar nýtt íþróttahús var vígt haustið 1987 vék Pétur, af skyldu eldri Valsmanna við þá yngri, þessum orðum að þeim í ræðu sinni: „Við eigum að fræða þá yngri um uppruna og sögu Vals og innræta virðingu fyrir félaginu. Fara ætíð rétt með nafn, merki, búning og Valsönginn. Standa vörð um Valsblaðið, hefðir og venjur. Þetta er í senn grunnur og umgjörð Vals í leik og starfi.“ Þessi orð lýsa skilningi á því hvað sameinar okkur í Val og eiga ávallt erindi til okkar. Frá árinu 2017 þegar Valshjartað ehf. var stofnað, varð Pétur formaður stjórnar Valshjartans og gegndi því starfi til dauðadags. Fyrir störf sín á vegum Vals hlaut hann Valsorðuna 1991 og á aldarafmæli félagsins hinn 11. maí 2011 var hann gerður að heiðursfélagi Knattspyrnufélagsins Vals.

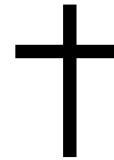
Pétur vann við margvísleg störf. Hann var blaðamaður á Vísi 1961–1963, var forstöðumaður skrifstofu sem sá um undirbúning vegna gildistöku hægri umferðar árið 1968 og framkvæmdastjóri Umferðaráðs frá stofnun árið 1969 til 1976. Þá var hann framkvæmdastjóri Iðnkynningar 1977, framkvæmdastjóri Asks, Veitingamannsins og Jumbo 1981 til 1987 og framkvæmdastjóri Þróunarfélags Reykjavíkur 1990–2000. Pétur tók þátt í ýmsum félagsstörfum. Hann var virkur í skáta-hreyfingunni á yngri árum, var formaður Heimdallar og sat í stjórn Sambands ungra sjálfstæðismanna, sat í Æskulýðsráði Reykjavíkur og stjórn Æskulýðssambands Íslands og í framkvæmdastjórn Hjálparstofnunar kirkjunnar svo eitthad sé nefnt.

Það sem stendur upp úr ásamt störfunum í Val er án efa framlag hans til Sólheima í Grímsnesi. Pétur sat í stjórn Sólheima, sjálfseignarstofnunarinnar, árin 1979 til 2018 og var formaður frá árinu 1983. Í stjórnartíð hans var staðurinn stórefldur með uppbyggingu í þágu fatlaðra einstaklinga í anda Rudolfs Steiner og Sesselju Sigmundsdóttur sem stofnaði Sólheima fyrir 90 árum. Pétur var sæmdur riddarakrossi hinnar íslensku fálkaorðu árið 2007 fyrir félagsstörf og þá ekki síst forystuhlutverk sitt í starfi Sólheima. Í heiðurs- og þakklátisskyni fyrir störf sín í þágu Sólheima var Péturstorg opnað á staðnum hinn 23. ágúst 2020 en á þeim degi hefði Pétur orðið 75 ára. Nokkrir Valsmenn lögðu fram fé til að standa undir kostnaði við gerð minnismerkis um Pétur og stendur

það á Péturstorginu. Á minnismerkið eru rituð orðin „Frumkvöðull, eldhugi og haleyypa til verka“. Það eru orð við hæfi.

Pétur Sveinbjarnarson var traustur og tryggur vinur vina sinna. Hann var gæddur þeirri náðargáfu að geta fundið frábæra samstarfsmenn sem ávallt voru tilbúnir til að leggja sig fram um að ná settu marki. Allir fengu verkefni við sitt hæfi. Ekki síst þess vegna varð árangurinn góður. Vinir og samstarfsmenn munu ætíð minnst hans fyrir forystuhæfileika og hvernig hann hvatti menn til dáða. Knattspyrnufélagið Valur mun án efa geyma nafn hans meðal þeirra sem unnið hafa mest og best fyrir félagið í gegnum tíðina.

Fríðrik Sophusson



**Heimir Jónasson**  
fæddur 13. apríl 1966  
Dáinn 28. mars 2020

Flautað hefur verið til leiksloka hjá Valsmanninum og vini okkar, Heimi Jónassyni. Þrátt fyrir skammvinn veikindi fékk hann langþráða hvíld. Blessuð sé minning hans. Heimur var Valsmaður í húð og hár og varði stórum hluta æskuáranna að Hlíðarenda. Hann var hluti af hinum litríka og sterka '66 árgangi ásamt Jóni Gretari, Anthony Karli, Berki Edvardssyni, Bergsveini Sampsted, Snævari Hreins, Stefáni Hilmar og Svala Björgvins, svo fáeinir séu nefndir.

Þessir guttar urðu Íslandsmeistarar í 5. flokki í fótbolta árið 1978, undir stjórn Inga Björns Albertssonar, hetjunnar úr meistaraflokki. Heimur vann sér það til frægðar að skora úrslitamarkið á móti Keflavík, með tanni af 40 metra færi, en leikurinn fór fram í Vestmannaeyjum í 18 vindstígum. Heimur lék á kantinum og þótti lipur og lunkinn og sérstaklega sterkur félagslega. Þeim styrkleika hélt hann til æviloka enda hvers manns hugljúfi og mikill húmoristi. Tveimur árum síðar varð



Heimir ásamt félögum sínum í Val sem urðu Íslands- og haustmeistarar í 4. flokki 1980. Aftari röð frá vinstri: Jóhann Larsen þjálfari, Eyjólfur Finnsson, Jón Grétar Jónsson, Heimir Jónasson, Örn Guðjónsson, Ragnar Helgi Róbertsson, Kristján Ágústsson, Snævar Hreinsson, Brynjar Kristjánsson, Skorri Óskarsson, Magnús Jón Björnsson og Grétar Halldórsson. Fremri röð frá vinstri: Sigurbergur Ólafsson, Þorvaldur Skúlason, Anthony Karl Gregory, E. Börkur Edvardsson, Bergsveinn Sampsted, Svali Björgvinsson og Þorsteinn Guðmundsson. Á myndina vantar tvíburana Magnús og Pál Harðarsyni.

Heimir aftur Íslandsmeistari með Val, þá í 4. flokki undir stjórn Jóhanns Larsen, eftir stórsigur gegn Þór Akureyri á Kópavogsvelli. Sama ár varð liðið haustmeistari.

Vinskapur Valsmanna í '66 árgangnum hefur verið öflugur frá æskuárunum og þegar Börkur og Jón Gretar tóku við stjórnartauunum í knattspyrnudeild Vals var Heimir þeim innan handar í markaðsmálum og fleiru enda starfið margt. Og seinna var hann í stjórn handknattleiksdeildar.

Heimir var líka vaskur körfubolta- maður en fyrst og síðast góður liðsmaður og félagi í Val og með yngri landsliðum Íslands. Hann gerði allar æfingar skemmtilegri og hafði það að leiðarljósi að gleðja, kæta og hvetja aðra. Heimir hefði getað orðið afbragðs körfuboltamaður ef hann hefði gefið sér betri tíma en hugur hans var víða og hæfileikar á mörgum sviðum. Bræður hans voru líka að Hlíðarenda öllum stundum; Matti í körfubolta og Júlli í handbolta.

Heimir kom víða við á sínum starfsferli og hafði svo sterka útgeislun að allir virtust þekkja kappann. Og þeir sem þekktu hann ekki vissu af honum. Hann varð snemma leiðtogi og auðsæð að hann átti eftir að láta víða að sér kveða. Ummæli allra sem umgengust hann eru á einn veg: einstakur drengur, með félagshæfni ofar öðrum og kímniáfu sem bar af.

Heimir var tíður gestur að Hlíðarenda hin síðari ár, kannski vegna þess að æskustöðvarnar skipta miklu máli þegar sólin hnígur til víðar. Hann lét engan bilbug á sér finna þótt hann færi hægt yfir og brosið og kærleikurinn var hans leiðarljós.

Sjálfur kynntist ég Heimi í Verslunarskóla Íslands þar sem við vorum bekkjar-

félagar eitt árið og útskrifuðumst saman sem stúdentar. Heimir var alla tíð jákvæður og skemmtilegur félagi sem gaf mikið af sér. Það er mikil eftirsjá af Heimi og hans verður sárt sagnað.

Fyrir hönd Knattspyrnufélagsins Vals votta ég Berglindi og börnum þeirra, vinum og fjölskyldu, samúð okkar allra.

Árni Pétur Jónsson formaður Vals



## Már B. Gunnarsson

Fæddur 21. febrúar 1945  
Dáinn: 12. október 2020

Fyrir 70 árum flutti í Barmahlíð 28 ungur strákur að nafni Már B. Gunnarsson. Ég átti þá heima í Barmahlíð 32 og varð okkur fljótt vel til vina enda nóg um drullupolla í Barmahlíðinni, mæðrum okkar til mikils ama.

Hugvitsemi Mása var mikil en einn daginn kom hann til mín og bað um límband, en hann hafði þá undir höndum stofnsamning að leynifélagi sem skyldi heita Marsbræður og voru 4 meðlimir skráðir, en ásamt okkur tveimur voru það tvíburarnir Kjartan og Guðmundur Lárussynir, en þeir bjuggu í Barmahlíð 30. Samningurinn var síðan margvafinn í límbandið þannig að hann mundi ekki eyðast þegar við grófum hann í jörðu í einum ákveðnum garði í Barmahlíðinni. Á seinni árum höfðum við oft rætt um að grafa hann upp en höfðum verið hræddir við of mikið jarðrask.

Eftir að ég flutti upp í Háuhlíð 12 ára gamall, ákváðum við Mási að safna á áramótabrennu í hlíðinni fyrir neðan gamla golfskálann sem þar var. Gekk okkur mjög vel að safna og þegar leið að áramótum birtust allt í einu tveir filelfir lögreglumenn og spurðu höstuglega hvurn þremilinn við værum að gera og hvort við hefðum leyfi fyrir brennu. Nú voru góð ráð dýr en þá heyrst í Mása hátt og snjallt „Við erum Hvítu Riddarnir og erum með leyfi frá Bjarna Ben og Jóni Sigurðssyni slökkviliðsstjóra“ og bendir um leið á húsinn þeirra Bjarna og Jóns í Háuhlíðinni. Það sást í iljarnar á lögreglumönnum og fékk brennan okkar að standa öröskuð til áramóta.

Eitt sumarið bauðst mér að fara í „stuttan túr“ erlendis með Langá skipi Hafskips h/f. Áhöfnin var ekkert slor, en þar voru Mási og Tómas Bond Hannesson hásetar, bátsmaður var Bjarni Halldórsson, stýrimaður Guðmundur Ásgeirsson og skipstjóri Steinarr Kristjánsson með tveimur errum eins og hann sjálfur tók alltaf framm. Þessi „stutti túr“ varð að einu samfelldu ævintýri fyrir ungan mann sem mig, vélabilun og slippur erlendis, og tók ferðin að lokum 6 vikur.

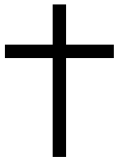
Við Mási vorum saman í stjórn handknattleiksdeildar Vals og það var kannski þess vegna (smá grín) sem Valur varð Íslandsmeistari og tók þátt í Evrópukeppni meistara. Við unnum líka Svíþjóðarmeistara, lögðum Spánarmeistara að velli og spiluðum úrslitaleik við Þýskalandmeistara sem við hefðum ef til vill unnið hefði Óli Ben. í markinu ekki tognað aftan í læri í upphafi leiks og þurft að yfirgefa völlinn.

Árið 1992 bauð Mási mér inngöngu í Oddfellowregluna og eru það mín mestu gæfuspor.

Nú er Már vinur minn kominn í aðra vídd, en ég veit að honum líður vel.

Við Beta sendum dætrum, fjölskyldum og vinum okkar innilegustu samúðarkveðjur.

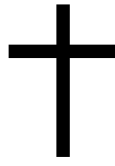
Elísabet og Jóhann J. Hafstein.



**Stefán  
Hallgrímsson**  
Fæddur 27. nóvember 1928  
Dáinn 11. mars 2020

Kvatt hefur sómamaðurinn Stefán Hallgrímsson sem mun hafa verið elstur af þekktum Valsmönnum þegar hann kvaddi. Stefán hóf snemma að æfa knattspyrnu og náði þar góðum árangri og var mikilvægur hlekkur í traustum hópi leikmanna og varð Íslandsmeistari með félaginu 1956. Stefán lék einkum í stöðu sem kölluð var haff en kallast á seinni árum miðvallarspilari. Seinna meir tók hann einnig virkan þátt sem leikmaður í handknattleikslíði félagsins og varð mjög góður markvörður og gat það farið í taugarnar á stórskyttum andstæðingana hversu oft hann greip boltann. Ein helsta skytta andstæðinga hafði einmitt á orði að það væri lamandi að skjóta þrumuskoti að marki Vals og sjá svo Stefán grípa boltann eins og ekkert væri. Íslandsmeistari í handbolta varð Stefán fjórum sinnum. Stefán sem var málari að atvinnu var manna þrúðastur og féll vel inn í hóp liðsmanna. Þau Stefán og Edda Björnsdóttir, eiginkona hans sem lék handbolta með meistaraflokki kvenna í Val, bjuggu árin 1962–1965 að Hlíðarenda og sinntu störfum húsvarða og staðarhaldara. Stefán var ágætis skíðamaður og stundaði vel skíðaíþróttina og einkum og sér í lagi frá skíðaskála sem Valur átti í Sleggjubeinsdal nærri Nesjavöllum. Þegar keppnisferlinum lauk í knattspyrnu og handknattleik var Stefán mjög duglegur að sinna málefnum þáverandi skíðadeildar Vals og var mikil félagslíf í kringum alla starfsemi deildarinnar og skálinn vel nýttur. Valsmenn senda fjölskyldu og vinum Stefáns innilegar samúðarkveðjur og um leið þakklæti fyrir óeigingjarnt starf í þágu félagsins.

*Halldór Einarsson f.h. fulltrúaráðs Vals.*



**Guðmundur  
Pálmar  
Ögmundsson**  
Fæddur 17. júlí 1943  
Dáinn 13. júlí 2020

Hann er farinn.

Brottfararspjaldið fékk Guðmundur Pálmar þegar sólin var hátt á lofti á íslenskum sumardeg. Við óskum þess að heimkoman verði góð.

Við kynntumst á Hlíðarenda þegar við vorum unglingar í leik og starfi með Val. Það var um það leyti sem Palli kynntist ástinni sinni, Þórunni, og saman hafa þau gengið alla tíð síðan. Þrjár glesilegar stúlkur eignuðust þau sem allar bera foreldrunum gott vitni. Snemma komum við fjórir saman, ég, Gylfi, Hrafn og Palli til að spila bridge. Meira var það leikur en keppni og þegar menn fluttu af höfuðborgarsvæðinu til lengri dvalar komu Lárus og Hans inn í hópinn og Vilhjálmur um tíma. Það þarf ekki að segja það að þegar menn komu aftur á höfuðborgarsvæðið voru þeir velkomnir í hópinn. Merkasta afrek hópsins var að komast í Gestgjafann með myndum af okkur og uppskrift að dýrindismáltíð „a la Lárus“.

Um Palla má segja að yfir honum var falletur svipur og einstaklega mikil ró, kannski réð pípan þar miklu um! Aldrei heyrði ég hann tala illa um nokkurn mann. Það var ekki hans stíll. Palli barðist lengi við þann vágast sem að lokum hafði betur. Hann tók þessa baráttu af æðruleysi og sagðist lengi vel ekki finna fyrir veikindunum fyrr en ljóst var í ár hvert stefndi. Það var okkur félögunum því ánægja þegar við gátum komið saman í janúar sl. og spilað eins og við gerðum áður þar sem var þó meira hlegið og sagðir brandarar en líka heyrðist þessi sígilda spurning:

Hver var að gefa? Palli gekk ungur í Val en sumardvöl í sveit þýddi að ekki varð mikil um fótboltaæfingar fyrr en á unglingsárum. Hann lék í mfl. Vals á árunum 1961 til 1964 áður en fjölskyldan flutti vestur á Snæfellsnes. Guðmundur Pálmar ólst upp í stórum systkinahópi, „Valsjölskyldan“ úr Stangarholti þar sem m.a. Ágúst og Lárus bræður hans áttu eftir að gera garðinn frægan í Val!

Í einu af síðustu símtölum okkar minntist hann á að hann hafði beðið mig að senda sér einhverjar æfingar sem hann gæti notað vestur á Gufuskálum, en kílóin voru að bætast á meiru en góðu hófi gegndi. Palli sagðist hafa notað þessar æfingar með góðum árangri. Ég hefði gaman af að sjá þessar æfingar núna. Þá rifjuðum við upp að ég fékk hann sem sérfræðing til að aðstoða mig við kaup á útvarpi með sambyggðum plötuspilara og kassettutæki. Við fórum búð úr búð þangað til hann spurði hvort ég væri að kaupa þetta fyrir mig eða gesti mína. Er einhver munur á því – spurði ég, og hann sagði það væri mikill munur. Af hverju? „Þú ert laglaus og heyrir hvort sem er engan mun. Fyrir þig kaupir þú ódýrt tæki, annars dýrt fyrir gesti.“ Ég keypti ódýrt. Hreinskilinn vinur hann Palli.

Sjálfur, ef vin þú átt góðan í grennd gleymdu ekki, hvað sem á dynur, að albesta sending af himnunum send er sannur og einlægur vinur.

*(Höf. ók, Þýðing Sig. Jónsson)*

Við félagarnir drjúpum höfði og sendum Þórunni, dætrum og fjölskyldunni allri innilegustu samúðarkveðjur.

*Róbert Jónsson.*



## Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Hafdís Alexandersdóttir

Hjalti Þór Pálmason

Hafrún Kristjánsdóttir

Hörður Gunnarsson

Halldór Einarsson

Hörður Hilmarsson

Halldór Eypórsson

Ingi Rafn Jónsson

Hallfríður Brynjólfsdóttir

Ingólfur Friðjónsson

Hanna Katrín Friðriksson

Ingvi Hrafn Jónsson

Hans B. Guðmundsson

Jakob Sigurðsson

Hans Herbertsson

Jóhann Alfreð Kristinsson

Haukur Rúnar Magnússon

Jóhann B. Birgisson

Helena Þórðardóttir

Jóhann Hafstein

Helgi Benediktsson

Jóla- og áramótakveðja frá  
Málningarvörum ehf.

Helgi I. Jónsson

Jón Garðar Hreiðarsson

Helgi Magnússon

Jón Gíslason

Helgi Rúnar Magnússon

Helgi Sigurðsson

Jón Gretar Jónsson

Hilmar Böðvarsson

Jón Gunnar Bergs

Hilmar Sighvatsson

Jón Gunnar Zoëga

Hilmar Sigurðsson

Jón Halldórsson forseti Urriðans

Hilmir Elísson

Jón Höskuldsson



# KOMDU Í HÓP SNJALLRA VIÐSKIPTAVINA

- öryggiskerfi sem þú hefur í hendi þér.

Þú getur stýrt **Snjallörygginu** þínu hvar og hvenær sem er og búið til þínar eigin snjallreglur.

Með **Snjallöryggisappinu** getur þú:



Gert öryggiskerfið virkt og óvirkt



Fylgst með hvort hurðir séu opnar



Fylgst með hitastigi



Opnað fyrir myndavél og upptökur



Fylgst með reykskynjara



Fengið tilkynningu um vatnsleka



Stjórnað lýsingu með snjallperum



Stjórnað raftækjum

## SNJALLÖRYGGISPAKKAR



Stjórnstöð



Hreyfiskynjari



Stjórnbord



Sirena



2xflögur

## SNJALLÖRYGGI 3

Stjórnstöð **+3 skynjarar**  
Stjórnbord **að eigin vali**  
Sirena **(hámark 1 hreyfiskynjari með myndavél)**

2 flögur

**Verð 6.900 kr. á mán.**

## SNJALLÖRYGGI 5

Stjórnstöð **+5 skynjarar**  
Stjórnbord **að eigin vali**  
Sirena **(hámark 1 hreyfiskynjari með myndavél)**

2 flögur

**Verð 7.900 kr. á mán.**

**Val um skynjara í þökkum:** Hreyfiskynjari með myndavél – Hefðbundinn hreyfiskynjari Reykskynjari – Hurðarrafri – Vatnsskynjari **Stofnkostnaður: 19.900 kr.**



ÞÚ STJÓRNAR  
VIÐ VÖKTUM



SNJALLÖRYGGI

## Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Jón Kristjánsson

María Hjaltalín

Jón S. Helgason

Markús Máni Michaelsson Maute

Jónas Guðmundsson

Nikulár Úlfar Másson

Júlíus Jónasson

Oddný Sturludóttir

Karl Axelsson

Orri Freyr Gíslason

Karl Björnsson

Ólafur Gústafsson

Karl Guðmundsson

Ólafur Már Sigurðsson

Karl Harry Sigurðsson

Ómar Sigurðsson

Karl Jónsson

Óskar Bjarni Óskarsson og fjölskylda

Kjartan Georg Gunnarsson

Óttar Felix Hauksson

KOM (Friðjón Friðjónsson)

Páll Ragnarsson, Sauðárkróki

Kristján Ásgeirsson

Páll Steingrímsson

Kvan travel

Pétur Magnús Sigurðsson

Lárus Bl. Sigurðsson

Reynir Vignir

Lárus Blöndal

Róbert Jónsson

Leifur Aðalgeir Benediktsson

Sigtryggur Jónsson

Skiltakarl

Sigurður Ásbjörnsson

Leonard, Kringlunni

Sigurður Helgason stofnandi

Margrét Bragadóttir

körfuknattleiksdeildar



**30**  
**LÖGGILTIR**  
**FASTEIGNA-**  
**SALAR**

**REYNSLA & FRAMÚRSKARANDI ÞJÓNUSTA**

**VILDARKORT**

**LIND**  
FASTEIGNASALA

**- FÁÐU MEIRA**

Kaupendur og seljendur hjá Lind fasteignasölu fá **VILDARKORT LINDAR** sem veitir **30% AFSLÁTT** hjá eftirfarandi fyrirtækjum: S. Helgason, Flügger litir, Betra Bak, Ísleifur Jónsson, Dorma, Húsgagnahöllin, Flísabúðin, Parket & Gólf.



LIND Fasteignasala  
**Uppspretta**  
**ánægjulegra**  
**viðskipta**

## Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Sigurður K. Pálsson	Torfi Magnússon
Sigurður Lárus Hólm	Tómas H. Heiðar
Sigursteinn Gunnarsson	Tranberg slf
Skúli Edvardsson	Úlfar Másson
Smart Sólbaðstofa	Valdimar Grímsson
Smári Þórarinnsson	Viðar Elísson
Snorri Steinn Guðjónsson	Þorgrímur Þráinsson
Sonja Jónsdóttir	Þorsteinn Gíslason
Stefan Karlsson	Þorsteinn Gunnar Einarsson
Stefán Hilmarsson	Þorsteinn Haraldsson
Stefán Gunnarsson	Þorsteinn Sigurðsson
Svala Þormóðsdóttir	Þorvaldur Jacobsson
Svali Björgvinsson	Þórarinn G. Valgeirsson
Svanur M. Gestsson	Þórður Agústsson
Sveinn Guðmundsson	Þórhallur Friðjónsson
Sævar Hjálmarsson	Þórir Erlendsson
Sævar Jónsson	Örn Kjærnested
Theódór Hjalti Valsson	(Byggingafélagið Bakki)
Theódór Skúli Halldórsson	

**BOLTINN RÚLLAR  
Á LENGJUNNI.  
VERTU MEÐ!**

**LENGJAN**

**SETTU SPENNU Í LEIKINN!**



**Getraunanúmer  
Vals: 101**

**LAUGARDAGAR**

**ERU BESTIR 1X2**



# Eitt af 25 undrum veraldar

Jarðsjór Bláa Lónsins á sér engan líkan í heiminum. Hann sprettur af 2.000 metra dýpi úr iðrum jarðar þar sem sjór og ferskvatn síast saman í jarðlögin. Jarðhiti veldur efnahvörfum sem gerir jarðsjóinn ríkan af steinefnum, kísli og þörungum sem veitir grunninn að lækningamætti lónsins. **Upplifðu undrið.**



**BLUE LAGOON**  
ICELAND

[bluelagoon.is](http://bluelagoon.is)