



Valsblaðið

69. árgangur 2017

Við erum stoltur styrktaraðili Vals



NA

NORÐURÁL

Til hamingju Valsarar!

Valur er Íslandsmeistari karla í knattspyrnu 2017 eftir stórkostlega frammistöðu í sumar. Norðurál er stoltur stuðningsaðili meistaranna og sendir liðsmönnum og öllum Völsurum innilegar hamingjuóskir. Áfram Valur!



Valsari?

Jólahugvekja 2017



Dr. Sigurður Árni Þórðarson

„Sjáðu jólasveininn! Hann er Valsari.“ Ungur drengur horfði á rauðan jólasvein og komst að þessari óvæntu niðurstöðu. Og þá var nú nauðsynlegt að tala um hvað jólasveinn væri, hvað Valsari og hvernig við gætum skilið hlutverk þessara litskrúðugu furðuvera, sem koma á aðventunni.

Jólasveinar eru áhugaverðir og vert að íhuga merkingu þeirra meðan við undirbúum jólakomuna. Einhverjir þeirra eru Valsarar, en þeir eru örugglega líka í öllum ípróttafélögum landsins.

Við þekkjum hina erlendu og rauðklæddu sankti

Kláusa, sem eru gjafmildir. En svo eru til íslenskir jólasveinar, sem eru rosalegir. Þeir eru fullkomin andstæða erlendu og rauðklæddu kóka-kóla-jólasveinanna. Íslensku sveinarnir gáfu ekkert. Þeir voru bófar, þrjútar og meira að segja dýraníðingar. Þeir tóku það sem fólki þurfti að nota til að lifa. Þegar flestir jólasveinarnir höfðu lokið spellvirkjum sínum kom sá síðasti. Hlutverk hans var skelfilegt. Það var að stela ljósinu úr húsinu. Við getum túlkað það svo, að eftir illvirki bræðra hans hafi Kertasníkir gert hinstu tilraun til að hindra jólakomuna og eiginlega stela jólonum. Ljósíð kemur með jólonum. Ljóslaus jól eru mistök, engin jól. Myrk jól eru merkingarleysa.

Fólk fyrri tíðar var ekki kjánar, sem trúði blint á ævintýri. Sögur um sveinana voru sagðar til að miðla þeim mikilvæga vísdomi, að allir verði að gæta sín, að við ættum að passa okkur. Þetta voru kennslusögur til að minna á, að sótt væri að dýrum, vinnu, stofnunum, lífsviðurværi og heimilum. Jafnvel sálarlífi fólks er hætt. Fólk ætti að gæta sín og sinna.

Fjöldi jólasveina var breytilegur. En hversu margir jólasveinar eru á Íslandi núna? Fleiri en við tökum eftir. Þeir eru jólasveinar, sem eru gráðugir og vilja ná af okkur því góða. Þeir vilja líka skemma þann samfélagsvef, sem við höfum byggt upp. Þegar reynt er að plata okkur til að sóa eða hafa af öðrum eru jólasveinar á ferð. Þeir vilja eyðileggja vinnu okkar og öryggi. Þeir ógna, valda kvíða og beita áreitni. Jólasveinar eru í opinberri stjórnsýslu, í pólitík, í ípróttafélögum, á vinnustöðum, í trúfélögum og góðgerðarstofnunum og jafnvel í þínu húsi. Góð heimili og góðgerðafélög eru í sérstöku uppáhaldi jólasveina. Þangað leita þeir og þykjast góðir.

Allir geta breyst í jólasveina því í okkur býr geta til umbreytingar. Aðeins vilji til góðs er haldgóð vörn. Þann vilja þarf að stæla með ákvörðun, æfingum og lífsafstöðu. Spyrðu þig reglulega: Er ég jólasveinn? Er hann innan í mér? Hvar leitar þú hamingju? Hver eru viðmið þín, gildi, lífshættir, vonir og þrá? Þeir bræður eru á ferðinni allt árið. Þar sem menn eru þar eru jólasveinar. En svo kemur góður sveinn jólanna. Og sá vill ekki ná neinu af þér neinu heldur tryggja þér hamingju og velferð. Hvaða líf viltu?

Gleðileg jól.

Dr. Sigurður Árni Þórðarson sóknarprestur í Hallgrímskirkju

Valur þakkar eftirtöldum fyrirtækjum fyrir samstarfið á liðnu ári

Alark arkitektar	Klettur
Altis ehf	KOM almannatengsl
Ásbjörn Ólafsson	KPMG
Bakarameisterinn	Macron Store
Bauhaus	Mjólkursamsalan
Bílaleiga Akureyrar	Munck
Bílaleiga Flugleiða	Myllan
Bláa Lónið	N1
Borgun	Norðurál
Brauð og Co	Olíuverzlun Íslands hf
Burró	Orkusalan
Byko	Ormsson ehf
CCEP	Pípar auglýsingastofa
Cintamani	Rými Ofnasmiðjan ehf
Efla	Sixt bílaleiga
Egill Árnason	Sjávarsýn ehf
Eimskip hf	Sportmenn ehf
Fóðrun	Sports Direct
GG lagnir	Tapas barinn
Heimilistæki	Tíu ellefu ehf (10-11)
Hópbílar hf	Toyota
Hraðfrystihús	Valitor
Hellisands	Vogue ehf
Hreyfing heilsulind	Ölgerðin Egill
Húsasmiðjan	Skallagrímsson ehf
Icelandair	Öryggismiðstöðin
Innnes ehf	

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

GGLAGNIR ehf
PÍPULAGNINGAÞJÓNUSTA

HENSON

L3
Lögmenn
Laugavegi 3

pwc

Í tilefni af kjöri Bjarna Ólafs Eiríkssonar sem kjörinn var íþróttamaður Vals í þriðja sinn fékk Valur knattspyrnufólk í Val til að lýsa Bjarna Ólafi:

Sigurbjörn Hreiðarsson

„Leikmaður í hæsta gæðaflokki, traustur, skarpur og gegnheill náungi“

Andri Adolphsson

„Bjarni er fyrst og fremst frábær manneskja, fyrirmynd og leiðtogi sem ég hef lært mikið af“

Orri Ómarsson

„Heilsteypur karakter og manneskja ásamt því að vera einhver gáfaðasti fótboltamaður sem ég hef séð og spilað með“

Andri Fannar Stefánsson

„Einstakur liðsfélagi sem er sífellt að leita leiða til að gera betur og taka næstu skref; sem leikmaður og liðsmaður“

Guðjón Pétur Lýðsson

„Leiðtogi og fyrirmynd fyrir alla til að fylgja“

Edvard Börkur Edvardsson, form. knattsp.deildar

„Prautþjálfaður hugsuður og gegnheill Valsmaður“

Margrét Lára Viðarsdóttir

„Sannur Valsari og fyrirmynd“

Sigurður Egill Lárússon

„Leiðtogi og fyrirmynd“

Dóra María Lárúsdóttir

„Ótrúlegur íþróttamaður og hreinræktaður Valsari“

Mist Edvardsdóttir

„Algjör fyrirmyndaríþróttamaður og frábær leikmaður. Vel að þessu kominn“

Kristinn Ingi Halldórsson

„Ótrúlega traustur og drífandi liðsfélagi sem alltaf er hægt að leita til bæði innan sem utan vallar ásamt því að vera frábær fótboltamaður“

Valsblaðið • 69. árgangur 2017

Útgefandi: Knattspyrnufélagið Valur,

Hlíðarenda við Laufásveg

Ritstjóri: Guðni Olgeirsson

Ritnefnd: Hólmfríður Sigþórsdóttir, Sigurður Ásbjörnsson, Þorgrímur Þráinsson, Ragnar Vignir og Þorsteinn Ólafsson

Auglýsingar: Sigurður Kristinn Pálsson, Lárus Sigurðsson

Ljósmyndir: Þorsteinn Ólafsson, Hólmfríður Sigþórsdóttir, Baldur Þorgilsson, Torfi Magnússon, Guðni Olgeirsson, Svali Björgvinsson, Guðlaugur Ottesen Karlsson og Eva Björk Ægisdóttir o.fl.

Prófarkalestur: Guðni Olgeirsson, Óttar Felix Hauksón og Þorsteinn Ólafsson

Umbrot: Eyjólfur Jónsson

Prentun og bókband: Ísafoldarprentsmiðja ehf



Mynd á forsiðu: Hressir lukkuþrákar úr 6. flokki í fótbolta flýta sér skælbrosandi af velli eftir að hafa leitt fyrirmyndir sínar inn á völlinn í Evrópuleik hjá meistaraflökki karla. Frá vinstri: Eldur Egilsson, Halldór Logi Guðmundsson, Daniel Hjaltalín Héðinsson, Ísak Kristófer Rúnarsson og Jónas Víkingur Árnason. Mynd Eva Björk Ægisdóttir.

Meðal efnis:

- 14 Verum ástfangin af lífinu.** Viðtal við Þorgrím Þráinsson vegna viðurkenningar Barnaheilla.
- 19 Fjósið okkar, blómaskeið, hnignun og endurreisn.** Kristján Ásgeirsson fer ítarlega yfir sögu fjóssins.
- 24 Myndaopna af Íslandsmeisturum Vals í meistaraflökki karla í knattspyrnu 2017.**
- 26 Viðtal við Lárus Sigurðsson framkvæmdastjóra Vals** um tengsl hans við félagið og starfið á Hlíðarenda.
- 28 Valur skokk í 10 ár.** Öflugur og vaxandi hlaupahópur á Hlíðarenda. Gísli Vilberg Hjaltason einn stofnenda hópsins tók saman.
- 34 Nýtum við tímann á MARK-vissan hátt?** Þorgrímur Þráinsson formaður Vals með hvatningu til allra Valsmanna.
- 52 Ítarlegt viðtal við Bjarna Ólaf Eiríksson** íþróttamann Vals um knattspyrnuferilinn og fleira. Ragnar Vignir tók saman.
- 62 Orri Freyr Gíslason og Hlynur Morthens** fara yfir ævintýrlegt tímabil í handboltanum í ítarlegu viðtali. Guðni Olgeirsson tók saman.
- 68 María Hjaltalín segir frá** því hvernig þáttaka Daníels sonar hennar gjörbreytt áhugamálum hennar.
- 69 Myndaopna af Íslands- og bikarmeisturum Vals í meistaraflökki karla í handknattleik 2017.**
- 96 Sigurbjörn Hreiðarsson aðstoðarþjálfari meistaraflökki karla í knattspyrnu** hefur bæði unnið Íslands- og bikarmeistaratitil sem leikmaður og þjálfari. Ragnar Vignir tók saman.
- 98 Danmerkurferð Valsmanna 1931.** Frásögn séra Friðriks Friðrikssonar. Þorsteinn Haraldsson útbjó fyrir Valsblaðið.
- 106 Báðir meistaraflökkar körfunnar í efstu deild.** Skýrsla körfuknattleiksdeilda.
- 118 Valsarar í bronsliði U17 á Opna Evrópumótinu.** Sigurður Ásbjörnsson tók saman.
- 122 Margrét Lilja Guðmundsdóttir** Valsari, aðjúntk á íþróttafraeðisviði Háskólans í Reykjavík og sérfræðingur hjá Rannsóknnum og greiningu fer yfir hvetjandi rannsóknandiurstöður fyrir íþróttafélag.
- 127 Draumarnir hjá Val í körfunni að verða stærri** segir Guðbjörg Sverrisdóttur leikmaður í körfunni til 6 ára í viðtali.



Bjarni Ólafur Eiríksson

Íþróttamaður Vals í þriðja sinn, fyrstur allra Valsmanna

Stoltir félagar, Haukur Páll Sigurðsson og Bjarni Ólafur Eiríksson með Íslandsmeistarabikarinn eftirsóttá árið 2017, en þeir framlengdu nýlega báðir samninga sína við Val. Mynd Þorsteinn Ólafs.

Uppalinn Valsari úr bikarmeistaraliði Vals í knattspyrnu 2015 og 2016, Bjarni Ólafur Eiríksson hlaut nafnbótina íþróttamaður Vals árið 2016, annað árið í röð, en hann varð einnig þess heiðurs aðnjótandi árið 2005, einnig sem bikarmeistari

Það er árviss viðburður hjá Val að útnefna íþróttamann ársins í hófi að Hlíðarenda á gamlársdag. Árið 2016 var komið að þessari útnefningu í 25. sinn. 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 verðlaunagrip-anna. Samtals hafa 11 knattspyrnumenn hlotið titilinn, 10 handknattleiksmenn og 1 körfuknattleiksmaður. 12 sinnum hefur

leikmaður karlaliðs verið valinn og 13 sinnum hefur leikmaður kvennaliðs orðið fyrir valinu.

Að þessu sinni var það knattspyrnumaðurinn Bjarni Ólafur Eiríksson sem hlaut nafnbótina í þriðja sinn, fyrstur Valsmanna og er hann vel að því kominn. Bjarni var lykilleikmaður í bikarmeistaraliði Vals árið 2016. Íþróttamaður Vals er góð fyrirmynd öllum þeim sem leggja stund á íþróttir og hafa metnað til að ná langt og komast í fremstu röð enda er hann reglusamur, metnaðarfullur og leggur sig ávallt fram í hverjum leik með stórt uppalið Valshjarta og hvetur liðsfélaga sína til dáða. Hann hefur unnið til þriggja bikarmeistaratitla með Val og orðið Íslandsmeistari tvisvar, árið 2007 og 2017. Bjarni Ólafur endurnýjaði nýlega samning við Val til næstu tveggja ára og mun því áfram gleðja stuðningsmenn Vals. Hann hefur nú leikið 282 leiki fyrir félagið og skorað í þeim 21 mark. Valsblaðið óskar Bjarna til hamingju með nafnbótina íþróttamaður Vals í þriðja sinn. Sérstakt viðtal er við Bjarna Ólaf í blaðinu að þessu sinni.

Íþróttamenn Vals frá upphafi

- 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 Andrésdóttir, 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

ÍPRÓTTANAMMI Í EINUM GRÆNUM



REYKJAVÍK

Austurstræti 17
Bankastræti 11
Barónsstígur

Birkimelur 1
Borgartún 26
Bústaðavegur 20

Eggertsgata 24
Grímsbær
Grjótháls 8

Hjarðarhagi 47
Kleppsvegur
Laugalækur 9

Laugavegur 116
Laugavegur 180
Lágmúli 7

Miklabraut 100
Suðurfell 4

HAFNARFJÖRDUR

Fjörður 13-15
Reykjavíkurbv. 58

KÓPAVOGUR

Dalvegur 20
Hagasmári 9

REYKJANESBÆR

Fitjar
Keflavíkurlflugv.

GARÐABÆR

Litlatún

AKRANES

Skagabraut 43

Meistaraflokkar Vals í úrvalsdeild í öllum greinum karla og kvenna

Ársskýrsla aðalstjórnar Vals 2017

Aðalfundur Knattspyrnufélagsins Vals var haldinn þann 16. maí 2017 í Lolla-stúku. Karl Axelsson var kjörinn fundarstjóri og Hólmfríður Sigþórsdóttir fundaritari. Fundargerð síðasta aðalfundar var lögð fram til samþykktar. Árni Pétur Jónsson gaf ekki kost á sér til áframhaldandi stjórnasetu en Magdalena Kjartansdóttir var kjörin í hans stað. Þá kom Hólmfríður Sigþórsdóttir inn í aðalstjórn sem formaður BUS í stað Guðmundar Breiðfjörð. Aðrir stjórnarmenn eru Kjartan G. Gunnarsson, Garðar Ólafsson, Sonja Jónsdóttir, Arnar Guðjónsson, Svali Björgvinsson, Hörður Gunnarsson og Jón Höskuldsson. Þá var Þorgrímur Þráinsson endurkjörinn formaður.

Í ræðu sinni lagði hann áherslu á að hlutverk aðalstjórnar og starfsmanna Vals væri m.a. að hámarka lífsgæði, vellíðan og árangur félagsmanna.

- Við bjóðum upp á framúrskarandi íþróttuuppeldi sem styrkir sjálfsmynd og heilbriggt lífverni barna og ungmenna.
- Við gefum afreksfólki bestu mögulegu



Bikarmeistaratitli í handknattleik 2017 fagnað á viðeigandi hátt. Mynd Baldur Þor- gilsson.

forsendur til að þroska hæfileika sína og ná árangri.

- Við veitum félagsmönnum á öllum aldri tækifæri til að rækta tengsl við félagið og aðra Valsmenn.

Formenn deilda gerðu stutta grein fyrir starfinu og nýr framkvæmdastjóri, Lárus Blöndal Sigurðsson, lagði fram og skýrði reikninga félagsins jafnframt sem lögð var fram rekstraráætlun fyrir árið 2017. Jón S. Helgason frá KPMG var kosinn löggiltur endurskoðandi félagsins.

Eins og öllum er kunnugt var Valsárið gjöfult fyrir margra hluta sakir. Meistaraflokkur karla í handbolta varð Íslands- og bikarmeistari eftir ótrúlega spennandi úrslitarimmu við FH og þá varð meistaraflokkur karla í fótbolta Íslandsmeistari. Tíu ár voru þá liðin frá síðasta Íslandsmeistaratitli liðsins. Eins og fram kemur í skýrslu deilda átti Valur fjölda yngri landsliðsmanna, einkum í handbolta og því má segja að framtíðin sé björt að Hlíðarenda, ef vel verður á spöðum haldið.

Bjarni Ólafur Íþróttamaður Vals

Á gamlársmorgun 2016 var Íþróttamaður Vals kjörinn en formaður dómnefndar er Halldór Einarsson. Formenn deilda eru einnig í dómnefnd auk formanns og framkvæmdastjóra. Bjarni Ólafur Eiríksson, leikmaður meistaraflokks í knattspyrnu,



Gullaldarlið Vals í handknattleik á sjöunda áratugnum lét sig ekki vanta á afmælisdegi Vals. Frá vinstri Ingibjörg Kristjánsdóttir, Guðbjörg Árnadóttir, Anna Birna Jóhannesdóttir, Sigrún Ingólfssdóttir, Sigríður Sigurðardóttir, Vigdís Pálsdóttir, Bára Guðjónsdóttir, Áslaug Benediktsdóttir, Kristín Jónsdóttir, Helga Guðmundsdóttir og Ólöf Sigurðardóttir. Mynd Þorsteinn Ólafs.



Íslandsmeistarar 3. flokks kvenna í handbolta 2017. Efri röð frá hægri: Jakob Lárusson þjálfari, Alfred Örn Finnsson aðstoðarþjálfari, Thelma Dís Harðardóttir, Ragnhildur Edda Þórðardóttir, Ósk Hind Ómarsdóttir, Heiðrún Berg Sverrisdóttir, Álfheiður María Halldórsdóttir, Vala Magnúsdóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir, Isabella María Eriksdóttir, Sólveig Katla Magnúsdóttir liðsstjóri. Neðri röð frá hægri: Auður Ester Gestsdóttir, Daníela Stefánsdóttir, Kristín Arndís Ólafsdóttir, Ástrós Bender, Alexandra Diljá Birkisdóttir, Ásdís Þóra Ágústsdóttir og Elín Helga Lárusdóttir.

Íþróttalið ársins

Íþróttabandalag Reykjavíkur útnefndi í fimmta sinn íþróttalið ársins í Reykjavík. Íþróttalið Reykjavíkur 2017 er meistara-flokkur Vals í handbolta karla. Liðið hlýtur þetta sæmdarheiti þar sem það varð bæði Íslands- og bikarmeistari á árinu. Auk þess náði liðið góðum árangri í Evrópukeppni. Meistaraflokkur karla er því vel að þessari útnefningu kominn. Af þeim fimm skiptum sem íþróttalið Reykjavíkur hefur verið valið hefur Valur hampað nafnbótinni tvisvar, en árið 2014 var meistari lið kvenna í handbolta lið ársins í Reykjavík.

Valsblaðið og Guðni Olgeirsson

Valsblaðið kom út í lok árs og enn og aftur bar Guðni Olgeirsson, ritstjóri, hitann og þungann af útgáfunni á sinn ósérhlífna hátt. Hann er með vökul augu allt árið um kring og festir það á blað sem skiptir máli og nýtur aðstoðar fjölmargra í félaginu. Með honum í ritnefnd voru Hólmfríður Sigþórsdóttir, Sigurður Ásbjörnsson, Þorgrímur Þráinsson og Þorsteinn Ólafs, sem er einnig sífellt með myndavélina á lofti. Baldur Þorgilsson, Torfi Magnússon, Hilmar Hilmarsson og fleiri hafa verið ötulir með myndavélina eins og sést í Valsblaðinu og þeir kunna sannarlega að festa söguna á filmu. Eyjólfur Jónsson sá um umbrotið en blaðið var prentað í Ísafoldarprentsmiðju. Til gamans má geta þess að fyrsti bolti Vals, rétt fyrir stofnun félagsins 1911, fannst í þeirri prentsmiðju.

hlaut sæmdarheitið annað árið í röð og var hann vel að titlinum kominn. Valur varð bikarmeistari annað árið í röð (2016) en Bjarni Ólafur er fyrirmyndarleiðtogi innan vallar sem utan og virðist eflast því eldri og reyndari sem hann verður.

Á gamlársgang 2016 var ákveðið að endurvekja nafnbótina *Valsmaður ársins*. Sú viðurkenning var fyrst veitt árið 1988 og varð Magni Blöndal Pétursson, leikmaður meistarflokks í fótbolta fyrir valinu. Það voru leikmenn, sem léku undir stjórn dr. Youri Ilitchev þjálfara á 8. áratugnum sem völdu Valsmann ársins en bikarinn var veittur þeim leikmanni, forystumanni, þjálfara eða öðrum sem hafði verið framúrskarandi í leik eða starfi og stuðlað að jákvæðri framþróun innan Vals.

Valsmaður ársins

Nafnbótin Valsmaður ársins lagðist af fjórum árum síðar en árið 1992 var Íþróttamaður Vals valinn í fyrsta skipti. Aðalstjórn Vals, að frumkvæði Svala Björgvinssonar, formanns körfuknattleiksdeildar, ákvað að endurvekja þessa skemmtilegu hefð og velja Valsmann ársins úr röðum sjálfboðaliða. Að þessu sinni urðu Magdalena Kjartansdóttir, Bjarni Sigurðsson og Helena Þórðardóttir fyrir valinu. Þau hafa lagt sitt af mörkum árum og áratugum saman, eins og fjölmargir aðrir, en áttu það sannarlega skilið að vera heiðruð fyrri sín störf. Þess má geta að Helena hlaut gullmerki Vals þann 11. maí 2016 og Magdalena silfurmerki félagsins.



Ægir Ferdinandsson og Guðni Bergsson. Mynd Þorsteinn Ólafs.



Ungir iðkendur á bikardegi á Hlíðarenda með nýkrýndum Íslandsmeisturum Vals í knattspyrnu. Mynd Þorsteinn Ólafs.



Íslandsmeistaratitlinum í knattspyrnu 2017 fagnað innilega. Mynd Þorsteinn Ólafs.



Brynjarr Harðarson framkvæmdastjóri Valsmanna hf. og Lárus Sigurðson framkvæmdastjóri Vals fyrir framan nýja markatöflu sem Valsmenn hf. gáfu Knattspyrnufélaginu Val. Mynd Þorsteinn Ólafs.



Vígsla Friðriksvallar, nýs gervigrasvallar á Hlíðarenda, f.v. Brynjarr Harðarson, séra Vigfús Þór Árnason og Jón Gunnar Zoega. Mynd Þorsteinn Ólafs.



Sverrir Guðmundsson umsjónarmaður Getrauna Vals á tippdegi á Hlíðarenda sem eru alla laugardaga í Lollastíku. Mynd Guðni Ólgeirsson.

Friðriksvöllur vígður 11. maí

Nýi gervigrasvöllurinn við Friðrikskapellu var vígður á afmælisdegi Vals, hinn 11. maí 2017 og sá Valsmaðurinn séra Vigfús Þór Árnason um það. Kjartan Georg Gunnarsson, varaformaður Vals, flutti ræðu í fjarveru formannsins og boðið var upp á kaffi og meðlæti. Litlu eftir vígslu vallarins tók aðalstjórn félagsins þá ákvörðun um að völlurinn myndi bera nafnið Friðriksvöllur. Völlurinn er sömu gerðar og býður upp á sömu gæði og aðalvöllur félagsins, fljóðljós, upphitun og allt sem þarf til að hægt sé að spila löglega knattspyrnuleiki. Friðriksvöllur hefur, eins og aðalvöllurinn, gjörbylt æfingaaðstöðu knattspyrnuíðkenda að Hlíðarenda og eru báðir vellirnir nýttir í botn. Þegar þetta er skrifað, 27. nóvember, eru –8 gráður að Hlíðarenda, en engu að síður fóru fram æfingaleikir í dag og alla síðustu helgi, í frosti. Leikmenn segjast frekar vilja æfa og leika utandyra, í frískum andvara, þótt það sé frost, heldur en að vera í knattúsi. Það er umhugsunarvert því framundan eru þælingar um að reisa knattúsi að Hlíðarenda, hálf tveimur eða heilt, eða fjölnota íþróttahús. Vanda þarf vel til verka og hugsa hundrað ár fram í tímann eins og frumherjar Vals lögðu ætíð ríka áherslu á.

Fjöldmennasta herrakvöldið

Venju samkvæmt heppnuðust kvennakvöld Vals og herrakvöld Vals vel en alls mættu um 520 manns á herrakvöldið, sem er met. Það sem vakti mesta athygli á

herrakvöldinu var þegar Bjartur Jörfi Ingvason, leikmaður 3. flokks, steig á svið í Valsbúningi, í miðri ræðu formannsins, og flutti stuttan pistil um séra Friðrik Friðriksson í tilefni þess að árið 2018 verða 150 ár frá fæðingu stofnanda Vals. Á herrakvöldinu var Ian Ross heiðursgestur en hann gerði Val að Íslandsmeisturum karla í knattspyrnu árin 1985 og 1987. Ross var sæmdur silfurmerki Vals um kvöldið en hann varð sjötugur á árinu.

Friðrikssjóður

Sjóður séra Friðriks Friðrikssonar var stofnaður árið 2015 en hlutverk hans er að tryggja það að 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. Alls var sextán sinnum úthlutað úr sjóðnum árið 2017, samtals um hálfri milljón króna. Upplýsingar um Friðrikssjóð og úthlutunarreglur er að finna á valur.is en sjóðurinn er rekinn fyrir sjálfsaflafé og er hægt að efla sjóðinn með því að hafa samband við skrifstofu Vals. Farið er með allar umsóknir sem trúnaðarmál.

Rekstur Vals

Rekstur Vals árið 2017 gekk ágætlega og er óhætt að segja að ákveðinn viðsnúningur hafi átt sér stað á árinu. Sem fyrr munar mest um styrk Valsmanna hf. en Valsmenn hafa á undanförunum árum verið helsti styrktaraðili félagsins. Er óhætt að fullyrða að Valur væri ekki á sama stað í dag ef ekki væri fyrir rausnarlegt framlag Valsmanna hf. ár hvert.



Stelpudagur á Hlíðarenda. Mynd Baldur Þorgilsson.



Fjósíð mun líta svona út.



Þorsteinn Ólafsson, Árni Njálsson og Lárus Loftsson mættir á Hlíðarenda á lokaleik Íslandsmótsins til að fagna Íslandsmeistararitilinum en Árni var Íslandsmeistari með Val 1956, 1966 og 1967 og þar af fyrirlíði seinni tvö árin.

Ennfremur náðust góðir samningar við nýja aðalsamstarfsaðila á árinu sem eru: Munck Íslandi, Norðurál, Macron, Coca-Cola, 10-11 og Höldur. Við eigum ennþá eftir að selja nafnið á íþróttamannvirki félagsins og hlýtur það að vera markmið okkar á árinu 2018. Tekjur félagsins jukust talsvert umfram gjöld á árinu og lítur út fyrir að félagið verði rekið með örflitum hagnaði árið 2017. Stefna okkar í Val til framtíðar er að félagið verði fjár-



Friðriksvöllur, nýr glæsilegur gervigrasvöllur á Hlíðarenda. Mynd Þorsteinn Ólafsson.

hagslega sjálfbært og þótt það sé metnaðarfullt verkefni, er það raunhæft. Á komandi ári er stefnan að bæta enn í flóru samstarfsaðila. Valssvæðið er á einstaklega vel staðsett með tilliti til auglýsinga og við getum gert enn betur í ljósi þeirrar staðreyndar. Það er lyklatríði að auka tekjuleiðir félagsins til framtíðar og er mikilvægt að allir Valsmenn aðstoði okkur á þeirri vegferð.

Fjósíð glæstasta mannvirki Vals?

Eins og flestum er kunnugt hefur verið unnið ótullega að því að endurbýggja Fjósíð sem er friðað. Þegar endurbætur hófust kom í ljós að húsið var mun meira skemmt en gert hafði verið ráð fyrir en endurbýgging þess hefur gengið vel. Brynjar Harðarson, framkvæmdastjóri Valsmanna, og Kristján Ásgeirsson arkitekt eiga heiður skilið fyrir að hefast



Aðalstjórn Knattspyrnfélagsins Vals 2017. Frá vinstri: Svali Björgvinsson formaður körfuknattleiksdeildar, Jón Höskuldsson formaður knattspyrnudeildar, Þorgrímur Þráinsson formaður Vals, Kjartan Georg Gunnarsson varaformaður Vals, Arnar Guðjónsson, Hólmfríður Sighórsdóttir formaður BUS, Magdalena Kjartansdóttir og Lárus Sigurðsson framkvæmdastjóri. Á myndina vantar Hörð Gunnarsson formann handknattleiksdeildar og Garðar Ólafsson.

handa og ýta verkefninu úr vör en Kristján hefur unnið allt varðandi Fjósið í sjálfböðavinnu. Lagt var upp með það að hafa Fjósið í sinni „upprunalegustu“ mynd og fjöldi smáatriði skiptir gríðarlega miklu máli eins og Valsmenn mun sjá þegar dyrnar opnast fyrir alvöru.

Fjósið mun gegna margvíslegu hlutverki hvað varðar mannamót, veislur, samkomur fyrir leiki og fleira en í mínum huga verður Fjósið gríðarstaður þeirra sem vilja hittast í góðra vina hópi, því maður er manns gaman. Líkast til er klúbbhús, réttnefni og þar verður hægt að horfa á leiki í beinni útsendingu.

Klúbbhúsnefndina (Fjósnefndina) skipa: Halldór Einarsson, formaður, Pétur Sveinbjarnarson, Kristján Ásgeirsson, Úlfar Músson, Helgi Magnússon, Lárus Loftsson og Ragnheiður Lárusdóttir. Reiknað er með að Fjósið verði vígt formlega í janúar 2018.

Nýr framkvæmdastjóri

Jóhann Már Helgason lét af störfum sem framkvæmdastjóri Vals í janúar 2017 en við keflinu tók Lárus Blöndal Sigurðsson, fyrrum markvörður Vals í knattspyrnu en hann er með Valsblóð í æðum. Hinn eini sanni Siggi Dags er faðir hans og móðirin er margfaldur Íslandsmeistari í handbolta, Ragnheiður Lárusdóttir, og bræður hans eru Dagur Sig, landsliðsþjálfari Japans, og Bjarki Sig tónlistarmaður.

Þá lét Dagný Arnþórsdóttir fjármála- stjóri Vals af störfum í nóvember en ekki hefur enn verið ráðinn starfsmaður í hennar stað. Þeim Jóhanni Má og Dagnýju eru þökkuð óeigingjörn störf í



Kristján Ásgeirsson og Svanur Gestsson á afmælisdegi Vals þann 11. maí. Mynd Þorsteinn Ólafsson.



þágu félagsins og er ávallt ánægjulegt að sjá þau að Hlíðarenda.

Eitt af fyrstu verkum Lárusar var að sameina skrifstofur starfsmanna í eitt vinnusvæði og skerpa á verkefnum hvers og eins.

Ráðinn hefur verið yfirstyrktarþjálfari og yfirsjúkraþjálfari sem gerir allt starfið að Hlíðarenda fagmannlegra. Verið er að teikna upp afrekslínu fyrir yngri iðkendur sem kallast Valsleiðin. Nánar verður fjallað um hana síðar.

Nýtt skilti, nýjar áskoranir

Valur leggur mikinn metnað í það að tefla fram öflugustu þjálfurum landsins til að stýra yngri flokkunum með fagmennsku og manngæsku að leiðarljósi. Halda þarf öllum þjálfurum, iðkendum og starfsfólki á tánum með margvíslegum hætti, hvort sem um er að ræða með fræðslu, námskeiðum eða beinu aðhaldi. Til að halda félaginu í fremstu röð þarf stöðugt að rýna í hvað megi gera betur og hrósa þarf því sem vel er gert.

Nýtt árskort á leiki meistaraflokka félagsins leit dagsins ljós á haustmánuðum en það veitir aðgang að öllum leikjum. Hægt er að nálgast það á skrifstofu félagsins. Þetta er nýlunda og okkur þykir mikilvægt að áhorfendur koma á flesta leiki án tillits til íþróttagreina. Þá var ný vallarklukkan tekin í notkun, sem blasir við öllum á aðalvellingum, og í upphafi árs munu flettiskilti Vals breytast í Led-skilti en það skapar aukna tekjumöguleika og nýttist enn fremur til að auglýsa viðburði að Hlíðarenda.



Fjör á Skólaleikum Vals fyrir 5.–7. bekk í hverfisskólunum.

Sjálfböðaliðar

Sjálfböðaliðum Vals verður seint fullþakkað. Stjórnarmenn allra deilda félagsins eru sjálfböðaliðar og starfsmenn eru líka oft sjálfböðaliðar. Það væri ekki hægt að halda starfemi Vals gangandi nema vegna sjálfböðaliðanna. Fálkarnir eru ómetanlegir með sínum félagslega þroska, fjárhagslegum stuðningi við yngri flokkana og ekki síst snillinni í því að bera fram eldheitar veitingar á leikdögum. Það sama má segja um Valkyrjurnar, alltaf boðnar og búnað að hjálpa til á margvíslegan hátt.

Valskórinn blómstrar aldrei sem fyrr, skokkarar Vals setja svip sinn á Hlíðarenda, getaunstarfið á sinn helga tíma á laugardögum undir styrkri stjórn Sverris og fjölskyldu og svo mætti lengi telja. Sömu aðilar mæta á leik eftir leik, vinna verk sín í hljóði, þurfa enga athygli, ganga frá, þakka fyrir sig og mæta á alla aðra viðburði. Þetta er auður félagsins og sýnir félagsþroskann.

Fjöldi nýrra foreldra mætir að Hlíðarenda á ári hverju, sumir þínu feimnir við að breiða út vængina en við getum sannarlega á okkur blómum bætt. Við þurfum að virkja fleiri til verka því „litlir hlutir skapa stóra sigra“ og „margar hendur vinna létt verk.“

Þeir sem vilja leggja hönd á plóginn, taka að sér agnarsmá verkefni eru beðnir um að setja sig í samband við framkvæmdastjórnann, skrifstofuna eða formanninn. Við þurfum á öllum að halda ef við viljum að félagið okkar Valur blómstri um ókomna tíð.

Njótið augnabliksins og ársins 2018.

Þorgrímur Þráinsson formaður
Knattspyrnufélagsins Vals

Spái ég því að kvennalið Vals í körfubolta vinni titil

Elfa Falsdóttir er 19 ára og leikur körfubolta með meistaraflokki kvenna

Nám: Viðskiptabraut í Verzlunarskól-
anum.

Hvað ætlar þú að verða: Hef enga hug-
mynd.

Af hverju Valur: Flutti í bæinn og vildi
spila fyrir lið nálægt heimilinu mínu.
Leist vel á stelpurnar í meistaraflokknum
og heillaðist af klúbbnum.

Uppeldisfélag í körfubolta: Keflavík.

Frægur Valsari í fjölskyldunni: Það er
enginn Valsari í minni fjölskyldu.

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í
körfuboltanum:** Hafa stutt mig vel alla
tíð enda bæði miklir áhugamenn um
körfubolta.

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjöl-
skyldunni:** Það mun vera faðir minn
hann Falur Harðarson.

Af hverju körfubolti: Ég var alin upp
við þetta sport, báðir foreldrar mínir spil-
uðu körfubolta í mörg ár svo það var ekki
mikið annað í boði fyrir mig.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum:
Ég átti aldeilis glæsta daga í fimleikum.

Eftirminnilegast úr boltanum: Að
verða Norðurlandameistari með U16 ára
landslíðinu árið 2014.

Nokkur orð um síðasta tímabil: Allir
geta nú verið sammála um að síðasta tíma-
bil var frekar slappt en samt sem áður lær-
dómsríkt og krefjandi á marga vegu.

**Lýstu Valsliðinu í körfubolta í vetur í
stuttu máli:** Það er svakalegur kraftur í
liðinu okkar, erum allar tilbúnar til að
bæta upp fyrir síðasta tímabil. Liðið í ár
er fullt af leikmönnum sem vilja leggja á
sig þá vinnu sem þarf til að vinna titla.
Svo erum við allar drullu hressar og
skemmtilegar stelpur.

Hvað einkennir það: Það er alltaf gaman
hjá okkur, svo erum við allar mjög dug-
legar og mikill kraftur í okkur.

Markmið fyrir þetta tímabil: Gera
miklu miklu betur en í fyrra, sem ætti
ekki að vera erfitt.

Besti stuðningsmaðurinn: Afi minn,
hann kemur samt aldrei að horfa á mig en
hann er samt bestur.

Erfiðustu samherjarnir: Bergþóra Hol-
ton og Dagbjört Dögg.

Erfiðustu mótherjarnir: Björk Gunnars
í Njarðvík hefur reynst mér erfið núna
samfleytt í 5 ár. Fer að verða þreytt.

Eftirminnilegasti þjálfarinn: Jón Guð-
mundsson.

Mesta prakkarastrik: Gleypiti einu sinni
tyggjó viljandi.

Vandræðalegasta atvik: Var með vin-
konu minni út í búð, ætlaði að bregða
henni en fór á mis og endaði á að hræða
líftúrana úr eldri konu í hjólastól.

Stjörnuspa þín fyrir næsta ár: 2017
hefur reynst mér gríðarlega erfitt svo ég
er bara bjartsýn á betri og flippaðari tíma
árið 2018. Svo spái ég því að kvennalið
Vals í körfubolta muni vinna titil. Þannig
fyrir fólkið þarna úti engar áhyggjur, við
ætlum okkur að fá ártal undir liðið okkar
á fræga veggnum í Valsheimilinu.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistar-
aflokki kvenna hjá Val:** Dagbjört Dögg,
stundum skil ég ekki hvernig hún er sjálf-
ráða.

**Athyglisverðasti leikmaður í meistar-
aflokki karla hjá Val:** Illugi Steingríms,
hann talar ekki og það hræðir mig.

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í
körfubolta hjá Val:** Mjög vel.

Fyrirmynd þín í körfubolta: Mamma
mín en pabbi kemur sterkur inn á eftir
henni.

**Draumur um atvinnumennsku í körfu-
bolta:** Sá draumur er nú alls ekkert stór
hjá mér því miður, ég stefni nú bara á að
spila hérna heima.

Landsliðsdraumar þínir: Draumurinn
er að ég og fleiri stelpur fæddar 1997–
2000 erum komnar upp í lykilhlutverk í A
landslíðinu eftir nokkur ár og förum að
vinna einhverja leiki.



Hvað einkennir góðan þjálfara: Góður
í mannlegum samskiptum, veit 1–2 hluti
um körfubolta og skemmtilegur.

Besta bíómynd: Allar myndir með Will
Ferrell.

Uppáhalds erlenda körfuboltafélagið:
NBA liðið Golden State.

**Nokkur orð um núverandi þjálfara-
teymi:** Darri er mjög góður þjálfari og
nær vel til okkar stelpnanna. Hann veit

alveg hvað hann er að gera og einnig
dregur hann út úr okkur keppnisþap sem
sárvantaði til dæmis í fyrra.

**Hvernig finnst þér að hægt sé að auka
jafnrétti kynja hjá Val:** Ég hef ekki
upplifað neitt ójafnrétti milli kynja í körf-
unni síðan ég byrjaði hjá Val svo ég sé
ekki hverju ætti að breyta. Ef það kemur
slíkt upp þá læt ég í mér heyra, fólk má
treysta á það.

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn
einelti og fordómum:** Fræða yngri
flokkana um þessi málefni og fyrirbyggja
þessa hluti strax þá.

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir
þú gera:** Stækka lyftingasalinn svo við
gætum átt fasta lyftingátíma.

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-
enda:** Mér finnst hún mjög fín, margt
sem önnur íþróttalið geta tekið sér til
fyrirmyndar varðandi starfseminu í hús-
inu. Ég elska allavega að vera þarna.

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu
árum:** Ég vil að við konurnar vinnum
nokkra titla en einnig væri gaman að sjá
krakkana sem eru í yngri flokkum í dag
halda áfram að æfa og koma einn daginn
upp í meistaraflokk.

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik
hjá Val á árinu að þínu mati:** Við stelp-
urnar í meistaraflokki förum saman á
Flúðir að æfa eina helgina á undirbún-
ingstímabilinu. Hljómar ekkert æðislega
en það var LIT.

Mottó: „Don't give up on your dreams,
keep sleeping.“

Verum ástfangin af lífinu

Á síðustu 10 árum hefur Þorgrímur Þránínsson haldið fyrirlestra í nánast öllum grunnskólum landsins, og þannig komið skilaboðum um jákvætt hugarfar til um 40 þúsund ungmenna. Hann hefur auk þess skrifað fjöldann allan af barna- og unglingsbókum og er um þessar mundir með nýja krakkabók í smíðum, framhald af bókinni *Henrí og hetjurnar* sem kom út í fyrra.

„Ég segi oft við nemendur að ég vildi óska þess að ég gæti aftur orðið 15 ára. Ef einhver hefði komið í skólann minn og talað á þeim nótum sem ég geri í dag, hefði ég hugsanlega farið aðra leið í lífinu. Ég hefði líklega ekki látið óttann stjórna mér og þorað að gera það sem mig langaði.“

Þetta er eitt af því sem Þorgrímur Þránínsson hefur miðlað til nemenda í skólum landsins. Hann segist þó ekki sjá eftir neinu, enda hefði hann þá líklega ekki ratað inn á þá braut að hvetja ungmenni um allt land til heilbrigðara lífvernis. Í fyrirlestrum og ritstörfum hafi hann fundið ástríðu sína, ástríðu fyrir því að miðla jákvæðu hugarfari til æsku landsins.

Þorgrímur situr í hægindastól á setustofu á hóteli í miðbænum þegar við hittum yfir kaffibolla. Á einum veggnum er hárf veggur með bókahillum og líklegast kann rithöfundurinn best við sig í slíku umhverfi, umvafinn bókum.

Hann brennur greinilega fyrir umræðuefninu og það kemur blik í augun þegar hann talar um æsku landsins og mikilvægi þess að færa henni uppbyggjandi skilaboð.

„Þegar ég held fyrirlestra, fer með landsliðinu eða skrifa bækur er ég aldrei í vinnunni. Þegar maður er búinn að finna sinn farveg í lífinu og gerir það sem er skemmtilegt, þá er maður á réttum stað. Ef maður mætir hins vegar í vinnuna á



Á myndinni eru í aftari röð frá vinstri: Kolbrún Baldursdóttir, formaður Barnaheilla, Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, Gunnar Ágústsson, ungmennaráði Barnaheilla, Þorgrímur Þránínsson, viðurkenningahafi og Erna Reynisdóttir, framkvæmdastjóri samtakanna. Í fremri röð eru Ingibjörg Ragnheiður Linnét, ungmennaráði Barnaheilla og Herdís Ágústa Kristjánsdóttir Linnét, formaður ráðsins.
Mynd: Sigríður Gunnlaugsdóttir.

mánudegi og bíður eftir föstudeginum, þá þarf maður að fara að hugsa sinn gang.“

Tækifærin sem fólk hefur í lífinu eru Þorgrími hugleikin og hann leggur áherslu á að krakkarnir nýti þau tækifæri sem verði á vegi þeirra því þau séu allt í kring; „Krakkar geta farið svo margar ólíkar leiðir í lífinu en þurfa eingöngu að vera óhræddir við að stíga út fyrir þægindahringinn. Ég vildi óska að það hefði verið meira um uppbyggilegt tal í grunnskólum í gamla daga sem hefði opnað augu okkar fyrir einhverju öðru en náminu.“

En hvað hefði Þorgrímur sjálfur viljað gera öðruvísi í lífi sínu?

„Þegar ég var 21 árs stóð mér til boða að fara í háskólanám til Bandaríkjanna á fót-boltastyrk, allt ókeypis. Á þeim tíma hafði ég ekki hugrekkið. Ég var nýkominn í Val frá Ólafsvík og óttaðist að komast ekki í lið og óttaðist að vera einn í útlöndum. Óttinn var sem sagt við völd. Foreldrar mínir bjuggu fyrir vestan. Ég

var einn í Reykjavík þegar tækifærið bauðst. Háskólanám í útlöndum hefði að sjálfsögðu breytt þeirri leið sem ég fór í lífinu en ég er samt ekki með neina eftir-sjá. Ég trúi að mér hafi verið stýrt í þessa átt en hvet hins vegar alla krakka til að prófa að búa í útlöndum ef þau hafa tækifæri til þess. Í því felst svo mikil reynsla og þroski.“

Árangurinn af fyrirlestrunum er vitanlega ekki mælanlegur en Þorgrímur segist bæði finna og sjá að hann nái til krakkaanna.

„Þegar maður er með 15–16 ára gamla krakka fyrir framan sig í 80 mínútur er augljóst hvort maður nær til þeirra eða ekki. Ég er stundum varaður við erfiðum bekkjum. En ég miðla frá hjartanu og næ alltaf tengingu við hópinn, jafnvel þótt ég sé að halda þrjá fyrirlestra á dag, sem getur verið lýjandi. Um leið og ég byrja kemst ég í gang því fyrirlestrarnir eru mín hugleiðsla. Og krakkar eru engir kjánar, þau skynja á augabragði hvort þú ert sannur eða ekki.“

Verum ástfangin af lífinu heita fyrirlestrar Þorgríms og á Facebook síðu með sama nafni er að finna myndbönd, greinar og fleira uppbyggilegt efni. Þangað berast líka skilaboð frá þakklátum foreldrum og nemendum: „Sumir spyrja hvað ég hafi gert til að hreyfa við unglíngnum, spyrja hvað ég hafi sagt skólanum í gær. Ég hef líka hitt foreldra á förnun vegi sem þakka mér fyrir og það er auðvitað hvetjandi fyrir mig líka. Ef maður nær að hreyfa við einum eða tveimur á ári, þá er þetta þess virði. Og þakklætisbréfin frá krökkunum er líka dásamlegt.“

Foreldravandamál, ekki unglíngavandamál

Talið berst að börnum sem búa við erfiðar heimilisaðstæður. Þorgrímur segir foreldravandamál mun algengari í samfélaginu en unglíngavandamál; „Ég tel að um 90% af krökkum séu á frábærri leið í lífinu. Hinir eru ekki eins heppnir vegna þess að þeir búa hugsanlega hjá erfiðum foreldrum. Við eigum að hjálpa þessum krökkum, þeir þurfa á okkur öllum að halda. Og við vitum yfirleitt hvaða nemendur þetta eru. Oft eru þetta krakkar sem verða aðeins útundan, gengur illa að læra, fara á mis við ást og umhyggju, eru með brotna sjálfsmynd og fara þess vegna aðra og dekkri leið í lífinu. Vandamálin eru víðfeðm og ein ástæðan er að samfélagið leggur ekki sitt af mörkum. Þess vegna langar mig stundum að fara í pólitík, en ég er ekki viss um að ég hefði nein áhrif þar. Kannski hef ég mun meiri áhrif með því að hitta um fjögur þúsund krakka á ári, heldur en að fara inn á Alþingi og tala fyrir daufum eyrum. Það er árangursríkast að hreyfa við börnum þegar þau eru ung og þess vegna skipta leikskólakennarar og grunnskólakennarar miklu máli. Við eigum mikið af frábærum kennurum sem standa sig vel þrátt fyrir töluverðan mótbyr.“

Bókin sem Þorgrímur er nú að skrifa er framhald af bókinni *Henrí og hetjurnar* sem kom út í fyrra og tengdist EM í fótbolta.

„Ég var búinn að ákveða að taka mér hvíld frá barnabókaskrifum, en í vetur heyrði ég í skólunum hversu vel krökkum líkaði bókina um Henrí og hún seldist vel. Hvatning skiptir máli og jafnvel þótt ég ætlaði að hvíla mig – þá það ekki svo einfalt. Ég fæ hugmynd sem verður þaulsetin og fyrr en varir er ég byrjaður á næstu bók. Þannig að í september er Henrí boðið á leik Íslands og Úkraínu.

Hann tekur ranga flugvél, lendir óvart í Færeyjum og laumar sér um borð í Lagarfoss sem siglir til Íslands. Þar kynnist hann stelpu og þá hefst leikurinn fyrir alvöru ... og fótboltaleikurinn skiptir minna máli.“

Mikilvægi fyrirmynda

Á áskúarunum í Ólafsvík voru einu fyrirmyndirnar sem Þorgrímur gat samsamað sig við úr íþróttum. Menn á borð við fótboltakappana Ásgeir Sigurvinsson og Atla Alexandersson voru þar fremstir í flokki. Á þeim tíma var vitund um skaðsemi tóbaks og áfengis ekki jafn mikil og hún er í dag og á þeim nótum hófst einmitt ferill Þorgríms sem fyrirlesari þegar hann var beðinn um að tala um forvarnir í grunnskólum Hafnarfjarðar. Síðan hafa fyrirlestrarnir þróast út í að byggja upp sjálfsmynd barna og mikilvægi þess að hafa jákvætt viðhorf til lífsins. „Við erum öll fyrirmyndir barna með því sem við segjum og gerum. Ef við erum í góðu jafnvægi eru meiri möguleikar á því að börnin okkar séu það líka. Í hraða nútímans þurfa þau á aga að halda, ást og umhyggju svo ekki sé talað um daglega hreyfingu.“

Þorgrímur segir grunninn að góðum árangri vera sterka sjálfsmynd; „Það eru eflaust skiptar skoðanir um það, en í ljósi minnar reynslu tel ég að það sé einkum þrennt sem hefur áhrif á geðheilsu og sjálfsmynd barna; dagleg, skipulögð hreyfing, hollt mataræði og lestur. Auðvitað væri líka hægt að nefna aga, ást, umhyggju, dugnað, einbeitingu og samkennd – þetta tvinnast allt saman.“

Enginn er fullkominn

„Mér finnst mikilvægt að krakkar geri sér grein fyrir því að það er enginn fullkominn. Þótt ég miðli ýmsu til nemenda á 80 mínútum geri ég þeim grein fyrir því að ég er fjarri því að vera fullkominn. Ég hrapa reglulega alveg eins og þau og flestir aðrir. En ef ég hrapa, hvað geri ég? Ég tala við rétta fólkið, fer í göngutúr, á æfingu, horfi á rétta myndböndin, borða hollan mat og ég les uppbyggilegar bækur. Þá næ ég andanum aftur og leiðin liggur upp á við.“

Það skiptast alltaf á skin og skúrur – og það er ekki síst þroskandi að takast á við það þegar lífið er leiðinlegt. Eins og segir í *Alkemistanum*; Það er myrkast rétt fyrir sólarupprás. Þegar fólk upplifir svartnætti í lífinu gæti það allt eins verið merki um



Þorgrímur Þráinsson með Guðna Th. Jóhannessyni forseta Íslands. Mynd Guðni Olgeisson.

að það sé einhver dásamleg stund í upp-siglingu.“

Alkemistinn leiðir talið að hugleiðslu, tilgangi lífsins og þekkingu manneskjunnar á henni sjálfri. Þorgrímur leggur áherslu á að núíð skipti mestu máli, að njóta augnabliksins en lifa ekki í fortíð eða framtíð. „Fyrir mér er tilgangur lífsins að sigrast á sjálfum sér, vera hamingjusamur. Lífið hefur líka kennt mér að við erum öll beint eða óbeint að leita að okkar eigin sannleika, innri friði, sem við öðlumst tæplega nema við gefum okkur kyrrðarstund daglega. Og spyrjum okkur mikilvægra spurninga sem varða lífið og tilveruna. Er ég sáttur við dagsverkið? Hvernig kom ég fram við aðra? Hef ég gengið til góðs? Svörin sem við leitum að finnum við yfirleitt í þögninni, þegar við rýnum inn á við.“

Eftir gott og uppbyggilegt spjall okkar er komið að lokum viðtalsins, en áður en við kveðjumst langar Þorgrím að koma draumsýn sinni á framfæri.

„Ég á mér draum um að skipulögð hreyfing verði alla daga í leik- og grunnskólum, að öll skólabörn njóti sömu réttinda hvað varðar heitar og hollar máltíðir, að hugleiðsla/núvitund/kyrrðarstund/geðrækt verði hluti af skóladegi allra barna, að efnahagur foreldra þurfi ekki að ráða ástundun barna í íþróttum eða tómstundum – og ... að Barnasáttmáli Sameinuðu þjóðanna sé virkur og virtur í samfélaginu, ekki eingöngu að nafninu til.“

Þetta viðtal birtist í tímariti Barnaheilla 2017 og er birt með góðfúslegu leyfi höfundar í Valsblaðinu. Þorgrímur fékk viðurkenningu Barnaheilla árið 2016 fyrir sérstakt framlag í þágu barna og mannréttinda þeirra. Viðurkenningin er veitt árlega í tengslum við afmæli Barnasáttmála Sameinuðu þjóðanna þann 20. nóvember. Viðurkenningin er afhent til að vekja athygli á Barnasáttmálanum og mikilvægi þess að íslenskt samfélag standi vörð um mannréttindi barna.

Fréttir frá Barna- og unglingsviði Knattspyrnufélagsins Vals

Barna- og unglingsvið er ein af fjórum félagsdeildum Knattspyrnufélagsins Vals. Stjórn barna- og unglingsviðs í samráði við íþróttafulltrúa stýrir barna- og unglingsstarfi í öllum íþróttagreinum félagsins og stuðlar að framgangi, skipulagi og kynningu á yngri flokkum félagsins. Stuðlar að jafnrétti iðkenda til að stunda æfingar hjá Val, mótar stefnu í ráðningamálum þjálfara yngri flokka Vals í samstarfi við yfirþjálfara hvernar deildar og íþróttafulltrúa Vals þar sem fram koma hæfniskröfur til þjálfara og annarra leiðbeinenda. Ráðið er tengiliður milli deildarráða sem starfrækt eru innan hvernar deildar og aðalstjórnar Vals.

Iðkendur 18 ára og yngri voru 916 (knattspyrma 518, körfubolti 155 og handbolti 243) í lok apríl 2017. Skráðir iðkendur í yngri flokkum Vals í nóvember 2017 eru 917 og starfandi þjálfarar og aðstoðarfólk þjálfara 60.



Jólamót Vals í körfuknattleik, Norðurlálmótið var haldið 9. desember 2017. Á mótinu voru tæplega 700 iðkendur á aldrinum 5 til 9 ára. Leiknir voru 280 leikir á 8 völlum. Mótið tókst einstaklega vel og var mikil og almenn gleði meðal iðkenda og fjölmargra áhorfenda. Mynd. Svali Björgvinsson.

Fjölmargir iðkenda Vals taka þátt í landsverkefnum, aðstöðumunur á milli greina er mikill. Sumar greinar greiða allt sem viðkemur þátttöku á meðan iðkendur bera allan kostnað í öðrum. Hafa iðkendur leitað til Fálka til að auðvelta þátttöku. Boðið var upp á aukaæfingar utan tímabilla eins og körfuboltaæfingar í páskafrí og hand- og körfuboltaúðir í ágúst.

Örnámskeið þjálfara með sjúkraþjálfara var haldið í byrjun árs. Markmið er að allir iðkendur 14 ára og eldri hafi aðgang að styrktaræfingu með sjúkraþjálfara vikulega. Einnig að þjálfarar og forráðamenn hafi greiða leið að sjúkraþjálfurum til að fyrirbyggja meiðsli og bregðast rétt við þeim komi þau upp.

Valur kemur vel út í könnun Rannsóknar og greiningar hvað varðar ánægju iðkenda með þjálfun og aðstöðu. Þetta var í fyrsta sinn sem könnunin var lögð fram með þessu móti fyrir Íslendinga á unglingsstigi. Margrét Lilja Guðmundsdóttir hélt erindi um mikilvægi þjálfara sem fyrirmýnda byggt á þessum gögnum í haust, 91% iðkenda segja að sé gaman á æfingu og eru ánægð í Val. 88% eru ánægð með aðstöðu og 83% með þjálfarana. Sterk kynning þar sem áherslan á forvarnagildi íþróttar.

Foreldrahloti gæðahandbókarinnar var

kynntur á vordögum á fundi með foreldraráðum. Þar með hafa allar útgáfur gæðahandbókarinnar verið kynntar. Gæðahandbók í heild fyrir stjórn Barna og unglingsviðs og íþróttafulltrúa, þjálfarahloti sem yfirþjálfarar tryggja að þjálfarar og aðstoðarfólk þjálfara vinni samkvæmt og foreldrahloti gæðahandbókarinnar þ.s. upplýsingar um iðkendur og hlutverk forráðamanna er tilgreint. Gæðahandbækurnar eru í stöðugri uppfærslu. Átak var í myndun foreldraráða og eiga þau að vera til staðar í öllum flokkum. Foreldraráð eiga að hafa greiðan aðgang að deildarráðum en formenn þeirra sitja í stjórn *Barna og unglingsviðs*.

Íþróttanámskrá Vals er í uppfærslu, stýrir íþróttafulltrúi þeirri vinnu ásamt yfirþjálfara og framkvæmdastjóra Vals.

Á aðalfundi Vals 2017 gengu þau Margrét Lilja Guðmundsdóttir og Guðmundur Breiðfjörð úr stjórn Barna- og unglingsviðs. Þau höfðu bæði verið í stjórn sviðsins í þessari mynd frá upphafi 2013. Guðmundur Breiðfjörð sem formaður stjórnar Barna – og unglingsviðs, Hólmfríður Sigþórsdóttir tók við af Guðmundi. Ný í stjórn kom Katrín Rut Bessadóttir.

Æfingagjöld ná ekki að greiða starfið og hefur Barna og unglingsráð Vals þrjá megin styrktaraðila þess utan. Mikilvægir



Eftirfarandi hluti er úr foreldrahluta gæðahandbókarinnar.

Iðkendur teljast allir þeir sem eru skráðir í félagið og hafa greitt tilskilin æfingagjöld.

Iðkendur hjá Val hafa áhuga á íþróttaiðkun og skuldbinda sig til að sinna henni, mæta vel á æfingar (upplýsa um forföll) og taka þátt í æfingaleikjum og mótum.

Iðkendur Vals:

- Gera alltaf sitt besta.
- Virða alltaf reglur og venjur varðandi heiðarleika í íþróttum.
- Taka þátt í íþróttum á eigin forsendum en ekki vegna þess að forráðamenn þeirra eða þjálfari vilja það.
- Sýna öllum iðkendum virðingu, jafnt samherjum sem mótherjum.
- Þræta ekki eða deila við dómamann.
- Sýna öðrum virðingu og eru heiðarlegir og opnir gagnvart þjálfara og forystufólki félagsins sem ber ábyrgð á þeim við æfingar og keppni.
- Forðast neikvætt tal eða niðurlægjandi köll um samherja, mótherja, dómara, þjálfara eða starfsmenn félagsins.
- Koma fram við aðra eins og þeir vilja að aðrir komi fram við sig.
- Tileinka sér heilbrigðar og hollar lífsvenjur.
- Láta þjálfara eða forráðamenn vita ef þeir verði vitni að óæskilegri hegðun, áreiti, fordómum eða ofbeldi af einhverju tagi innan flokksins.

Forráðamenn barna í íþróttum skipa veigamikil hlutverk í starfsemi íþróttafélaga.

Þar taka þeir þátt í margvíslegum verkefnum sem tengjast íþróttabáttöku barnanna.

Forráðamenn iðkenda í Val þurfa að taka þátt í fjölbreyttu starfi innan og utan félagsins:

- Fjáröflun félagsins og hópa innan þess.
- Liðstjórn og fararstjórn á mótum og keppnisferðum.
- Skipulagningu félagslegra atburða flokka/hópa.
- Kynningarstarfi félagsins.
- Aðstoð við þjálfun einstakra hópa.
- Taka myndir úr starfi innan félagsins.
- Skrifa fyrir heimasíðu félagsins og samfélagsmiðla.
- Framkvæmd leikja og móta á vegum félagsins.

Félög forráðamanna (foreldraráð) iðkenda eiga að vera starfandi í öllum flokkum Vals sem heyra undir barna- og unglingsvið.

Hlutverk foreldraráða er fyrst og fremst eftirfarandi:

- Standa vörð um hagsmuni iðkenda í flokknum.
- Stuðla að bættri vellíðan og ánægju iðkenda í leik og starfi.
- Efla tengsl heimila og Vals.
- Efla samskipti milli iðkenda, forráðamanna annars vegar og stjórnenda og þjálfara hins vegar.
- Trygga eðlileg samskipti við þjálfara.
- Stuðla að betri árangri í starfi Vals.
- Skipuleggja keppnisferðir.

tekjuöflunarliðir eru haustfjármögnunin sem iðkendur taka þátt í og sala happdrættismiða á vordögum. Þakkar stjórn Barna og unglingsviðs iðkendum, forráðamönnum og öllum sem hjálpa til við að styrkja starfið. Einn af tekjulíðum Barna- og unglingsviðs eru bingó sem íþróttafulltrúi hefur stjórnað með glæsibrag fyrir jól og páska.

Dunkin' Donuts jólamót Val í minnibolta körfuboltans var 11. desember 2016 og gekk vel. Það er orðið að árlegum viðburði í desember. Hemmamótið í fótbolta fyrir iðkendur er í burðarliðunum og má gera ráð fyrir því árlega þegar aðstaða er tilbúin.

Erlendur Egilsson sálfræðingur hélt fyrirlestur fyrir iðkendur í Val og foreldra þeirra. Valkyrjur styrktu erindið og eru þeim færðar bestu þakkir. Einnig hefur Þorgrímur Þráinsson formaður Vals haldið erindi fyrir flesta flokka félagsins á síðasta ári og eru honum færðar sérstakar þakkir fyrir hvatningu til iðkenda.

Þann 7. október 2017 var haldin *stelpuæfing* fyrir 13 til 15 ára Valsstelpur í öllum greinum.

Anna Steinsson sá um dagskrá og Kristín Tómasdóttir hélt fyrirlestur. Allir sem tóku þátt fengu bol fjármagnaðan af Valkyrjum og Fálkum. Þeim er þakkaður stuðningurinn við þennan ákaflega jákvæða viðburð sem er kominn til að vera.

Gunnar Örn Arnarsson (íþróttafulltrúi Vals),

Hólmfríður Sigþórsdóttir (formaður, fulltrúi í aðalstjórn Vals),

Katrín Rut Bessadóttir (ritari),

Einar Sveinn Þórðarson,

Dagný Björnsdóttir (formaður deildar ráðs knattspyrnudeildar),

Páll Steingrímsson (formaður deildar ráðs handknattleiksdeildar),

Unnur Anna Sveinbjörnsdóttir (formaður deildarráðs körfuknattleiksdeildar).

Stjórn Barna og unglingsviðs Vals, hefur nú kynnt þjálfara- og foreldrahluta gæðahandbókarinnar og er vonast til að hún bæti starf félagsins enn frekar





Nám: Er í menntaskóla.

Hvað ætlar þú að verða: Atvinnumaður í handbolta.

Af hverju Valur? Besta aðstaða á landinu, allir vinir mínir eru í Val og gríðarlega gott ungmennastarf.

Uppeldisfélag í handbolta: Valur.

Frægur Valsari í fjölskyldunni: Anna María Guðmundsdóttir og Kári Marís Guðmundsson.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum:

Gríðarlega vel, allt upp á 10,5.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni: Systir mín, Tanja Stefanía.

Af hverju handbolta: Það var annaðhvort handbolta eða fótbolta. Endaði á að velja handboltann, hann heillaði mig meira.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Íslandsmeistari og N1 meistari í 5. flokki í fótbolta og svo Íslandsmeistari í körfubolta, bæði með KR.

Eftirminnilegast úr boltanum: Líklegast þegar við komumst í úrslit á Norden Cup.

Markmið fyrir þetta tímabil: Komast í liðið hjá meistara-flokki.

Besti stuðningsmaðurinn: Pabbi.

Erfiðustu samherjarnir: Sigurjón Ágúst Sveinsson hiklaust.

Aukaæfingin skapar meistarann

Tumi Steinn Rúnarsson er 17 ára og leikur handbolta með 3. flokki og ungmennaliði Vals

Erfiðustu mótherjarnir: Hannes Grimm í Gróttu.

Eftirminnilegasti þjálfarinn: Maksim Akbachev.

Mesta prakkarastrik: Þegar við vorum í 4. flokki karla kveiktu einhverjir á litlum flugeldum inni í klefa og okkur var hótad að við mættum ekki æfa lengur í Val og það ætti að henda okkur úr húsinnu.

Stjórnuspá þín fyrir næsta ár: Leikmaður hjá Kielce.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val: Kristín Arndís (Kitty).

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val: Viktor Andri (DJ Vix).

Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val: Geggjaðir, þeir bestu á landinu.

Fyrirmynd þín í handbolta: Ætli maður verði ekki að segja Snorri Steinn. Annars er það Ivano Balic.

Draumur um atvinnumennsku í handbolta: Spila með Barcelona.

Landsliðsdraumar þínir: Komast á stórmót.

Hvað einkennir góðan þjálfara: Skipulagður, agaður, léttur á því, strangur og kann handbolta.

Besta bíómynd: Jason Bourne.

Besta bók: Snorra Edda, mæli með.

Uppáhalds erlenda handboltafélagið: Kielce.

Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi: Mjög flottir og standast allar væntingar.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val: Auglýsa jafnmikið á leiki, hafa jafn mikið af umræðum um leikina og sportið.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn einelti og fordómum: Með fræðslu.

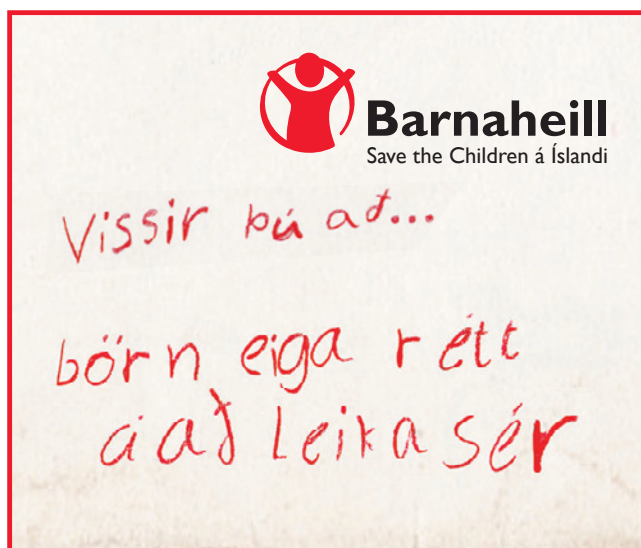
Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Stækka gamla salinn og hver flokkur í hverri íþrótt myndi fá sér klefa,

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda: Besta aðstaðan á landinu, en það þarf að endurnýja gamla salinn það er ekki hægt að æfa þar.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Halda áfram að hafa yngri flokkana þá bestu og nýta uppalda leikmenn.

Eftirminnilegasti viðburður hjá Val á árinu að þínu mati: Þegar meistaraflokkur karla í handbolta tók tvennuna.

Mottó: Aukaæfingin skapar meistarinn.



Af spjöldum sögunnar

Fjósið okkar, blómaskeið, hnignun og endurreisn

Forsagan

Fjósið var hluti af lögbýlinu Hlíðarenda, byggt árið 1916, sem framsýnir menn innan Vals, með Ólaf Sigurðsson í fararbroddi, festu kaup á í lok 4. áratugarins, félaginu til mikilla heilla. Fjósið var í raun fjós og hlaða, en gekkst ávallt undir nafninu Fjósið.

Það er skemmtileg saga til um feykilega framsýni þessarra manna frá fyrstu árunum að Hlíðarenda. Á þessum árum var heimstýrjöldin síðari í fullum gangi. Tveir ungir íslenskir arkitektanemar sem höfðu frestað námi Danmörku vegna seinni heimsstyrjaldarinnar og flust heim til Íslands tímabundið, opnuðu arkitektastofu og hófu hönnunarvinnu á Íslandi, en fóru síðar aftur utan og kláruðu námið að stríði loknu. Þetta voru þeir Gísli Halldórsson og Sigvaldi Thordarson sem áttu eftir að hafa mikil áhrif á íslenska húsagerð og skipulagsmál um langa tíð.

Þessir ungu menn voru fengnir til þess að skipuleggja Hlíðarenda til framtíðar og er til mjög athyglisverður uppdráttur sem lýsir framtíðarsýn þessarra merku manna. Þetta var árið 1943 og er uppdrátturinn dagsettur í apríl það ár. Þarna mátti sjá fullburða leikvang með grasi, áhorfendastúkum og hlaupabraut, stóran malarvöll, knattspyrnuvöll drengja, utanhúss handbolta-



Hlíðarendi 1939. Fjós hlaða og íbúðarhús.

völl á grasi, tennisvelli, íþróttahús, félagsheimili, búningsaðstöðu, íbúð umsjónarmanns, og sundlaug, sem sagt stóra drauma. Þetta var fjórum árum eftir kaupin á landareigninni.

Veruleikinn varð síðan ögn öðruvísi. Því á uppdrætti þeirra félaga dagsettur árið 1944, eða ári eftir draumsýnina, er verið að innrétta gamla fjósið sem búningsklefa og hlöðuna sem fundarherbergi. Alltaf gott að láta sig dreyma.

Félagsheimilið

Það var svo árið 1948 sem Fjósið er vígt sem félagsheimili félagsins í samræmi við útfærslu þeirra Gísla og Sigvalda og þjónaði því hlutverki næstu tæpu 40 árin, eða allt þar til ný aðstaða var tekin í notkun. Það var séra Friðrik Friðriksson sem fékk þann heiður. Í blaðagrein sem birtist í Þjóðviljanum þann 6. júlí 1948 segir m.a. um þetta:

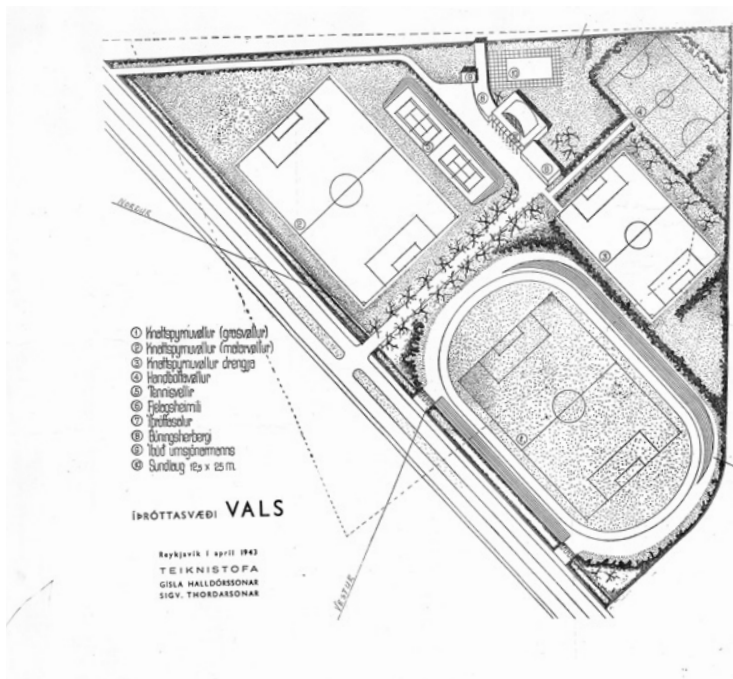
„Félagsheimili Vals er í alla staði hið vistlegasta, og er þar séð fyrir bæði þeim, sem koma til íþróttaiðkana og eins því að öll fundarstarfsemi og annað félagsstarf getur farið þar fram. Fundarsalurinn er rúmur 70 fermetrar, veggir klæddir að neðan með mahogónvið og er hinn smekklegasti. Á veggnum í öðrum enda salsins er merki félagsins, mjög haglega gert úr snúnum koparvír eftir Sigurjón Ólafsson myndhöggvara. Húsgögn eru



Hlíðarendi á stríðsárunum, vörn er besta sóknin.



Séra Friðrik flytur hugvekjju yfir ungum Valsmönnum á blómaskeiði Fjóssins á 6. áratug seinustu aldar.

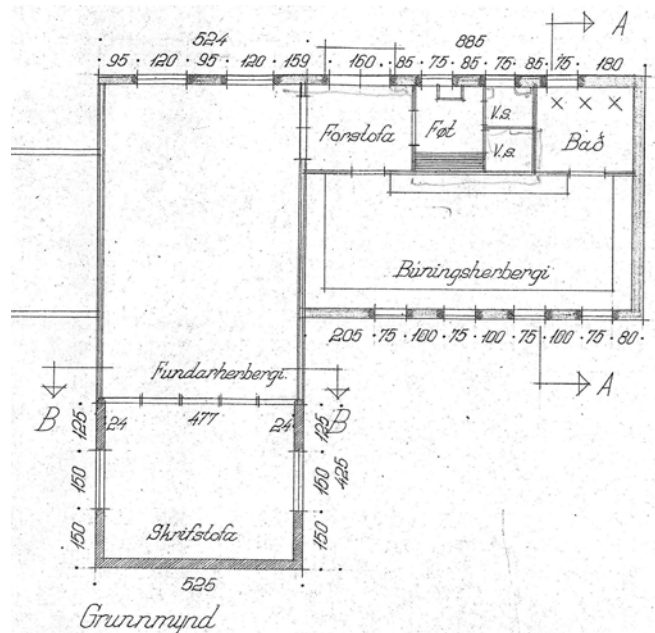


Hlíðarendi – Framtíðarsýn 1943.

þar öll hin vönduðustu. Þá er þar einnig rúmgóður búningsklefi og böð, bæði steypuböð og svo stór og rúmgóð kerlaug, sem íþróttamenn geta gengið í eftir æfingar og leiki.“

Um þetta er getið í 100 ára afmælisriti Vals og vakti það sérstaka athygli mína að Sigurjón Ólafsson hefði hannað og smíðað vírfuglinn sem skreytti gafn samkomusalarins í nokkra áratugi eða allt þar til hann hvarf af yfirborði jarðar og enginn veit hvað um hann varð eða hvar hann er niðurkominn. Það að Sigurjón hefði hannað og smíðað fuglinn virtust menn almennt alls ekki meðvitaðir um. Ég kem frekar að þessum merka grip, hér síðar í þessari umfjöllun.

Ég, sem uppallinn Valsmaður frá unga aldri, á margar minningar úr Fjósínu. Þarna fór allt félagslíf fram. Sérstakar minningar tengjast Sigga Mar að þræða 8 mm sýningarvélina þar sem



Veruleikinn 1944, búningsklefar í fjósi og fundarherbergi í hlöðu.

hann sýndi okkur fótboltaleiki, Chaplin myndir og margt fleira. Fjósíð var hjarta starfseminnar að Hlíðarenda. Afmælishátíðir félagsins voru að sjálfsögðu haldnar hér, tertur, Spur Cola, Sinalco og heitt kakó, sigurhátíðir eftir unna sigra og titla o.s.frv. Gestalið utan af landi, sem sóttu okkur heim, fengu að gista í Fjósínu. Hér gerðist bara allt.

Maður var kannski ekki meðvitaður um umhverfi sitt sem ungur drengur, en eins og kom fram hér að framan í blaðagreininni um húsnæðið þegar það var vígt, var það mjög fallegt og mikið í það lagt. Mahogany panell með útskornum skiptilistum á veggjum, sérhannaðir gylltir veggglampar með ásteyptum fálka á bolta að ógleymdum fugli Sigurjóns Ólafssonar á gafnvegg salarins. Hér sannast máltækið, „Enginn veit hvað átt hefur fyrir en misst hefur“.



Albert Guðmundsson, Úlfar Þórðarson o.fl. ásamt ungum Valsmönnum á hátíðardegi í Fjósínu á seinni hluta 7. áratugar síðustu aldar.



2.flokkur Vals 1958, vírfugl Sigurjóns Ólafssonar í bakgrunni.

Hnignunarskeið

Á seinni hluta 9. áratugarins voru ný mannvirki vígð að Hlíðar-enda, íþróttaskemma og tengibygging með búningasklefum á 1. hæð og samkomusal á 2. hæð. Samkomusalur þessi leysti þar með Fjósíð af hólmi sem félagsheimil okkar Valsmanna og þá má segja að hnignunarskeið þess hafi hafist. Það voru þó ýmsir sem vildu veg Fjóssins meiri og gerðu sitt til þess að svo mætti verða. Í því samhengi má geta þess að Pétur Sveinbjarnason o.fl. vildu stækka Fjósíð og var teikning af stækkun þess til norðurs samþykkt hjá byggingarfulltrúa Reykjavíkur árið 1986 og var sú tillaga unnin af Nikulási Úlfari Mássyni, Valsmanni og arkitekt, sem til gamans má geta, er einmitt byggingarfulltrúi Reykjavíkur í dag. Gólfplata viðbyggingarinnar var steypd í framhaldi af samþykkt þessari, en því miður stöðvaðist verkið þar og stóð þessi plata óhreyfð í öll þessi ár, eða allt til ársins 2017, er endurbætur á mannvirkinu hófust.

Fjósíð drabbaðist smám saman niður, varð að hálfgerðri geymslu og í nokkur ár var salurinn leigður út til Trommuskóla Gunnlaugs Briem. Einhvern tíma á þessu hnignunarskeiði glötuðust munir ú Fjósinu og ber þar fyrst að nefna vírfuglinn ásamt veggljósunum með steypum þrívíðum fálka á bolta úr járnsteypu, steypa af Málsmiðju Ámunda. Samkomusalurinn (hlaðan) var málaður á þessu tímabili, heilmálaður hvítur og var mahogonypanellinn ekki undanskilinn. Þegar þarna var komið sögu var fátt sem minnti á forna fegurð og frægð þessa merka húsnæðis.

Fjós og tengibygging

Mörgum Valsmanninum sárnaði þessi staðreynd og heyrðust oft raddir sem vildu hefja Fjósíð aftur til vegs og virðingar. Fremstur á meðal jafningja í þeim hópi var Halldór Einarsson og var hann óþryggtur á að minnast á nauðsyn þess að hefjast handa við það verkefni.

Það var loks ákveðið fyrir ári síðan að fara í undirbúning á því verki og skildi endurgerð og hönnun þess eiga samleið með tengdu verkefni, sem var fyrir nokkrum árum síðan búið að ákveða að fara í, svokallaða tengibyggingu á milli gamla íþróttasalarins og Fjóssins. Tengibygging þessi mun rúma ellefu lítil hífli fyrir leikmenn félagsins og verður að hluta til á tveimur hæðum í framlengdu íþróttahúsi og að hluta til á einni hæð aftan við gamla íbúðarhúsið og tengjast að lokum með tengigangi við suðurhlíð Fjóssins. Gömlu húsin fjós, hlaða og íbúðarhús verða eftir sem áður aðalásýnd á móti aðkomu, en tengibygging í bakgrunni.

Með tilkomu tengibyggingar verður unnt að ganga þurrum fótum í gegnum allan húsakost okkar, allt frá geymslum í nýja íþróttahúsi í suðri að Fjósi í norðri. Framan við Fjósíð, frá Friðrikskapelli að framlengdu íþróttahúsi hef ég gert tillögu um torg, Friðrikstorg, sem binda mun allan húsakost félagsins saman í eina heild og mun tryggja öruggt flæði ungra iðkenda til og frá æfingasvæðum norðan kapellunnar. Styttan af séra Friðrik verður að sjálfsgöðu staðsett á Friðrikstorgi. Stakstæð Friðrikskapella verður útvörður svæðisins.

Eitt höfuðmarkmið með nýrri tengibyggingu er að tengja gömlu húsin við önnur mannvirki Vals, endurgera þau og skapa þeim auknið hlutverk í félagsstarfsemi félagsins, á sama tíma og félagið viðheldur og virðir það veigamikla hlutverk sem gamla íbúðarhúsið en þó aðalega Fjósíð hafa haft í sögu félagsins. Fjósíð verður áhugaverður rammi um gamla muni og verður

eins konar minjasafn, og mun fá endurnýjun lífdaga og verður samtímis aftur klúbbhús félagsins. Íbúðarhúsið sem tengist inn á gang hinnar nýju tengibyggingar er hugsað sem sameiginlegt rými fyrir íbúðareiningarnar. Þessi gangur spilar einnig stórt hlutverk í minjasafnshugmyndafræðinni, hann á að vera partur af sýningarsvæðinu. Eldhúsið í endurgerðu Fjósi verður ekki stórt og er hugmyndin sú að með tilkomu tengibyggingar verði beintenging frá eldhúsi

Fjóss í aðaleldhús félagsins á 2. hæð við samkomusalinn. Þaðan verður auðvelt að trilla varningi fram og tilbaka í Fjós, niður lyftu og inn eftir gangi tengibyggingar, með öðrum orðum þurrum fótum eldhúsa á milli. Ekki var möguleiki að leysa snýrtiádstöðu fyrir hreyfihamlaða svo vel færi í sjálfu Fjósinu og var niðurstaðan sú að því er komið fyrir á gangi væntanlegrar tengibyggingar og þannig er það samþykkt hjá byggingaryfirvöldum. Það er því ljóst að endurgert Fjós er háð tilkomu tengibyggingarinnar hvað varðar marga samverkandi þætti, en því miður hefur verið ákveðið að fresta framkvæmd hennar um ótilgreindan tíma, sem þar með hefur óhjákvæmilega í för með sér ófullburða mannvirki í Fjósinu. Vonandi verður þessi ákvörðun tekin til alvarlegrar endurskoðunar sem fyrst.

Fjósíð í endurnýjun lífdaga

Í tengslum við þá ákvörðun að ráðast í endurnýjun Fjóssins var nefnd sett á lagginnar til að stjórna því verkefni. Nefndin er skipuð þeim Halldóri Einarssyni, sem er formaður hennar, Ragnheiði Lárusdóttur, Lárusi Loftssyni, Helga Magnússyni, Péttri Sveinbjarnarsyni, Brynjari Harðarsyni, Nikulási Úlfari Mássyni og Kristjáni Ásgeirssyni. Ákveðið var að skilgreina endurbætt mannvirki sem klúbbhús/minjasafn.

Minjasafnshlutverkið verður töluvert, ekki síst falið í húsa-kostinum sjálfum, sem við erum að endurgera í eins upp-
runanlegri mynd (Valsmynd) og við getum. Þar ber fyrst að nefna, mahogony panel á vegg salarins, veggljósinn með fálkanum framan á og síðast en ekki síst, vírfuglinn á austurgafli salarins, en eins og fyrr getur var hann gerður af ekki ómerkari listamanni en Sigurjóni Ólafssyni.

Nú eru lampar og fugl týndir og tröllum gefnir. Við höfum auglýst eftir fugli Sigurjóns í blöðum og sjónvarpi án árangurs, annaðhvort hefur einhver tekið hann ófrjálsri hendi eða honum hefur verið hent fyrir slysi. Að lokum ákvað ég að ræða við Birgittu Spur, ekkju Sigurjóns, til þess að kanna hvort verið gæti að hún ætti frumgerð verksins í sínum fórum eða teikningar. Það kom í ljós að Birgitta hafði ekk haft vitneskju um tilvist þessa verks manns hennar en sá strax að þetta var handbragð hans og tímápunkturinn passaði vel við listaverkin, sem hann hafði gert fyrir Búnaðarbankann í Austurstræti einmitt árið 1948, eða sama ár og fuglinn var gerður. Verk hans í bankanum voru bóndabær, hestar, ær, kýr, hjú og hundur búin til úr sams konar snúnum koparvír og fuglinn og hanga þau nú á vegg Arionbanka á Smáratorgi í Kópavogi. Ég spurði þá Birgittu hvort það væri hægt að hugsa sér að láta endurgera verkið og gaf hún mér leyfi til þess, undir hennar umsjá og ákvað að ef þetta yrði gert, skildi Helga Gíslasyni myndhöggvara falin endurgerðin. Að mínu viti var þetta algerlega nausynlegt til þess að setja punktinn yfir i-ið í endurgerð húsakostsins. Þetta var gert og það var mjög áhuga-
vert að fylgjast með vinnslu verksins, en ég heimsótti listamanninn Helga Gíslason á verkstæði hans í gömlu áburðarverksmiðjunni í Gufunesi, þar sem fuglinn var endurvakin.

Birgitta sagði mér að Úlfar Þórðarson hinn mikli Valsmaður



Fjósíð í náninni framtíð.

og augnlæknir, hefði meðhöndlað Sigurjón mann hennar vegna e-s konar augnkvilla. Hafandi heyrt sögur um ástríðu Úlfars fyrir félaginu þar sem hann var vakinn og sofinn yfir öllu sem snerti Val, datt mér strax í hug að skýring þess að Birgitta hafi ekki haft vitneskju um verkið, væri sú að Sigurjón hafi greitt fyrir lækniþjónustuna með þessu verki án þess að skjalfesta það sérstaklega og Úlfar hafi látið Val njóta góðs af sem endra nær.

Auk þess að hafa leitt vírfuglmálið til enda, er einnig komin góð lending í vegglampamálin. Halldór Einarsson tilkynnti mér það á haustdögum, að mótin sem Valsfluglinn var steypur í hefðu fundist og staðan væri sú að unnt væri að láta endurgera þessa lampa og er það verk á vinnslustigi þegar þessi orð eru rituð.

Ég hef reifað helstu atriði sem mig langaði til að endurvekja frá blómasekiði Fjóssins, sem aðal samkomusal og félagsheimili okkar Valsmanna, en þess utan hef ég farið ögn lengra til baka í sögu hússins og hef t.d. opnað flórinn og læt hann vera þátttakanda í minjasafnshluta mannvirkisins. Þannig verður gólf flórsins rammi um tímalínu félagsins frá stofnun til dagsins í dag og verður þar stiklað á nokkrum eftirminnanlegum atvikum úr sögu félagsins undir 4 cm þykku hertu gleri. Annað, ótenget notkunarsögu Vals, er að leyfa hinum fallega hlaðna steinvegg, sem var hulinn á bak við þil og klæðningar, að birtast og taka þátt í endurreisn húsnæðisins.

Í þessari endurreisn var fyrrnefnd viðbygging, sem hafði verið áætluð fyrir 30 árum síðan, nú byggð og var unnt að notast við botnplötuna sem steypur var á sínum tíma. Í viðbyggingunni eru lokaðir sýningarskápar, þar sem sýndir verða munir og minjar frá upphafstímum Vals allt til þess tíma er tími Fjóssins sem

aðalfélagsheimili okkar Valsmanna leið undir lok, á seinni hluta 9. áratugs síðustu aldar. Tímanum eftir það verður gerð skil í nýbyggingum félagsins. Við höfum notið þeirrar gæfu að hafa fengið hinn víðþekkta Björn Björnsson leikmyndahönnuð til liðs við okkur hvað varðar uppsetningu hins lokaða sýningarhluta og uppsetningu og val á innrömmuðum ljósmyndum, sem meiningin er að hengja upp ofan við panelinn í hlöðunni, líkt og var á sokkabandsárum hússins. Björn hefur notið aðstoðar Margrétar Bragadóttur, Gunnars Svavarssonar og Magnúsar Ólafssonar úr Minjanefnd Vals við val á myndum og hlutum og er

meiningin að færa ýmsa muni úr aðalsýningarskápunum á torgi nýbyggingar yfir í skápa Fjóssins. Auk fastra sýningargripa í skápum og á veggjum, verður sögunni gerð skil á nútímalegan og tæknilegan hátt á tölvu- og sjónvarpsskjám, þar sem hægt verður að sjá og heyra hluta úr sögu Vals, kannski klippur úr leik Vals á móti Benfica í knattspyrnu eða úr leik Vals og Atletico Madrid í handknattleik o.s.frv.


Hluti veggja viðbyggingar eru múrsteinsklæddir. Ekki er hægt að segja að það eigi tengingu við fortíð hússins eða íslenska byggingarhefð, það er meira gert til þess að ná fram ákveðinni stemningu, í anda gamalla enskra fótboltaklúbbhúsa og var það Halldór Einarsson sem lagði það til. Til þess að ná fram enn frekari slíkri stemningu, hef ég látið fúga og múra múrsteinsflísarnar á þann hátt að þær líta eldri út en þær eru.

Vinna við þetta verkefni hefur verið mjög einstök og ég hef fundið hvað það er mörgum Valsmönnum kært að endurreisa húsið og hefja það til fyrri virðingar og er ég einn af þeim. Í því samhengi má nefna góðvild og gjafmildi ófárra Valsara sem komið hafa að fjármögnun einstakra þátta þessarar uppbyggingar. Það hafa allmargir komið að þessari endurreisn og hafa nokkrir verið nefndir hér að framan, en auk þeirra má nefna þá Hörð Pétursson verkefnisstjóra, Víði Guðmundsson stálsmið. Lýsingu og hönnun sem sáu um þann þátt, Hilmar Hilmar. Grafíska hönnuðinn okkar, Gísla pípara og Einar Einarsson yfirmið, sem hefur leyst úr öllum vandamálum af miklu öryggi. Að síðustu ber auðvitað að nefna að endurreisn þessi hefði ekki verið gerð án aðkomu Valsmanna hf undir styrkri stjórn Brynjars Harðarsonar. Kostnaður við endurgerð á 100 ára gömlu mannvirki af þessu tagi er verulegur, trúlega svipaður og ef um nýbyggingu væri að ræða.

Á næsta ári, árið 2018 verða 150 ár liðin frá fæðingu séra Friðriks Friðrikssonar og þá verða 70 ár liðin frá því Fjósíð var vígt af honum sem félagsheimili okkar Valsmanna og tel ég að það væri tilhlýðilegt að miða endurreisn og endurvígslu Fjóssins við þessi tímamót.

Vissir þú að...

börn þigar Étt á að láta skoðanir sínar í ljós og hafa áhrif



Barnaheill
Save the Children á Íslandi



GERUM ÞETTA SAMAN!



serlausnir@byko.is

BYKO





Íslandsmeistaratitlinum í knattspyrnu fagnað á Hlíðarenda

Myndir Þorsteinn Ólafs





Vantar ártal á vegginn í körfubolta kvenna

Lárus Sigurðsson tók við stöðu framkvæmdastjóra Knattspyrnufélagsins Vals í ársbyrjun 2017 og er mörgum Valsmönnum kunnur eins og öll fjölskyldan.

Lárus Bl. Sigurðsson er sonur Sigurðar Dagsssonar og Ragnheiðar Lárusdóttur og bræður hans eru Dagur og Bjarki. Sigurður Dagsson var þekktur markmaður og varð m.a. þrisvar sinnum Íslandsmeistari í knattspyrnu með Val eða árin 1966, 1967 og 1976. Hann á einnig landsleiki að baki bæði í handbolta og fótbolta. Ragnheiður Lárusdóttir móðir Lárusar var í gullaldrliði Vals í handbolta, svokölluðum Valkyrjum og lék með meistaraflokki frá árinu 1964 til 1976 og á yfir 150 leiki með Val. Þær voru ósigrandi í lok sjöunda áratugarins og fram á þann áttunda. Valkyrjurnar urðu Íslandsmeistarar 11 sinnum á 13 árum. Hún á einnig marga landsleiki að baki í handbolta. Dagur Sigurðsson varð fimm sinnum Íslandsmeistari með Val í handbolta, fyrst 1991 og svo fjögur ár í röð frá 1993–1996 áður en hann fór út í atvinnumennsku. Dagur var einnig þjálfari Evrópumeistara Þýskalands í handbolta og tók við þjálfun japanska landsliðsins síðastliðið sumar. Bjarki yngsti bróðir hans lék einnig handbolta með Val á yngri árum og var mjög efnilegur en varð að hætta snemma vegna þrálátra meiðsla þegar hann var að stíga sín fyrstu skref með landsliðinu.

Það rennur svo sannarlega Valsblóð í æðum nýja framkvæmdastjóra Knattspyrnufélagsins Vals. Hann er uppalinn Valsari og lagði bæði stund á handbolta og fótbolta á sínum yngri árum og var síðan markvörður og fyrirliði meistaraflokks karla í nokkur ár en þrálát meiðsli bundu snemma endi á íþróttuferilinn. Lárus starfaði í fjármálageiranum í rúmlega áratug, en var forstjóri Bílanaut undanfarin ár áður en hann tók að sér



Lárus Blöndal Sigurðsson framkvæmdastjóri Vals.

framkvæmdastjórastöðuna hjá Val. Það var auðsött mál fyrir Lárus að finna lausa stund í erli dagsins til að ræða við ritstjóra Valsblaðsins með það að markmiði að kynna hann betur fyrir Valsmönnum og fá innsýn í starf framkvæmdastjóra Vals. Við settumst niður í þægilegri skrifstofu á Hlíðarenda með kaffibolla um miðjan nóvember og byrjuðum á að ræða um fyrstu kynni hans af félaginu.

Velgengi í yngri flokkum Vals en vonbrigði í meistaraflokki

Lárus segir að fjölskyldan hans sé afar samhent og að þau séu öll góðir vinir og honum finnst greinilega ekki leiðinlegt að rifja upp gamla tíma á Hlíðarenda en hann mætti fyrst á æfingu árið 1982. „Fyrsta árið fór ég einn á æfingar og við urðum strax Íslandsmeistarar það ár, en ári síðar var ég farinn að koma með Dag bróður á æfingarnar í 5. flokki handbolta og fótbolta en hann er tveimur árum yngri en ég, en á þessum árum var ekki virkur 6. flokkur. Ég tel mig því bera

heilmikla ábyrgð á því að Dagur fór að æfa snemma, en hann varð fljótlega mjög góður í handbolta og fótbolta og varð Íslandsmeistari með okkur í báðum greinum á sínu fyrsta ári. Dagur náði lengst af okkur bræðrunum í íþróttum og hann var allt frá byrjun með afburðahæfileika og ég er virkilega stoltur af því og eins árangri hans sem þjálfara, enda byggir sá árangur á traustum grunni.“ segir Lárus og glottir.

Lárus segist hafa verið í mjög góðum hópi í yngri flokkunum í handbolta og fótbolta og að þeir hafi unnið til margra Íslandsmeistaratitla í báðum greinum, m.a. orðið Íslandsmeistarar í 2. flokki karla í fótbolta en því miður skiluðu sér fæstir af þessum hópi upp í meistaraflokk Vals. Hann náði að leika með unglingalandsliðinu í handbolta en hætti í handbolta 18 ára gamall og sneri sér alfarið að fótbolta. „Einar Þór Daníelsson var t.d. með mér í yngri flokkum í fótbolta, einnig Steinar Adólfsson og Arnaldur Loftsson ásamt fleiri góðum mönnum, en einhverra hluta vegna skilaði þessi öflugri árgangur sér ekki næganlega vel upp í meistaraflokk Vals. Það er synd að fleiri leikmenn hafi ekki skilað sér ekki inn í meistaraflokkinn, heldur farið í önnur lið eða hætt og ég er enn mjög hugsuð yfir því hversu lítið varð úr þessum góða efnivið og hvað hefði mátt gera betur,“ segir Lárus. Það hefði að hans mati mátt hlúa betur að þessum hópi og mikivægt sé að læra af reynslunni en Lárus telur að Valsmenn vilji sjá uppalda leikmenn í meistaraflokkum félagsins.

Lárus lék 85 leiki í efstu deild fyrir Val á sínum tíma, fyrsta leikinn árið 1991 og síðan 1994 til 1998. Lárus var fyrirliði Valsliðsins sumarið 1998. Lárus lék einnig 36 leiki með Þór á Akureyri frá 1992 til 1993. Lárus segist hafa verið nokkuð góður alhliða íþróttamaður og hafi t.d. náð að leika einn leik með 1. flokki Vals í körfubolta.

„Ég byrjaði sem varamarkmaður fyrir Bjarna Sigurðsson árið 1989 og verð síðan aðalmarkmaður 1994–1998. Mér fannst ekkert sérstaklega skemmtilegt að



Lárus Sigurðsson með Magna Blöndal og Salih Heimi Porca á góðri stundu í Lollastúku. Mynd Þorsteinn Ólafs.

vera í marki, þótt það hafi verið hlutskipti mitt í fótboltanum. Ég var bara oft beðinn að fara í mark, af því að ég var sonur Sigga Dags. Ég held að Dagur bróðir hafi aldrei verið beðinn um að fara í mark, enda gat hann ekkert í marki," segir Lárus sposkur.

Lárus lenti í fallbaráttu og erfiðum tímabilum í meistaraflokki og segir að stemningin hafi verið rosa erfið á Hlíðarendu á þessum árum. „Liðið var einfaldlega ekki nógu gott og falldraugurinn sem vofði yfir ár eftir ár var sálrænt mjög erfiður fyrir hópinn, sem var þó nokkuð sterkur félagslega. Ég lenti líka sjálfur í langvarandi hnjúmeiðslum og þurfti að hætta ungar. Það eru ákveðin vonbrigði að hafa ekki náð að vinna Íslandsmeistaratitil með Val í fótbolta en ég náði þó að verða bikarmeistari.“

Sýn framkvæmdastjóra Vals

Lárus hefur þá sýn og markmið að Valur verði að keppa um Íslandsmestaratitil í öllum þremur deildum karla og kvenna, þar sem félagið er afreksfélag og að mörgu leyti sé staðan þannig í dag. „Þetta ár var náttúrulega frábært fyrir Val, þegar við tryggjum okkur Íslandsmeistaratitla í handbolta og fótbolta eftir tíu ára bið, alveg stórkostlegt ár. Valur hefur alltaf verið framarlega í jafnrétti kynjanna og núna erum við með mjög öfluga meistaraflokka í öllum greinum kvennaboltans. Það vantar nefnilega ártal á kvennakörfuna á vegginn okkar góða á Hlíðarenda.“ Einnig er hans sýn að yngri flokkar Vals séu það öflugir að hægt sé skapa þann grunn að kjarni í meistara-flokkslíðum félagsins verði uppaldir leikmenn. „Ég tel okkur vera á mjög góðri vegferð í dag og það eru jákvæðir straumar í íþróttastarfinu á Hlíðarenda, bæði á afrekssviði sem og í barna- og



Valsfjölskyldan á góðri stundu fyrir nokkrum árum. Frá vinstri Bjarki Sigurðsson, Sigurður Dagsson, Dagur Sigurðsson, Ragnheiður Lárusdóttir og Lárus Sigurðsson. Mynd frá fjölskyldunni.

unglingastarfi. Félagið er í ófundsverðri stöðu, stendur afar vel með öflugan bak-hjarl með Valsmönnum hf og Hlíðarenda SES og hefur alla burði til að halda áfram að ná betri árangri. Það kostar tíma, þolinmæði og fjármagn að ná árangri. Til þess að ná árangri þarf margt að koma til. Við þurfum bestu þjálfarana, bestu aðstöðuna og bestu umgjörðina með sjálfbodaliðum og stuðningsmönnum. Við höfum mjög flottan kjarna í sjálfbodaliðahópnum, en þar þurfum við að auka breiddina og virkniina, því Valur er ekkert án sjálfbodaliða og virkra félagsmanna," segir Lárus ákveðinn.

Lárus telur að afburðaðþjálfarar séu lyk-ill að árangri í íþróttum og þeir kalli til sín afburða leikmenn. Sýn hans er að tryggja að færustu þjálfara landsins séu að störfum hjá Val, í öllum greinum, og ekki hvað síst í yngri flokkunum. Hann telur að Valsmenn bjóði nú upp á bestu aðstæður hér á landi og gæði þjálfara félagsins sé með því besta sem gerist. Það hafi tekist vel til með að byggja upp aðstöðuna og segist verða var við að önnur lið séu farin að leita til Hlíðarenda. Næst þurfi að koma á öflugu afreksþjálfunarprógrammi þar sem einstaklingar með hæfileika fái viðeigandi þjálfun og umgjörð. Slík vinna skili sér bæði fyrir þá sem skara fram úr og líka fyrir almenna iðkendur.

„Starf framkvæmdastjóra er mjög skemmtilegt og lifandi og ekki er verra þegar vel gengur inni á vellinum. Mesti

munurinn að stýra íþróttafélagi á borð við Val og fyrirtæki er sá að þetta er enginn venjulegur vinnustaður, þetta er íþróttafélag. Það þýðir að meginviðburðir á vegum félgsins eru eftir venjulegan vinnutíma, á kvöldin og leikir eru á kvöldin og um helgar. Þetta kallar á mikla viðveru en mikilvægt er að hafa gott starfsfólk til að dreifa álagi og hafa góða yfirsýn. Sem betur fer starfar frábært starfslið hjá Val, sem vinnur fórnfúst starf. Það má eiginlega segja að starfa fyrir Val sé einnig að hluta til sjálfbodastarf og félagsstarf og þá er mikilvægt að vera með ástríðu og metnað fyrir hönd félagsins.“ Þá sé það kostur fyrir hann perónulega að hafa tengingu við allar þrjár greinar félagsins og hann kveðst eiga góða vini í öllum deildum og það nýtist honum vel í núverandi starfi framkvæmdastjóra. „Ég er Valsari, óháð einu né neinu“ segir Lárus. „Það eru forréttindi að vera í starfi við að sinna því sem maður brennur fyrir og hefur áhuga á. Það er hjart framundan á Hlíðarenda, og ég vil hvetja alla Valsara til að koma sem oftast hingað til að sýna sig og sjá aðra. Það hefur alltaf verið gaman á Hlíðarenda, en aldrei sem nú. Við erum rétt að byrja“ segir Lárus brosandi að lokum.

Valsblaðið þakkar Lárusi fyrir að veita innsýn í starf framkvæmdastjóra á Hlíðarenda með upprifjun á eigin íþróttiferli og óskar honum góðs gengis í mikilvægu og krefjandi starfi.

Valur skokk í 10 ár



Að loknu vel heppnuðu Valslaupi í júní 2016. Efri röð frá vinstri: Hilmar Þór Karlsson, Ólafur Freyr Hjálmsón, Krístrún Jóhannesdóttir, Hulda Guðmundsdóttir, Þorgeir Sigurðsson, Guðfinna Halla Þorvaldsdóttir, Halldóra Hálfánardóttir, Ágúst Geir Ágústsson, Margrét Magnúsdóttir, Berglind Steinsdóttir, Gísli Þór Gíslason, Ragna María Ragnarsdóttir, Rannveig Jónasdóttir, Ingvi Þór Hjaltason, Pétur Örn Sigurðsson og Stefán Alfredsson. Neðri röð frá vinstri: Elín Edda Sigurðardóttir, Gísli Vilberg Hjaltason, Dagný Björnsdóttir og Þórdís Hrönn Pálsdóttir.

Það er merkilegt hvað 10 ár eru fljót að líða. Það fer að vísu eftir aldri þess sem veltir því fyrir sér. Flestir Valsarar hafa séð eða heyrt af hlaupahópnum og nokkrir skellt sér á æfingar í lengri eða skemmri tíma. Hægt er að fullyrða að engum hafi orðið meint af enn sem komið er.

Fyrsta hugmynd að stofnun hlaupahóps Vals kom fram í foreldrarstarfi sumarið 2007. Markmiðið var að hafa almenningsþróttir hjá Val sem foreldrar gætu tekið þátt í. Það var ekki algengt á þessum árum að menn stæðu í einhverju sem gæfi ekkert í aðra hönd en þetta var

samt gert og fyrsta formlega æfingin var haldin 1. nóvember sama ár. Stofnendur voru Ágúst Geir Ágústsson, Geir Jóhannsson og Gísli Vilberg Hjaltason.

Þeir sem hafa heyrt af hlaupahópnum og finnst þetta áhugaverður vettvangur til að hreyfa sig hafa mögulega leitað aðeins og jafnvel fundið síðuna *Valur skokk á Facebook* og þeir djörfu hafa sótt um aðgang að henni. Þeir allra djörfustu hafa síðan mætt á æfingu, jafnvel nokkrar eða fjölmargar.

Eftir 10 ár í hlaupasamfélaginu er gaman að fara yfir hvernig týpur hafa dottið inn á æfingar og hvað er vænlegast til að endast í þessu.

Fyrsta týpan er þeir sem hafa hlaupið lengi einir. Það sem þeir eiga sameiginlegt er að tískustraumar hlaupaheimsins hafa alveg farið fram hjá þeim og þeir fara frekar hægt yfir. Fari þessi týpa að mæta á æfingar mun klæðnaðurinn batna án þess að við þurfum að hafa orð á því. Æfingarnar verða markvissari með meira álagi og viðkomandi er undrandi á framförunum.

Önnur týpan er þeir sem hafa ekkert hreyft sig í mörg ár og ætla aldeilis að keyra sig í gang. Þeir mæta í glansandi nýjum útbúnaði frá toppi til táar, tala mikið og þá helst um sjálfa sig. Fari þessi týpa að mæta á æfingar er alls óvíst hve

lengi hún heldur út. Sennilega betra fyrir þessa týpu að fara í Boot Camp eða álíka og láta öskra sig áfram eins og hún hafi ekki val um annað.

Þriðja týpan er svipuð og önnur týpan og þá jafnvel með íþróttaveril. Þessi týpa á gjarnan þökkalegt safn af eldri íþróttafötum sem teljast ágæt en ekki það flottasta. Þessum aðilum er alveg sama því að þeir vilja koma því á framfæri að þeir hafi verið í íþróttum áður fyrr. Það fyrsta sem þeir nefna gjarnan er að hlaup hafi í „gamla daga“ verið upphitun sem enginn nennti. Héðan má skipta þessari týpu í tvo hluta. Annars vegar er týpan sem mætir og tekur vel á því til að sýna fyrri hetjudáðir og endar oftast en ekki í meiðslum og mætir ekki aftur. Hins vegar eru þeir sem fara rólega af stað, sleppa við meiðsli og eru líklegir til að halda áfram.

Fjórða týpan er þeir sem mæta í byrjun janúar eftir andlegt gjaldþrot í uppgjöri á sjálfum sér yfir jólahátíðina. Nú á að gera eitthvað í sínum málum, redda blóðþrýstingnum, útstæðum maga og rasssófnun svo dæmi séu tekin. Mæti þessi týpa á æfingu eru ágætislíkur á að hún haldi áfram að hlaupa með okkur. Það þarf nefnilega smá sjálfsaga til að mæta á útiæfingar í janúar hér á Íslandi.

Fimmta týpan er þeir sem voru í



Slakað á að loknu keppnishlaupi: Ágúst Geir, Ingibjörg, Geir og Gísli Vilberg.

„boltanum“ í gamla daga. Sumir þeirra náðu að ofbjóða skrokknum og ráða ekki við álagið. Líklegt er að þeir hætti fljótlega en hinir sem státa af heillegu eintaki af skrokki eru líklegir til að halda áfram. Þeir sem geta ekki hlaupið eiga það á hættu að þurfa að stunda golf.

Sjöttá týpan er þreytta húsmóðirin í Hlíðunum sem byrjar að mæta á æfingar vegna þess að hún er að bilast á því að vera heima allan daginn með litlu börnunum síðum. Ekki að þau séu erfið, heldur þarf hún að hitta aðra fullorðna en kallinn sinn sem hefur sjaldan eitthvað nýtt og/eda áhugavert að segja. Þessi er líkleg til að mæta á hlaupaæfingar, a.m.k. þar til hún verður ólétt aftur.

Sjöunda týpan er til-baka-týpan. Þessa týpu er erfiðast að kortleggja. Mæting á æfingar er þínu stopul og klæðnaður til þess fallinn að berast ekki á. Þessi týpa vill athygli en alls ekki of mikla. Þessi týpa er sú eina sem gæti komist í gegnum heilt æfingatímabil án þess að greiða æfingagjöldin.

Áttunda týpan er félagsækin og nær-ist á samveru í hópi. Þessi týpa er gjörn á að tala frekar mikið og hópsins vegna er vonandi að þessir einstaklingar séu skemmtilegir. Annars er hægt að skella í tempóæfingu svo aðrir fái hlé frá gjammínu. Þessir einstaklingar geta haldið uppi samræðum þó að púlsinn sé kominn í hæstu hæðir.

Niunda týpan er með smá ofvirkni og þá sérstaklega í hópi. Þessa einstaklinga er auðvelt að fá til að gera heldur meira en heilsusamlegt skokk gæti talist. Að hlaupa keppnishlaup um allt land og jafnvel erlendis er nokkuð sem þessir einstaklingar nudda saman höndunum af tilhlökkun yfir.

Tíunda týpan og sú síðasta í upptalningunni er sú ákveðna. Áður en hún mætir á fyrstu æfinguna er hún búin að ákveða að hlaupa aldrei lengra en 10 km, fræðilega hálf maraþon en heilt maraþon kemur alls ekki til greina. Þetta er týpan sem er líkleg til að mæta á æfingar enda mjög skipulögð. Með tímanum og eftir slatta af 10 km hlaupum og jafnvel hálfu maraþoni er það að hlaupa maraþon ekki lengur fyrir utan mengið. Þetta ferli tekur að jafnaði 3–4 ár.

Allar týpur í hlaupahópi Vals

Ef einhver spyr núna hvaða týpur eru í hlaupahópi Vals er því auðsvarað: Allar. Vænlegast til þess að endast í hlaupa-hópnum er sá hæfileiki að vera með

blöndu af þrautseigju, þrjúsku og þolin-mæði ásamt því að koma æfingatímum fyrir í dagskrá vinnunnar og skipuleggja annað í kringum þær því að æfingarnar eru forgangshobbi.

Hvað gerir hlaupahópurinn fyrir utan það að mæta 3x í viku til að hlaupa saman eftir æfingaplani þjálfarans?

Valshlaupið hefur verið haldið árlega frá því að Valur varð 100 ára árið 2011. Keppt er í 3 og 10 km vegalengdum. Þátttaka hefur verið ágæt, um 120 þátttakendur á hverju ári.

Hlaupaferðir erlendis eru sennilega það vinsælasta hjá meðlimum hlaupahópsins. Hópurinn hefur farið í hlaupaferðir frá stofnun, annað hvert ár (slétt ártal). Fyrst var farið í Berlínarmaraþon 2008 og aftur á sama stað 2010. Eftir það hafði hópurinn stækkað og getuskipst þannig að síðan hefur verið farið til borga þar sem margar vegalengdir eru í boði. Þá geta allir tekið þátt, jafnvel makar hlaupafélaganna. Árið 2012 var farið til Amsterdam í slíka ferð, til München 2014 og Lyon 2016. Fyrirliggjandi er hlaupaferð til Lissabon um miðjan október 2018. Rétti tíminn til að byrja að æfa fyrir maraþonferðina 2018 er núna.

Hlaupaferðir innanlands. Hópurinn hefur farið í nokkrar hlaupaferðir út á land á sumrin, m.a. farið Laugavegin, Jökulsárhlaupið, Hamarshlaupið og Snæfellsjökulshlaupið.

Innanbæjarhlaup eru haldin allt árið og mætir hlaupahópurinn vel í þau. Spéhræðsla gagnvart eigin getu er óþörf þar sem slakur tími er aðeins viðmið fyrir betri tíma í næstu hlaupum.

Praktískar upplýsingar fyrir áhuga-sama:

Öllum er velkomið að mæta á nokkrar æfingar án skuldbindinga. Æfingar eru að öllu jöfnu þrisvar í viku frá Hlíðarenda sem hér segir:

- Þriðjudaga kl. 17:30.
- Fimmtudaga kl. 17:30.
- Laugardaga kl. 9:30 yfir vetrartímann og 8:30 yfir sumartímann.

Þjálfari er Ívar Trausti Jósafatsson.

Nánari upplýsingar um æfingarnar er að finna á Facebook og heitir síða hópsins þar auðvitað Valur skokk.

f.h. Vals- skokkara Gísli Vilberg Hjaltason

Valsblaðið óskar Vals-skokkurum til hamingju með 10 ára afmælið og góðs gengis á komandi árum.



Þátttaka í erlendum keppnishlaupum er ómissandi þáttur í starfi Vals skokks. Gísli Vilberg, Hilmar, Halldóra og Ingvi glöð í bragði að loknu Chicago maraþoninu í október 2017.



Gamlárshlaup ÍR er síðasta hlaup ár hvert og hefur er fyrir því að hlauparar mæti í búningum sem setja skemmtilegan svip á hlaupið. Örvar Rudolfsson með jólasveinaskegg, Halldóra sem trúður, Þorgeir sem tvinki vinki, Geir sem skrattinn, Gísli Vilberg sem jólasveinn og Gísli Þór.



Vormaraþon fer fram þriðju helgina í apríl ár hvert. Geir Jóhannsson kemur hér í mark á góðum tíma í hálfu maraþoni.



Vösk sveit að undirbúa Valshlaupið í júní 2016. Hilmar, Gísli Þór, Pétur Örn, Halldóra, Elín og Óskar.



Meistaraflokkur Vals ásamt hjálfurum í Hólavallakirkjugarði fyrir fyrsta leik Íslandsmótisins 2017.

Valsmenn minnst Jóns Karels Kristbjörnssonar



Jón Freyr Eyþórsson leggur blóm að leiði Jóns Karels Kristbjörnssonar.

Valsmenn heiðra árlega minningu Jóns Karels Kristbjörnssonar fyrir fyrsta leik í Íslandsmótinu. Jón Karel slasaðist illa í úrslitaleik Íslandsmótisins árið 1933 á Melavellinum og lést tveimur dögum síðar aðeins 21 árs gamall. Það er árvisst að yngsti leikmaður meistaraflokks

hverju sinni leggi blóm að leiði Jóns Karels í Hólavallakirkjugarði við Suðurgötu í Reykjavík. Í ár kom þessi heiður öðru sinni í hlut Jóns Freys Eyþórssonar. Formaður Vals, Þorgrímur Þráinsson, flutti stutt ávarp.



Þorgrímur Þráinsson formaður Vals flutti ávarp.

Frábær árangur á alþjóðlegu handboltamóti í Danmörku hjá 5. flokki

Generation handball er alþjóðlegt mót sem haldið er árlega í Viborg í Danmörku.

Strákarnir í 5. flokki Vals í handbolta tóku þátt í þessu skemmtilega móti síðastliðið sumar með ágætum árangri. Einn af stórum kostum þessa móts er að að keppnisvellirnir og sú þjónusta er tengist mótinu er á tiltölulega litlu svæði. Við gistum í skólastofu og tók einungis tvær mínútur að ganga upp á keppnisvöllina og fimm mínútur í matsalinn. Við hliðina á matsalnum var líka að finna strandhandboltavelli sem við lékum okkur á milli leikja en við tókum hins vegar ekki þátt í strandhandboltamótinu að þessu sinni. Óhætt er að segja að góð stemning hafi verið í hópnum og komum við á hinum ýmsu keppnum, m.a. í borðspilum þar sem ýmsar refsingar „voru í boði“. Skemmt er frá því að segja að menn hafi t.a.m. komið misloðnir heim.

Þau lið er tóku þátt í mótinu komu víða að úr heiminum, svo sem frá Skandinavíu og meginlandi Evrópu en einnig var þar að finna lið er komu frá fjarlægari löndum svo sem Kína og Taiwan. Ólíkt því sem við erum vanir voru leikirnir spilaðir utanhúss á grasi. Það var ekki að spyrja að því að seinni hluta mótsins þurfti að sjálfsögðu að rigna eldi og brennisteini og urðu leikvöllirnir í kjölfarið eins og drullusvað, Mýrabolti einhver? Við stefndum að sjálfsögðu að því að sigra mótið og ekkert annað kom til greina. Við unnum riðilinn okkar mjög



Valsarar í efri röð vinstri: Anton Rúnarsson þjálfari, Ísak Logi Einarsson, Tryggvi Garðar Jónsson, Dagur Fannar Möller, Knútur Gauti Eymarsson Kruger, Breki Hrafn Valdimarsson, Hákon Atli Hilmarsson, Kristófer Valgarð Guðrúnarson, Sindri Dagur Birnisson, Stefán Árni Arnarsson, Dagur Máni Ingvarsson, Baldvin Fróði Hauksson þjálfari.



sannfærandi þar sem við höfðum sigur í öllum fjórum leikjunum. Þá tók við milli-riðill í A-úrslitum þar sem við áttum að spila fjóra leiki þar sem efsta lið riðilsins færi í úrslitaleik mótsins. Eitt liðið þorði hins vegar ekki í okkur Valsarana og gaf leikinn. Við sigruðum svo örugglega í tveimur leikjum en því miður þá þurftum við endilega að eiga slakan leik á móti danska liðinu Mors sem sigraði okkur þrátt fyrir mikla baráttu. Það lið vann svo úrslitaleikinn, þar sem það mætti liði er við höfðum rúllað yfir í undanriðlinum. Í heildina sigruðum við því sjö leiki á mótinu og töpuðum einum, sem þýddi að við enduðum í 3.–4. sæti á mótinu, en ekki var spilað um bronsið. Í heildina var þetta lærdómsrík og skemmtileg ferð, enda ekki við öðru að búast þar sem Valsliðið er samansafn af skemmtilegum fagmönnum. En ég neita því ekki að það hefði verið mun skemmtilegra að koma heim með dolluna enda stóð metnaður okkur svo sannarlega til þess. En það er alltaf næsta ár.

Lifi Valur,

Tryggvi Garðar Jónsson tók saman.



Doldið skítugir 😊

Gaman að vera í Valkyrjum

Valkyrjur er félag kvenna í Val sem leggja sérstaka áherslu á jafnréttistefnu Vals, bæði hvað iðkendur og stjórnun félagsins varðar.

Við 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 okkur fyrir því að unnið sé í samræmi við jafnréttistefnu Vals.
- Auka sýnileika kvenna og stuðla að fjölgun þeirra í stjórnun félagsins.
- Styrkja uppeldis- og forvarnarþátt íþróttanna meðal iðkenda innan félagsins.

Svala Þormóðsdóttir Valkyrja á kvenna-
kvöldi. Mynd Baldur Þorgilsson.



Valkyrjur halda fundi mánaðarlega yfir vetrarmánuði. Einnig hefur verið boðið upp á fræðslu og ýmis konar fyrirlestra í bland við skemmtun. Eins er eitt Valkyrjukvöld og Kvennakvöld Vals.

Verndari Valkyrja er Sigríður Sigurðardóttir sem var fyrst kvenna og fyrsti einstaklingurinn í hópþrótt til að hljóta titilinn íþróttamaður ársins.

Hápunktur hvers árs er án efa Kvennakvöldið sem var sérstaklega vel heppnað í ár. Sífellt fleiri mæta sem er mjög ánægjuleg þróun. Allskonar kvennahópar úr Val og Hlíðunum koma á kvöldið til þess að skemmta sér saman og viljum við hvetja starfsmannahópa úr Hlíðunum til að skella sér á kvennakvöldið.

Á adventufundi Valkyrja 2016 var borðið upp á vöfflukaffi og fóru Valkyrjur síðan og hlýddu á frábæran Valskór sem söng jöralög undir stjórn Báru Grímsdóttur.

Á félagskvöldi 7. mars 2017 hittust Valkyrjur, borðuðu súpu og Þórgímur Þráinsson, nýr formaður Vals, ræddi við okkur um sína sýn á Val og hvað væri á döfinni.

Aðalfundur Valkyrja var síðan haldinn í maí.

Helstu verkefni fyrir árið 2017 snéru að jafnrétti og fræðslu

Lögd var áhersla á að tryggja að leikir í meistaraflokkum kvenna í fótbolta-, körfu- og handbolta væru auglýstir til jafns við karlaleikina og þar skiptu stjórnar meðlimir með sér verkum. Valkyrjur hafa ætíð lagt ríka áherslu á að sama umgjörð væri á leikjum kvenna- og karlaliða hjá Val. Með það í huga hafa Valkyrjur tekið að sér vinnu við veitingar í Lollastúku á öllum heimaleikjum meistaraflokkanna í handbolta undanfarin ár. Í sumar gekk það svo eftir að meistaraflokkur kvenna í fótbolta fengi sambærilegar veitingar og karlaliðið og sköffuðu Valkyrjur vinnuaflið við stærstan hluta þeirra vinnu.

Eins og margir þekkja þá fer mikill tími og orka í að skipuleggja og starfa í félagsmálum en þetta er afskaplega gefandi vinna og kynnis fyrir manni nýja hlið á íþróttunum.

Valkyrjur hafa haft frumkvæði að fyrirlestrum bæði fyrir þjálfara og iðkendur á liðnu starfsári. Ákveðið var að fá Erlend Egilsson sálfræðing til að halda 3 fyrirlestra í boði Valkyrja. Það er búið að halda einn fyrirlestur fyrir eldri hóp (unglinga) en fyrirlesturinn heitir; *Inngangur að hugarþjálfun og hugurinn í íþróttum*. Síðan á að halda fyrirlestra fyrir yngri hóp (miðstigi) – Inngangur að hugarþjálfun og hugurinn í íþróttum; einfölduð kennsla. Auk þess fyrir foreldra: *Kvíði, reidi og sjálfstraust hjá börnum í íþróttum*. Fyrirlesturinn mæltist mjög vel fyrir og stefnt er á að halda hina tvo árið 2018.

Fjöldi félagsmanna hefur heldur aukist og eru félagsgjöldin notuð til að styrkja fræðslu- og jafnréttistengd verkefni hjá Val.

Það er gaman að starfa með Valkyrjum og það gefur okkur mörg tækifæri. Eitt af þeim er að við verðum tengdari áhugamálum barna okkar og það skiptir mjög miklu máli í allri forvörn. En við eignumst líka nýja vini og kunningja sem eru að vinna með sameiginleg vandamál og áskoranir sem við tökumst á við í uppeldi og samskiptum.

Nú er einmitt tækifæri til þess að koma og vera með. Hóaðu í skemmtilegar konur og skellið ykkur á næsta fund Valkyrja.

Hægt er að skrá sig með því að senda póst á netfangið valkyrjur@valur.is



María Hjaltalín, Auður Huld Kristjánsdóttir og Birna Eggertsdóttir. Mynd Baldur Þorgilsson.

Velkomin



Vinsamlegast bókið heimsóknina fyrirfram á www.bluelagoon.is

BLUE LAGOON
ICELAND

Nýtum við tímann á MARK-vissan hátt?

*** Getum við gert betur á æfingum og erum við að gera „réttu“ hlutina?**

*** Áhrifin sem þið hafið á aðra er dýrmætasti gjaldmiðill sem til er.**

Ég lék minn fyrsta fótboleik árið 1968, á Vallargerðisvelli í Kópavogi, með Breiðabliki gegn Val. Ég var níu ára gamall, varamaður. Mér var skipt inn á hægri kantinn í síðari hálfleik en setti ekki svip á leikinn. Ég á ennþá félagsskírteinið frá Breiðabliki. Við strákarnir í hverfinu vorum oft í fótbolta, í hinum frjálsa leik, sem er mikilvægt, dálítið eins og reitarbolti í dag. Litlir vellir, margir leikmenn, lítið svigrúm til að athafna sig þannig að taka þurftu ákvarðni á örskotsstundu.

Tveimur árum síðar flutti ég til Ólafsvíkur og þar hélt leikurinn áfram á mölinni og á grasbølum. Við vinirnir spörkuðum í bolta í frítímanum, fórum í viðstöðulausan, í skyttukóng, eða þá að einn kom með sendingar utan af kanti en hinir bitumst um að skora. Allt frekar ómarkvisst en óstjórnlega skemmtilegt og gefandi. Ævarandi vinskapur myndaðist sem mun haldast svo lengi sem við lifum.

Úrslitaleikur á Íslandsmóttinu

Þegar við vorum í 3. flokki, þrettán, fjórtán ára, tókst okkur að komast í úrslitakeppni Íslandsmóttins en keppt var að Melavelliinum. Við héldum að við ættum ekki möguleika gegn „stóru“ liðunum en það fór á annan veg. Við vorum eins og íslenska landsliðið í dag; duglegir, í flottu formi og góðir vinir. Það fleytti okkur í úrslitaleikinn, gegn Breiðabliki, en við steinlágum fyrir þeim 4:0.

Eftir þrjú keppnistímabili með Víkingi Ólafsvík í 3. deild skipti ég yfir í Val, tvítugur. Ég var himinlifandi yfir því að komast í hópinn fyrir Íslandsmóttinu 1979 en sat þó oftast uppi í stúku með tárin í augunum. Ári síðar fékk ég óvænt tækifæri en meiddist. Það gekk betur 1981 og ég lék minn fyrsta landsleik. Árið 1990 lagði ég skóna á hilluna eftir að hafa unnið til allra titla með Val, nokkrum sinnum. 179 leikir að baki í efstu deild, 17 landsleikir, 12 Evrópuleikir, stanslaus sigurganga, að mér fannst.

Ég var bara miðlungleikmaður

En ... þegar ég lít til baka ... hefði ég getað gert MIKLU betur. Ég var bara miðlungsgóður leikmaður. Þótt það sé gaman í hinum frjálsa leik, sparka í markið aftur og aftur, gefa fyrir og skipta á tvö hefði ég viljað fá betri leiðbeiningar og kennslu á unga aldri, betri þjálfara. Þekkingin og fagmennskan var ekki til staðar en við strákarnir höfðum samt nægan tíma og áhuga til að



Greinarhöfundur í „viðstöðulausum“ í Ólafsvík í maí 1971, í hávaðaroki, ásamt vini sínum Magnúsi Stefánssyni sem lék síðar með FH og var hvað þekktastur fyrir lagið „Traustur vinur“.

læra. Og við hefðum getað nýtt tímann á markvissari hátt, orðið miklu, miklu betri.

Lars Lagerbäck, fyrrum landsliðsþjálfari, sagði á hverjum einasta fundi í fjögur ár: „*Aldrei tapa einn á móti einum.*“ Nokkrir landsliðsmenn segja að þessi setning sé mikilvægasta framlag Lars til íslenskrar knattspyrnu. Þeir segja að það sé stimplað inn í sál þeirra að hleypa ekki andstæðingi fram hjá sér. Þetta er ein af ástæðum þess að landsliðinu gengur frábærlega. Þegar ég var upp á mitt besta sem bakvörður heyrði ég áþekka setningu, kannski einu sinni á ári, samt minnst ég þess ekki.

Árangur í íþróttum næst með því að gera sömu hlutina aftur og aftur og vera í frábæru líkamlegu og andlegu ástandi, innan vallar sem utan. Við eigum að læra af þeim bestu og herma eftir þeim. Við hjá Val getum gert enn betur og í því sambandi eru þjálfarar í lykilhlutverki.

Þjálfarar eru kennarar

Ég sé sjálfan mig í fjölda ungra iðkenda í Val og þeir eiga skilið vera leiðbeint af fullri alvöru og með réttum hætti á hverri einustu æfingu. Og fá fræðslu hvað varðar næringu, andlegan styrk, séræfingar, hugarþjálfun og svo mætti lengi telja. Allir mínir knattspyrnujafnaldrar, sem léku með Val, segja að þjálfarar eins og Róbert Jónsson og Youri Ilitchev hafi „gert þá“ að íþróttamönnum sökum þess að þeir voru 100% áhugasamir, gáfu leikmönnum tíma og voru KENNARAR, sífellt að leiðbeina, aftur og aftur.



Keppikefli hjá okkur í Val að ala upp einstaklinga sem verða Valsmenn í hjarta sínu alla ævi.



Þorgrímur Þráinsson ásamt Guðmundi Þorbjörnssyni, leikmanni og fyrrum fyrirlíða Vals, líklega árið 1986 en Guðmundur var einn af „sonum“ Helga Loftssonar og Dr. Yuri Ilitchev sem kenndu honum öllum stundum.

Það sama segja handboltamenn um Boris Akbachev, svo einhver sé nefndur og okkar Óskar Bjarna Óskarsson sem er vakinn og sofinn yfir því að KENNA. Við í Val erum sem betur fer með nokkra þjálfara sem eru sérlega áhugasamir og góðir kennarar. En við þurfum að hjálpast að við að bæta hvert annað, gera meiri kröfur til okkar og þeirra sem bera ábyrgð á „uppeldi“ ungra Valsmanna.

Það skiptir miklu máli hvað er gert á æfingum og hvernig tímmin er nýttur. Þjálfun snýst ekki um að „hafa ofan af“ fyrir iðkendum, heldu kenna þeim, bæta þá á öllum sviðum, hjálpa þeim á þeirra vegferð, hvort sem þeir blómstri innan vallar sem utan þegar fram líða stundir. Við vitum öll að aðeins örfá prósent leikmanna skila sér upp í meistaraflokk og því er það keppikefli okkar í Val að „ala upp“ einstaklinga sem verða Valsmenn í hjarta sínu alla ævi og hafa burði til að slá í gegn á sínum „fram-tíðarvelli“, hver sem hann verður.

Hraðinn skiptir mestu máli

Ef ég væri ungur iðkandi árið 2018, ellefu, tólf ára með þá þekkingu sem ég bý yfir í dag myndi ég sífellt æfa mig í því sem gerist inni á vellinum, í stað þess að halda boltanum á lofti og reyna einhver trix (þótt það sé góðra gjalda vert). Ef grannt er skoðað má áætla að um 97% allra sendinga í knattspyrnu, þeirra bestu, séu innnanfótarsendingar.

Síðla sumars kom útsendari RB-Leipzig til Íslands sem gestur Vals en Leipzig leikur í Bundesligunni (er í 2. sæti) og er með eina fullkomnustu knattspyrnuakadémíu í heimi. Hann sagði að allir hans „skátar“ sem leita að efnilegum leikmönnum fyrir Leipzig séu að leita að þrennu í fari leikmanna.

- 1) Hraði og snerpa.
- 2) Hversu fljótt reynir leikmaður að vinna boltann til baka eftir að hafa tapað honum.
- 3) Hversu snöggur er leikmaður að taka ákvarðanir þegar hann fær boltann.

Útsendarnir gera vitanlega ráð fyrir því að leikmenn búi yfir tækni og kunnáttu en HRAÐINN skiptir mestu máli. Á landsliðsæfingum eru leikmenn sífellt hvattir til að gefa fastari sendingar. Það krefst kunnáttu þess sem sendir og þess sem tekur við

boltanum. Og þegar leikmenn gefa fyrir markið er þeim skipað að sparka fast, ekki gefa fyrir, heldur sparka fyrir. Hraði!

Eins og ég nefndi; ef ég gæti byrjað minn feril upp á nýtt, myndi ég æfa öðruvísi en ég gerði og huga að fleiri þáttum; Næringu, andlegum styrk, snerpu, svefni og hafa markmiðin mín á hreinu. Og sem bakvörður myndi ég keyra aftur og aftur upp kantinn, framhjá keilum og þruma fyrir markið. Ég myndi líka þjálf mig í því að verjast á fullri ferð, gegn einum, eða tveimur. Og ég myndi þjálf skriðtæklingar, bæta skallatæknina, verjast án þess að brjóta og tala með hverri einustu sendingu. Þetta myndi ég gera í stað þess að fara út á völl og halda bolta á loft og gera allt á hægri ferð.

Bestu þjálfararnir í yngri flokkunum

Við eigum að læra af reynslu annarra, gera kröfur til okkar sjálfra og þjálfaranna og huga að öllum þáttum sem bæta okkur – þ.e.a.s. EF við viljum reyna að fara alla leið í íþróttum. Það er ekki nóg að vera íþróttamaður/afreksmaður í tvær til þrjár klukkustundir á dag heldur þarf maður að vera það allan sólarhringinn, alltaf, í öllu sem maður tekur sér fyrir hendur, ekki síst í samskiptum við aðra og í skólanum.

Ég er sannfærður um að Valur sé á réttri leið á flestum sviðum í handbolta, fótbolta og körfubolta. Þjálfararnir gegna lykilhlutverki og þar viljum við vera bestir, eða eins og einn merkasti þjálfari Vals sagði á sínum tíma: „Bestu þjálfararnir eiga að vera í yngri flokkunum.“

Ég óska öllum Valsmönnum velfarnaðar og skora á okkur öll að leggja okkur fram í því sem við tökum okkur fyrir hendur, innan vallar sem utan. Gagnkvæm virðing skiptir máli, umgengni okkar að Hlíðarenda, vináttan, dugnaðurinn og samstaðan. Ég geri orð Jim Carrey að mínum að lokum:

„Áhrifin sem þið hafið á aðra er dýrmetasti gjaldmiðill sem til er.“

Þorgrímur Þráinsson
formaður Vals

Þrjár Valsarar útskrifast með UEFA-A gráðu og KSÍ A þjálfararéttindi

Fyrir leik Íslands og Brasilíu sem fram fór 13. júní, útskrifaði KSÍ 9 þjálfara með KSÍ A þjálfararéttindi. Að þessu sinni útskrifuðust eingöngu konur og nú eru alls 22 konur með réttindin.

Í þeim hópi eru þrjár þjálfarar Vals, þær Kristín Ýr Bjarnadóttir, Margrét Magnúsdóttir og Soffía Ámundadóttir en þær eru allar uppaldir Valsarar og hafa leikið knattspyrnu með meistaraflokki kvenna í Val.

Námskeiðið hófst síðari hluta septem-ber 2016, en meðal þess sem gert var á námskeiðinu var leikgreining, tímabils- skipting, bóklegt og verklegt próf sem og hópavinna þar sem þær fylgdust með hver annarri að störfum í þeirra umhverfi undir eftirliti leiðbeinanda frá KSÍ.

Valsblaðið óskar stelpunum innilega til hamingju með þennan áfanga og óskar þeim velfarnaðar í þjálfarastarfi um ókomna tíð.

Soffía Ámundadóttir segir að námið hafi verið virkilega skemmtilegt, krefjandi og lærdómsríkt. Þekking þeirra á knattspyrnufræðum hafi aukist mikið og þær hafi í leiðinni kynnst frábæru fólki. KSÍ hafi skipulagt námið vel og kennarar sem komu að náminu verið faglegir og metnaðarfullir.

Fyrir voru 13 konur með UEFA A gráðu á Íslandi en núna bættust við 9. Um það hefur Sossa þetta að segja: „Aldrei í heiminum hefur annað land boðið upp á námskeið bara fyrir konur og er þess



Útskriftarhópurinn ásamt formanni KSÍ, Guðna Bergssyni, Klöru Bjartmarz, framkvæmdastjóra KSÍ og Ragnhildi Skúladóttur frá ÍSÍ.

vegna mjög merkilegt. UEFA styrkti konurnar í námi sínu en kostnaður var að fullu greiddur af UEFA. Ásamt því fengum við Valsararnir í hópnum veglegan styrk frá Fálkum og Val. Von mín er sú að félögin á Íslandi eigi eftir að horfa til þessa hóps og þeirra sem fyrir eru með UEFA A gráðuna þegar ráða á í störf í meistaraflokka landsins. Hópurinn sýndi það með frammistöðu sinni í verkefnum og prófum að við erum engir eftirbátar karlmanna í þessari stétt,“ segir Soffía afar stolt.

UEFA A gráðan er hæsta gráða í knattspyrnufræðum á Íslandi en eftir það er UEFA PRO sem taka verður erlendis. Engin kona á Íslandi er með þau réttindi enn sem komið er.

„Kvennaboltinn í Val getur státað af reynslumiklum þjálfurum og vel menntuðum sem gerir starfið enn betra en það nú þegar er. Framtíðin er virkilega björt á Hlíðarenda,“ segir Sossa að lokum.

Eftirtaldir þjálfarar voru útskrifaðir:

Bára Rúnarsdóttir
Bóel Kristjánsdóttir
Helga Helgadóttir
Kristín Ýr Bjarnadóttir
Margrét Magnúsdóttir
Margrét María Hólmarsdóttir
Sigríður Björk Thorlaksd. Baxter
Soffía Ámundadóttir
Sólrún Sigvaldadóttir



Þrjár UEFA-A Valskonur sem þjálfa hjá Val. Það er afskaplega ánægjulegt að félagið eigi jafn metnaðarfulla og hæfa þjálfara og raun ber vitni. Frá vinstri: Soffía Ámundadóttir, Kristín Ýr Bjarnadóttir og Margrét Magnúsdóttir.



Þjálfaraskírteini Soffíu Ámundadóttur.



Veldu góða þjónustu

Fjöldi leigustöðva um land allt tryggir þér úrvals þjónustu árið um kring. Við bjóðum mikið úrval nýrra, sparneytinna og vel útbúinna bíla.



**BÍLALEIGA
AKUREYRAR**

Höldur

Europcar

Þínar þarfir - okkar þjónusta



Þorsteinn Ólafsson

Meistaraflokkur Vals í knattspyrnu 2017. F.v. í fremstu röð: Ariana Calderone, Anisa Guajardo, Auður Sveinbjörnsdóttir Scheving, Margrét Lára Viðarsdóttir, Sandra Sigurðardóttir, Vesna Elísa Smljkovic, Stefanía Ragnarsdóttir. F.v. í miðröð: Kristín Ýr Bjarnadóttir aðstoðarþjálfari, Ásta Árnadóttir sjúkraþjálfari, Eygló Þorsteinsdóttir, Elín Metta Jensen, Hlín Eiríksdóttir, Málfríður Erna Sigurðardóttir, Thelma Björk Einarsdóttir, Hlíf Hauksdóttir, Elísa Viðarsdóttir, Elfa Sigurðardóttir liðsstjóri, Úlfur Blandon þjálfari. F.v. í efstu röð: Jón Höskuldsson formaður knattspyrnudeildar, Laufey Björnsdóttir, Hrafnhildur Hauksdóttir, Arna Ásgrímsdóttir, Pála Marie Einarsdóttir, Mist Edvarðsdóttir, Rajko Stanisic markmannsþjálfari. Á myndina vantar Dóru Maríu Lárusdóttir. Mynd Þorsteinn Ólafsson.

Íslandsmeistarar karla og bylting í aðstöðu á Hlíðarenda

Skýrsla afrekssviðs knattspyrnudeildar Vals 2017

Skýrsla afrekssviðs knattspyrnudeildar starfsárið 2017

Jón Höskuldsson formaður
E. Börkur Edvardsson formaður
 meistaraflokksráðs karla
Brynja Guðmundsdóttir
Eva Halldórsdóttir
Rósa María Sigbjörnsdóttir
Björn Guðmundsson
Þorsteinn Guðbjörnsson
Sigurður Gunnarsson
Davor Purusic
Haraldur Daði Ragnarsson

meistaraflokkur kvenna tapaði einungis einum leik. Áfram er unnið að hugmyndum að enn betri aðstöðu sem felur í sér að byggt verði knattús eða fjölnota íþróttahús á Hlíðarenda, ef af verður þá er Valur kominn með aðstöðu sem jafnast á við það besta á Norðurlöndunum.

Meistaraflokkur karla

Þjálfarateymi meistaraflokks karla var óbreytt frá árinu á undan en þar ráða ríkjum þeir Ólafur Davíð Jóhannesson

aðalþjálfari, Sigurbjörn Hreiðarsson aðstoðarþjálfari og Rajko Stanisic markmannsþjálfari ásamt Jóhanni Emil styrktarþjálfara og Einari Óla sjúkraþjálfara. Þeim til stuðnings voru síðan Halldór Eyþórsson og Fannar Gauti liðs og- búiingastjórar. Fimm nýir leikmenn gengu til liðs við félagið en það voru þeir Nicolaj Köhlert, Nicolas Bögild, Eiður Aron Sigurbjörnsson, Arnar Sveinn Geirsson sem sneri heim og Patrick Pdersen sem kom til baka frá Viking Stavanger.

Aðstaðan

Algjör bylting hefur orðið á aðstöðu til knattspyrnuíðkunnar á Hlíðarenda. Tveir nýir gervigrasvellir, upphitaðir og með flóðljósum eru nú í notkun alla daga ársins. Mikilvægi þess að geta æft á sínum heimavelli allt árið um kring sýnir sig í heimavallaárangri meistaraflokka félagsins. Meistaraflokkur karla tapaði ekki leik á heimavelli í Pepsí-deildinni og



Stjórn knattspyrnudeildar Vals 2017. Frá vinstri: Edvard Börkur Edvardsson formaður meistaraflokksráðs, Jón Höskuldsson formaður, Þorsteinn Guðbjörnsson, Eva Halldórsdóttir, Brynja Guðmundsdóttir, Haraldur Daði Ragnarsson og Davor Purusic. Mynd Guðni Ólgeirsson.



Meistaraflokkur Vals í knattspyrnu karla 2017. Efsta röð f.v. Rajko Stanisic markvarðaðjálfi, Bjarni Ólafur Eiríksson, Eidur Aron Sigurbjörnsson, Orri Sigurður Ómarsson, Kristinn Ingi Halldórsson, Sigurður Egill Lárusson, Rasmus Steenberg Christiansen, Arnar Sveinn Geirsson. Miðröð f.v. Jón Höskuldsson formaður knattspyrnudeildar, Fannar Gauti Dagbjartsson liðsstjóri, Einar Óli Þorvarðarson sjúkrahjálfi, Patrick Pedersen, Nicolas Bögild, Sindri Björnsson, Andri Fannar Stefánsson, Sigurbjörn Hreiðarsson aðstoðarhjálfi, Ólafur Jóhannesson hjálfi og Halldór Eyþórsson liðsstjóri. Fremsta röð f.v. Andri Adolphsson, Einar Karl Ingvarsson, Jón Freyr Eyþórsson, Haukur Páll Sigurðsson, Anton Ari Einarsson, Guðjón Pétur Lýðsson og Dion Acoff. Mynd Þorsteinn Ólafs.

Reykjavíkurmót og Lengjubikar

Enn eitt árið vannst sigur á Reykjavíkurmótinu en Valur vann Fjölni í úrslitaleik 1-0. Reykjavíkurmótið er elsta mótið á Íslandi og hefur Valur unnið það 22 sinnum í meistaraflokki karla.

Lengjubikarinn tók síðan við um miðjan febrúar þar sem við enduðum í fyrsta sæti okkar riðils eftir sigur í öllum fimm leikjunum. Í kjölfarið varð Valur að draga sig úr keppni þar sem úrslita-keppnin stangaðist á við æfingaferð sem löngu var ákveðin og farin var í apríl.

Hópurinn fór í vel heppnaða æfingaferð um páskana til IMG Soccer Academy á Floridaskaga í 10 daga og var þar æft af krafti við frábærar aðstæður. Eftir heimkomuna var einn leikur eftir áður en flautað var til leiks í Pepsi-deildinni. Meistari meistaranna er árlegur leikur á milli bikar- og Íslandsmeistara. Sem bikarameistarar tókum við á móti FH í leik sem vannst 1-0 með sigurmarki Hauks Páls og er það í 10. sinn sem Valur vinnur þann titil.



Borgunarbikarinn

Eftir að hafa unnið Borgunarbikarinn tvö ár í röð 2015 og 2016 þá drögumst við á móti Víkingi Ólafsvík í 32 liða úrslitum í ár og unnum þann leik 1-0 með marki frá Andra Adolphs. Í 16 liða úrslitum kom Stjarnan í heimsókn á Hlíðarenda og höfðu þeir sigur 1-2. Þannig varð bikar-ævintýrið úti þetta árið.

Evrópukeppnin

Reynslunni ríkari þá tókum við þátt í Evrópukeppni annað árið í röð. Í fyrstu umferð lentum við á móti Venspils frá Lettlandi sem var í styrkleikaflokki langt yfir okkur. Eftir 0-0 jafntefli í Lettlandi þá unnum við þá á Hlíðarenda 1-0 með marki Sigga Lár.

Í annarri umferð fengum við Domzale frá Slóveníu. Fyrri leikurinn var á Hlíðarenda sem tapaðist 1-2 eftir að þeir höfðu skorað sigurmarkið úr umdeildri vítaspyrnu. Það var því við ramman reip að draga þegar við mættum til Domzale og lékum við þá á heimavelli þeirra í 30° hita. Staðan í hálfleik var 2-1 fyrir Val og áttum við dauðafæri að komast í 3-1. Í kjölfarið skorði Domzale tvö mörk á tveggja mínútna kafla eftir varnarmistök og féllum við því úr leik eftir hetjulega baráttu. Þess má geta að Domzale fór alla leið í umspil Evrópukeppna fyrir riðla-keppnina. Á árinu 2018 mun Valur leika í Meistaradeildinni (Champions League) og verður fyrsti leikur líklega 10. júlí.

Pepsi deildin — ÍSLANDSMEISTARAR

Valsmenn heiðra árlega minningu Jón Karels Kristbjörnssonar fyrir fyrsta leik í Íslandsmótinu. Það er árviss viðburður að yngsti leikmaður meistaraflokks leggi blóm að leið Jóns Karels. Að þessu sinni kom það í hlut Jóns Freys Eyþórssonar.

Sunnudaginn 30. apríl hófst Pepsi-



Haukur Páll Sigurðsson í háloftunum í leik gegn Fjölni.



Sigurbjörn Hreiðarsson og Ólafur Jóhannesson ánægðir með Íslandsmeistaratitilinn. Mynd Þorsteinn Ólafs.



Þessir Valsmenn fögnuðu Íslandsmeistaratitilinum eftir síðasta leikinn í ár. F.v. Róbert Jónsson, Árni Njálsson, Kristín Helgadóttir og Ragnar Helgi Róbertsson. Mynd Þorsteinn Ólafs.

deildin og var fyrsti leikur okkar á móti vinum okkar úr Ólafsvík þar sem sigur vannst 2-0. Markmiðið þetta árið var einfalt og nú átti að taka þann stóra enda 10 ár frá því að Valur varð seinast Íslandsmeistari. Leikmenn voru í mjög góðu líkamlegu ástandi og leikgleðin skein af hverjum manni. Liðið spilaði sóknarfjarfan bolta en að sama skapi geysilega öflugan varnarleik. Öflug og sterk liðsheild sem gerði það að verkum að erfitt var við okkur að eiga. Valur var á toppnum mest allt tímabilið og fór svo að í næst seinasta leik þá tryggði Valur sér Íslandsmeistara-



Öflugir sjálfboðaliðar standa vaktina á öllum heimaleikjum: Frá vinstri: Davor Purucic, Þorsteinn Guðbjörnsson, Jón Höskuldsson og Svanur Gestsson.



Anisa Raquel Gurjardo í leik gegn KR og Ingunn Haraldsdóttir uppalin Valsari sem nú í KR. Mynd Þorsteinn Ólafs.



Elín Metta Jensen, best kvenna.



Anton Ari Einarsson bestur karla.



Hlín Eiríksdóttir efnilegust



Aron Elí Sævarsson efnilegastur

titilinn með sigri á móti Fjölni. Liðið fékk 50 stig og skoraði næst flest mörkin eða 43 og fékk á sig fæst mörk eða 20. Valur átti fimm til sex leikmenn í liði ársins hjá fjölmiðlum og var í raun langbesta liðið þetta árið.

Meðaláhorfendafjöldi á leik meistara-flokks karla í ár var 1.076 og var Valur eina liðið í Pepsi-deildinni sem fékk betri aðsókn í ár en árið á undan. Við stefnum á að gera enn betur á næsta ári og þurfum í samvinnu með stuðningsmönnum að gera heimaleiki Vals að alvöru viðburði sem gaman er að koma á.

Samantekt

Undanfarin ár þá höfum við haldið lykilkjarna leikmanna. Eins og áður hefur komið fram þá fengum við til okkar Eið Aron Sigurbjörnsson frá Holstein í Þýskalandi og í júlíglugganum kom Patrcik Pedersen til baka frá Viking FK í Noregi.

Á árinu var síðan endursamið var við allfesta leikmenn. Nokkrir hverfa þó á braut og má þar nefna Nikolaj Köhlert, Nicolas Bögild, Nicolaj Hansen og Svein Aron Guðjónssen. Eftir mót fengum við síðan til okkar þá Ívar Örn Jónsson og Ólaf Karl Finsen. Þar á eftir var síðan samið við Kristinn Frey Sigurdsson og Birki Má Sævarsson sem snúa til baka í Val úr atvinnumensku. Við mætum því vel mannaðir til leiks á næsta tímabili.

Meistaraflokkur kvenna

Meistaraflokkur kvenna varð Reykjavíkumeistari enn eitt árið og vann mótið með miklum yfirburðum. Í úrslitaleiknum vann Valur Fylki 3-1. Næsta verkefni var Lengjubikarinn þar sem liðið lék á ný meðal þeirra bestu í A-deild. Vann liðið

fjóra leiki af fimm í sínum riðli og endaði með markatöluna 18-9. Þá vann liðið bæði Þór/KA 2-1 í undanúrslitunum og Breiðablik í úrslitaleiknum með sömu markatölu og varð Lengjubikarmeistari.

Eftir svona góða byrjun á árinu voru væntingar eðlilega nokkuð miklar þegar kom að Pepsi-deildinni, sem hófst að venju í byrjun maí. Byrjun mótsins varð liðinu erfið. Afar naumt 1-0 tap á Akureyri í fyrstu umferð var vonbrigði og ekki bætti úr skák að meiðsli lykilleikmanna settu mark sitt á gengi liðsins sem var nokkuð óstöðugt og elti liðið lengst af helstu keppinautana, Þór/KA og Breiðablik. Þriðja sæti varð niðurstaðan annað árið í röð með 37 stig og skoraði flest mörk allra liða í efstu deild, eða 48, en fékk á sig 18 mörk. Þessi niðurstaða var ekki sú sem lagt var upp með í byrjun, en vel viðunandi miðað við að fimm lykilleikmenn voru frá vegna meiðsla, þar af fjórir landsliðsleikmenn, lungann af mótinu. Allt kapp er lagt á að gera betur á næsta ári.

Í Borgunarbikarnum varð gengi liðsins betra en árið áður, en liðið féll úr keppinni í undanúrslitum keppinnar eftir 1-0 tap á útivelli fyrir Stjörnunni. Markið var skorað í síðari hálfleik framlengingar á 117. mínútu.

Þjálfarar liðsins í ár voru Úlfur Blandon og Kristín Ýr Bjarnadóttir aðstoðarþjálfari. Markmannsþjálfari var sem fyrr Rajko Stanisic og sjúkraþjálfari Ásta Árnadóttir. Liðsstjórar voru þær Elfa Scheving Sigurðardóttir og Thelma Guðrún Jónsdóttir.

Árangur meistarafllokks kvenna í ár var á margan hátt betri en undanfarin ár. Gera verður betur en undanfarin ár ef koma á liðinu á þann stað sem sæmir félaginu. Fyrirnefndir þjálfarar liðsins hafa báðir



Ian Ross heiðraði Valsmenn með komu á herrakvöld Vals. Mynd Þorsteinn Ólafs.



Elín Metta Jensen í leik gegn Breiðabliki. Mynd Þorsteinn Ólafs.



Pétur Pétursson nýráðinn þjálfari meistaraflokks kvenna í knattspyrnu.

látið af störfum og eru þeim færar alúðar þakkir fyrir óeigingjörn störf í þágu félagsins. Við starfi Úlfs Blandons tekur Pétur Pétursson, margreyndur þjálfari og knattspyrnuhettja. Honum til aðstoðar verður Andri Steinn Birgisson.

Samningar hafa verið endurnýjaðir við leikmenn. Þá hefur leikmannahópurinn verið styrktur. Hallbera Guðný Gísladóttir gerði í lok nóvember þriggja ára samning við Val. Þá hafa yngri leikmenn gengið til liðs við félagið, t.d. Stefanía Ragnarsdóttir, Ásdís Karen Halldórsdóttir og Guðrún Karítas Sigurðardóttir.

2. flokkur karla

2. flokkur Vals tók þátt í þremur mótum á tímabilinu undir stjórn Matthíasar Guðmundssonar og Jóhanns Hilmars Hreiðarssonar. Fyrsta mótið var Reykjavíkurmótið sem reyndist liðinu mjög vel. Þó að úrslitin í mótinu hafa ekki verið upp á marga fiska þá varð gríðarlega jákvæð breyting á liðinu frá fyrsta leik til hins síðasta í mótinu. Því næst tók við Íslandsmótið í B deild og bikarkeppnin. B deildin var mjög sterk á þessu tímabili og mótið var gríðarlega jafnt og skemmtilegt. Strákarnir stóðu sig frábærlega í þessari krefjandi deild og náðu markmiðum sínum með glans sem voru að halda liðinu uppi í B deild að ári. 2 flokkur Vals féll út í annarri umferð bikarkeppinnar á móti Þór á Akureyri í dramatískum leik eftir að hafa slegið Þrótt út í fyrstu umferð.

Strákarnir stóðu sig mjög vel á þessu tímabili, sýndu mikinn karakter og tóku miklum framförum sem lið og einstaklingar. Þegar langt var liðið á tímabilið þá voru strákarnir farnir að gefa öllum liðum sem þeir mættu alvöru leik sem er hrós til þeirra allra. Þjálfarar og leikmenn 2. flokks Vals vilja koma á framfæri sérstökum þökkum til Jóns Sveinssonar og bróður hans, Svampi Sveinssyni fyrir alla þeirra hjálp.

2. flokkur kvenna

Þriggja manna öflugt teymi, Margrét Magnúsdóttir, Rakel Logadóttir og Þórður Jensson, hafa tekið við þjálfun 2. flokks og 3. flokks kvenna en þau hafa öll áður



Ungir Valsmenn með Íslandsmeistarabikarinn ásamt leikmönnum meistaraflokks á bikardegi á Hlíðarenda. Mynd Þorsteinn Ólafs.

starfað sem þjálfarar hjá félaginu. Valur býður þessa þjálfara velkomna til starfa og vænst er mikils af þeim á næstu árum. Þjálfari 2. flokks var Jón Stefán Jónsson en undir hans stjórn lék 2. flokkur í B deildinni en vann með miklum yfirburðum sér þátttökurétt í A deildinni næsta sumar. Jón Stefán hvarf til annarra starfa á landsbyggðinni og eru honum færðar alúðar þakkir fyrir vel unnin störf í þágu 2. flokks og meistaraflokks kvenna á árinu.

Lokahóf

Þann 30. september var síðan haldið glæsilegt lokahóf knattspyrnudeildar þar sem leikmenn, þjálfarar, stjórnarmenn, starfsfólk og sjálfbóðaliðar ásamt mökum komu saman í gamla íþróttasalnum sem búið var að umbreyta í glæsilegan veislusal. Seinna um kvöldið bættust við stuðningsmenn og úr varð mikil og skemmtileg skemmtun. Eins og venja er á lokahófi þá voru veittar viðurkenningar fyrir bestu og efnilegustu leikmenn. Anton Ari markvörður var kosinn besti leikmaðurinn og Aron Elí sá efnilegasti hjá meistaraflokki karla. Elín Metta var kosin besti leikmaðurinn og Hlín Eiríksdóttir efnilegust hjá meistaraflokki kvenna. Í 2. fl. karla var Edvard Dagur Edvardsson kosin bestur og Birgir Rafn Gunnarsson Schram sá leikmaður sem sýndi mestu framfarir. Í 2. fl. kvenna var Hildur Karítas Gunnarsdóttir kosin best og Lea Björt Kristjánsdóttir efnilegust. Óskum við þeim innilega til hamingju með sinn árangur.

Lokaorð

Stjórn knattspyrnudeildar þakkar öllum þeim sjálfbóðaliðum, starfsfólki og stuðningsmönnum, án þeirra væri ekki mögulegt að hafa þá glæsilegu umgjörð sem nú er orðin og á m.a. stóran þátt í að leikmönnum líði vel sem er ein af þeim undirstöðum þess að ná árangri. Viljum við þakka öllum þeim sem hönd lögðu á plóg við hin ýmsu störf í vetur og sumar.

Að reka samkeppnishæf lið í efstu deild gerist ekki nema með öflugum



Margrét Lára Viðarsdóttir fagnar Lengjubikarnum vorið 2017 ásamt liðsfélögum sínum en liðið varð einnig Reykjavíkurveistari.



Nýtt þjálfarateymi í 2. flokki kvenna: Frá vinstri: Jón Höskuldsson formaður og þjálfarateymið Rakel Logadóttir, Margrét Magnúsdóttir og Þórður Jensson.

stuðningi fyrirtækja og velunnara. Viljum við sérstaklega þakka Munck, 10-11, Macron, Coke, Bílaleigu Akureyrar, N1, Eimskip, Valitor, Húsasmiðjunni, Ólís, Bauhaus, Toyota, Norðurál, Byko, Borgun, Sport Direct, Hertz, Tapas, Dominos, Bk Kjýklingi og Laugaás. Síðast en ekki síst þá viljum við sérstaklega þakka þeim Helga Magnússyni og Grími Sæmundsen fyrir ómetanlegan stuðning og hvatningu.

Takk fyrir okkur.

Yngri flokkar knattspyrnudeildar

8. flokkur karla

Fjöldi iðkenda: 25–30 skráðir yfir árið.

Þættir sem auka liðsheild: Kenna þeim rétta hegðun í hópíþróttum t.d. sýna félögnum virðingu og kurteisi, vera hvetjandi og góðir hver við annan.

Þátttaka í mótum: TM mót Stjórnunnar, Vís mót Þróttar og Arion bankamót Víkings.

Besta við flokkinn: Það besta við flokkinn er að þeir láta aldrei kappið bera fegurðina ofurlíði.

Helstu markmið: Fara yfir helstu reglur leiksins, kenna þeim hvernig á að haga sér í hópíþrótt.

8. flokkur kvenna

Fjöldi iðkenda: 20 leikmenn.

Þættir sem auka liðsheild: Mikilvægt að hafa létt andrúmsloft og þær hafi gaman með vinkonum sínum.

Þátttaka í mótum: Gekkt vel og 3 lið í flestum mótum.



Drengir í 6. flokki á Orkumóti. F.v. í efri röð: Axel Daðason, Steinþór Nói Árnason, Þráinn Gíslason, Kolbeinn Einarsson, Þorsteinn Kári Erlendsson. F.v. neðri röð: Emil Nönnu Sigurbjörnsson, Hlynur Einarsson, Víðir Jökull Valdimarsson og Ísak Helgi Björnsson.

Besta við flokkinn: Vinátta og einlægi. Allir mættu glaðir á æfingar og samheldnin var mikil.
Helstu markmið: Númer 1, 2 og 3 að hafa gaman.

7. flokkur karla | 2009–2010

Fjöldi iðkenda: 80–90 iðkendur yfir árið.
Þættir sem auka liðsheild: Virðing, agi, fjör, samheldni í leikjum.
Þátttaka í mótum: Á mótum hafa sigurleikir verið fleiri en tapleikir. Sýnilegur árangur sem markast af því að Valur er að sigra nú „stóru klúbbana“ sem var erfiðara fyrir 2 árum.
Besta við flokkinn: Félagsskapurinn, samstaðan og frábærir og virkar mömmur og pabbar.
Helstu markmið: Að leikmenn sem fara úr 7. flokki hafi 100% skil á samspili eða eins og kennt er : „Eftir tvo, gefa'n svo.“

7. flokkur kvenna

Fjöldi iðkenda: 25 stelpur.
Þættir sem auka liðsheild: Samvinna og náungakærleikur.
Þátttaka í mótum: TM mótið, TM mót stjörunnar, GeoSilica mótið, Símmótið og Arion banka mótið.
Besta við flokkinn: Hressar og skemmtilegar stelpur með metnað.
Helstu markmið: Auka ást stelpnanna á fótbolta og Val.

6. flokkur karla

Fjöldi iðkenda: 75 skráðir yfir árið.
Þættir sem auka liðsheild: Frábært gistikvöld í Valsheimilinu, pizzuveislur, grillveislur og ferðalög í mótin.
Þátttaka í mótum: SET-mótið á Selfossi fyrir yngra árið, Orkumótið í Eyjum fyrir eldra árið, Króksmótið fyrir alla. Fjöl-mörg helgar- og dagsmót, m.a. í Hvera-gerði, Laugardal og að Hlíðarenda.



4. flokkur karla fékk silfurverðlaun á Rey Cup í sumar. F.v. í efri röð: Stefán Björn Skúlason, Ólafur Árni Arnarsson, Kári Dantel Alexandersson, Hilmar Starri Hilmarsson, Lukas Petterson, Benjamín Jónsson og Daníel Jónsson. F.v. neðri röð: Oddur Sigurðarson, Benedikt Darri Gunnarsson, Dagur Máni Ingvason, Jörgen Viggó Jørgensson og Óðinn Freyr Óðinsson.

Besta við flokkinn: Samheldinn, stór og öflugur hópur af metnaðarfullum fótboltastrákum.
Helstu markmið: Þróa grunnatriði áfram í tækniþjálfun, undirstöðuatriði í leikfræði 7-manna bolta og þroska karakterinn. Læra að vera hluti af liði, bregðast við mótlæti og velgengni og búa til góða liðsheild og jákvæðan anda.

6. flokkur kvenna

Fjöldi iðkenda: 23 skráðar yfir árið.
Þættir sem auka liðsheild: Skemmtun og gleði á æfingum ásamt því að gera eitthvað skemmtilegt saman milli æfinga.
Þátttaka í mótum: Öll helstu mót tímabilsins. Hápunktur sumarsins var Símmótið sem var haldið hjá Breiðablik í júlí.
Besta við flokkinn: Hrikalega hressar og skemmtilegar stelpur sem eru tilbúnar að leggja mikið á sig og eru duglegar að æfa sig.
Helstu markmið: Kenna grundvallaratriði leiksins, kenna þau gildi sem ríkja hjá Val, auka liðsheild og auka áhuga iðkenda á fótbolta.

5. flokkur karla

Flokkurinn er mjög heilsteyptur og jafn. Strákarnir eru góðir félagar og margir leikmenn hafa sýnt miklar framfarir á árinu. Liðin stóðu sig nokkuð vel á flestum mótum. B liðið okkar komst lengst á Íslandsmótinu en féll úr leik í úrslitakeppninni við FH. Liðsheildin góð, þetta eru skemmtilegir strákar sem bindast sterkum böndum. m.a var farið í mjög vel heppnaða æfingaferð á Skagann í vetur. Í hópnum eru margir leikmenn sem geta gert góða hluti fyrir Val á komandi árum.
Hópurinn samanstendur af 60 drengjum sem eru allir miklir Valsarar.

5. flokkur kvenna

Ótrúlega samviskusamur hópur sem er mjög efnilegur í fótbolta, skemmtilegar og góðir vinir. Hægt væri að telja upp



Victoria Rán Garðarsdóttir og Indíana Helgadóttir á leik í sumar. Mynd Þorsteinn Ólafsson.

ansi margar medalíur og titla á árinu en látum nægja að segja að árangurinn sé frábær. Gull, silfur og brons í Íslandsmótum, sigrar og silfur á nokkrum öðrum. Stærstu sigranir eru hins vegar gífurlega mikil hugarfarsleg framför leikmanna. Markmiðin voru að skila betri einstaklingum í fótbolta, innan vallar sem og utan. Það gekk upp að öllu leyti. Ekki skemmdi fyrir að stelpurnar í flokknum náðu að spila fjölmarga úrslitaleiki sem skilar sér í reynslubanka framtíðarinnar.

4. flokkur karla

Stór hópur af duglegum og öflugum strákum. Margir í flokknum sýndu stórstígar framfarir. A-lið fór í úrslitaleikinn á Rey Cup og hafnaði í efsta sæti B-riðils í Íslandsmótinu. Flokkurinn fór í vel heppnaða æfingaferð til Hellu. Markmiðin voru að læra grunnatriði 11-manna boltans, þróa einstaklingsfærni í tækni og leikskilningi áfram. Auk þess að halda í léttleikann og skemmtunina sem fótboltinn á að vera, hver og einn átti að njóta þess að vera í flokknum okkar. Strákarnir mæta á æfingu alveg sama hvernig viðrar allt árið um kring og það klikkaði ekki að þegar æfingin var búin var spurt hvort það væri hægt að spila lengur. Hópur með öll grunngildin í lagi.



Edda Björg
Eiríksdóttir með
Friðriksbikarinn



Ólafur Friðrik
Briem með
Friðriksbikarinn



Amanda J.
Andradóttir með
Lollabikarinn

3. flokkur kvenna vann Rey Cup í

sumar. Aftari röð f.v. Margrét Magnúsdóttir þjálfari, Signý Ylfa Sigurðardóttir, Hallgerður Kristjánsdóttir, Karen Guðmundsdóttir, Katrín Rut Kvaran, Ísabella Anna Húbertsdóttir, Ólöf Sigríður Sigurðardóttir, Hrefna Lind Pálmadóttir, Amanda Andradóttir og Jón Stefán Jónsson þjálfari. Fremri röð f.v. Ragna Guðrún Guðmundsdóttir, Anna Hedda Björnsd Haaker, Guðrún Ólafía Þorsteinsdóttir, Bryndís Gunnarsdóttir, Auður Sveinbjörnsdóttir Scheving, Andrea Ósk Óttarsdóttir, Edda Björg Eiríksdóttir og Helga María Bjarnadóttir.

4. flokkur kvenna

Stelpurnar í flokknum eru alltaf tilbúnar að leggja extra á sig til að bæta sig og mæta klárar í öll verkefni flokksins. Stelpurnar hafa þroskast mikið á liðnu tímabili. Þær hafa myndað mikla og góða liðsheild sem skiptir mjög miklu máli. Margar hafa fengið aukna ábyrgð og spilað nýjar leikstöður sem hjálpar þeim að verða betri leikmenn. Yfir allt hafa stelpurnar tekið miklum framförum, ekki aðeins innan vallar heldur utan líka. Stelpurnar hafa verið duglegar að gera félagslegt saman. Þær hafa lagt mikla vinnu í að efla liðsheildina og hefur það tekst mjög vel.

3. flokkur karla

A-liðið var einu stigi frá úrslitakeppni Íslandsmótsins, vel gekk að læra nýjar útfærslur á leikkerfum sem dæmi í einum leik voru spiluð þrjú mismunandi kerfi, skemmtilegur og fallegur fótbolti nauð sán í allt sumar. A-lið varð í 3. sæti á RVK-mótinu, 3. sæti í sínum riðli í Íslandsmótinu, B-lið lenti í 2. sæti í RVK-mótinu og komst í undanúrslit í B-liðakeppni þar sem liðið beið lægri hlut gegn Fjölni. Besti árangur þessa árs er sá að við gátum telft fram C-liði í 3. flokki en það hefur aldrei gerst áður, sem gerði okkur kleift að leyfa öllum að spila mikið. Liðið fór í ótal ferðalög víðs vegar um landið, Höfn, Eyjar, Akureyri og Sauðárkrökur og í keppnisferðalögum skapast minningar og strákarnir kynnast og tengjast betur. Strákarnir spila skemmtilegan og fallegan fótbolta með meistaraflokk til hliðsjónar.

3. flokkur kvenna

Stelpurnar hafa feikilegan metnað og viljastyrk til að ná langt í íþróttinni. Framfarirnar hafa verið gífurlegar, sérstaklega hvað varðar trú á eigin getu. Ekki er víst að þær hafi haft trú á því þegar þær komu saman í byrjun tímabils að þær myndu vinna tvö mót og spila úrslitaleik í Íslandsmóti. Þær hafa sýnt að með metnaði og vinnu getur maður náð ótrúlega langt. Hópurinn hefur á að skipa afar þéttri liðsheild og ef sérstaklega er tekið mið af aldri stelpnanna þá eru þær rosalega samrýmdar og ekkert um stór vandamál. Slíkt er alls ekki sjálfgefið. Þær hafa verið duglegar að skipuleggja sín hópefli sjálfar og gert það vel.

Óhætt er að segja að innan vallar hafi þessi hópur farið langt fram úr villtustu vonum. Ef mið er tekið af fyrri árum þá var hugsunin að vera í efri hluta A-deildar. En staðreyndin varð sú að þær hreinlega rúlluðu yfir hana og spiluðu svo hörku úrslitaleik gegn Víkingi sem tapaðist naumlega á lokamínútum leiksins. Það eitt að hafa komist í þessa stöðu sannar hversu mikinn metnað þessi hópur hefur.

Friðriksbikar kvenna í 3. flokki 2017: Edda Björg Eiríksdóttir.

Friðriksbikar karla í 3. flokki 2017: Ólafur Friðrik Briem.

Lollabikarinn 2017: Amanda Jacobsen Andradóttir.

**FLUGELDASALA
VALS
HLIÐARENDA
OPNUNARTÍMI**

29. DES. KL. 16-20
30. DES. KL. 16-20
31. DES. KL. 10-16

Liðsmyndir yngri flokka í knattspyrnu 2017



2. flokkur kvenna í fótbolta 2017. Standandi f.v.: Sigurður Haraldsson, Jón Stefán Jónsson hjálfari, Hildur Karitas Gunnarsdóttir, Hallgerður Kristjánsdóttir, Milijana Ristic, Diljá Hilmarsdóttir, Elma Rún Sigurðardóttir, Eygló Þorsteinsdóttir. Sitjandi f. v. Telma Sif Búadóttir, Lea Björt Kristjánsdóttir, Ólöf Jóna Marinósdóttir, Bryndís Gunnarsdóttir, Freyja Friðþjófsdóttir, Karen Hrönn Sævarsdóttir, Signý Rós Sigurðardóttir. Mynd Þorsteinn Ólafs.



2. flokkur karla í fótbolta 2017. Efri röð frá vinstri: Hólmfríður Sigþórsdóttir formaður barna- og unglingsviðs Vals, Matthías Guðmundsson hjálfari, Gunnar Óli Björgvinsson Edvard Dagur Edvardsson, Mías Ólafarson, Birgir Rafn Gunnarsson Schram, Gestur Daniélsson, Sveinn Þorkell Jónsson, Aðalsteinn Hilmarsson, Trausti Freyr Birgisson, Jón Arnar Stefánsson, Jóhann Hilmar Hreiðarsson hjálfari. Neðri röð f.v. Pétur Máni Þorkelsson, Sturla Ármannsson, Sigurjón Óli Vignisson, Aron logi Sigurpálsson, Sigurður Dagsson, Danny Tobar Valencia, Patrik Irisarson Santos. Á myndina vantar Jón Frey Eyþórsson, Aron Skúla Brynjarsson, Gunnar Magnús Bergs, Cristian Andres Cataño, Emil Draupnir Baldursson. Mynd Þorsteinn Ólafs.



Þorsteinn Ólafsson

3. flokkur kvenna í fótbolta 2017. Standandi f.v. Sigurður Haraldsson, Jón Stefán Jónsson hjálfari, Hallgerður Kristjánsdóttir, Andrea Ósk Óttarsdóttir, Karen Guðmundsdóttir, Katrín Rut Kvaran, Ísabella Anna Húbertsdóttir, Ragna Guðrún Guðmundsdóttir. Sitjandi f.v. Edda Björg Eiríksdóttir, Helga María Bjarnadóttir, Margrét Friðriksson, Bryndís Gunnarsdóttir, Hrefna Lind Pálmadóttir, Anna Hedda Björnsdóttir Haaker, Guðrún Ólafía Þorsteinsdóttir. Á mynd vantar Auði Scheving Sveinbjörnsdóttur, Amöndu Andradóttur og Margræti Magnúsdóttur hjálfara. Mynd Þorsteinn Ólafsson.



Þorsteinn Ólafsson

3. flokkur karla í fótbolta 2017. Standandi í efstu röð f.v.: Kjartan Georg Gunnarsson varaformaður Vals, Benedikt Gunnar Óskarsson, Logi Sigurjón Fjeldsted, Haukur Methúsalem Óskarsson, Tryggvi Gunnarsson, Gundur Ellingsgaard Petersen, Kristófer André Kjeld Cardoso, Luis Carlos Cabrera, Danny Tobar Valencia, Gabríel Ölduson. Standandi í miðröð f.v. Atli Sigurðsson aðstoðarhjálfari, Sigurður Dagsson, Ásgeir Nikulás Ásgeirsson, Bjartur Ingvarsson, Daði Kárason, Soma Réz, Ólafur Friðrik Briem, Gunnar Jónsson, Þórólfur Ragnarsson og Hallgrímur Dan Daníelsson hjálfari. Í fremstu röð f.v. Ólafur Tryggvi Egilsson, Bjarki Marínó Albertsson, Úlfar Rafn Benediktsson, Hrafn Daði Pétursson, Benedikt Darri Gunnarsson, Omar Mohamed Hani, Daníel Ölduson. Mynd Þorsteinn Ólafsson.



porsteinn

4. flokkur kvenna í fótbolta 2017. Standandi f.v. Kjartan Georg Gunnarsson varaformaður Vals, Margrét Magnúsdóttir þjálfari, Elísabet Erlendsdóttir, Ásgerður Káradóttir, Fjóla Rúnarsdóttir, Diljá Dís Jónsdóttir, Ólöf Sigríður Kristinsdóttir, Amíra Snærós Jabali, Emma Steinsen Jónsdóttir, Ásdís Atladóttir, Sunna X Björnsdóttir, Karólína Ósk Erlingsdóttir, Auður Hilmarsdóttir, Soffía Ámundadóttir þjálfari. Sitjandi f.v. Ylfa Sigurðardóttir, Eva Stefánsdóttir, Sigríður Th. Guðmundsdóttir, Hildur Búadóttir, Birta Ósk Sigurjónsdóttir, Þórdís Daðadóttir, Katla Tryggvadóttir, Hugrún Lóa Kvaran, Mía Pálína Gunnarsdóttir. Mynd Porsteinn Ólafs.



porsteinn Ólafs

4. flokkur karla í fótbolta 2017. Efsti röð f.v.: Kjartan Georg Gunnarsson varaformaður Vals, Eyjólfur Örn Hauksson, Andri Fannar Stefánsson þjálfari, Finnur Darri Gíslason, Benedikt Jens Magnússon, Ólafur Ísar Halldórsson, Styrmir Logi Axelsson, Ögmundur Ólafsson, Matthías Máni Matthíasson, Björn Stormur Jónsson, Einar Skuggi Jónsson, Björn Ásgeir Kristjánsson, Alexander Snær Andrasson, Óðinn Freyr Óðinsson, Dagur Máni Ingvason, Hlynur Freyr Geirmundsson, Stefán Björn Skúlason, Kári Daníel Alexandersson, Christian Blær Katrínarson. 2. röð f.v.: Nói Hrafn Sigurjónsson, Hilmar Starri Hilmarsson, Benedikt Darri Gunnarsson, Jörgen Viggó Jörgenson, Jökull Þór Ellertsson, Baldvin Orri Friðriksson, Tómas Arnar Erlingsson, Alexander Þórisson Hraundal, Heimir Tjörvi Magnússon, Elvar Orri Palash Arnarsson, Oddur Sigurðarson, Bjarni Kristinsson, Hákon Ernir Haraldsson, Dagur Nino Vilberg Sigurðsson, Askur Ingi Bjarnason, Dagur Davíðsson. 1. röð f.v.: Magnús Geir Ólafsson, Daníel Örn Guðmundsson, Tryggvi Ásmundur Briem, Zhuoting Yang. Eftirtaldir voru fjarverandi: Ásmundur Þór Sveinsson og Guðmundur Ragnar Frímann þjálfarar. Flosi Valgeir Jakobsson, Gylfi Maron Halldórsson, Hinrik Örn Jóhannsson, Jakob Ragnar J. Sigurdsson, Ólafur Árni Arnarsson, Unnsteinn Beck, Vilhjálmur Jónsson, Vuk Repic, Bele Alomerovic, Viktor Ingi Guðjónsson Velasco, Lúkas J. Blöndal Pettersson, Benjamín Jónsson, Daníel Jónsson, Dervin Fortes Gomes. Mynd Porsteinn Ólafs.



5. flokkur kvenna í fótbolta 2017 ásamt Þorgrími Þráinssyni formanni Vals. Frá vinstri: Jón Stefán Jónsson hjálfari, Embla Steindórsdóttir, Laufey Steinunn Kristinsdóttir, Aðalbjörg Helga Einarsdóttir, Sigríður Theódóra Guðmundsdóttir, Katla Tryggvadóttir, Huguína Lóa Kvaran, Cicely Steinunn Pálsdóttir, Hallgerður Kristjánsdóttir og Margrét Friðriksdóttir. Miðröð frá vinstri: Selma Dís Scheving, Telma Steindórsdóttir, Rakei Ágústa Stefánsdóttir, Ágústa Rós Skúladóttir, Laufey Halla Sverrisdóttir, Jóhanna Valfells, Kolbrá Una Kristinsdóttir, Lilja Karen Sigurðardóttir, Sólveig Ebba Jónsdóttir, Glódís María Gunnarsdóttir, Rosalíe Rut Sigrúnardóttir og Margrét Magnúsdóttir hjálfari. Neðsta röð frá vinstri: Þuríður Anna Reynisdóttir, Emma Davídsdóttir, Freyja Sól F. Helderisdóttir, Daníela Hjördís Magnúsdóttir, Eva Stefánsdóttir, Bergljót Júlíana Kristinsdóttir, Heiðrún Gunnlaugsdóttir, Hrafnhildur Oddgeirsdóttir og Iðunn Gróa Sighvatsdóttir. Mynd Eva Björk Ægisdóttir.



5. flokkur karla í fótbolta 2017 ásamt Þorgrími Þráinssyni formanni Vals. Fr.h: Arnar Steinn Einarsson, Hilmar Már Ingason, Jón Ágúst Júlíusarson, Björn Magnússon, Magnús Hafsteinsson, Alexander Máni Björgólfsson, Bjarki Benediktsson, Josua Helber Catano, Viktor Andrason, Steinar Gauti Örnúson Dagsson, Kári Stephensen, Núi Kárason, Kolbeinn Jónsson, Róbert Winther, Björgvin Hugi Ragnarsson, Jóhann Páll Einarsson. Miðröð frá hægri, Berk Ás Öskan, Dagur Ingi Rikharðsson, Kristján Sindri Kristjánsson, Angel Santiago Aba Nguema Ndoho, Brynjólfur Ólafsson, Ísak Þór Gunnarsson, Jonathan Haile Kebede, Ómar Atli Viggósson, Sölvi Högnason, Dagur Rökkvi Bergsson, Hugi Hreinsson, Alexander Björnsson, Davíð Steinn Magnússon, Dagur Ármásson, Þórður Sveinn Einarsson, Baldur Karl Björnsson. Neðsta frá hægri, Patrik Írisarson, Hannes Helgi J. Sigurðarson, Gunnar Dagur Einarsson, Gabríel Ingi Benediktsson, Nikolai Daðason, Jón Björnsson, Snorri Már Friðriksson, Mikael Hrafn Helgason, Kristján Hjörvar Sigurkarlsson, Benedikt Þórisson, Matthías Hjörtur Mörtuson, Gísli Dan Rúnarsson, Mikael Aron Árnason, Heiðar Guðni Sveinarsson, Jóel Kári Matthíason, Úlfur Ægir Halldórsson, Baldur Fannar Ingason. Mynd Eva Björk Ægisdóttir.



6. flokkur kvenna 2017 í fótbolta ásamt Þorgrími Þráinssyni formanni Vals. Aftari röð f.v. Þórdís María Aikman hjálfari, Emma Karen Henrysdóttir, Emilía Ieva Ziliute, Tara Lovísa Karlsdóttir, Hafdís María Einarsdóttir, Arna Karítas Eiríksdóttir, Katla Margrét Óskarsdóttir, Regína, Ísold Hallfríðar/Þórisdóttir, Ísabella Anna Húbertadóttir hjálfari, Hallgerður Kristjánsdóttir hjálfari. Fremri röð f.v. Birna Björg Gunnarsdóttir, Kadek Dharma Sól Dedíksdóttir, Helga Nína Haraldsdóttir, Guðrún Hekla Traustadóttir, Sóley Sjöfn Sigurðardóttir, Lilja María Finnbogadóttir, Ragna Hlín Guðmundsdóttir, Tinna Karen Sigurjónsdóttir, Guðrún Klara Guðmundsdóttir. Mynd Þorsteinn Ólafsson.



6. flokkur karla í fótbolta 2017. Efsti röð f.v.: Þorgrímur Þráinsson formaður Vals og hjálfararnir Andri Fannar Stefánsson, Benedikt Gunnar Óskarsson, Bjartur Jörfi Ingvason, Diljá Hilmarsdóttir, Karen Hrönn Sævarsdóttir, Aron Elí Sævarsson, Sveinn Porkell Jónsson. 3. röð f.v.: Freyr Fjeldsted, Róbert Krummi Möinichen, Matthías Kristjánsson, Kolbeinn Einarsson, Steinhórn Núi Arnason, Baldvin Hrannar Sigtryggsson, Kári Stefán Valgeirsson, Bjarki Þórður Benediktsson, Þorsteinn Kári Erlendsson, Axel Daðason, Emil Nönnu Sigurbjörnsson, Ísak Kristófer Rúnarsson, Viktor Númi Björnsson, Jökull Þór Hilmarsson Kjerúlf, Eldur Egilsson, Jakob Yong Jónsson, Atli Hjálmar Björnsson, Adam Omarsson. 2. röð f.v.: Daníel Hjaltalín Héðinsson, Hjálmtýr Pétursson, Baldur Smáráson, Annel Máni Jóhannsson, Flóki Orrason, Jökull Otti Þorsteinsson, Flóki Skjaldarson, Kristján Oddur Kristjánsson, Magnús Thor Holloway, Hlynur Einarsson, Víðir Jökull Valdimarsson, Guðmundur Kristján Haraldsson, Gunnlaugur Hrafn Birgisson, Halldór Logi Guðmundsson, Bjarki Snorrason, Þorsteinn Ari Þorsteinsson, Benedikt Jól Elvarsson, Anton Máni Francisco Helderesson. 1. röð f.v.: Kiljan Valur Valgerðarson Holz, Styrmir Stephensen, Egill Eyþórsson, Kári Steinn Guðmundsson, Þorsteinn Jökull Ívarsson, Steinar Yang Önnuson, Ólafur Ingi Bergmann Sveinsson, Dawid Kostek, Dagfinnur Leifsson, Jónas Víkingur Arnason, Hlynur Björn Eydal, Dagur Thors, Gunnar Ingi Stefánsson. Eftirtaldir voru fjarverandi: Jóhann Páll Einarsson og Jón Stefán Jónsson hjálfarar. Aron Breki Bergmann Ívarsson, Birkir Hrafn Bjarnason, Egill Eyþórsson, Erling Hólm Ottason, Guðbergur Páll Pálsson, Ísak Helgi Björnsson, Jóhannes Arnason, Kristinn Sighvatsson, Kristófer Dagur Guðmundsson, Loki Gunnar Rósinkranz, Magnús Páll Bergmann Ívarsson, Raphaél Svan Svavarsson Cano, Sigurkarl Sigurkarlsson, Theodór Bjarni Ásgeirsson, Úlfur Geir Rósinkranz, Viktor Orri Oddsson, Þráinn Gíslason. Mynd Þorsteinn Ólafsson.



Þorsteinn Ólafsson

7. flokkur kvenna 2017 í fótbolta ásamt Þorgrími Þráinssyni formanni Vals og Elísu Viðarsdóttur þjálfara. Efri röð frá vinstri: Karítas Hagalín, Hildur Högnadóttir, Karen Emma Mönichén, Lísa Ingólfsdóttir, Sigríður Ragna Kjartansdóttir, Eyrún Eva Eyjólfssdóttir, Svava Heimisdóttir, Karen Emmý Einarsdóttir, Hrafnhildur Tinna Guðmundsdóttir, Guðbjörg Zelda Marvinsdóttir, Daniel Hjaltalín Héðinsson aðstoðarþjálfari. Neðri röð frá vinstri: Emelíta Sóley Ingadóttir, Kára Kjartansdóttir, Iðunn Erla Helgadottir, Ása Kristín Tryggvadóttir, Svava Arnarsdóttir, Vera Larsdóttir, Ásdís Fjeldsted, Bára Björk Briem, Þóra Míla Sigurðardóttir, Sóley Kristjánsdóttir. Þá sem vanter á myndina eru: Aníta Klara Svanfríðardóttir Lopes, Auður Björg Ármannsdóttir, Birta Hall, Díaná Dís McGinley Evudóttir, Embla Sigfríð Björgvinsdóttir, Eva Guðrún Magnúsdóttir, Hulda Gissurardóttir Flóvenz, Karítas Barkardóttir, Lára Björk Hall, Ylfa Isabel, Embla Sigfríð Björgvinsdóttir. Mynd Þorsteinn Ólafsson.



Þorsteinn Ólafsson

7. flokkur karla í fótbolta 2017 ásamt Þorgrími Þráinssyni formanni Vals. Efsta röð f.v.: Sigfús Ómar Höskuldsson, Diljá Hilmarsdóttir, Karen Hrönn Sævarsdóttir, Sveinn Þorkell Jónsson, Aron Elí Sævarsson, Gabriel Ölduson. 3. röð f.v.: Bjarni Friðrik Gíslason, Styrmir Örn Hilmarsson, Jón Jökull Úlfarsson, Tjörvi Bjarkason, Igor Drozyner, Börkur Bruun, Adrián Andri Birgisson, Árni Stefán Bergmann, Kári Rúnar Valgeirsson, Ólafur Kári Bjarnason, Benjamín Elí Davíðsson, Óskar Sveinn Einarsson, Leon Bjartur Bruun, Fannar Dagur Fjalarsson, Sigurður Atli Ragnarsson, Kári Þorvaldsson, Samuel Tumí Olími Devos, Kjartan Úlfur Egilsson, Orri Hallfríðar Þórisson. 2. röð f.v.: Ari Dan Hallgrímsson, Loki Kristjánsson, Alexander Elvar Young, Ægir Einarsson Hafberg, Mattías Kjeld, Arnaldur Orri Gunnarsson, Nóel Halldórsson, Böðvar Stefánsson, Jónas Thor Þórhallsson, Haukur Norðfjörð Sveinsson, Gunnar Smári Jakobsson, Marteinn Elías Bárðarson, Sigurður Ingvar Grímsson, Markús Orri Jóhannsson, Darri Freyr Gíslason, Grímur Ragnarsson. 1. röð f.v.: Eggert Örnuson Dagsson, Jónathan Vignir Guigay, Sunny Songkun Tangrodjanakajorn, Lucas Sindri Pampoulie, Ellert Úlfur Árnason, Stefán Arnar Úlfarsson, Bjartur Þórisson, Burkni Guðmarsson, Guðmundur Flóki Arason, Ásgrímur Guðmundsson. Mynd Þorsteinn Ólafsson.



8. flokkur kvenna 2017 í fótbolta. Standandi f.v.: Hólfríður Sigþórsdóttir formaður barna- og unglingsviðs Vals, Andrea Ótharsdóttir aðstoðarþjálfari, Yrsa Gunnarsdóttir, Esja Arnarsdóttir, Valgerður Daniélsdóttir, Elísabet Ösp Einarisdóttir, Emma Sverrisdóttir, Sigrún Einarisdóttir, Soffía Ámundadóttir þjálfari. Í fremri röð f.v. Emilía Antonsdóttir, Nína Gísladóttir, Matthildur Rína Hermannsdóttir, Þórhildur Káradóttir, Elsa Snorradóttir, Stella Dís Scheving, Dána Mía Kristjánsdóttir, Katla Bjarkadóttir, Myrra Halldórsdóttir, Ylfa Margrét Fjalarsdóttir, Járngerður Þórgnýrsdóttir. Mynd Þorsteinn Ólafsson.



8. flokkur karla í fótbolta 2017. Fremri röð f.v.: Þorgrímur Þráinsson formaður Vals, Erpur Egilsson, Kolbeinn Sindri Kárasón, Árni Steinar Árnason, Matthías Bjarnason, Leó Steinn Tómasson, Valur Björnsson, Sigurður Breki Geirsson, Arnar Norðfjörð Sveinsson, Brynjólfur Darri Egilsson, Þorsteinn Ígor Agnarsson, Elmar Smári Einarsson Hafberg. Aftari röð f.v. Vilhjálmur Valtýr Kristjánsson, Sigmar Magni Jóhannsson, Sindri Þór Unuson, Jóhann Vikar Bergmann, Þorsteinn Flóki Einarsson, Steven Porkell Ikelaar, Hrafn Hlynsson, Stefán Arason, Ævar Orri, Frosti Þorvaldsson, Kristinn Ágúst Örvarsson, Jósef Ómarsson, Bjarni Bergþórsson, Á myndina vantar Aron Páll Bjarkarson, Höskuldur Sölvi R. Thoroddsen, Jörundur Örvar Guðmundsson, Nökkvi Mímísson, Sigurður Jóhann Hjaltason, Styrmir Blöndal Ingvarsson, Víkingur Víkingsson, Yassin El Bouazati, Þórður Árni Björnsson. Með drengjunum eru á myndinni Þorgrímur Þráinsson formaður Vals, Aðalsteinn Sverrisson þjálfari, Patrik Írisarson og Jón Freyr Eypórsson aðstoðarþjálfarar. Fjarverandi: Karen Hrönn Sevarsdóttir aðstoðarþjálfari. Mynd Þorsteinn Ólafsson.

Vertu framúrskarandi

Til að skara fram úr þarf ástríðu, einbeitingu, viljastyrk og útsjónarsemi. Þetta einkennir merkisbera KPMG, Ólafíu Þórunni Kristinsdóttur.

Í rekstri líkt og atvinnumennsku 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

KPMG





Lifðu í núinu

Einar Karl Ingvarsson er 24 ára og leikur knattspyrnu með meistaraflokki

Erfiðustu samherjarnir: Haukur Páll.
Erfiðustu mótherjarnir: Steven Lennon.
Stjórnuspá þín fyrir næsta ár: Spila enn betur en á síðasta tímabili, bæti í markaskorun og hjálpa liðinu að ná markmiðum sínum.

Athylgisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val: Hlín Eiríksdóttir.
Athylgisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val: Aron Elí hefur bætt sig gríðarlega mikið síðan hann byrjaði að æfa með okkur. Ef hann heldur áfram að æfa vel að þá getur hann klárlega gert góða hluti í framtíðinni.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val: Það sem ég sé og heyri er að þetta sé stöðugt að verða betra og betra. Aðstaðan er auðvitað frábær og mikið af góðum þjálfurum að þjálfra yngri flokkana. Ef Valur heldur góðum þjálfurum með þessa aðstöðu að þá mun það hafa mjög jákvæð áhrif á leikmenn sem skila sér upp í meistaraflokk félagsins.
Fyrirmynd þín í fótbolta: Paul Scholes.
Draumur um atvinnumennsku í fótbolta: Að sjálfsgöðu er það draumur allra að fara í atvinnumennsku og þangað stefni ég líka. Núna snýst þetta um að ég byggji ofan á gott tímabil á síðasta ári og geri enn betur. Það er mikilvægt að stoppa ekki og verða saddur heldur vilja alltaf meira.

Landsliðsdraumar þínir: Þetta eins og með atvinnumennsku er einnig draumur allra íslenskra knattspyrnumanna. Það væri sannur heiður að spila með landsliðinu en eins og staðan er í dag er ég að einbeita mér að mér sjálfum og því að bæta mig sem leikmaður og svo sjáum við hvert það skilar mér.

Hvað einkennir góðan þjálfara: Samskipti við leikmennina sína, virðing, sanngjörn samkeppni og að hann sé góður að búa til lið af mismunandi karakterum sem passa saman og mynda góða liðsheild.

Besta bíómynd: Ég og Haukur Páll eigum það sameiginlegt að finnast Lord of The Rings besta bíómynd allra tíma.

Uppáhalds erlenda fótboltafélagið: Man Utd.

Nokkur orð um núverandi þjálfara-

teymi: Núverandi þjálfarateymi er auðvitað frábært og búið að gera ótrúlega góða hluti með liðið. Óli og Bjössi vinna ótrúlega vel saman og það er mjög gaman að vinna með þeim. Einar sjúkrapjálfi er algjörlega frábær, með metnað og hélt mönnum gangandi í sumar og það er stórt þakklát af þessu frábæra sumri. Rajko er síðan frábær með markmennina. Þar fyrir utan eru liðsstjórnar og stjórnarmenn sem leggja allt sitt í verkefnið og útkoman hefur verið virkilega góð síðustu ár sem sýnir sig á árangrinum sem náðst hefur.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val: Mér finnst Valur klárlega vera á mjög góðri leið í þessum efnum. Aðstaða fyrir karla- og kvennalið er mjög svipuð, metnaður til þess að ná árangri mikill báðum megin og öflugt þjálfarateymi er til staðar fyrir bæði kyn. Það er auðvitað alltaf hægt að gera betur.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn einelti og fordómum: Að starfsfólk félagsins, hvort sem það er í húsinu eða þjálfarar, séu allir á sömu blaðsíðu hvað það varðar. Að þeir þekki einkenni fordóma og eineltis og vinni þá markvisst í því að uppræta það ef þeir verða varir við einhverja svoleiðis hegðun. Ef allir starfsmenn félagsins eru upplýstir þá verður miklu auðveldara að koma í veg fyrir þetta.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðaranda: Þetta er einhver besta aðstaða hjá félagsliði á Íslandi og jafnvel þótt víðar væri leitað. Það er algjörlega frábært að vera í félagi með svona aðstöðu og hjálpar öllum að ná árangri.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Ég vil að Valur haldi áfram á sömu braut, að bæta aðstöðu enn frekar og geta boðið upp á bestu mögulegu aðstæður fyrir iðkendur sína allt árið. Það má setja enn meiri kraft í yngri flokka starfið af því það er það sem skilar klúbbum á endanum leikmönnum sem og stuðningsmönnum.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati: Lokahöf knattspyrnudeildarinnar þar sem við fögnuðum titlinum.

Mottó: Lifðu í núinu.

Nám: Viðskiptafræði.

Hvað ætlar þú að verða: Atvinnumaður í fótbolta.

Af hverju Valur: Valur hefur gríðarlega mikla sögu sem félag og þá ekki síst í fótboltanum. Það heillar hvern sem er þegar Valur hefur áhuga á manni og hér sé ég fram á að geta bætt mig sem fótboltamann. Það er allt til alls á Hlíðaranda til þess að skara fram úr og ná þeim markmiðum sem maður setur sér.

Uppeldisfélag í fótbolta: FH.

Af hverju fótbolti: Ég varð snemma mjög hrifinn af fótbolta og því lá beinast við að byrja að æfa fótbolta. Það var síðan aldrei spurning eftir að ég byrjaði að fótboltinn yrði eitthvað sem ég myndi vera í í langan tíma.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Er algjör meistari í borðtennis.

Eftirminnilegast úr boltanum: Að vinna Íslandsmeistaratitilinn er eitthvað sem alla íslenska knattspyrnumenn dreymir um að gera. Það var algjörlega frábært og það gerði það enn sætara að gera það með þessum frábæra hópi.

Nokkur orð um síðasta tímabil: Alveg frá upphafi var hópurinn að stefna að því sama og það sýndum við í verki.

Metnaðurinn og einbeitingin var til staðar á öllum æfingum og menn lögðu gríðarlega mikið á sig til þess að ná markmiðum hópsins sem var að verða Íslandsmeistarar.

Lýstu Valsliðinu í fótbolta í sumar í stuttu máli: Fjölbreyttir einstaklingar sem saman mynduðu gríðarlega sterka liðsheild og voru tilbúnir að berjast fyrir hvern annan.

Hvað einkennir það: Samheldnin.

Markmið fyrir næsta tímabil: Sem ríkjandi meistarar viljum við auðvitað gera okkar besta til þess að verja titilinn.

Besti stuðningsmaðurinn: Pabbi og mamma.

GAMMA GLOBAL INVEST:

Alþjóðleg eignadreifing í einum sjóði

GAMMA Global Invest er nýr sjóður sem er skráður í evrum og gerir almenningi kleift að fjárfesta erlendis. Fjárfestar geta þannig náð markmiðum um alþjóðlega eignadreifingu í einum sjóði.

Samstarf við öflugustu fjármála-fyrirtæki í heimi tryggir GAMMA Global Invest aðgang að fjölda fjárfestingarkosta sem skilar sér í hagkvæmri eignadreifingu, bæði á milli eignaflokka og landssvæða.

Almennt fylgir áhætta fjárfestingu í fjárfestingarsjóðum og eignarhlutdeild getur rýrnað, aukist eða staðið í stað.

NÁNARI UPPLÝSINGAR / 519 3300 / GAMMA@GAMMA.IS / GAMMA.IS

GAMMA

LONDON / NEW YORK / REYKJAVÍK / ZÜRICH

Fyrirvari: Um fjöllum þessi felur ekki í sér fjárfestingarráðgjöf eða tilboð eða hvatningu um að eiga viðskipti með hlutdeildarskírteini. GAMMA: Global Invest er sjóðsdeild í Fjárfestingarsjóði GAMMA skv. lögum nr. 128/2011. Rekstrarfélag sjóðsins er GAMMA Capital Management hf. Nánari upplýsingar um áhættu og fjárfestingar má finna í útboðslýsingu, reglum og lykilupplýsingum (KIID), sem nálgast má á vefsvæði GAMMA eða á skrifstofu félagsins og eru fjárfestar hvattir til að kynna sér þessar upplýsingar nánar. Kaupum á hlutdeildarskírteinum sjóðsins fylgir nokkur hætta á verðsveiflum en áhættumælikvarðinn getur breyst án fyrirvara.

Vörn vinnur mót, sókn vinnur leiki

Það er vel við hæfi að núverandi Íþróttamaður Vals, nýkrýndur Íslandsmeistari í knattspyrnu, Bjarni Ólafur Eiríksson, stingi upp á því að við hittumst á heimavelli okkar beggja til að fara yfir viðburðarík síðustu ár á knattspyrnuvelli, lífið utan vallar og hvaða máli Valur skipti fyrir hann sjálfan.

Að sjálfsögðu hefjum við samtalið með því að spyrja ríkjandi Íslandsmeistarann um tilfinninguna núna þegar mótið er búið og nýtt undirbúningstímabil er hæfið.

„Það er frábært, alveg ótrúlega gaman. Í hvert skipti sem maður hugsar til baka þá er alveg geggjað að hafa náð þessu. Talandi eingöngu fyrir sjálfan mig þar sem kannski er ekki mikið eftir af knattspyrnuferlinum þá er frábært að hafa náð þremur titlum á síðustu þremur árum. Að ná að vinna Íslandsmeistaratítilinn aftur, núna tíu árum seinna, maður getur eiginlega ekki bedið um mikið meira. Laugardagsleikurinn sjálfur gegn Víkingum, þegar við fengum bikarinn loks afhentan var sérstakur, það var erfitt að nálgast hann. Það var náttúrulega gott að vinna þennan leik uppá heildar árangurinn á heimavelli að gera. Hinvegar ætluðum við aldrei að fá þrjú mörk á okkur. Það leið mínúta frá því að þeir jafna 3-3 og svo fáum við horn, boltinn hrekkur til mín og markið kemur. Í raun var fáránlegt að hafa ekki fengið bikarinn afhentan eftir sigurinn gegn Fjölni. Þar var adrenalínið í botni og allt í gangi.“

Eftir spjall um þetta fræga sigurmark gegn Víkingi ræðum við um markaskorun Bjarna. Alls voru mörkin þetta tímabilið fimm talsins sem met á ferlinum hans.

„Ég hef aldrei skorað mörg mörk, kannski eitt á tímabili. En fimm mörk, maður er bara með markahæstu mönnum liðsins“, segir Bjarni brosandí. Þegar hann er spurður um uppáhaldsmark stendur ekki á svarinu, „Markið gegn KR í bikarúrslitunum“, og skyldi engan undra með það svar. „Ef við tókum bara þetta tímabil þá stendur sigurmarkið gegn Blikum á útivelli uppúr. Ekki bara markið sjálft heldur mikilvægi þess. Sigur á Blikum úti fleytti okkur áfram og gerði mikið. Ég tók takta í fagnaðarlátunum eftir að hafa skorað sem ég hef fengið nokkrum sinnum í andlitið síðan, það má alveg, enda gjörsamlega ósjálfráð viðbrögð hjá leikmanni sem skorar ekki oft. Séu fagnaðarlæti okkar Einars Karls [sem skoraði fyrra mark Vals í Blika leiknum] úr þessum leik skoðuð má glögg sjá hvor fagnar eins og atvinnu-



Hjónin Berglind Íris Hansdóttir og Bjarni Ólafur með Íslandsmeistarabikarinn 2017 á uppskeruhátíð knattspyrnudeildar Vals.

maður með því að renna sér á hnjúnum, og hvor skorar sjaldnar“, segir Bjarni brosandí og það sést á honum að það er gaman að rifja þennan leik upp.

Bjarni er eini núverandi leikmaður Valsliðsins sem var líka í liðinu síðast þegar meistaraflokkur karla varð Íslandsmeistari, árið 2007. Bjarni hefur ákveðna sýn á það meistaralið:

„Fyrsta sem mér dettur í hug er að það voru stór nöfn í þessu liði: Bjössí Hreiðars fyrirlíði, Gummi Ben, Helgi Sig, Atli Sveinn, Baldur Aðalsteins, stórir karakterar og um leið aðeins eldri leikmenn. Þeir báru þetta lið uppi ólíkt því liði sem var að verða meistari núna árið 2017, Þetta eru allt yngri leikmenn núna. Ég er langelstur, þar eftir Haukur Páll en svo eru flestir á aldrinum 23–28 ára. Það vantaði kannski einhverja sem voru að koma upp úr 2. flokki horfandi á aldursskiptinguna. Aldurskipting þessara liða er þannig mjög ólík. Hvað mig varðar þá kem ég inn á miðju tímabili 2007, var að jafna mig á meiðslum og var því hvorki á undirbúningstímabili né fyrri hluta mótsins, það var ólíkt. Það sem er líka ólíkt með þessi tvö meistaralið er að það er erfitt að koma orðum á það hvernig stemningin hjá liðinu í ár var, ég hef aldrei kynnst svona stemningu. Það var ótrúleg hógværd, alltaf einblínt á næsta leik; næsta verkefni. Ég held að leikmenn hafi aldrei þælt í stöðunni í deildinni, fyrr en að við fórum norður í leikinn gegn KA, það var allavega mín upplifun. Við fórum í leikinn gegn KA til að vinna hann eins og alla aðra.



Frá leiknum við Stjörnuna í Pepsídeild karla í sumar og sýnir Bjarna Ólaf skora jöfnunarmark Vals í leiknum, 1-1. Mynd Þorsteinn Ólafs.

Þá var hugsunin aðeins komin; hvað ef þetta gerist o.s.frv. Þetta stig fyrir norðan var mjög mikilvægt. Við áttum ekki góðan leik, mættum grjóthörðum KA-mönnum. Þetta var einhvern veginn ekki góður leikur að spila, völlumurinn ekki góður, leiktíminn sérstakur. Þarna sýndum við styrk, lendum undir, ekki á okkar degi, en náum samt í gott stig. Eiður [Aron Sigurbjörnsson] átti ótrúlega björgun í leiknum sem skipti sköpum. Það eru svo mörg svona lítil atriði og augnablik sem eru að gera það að verkum að við erum Íslandsmeistarar 2017. Það er ekki hægt að benda á einhver ein, tvö eða þrjú atriði, það eru svo ótrúlega mörg atriði sem voru vel gerð. Þjálfararnir náðu því að fá leikmenn til að þæla eingöngu í okkur sjálfum, ekki öðrum úrslitum eða leikmönnum því að á endanum hefur þú eingöngu stjórn á þínum eigin örlögum. Þetta hjálpaði okkur örugglega á endanum, bara fókus á næsta leik og það bara gekk vel.

Í ár vorum við með besta liðið, spiludum besta fótboltann og náttúrliga með bestu vörninna. Við töludum um það fyrir mótið að vörn ynni mót, sókn vinnur leiki og að við þyrftum að spila betri vörn en við höfum gert síðustu ár. Ég vil meina að leikmennirnir sem voru frammar á vellinum hafi ekki fengið nægjanlega mikið hrós því að vinnusemi þeirra var gríðarleg, mögulega miklu meiri en fólkíð í stúkunnni gerði sér grein fyrir. Þeir drápu fjölda sókna mótherjans, unnu tæklingar, seinni bolta o.s.frv. Öll þessi vinna gerði okkur í vörninna svo miklu auðveldara fyrir. Í kjölfarið varðist allt liðið svo miklu betur og þetta er eitthvað sem við þurfum að byggja ofan á fyrir komandi tímabil.

Hvernig þurfa Valmenn að mæta þeirri stöðu að koma inn í Íslandsmót sem ríkjandi meistarar?

„Við leikmenn erum ekki búnir að taka umræðuna um nálgunina inn í næsta Íslandsmót, þ.e. hvort það verða einhverjar breytingar, en þjálfararnir, sérstaklega Sigurbjörn, þar sem hann var hér í Val árið eftir titilinn 2007, munu vafalaust skerpa á mönnum fyrir mót. Það er nefnilega allt annað að koma inn í Íslandsmót sem Íslandsmeistari. Lið mæta meisturum á annan hátt. Næsta tímabil verður krefjandi, en um leið frábær áskorun að gera enn betur. Hugsunin þarf líka að vera sú að við erum ekki að fara að verja neinn titil. Við erum að fara að sækja

Íslandsmeistaratitilinn aftur. Það er mjög mikilvægt atriði í þeirri nálgun sem við þurfum að hafa. Bjóssi þjálfari man hvernig 2008 tímabilið byrjaði, og við þurfum að læra af því og byrja sterkt til að vera með í toppbaráttunni.”

Bjarni Ólafur kom heim í Val árið 2013 eftir farsælan feril í atvinnumennsku. Hvað sá hann í liðinu þá á þeim tíma?

„Mér fannst við ekki vera með alveg nógu gott lið á þessum tíma. Hins vegar vorum við, undir stjórn Magga Gylfa, að byrja á leiðinni að spila betri fótbolta, eitthvað í áttina við það sem er í dag. Þá er ég að meina að setja hápressu á andstæðinginn og spila innan liðsins. Samsetning hópsins var bara önnur á þessum tíma. Þú þarft að hafa leikmenn sem mynda góða liðsheild og því held ég að núverandi þjálfarar hafi mikið hugsað út í það. Þessi tvö ár með Magga, 2013–14 þar sem við endum bæði tímabilin í fimmta sæti, bæði skiptin voru á pari fannst mér, mögulega hefðum við átt að geta verið aðeins nær fjórða sætinu.

Ólafur Jóhannesson og Sigurbjörn Hreiðarsson tóku við stjórn Valsliðsins árið 2014. Að mati Bjarna hefur margt breyst síðan þeir tóku við.

„Þegar Óli og Bjóssi tóku við þá skynjaði maður að liðið gæti farið að berjast um titla. Mér finnst þeir hafa breytt ýmsu. Við erum klárlega að spila betri fótbolta, meira sexý gætu einhverjir sagt, klárlega skemmtilegri. Það er bæði gaman og létt andrúmsloft á æfingum, það hefur ekki alltaf verið þannig. Þeir hafa valið þá leikmenn sem komið hafa til félagsins mjög vel. Þeir hafa lagt áherslu á að leikmenn tapi sjaldnar boltanum á slæmum stöðum, stoppi skyndisóknir andstæðingsins fyrr, setja mikla há-pressu á manninn með boltann þegar boltinn tapast. Allir þessir hlutir hafa gert það að verkum að við erum að fá færri mörk á okkur. Liðið sem heild er þannig að berjast sem heild og er laust við andleysi, eins og þú hefur sjálfur rætt um,“ segir þessi eitilharði vinstri bakvörður og nær léttu skoti á spyrilinn, sem átti reyndar við rök að styðjast. Það er létt yfir Bjarna Ólafi og það er vel. „Ásýnd liðsins er mjög breytt, menn eru að fórna sér fyrir hvern annan og liðið, fólk sér það,“ bætir Bjarni við.



„Þegar Óli og Bjössi tóku við þá skynjaði maður að liðð gæti farið að berjast um titla. Mér finnst þeir hafa breytt ýmsu. Við erum klárlega að spila betri fótbolta,“ segir Bjarni m.a. í viðtalinu. Mynd Þorsteinn Ólafs.

Tal okkar Bjarna berst aftur að aðstoðarþjálfara Vals, Sigurbirni Hreiðarssyni. Bjarni hrósar honum hástert.

„Mig minnir að Bjössi hafi orðað þetta vel í viðtali við þig, Ragnar, að allt félagið yrði að fara að stefna í sömu átt. Það var kjarninn. Það hefur tekist að mörgu leyti. Það er algjörlega ómetanlegt fyrir félag eins og Val að hafa fengið Bjössa aftur. Ekki bara eru Óli og hann gott teymi heldur er Bjössi svo einstakur karakter. Það er svo mikið líf og stemning í kringum þennan mann að það getur ekki annað en hjálpað félaginu”.

Í framhaldinu ræðum við almennt um málefni Vals, og það er augljóst að Bjarni fylgist vel með öðrum greinum innan félagsins.

„Ég man sérstaklega eftir því að þegar við vorum að safna styrkjum fyrir æfingaferðina okkar í janúar á þessu ári þá talaði fólk um að það fyndi eitthverja stemningu í loftinu, eins og það væri eitthvað mikið að gerast. Þetta ár hefur náttúrliga verið með hreinum ólíkindum. Íslands- og bikarmeistaratitill hjá handboltanum, körfuboltinn að gera ótrúlega hluti. Knattspyrnukonurnar unnu titla á undirbúningstímanum og eru svo ekki langt frá toppbaráttunni í lok tímabils eftir meiðsla- áföllin. Svo náum við meistaraflokk karla að enda árið á að taka þennan stóra titil. Það er örugglega ekkert félag á Íslandi sem er alltaf jafn mikið í umræðunni eins og Valur.”

Við færum umræðuna aftur til árána 2015–16 þegar tveir bikarmeistaratitlar í röð unnust.

„Það að verða bikarmeistari, komast í Evrópukeppni, að fara í bikarúrslitaleik og spila við KR, það var bara allt annað. Þessi KR úrslitaleikur gaf leikmönnum og öðrum sem að liðinu komu trú á að hægt væri að gera meira. Þessi bikarmeistaratitill 2015

var þannig miklu meira en einhver bikar. Fyrir mig að hafa skorað í þessum leik gegn KR, ég mun aldrei gleyma þessu.”

Eins og Valsmenn muna þá skoraði Bjarni Ólafur fyrsta mark leiksins gegn KR með skalla á nærstöng eftir hornspyrnu. Bjarni rifjar þetta mark skemmtilega upp.

„Tilfinningin var geðveik. Við vorum betri í leiknum en náðum ekki að nýta okkur það og skora. Markið létti pressunni á okkur og svo var náttúrliga bara gaman að skora mark sem var teiknað upp deginum áður. Það þurfa margir hlutir að takast til að svona heppnist; fyrirgjöfin þarf að vera góð o.s.frv. Þegar Kristinn Ingi skoraði seinna markið þá vissi maður að þetta var komið. Árið eftir var svo mikilvægt að hugsunin væri sú að við værum ekki að verja neinn titil, við ætluðum að sækja bikarinn aftur. Það var mikið afrek að verða bikarmeistarar tvö ár í röð. Titillinn 2015 var að sumu leyti sætari, en sá 2016 var líka mjög góður.

Við fundum það klárlega í fyrra með þessum bikartitlum að við vorum á réttri leið þó svo að FH hafi orðið meistari. Það hjálpaði líka til að erlendu leikmennirnir sem hafa komið, sérstaklega síðustu ár, hafa styrkt liðið mjög mikið, sérstaklega menn eins og Thomas Guldborg Christiansen, Patrick o.fl. Við vorum líka sérstaklega heppnir í júlí glugganum í fyrra þegar Danirnir [Andreas Albech og Christian Gaarde] komu. Þeir styrktu okkur verulega. Stjórn deildarinnar og aðrir sem vinna forvinnu við að finna þessa erlendu leikmenn sem hafa komið verða að fá hrós fyrir sína vinnu.”

Bjarni Ólafur sker sig úr meðal íþróttamanna í Val að því leyti að hann er sá eini sem hefur hlotið nafnbótina Íþróttamaður Vals þrisvar sinnum, árin 2005, 2015 og svo síðast árið 2016.

„Þetta er alveg ótrúlega mikill heiður að hafa verið valinn og fengið þessa nafnbót. Þetta er staðfesting á því að maður hafi staðið sig vel og það er alltaf gott að fá slíkt. Þetta er valið úr öllum deildum og því er þetta jafnfram staðfesting á því að liðið hefur verið að standa sig vel. En heilt yfir, að vera sá eini sögu Vals sem hefur verið valinn þrisvar, það er ótrúlega skemmtilegt. Ég tel að sé horft yfir þetta ár þá eigi einhver í meistara-flokki í handbolta karla að verða fyrir valinu í ár.

Umræðan fer skyndilega yfir í álit Bjarna Ólafs á meistara-flokki karla í handbolta, tvöföldum meisturum þessa árs, og ljóst er eins og áður hefur komið fram að hann fylgist vel með öðrum greinum félagsins.

„Það var ótrúlega lærdómsríkt að fylgjast með meistarafllokki karla í handbolta í gegnum þessa úrslitarimmu [gegn FH sem vannst í oddaleik]. Þetta var ekkert ósvipað okkar liði. Frábær liðsheild þar sem hver einasti leikmaður var að berjast fyrir félagann. Það var enginn stjarna sem bar af, ótrúlega mikið framlag frá mörgum leikmönnum. Það var frábært að sjá þetta. Við í knattspyrnuliðinu ræddum þetta mikið því þarna sást greinilega hvað er hægt að ná langt ef menn standa saman í því sem á að gera. Ég hef sagt það áður og segi enn að þeir liðsmenn í fótboltanum sem voru ekki í byrjunarliði voru alltaf klárir, alltaf á fullu á hverri æfingu og þess vegna tilbúnir þegar þeir áttu að koma inn á og skiluðu sínu. Þetta var algjörlega til eftirbreytni. Mjög gott dæmi um þetta er innkoma Andra Adolphssonar gegn Víkingum í Víkinni. Hann kom inn á og vann þann leik fyrir okkur.”

Flest allir sem tengjast Val vita að eiginkona Bjarna Ólafs er Berglind Íris Hansdóttir, fyrrum markmaður í mfl.kvenna í handbolta og jafnframt gríðarleg mikil Valskona. Berglind á í kringum 400 mfl. leiki að baki fyrir Val og fjölda landsleikja. Það er skemmtileg staðreynd að Berglind var kosin Íþróttamaður Vals árið 2004, ári áður en Bjarni fékk þessa nafnbót fyrst.

Þegar samtal okkar berst að Berglindi og hennar áhrifum á feril Bjarna hefur hann bara jákvætt að segja.

„Okkar samvinna í öllu gengur mjög vel. Það er auðveldara að útskýra alla þessa fjarveru sem tengist boltanum fyrir henni þar sem hún þekkir til skuldbindinganna úr handboltanum. Maður er að færa fórnir og því er frábært þegar maður uppsker. Berglind er minn besti vinur, hefur vit á íþróttum þannig að við getum talað saman um íþróttirnar. Hún kemur oft með frábærar ráðleggingar þar sem hún kemur með dæmi af sínum eigin ferli. Það er eiginlega óþolandi að það sem hún segir er ídulega rétt”, segir Bjarni og við hlægjum báðir. “Þegar undirbúningur er fyrir t.d. mikilvæga leiki þá kemur hún oft með ráðleggingar og þá er það oftast enn ekki nákvæmlega að sem ég er að hugsa. Þannig að það er frábært að eiga eiginkonu eins og Berglindi.”

Hvað hefur Bjarni hugsað sér að gera þegar knattspyrnuferlinum lýkur?

„Ég get alveg hugsað mér að halda áfram í tvö ár í viðbót allavega ef líkaminn leyfir og maður hefur ennþá gaman af fótboltanum. Ef svo verður ekki þá vona ég innilega að ég geti haldið áfram að halda áfram að vinna fyrir Val, ég hef mikinn áhuga á því. Í hvaða formi það verður það veit ég ekki. Fótboltinn er ástríða fyrir mér og mér þykir alveg ótrúlega vænt um hann. Að koma hingað á æfingar og leiki, það er bara eins og að koma á manns annað heimili. Ef ég verð svo heppinn að geta starfað á



Vinirnir Sigurður Eggertsson, Sverrir Diego og Róbert Óli Skúlason með Bjarna Ólafi Eiríkssyni á góðri stundu, en þeir eru allir með sama húðflúr.

einhverjum vettvangi fyrir félagið yrði það algjör draumur. En það sagði einn vitur maður við mig að maður ætti aldrei að ákveða hvenær maður hættir, því þá færi maður ómeðvitað að undirbúa það í hausnum á sér og það er ekki skynsamlegt.

Af hverju er Bjarni svona mikill Valsmaður eins og raunin er?

„Ég get sett það í eitt orð; vinirnir. Hér eignaðist ég mína bestu vini. Vinir manns eru eitt af því mikilvægasta í lífinu. Góðir vinir eru sjaldfundnir. Ég er með sama húðflúr og þrír aðrir vinir [Róbert Óli Skúlason, Sverrir Diego og Sigurður Eggertsson] og þessum drengjum kynntist ég á mínum fyrstu fótbolta æfingum í Val. Það sem gerir mann að miklum Valsara er hvað maður eyðir miklum tíma á svæðinu, kynnist frábæru fólki, er þjálfaður af frábærum þjálfurum. Ég get nefnt Óskar Bjarna, Jón Halldórsson, Boris Akbachev og það bara í handboltanum frá þeim tíma er ég æfði þar. Að vera hluti af hópi og einhverju stærra er mikilvægt. Valur er gríðarlega sigursælt félag, sigrarnir hafa verið margir og það er mjög gefandi.

„Bjössu þjálfari sagði einu sinni að sigrarnir, hvort sem í leikjum eða á æfingu væru nærandi og það eru þeir sannarlega. Það er fátt verra enn að vera í tapliði á æfingu og þá eru göngutúrar heim jafnvel nauðsynlegir til að ná sér niður. Hins vegar er fótboltinn er náttúrlega ekki það mikilvægasta lífinu, heldur auðvitað fjölskyldan. Þannig að þegar maður kemur heim af æfingu, kannski í smá fýlu þá er gott að geta horft á börnin sín og hugsað með sér að það sé annað mun mikilvægara beint fyrir framan mann.“

Bjarnir Ólafur er inntur eftir lokaorðum:

„Mig langar að þakka þeim stuðningsmönnum, sem eru að lesa þetta, fyrir tímabilið. Þessir stuðningsmenn sem komu á leikina og hvöttu okkur skipta miklu máli og eru ótrúlega stór hluti af okkar árangri. Við vonumst alltaf til að það fjölgi í þeim hópi því það er ekkert skemmtilegra en að fagna sigrum með þeim, hitta menn úti á götu og fara létt yfir gengi liðsins. Takk fyrir tímabilið, þetta var frábært ár fyrir félagið.”

Ógleymanleg ferð á handboltamót í Danmörku

5. flokkur kvenna tók þátt í alþjóðlegu mót, Generation Handball í Viborg.

Það var mánudaginn 31. júlí sem vaskur hópur handboltastúlkna úr 5. flokki kvenna frá Val fór í keppnisferð til Danmerkur á hið skemmtilega mót, Generation handball sem haldið hefur verið í Viborg, Danmörku síðasliðin 5 ár.

Yndislegt veður tók á mótí hópnum en ásamt Valsstúlkum tóku nokkur lið þátt frá Íslandi, KR, Stjarnan og Víkingur mættu líka svo um 150 manns, leikmenn og þjálfarar ferðudust saman í þessa ferð. Tvö lið voru send til leiks frá Val og voru stelpurnar alls 14.

Fyrstu tvo dagana var keppt í forkeppni (fjórir 4 liða riðlar) og réð árangur því hvort liðin færu áfram í a-úrslit eða b-úrslit. Efstu tvö liðin fóru áfram í a-úrslit en 3. og 4. sæti fóru í b-úrslit og ný keppni því sett í gang. Bæði lið enduðu í 3. sæti í sínum riðli og fóru því í b-úrslit en lið 1 var í bullandi baráttu um að komast í a-úrslit en misstu tvo unna leiki niður í jafntefli og því fór sem fór. Eins og áður sagði þá lék veðrið við ferðalangana frá Íslandi og var gaman fyrir stelpurnar og áhangendur að taka þátt í leikjunum því þeir voru allir utandyra.

Hins vegar var aðeins annað upp á teningnum þegar b-úrslitakeppnin byrjaði því þá fór veðrið heldur að minna á „fínasta“ haustveður á Íslandi, með tilheyrandi blæstri, rigningu og svo þrumum og eldingum í ofanálag. Fyrstu leikirnir voru reyndar nokkuð myndir og skemmtilegir, allir rennandi blautir og fljúgandi á hausinn út um allan völl en þegar það stytta aldrei upp þá fór brandarinn að vera heldur útþynntur og þreytandi ... Valur 1 og Valur 2 lentu saman í b-riðli 1 og því var vitað að stelpurnar myndu mætast, sem var svo sem bara góð skemmtun og ákveðið að horfa á þann leik eins og hverja aðra æfingu. Það góða og jákvæða í þessu öllu saman var þó það að allir leikirnir unnust hjá stelpunum svo að í lokin þá enduðu þær í 1. og 2. sæti í sínum riðlum og fór lið 1 alla leið í úrslitaleikinn.

Og það er gaman að segja frá því að



Viborgarfarar. Efri röð frá vinstri: Logi Finnsson, Ingvar Steinn Ingólfsson, Hákon Atli Hilmarsson, Salka Sól Traustadóttir, Hildur María Pétursdóttir, Eva Söldís Jónsdóttir, Magnea Einarsdóttir, Hanna Steina Yn Pálsdóttir, Johanna Haile Kebede, Sigrún Ísafold Gizurardóttir og Sigríður Unnur Jónsdóttir þjálfari. Nedri röð frá vinstri: Jóhann Ágústsson, Vaka Sigríður Ingólfssdóttir, Karin Guttesen, Salka Gústafsdóttir, Lilja Ágústsdóttir, Ylfa Guðrún Unnarsdóttir, Matthildur Friðriksdóttir og Anna Karólína Ingadóttir er fremst. Mynd Páll Steingrímsson.

úrslitaleikurinn var spilaður innandyrá, öllum til mikillar gleði og lentu stelpurnar á mótí liði heimamanna, Viborg og var því mikil stemming og læti. Mikil dramatik var í gangi því snemma í leiknum lentu stelpurnar undir 4-2 og misstu mikilvægan leikmann útaf í meiðsli en þær sem stelpurnar voru aðeins 7 í liði þá var enginn varamaður til þess að koma inná. En þá skelltu þær bara einum færri í lás, vörn og markmaður þannig að Viborgar-liðið komast aldrei aftur inn í leikinn og endaði hann í sanngjörnum og mögnuðum sigri Valsstúlkna, 12-7. Stelpurnar stóðu sig allar frábærlega og má segja að þessi leikur og þessi dagur hafi verið toppurinn á ferðinni. Og allur hópurinn stóð sig hrikalega vel, innan vallar sem utan og voru stelpurnar algjörlega félagi sínu og landi til sóma.



Það skemmtilega við þetta mót er annars það hversu lítið og heimilislegt það er. Allt er til alls innan seilingar og aðeins nokkur skref frá gistiþlássi í leikina, matsalinn og afþreyinguna sem í boði er í kringum mótið, t.a.m keilusalinn, strandhandboltavellina og handboltaþrautirnar. Og svo tók aðeins nokkrar mínútur að röltu niður í bæ að kíkja í H&M, Sportdirect, Normal, ísbúðina og allar hinar búðirnar sem stelpurnar voru svo hrifnar af. Þær voru duglegar að taka þátt í öllu sem í boði var og halda hópinn í þjálfarferðum og kvöldskemmtunum.

Og það er óhætt að segja að ferðin hafi verið algjörlega mögnuð og ógleymanleg.

Með Valskveðjum frá 5. flokki kvenna.



Stelpurnar í strandbolta í úrhellisrigningu.

Gleðileg jól 2017



VALSMENN
FJÁRFESTINGAFÉLAG

Á nýju ári koma í sölu fyrstu íbúðirnar á Hlíðarendareit í þessu glæsilega húsi. Til sölu verða 22 2ja herbergja íbúðir, 15 3ja herbergja íbúðir og 3 stærri íbúðir á Hlíðarenda 4. Afhending er áætluð í mars 2018.



Vignir Stefánsson og Hlíf Hauksdóttir eiginkona hans, leikur knattspyrnu með meistaraflokki Vals.

Draumurinn er að spila með landsliðinu

Vignir Stefánsson er 27 ára og leikur handbolta með meistaraflokki karla

Nám: Er með BS í viðskipta- og markaðsfræði frá HÍ.

Hvað ætlar þú að verða: Eitthvað meira en ég er í dag.

Af hverju Valur? Af því Valur er stór og flottur klúbbur með langa og merkilega sögu. Svo er bara hrikalega kúl að vera í Val. Besta liðið.

Uppeldisfélag í handbolta: ÍBV.

Frægur Valsari í fjölskyldunni: Klárlega Hlíf Hauksdóttir fótballgæðing.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum: Með jákvæðni og að fresta matartímanum ítrekað þegar ég var yngri.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni: Það eru ég og pabbi kallinn.

Hann átti hvert metið á fætur öðru hér aður fyrr í hinum ýmsu íþróttagreinum.

Af hverju handbolta: Frábær skemmtun, hröð, taktísk og kraftmikil íþróttagrein.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Ég á það afrek að hafa farið holi í höggi á meistaramóti í golfi í Vestmannaeyjum.

Eftirminnilegast úr boltanum: Tvö mómént sem koma upp í hugann. Fyrst þegar við vorum flautaðir út úr undanúrslitum í Challenge Cup í Rúmeníu á síðustu leiktíð og svo að sjálfsgöðu þegar við vinnum TVÖFALT á síðustu leiktíð. Magnað ár.

Markmið fyrir þetta tímabil: Þau eru nokkur persónulega og held þeim fyrir mig en það að spila fyrir Val er nóg og þá er stefnan alltaf sett á titil.

Besti stuðningsmaðurinn: Það er sonur minn Haukur Heiðar, styður mig í einu og öllu.

Erfiðustu samherjarnir: Hlynur Mortens, hefur strítt mér oft í gegnum tíðina.

Erfiðustu mótherjarnir: Það eru nokkrir af þessum örvhentu hornamönnum í deildinni sem ég er í kapphlaupi við í hverri viku. Enginn einn sem stendur upp úr.

Eftirminnilegasti þjálfarinn: Ólafur

Stefánsson, nýjar hugmyndir sem við vorum látnir prófa. Svo verð ég að nefna Tobba Jens, það var og verður eftirminnilegt.

Stjórnuspá þín fyrir næsta ár: Les ekki stjórnuspána en ég veit að Guðni liðstjóri er mikið í þessu. Spyrjið hann ef þið rekist á hann.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val: Ætli það sé ekki markvarðaparíð. Held að þær eigi eftir að verða mjög mikilvægar fyrir liðið.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val: Ryoto Inage, við erum enn að kynnast honum enda lítið spjall á honum. Virkilega athyglisverður náungi.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val: Þá líst mér vel á. Ég veit að þar er vel haldið á spöðunum og mjög flottir þjálfarar á öllum stigum.

Erum Íslandsmeistarar í flestum flokkum ef ég man þetta allt rétt.

Fyrirmynd þín í handbolta: Hef frá því ég var krakki fylgst mikið með Guðjóni Val, kannski eins og flestir en hann spilar í sömu stöðu og ég og mikið sem hægt er að læra af honum.

Draumur um atvinnumennsku í handbolta: Það er draumur hjá öllum sem eru í íþróttum að verða atvinnumaður. Og það er líka hjá mér.

Landsliðsdraumar þínir: Draumurinn er að spila með landsliðinu í keppnisleik og standa sig í því eins og maður getur.

Hvað einkennir góðan þjálfara: Það er ótal hlutir sem spila þar inn í auðvitað. Nokkrir mikilvægir fyrir mig að hann sé skipulagður, sé með góðan aga en um leið léttur og góður í samskiptum við leikmennina.

Besta blómmynd: The Shawshank Redemption og Nýtt líf.

Besta bók: Engin, er agalega lítill bóka-kall.

Uppáhalds erlenda handboltafélagið: Ekkert sérstakt, en langar þó að segja danska landsliðið. Spila skemmtilegan bolta.

Nokkur orð um núverandi þjálfarteymi: Þeir eru mjög gott combó held ég bara, virka mjög vel á mig.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val: Fá fleiri konur í stjórnunarstöður innan félagsins. Held að það gæti hjálpað til.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn einelti og fordómum: Það er hægt að vinna gegn því með fræðslu og fordæmi. Ég held að það séu bestu leiðirnar og sýna þá hverjar afleiðingar af slíkri hegðun séu.

Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Hafa varabúninginn hvítan, en það eru kannski ræturnar sem eru að segja til sín þar. Stækka handboltakleffann. Gera bílastæði fyrir leikmenn allra meistaraflokka félagsins. Svo myndi ég auðvitað kaupa glænýja WashMaster 3000 skúringavél með innbyggðum harpíxhreinsi fyrir Bubba og svo margt margt fleira.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-enda: Aðstaðan er til fyrirmyndar, en með auknu plássi má stækka klefa fyrir meistaraflokkana og taka lyftingasalinn í gegn, sem ég veit að á reyndar að fara gera. Annars er aðstaðan virkilega góð.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Ég vil bara sjá Val stækka eins og hefur verið að gerast. Tel Val vera á réttri leið. Berjast um titla á öllum vígstöðum.

Eftirminnilegasti viðburður hjá Val á árinu að þínu mati: Ég kemst bara ekki hjá því að segja þegar við fögnuðum titlunum okkar á árinu. Ógleymanlegt.

Mottó: Koma fram við aðra eins og þú vilt að þeir komi fram við þig.

AEG

MÆTIR ÞÍNUM ÞÖRFUM



AEG COMFORTLIFT® UPPÞVOTTAVÉLAR



AEG OFNAR



AEG HELLUBORÐ



AEG HÁFAR



AEG CUSTOMFLEX® KÆLISKÁPAR



AEG ÞVOTTAVÉLAR OG ÞURRKARAR



FYRIR HEIMILIN Í LANDINU

ORMSSON

LÁGMÚLA 8 - SÍMI 530 2800



Á Hlíðarenda er alltaf stefnt á titil

Orri Freyr Gíslason og Hlynur Morthens eru góðir félagar sem urðu í fyrsta sinn Íslandsmeistarar í handbolta í vor og urðu auk þess bikarmeistarar með Val á síðasta tímabili. Orri er núna meiddur og kemur til baka eftir áramót en Hlynur fór í aðgerð eftir tímabilið, starfar sem yfirhúsvörður á Hlíðarenda og er markmannspjálafari meistaraflokks kvenna.

Orri Freyr Gíslason er fyrri liði Íslands- og bikarmeistara Vals í handbolta og fékk Valdímarsbikarinn svokallaða afhentan á lokahófi HSÍ en bikarinn er veittur þeim sem er talinn mikilvægasti leikmaður síns liðs. Orri er vel að þeirri viðurkenningu kominn eftir frammistöðu með Val, bæði sem leikmaður og fyrri liði liðsins. Hann fékk einnig viðurkenningu hjá Val fyrir að hafa leikið 250 leiki í meistaraflokki og er leikjahæstur í núverandi leikmannahópi félagsins. Hlynur Morthens var afar mikilvægur hlekkur í sigursælu handboltaliði Vals á síðasta keppnistímabili og fékk viðurkenningu fyrir 200 leiki með meistaraflokki. Eftir keppnistímabilið fór Hlynur í aðgerð og hefur ekki æft handbolta síðan. Orri Freyr er frá vegna handarmeidsla og hefur ekkert æft eða spilað að undanfögnu. Valsmenn hafa því ekkert séð til þeirra félaga undanfarið.

Blaðamaður Valsblaðsins óskaði eftir að hitta þá saman á Hlíðarenda til að rifja upp síðasta tímabil og einnig ræða um yfirstandandi tímabil og væntingar. Það var auðsótt mál og Orri Freyr sagðist mæta hvenær sem væri, enda stutt að fara þar sem hann vinnur um þessar mundir við pípulagnir í nýju blokkinni sem verið er að byggja á Valsvæðinu. Eins var ekkert mál að hitta Hlyn á Hlíðarenda enda



Vinirnir Orri Freyr Gíslason og Hlynur Morthens hafa spilað saman handbolta í meistaraflokki Vals í 8 ár og unnu loks sinn fyrsta Íslandsmeistaratitil í vor eftir ævintýralegt tímabil.

er hann þar flestum stundum og starfar þar sem yfirhúsvörður. Það var létt yfir þeim og eftir að hafa sest niður í rólegheitum yfir kaffibolla sem Hlynur útvegaði, byrjuðu þeir strax að tala um hversu mikið ævintýri síðasta tímabil hafi verið og hversu stoltir þeir voru með árangurinn. Hlynur sagðist geta hætt með góðri samvisku þar sem hann væri búinn að ná því markmiði að verða Íslandsmeistari í handbolta, eftir að hafa leikið handbolta í 26 ár í meistaraflokki með mörgum liðum. Orri sagðist líka vera gríðarlega stoltur af fyrsta Íslandsmeistaratitlinum í handbolta, en hann segist þó hafa fengið að upplifa titilinn 2007 en hann kom þá ekkert við sögu í úrslitaleikjunum, en var viðloðandi hópinn.

Orri og Hlynur hafa spilað saman í 8 ár í meistaraflokki með Val. Hlynur kom til félagsins 2009 en Orri var þá á öðru ári í meistaraflokki. „Ég á einum titli meira en

Hlynur,“ segir Orri og glottir, „fjóra bikarmeistaratitla og einn Íslandsmeistaratitil, en Hlynur missti af bikarmeistaratitlinum árið 2008.“ Þeir urðu í fyrsta sinn tvöfaldir meistarar á síðasta tímabili og komust einnig í undanúrslit í Evrópukeppni og finnst greinilega gaman að rifja síðasta tímabil upp. „Síðasta tímabil var draumi líkast, maður grét af gleði,“ segir Hlynur og brosir sínu breiðasta. „En leikjaálagið var svakalegt, við lékum samtals 58 leiki í öllum keppnum og ég hef aldrei kynnst öðru eins, en við náðum samt að klára tímabilið með Íslandsmeistaratitli,“ segir Hlynur.

Kaflaskipt tímabil

Síðasta tímabil var mjög kaflaskipt hjá strákunum í Val í handbolta en liðið hafði misst nokkra lykilmenn fyrir tímabilið, t.d. Ómar Inga sem fór til Danmerkur,



Bræðurnir og klettarnir í Valsvörninni á síðasta tímabili, Ýmir Örn og Orri Freyr ásamt stoltum foreldrum sínum Elfi Sif Sigurðardóttur og Gísla H. Gunnlaugssyni sem eru mjög virk í sjálfboðastarfinu á Hlíðarenda.



Hlynur Morthens stoltur með Íslandsmeistarabikarinn í handbolta, sá fyrsti á 26 ára ferli í meistarafllokki.

frændurna Guðmund Hólmar og Geir sem fóru til Frakklands og Daníel sem fór í Hauka. Einnig var kominn nýr þjálfari, Guðlaugur Arnarson, sem starfaði með Óskari Bjarna og nokkrir nýir leikmenn, eins og Josip Juric frá Króatíu, Ólafur Ægir, Heiðar Þór og Anton. Illa gekk í byrjun Íslandsmótsins en liðið tapaði fyrstu þremur leikjunum og fátt benti til þess að framundan væri mikið ævintýri hjá liðinu bæði hér heima og í Evrópukeppni. Eins gekk liðinu illa í fyrsta leiknum í bikarkeppninni á móti ungmennaliði Akureyrar. Hlynur og Orri segja að þeir hafi í raun aldrei haft áhyggjur af slæmu gengi liðsins í upphafi mótsins, þeir vissu að mikið bjó í liðinu og aðeins væri tímaspursmál hvenær það færi að sýna sitt rétta andlit. „Evrópukeppin byrjaði á þeim tíma þegar liðið var að stíga upp og fyrsti leikurinn á móti Haslum í Noregi á heimavelli þeirra var mjög góður fyrir liðið og gaf okkur aukid sjálfstraust en við unnum þann leik í raun öllum að óvörum þar sem Haslum var talið eitt sterkasta liðið í Evrópukeppninni,“ segir Orri. „Mér leiddi vel að spila á móti sterkum liðum“, segir Hlynur að bragði. „Liðið í fyrra átti í erfiðleikum með lið sem fyrirfram var metið slakara og þá gekk ekkert.“ „Það var unun að spila í marki fyrir aftan bræðurna Orra og Ými, þeir voru vel peppaðir og lögðu sig alla fram og í raun mjög grófir og gáfu aldrei tommu eftir,“ segir Hlynur.

Bikarkeppnir og klettarnir í Valsvörninni á síðasta tímabili

Eftir að hafa slegið út norska liðið í Evr-

ópukeppninni þá jókst áherslan hjá Valsstrákunum að standa sig vel á þeim vettvangi. Í næstu umferð var leikið við RK Partizan 1949 frá Svartfjallalandi og báðir leikir voru leiknir úti og enduðu jafntefli, hörkuleikir en Valur komst áfram á útvallarmarki. Næsti leikur í Evrópukeppni var á móti HC Slova Pozega frá Serbíu í 8 liða úrslitum og það gekk allt upp hjá Valsmönnum sem unnu báða leikina og voru þar með komnir í undanúrslit, framur öllum væntingum og Valur er fyrsta íslenska liðið til þess að komast í undanúrslit í Evrópukeppni félagsliða í 11 ár. Á sama tíma hélt bikarævintrýri strákanna áfram, þeir unnu Stjörnuna í 8 liða úrslitum og voru þar með komnir í höllina í undanúrslit. Þar mættu þeir FH í undanúrslitum í bikar. „Það var rosaleikur, geggjúð vörn, 9-6 fyrir okkur í hálfleik, og leikurinn endaði með eins marks sigri okkar og ég gleymi aldrei síðustu mínúttuna þegar FH voru einum fleiri en náðu ekki skoti á mark,“ segir Orri. „Úrslitaleikurinn á móti Aftureldingu var taktískur og Josip vann leikinn fyrir liðið,“ segir segir Hlynur. Þeir segja að bikarkeppnir hafi markað upphafið að velgengninni síðasta vetur.

Leiknar voru þrjár umferðir í Íslandsmótinu og leikjaálagið var farið að segja til sín á þessum tíma og sumir spiluðu laskaðir en gáfu þó allt í verkefni. „Liðið hafði einfaldlega ekki breidd til að lenda í fjórum efstu slætum í deildinni en markmiðið var alltaf að komast í úrslitakeppnina og við gerðum það sem þurfti til að ná því markmiði,“ segir Orri. „Við vorum alltaf svona la la í deildinni og

nauðsynlegt var að dreifa álagi með því að nýta allan hópinn til að geta komist í gegnum tímabilið,“ segir Orri.

Valsliðið endaði í 7. sæti í deildinni og rétt skreið inn í úrlitakeppnina þar sem þeir byrjuðu í 8 liða úrslitum á viðureign við ógnarsterkt lið ÍBV sem endaði í 2. sæti deildarinnar. Aðalatriðið er að tryggja sæti í úrslitakeppninni en það skiptir ekki máli hverjum við mætum,“ segir Hlynur sponkur. „Á móti ÍBV var lykullinn að sigri geðbiluð vörn og markvarsla og segja má að allt hafi smellið saman í 8 liða úrslitunum, sem Valur vann 2-1.“ segir Orri og Hlynur bætir við: „Þetta voru talin óvænt úrslit en viðureignin var afar spennandi en þegar við vorum búnir að slá Vestmannaeyinga út þá sáum við að sénsinn var til staðar að ná líka Íslandsmeistaratitli.“

Eftir sigurinn á ÍBV biðu tvö erfið verkefni, annars vegar viðureign við Fram sem hafði óvænt slegið út Íslandsmeistara Hauka og hins vegar undanúrslit í Áskorendakeppni Evrópu á móti AHC Potaissa Turda frá Rúmeníu þar sem þeirra beið erfið viðureign. Fyrsti leikurinn í undanúrslitum á móti Fram var 18. apríl á útivelli þar sem Valur kafsígldi Fram með 8 marka mun. Nokkrum dögum síðar tóku Valsmenn á móti Turda á Hlíðarenda og unnu öruggan 8 marka sigur og eftir það gætti nokkurrar bjartsýni og úrslitaleikur í Evrópukeppni í augsýn. Áður en þeir héldu til Rúmeníu í eftirminnilegan útileik fór fram 2. leikur í viðureigninni við Fram og aftur unnu Valsarar stórsigur. Síðan var haldið til Rúmeníu í seinni leikinn í undanúrslitum sem tapaðist með 9 marka mun í ótru-

legum leik þar sem Valsmenn voru í raun flautaðir út úr keppni. Þegar heim var komið beið 3. leikurinn við Fram sem var á útivelli sem vannst örugglega með 10 marka mun og Valsmenn því komnir í úrslitaviðureignina á móti FH. Af þessu má sjá hversu gríðarlegt leikjaálag var á liðinu að frá 18. apríl til 4. maí, á hálfmánaðar tímabili, spiluðu þeir 5 leiki.

Gríðarleg vonbrigði í Evrópukeppninni

Það var óhjákvæmilegt að spyrja Orra og Hlyn nánar út í þessa viðureign við Turda úti í Rúmeníu, undanúrslit í Evrópu. „Ég vil helst gleyma þeim leik, við vorum flautaðir út,“ segir Hlynur ansi pirraður og liggur þetta greinilega enn þungt á honum. „Það voru tveir hálfvitar á flautunni, arfaslakir dómarmar, algjör steypa í dómgæslu og við fengum í raun aldrei að spila handbolta,“ segir Orri og bætir við að það sé afar erfitt og pirrandi að rifja þetta upp. Þeir segja að tekin hafi verið frá þeim draumurinn að spila úrslitaleik í Evrópukeppni og að þeir munu aldrei fyrirgefa dómurinum. „Óskar Bjarni og Gulli voru bálreiðir í hálfleik og var rætt um að klára ekki leikinn í ljósi þess hvernig hann var dæmdur. Við kláruðum þó leikinn en vorum mjög pirraðir á dóm-

Facebookfærsla Hlyns Morthens eftir tapleikinn í Rúmeníu á móti Turda (Birt með góðfúslegu leyfi hans)

Úffff hvar á maður að byrja!! Evrópuævin-týrið á enda, eftir 7 sigurleiki og 1 tapleik erum við úr leik. Við vorum flautaðir úr leik. Eftir að hafa náð að slaka aðeins á og tala við félagana og þessa frábæru áhorfendur sem fylgdu okkur þá áttar maður sig á því að við áttum kannski aldrei séns. Allir sem vilja á sjá hafa séð klippur úr leiknum og þær dæma sig auðvitað sjálfar. Nú er ég á mínu 24 tímabili í meistaraflokki og búinn að leggja ýmislegt á mig einmitt til að komast í þessa stöðu, að eiga séns á að komast í úrslitaleik í Evrópu (auðvitað algjör bóonus) en þá eru bara eh 2 menn sem ráða því algjörlega, hefur ekkert með getu þína á vellinum að gera heldur bara

hvenar þeir ákveða að blása í flautuna!! Trúiði mér að þetta er þyngra en tárur tekur að upplifa þetta í fyrsta skipti á mínum aldri, ég var í séns á að spila úrslitaleik í Evrópu. Síðasta sem ég heyrði að Valur ætlaði að kæra leikinn en eru nú hættilir við því það hefur ekkert uppá sig, IHF munu ýta þessu af borðinu, einsog öllum öðrum kærum. Íþróttin sem ég elska svo mikið varð alltíeinu svo ógeðsleg, mér varð óglatt eftir leik. Úrslitunum verður ekki breytt, það er ljóst. Handboltahreyfingin er aumasta battery sem til er. Þjálfarinn hjá rúmenunum viðurkenndi 20 þús evrur eftir leik á dómarana við einn okkar og hló. Langar mig að spila áfram handbolta?

gæslunni og eftir leik og á heimleiðinni var vond stemning í hópnum og menn langt niðri, eðlilega fúlir,“ segir Orri og á greinilega erfitt með að rifja þetta upp. „Valsmenn sendu vörtun til EHF um framkvæmd leiksikns en út úr því kom

ekki neitt en í handboltaheiminum var gríðarleg umfjöllun um dómgæsluna og almenn hneykslun í gangi. Mjög slæmt fyrir handboltann og ég vil ganga svo langt að segja að dómurinum hafi hreinlega verið mútað,“ segir Orri afar þungt hugsi. „Ég setti pistill á facebook og er klár á því að þetta hafi verið mútur,“ segir Hlynur og gefur um leið samþykki sitt fyrir því að Valsblaðið birti facebookfærslu hans um leikinn, sjá í ramma með greininni. Hann segist standa við hvert orð í færslunni sem vakti mikla athygli. „Það er ekki hægt að vinna leik við þessar aðstæður og ekki hægt að eiga við þetta lið,“ segir Orri en Sporting Lissabon vann að lokum Evrópukeppnina og hann segir að það hefði verið draumur að leika við þá, en líklega hefði sú viðureign tapast. „Við höfum aldrei áður farið í Evrópukeppni, allt gekk eins og í sögu og síðan var draumurinn tekinn af okkur með tómri vitleysu. Allt annað að falla út fyrir betra liði en að vera flautaðir út,“ segir Orri að lokum um þetta mál, enn hundsvektur.

Mótlætið styrkti liðið á leiðinni að Íslandsmeistarattitlinum

Valsstrákarnir fengu að vera fúlir og hundsvektir í nokkra daga eftir að hafa verið flautaðir út úr Evrópukeppninni, en þá var haldinn fundur þar sem ákveðið var að leggja Evrópukeppnina og von-



Dóttir Hlyns er í 6. flokki í handbolta hjá Val. Efri röð frá vinstri: Katrín Björg Svavarsdóttir, Arna Karítas Eiríksdóttir, Katla Margrét Óskarsdóttir og Guðrún Hekla Traustadóttir. Miðröð frá vinstri: Vaka Sindradóttir og Íðunn Ólöf Berndsen. Liggjandi frá vinstri: Ragnheiður Sara Morthens dóttir Hlyns og Sóley Sjöfn Sigurðardóttir.

brigðin til hliðar og einbeita sér að úrslitaeinvígínu um Íslandsmeistaratitilinn, en viðureign við FH var á næsta leiti. „Úrslitaeinvígið var ein skemmtilegasta sería sem ég hef tekið þátt í,“ segir Orri, „mikil orka og jákvæð stemning ein-kenndi liðið, öflug vörn og markvarsla og skynsamlegur sóknarleikur,“ bætir Orri við. „Bæði lið höndluðu ekki pressuna að vera á heimavelli en allir leikir í úrslitunum unnust á útivelli,“ segir Hlynur, en úrslitaviðureignin fór í oddaleik þar sem Valsmenn stóðu uppi sem sigurvegarar eftir fimm leiki (3-2) og enduðu sem Íslandsmeistarar í 58. og síðasta leik tímabilsins. Aðspurðir um hvernig hægt sé að toppa síðasta tímabil, þ.e. að verða bæði Íslands- og bikarmeistarar og komast í undanúrslit í Evrópukeppni stendur ekki á samhljóða svari frá þeim: „Vinna aftur tvöfalt og vinna svo Evrópukeppnina og tapa ekki leik í deild og bikar.“

Valsliðið í vetur

Allmiklar breytingar hafa orðið á Valsliðinu frá síðasta tímabili. Guðlaugur Arnarson er áfram þjálfari liðsins en Snorri Steinn Guðjónsson sneri aftur heim úr atvinnumennsku erlendis og bættist í þjálfarateymi liðsins auk þess að verða leikmaður. Orri segist vera ánægður með Snorra Stein sem þjálfara, „Hann er svipaður þjálfari og Óskar Bjarni, mjög taktískur og ákveðinn, fylginn sér og vonandi verður hann á Hlíðarenda sem lengst,“ segir Orri. Einnig segist hann vera viss um að Snorri Steinn spili eitthvað með liðinu í vetur, þegar liður á tímabilið. Einnig urðu nokkrar breytingar á leikmannahópnum sem ekki verður rakið hér en bæði Orri og Hlynur segja að mjög góður kjarni sé í liðinu á milli ára. Ennig segja þeir að sjúkrapjálfararnir séu mikilvægir, þeir Valgeir Viðarsson og Jóhannes Marteinsson og Guðni Jónsson liðsstjóri er einnig mikilvægur andlegur leiðtogi í liðinu að þeirra mati.

Orri Freyr fyrirliði byrjar aftur að æfa á fullu um miðjan janúar en hann sleit liðband á innanverðum þumlinum. Hann hlakkar til að spila aftur handbolta. Eins og áður hefur komið fram hefur Hlynur verið samfelldur 26 ár í meistaraflokki en þegar hann er spurður hvort árin verða fleiri segir hann: „Ég er hrikalega ánægður með liðið, það kitlar mig ekkert að vera með, frábært að horfa á leikina úr stúkunni,“ segir Hlynur og glottir. En Orri er ekki sammála, „Já, ég held í þá von að Hlynur komi inn í liðið á ein-



hverjum tímapunkti í vetur,“ segir Orri kátur. Hlynur fór í stóra aðgerð í sumar og hefur ekkert æft síðan. „Það getur vel verið að ég verði til taks ef eitthvað gerist, ég gæti kannski verið á bekknum, ég er alltaf í húsinu,“ segir Hlynur brosandi en hann starfar eins og kunnugt er sem yfirhúsvörður á Hlíðarenda í fullu starfi og kemur að markmannspjálfun í meistaraflokki kvenna í handbolta og líkar það vel.

Það er augljóst að bæði Orri Freyr og Hlynur eru góðir félagar og þykir ákaflega vænt um Val og eru stoltir af því að tilheyra þessu félagi. Báðir eru þeir afar ánægðir með allan aðbúnað og aðstöðu á Hlíðarenda, metnað í starfinu og starf í yngri flokkum félagsins. Þeir eru báðir sammála því að gott sé að hafa háleit markmið í öllum deildum og segja að í handboltanum sé ekki þörf á sérstökum markmiðafundum þar sem hugarfarið sé þannig á Hlíðarenda að þar er alltaf stefnt á titil.

Þakka stuðningsmönnum

Að lokum vilja þeir þakka stuðningsmönnum Vals fyrir frábæran stuðning þegar á þarf að halda á lykilleikjum og úrslitaleikjum, þótt vissulega væri gaman að hafa fleiri áhorfendur á almennum deildarleikjum. Þeir segja samt að óraunhæft sé að búast við fullu húsi á alla leiki, en sá kjarni sem fylgir liðinu á alla leiki og tekur þátt í sjálfbodastarfi í kringum heimaleiki sé ómetanlegur fyrir félagið. Þeir segja að lykilgildi Vals séu t.d. vinátta, samstarf, metnaður, samheldni og liðsheild og þeir eru lifandi dæmi um þau gildi, það skín í gegn í fasi þeirra og framkomu og viðhorfum.

Valsblaðið þakkar þeim félögum Orra Frey og Hlyni fyrir viðtalið og að gefa sér tíma í önnum dagsins að fara yfir síðasta tímabil í handboltanum og spá í spilin í vetur. Gaman verður að fylgjast með endurkomu Orra Freys eftir áramót og eins hvort Hlynur tekur fram handbolta-skóna að nýju.



Ólympíuleikar æskunnar í Ungverjalandi með U17 í handbolta



Arnór Snær Óskarsson, Eiríkur Guðni Þórarinnsson, Tjörvi Týr Gíslason og Tumi Steinn Rúnarsson tóku saman.

Ólympíuleikar Æskunnar var verkefni sumarsins fyrir okkur í U17 landsliðinu og æfðum við allt sumarið. Í gegnum tíðina hefur ekki vantað Valsmenn í þetta landslið, vorum við aðeins fjórir í þessari ferð, þ.e. Arnór Snær Óskarsson, Eiríkur Guðni Þórarinnsson, Tjörvi Týr Gíslason og Tumi Steinn Rúnarsson auk þess er Heimir Ríkharðsson þjálfari liðsins. Eftir seinasta verkefni í Frakklandi hafði okkur verið boðið að taka þátt á mótinu en

aðeins átta hæfustu löndin voru boðuð að taka þátt svo við vissum að þetta myndi vera erfitt verkefni. Mótið var haldið af Ungverjum þetta árið en er það haldið annað hvert ár, gistum við á nokkum konar campus sem hafði verið byggð fyrir þetta mót. Þess má geta að einn af stærstu plötusnúðum heims kom fram á opunarhátíð mótsins, maður að nafni Steve Aoki, sumir vilja meina að það hefði verið hápunktur mótsins.

Fyrsti leikurinn var gegn sterku liði Slóvena, reyndust þeir klókir og sterkir en það erum við líka sem við sýndum en þeir héldu alltaf forystu. Þegar 10 mínútur voru eftir sýndum við loksins okkar rétta andlit. Þeir höfðu stungið okkur af en náðum við að stíga upp rétt fyrir leiklok og jafna leikinn, en þrátt fyrir allt saman unnu þeir að lokum með einu marki 26-27.

Næsti leikur var gegn Frökkum, við sigruðum Frakka á okkar fyrsta móti en þessi leikur var engan veginn hliðstæður þeim leik. Stærri og sneggrí Frakkar unnu okkur í þetta skiptið með þremur mörkum, Frakkarnir skorðu mikið af auðveldum mörkum langt fyrir utan teig en við vorum ekki að spila okkar besta leik.

Þriðji leikurinn var á móti Spáni, Spánverjar höfðu eins og við tapað báðum

leikjunum sínum og þetta var leikur upp á hvort liðið myndi enda í þriðja sæti riðilsins. Loksins sýndum við hvað í okkur býr og unnum sanfærandi níu marka sigur 36-27.

Eftir að hafa lent í þriðja sæti riðilsins keptum við á móti liðinu sem lenti í fjórða sæti í hinum riðlinum sem voru Danir, þessi leikur var upp á hvort liðið myndi spila upp á fimmta sætið. Við mættum mjög illa stefndir í leikinn og það var ákveðið vanmat í liðinu og leikurinn endaði í samræmi við það með þriggja marka tapi eftir erfiða byrjun.

Seinasti leikur mótsins var á móti heimamönnum frá Ungverjalandi upp á sjöunda sætið. Það sást á liðinu að við áttum erfitt með að gíra okkur upp fyrir leikinn eftir súrt tap deginum áður. Margir heimamenn voru mættir til að styðja sína menn. Leikurinn var mjög spennandi allan tíman þrátt fyrir mjög lélegan fyrri háflek. Í þeim seinni komum við til baka og spiludum góða vörn. Ungverjarnir náðu þó að stinga okkur af í lokin og leikurinn endaði með svekkjandi 24-29 tapi.

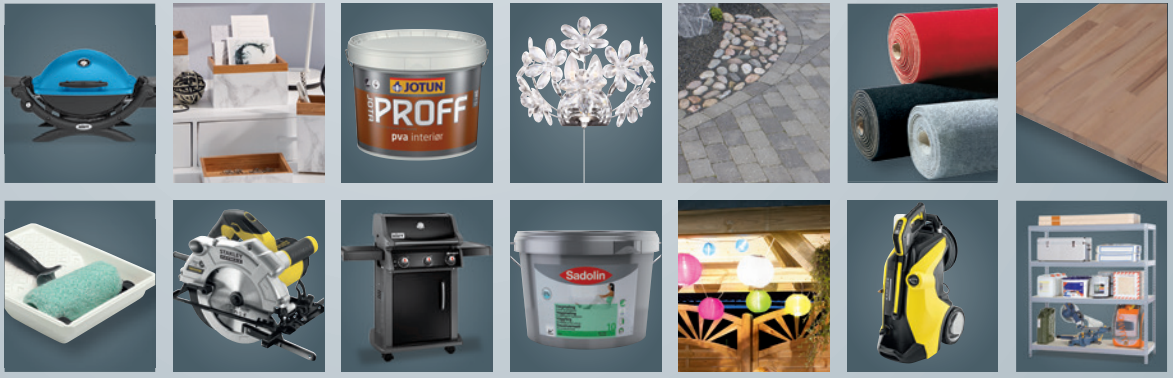
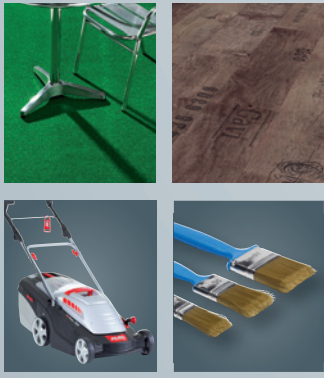
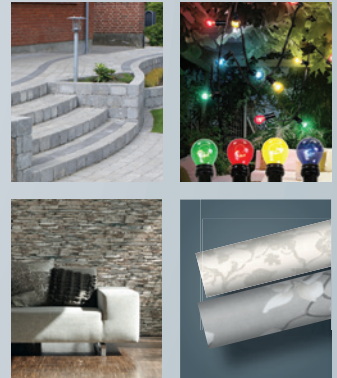
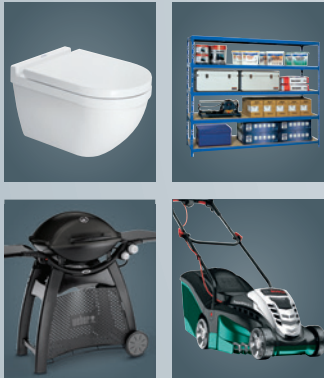
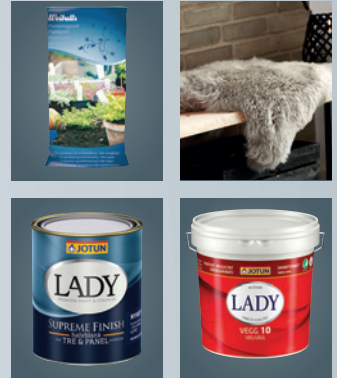
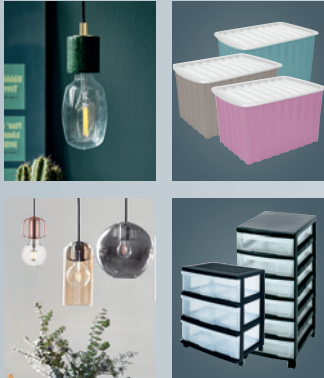
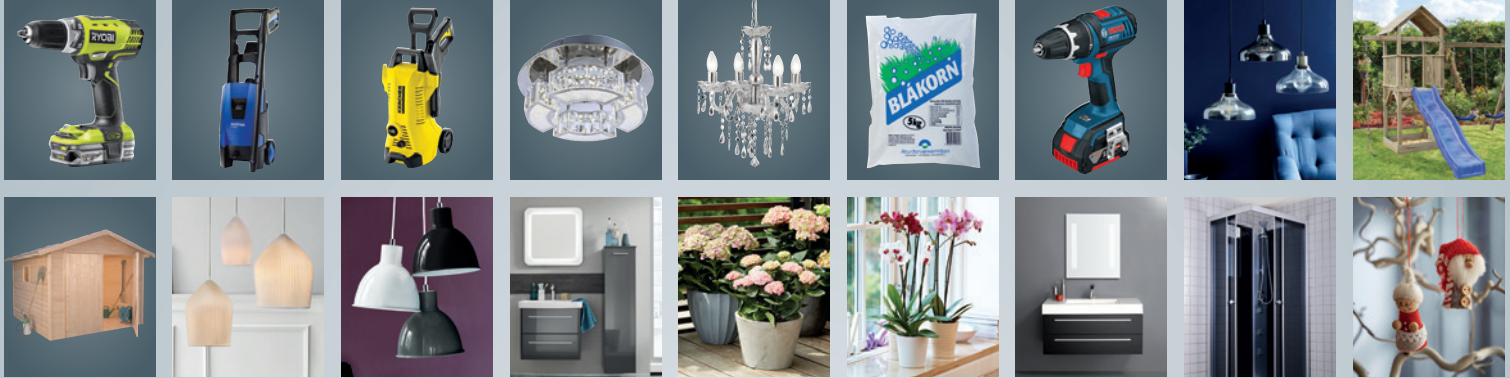
Úrslitin í mótinu sýndu alls ekki gæðin sem liðið býr yfir og þetta mót fer í reynslubankann og mun gagnast okkur í framtíðinni og í næstu verkefnum.



Landsliðshópurinn. Standandi f.v.: Andrés Kristjánsson sjúkráþjálfari, Magnús Kári Jónsson aðstoðarþjálfari, Goði Ingvar Sveinsson, Tjörvi Týr Gíslason, Ólafur Haukur Júlíusson, Þorleifur Rafn Aðalsteinsson, Hafsteinn Óli Berg Ramos Rocha, Haukur Þrastarson, Arnar Máni Rúnarsson, Tumi Steinn Rúnarsson, Heimir Ríkharðsson þjálfari. Í fremri röð f.v. Daníel Freyr Rúnarsson, Arnór Snær Óskarsson, Páll Eiríksson, Eiríkur Þórarinnsson fyrirliði, Björgvin Frans Björgvinsson, Dagur Kristjánsson og Dagur Gautason.



BAUHAUS®



Foreldri og sjálfboðaliði

Fjölbreytt verkefni á Hlíðarenda, allt frá brauðskurði í snjómokstur

María Hjaltalín kom fyrsta á Hlíðarenda fyrir 5 árum þegar Daníel Hjaltalín sonur hennar byrjaði að æfa fótbolta en nú er Hlíðarendi nánast þeirra annað heimili.

Ótrúlega margir koma að Hlíðarenda í Valsheimilið í tengslum við íþróttaiðkun barna sinna og styðja eins og gengur við bakið á íþróttaiðkun barna sinna með ýmsum hætti, t.d. með því að skutla á æfingar, taka þátt í fjáröflun og mæta á leiki og mót og sinna öðru sem til fellur í tengslum við íþróttaiðkun barnanna. Sumir hafa áður verið iðkendur í Val eða öðrum íþróttafélögum og hvetja þá mögulega börnin sín meira til þátttöku, aðrir hafa verið stuðningsmenn félagsins og þekkja til Hlíðarenda en enn aðrir hafa aldrei tekið þátt í íþróttum eða mætt á íþróttaleiki og aldrei komið á Hlíðarenda. María Hjaltalín er í síðastnefnda hópnum og hafði í raun engan áhuga á íþróttum

fyrir en sonur hennar Daníel fór að æfa fótbolta hjá Val þegar hann var 5 ára. Nú fimm árum síðar er Daníel á fullu í fótbolta og María hefur fengið mikinn áhuga á íþróttum og tekur þátt í margs konar sjálfboðastarfi í Val og mætir eins mikið á leiki og hún getur með syni sínum. Það vakti sérstaka athygli í sumar að María og Daníel voru mætt á Evrópuleik hjá strákunum í meistaraflokki Vals á útivelli í borginni Domzale, í Slóveníu. Einnig fóru þau til Hollands og horfðu á alla leiki íslenska kvennalandsliðsins í Evrópukeppninni og auk þess fóru þau á undanúrslitaleik Hollands og Englands og úrslitaleik Hollands gegn Danmörku. Þau skelltu sér einnig á EM karla 2016 og sáu m.a. Ísland leika við Portúgal í fyrst leik sínum á mótinu. Valsblaðið hafði sambandi við Maríu og óskaði eftir að heyra nánar um sögu þeirra.

María segir að eingöngu megi kenna íþróttaiðkun sonarins um þennan mikla áhuga en annars hefði aldrei hvarflað að henni að mæta á íþróttakappleiki og hún segist heldur aldrei hafa lesið íþróttaréttir eða horft á íþróttir í sjónvarpi. Nú

segist hún vera mikið á Hlíðarenda, alltaf sé gaman að koma á völinn eða í húsið, hún og Daníel þekki mjög marga og að Hlíðarendi sé orðið þeirra annað heimili. Hún segist hafa haft það sem meginreglu að segja já ef hún er beðin um aðstoð og verkefnið séu skrambi fjölbreytt, allt frá brauðskurði í snjómokstur. „Vel er haldið utan um starfið og við sonurinn hlökkum til að koma á Hlíðarenda og andrúmsloftið er svo gott, aragrúi af hressum dugnaðarforkum hér.“ segir María hressilega. Einnig segist hún undanfarið hafa lesið sér mikið til um knattspyrnu, m.a. ævisögur Alex Ferguson, Maradona, Beckham, Mourinho. „Svo fór ég til Oxford um daginn og eina bókinn sem ég keypti í ferðinni var „How to Watch Football“ eftir Ruud Gullit. Hef gaman af því að lesa, það var eiginlega mitt helsta áhugamál og nú les ég mikið um fótbolta,“ segir María. „Á fimmtugsafmælinu mínu fékk ég að tendra flóðljósinn á aðalvellinginum við hátíðlega athöfn - 17. des. 2015, Dagur borgarstjóri hélt ræðu, MC Gauti skemmti og ég kveikti ljósin. Skemmtileg hátíð og ég frestaði veislunni minni um klukkustund til að ná að gera þetta. Það átti að fá afmælisbörn dagsins hjá Val í verkið en gekk illa þannig að gripið var til þess ráðs að fá foreldri í staðinn,“ segir María stolt.

En hvers vegna Valur?

„Byrjunin var sú að sonurinn fékk áhuga á að prófa að fara á fótboltaæfingu þegar hann var 5 ára, Aron Elí Sævarsson aðstoðaði hann á þeirri æfingu og Daníel hefur verið hér síðan. Flutningur úr hverfinu koma ekki til greina. Ég hélt að honum myndi ekki líka fótbolti þar sem 2 góðir vinir hans voru alltaf í fótbolta en hann vildi aldrei taka þátt, það breyttist. Áhugi og áhorf á íþróttir kom með áhuga sonarins. Hafði alltaf flett yfir íþróttaréttir en það er gjörbreytt.“

Hver er eftirminnlegasti viðburðurinn í starfi Vals á þessu ári?

Ef það eru mót þá Orkumót í Vestmannaeyjum sem strákarnir tóku þátt í,



Daníel Hjaltalín Héðinsson sonur sonur Maríu á EM í Hollandi í bolnum sem Dóra María Lárusdóttir gaf honum, en hann var í bolnum á öllum leikjum Íslands í Hollandi. Mynd Niels Wenstedt.



María er mjög virkur sjálfboðaliði hjá Val og er m.a. í stjórn Valkyrja, deildar-ráði barna og unglunga knattspyrnu, foreldraráði og mætir á leiki á Hlíðarenda og nýtur þess að vera á Hlíðarenda.

frábært mót og vel að því staðið. Einstakt foreldrasamstarf og þá gekk allt svo vel, strákarnir fóru að ég held allir glaðir heim með mikla reynslu í farteskinu. Langt og strangt mót fyrir þá, sigrar og vonbrigði, liðið hjá honum upplifði allan skalann en sigldu heim mjög glaðir. Svo var verið að taka upp myndina Víti í Vestmannaeyjum og liðið hans Daníels fékk að keppa einn leik við Fálkana. Daníel nefndi að leikurinn við Víking væri mesti spennuleikurinn á Hlíðarenda í sumar, Víkingar voru yfir og staðan 0-1, 2 mörk Valsmegin og staðan 2-1, mark frá Víkingum og staðan 2-2, svo skiptist þetta sitt á hvað en endaði sem betur fer 4-3 fyrir Val.“

Hvers vegna er mikilvægt að yngri iðk- endur hafi fyrirmyndir í eigin félagi?

„Svo frábært að hafa fyrirmyndirnar sýnilegar, þá eru þau ekki bara einhver sem þau fylgjast með í fjölmiðlum heldur aðilar sem þau hitta og tala stundum við. Margir liðsmenn meistaraflokka spjalla aðeins við krakkana og þetta gefur alltaf auka uppörvun. Að hafa einnig marga leikmenn landsliðsins kvenna megin er aukabónus. Dóra María Lárusdóttir gaf Daníel takkaskó og landsliðsból sem hann svo notaði á öllum leikjum á EM kvenna í sumar, hann var himinlifandi og vill ramma bolinn inn þegar hann hættir að nota hann.“

Nefndu dæmi um sjálfboðaliðastarf sem þú hefur unnið að hjá Val

„Ég er í stjórn Valkyrja - félags kvenna í Val. Skemmtilegt samstarf fyrir fyrrverandi og núverandi leikmenn, mæður af hliðarlínunni og allar sem vilja styðja við Val á einhvern hátt. Erum sérstaklega að huga að jafnréttismálum innan Vals. Stærsta verkefnið sem ég hef tekið þátt í var í kringum mat fyrir leikmenn eftir heimaleiki í fótboltanum. Árið 2016

sáum við um að elda fyrir meistaraflokk kvenna í fótbolta eftir síðustu æfingu fyrir heimaleik og bera fram mat fyrir leikmenn og gestalið eftir leikinn. Á þeim tíma töldum við halla á að það væri eins fyrir bæði kyn. Árið 2017 vorum við mjög ánægðar með að farið var af stað með sömu áætlun fyrir bæði kyn í knattspyrnunni og bárum þá fram mat eftir alla heimaleiki, þ.e. bæði kvenna og karla. Gefandi starf og frábært að fá að kynnast leikmönnum aðeins betur. Ég er búin að kynnast ótal mörgum hér í tengslum við þessi verkefni sem önnur, margir til í að leggja hönd á plóginn þó við mættum alltaf vera fleiri. Ég er líka deildarráði barna og unglinga í knattspyrnu sem var stofnað haustið 2016

Meginmarkmið ráðsins er að starfa að uppbyggingu og framþróun knattspyrnu-deildar með hag yngri iðkenda og félagsins að leiðarljósi. Ég hef líka verið í foreldraráði fyrir árganginn í nokkur ár og hef haft óskaplega gaman af því, svona oftast, einstaka sinnum leiðinlegt að rukka mótsgjöldin.“

Hvað finnst þér að mætti bæta í starfi Vals í yngri flokkum félagsins?

„Haustin eru ansi erfið í sumum yngri flokkunum og einstaka börn hætta strax eftir örfáar æfingar því þeim finnst oft ansi mikil læti og hamagangur. Í fótboltanum mætti reyna að koma aðeins nánari skilaboðum til hvers einstaklings, þekki þetta bara stráka megin en þar eru þeir eru svo stór hópur, stundum erfið fyrir hvern og einn að átta sig á því hlutverki sem honum er ætlað í hvert sinn.

Ég vil blanda meira kvenna- og karla-fótbolta, t.d. láta stundum stelpur leiða meistaraflokk karla og svo stráka meistaraflokk kvenna eða blanda. Vil gjarnan að þau geti átt sér fyrirmyndir úr báðum kynjum. Ég vil þó gjarnan reyna að hafa meira samræmi í starfi deilda og

hjá báðum kynjum, mikið ósamræmi milli flokka og kynja. Sumir foreldrar með fleiri en eitt barn eða börn í fleiri en einni íþrótt segja mér að þau upplifi muninn eins og þau væru hjá allt öðru félagi.“

Hvernig finnst þér stémingin á Hlíðar- enda?

„Eins og hefur komið fram áður finnst mér Hlíðarendi okkar annað heimili, get ekki talið fjölda þeirra tíma sem ég hef eytt á völlum og í húsinu. Það er góður kjarni sem maður hittir rosalega oft og svo bætist alltaf í. Við að taka einhvern þátt í starfinu verður skemmtilegra að koma og fylgja barninu. Er orðin gegnheill Valsari og veit að nú yrði mjög erfitt ef okkur dytti í hug að flytja, það yrði að vera innan hverfis.“

Segðu að lokum frá ferð ykkar Daníels til að fylgjast með útileik Vals erlendis í sumar.

„Í sumar skelltum við Daníel okkur til Hollands á EM kvenna, forúm á alla íslensku leikina. Við gístum í Arnhem og urðum algerir snillingar í að nýta okkur lestarkerfið. En eftir fyrsta leikinn gegn Frakklandi þann 18. júlí höfðum við nægan tíma fram að næsta leik sem var gegn Sviss 22. júlí. Ég athugaði málið og eftir að vafra mikið á netinu fann ég út að best væri að keyra til að ná leiknum í Slóveníu. Daníel var alveg til í að vera farþegi í næstum maraþonkeyrslu. Tók bílaleigubíl og við fórum að stað um hádegi 19. frá Arnhem, keyrðum eins langt og við náðum þann daginn, gístum svo í Ingolstadt í Þýskalandi og brunuðum áfram þann 20., rétt náðum á leikvanginn í Domzale áður en leikur hófst kl. 18. Algjört æði og mikil stémning á leiknum, því miður hjá mótherjum. Valsmenn náðu 2-1 forskoti en því miður urðu úrslitin 2-3 fyrir Domzale. Ragnar Vignir dreif Daníel inn í búningsklefa eftir leik og mikið svakalega var það skemmtilegt fyrir Daníel að fá að hitta þá svona einn. Að vera í svona návígi við stjórnurnar hvort sem er kvenna- eða karlaliðið er alveg ómetanlegt. Keyrðum því samtals tæplega 2.600 km til að sjá einn leik, það hefur sumum þótt stórfrétt en öðrum finnst meiri elja að ég hafi mætt þrisvar í snjómokstur á aðalvellinginum.“

Valsblaðið þakkar Maríu fyrir hressilegt viðtal og mikilvægt framlag til sjálfboðastarfsins sem er hverju íþróttafélagi nauðsynlegt.



Íslands og bikarmeistarar karla í handbolta

Ljós. Baldur Þorgilsson





Fálkar, félagsskapur pabbanna í Val

Fálkar hafa nú starfað í 9 ár og satt að segja er lífaldurinn ákveðið afrek eitt og sér, þar sem um frjálst félag og sjálfbodaliðastarf er að ræða.

Félagið var stofnað snemma árs 2009 og síðan hefur félagsskapurinn eflst og dafnað. Formaður okkar nú er Baldur Þorgilsson sem var kosinn á aðalfundi okkar í febrúar 2016.

Fyrir þá sem ekki vita eru Fálkar, félagsskapur pabbanna innan Vals. Við störfum fyrir Val með áherslu á barna- og unglíngastarfið. Við viljum með störfum okkar efla yngri flokka starf félagsins og gerum það með beinu vinnuframlagi og með því að afla fjár og veita styrki til alls kyns verkefna sem tengjast börnunum. Hópurinn telur núna um 50 pabba á breiðu aldrursbili sem hafa eldmóð fyrir þessu verkefni.

Fálkar reyna að funda mánaðarlega yfir vetrartímann og fyrsti fundur ársins 2017 hjá Fálkum var haldinn í janúar, skömmu eftir velheppnaða dósa- og jólatrjáasöfnun sem Fálkar sjá árlega um að skipuleggja. Þetta árið gekk gríðarlega vel og krakkarnir söfnuðu um 1,4 milljónum sem dreifðist á börnin sem tóku þátt í verkefnum. Fálkar eru mjög stoltir af þessu verkefni sem hefur tekist svo vel nú mörg ár í röð. Gámaþjónustan tekur á móti jólatrjám krökkunum að kostnaðarlausu til endurvinnslu, Hlaðbær-Colas hf hefur séð um að flytja þau ásamt því að sækja búnað og flytja flöskur í endurvinnslu. Þessum fyrir-tækjum þökkum við stuðninginn.

Í febrúar halda Fálkar upp á þorrann og halda aðalfund félagsins. Að vanda var glatt á hjalla en á fundinum er farið yfir afrek okkar og við gleðjumst yfir góðu gengi og kjósum okkur svo stjórn.

Styktarsjóður Fálka

Stolt okkar er styktarsjóðurinn en í hann safnast fé frá þeim fjáröflunum sem við



Stjórn Fálkanna 2017. Frá vinstri: Baldur Þorgilsson, Einar Logi Vignisson, Sigurður Ásbjörnsson, Sigþór Sigurðsson, Rúnar Dýrmundur Bjarnason, Einar Sveinn Þórðarson og Guðmundur Ragnarsson.

skipuleggjum. Stærstu uppsprettur peninga í sjóðinn eru okkar eigin framlög en einnig vinna í kringum Color Run hlaupið og grill og hamborgarasala á öllum heimaleikjum Vals, karla og kvenna í knattspyrnu. Þess má geta að sumarið 2017 var óvenju gjöfult á þeim vettvangi enda gekk liðunum okkar vel sem skilar sér í góðri aðsókn á leikina. Fálkar hafa því getað veitt veglega og marga styrki þessi misserin. Núorðið reynum við að láta svoltið á okkur bera þegar styrkir eru samþykktir og afhentir og vonandi verða allir Valsarar varir við starf okkar þegar fréttir birtast á heimasíðu, bloggsíðum og víðar.

Nú nýlega má nefna má styrki til þjálfara í námsferðir, kaup á boltum og búnaði fyrir yngri flokka, styrkir til afrekskrakka sem spila með landsliðum okkar, styrkir vegna keppnisferða liða o.fl.

Fálkar hafa með starfi sínu safnað og veitt hátt í 15 milljónum á þessum árum til barna- og unglíngastarfsins með einum eða öðrum hætti. (sjá verkefni á heimasíðu Fálka; www.falkar.is)

Fundir í mars og apríl voru bæði skemmtilegir og fræðandi en venjan er að

fá góða gesti reglulega til að fræða félagsmenn og drífa áfram skapandi umræður. Eftir grillvertíðina eru menn grillmóðir en baráttuglaðir og með haustinu fer hefðbundið starf Fálka af stað á ný.

Í september héldum við góðan fund þar sem reynt var sérstaklega að draga nýja félagsmenn að starfinu en við reynum ávallt að fá nýja pabba inn í starfið, feður yngstu iðkendanna.

Á fundinn í október fengum við góðan gest sem sagði okkur athyglisverða sögu sína um baráttu við kvíða og veitti innsýn í þá vinnu sem hann hefur gengið í gegnum með sjálfan sig. Jafnframt lumar hann á ýmsum góðum ráðum sem stjórnendur Vals og þjálfarar ættu að nýta sér til að aðstoða ungmenni með sama vanda í framtíðinni.

Fálkar fylkja sér á herrakvöld Vals

Samkvæmt hefðinni er ekki fundur í nóvember heldur fylkja Fálkar liði á herrakvöld Vals. Það var góð mæting og skemmtilegt partý fyrir herrakvöldið í Lollastúku á vegum sérlegs Fálka Gísla



Frá vel heppnuðu þorrabloti Fálkanna.



Fálkar slappa af á árlegri dósa- og jólatrjáasöfnun í ársbyrjun en í ár söfnuðust 1.4 millj. Kr. sem skiptust á milli þeirra barna sem tóku þátt. Frá vinstri: Ólafur Ástgeirsson og Jón Sveinsson.

Gunnlaugssonar og vina hans. Þó herra-kvöldið sé gott er eiginlega alltaf skemmtilegast í fyrirpartýinu. Fálkar tóku upp þann sið fyrir mörgum árum að syngja þjóðsönginn áður en menn leggja í hann á herrakvöldið. Þetta árið var undirspilið óvenju hægt eða útgáfan sú sem Fálki Viktor mætti með og er óhætt að segja að Fálkakórinn hefði ekki unnið Kórar Íslands þetta árið.

Pegar þetta er ritað er ekki komið að desemberfundi Fálka þetta árið en fyrirhugað er að halda hann þann 7. desember og verður gestur fundarins sjálfur Þorgrímur Þráinsson. Hann ætlar að fara yfir afrek landsliða okkar og hvernig við komumst á HM. Ekki er vafi á að fundurinn verður skemmtilegur. Fálkar verða með árlegt jólahlaðborð og veislu á eftir.

Fjölbreytt Fálkaár er að líða, en hér hefur ekki verið minnst á fjölmörg verkefni sem Fálkar koma að eins og að aðstoða við að láta Nýársgleði Vals verða að veruleika undir stjórn meistaraflokks kvenna í knattspyrnu og leiða skipulagningu Skólaleika Vals sem eru árleg keppni milli hverfisskólanna okkar, þar sem 10–12 ára krakkarnir koma hundruð saman niður í Val í mikla gleðikeppni.

Pá eru ótalin alls kyns verkefni sem ekki tengjast Fálkum beint en eru framkvæmd af Fálkum eins og tímavarsla á heimaleikjum í handbolta, stjórnarseta í deildum og ráðum, ráðgjöf, dómgæsla, o.fl.

Hvert íþróttafélag er ríkara af svona starfi eins og Fálkar vinna og veit undirritaður frá fjölmörgum aðilum að við

erum öfundaðir af öðrum félögum að hafa þennan mannskap, kraft og elju sem Fálkar búa yfir.

Valur er ríkari vegna Fálka og starfa okkar

Að lokum óska Fálkar öllum Völsurum gleðilegra jóla og farsæls komandi árs, um leið og við minnum á að fljótlega eftir áramót, nánar tiltekið þann 6. janúar að þessu sinni, koma glaðbeittir Valskrakkar að safna dósom og trjám og biðjum við ykkur um að taka vel á móti þeim. Þetta er mikilvæg fjáröflun hjá krökkunum fyrir keppnisferðir og hjálpar mörgum að brúa bilið.

f.h. Fálka, Sigþór Sigurðsson ritari

Hvaða andstæðingur var öflugastur í áskorandakeppninni í fyrra?

Valsblaðið leitaði til allra leikmanna, þjálfara og annarra starfsmanna handboltaliðsins sem tók þátt í Evrópukeppninni á síðasta tímabili. Tílefnið var að fá þá til að raða liðunum sem Valur mætti í styrkleikaröð. Þetta var fyrst og fremst til gamans gert. Það er vitaskuld ekki til neitt eitt rétt svar við því hver sú röð er. Við getum t.d. hugsað okkur að þessu megi svara með hliðsjón af því hversu sterk lið eru á pappírnum, hversu vel þau spiluðu gegn okkur eða bara út frá því hvernig við stóðum okkur í þeim leikjum sem fram fóru. Allir leikmenn og starfsmenn fengu spurningarnar í tölvupósti eða í skilaboðum á Facebook. Röðun þeirra má sjá í meðfylgjandi töflu. Nokkrir svöruðu mér í allangri ritgerð (þar á meðal Josip Juric Grgic sem bað mig jafnframt að skila kveðju til allra gömlu félaga sinna). Magnús Ingi sem heldur utan um tölfræðina hjá meistara-

flokki sagði afdráttarlaust að sín röðun væri byggð á því hvernig andstæðingarnir spiluðu gegn Val. Ég þakka leikmönnum og starfsmönnum fyrir skjót viðbrögð við beiðni minni, en því miður bárust ekki svör frá þeim Finna Jóhannssyni, Atla Bachmann og Sturlu Magnússyni áður en greininni var skilað. Pá var ekki leitað til sjúkrapjálfaranna þó það hefði líklega verið gaman að sjá þá svara á sínum forsendum.

Það sem kom mér mest á óvart var hversu breytileg svörin voru. Það gladdi mig þar sem ég gat þá verið sémilega viss um að það bærust ekki til mín samantekin svör. En þó er því ekki að neita að röðun Guðlaugs og Óskars Bjarna er grunsamlega samleit. Ef ég væri í viðskiptum myndi ég vafalaust siga samkeppniseftirlitinu á þá.

Sigurður Ásbjörnsson

Leikmenn:	Haslum	RK Partizan	Sloga Pozega	Potaisa Turda
Alexander Örn Júlíusson	1	4	3	2
Anton Rúnarsson	3	1	4	2
Atli Már Báruson	1	2	4	3
Bjarni Ófeigur Valdimarsson	2	3–4	3–4	1
Heiðar Þór Aðalsteinsson	2	1	4	3
Hlynur Morthens	3	2	4	1
Josip Juric Grgic	3	1	4	2
Orrí Freyr Gíslason	2	4	1	3
Ólafur Ægir Ólafsson	1	2	4	3
Sigurður I. Ólafsson	1	2	4	3
Sigurvin Jari Ármannsson	1–2	3	4	1–2
Sveinn Aron Sveinsson	3	1	2	4
Sveinn Jose Rivera	2	1	4	3
Vignir Stefánsson	1	3	4	2
Ymir Örn Gíslason	1	4	3	2
Þorgils Jón Svölu Baldursson	1	2	4	3
Starfsmenn:				
Óskar Bjarni Óskarsson	1	3	4	2
Guðlaugur Arnarsson	1	3	4	2
Guðni Jónsson	3	2	4	1
Magnús Ingi Stefánsson	4	2	1	3

Stöngin út á heimsmeistaramóti U21 í Alsír

U-21 landsliðið í handknattleik tók þátt í lokakeppni heimsmeistaramótisins 2017 og endaði í 10. sæti. Valsmaðurinn Ýmir Örn Gíslason tók þátt í þessu ævintýri og segir hér frá ferðinni.

Það var snemma sunnudagsmorguns, um miðjan júlí, sem við strákarnir í U21 ásamt þjálfurum liðsins lögðum á stað til Alsír. Við æfðum gífurlega vel um sumarið, allt frá jóga til handboltans. Æfðum í 6 vikur og það gekk vel, vel mannaður hópur og flott umgjörð í kringum okkur. Flugum til Frakklands og þaðan yfir til Alsír. Ferðalagið gekk vel fyrir utan það að auðvitað kom ekki taskan Ýmis til Alsír. Beið í 3 daga eftir henni og svo loksins kom hún á hótelið. Við unnum fyrstu 4 leikina í riðlinum og þar á meðal

heimamenn í Alsír, 8500 manns á leiknum og við fengum svo sannarlega að finna fyrir því að við værum ekki á heimavelli. Unnum þann leik með 2 mörkum og mjög góð stemning í hópnum. Eftir að hafa unnið Alsír voru allir leikir útileikir og mikið baulað á okkur. Seinasti leikur í riðlinum á móti Króatíu, þar kom svo bobbi í bátinn og töpuðum þeim leik frekar stórt. Eftir þessi úrslit fegnum við að vita það að við ætjum leik við Túnís í 16 liða úrslitum. Sá leikur tapaðist með 1 marki á lokasekundunum og sjokkið var rosalegt. Ætlunum okkur miklu lengra á þessu móti en niðurstaðan 10. sæti á móti sem voru mikil vonbrigði. Markmiðið var að vinna mótið og við höfðum mikla trú á því en

svona er boltinn, stöngin út eða inn. Í þetta skipti var það stöngin út.

Lífið í Alsír var sem engan veginn eins og við bjuggumst við. Máttum ekki fara út af hótelinu vegna mögulegrar hættu á að lenda í einhverju. Við stálumst nú auðvitað nokkrum sinnum út að kaupa okkur að borða og ekki var það gaman að sjá, mjög mikið af betlurum og ástandið í landinu alls ekki gott. Hvert skipti sem við gengum út eða inn á hótelið þurftum við að labba í gegnum öryggisleit. Þegar það kom að leikjum þá fylgdu okkur tvö lög-reglumótorhjól og pössuðu uppá það allt væri í lagi. Höllin sem við spiluðu í var 8500 manna höll og var hún í miðborginni, tók alltaf að minnsta kosti 30 mín. að komast þangað og til baka aftur á hótelið okkar. Hitinn í Alsír var heldur alls ekki að hjálpa mér persónulega, alla dagana 40 stiga hiti og þess í stað var maður bara inná hóteli að horfa á leiki og bíómyndir. Reyndar eiguðumst við strákarnir mjög góðan vin, við kölluðum hann Herra Room Service og hann sá til að hóteldvölin varð mikið skárri. Okkur fannst rosalega gaman að stríða öðrum gestum á hótelinu og hringja í þau og leika einhvern sem vann á hótelinu, fegnum fólk til þess að koma niðri móttöku og svo fylgduðumst við með því labba niður og hlóum svo allt líf úr okkur þegar maðurinn/konann í móttökunni skildi ekkert hvað var í gangi. Ferðalagið heim var mismunandi eftir leikmönnum, sumir fóru til Íslands og aðrir aftur til sinna liða í Evrópu. Þessi tími í yngri landsliðunum var algjörlega frábær, sennilega það skemmtilegasta við handboltann en nú er sá tími búinn hjá okkur og nýjar áskoranir taka við.

Ýmir Örn Gíslason og Einar tóku saman

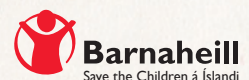
Elísabet Gunnarsdóttir þjálfari ársins í Svíþjóð

Elísabet Gunnarsdóttir, þjálfari sænska kvennaliðsins Kristianstad og fyrrum þjálfari Vals í Pepsi-deild kvenna, var fyrr í haust útnefnd þjálfari ársins í sænsku úrvalsdeildinni í knattspyrnu á verðlaunahátíð sænska knattspyrnusambandsins. Í úrskuðri dómnefndarinnar segir að Elísabet hafi unnið frábært straf við að móta liðið.

Undir hennar stjórn varð Kristianstad í fimmta sæti í sænsku úrvalsdeildinni á nýafstaðinni leiktíð. Hún hafði betur í baráttunni við Kim Björkegren, þjálfara meistaraliðs Linköping, og Joel Riddez, þjálfara Djurgården. Þetta var níunda tímabil Elísabetar með Kristianstad og hefur hún samið um að þjálfliðið áfram næstu tvö árin. Einn leikmanna liðsins er landsliðskonan Sif Atladóttir sem lék á sínum tíma með Val.

Sem kunnugt er þá þjálfaði Elísabet bæði yngri flokka og meistaraflokk kvenna hjá Val í knattspyrnu til fjölda ára og náði frábærum árangri.

Valsblaðið óskar Elísabetu til hamingju með þessa útnefningu og spurði hana hvaða þýðingu þetta hefði fyrir hana. „Að vinna þessi verðlaun var þýðingarmikið fyrir mig og mína samstarfsmenn. Við höfum lagt hart að okkur í mörg ár að búa till fagmannlegt umhverfi sem gerir leikmenn betri og móta lið sem getur unnið titla. Við erum loksins að sjá uppskeru þessarar vinnu.“ Hvaða skilaboð vill hún senda yngri iðkendum hjá Val. „Að hafa fyrir því að ná árangri og hætta aldrei að trú á eigin getu er mikilvægara en allt, sama hvort maður er þjálfari eða leikmaður.“



Vissir þú að...

holl og góð fæða stuðlar að líkamlegu heilbrigði sem börn eiga retta

BIRGUN

Auðveldar viðskipti

Okkar hlutverk er að gera þína verslun og þín viðskipti auðveldari. Við bjóðum ekki aðeins upp á hefðbundna færsluhirðingu og posaleigu heldur erum við leiðandi í rafrænum lausnum í greiðslumiðlun.



Veflausnir



Posar



Raðgreiðslur



Íslands- og bikarmeistarar Vals í handknattleik 2017. Efri röð f.v.: Óskar Bjarni Óskarsson aðstoðarþjálfari, Jóhannes Marteinsson liðsstjóri, Guðni Jónsson liðsstjóri, Valgeir Viðarsson sjúkraþjálfari, Þorgils Jon Svölu Baldursson, Bjarni Ófeigur Valdimarsson, Atli Mar Baruson, Heiðar Þór Aðalsteinsson, Sveinn Jose Rivera, Atli Karl Bachman, Josip Juric Grigic, Sigurvin Jarl Ármannsson, Guðlaugur Arnarsson þjálfari, Magnús Ingi Stefánsson, Finnur Jóhannsson og Hörður Gunnarsson formaður handknattleiksdeildar. Fremri röð f.v.: Ýmir Örn Gíslason, Hlynur Morthens, Ólafur Ægir Ólafsson, Sigurður Ingiberg Ólafsson, Sveinn Aron Sveinsson, Orri Freyr Gíslason, Anton Rúnarsson, Alexander Örn Júlíusson, Vignir Stefánsson, Daniel Andri Valtýsson og Konráð Gíslason (Konni kóngur). Mynd Baldur Þorgilsson.

Íslands- og bikarmeistaratitlar í húsi

Ársskýrsla handknattleiksdeildar 2017

Árið 2017 var mjög viðburðarríkt og gjöfult hjá handknattleiksdeild Vals en á árinu varð meistaraflokkur karla bæði Íslands- og bikarmeistari auk þess að ná frábærum árangri í Áskorendabikar EHF. Nokkrir leikmenn meistaraflokks voru valdir í æfingahópa á vegum HSÍ og tveir leikmenn léku sína fyrstu A-landsleiki fyrir Íslands hönd. Valur átti auk þess metfjölda leikmanna sem valdir voru í úrtakshópa og U-landslið á vegum HSÍ, bæði í karla- og kvennaflokki. Á árinu sendi deildin fjóra meistaraflokka til keppni á Íslandsmótum þar sem teflt var fram ungmennaliðum karla og kvenna í næst efstu deild.

Viðurkenningar leikmanna

Orri Freyr Gíslason fékk afhentan Valdimarsbikarinn á lokahófi HSÍ en það er bikar sem veittur er þeim leikmanni sem talinn er vera mikivægasti leikmaður síns liðs. Orri er vel að þessum verðlaunum kominn fyrir glæsilega frammistöðu á síðasta keppnistímabili, bæði sem leikmaður og þar sem hann axlaði vel þá ábyrgð sem hvílir á fyrirliða hvers liðs.

Á lokahófi handknattleiksdeildar Vals var Diana Satkauskaite valin besti leikmaður meistaraflokks kvenna af þjálfurum liðsins og Kristín Arndís Ólafsdóttir valin efnilegasti leikmaður liðsins. Þjálfara meistaraflokks karla völdu Vigni Stefánsson besta leikmann liðsins og Svein Jose efnilegasta leikmann meistaraflokks.

Við sama tækifæri hlutu eftirtaldir leikmenn viðurkenningu fyrir leiki í meistaraflokkum félagsins:

Fyrir 50 leiki í meistaraflokki

Meistaraflokkur kvenna: Alexandra Diljá Birkisdóttir, Eva Hlöðversdóttir, Gerður Arinbjarnar og Ástrós Bender.
Meistaraflokkur karla: Sigurður Ingiberg Óskarsson, Sigurvin Jarl Ármannsson, Sturla Magnússon, Ýmir Örn Gíslason og Heiðar Þór Aðalsteinsson.

Fyrir 100 leiki í meistaraflokki

Meistaraflokkur kvenna: Vigdís Birna Þorsteinsdóttir.
Meistaraflokkur karla: Anton Rúnarsson.



Meistaraflokkur kvenna í handbolta 2017. Fremri röð frá vinsti; Auður Ester Gestsdóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir, Vigdís Birna Þorsteinsdóttir, Chantal Pagel, Emelía Dögg Sigmarsdóttir, Kristín Arndís Ólafsdóttir, Dána Dögg Magnúsdóttir, Ásdís Þóra Ágústsdóttir. Aftari röð frá vinstri: Björg Elín Guðmundsdóttir, Sigurlaug Rína Rúnarsdóttir, Elin Helga Lárusdóttir, Ísabella María Eriksdóttir, Ragnhildur Edda Þórðardóttir, Alexandra Diljá Birkisdóttir, Kristín Guðmundsdóttir, Gerður Arinbjarnar, Morgan Marie Þorkelsdóttir, Dána Satkauskaitte, Hildur Björnsdóttir, Ólöf Kristín Þorsteinsdóttir, Birta Fönn Sveinsdóttir, Ágúst Jóhannsson og Hlynur Morthens. Mynd Baldur Þorgilsson.

Fyrir 150 leiki í meistaraflokki

Meistaraflokkur karla: Vignir Stefáns-son og Alexander Örn Júlíusson.

Fyrir 200 leiki í meistaraflokki

Meistaraflokkur karla: Sveinn Aron Sveinsson, Atli Már Báruson og Hlynur Morthens.

Fyrir 250 leiki í meistaraflokki

Meistaraflokkur kvenna: Kristín Guðmundsdóttir.

Meistaraflokkur karla: Orri Freyr Gíslason.

Meistaraflokkur kvenna

Á síðasta keppnistímabili lenti meistaraflokkur kvenna í miklum og erfiðum meiðslum hjá lykilmönnum. Þessi meiðslu urðu m.a. þess valdandi að liðið náði ekki þeim árangri sem að var stefnt en liðið lenti í 4. sæti Íslandsmótsins. Einnig urðu þjálfaraskipti hjá liðinu er Sigurlaug Rúnarsdóttir tók við af Alfred Erni Finnssyni undir lok keppnistímabilsins. Þrátt fyrir að á ýmsu hafi gengið áttu margir leikmenn gott tímabil og stóðu sig með miklum sóma og voru verðlaunaðir með því að vera valdir í landslið. Dána

Dögg Magnúsdóttir og Hildur Björnsdóttir voru valdar í æfingahóp A-landsliðsins nú í haust, Elin Helga Lárusdóttir, Kristín Arndís Ólafsdóttir, Alexandar Diljá Birkisdóttir og Ragnhildur Edda Þórðardóttir voru valdar í U-19 ára landsliðið og Auður Ester Gestsdóttir og Ísabella María Eiríksdóttir voru valdar í U-17 landsliði Íslands. Efniviður er mikill í handbolta kvenna hjá Val en stelpurnar fögnuðu Íslandsmeistaratitli í 3. flokki í vor sem er elsti unglíngaflokkur sem leikið er í handbolta kvenna. Auk þess hampaði Valur deildarmeistaratitli í 4. flokki.



Anton Rúnarsson í dauðafæri og Ýmir Örn Gíslason nálægur. Mynd Baldur Þorgilsson.



Ásgeir Snær Vignisson. Mynd Baldur Þorgilsson.



Deildarmeistarar 4. flokks kvenna í handbolta 2017. Aftari röð frá vinstri: Aníta Angeludóttir, Þórunn Jóhanna Þórisdóttir, Gunnur Hanna Ojienda, Helga Birna, Hildur Ýr Jóhannsdóttir, Kristín Björg Arnarsdóttir, Kolbrún Sara Haraldsdóttir, Harpa Dögg Jóhannsdóttir og Jakob Lárusson. Fremri röð frá vinstri: Ásdís Þóra Ágústsdóttir, Salka Gústafsdóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir, Isabella María Eriksdóttir, Nina Remi og Lilja Ágústsdóttir.

Í sumar var Ágúst Jóhannsson ráðinn þjálfari meistaraflokks kvenna ásamt Sigurlaugu Rúnarsdóttur og eru miklar vonir bundnar við störf þeirra fyrir deildina. Árangurinn hefur ekki látið á sér standa og þegar þetta er skrifað er liðið taplaust á Íslandsmótinu og í efsta sæti deildarinnar. Ánægjulegt er að sjá hversu mikið traust er lagt á marga af yngri leikmönnum liðsins í bland við þá eldri og ef að vel er á spilum haldið mun Valur verða í fremstu röð í kvennahaldbolta á Íslandi á komandi árum.

Töluverðar breytingar urðu á leikmannahópnum fyrir þetta keppnistímabil. Alls varð Valur að sjá á eftir þremur hæfileikaríkum markvörðum en Berglind Íris Hansdóttir lagði skóna á hilluna, Ástrós Anna Bender fór utan í nám og Dröfn Haraldsdóttir fór í Stjörnuna. En Íris Ásta Pétursdóttir tók sér frí frá handbolta.

Valsmenn fengu tvo öfluga markmenn fyrir tímabilið, þær Linu Rypdal frá Norgei sem er reyndur markmaður sem leikið hefur þar í efstu deild og Chantal Pagel en hún hefur m.a. leikið með U-19 ára landsliði heimalands síns Þýskalandi. Auk þess gekk Hildur Björnsdóttir öflugur línumaður úr Fylki í raðir Vals ásamt liðsfélaga sínum Ólöfu Kristínu Þorsteinsdóttur. Það er því engin ástæða til að ætla annað en að gott gengi liðsins haldi áfram á komandi mánuðum.

Stofnað var meistaraflokksráð kvenna undir stjórn Guðrúnar Gísladóttur. Liðstjóri liðsins er Björg Elín Guðmundsdóttir, Hlynur Morthens sér um markmannspjálfun, Veigar Sveinsson er sjúkrapjálfi liðsins og Jens Fylkisson er þrekpjálfi hópsins. Auk þess hefur meistaraflokkur kvenna notið ómetanlegs stuðnings Hafrúnar Kristjánsdóttur að

ógleymdum Stefáni Karlssyni fyrrverandi formanni deildarinnar.

Meistaraflokkur karla

Meistaraflokkur karla varð bikarmeistari eftir sigur á Aftureldingu í úrslitaleik bikarkeppni HSÍ. Þetta var 10. bikarmeistaratitill Vals í karlaflokki og hefur félagið unnið hann oftast allra félaga. Gengi liðsins í deildinni hefur oft verð betra en liðið endaði í 7. sæti í deildarkeppninni og hefur sjaldan verið neðar. Öðru máli gegndi þegar úrlitakeppnin hófst en þar byrjaði Valur á því að slá út gríðarlega sterkt lið Vestmanneyinga með tveimur sigrum úti í Eyjum. Í fjögurra liða úrslitum keppinnar mætti Valur liði Fram og lauk því einvígi með öruggum sigri Vals í þremur leikjum. Úrslitaleikir um Íslandsmeistaratitilinn voru því leiknir á móti deildarmeisturum FH sem þar af leiðandi áttu heimaleikjaréttinn í viðureigninni. Allir leikirnir, sem urðu fimm að tölu, voru æsispennandi og leiknir fyrir fullum húsum áhorfenda sem fengu mikið í sinn hlut þar sem leikirnir buðu upp á allt sem góð úrslitakeppni hefur upp á að bjóða. Eftir fjórar spennandi viðureignir, sem allar unnust á úti-velli, var staðan því 2-2 og því ljóst að úrslitaleikir um Íslandsmeistaratitilinn yrði leikinn á heimavelli FH í Kaplakrika. Nokkur hundruð Valsmenn mættu á leikinn og studdu vel við bakið á liðinu í þessum leik sem og allri úrslitakeppninni svo eftir var tekið. Jafnræði var með liðunum í fyrri hálfleik þó svo að FH hafi verið með frumkvæðið. Valur tók strax yfirhöndina í síðari hálfleiknum og lét hana aldrei af hendi og fagnaði því Íslandsmeistaratitilinum eftir tíu ára bið

með sjö marka sigri í á heimavelli FH. Þetta er 21. Íslandsmeistaratitill Vals í karlaflokki og hefur Valur unnið þennan eftirsóttá titil oft en nokkurt annað félag hér á landi. Það sem gerði þetta afrek ennþá athyglisverðara er að meistaraflokkur karla var undir miklu leikjaálagi á þessu keppnistímabili. Í þessum síðasta og mikilvægasta leik tímabilsins léku þeir sinn 58. leik á tímabilinu og eru þá meðtaldar allar keppnir tímabilsins.

Töluverðar breytingar urðu á leikmannahópnum fyrir yfirstandandi tímabil en ekki síst urðu breytingar á þjálfarateymi meistaraflokks. Óskar Bjarni Óskarsson sem náði frábærum árangri í samstarfi við Guðlaug Arnarsson ákvað að stíga til hliðar og gerast yfirþjálfari handknattleiksdeildar Vals. Það eru að sjálfsögðu frábær tíðindi fyrir alla iðkendur deildarinnar. Inn í þjálfarateymi meistaraflokks kom Snorri Steinn Guðjónsson sem ákvað að flytja heim frá Frakklandi og þjálfar meistaraflokk ásamt Guðlaugi og jafnframt því að gerast leikmaður Vals. Einnig ákvað Árni Þór Sigtryggsson að koma heim úr atvinnu-mennsku frá Þýskalandi og ganga til liðs við Val en Árni er örvhent skytta. Magnús Óli Magnússon kom heim frá Svíþjóð og gekk til liðs við Val en Magnús er réttthent skytta en getur auk þess leikið á miðjunni. Nú í haust gekk síðan Ryuto Inage, japanskur örvhentur leikmaður, til liðs við Val. En það mun vera stefna handknattleikssambands Japan að senda efnilega leikmenn í lið í Evrópu til að eflast sem leikmenn og öðlast reynslu. En eins og oft áður þurfti Valur að sjá á eftir nokkrum leikmönnum við lok síðasta keppnistímabils. Sturla Magnússon hætti vegna þráláttra meiðsla, Atli Karl Backman fór erlendis í nám, Atli Báruson gekk til liðs við Hauka og stórskyttan Josip Juric Grgic gerði samning við lið í heimalandi sínu Króatíu. Valur þakkar þessum leikmönnum og félögum fyrir gott samstarf og óskar þeim velfarnaðar. Sveinn Aron Sveinsson tók sér tímabundið hlé en var síðan lánaður til áramóta til Aftureldingar. Bjarni Ófeigur Valdimarsson var lánaður tíma-bundið til Gróttu.

Ýmir Örn Gíslason og Vignir Stefánsson léku sína fyrstu A-landsleiki á árinu auk þess sem Ýmir lék lykilhlutverk með U21 árs liðinu á heimsmeistaramótinu sem fram fór í Alsír ásamt Sturlu Magnússyni. Anton Rúnarsson, Magnús Óli Magnússon og Vignir Stefánsson voru valdir í afrekshóp HSÍ. Sveinn Jose



Diana Satkauskaitė, best kvenna.



Vignir Svavarsson bestur karla.



Kristín Arndís Ólaf's efnilegust



Sveinn Jose Riviera efnilegastur



Diana Dögg Magnúsdóttir svífur inn af línunni. Mynd Guðlaugur Ottesen Karlsson.



Hart barist í handbolta. Hér sjást Vignir Stefánsson, Orri Freyr Gíslason, Ýmir Örn Gíslason og Alexander Júlíusson einbeittir. Mynd Baldur Þorgilsson.

og því nauðsynlegt að sýna fyllsta aðhald og útsjónarsemi. Við nutum mikils stuðnings frá Valsmönnum hf en handknattleiksdeildin tók að sér ýmis verk, s.s. niðurrif á gamla Fjósínu, uppsetningu á viðburðum, deildin hélt kótilettuhádeggi og málverkauppboð. Kærar þakkir til allra sem gerðu okkur þátttökuna mögulega.

U-lið Vals

Valur tefldi öðru sinni fram unglíngaliðum til þátttöku á Íslansmótinu í næst efstu deild. Liðin eru skipuð leikmönnum yngri en 23 ára en að auki er leyfilegt að hafa tvo eldri leikmenn í liði. Liðin stóðu sig með mikilli þrýði og var t.d. karla U-lið Vals í efri hluta 1. deildar og í efsta sæti af þeim U-liðum sem þar tóku þátt. Umfram allt fá leikmenn beggja liða mikla reynslu af leikjum í þessari deild. Valur tefldi fram í mörgum þessara leikja mjög ungum leikmönnum sem voru að spila nokkur ár upp fyrir sig. Ómetanleg reynsla sem er strax farin að skila sér.



Ísabella María Eriksdóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir og Ásdís Þór Ágústs dóttir. Mynd Baldur Þorgilsson.

Riviera, Ásgeir Snær Vignisson og Bjarni Ófeigur Valdimarsson voru valdir í U-19 ára landsliðið fyrir HM sem fram fór í Georgíu í sumar. Að auki voru sjö leikmenn Vals valdir í U-17 lið Íslands svo greinilegt er að ekki vantar efnivið í Val næstu árin.

Stofnað var meistaraflokksráð karla eftir nokkurt hlé. Liðsstjóri liðsins er Guðni Jónsson, Gísli Guðmundsson sér um markmannspjálfun og Valgeir Viðarsson er sjúkrapjálfari liðsins. Magnús Ingi Stefánsson sér um tölfræðivinnslu fyrir liðið.

Þátttaka í Evrópukeppni

Sem ríkjandi bikarmeistararari öðlaðist Valur þátttökurétt í Áskorendabikar EHF. Eftir að hafa slegið norska liðið Haslum örugglega út í 32-liða úrslitum dróst Valur á móti Partizan 1949 frá Svartfjallalandi í 16 liða úrslitum. Ákveðið var að gæta ítrustu hagkvæmni fjárhaglega og því var ákveðið að báðir leikir liðanna færu fram á heimavelli Partizan í Tivat. Báðar viðureignir liðanna voru æsispennandi og enduðu með jafntefli, fyrri leikurinn 21-21 sem var heimaleikur Vals og síðari leiknum lauk 24-24. Því fór Valur áfram á fleiri mörkum skoruum á úti- velli en tæpara gat það vart orðið. Í 8-liða úrslitum dróst Valur á móti Sloga Pozega frá Serbíu. Fyrri leikurinn var leikinn á heimavelli Sloga og lauk með þriggja marka sigri Vals 30-27 og síðari leikurinn sem fram fór í Valshöllinni vannst einnig 29-26. Valur var því kominn taplaus í undanúrslit Áskorendabikars EHF. Í undanúrslitum dróst Valur á móti liði Turda frá Rúmeníu. Fyrri leikurinn var í Valshöllinni og lauk með góðum átta marka sigri Vals og því greinilegt að Valur átti góða möguleika á að komast öðru sinni í karlaflokki í úrslitaleik í Evrópukeppni en Valur hefur einnig náð þeim árangri í kvennaflokki. En það sem meira var að ef Valur kæmist í úrslitaleikinn yrði hann leikinn héraendis. En því miður var ljóst frá fyrstu mínútu leiksins ytra að við fengum að sjá allar vestu birtingarmyndir og misferli sem oft hefur verið talað um að tíðkist innan handboltans. Hlutdrægir tékkneskir dómara og afskiptalaus eftirlitsdómari sáu öðru fremur til þess að Valur tapaði þessum leik með níu marka mun, þ.e. einu marki frá sigri. Var það

mat manna að engu hefði skipt þó að Valur hefði unnið leikinn með meiri mun á heimavelli sá munur hefði alltaf verið jafnaður á heimavelli Turda. Ívar Benediktsson blaðamaður á Morgunblaðinu var á vellinum og lýsti leiknum, Ívar skrifaði m.a. „Segja má að Valsmenn hafi verið flautaðir út úr keppninni“. „Valur mátti ekki við margnum að þessu sinni, undir aðra eins dómgæslu getur ekkert lið búið sig“. „Gamall draugur úr Evrópukeppninni virðist vaknaður, sá draugur er tékkneskur að þessu sinni“. Valur bar fram kröftug mótmæli við EHF og krafðist þess að úrslit leiksins yrðu dæmd ógild. Nutum við stuðnings formanns og stjórnar HSÍ og Guðjóns L. Sigurðsson formanns dómarasamtakanna. Einnig brugðust samtök leikmanna í Evrópu hart við framkvæmd leiksins og skrifaði m.a. danska stórskyttan Michael Hansen harðort bréf til EHF. Allt kom fyrir ekki og seint og um síðir bárust viðbrögð frá EHF. Þau voru á þá leið að tékknesku dómaramenn yrðu ekki settir á fleiri leiki á þessu tímabili en þá var tímabilið nánast búið. Stórskemmtilegri þátttöku í Evrópukeppninni lauk því með frekar leiðinlegum hætti, en góð frammistaða hjá Valsliðinu var engu að síður staðreynd, eini tapleikurinn var í Turda þar sem ekki var við menn að eiga. Reynslan af þátttöku í keppninni skilaði sér inn í úrslitakeppnina, bæði fyrir leikmenn og þjálfara, en að margra mati er þátttakan í keppninni ein af ástæðum þess hversu Val gekk vel í úrslitakeppninni.

Í haust var ákveðið að skrá liðið til leiks í EHF-bikarum en þar eru mun öflugri lið en í Áskorendabikar Evrópu. Valur dróst á móti ítölsku meisturunum SSV Bozen og fóru báðir leikirnir fram héraendis. Valur sigraði fyrri leikinn örugglega og fór áfram þrátt fyrir eins marks tap í síðari leiknum. Í næstu umferð dróst Valur á móti ungverska liðinu Balatonsfuredi KSE og fóru báðir leikirnir fram á heimavelli Ungverjanna. Báðir leikirnir töpuðust og er Valur því úr leik að sinni eftir að hafa spilað í allt tólf leiki í Evrópukeppni á tæpu ári.

Gaman er að minnst þess hversu leikmenn, þjálfarar, stjórnarmenn og stuðningsmenn lögðu mikið að mörkum við að safna fé til að standa straum af þátttöku í Evrópukeppni. Það er mjög kostnaðarsamt að taka þátt í keppnum sem þessum



Bikarmeistar Vals í 3. flokki í handbolta 2017. Standandi f.v.: Maksim Akbachev aðstoðarþjálfari, Sigurjon Ágúst Sveinsson, Helgi Þorsteinsson, Stiven Tobar Valencia, Gunnar Haraldsson, Þór Einarsson, Róbert Nökkvi Petersen, Ásgeir Snær Vignisson, Jóhann Páll Einarsson, Eiríkur Þórarinnsson, Viktor Andri Jónsson, Tumi Steinn Rúnarsson, Tjörvi Týr Gíslason, Sveinn José Rivera, Arnór Snær Óskarsson og Heimir Ríkarðsson þjálfari. Fremri röð f.v.: Markús Björnsson, Arnar Daði Arnarsson aðstoðarþjálfari, Egill Magnússon, Bjarni Ófeigur Valdimarsson, Jökull Sigurðarson, Anton Pétur Davíðsson, Úlfar Páll Monsi Þórðarson og Alexander Jón Másson. Mynd Baldur Þorgilsson.

Stjórn handknattleiksdeildar

Að venju var kjörin stjórn og formaður handknattleiksdeildar á aðalfundi félagsins í maí. Formaður var kjörinn Hörður Gunnarsson en aðrir stjórnarmenn voru kjörnir þeir Baldur Orri Rafnsson, Fannar Þorbjörnsson, Gísli Guðlaugsson, Ómar Ómarsson, Theodór Hjalti Valsson og Sveinn Stefánsson sem kjörinn var varaformaður deildarinnar.

Lokaorð

Handknattleiksdeildin er þeirrar gæfu aðnjótandi að eiga marga tryggja og öfluga sjálfbóðaliða sem vinna ómetanlegt starf fyrir deildina. Þeir – ásamt styrktaraðilum, starfsmönnum félagsins og stjórnarmönnum, vinna ómetanlegt starf fyrir deildina og félagið í heild. Hér með eru þeim færðar þakkir fyrir stuðninginn og allt starf í þágu deildarinnar. Því verður vart lýst í orðum hvað allt starf í félaginu verður auðveldara og skemmtilegra þegar margir félagsmenn vinna óeigingjarnt og fórnfúst starf fyrir félagið enda vinna margar hendur létt verk.

*Valskveðja,
Hörður Gunnarsson formaður
handknattleiksdeildar Vals.*



*Þorgils Jón Svölu
Baldursson flýgur
inn af línunni.*

Yngri flokkar handknattleiksdeildar

8. flokkur karla. Meistarakokkarnir

Fjöldi iðkenda: 19 strákar skráðir
Þjálfarar: Ýmir Örn, Baldvin Fróði, Ásdís og Lilja

Þátttaka í mótum: Tóku þátt í þremur mótum, iðkendur sýndu framfarir á hverju móti og komu þjálfurum sínum oftar en ekki mjög mikið á óvart.

Besta við flokkinn: Þjálfara hlakkaði til að koma og þjálfar þá í hvert einasta skipti. Alvöru orkuboltar og frábærir stuðningsmenn. Þeim fannst skemmtilegast að spila dodgeball og svo er fintuhringur alltaf vinsæll.

Helstu markmið: Læra grunninn í handbolta – grípa og kasta – fintur og skot – kenna þeim reglurnar og það að skemmta sér og styðja hvorn annan í blíðu og stríðu.

8. flokkur kvenna. Frístundarpæjurnar

Fjöldi iðkenda: 11
Þjálfarar: Alfreð Örn og Kristine

Þátttaka í mótum: Tóku þátt í öllum þremur mótum vetrarins auk Selfossmótsins. Mjög góður árangur.

Besta við flokkinn: Góðar vinkonur allar saman og vilja allar bæta sig í handbolta. Mikil gleði á æfingum. Finnt gaman að tala.

Helstu markmið: Læra grunnatriði handboltans, taka vel á móti nýjum iðkendum og fyrst og fremst hafa gaman á æfingum og í leikjum.

7. flokkur karla. Orkuboltarnir

Fjöldi iðkenda: 33
Þjálfari: Anton Rúnars og Eiki til aðstoðar

Þátttaka í mótum: Tóku þátt í 4 mótum í vetur og þar stóð Selfossmótið uppúr þar sem strákarnir fengu að gista eina nótt allir saman. Allir strákarnir stóðu sig virkilega vel.

Besta við flokkinn: Skemmtilegir strákar sem gaman verður að fylgjast með í framtíðinni.

Helstu markmið: Að hver og einn fái að njóta sín, gera sín mistök, hafa gaman að því að koma á æfingu og ná tökum á grunnreglunum í handbolta.

7. flokkur kvenna. Ljúflingarnir

Fjöldi iðkenda: 21
Þjálfarar: Ágústa Edda og Margrét Vignis

Þátttaka í mótum: Tóku þátt í 5 mótum. Stóðu sig frábærlega á þeim öllum og tóku miklum framförum yfir veturinn.

Besta við flokkinn: Hvað þetta eru ljúfar og skemmtilegar stelpur sem gefa mikið af sér. Þar fyrir utan eru þær ótrúlega efnilegar í handbolta.

Helstu markmið: Að kenna byrjendum grunntækni og auka við grunninn hjá



*Sigurvin Jarl Ármannsson.
Mynd Baldur Þorgilsson.*



Íslandsmeistarar Vals í 4. flokki karla í handbolta. Aftari frá vinstri: Maksim Akbachev þjálfari, Andri Finnsson, Þorgeir Sólveigar Gunnarsson, Áki Andrason, Tryggvi Jónsson, Breki Valdimarsson, Knútur Gauti Eymarsson Kruger, Kristófer Thorarensen, Baldvin Hauksson þjálfari. Fremri frá vinstri: Benedikt Óskarsson, Ari Smárason, Tómas Sigurðarson, Stefán Pétursson, Ísar Birkisson, Bjartur Ingvason og Arnar Daði Arnarson þjálfari. Mynd Þorsteinn Ólafsson.

þeim sem voru lengra komnar. Kenna stelpunum að spila sem lið, bæði varnarlega og sóknarlega. Að blanda saman leik og kennslu á æfingum.

6. flokkur karla. Stuðboltarnir

Þjálfarar: Ýmir Örn og Þorgils Jón

Fjöldi iðkenda: 17 leikmenn

Þátttaka í mótum: Tóku þátt í öllum mótum hjá yngra árinu en bara einu hjá eldra árinu, 2 lið á yngra ári út allan veturinn en 1 lið á eldra ári sem vann sitt eina mót á árinu sannfærandi.

Besta við flokkinn: Skemmtilegir strákar sem geta náð lengra ef þeir vilja það – alltaf stutt í grínið og mikið hlegið á æfingum.

Helstu markmið: Verða betri einstaklingar en í leið bæta liðheildina. Skot, fintur og grunnatriði í vörn aðalmarkmið vetrarins. hörku varnarlið.

7. flokkur kvenna. Fámennt en góðmennt

Fjöldi iðkenda: 5

Þjálfari: Ágústa Edda og Margrét Vignis

Þátttaka í mótum: Tóku þátt á 4 mótum og stóðu sig með miklum sóma. Spiluðu í 2. deild.

Besta við flokkinn: Þrátt fyrir að vera mjög fámennur flokkur var hann mjög góðmennur. Þetta eru frábærar stelpur sem eru alltaf tilbúnar að læra meira.

Helstu markmið: Að læra að spila meiri „alvöru“ handbolta, með hörðum bolta, föstum markmanni og strangari reglum. Ennfremur að mynda góða liðsheid og hafa gaman.

5. flokkur karla. Dugnaðarforkarnir

Fjöldi iðkenda: 21

Þjálfarar: Anton Rúnars og Baldvin

Þátttaka í Íslandsmótum: Tóku þátt í 5 mótum í vetur. Eldra árið endaði í 2. sæti og yngra árið endaði í 2. deild þar

sem mikil barátta var um að komast í 1. deildina. Frábær árangur í heildina.

Besta við flokkinn: Samheldinn og góður hópur sem ætlar sér stóra hluti í framtíðinni. Metnaðarfullir strákar sem gefa allt í þetta.

Helstu markmið: Auka leikskilning og færni strákanna. Hafa gaman og hjálpa strákunum að þroskast sem leikmenn.

5. flokkur kvenna

Fjöldi iðkenda: 18 leikmenn

Þjálfari: Sigríður Unnur Jónsdóttir

Þátttaka í mótum: Yngra ár – lið 1 endaði í 3. sæti eftir harða baráttu um, lið 2 stóð sig líka hrikalega vel og hélt sér alltaf í 2. deild sem var ávallt skipuð góðum liðum. Eldra ár – lið 1 endaði í 4. sæti – lið 2 rokkaði á milli 2. og 3. deildar en allir leikmenn voru á yngra ári.

Besta við flokkinn: Stórefnilegar og skemmtilegar handboltastelpur sem eru bæði áhugasamar og metnaðargjarnar og vonir bundnar við að þær nái langt á handboltasviðinu. Eru ótrúlega flottar og góðar vinkonur og hópurinn nær rosalega vel saman.

Helstu markmið: Yfirmarkmið var að bæta hvern einstakling á handboltasviðinu frá upphafi tímabils til loka og reyna að hafa alltaf gaman á æfingum.

4. flokkur kvenna

Besta ástundun: Ída Margrét Stefánsdóttir

Mestu framfarir: Ásdís Þóra Ágústsdóttir

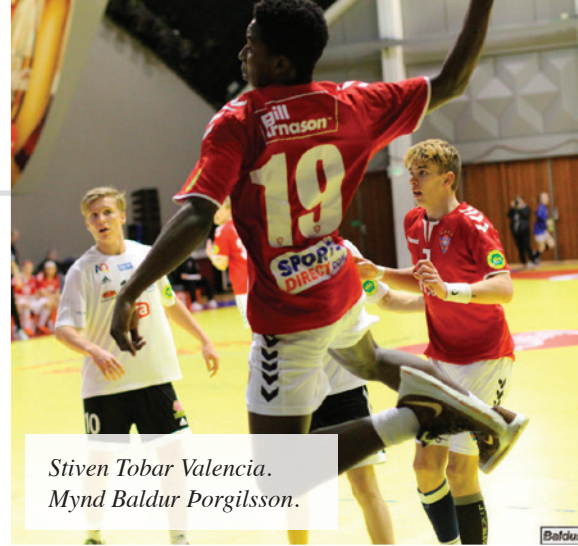
Leikmaður flokksins: Ísabella María Eriksdóttir

4. flokkur karla (yngri)

Besta ástundun: Stefán Pétursson

Mestu framfarir: Tómas Sigurðsson

Leikmaður flokksins: Benedikt Gunnar Óskarsson



Stiven Tobar Valencia.
Mynd Baldur Þorgilsson.

4. flokkur karla (eldri)

Besta ástundun: Jón Sigfús Jónsson

Mestu framfarir: Jóel Bernburg

Leikmaður flokksins og Maggabakarinn: Einar Þorsteinn Ólafsson

3. flokkur kvenna

Besta ástundun: Heiðrún Sverrisdóttir

Mestu framfarir: Auður Ester Gestsdóttir

Leikmaður flokksins: Ragnhildur Þórðardóttir

3. flokkur karla, Valur 1

Besta ástundun: Jökull Sigurðsson

Mestu framfarir: Tumi Steinn Rúnarsson

Leikmaður flokksins: Sveinn Jose Rivera

3. flokkur karla, Valur 2

Mestu framfarir: Stiven Tobar Valencia

Leikmaður flokksins: Hilmar Daði Halldórsson

2. flokkur karla

Besta ástundun: Sigurvin Jarl Ármannsson

Mestu framfarir: Daníel Andri Valtýsson

Leikmaður flokksins: Þorgils Jón Svölu Baldursson

Ungmennalið karla

Leikmaður flokksins: Bjarni Ófeigur Valdimarsson

Efnilegasti leikmaður yngri flokka Vals: Þorgils Jón Svölu Baldursson



Þorgils Jón Svölu Baldursson efnilegasti leikmaður yngri flokka.
Mynd Baldur Þorgilsson.

Liðsmyndir yngri flokka í handknattleik 2017



8. flokkur karla í handbolta 2017. Efri röð vinstri: Óðinn Eiríksson, Róbert Gylfi Stefánsson, Víkingur Týr Sigurðarson, Styrmir Blöndal Ingvarsson, Bergur Ágúst Daníelsson og Anton Rúnarsson þjálfari. Neðri röð vinstri: Orri Hallfríðar Þórisson, Hjörvar Þór Hníkarson, Styrmir Snær Baldursson, Þorsteinn Flóki Einarsson og Ari Berg Jónsson.



7. flokkur karla í handbolta 2017. Efsta röð frá vinstri: Ásdís Þóra Ásdísdóttir (aðstoðarþjálfari), Ýmir Örn Gíslason (þjálfari), Erling Hólm Ottason, Marteinn Daði Gunnarsson, Gunnar Ingi Stefánsson, Kári Steinn Guðmundsson, Hinrik Hrafn Stefánsson, Jóhann Ágústsson, Hlynur Björn Eydal, Bjarki Snorrason, Míó Magnason, Egill Eyþórsson, Steinar Yang Önnuson, Flóki Skjaldarson, Snorri Steinn Guðjónsson. Miðröð frá vinstri: Guðmundur Kristján Haraldsson og Hrafnkell Tumi Ólafsson, Dagfinnur Leifsson, Þorsteinn Jökull Ívarsson, Sammi Ólafur Kári Bjarnason, Fannar Dagur Fjalarsson, Mattías Kjeld, Óskar Sveinn Einarsson, Skarphéðinn Arnar Gunnlaugsson, Adrián Andri Birgisson, Heimir Freyr Heimisson, Böðvar Stefánsson, Jón Jökull Úlfarsson, Anton Máni Francisco Helderesson, Ísak Kristófer Rúnarsson. Neðsta röð frá vinstri: Ágúst Leví Karlsson, Bragi Þór Arnarsson, Kjartan Úlfur Egilsson, Darri Freyr Gíslason, Grímur Ragnarsson, Jónas Thor Þórhallsson, Sigurður Atli Ragnarsson, Mikael Eiríksson, Alexander Elvar Young, Hilmar Sigtryggsson.



7. flokkur kvenna í handbolta 2017. Efri röð frá vinstri: Ída Margrét Stefánsdóttir aðstoðarþjálfari, Þórhildur Salóme Guðrúnardóttir, Laufey Helga Óskarsdóttir, Ísold Hallfríðar Þórisdóttir, Gerður María Sveinsdóttir, Yrsa Gunnlaugsdóttir, Bogey Sigríður Sævarsdóttir, Sóley Una Einarsdóttir, Arna Sif Jónsdóttir, Lóa Sigríðardóttir, Óskar Bjarni Óskarsson þjálfari. Neðri röð frá vinstri: Sunna Björk Thomasdóttir, Friðrika Ragna Sævarsdóttir, Salka Steinarsdóttir, Hildur Helga Benediksdóttir, Sólrún Una Einarsdóttir, Arnbjörg Þorbjarnardóttir, Ragnheiður Gréta Þórisdóttir, Gabríela Sif Ívarsdóttir Larota og Pura Bryndís Bragadóttir. Á myndina vantar Önnu Margréti Alfreðsdóttur, Elísabetu Rán Tómasdóttur, Emblu Davíðsdóttur og Heiðu Margréti Erlingsdóttur.



6. flokkur karla í handbolta 2017. Efri röð frá vinstri: Einar Baldvin Baldvinsson þjálfari, Dagur Ingi Rikharðsson, Brynjar Bragi Einarsson, Höskuldur Ragnarsson, Jökull Þór Hilmarsson Kjerúlf, Þórður Sveinn Einarsson, Dagur Ármannsson, Hrafn Þorbjarnarson, Auðunn Páll Gestsson, Jökull Otti Þorsteinsson, Arngrímur Dagur Arnarsson, Þór Ástþórsson, Reginn Thoroddsen Friðriksson og Ýmir Örn Gíslason aðstoðarþjálfari. Neðri röð frá vinstri, Berk Ás Özkan, Jóhann Ágústsson, Ísak Breki Gíslason, Baldur Smáráson, Úlfur Kári Ásgeirsson, Hjálmtýr Pétursson, Hilmar Már Ingason, Alexander Arnarsson, Magnús Bjartur Guðrúnarson, Jón Andri Hnikarsson, Höskuldur Tinni Einarsson, Daníel Thor Kristjánsson. Á myndina vantar Thomas Ara Arnarsson og Friðrik Sindra Bjarnason.



6. flokkur kvenna í handbolta 2017. Efri röð frá vinstri: Óskar Bjarni Óskarsson aðstoðarþjálfari, Ragnheiður Sara Morthens, Katla Margrét Óskarsdóttir, Arna Karítas Eiríksdóttir, Kristbjörg Erlingsdóttir, Katla Sigurbórsdóttir, Pórhildur Þorsteinsdóttir, Sigurborg Katla Sveinsdóttir, Sólveig Þórmundsdóttir, Guðrún Hekla Traustadóttir, Silja Borg Kristjánsdóttir, Sóley Sjöfn Sigurðardóttir, Viktoría Jónbjörnsdóttir og Björn Ingi Jónsson aðstoðarþjálfari. Neðri röð frá vinstri: Kristín Guðjónsdóttir, Katrín Björg Svavarsdóttir, Vaka Sindradóttir, Iðunn Ólöf Berndsen, Indíana Karítas S. Helgadóttir, Kadek Dharma Sól Dedíksdóttir, Herdís Steinarsdóttir, Víctoría Rán Garðarsdóttir og Anna Sigríður Kristjánsdóttir. Á myndina vantar Sigríði Unni Jónsdóttur þjálfara, Sigríði Evu Bárðardóttur, Viðju Dís Ísf. Rögnvaldsdóttur, Emílu Levu Ziliute og Jóhönnu Rún Steingrímsdóttur.



5. flokkur karla í handbolta 2017. Efri röð frá vinstri: Hlynur Freyr Geirmundarson, Ingvar Steinn Ingólfsson, Dagur Máni Ingvason, Bárður Örn Kjartansson, Bjarki Finnsson, Auðunn Torfi Seland, Þorvaldur Örn Þorvaldsson og Ýmir Örn Gíslason (þjálfari). Neðri röð frá vinstri: Daníel Örn Guðmundsson, Gunnar Karl Thoroddsen, Hinrik Örn Jóhannsson, Hákon Atli Hilmarsson, Jóhannes Jóhannesson og Kjartan Friedrich Ruminy.



5. flokkur kvenna í handbolta 2017. Aftari röð frá vinstri: Jakob Lárusson (aðstoðarþjálfari), Karin Guttesen, Hildur María Pétursdóttir, Hanna Steina Pálsdóttir og Sigríður Unnur Jónsdóttir (þjálfari). Fremri röð frá vinstri: Lilja Ágústsdóttir, Salka Sól Traustadóttir, Jóhanna Haile Kebede, Matthildur Friðriksdóttir og Anna Karólína Ingadóttir. Á myndina vantar Sunnu Friðriksdóttur og Vöku Sigríði Ingólfssdóttur. Mynd Baldur Þorgilsson.



4. flokkur karla í handbolta 2017. Efri röð frá vinstri: Björn Orri Einarsson, Breki Hrafn Valdimarsson, Tómas Sigurðarson, Áki Hlynur Andrason, Tryggvi Garðar Jónsson, Knútur Gauti Eymarsson Kruger, Kristófer Valgarð Guðrúnarson, Andri Finnsson, Arnar Daði Arnarsson þjálfari. Neðri röð frá vinstri: Davíð Dimitry Indriðason, Stefán Árni Arnarsson, Ísak Logi Einarsson, Dagur Fannar Möller, Stefán Pétursson, Ísar Máni Birkisson, Haraldur Helgi Agnarsson, Ari Smárason, Bjartur Jörfi Ingvason, Benedikt Gunnar Óskarsson, Kristófer Thorarensen. Á myndina vantar: Sindra Dag Birnisson og Þorgeir Sólveigar Gunnarsson.



4. flokkur kvenna í handbolta 2017. Aftari röð frá vinstri: Magnea Einarsdóttir, Karin Guttesen, Salka Sól Traustadóttir, Hildur María Pétursdóttir, Matthildur Friðriksdóttir, Hanna Steina Pálsdóttir og Jakob Lárusson (þjálfari). Fremri röð frá vinstri: Eva Sól-dís Jónsdóttir, Lilja Ágústsdóttir, Salka Gústafsdóttir, Jóhanna Haile Kebede, Sigrún Ísafold Gizurardóttir, Ylfa Guðrún Unnarsdóttir og Anna Karólína Ingadóttir. Á myndina vantar Sunnu Friðriksdóttur og Vöku Sigríði Ingólfssdóttur. Mynd Baldur Þorgilsson.



3. flokkur karla í handbolta 2017. Efri röð frá vinstri: Heimír Ríkarðsson, þjálfari. Tjörvi Týr Gíslason, Aron Björn Leifsson, Úlfur Þórarinnsson, Erlendur Guðmundsson, Orri Heiðarsson, Ásgeir Snær Vignisson, Óðinn Ágústsson, Eiríkur Þórarinnsson, Guðbjörn Arnarsson, Ólafur Brim Stefánsson, Stiven Tobar Valencia, Jóel Bernburg, Guðlaugur Jónasson, Þór Einarsson, Þorgeir Arnarsson, Úlfar Páll Monsi Þórðarson og Anton Rúnarsson, aðst. þjálfari. Nedri röð frá vinstri: Arnór Snær Óskarsson, Ingi Þór Ólafsson, Jón Sigfús Jónsson, Sigurjón Ágúst Sveinsson, Sigurður Dan Óskarsson, Anton Pétur Davíðsson, Jónas Hákon Kjartansson. Á myndina vantar Hildimar Daða Halldórsson, Tuma Stein Rúnarsson og Viktor Andra Jónsson. Mynd Baldur Þorgilsson.



3. flokkur kvenna í handbolta 2017. Efri röð frá vinstri: Arnar Daði Arnarsson (aðstoðarþjálfari), Þórunn Þórisdóttir, Jakobína Kristjánsdóttir, Vala Magnúsdóttir, Daníela Björk Stefánsdóttir, Anna Hildur, Ólöf María Stefánsdóttir, Guðný Kristín Erlingsdóttir, Heiðrún Berg Sverrisdóttir, Isabella María Eriksdóttir, Auður Ester Gestsdóttir og Jakob Lárusson (þjálfari). Neðri röð frá vinstri: Salka Gústavsdóttir, Hildur Jóhannsdóttir, Nikolína Remic, Ída Margrét Stefánsdóttir, Ásdís Þóra Ágústsdóttir, Harpa Jóhannsdóttir og Uglu Puriður Svölu Baldursdóttir.



Ungmennalið karla í handbolta 2017: Efri röð frá vinstri: Heimir Ríkarðsson, þjálfari, Jökull Sigurðarson, Sveinn Jose Rivera, Eiríkur Þórarinnsson Ásgeir Snær Vignisson, Þorgil Jón Svölu Baldursson, Gísli Gunnarsson, Finnur Salvar Geirsson, Björn Ingi Jónsson, Daníel Valtýsson og Anton Rúnarsson, aðst.þjálfari. Neðri röð frá vinstri: : Arnór Snær Óskarsson, Sigurjón Ágúst Sveinsson, Róbert Nökkvi Petersen, Tjörvi Týr Gíslason, Sigurður Dan Óskarsson, Úlfar Páll Monsi Þórðarson og Stiven Tobar Valencia. Á myndina vantar: Alexander Jón Másson, Viktor Andra Jónsson, Tuma Stein Rúnarsson og Egil Magnússon. Mynd: Baldur Þorgilsson.

Ógleymanleg skemmtun í Köln

Eftir frábæra Þýskalandsferð 3. flokks karla sumarið 2016 var mikill áhugi fyrir því að fara aftur á úrslit meistardeildarinnar í handbolta, Final 4 í Köln í Þýskalandi. Sú uppástunga var samþykkt einróma fyrir utan einn ónefndan aðila sem mætti ekki á kjörstað.

Ákveðið var að fljúga til Berlínar og keyra þaðan um Þýskaland áleiðis til Kölnar. Við lentum í Berlín snemma morguns. Þar voru skipulagðir æfingaleikir við þrjú misgóð lið. Flokkurinn tefldi fram tveimur ógnarsterkum liðum og fékk að æfa í æfingahöll stórlíðsins Fuchse Berlin en þar spilar Íslendingurinn Bjarki Már Elísson auk þess sem okkar einlægi Dagur Sigurðsson þjálfaði liðið á sínum tíma. Í borginni var margt að sjá, bæði fyrir okkur Valsara og heimamenn. Við fengum að sjá ýmsar merkar byggingar á meðan heimamenn fengu gjaldfrjálsa strípisýningu frá ónefndum leikmanni. Sá hinn sami stjórnaði einnig víkingaklappi á hinu margfræga torgi Alexanders. Berlínarstoppið var stutt en skemmtilegt. Næst var haldið til Hannover. Á leiðinni var stoppað í flugskýli. Flugskýlið var frekar töff, enda voru þar vatnsrennibrautir, og minigolfvöllur. Áhugasömum er bent á Youtube myndbandið „Þýskaland (124 special edition) – montage“.

Næsti áfangastaður var Hannover, í um þriggja klukkutíma akstursfjarlægð frá Berlín (rúmlega fjögurra tíma hjá bílstjóranum Sigga bremsu). Í Hannover var sofíð á lúxushótel og mátti heyrja frá áður ónefndum leikmanni að hann hafi aldrei sofíð með svona hrein rúmföt. Í Hannover voru einnig skipulagðir æfingaleikir en í þetta skiptið gegn ungmennaakademíu stórlíðsins Hannover Burgdorf. Í Hannover urðu nokkrir leikmannanna vitni að fíkniefnahandtöku við lestarstöð borgarinnar. Lestarstöð þessi var í einungis tveggja mínútna göngufæri frá lúxushotelinu en þar voru ýmsir matsölustaðir sem kom sér vel fyrir hungraða íþróttamenn. Eftir stutta dvöl var leiðinlegt að yfirgefa lúxushótelid en ferðinni var þá heitið til Kölnar.



Úrslitaleikirnir í handboltanum ógleymanlegir

Ferðin til Kölnar var einungis tvær klukkustundir og eftirvæntingin var mikil enda helmingur hópsins að fara að sjá stórstjórnur handboltans í fyrsta skiptið. Hótelid, ef svo má kalla, var andstæða lúxushótelins í Hannover. Einn orðheppinn meðlimur ferðarinnar komst svo að orði: „Þetta er steypa!“ Kvörtun var send á ferðaskrifstofuna enda ekki boðlegt að menn sofi fjórir saman í fjögurra fermetra herbergi með skítugum klósettum. Handklæði voru á gólfi í einu herberginu og í öðru herberginu var rúmið svo stutt að ekki var hægt að sofa í því nema með fætur út á gólf þar sem stutt var á milli veggja. Við létum það ekki á okkur fá og nutum þess að vera vel staðsettir í borginni. Lanxess Arena, keppnishöllin, var í göngufæri frá hotelinu. Borgin er falleg en þar er meðal annars að finna dómkirkjuna frægu, *Der Kölner Dom*. Úrslitaleikirnir voru ógleymanleg skemmtun enda stemningin frábær, troðfull höll, þar sem stuðningsaðilar allra liðanna létu vel í sér heyrja. Nokkrir okkar fengu svo að hitta stóran hluta stórstjarnanna í eigin persónu eftir leikina. Eftir úrslitahelgina áttum við tvo daga til að spóka okkur um borgina og ná okkur niður eftir æsinginn á vellinum. Niðurstaða ferðarinnar í einu orði: Mælum með!

Jökull Sigurðarson og Róbert Nökkvi Petersen skráðu



Mikið sprellað á Partille Cup í handbolta

Þann 3. júlí síðastliðinn héldu 17 strákar á eldra ári í 4. flokki Vals til Gautaborgar á stærsta yngri flokka handboltamót í heiminum, Partille Cup.

Partille Cup er handboltamót sem haldið er árlega og fer fram í Gautaborg í Svíþjóð en þar er keppt utandyra. Sú staða kom upp sökum meiðsla í hópnum að ákveðið var að aðeins eitt löglegt lið yrði sent til keppni í mótinu en spilað með tveimur liðum samt sem áður en úrslitin ekki tekin gild hjá Val 2.

Valur 1 var í riðli með: Önnereðs HK og Áhus frá Svíþjóð, Melhus/Gimse frá Noregi, HC Lokeren frá Belgíu, Alberta frá Kanada og Santa Cruz frá Brasilíu. Hafnaði Valur í 4. sæti riðilsins eftir mikla dramatic. Tapaði liðið með einu marki gegn Önnereðs og Áhus sem bæði komust í 8-liða úrslit mótsins en Valur og Melhus/Gimse gerðu jafntefli í sínum leik og enduðu með jafn mörg stig í riðlinum. Það fór því svo að varpað var hlutkesti sem norska liðið vann og endaði í 3. sæti og fór þá áfram í A-úrslit. Valur 1 tapaði í 16-liða úrslitum í B-úrslitum og lauk þá keppni laugardaginn 8. júlí.

Valur 2 var í riðli með Fjellhammer og Åsane frá Noregi, Tollarps og Aranås frá Svíþjóð, Herning frá Danmörku og SV 64 Zweibrücken frá Þýskalandi. Unnu Valur 2 þrjá leiki og töpuðu þremur. Fengu allir að spila í þessum leikjum hinar og þessar stöður en vitað var fyrir fram að allir leikir Vals 2 myndu á endanum vera dæmdir tapadir 10-0.

Í Svíþjóð var ekki einungis iðkaður handknattleikur og var mikið sprell utan vallar. Á fyrsta degi tóku nokkrir drengir sig saman og fóru með strætisvagni út að Kásjön-vatni og dunduðu sér við það að stökkva af stökkpalli sem náði af hæsta þrepi heila 10 metra upp á við. Komu þeir allir úrvinda til baka og sögðu sögur af afrekum sínum. Öllum fannst þetta hljóma spennandi og var það meitlað í stein að allir myndum við nú fara saman þangað aftur í ferðinni og sjá, nú fyrrum þjálfara okkar, Maksim Akbachev stökkva.



Á Partille Cup 2017. Frá vinstri: Björgvin Viðar Þórðarson, Daníel Ölduson, Guðlaugur Jónasson, Erlendur Guðmundsson, Leifur Hlynsson, Jóel Bernburg, Mael Cano, Þorgeir Arnarsson, Jón Sigfús Jónsson, Magnús Ingi Kjartansson, Einar Þorsteinn Ólafsson, Úlfur Þórarinnsson, Óðinn Ágústsson, Gabríel Ölduson, Tómas Sigurðarson, Hlynur Ólason og Jónas Hákon Kjartansson. Mynd Arnar Arnarsson.

Í stofunni á móti okkur sváfu stúlkur úr Haukum. Við Friggagatan rétt hjá skólanum sem gist var í, stendur Kebab og pizzeria. Staðurinn var feikilega vinsæll meðal Valsmanna og þá serstaklega dúóið "Hawaii pizza og Fanta Lemon".

Eftir þann mikla hamagang sem átti sér stað á gervigrasinu í Gautaborg þótti mörgum gott að fara að versla sér til afslöppunar og hrösuðu þá nokkrir leikmenn inn í tæknibúð og fundu þar Virtual-reality gleraugu á viðráðanlegu verði og keyptu sér þó nokkrir leikmenn Vals sér slík tæki. Ekki leið á löngu þar til að meirihluti hópsins átti þessa sjónauka inn í framtíðina og var kvöldunum eytt í það að horfa á dýralífsmyndir í þeim.

Fyrir hönd 4. flokks karla eldri viljum þakka öllum þeim sem stóðu að þessari ferð og gerðu okkur kleift að fara út, þá sérstaklega þjálfurum og liðsstjórum.

Björgvin Viðar Þórðarson og Úlfur Þórarinnsson tóku saman.





Sveinn Rivera tók saman

Fulltrúar Vals voru þeir Sveinn Rivera og Bjarni Ófeigur Valdimarsson

Ferðalagið hófst 6. ágúst. Flogið var fyrst til München í Þýskalandi. Eftir góða 6 tíma á flugvellinum, var flogið til Istanbul í Tyrklandi. Þaðan var svo flogið rakleidis til Tíblisi. Tók heilan dag að ferðast.

Í riðli með okkur var Þýskaland, Japan, Chile, Georgía og Alsír.

Fengum ekki langan tíma til að aðlagast og sofa úr okkur flugþreytuna. Því daginn eftir var fyrsti leikur í mótinu gegn Japan. Unnum leikinn 26-24, flott byrjun á mótinu.

Daginn eftir var næsti leikur, gegn Chile. Sigrudum hann 22-27. Einn dagur leið á milli, þegar við áttum svo leik við heimamenn frá Georgíu. Leikurinn endaði stórum sigri 25-42, vorum við búnir að undirbúa okkur fyrir hörkuleik, því Georgíumenn voru búnir að spila vel í fyrstu leikjum sínum. Næsti leikur var flottur sigur á Alsír.

Nú var komið að stærsta leiknum í riðlinum. Leikurinn upp á fyrsta sætið í riðlinum. Eftir góðan undirbúning, bæði á fundum og á teig á æfingum var komið að leiknum við Þjóðverja. Leikurinn var gríðalega spennandi og endaði með 1 marks sigri fyrir okkur, 27-28.

Alsælir og komnir í 16 liða úrslit, þar sem við myndum mæta Svíþjóð.

Fengum frí einn dag eftir riðlakeppnina, sem sumir nýttu í að fara í verslunarferð, og sumir að skoða miðbæ Tíblisi.

Vonbrigði í 16 liða úrslitum

Leikurinn við Svía fór ekki eins og við hugsuðum okkur, fyrsta tap á mótinu staðreynd.

Kepptum við upp á 9.–10. sæti á mótinu, og fengum við leik aftur við Þýskaland. Því miður töpuðum við þeim leik, og enduðum í 10. sæti. Svo sem flott.

Við skoðuðum þann möguleika að fara heim fyrir, því mótinu okkar var lokið, en enginn valmöguleiki á heimferð var nógu hagstæður að við ákveðum að halda okkur við heimferð 21. ágúst. Nýttum frídagana í að vera út í sólinni, en það var 30+ stiga hiti alla ferðina. Nálægt hotelinu var vatn, sem við sprikluðum í.

Annars voru flestir farnir að hugsa um komandi tímabil, þar sem flestir kæmu beint heim í strangt prógram hjá félagsliðum okkar.

Flugum heim á sama hátt og á leiðinni út, flott 16 daga ferð, sem endaði með ágætum árangri, 10. besta þjóð í heimi í handbolta yngri en 19 ára.

Landsliðsverkefni

Vonbrigði á heimsmeistaramóti U19 í handbolta karla



Heimsmeistaramót í handbolta yngri en 19 ára, var haldið í Tíblisi höfuðborg Georgíu og U19 liðið endaði í 10. sæti

Sveinn Rivera á fullu með U19.

Ég reyni yfirleitt að lifa í bullandi núvitund

Oddur Birnir Pétursson er 24 ára og leikur körfubolta með meistaraflokki

Nám: Sálfræði við Háskóla Íslands.
Hvað ætlar þú að verða: Ég er með háleit markmið í leik og starfi, sem ég held oftast fyrir sjálfan mig. Ég reyni yfirleitt að lifa í bullandi núvitund og taka lítil skref í einu og ætla því að byrja á því að útskrifast frá HÍ næsta vor.

Af hverju Valur: Ég spilaði fyrir Val árið 2013 og þekki því klúbbinn vel og vissi að öll umgjörð í kringum liðið væri til fyrirmyndar. Þá var Gústi einnig þjálfari þegar ég var hjá Val síðast.

Uppeldisfélag í körfubolta: Ég byrjaði að spila körfubolta með Njarðvík þegar ég var 6 ára og hef alltaf spilað með Njarðvík fyrir utan eitt ár þegar ég spilaði með Val árið 2013. Hef svo spilað með Val síðan í byrjun janúar 2017.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum: Þau hafa bæði stutt mig af mikilli alúð og hafa bæði sínar aðferðir til þess. Pabbi mætir á alla leiki og gefur mér góð ráð eftir leiki. Mamma á erfðara með spennuna og vill helst bara fylgjast með tölfræðinni heima. Hún er svo dugleg að hringja og hughreysta mig eftir tapleiki og það rífur mig oftast í gang aftur.

Af hverju körfubolti: Það er einfaldlega vegna þess að ég er fæddur í Njarðvík, sem er oft talinn vera Mekka körfuboltans, og það kom því ekkert annað til greina en að maður færi strax að æfa körfubolta um leið og maður hafði burði til.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Ég æfði aldrei aðra íþrótt en körfubolta, en var þó einu sinni fenginn til þess að vera í marki í einum leik fyrir Njarðvík í 3. flokki í fótbolta. Leikurinn endaði 0-0 þrátt fyrir mikið af færum frá báðum liðum, ætli það sé ekki bara heljarinnar afrek.

Eftirminnilegast úr boltanum: Þegar við Valsmenn tryggðum okkur sæti í Dominos deildinni núna á síðasta tímabili með sigri á Hamri. Valshöllin var full og mikil stemning þrátt fyrir að við höfðum

rústað leiknum. Það sem gerði þennan sigur svo sætan var sú staðreynd að við vorum búnir að mæta mjög miklu mót-læti í úrslitakeppninni fram að þessum leik. Fórum í oddaleik á móti Breiðabliki í undanúrslitum og lentum svo 2-1 undir í úrslitaseríunni á móti Hamri. En við sýndum alltaf þennan liðsanda og samstöðu, sem hafði einkennt okkar lið allt tímabilið, og unnum þegar mest á reyndi **Nokkur orð um síðasta tímabil:** Þegar allt fór svo að smella hjá okkur, þá spiluðum við oft á köflum frábæran körfubolta. Við litum alltaf á okkur sem úrvalsdeildarlið í 1. deildinni. Við sönnuðum það svo með því að vinna þrjú úrvalsdeildarlið í bikarkeppninni og tapa svo naumlega í frábærum leik á móti fjórföldum Íslandsmeisturum KR í Laugar-dalshöll í undanúrslitum bikarkeppinnar. Tímabilið var svo fullkomnað þegar við unnum okkur sæti í Dominos deildinni eftir erfða en samt sem áður mjög skemmtilega úrslitakeppni.

Lýstu Valsliðinu í körfubolta í vetur í stuttu máli: Við erum vinnusamir, metnaðarfullir, samviskusamir, samheldnir og baráttuglaðir. Margir einstaklingar sem hafa svipaða getu í körfubolta, enginn er mikið betri en næsti maður þannig séð. Okkar helsti styrkleiki er einfaldlega sá að við erum rosalega gott LIÐ.

Markmið fyrir þetta tímabil: Markmiðið er fyrst og fremst að halda okkur uppi í deildinni. Það er orðið nokkuð langt síðan að Valur var með lið í úrvalsdeild karla tvö ár í röð. Okkar markmið er að breyta því og kannski ef að allt gengur upp, þá getum við klórað okkur inn í úrslitakeppnina.

Besti stuðningsmaðurinn: Gabríel og Dominik, synir Gústa þjálfara, eru bestu stuðningsmennirnir að mínu mati. Þeir eru með okkur á öllum æfingum og mæta svo vopnaðir fánum og trommum á alla leiki.

Erfiðustu samherjarnir: Mér finnst rosalega erfitt að dekka Austin Magnus



Bracey á æfingum. Hann er með fjölbreytt vopnabúr til þess að skora. Hann er líklegast besta þriggja stiga skytta Íslands um þessar mundir, og svo getur hann líka auðveldlega skotið upp úr driplli á ferð. Ef þetta tvennt er ekki að virka hjá honum, þá getur hann farið alla leið upp að hring og skorað.

Mesta prakkarastrik: Ég er ekki mikill prakkarí í eðli mínu og hef mikla réttlætiskenn, en það er ekki hægt að segja það sama um Illuga Auðunsson, núverandi liðsfélaga minn hjá Val. En við vorum herbergisfélagar í U18 landsliði Íslands sem keppti á Norðurlandamóti í Svíþjóð. Bárður Eyþórsson þjálfari hafði sett á útivistarbann fyrir leik sem var daginn eftir. Illugi hafði eitthvað klikkað á því að borða nóg (Hvenær er nóg nóg hjá honum) og dró mig saklausan út á næsta hamborgarastað til þess að næra sig. Ég var einu ári yngri og það var því auðvelt að draga mig með. Við komum svo til baka á hótelið sigri hrósandi yfir að hafa sloppið með þessa ferð okkar, en mættum svo auðvitað Bárði í lyftunni á leiðinni upp á herbergi. Illugi var með hamborgara í kjaftinum og við spiluðum báðir lítið í leiknum daginn eftir.

Stjörnuspá þín fyrir næsta ár: Ásgrímur Hólm Rúnarsson vinur minn er þekktur stjörnuspekingur. Hann fylgist vel með Val í körfubolta og fótbolta. Ég fékk hann til þess að búa til spá fyrir árið 2018. Hans spá fyrir mig var eftirfarandi "Þú gætir brotið stól eða brotið hjórtu, en það er mjög sjaldgæft að þú missir stjórn á skapi þínu. Mundu svo minn kæri, aldrer er góð vísa of oft kveðin. Plútó er ríkjandi yfir þínu lífi svo þú átt það til að fara í allt aðra átt en fólk býst við af þér, en allar ár renna til sjávar. Í ástinni ertu spennandi en getur verið svo dularfullur, en auðvitað er ekki allt gull sem glóir. Mundu bara, ekki bera harm þinn í hljóði. Orka þín er í beinu sambandi við heita líti sem boðar ekkert nema heillindi fyrir

komandi ár. Setningin þín er – Blindur er bókláus maður.“

Athyglisverðasti leikmaður í meistara-flokki kvenna hjá Val: Ég er mjög hrif-inn af Hallveigu Jónsdóttur, en hún er mikill karakter og gríðarlega hæfileika-rík. Hún er frábær sóknarlega en ekkert síðri varnarlega sem er oft vanmetið. Ég myndi segja að hennar helsti kostur væri hversu sterk andlega hún er, en hún er búin að vera að spila af miklu sjálfstrausti á þessu tímabili og það verður spennandi að fylgjast með henni í framhaldinu.

Athyglisverðasti leikmaður í meistara-flokki karla hjá Val: Högni Egilsson, oft kenndur við Hjaltalín eða GusGus, er mjög áhugaverður einstaklingur. Ég er mikill aðdáandi GusGus og var því létt „starstruck“ fyrstu mánuðina sem ég æfði með honum. Ég er ennþá að venjast því þegar hann dregur mann út að borða á einhverjum flottum „fjúsíon“ veitinga-stöðum eins og hann kallar þá. Þar fær hann mann til þess að borða allskonar hluti sem ég vissi ekki að væru ætir, til dæmis froskalappir og ígulker. Það er óhætt að segja að ég er ennþá að tjasla saman fjárhagnum eftir að Högni kom til móts við okkur í æfingarferð í Barcelona. Enda nóg af „fjúsíon“ veitingastöðum í gotneska hverfinu í Taragona.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í körfubolta hjá Val: Yngstu krakkarnir eru oft að æfa á undan okkur strákunum og er alltaf mikið fjör á æfingum hjá

þeim. Það er greinilega verið að leggja mikla áherslu á að hafa gaman, sem ég tel að sé miklu mikilvægara en að vinna leiki hjá þessum ungu krökkum. Það er svo ekki langt í að ungu strákarnir úr drengja-flokki fari að detta inn á æfingar hjá meistara-flokki og það er mjög spennandi að sjá hvar þeir standa í samanburði við okkur eldri.

Fyrirmynd þín í körfubolta: Ég byrjaði á því að fylgjast með elsta bróður mínum spila og leit mikið upp til hans. Eftir að ég byrjaði að æfa sjálfur þá fór maður að heyra sögur af Teiti Örylgssyni og öllum goðsögnunum úr Njarðvík, og leit ég mikið upp til þeirra. Í NBA er ég rosalega hrifinn af Manu Ginobili hjá San Antonio Spurs.

Draumur um atvinnumennsku í körfu-bolta: Ég reyni að einbeita mér að því að halda áfram að bæta mig og verða eins góður leikmaður og ég get fyrir Val í úrvalsdeildinni hérna heima.

Landsliðsdraumar þínir: Landsliðið okkar er orðið svo hrikalega sterkt og flott að maður þarf að vera í háum klassa til þess að komast þar inn. Auðvitað dreymir mig um að ná leik með A lands-liðinu.

Hvað einkennir góðan þjálfara: Góður þjálfari í körfubolta hefur mikla þekkingu á leiknum. Byr yfir góðum samskipta-hæfileikum. Er fljótur að aðlagast og bregðast við aðstæðum sem geta komið upp í leik eða á tímabili. Hann sýnir leið-

togahæfni. Að lokum tel ég góðan þjálf-ara þurfa að búa yfir miklum metnaði og eldmóð.

Besta bíómynd: Good Will Hunting.

Besta bók: Stofuhiti eftir Berg Ebba.

Uppáhalds erlenda körfuboltafélagið:

San Antonio Spurs.

Nokkur orð um núverandi þjálfara-teymi: Þeir eru metnaðarfullir og vilja ekkert meira en að við verðum betri í körfubolta, æfingarnar eru á gríðarlega háu tempói sem gerir það að verkum að við erum alltaf í toppstandi fyrir leikina.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val: Mér sýnist Valur vera mjög framarlega þegar kemur að jafnrétti kynjanna. Það má þó alltaf bæta og gera betur. Svo væri gaman að sjá konur sem aðalþjálfara meistara-flokka innan félagsins.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn einelti og fordómum: Fræðsla og aftur fræðsla. Kenna samkennd og samvinnu og að draga fram það besta hjá hvert öðru. Kenna að allir hafa sína styrkleika og veikleika og það er hægt að nýta styrkleika allra. Svo verður auðvitað að taka á eineltismálum þegar þau koma upp innan félagsins.

Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Ég myndi byrja á því að kynda aðeins í kofanum. Næst myndi ég fylla á sápunu í klefanum hjá okkur körfubol-tastrákunum. Þetta eru stóru málin að mínu mati.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-enda: Aðstaðan er algjörlega til fyrir-myndar. Allir starfsmenn eru mjög lið-legir og maður getur alltaf mætt til þess að lyfta eða taka aukaæfingu.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Mér sýnist þróunin vera mjög góð. Öll liðin okkar eru að keppa í úrvalsdeildum, og flest þeirra eru að láta virkilega til sín taka með því að keppa um titla. Það þarf að halda vel utan um þetta. Hlúa að yngri flokka starfi og halda áfram að búa til ekki bara framúrskarandi leikmenn, heldur einnig framúrskarandi félagsmenn.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati: Allir titlarnir sem hafa unnist í íþróttageininum á árinu eru eftirminnanlegir. Þetta hefur verið frábært ár fyrir Val og félagið algjörlega sýnt styrk sinn á öllum sviðum.

Mottó: Í lífinu er það „þetta reddast“. En þegar ég er að keppa er það „Next play“ svo maður sé alltaf í bullandi nútíund í miðjum leik.

Hjólreiðakona ársins 2017

Ágústa Edda Björnsdóttir var kjörin hjólreiðakona ársins 2017 hjá Hjólreiðasambandi Íslands, en Ágústa hefur á undraskömmum tíma náð miklum árangri í hjólreiðum eftir að handboltaferlinum lauk hjá Val. Eftir viðurkenninguna hafði hún þetta um málið að segja á fésbókarsíðu sinni: „Þvílíkur heiður. Ég er óskaplega þakklát. Þetta ár er búið að vera rússíbanareid sem er ekki enn lokið. Þessi viðurkenning gefur mér því svo mikið meira en flesta grunar.“





Stelpudagurinn fyrir 13 til 15 ára Valsstelpur í öllum greinum

Ég heiti Ída og er í 4. flokki á eldra ári í handbolta. Ég ætla að segja frá minni upplifun á stelpudeginum sem var haldinn á Hlíðarenda í fyrsta sinn í ár og er ætlaður 13–15 ára stelpum

Mér finnst hugmyndin á bak við stelpudaginn mjög góð. Einu sinni á ári hittast allar stelpur í Val saman til þess að kynnst hver annarri betur. Þó að við spilum ekki allar sömu íþrótt höfum við allar það sameiginlegt að spila með Val. Mér finnst mjög mikilvægt að við stelpurnar höfum einn sérstakan dag þar sem athyglin er bara á okkur af því við stelpurnar eigum það til að gleymast í umfjöllun í íþróttum almennt. Þessi dagur er einnig mikilvægur til þess að við stelpurnar kynnumst betur og förum t.d. að mæta á leiki hver hjá annarri og sýnum stuðning.

Mér fannst þessi dagur mjög skemmti-

Efsta röð frá vinstri: Arshia Eyrún Gunnarsdóttir, Elísabet Thelma Róbertsdóttir, Tanja Kristín Árnadóttir, Diljá Dís Jónsdóttir, Ragna Guðrún Guðmundsdóttir, Emma Steinsen, Andrea Ósk Ótharsdóttir, Karen Guðmundsdóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir, Ásdís Þóra Ágústsdóttir, Salka Gústafsdóttir, Matthildur Peta Jónsdóttir. Miðröð frá vinstri: Katrín Rut Kvaran, Amanada Andradóttir Jacobsen, Karólína Ósk Erlingsdóttir, Ásdís Atladóttir, Anna Hedda Björnsdóttir Haaker, Guðrún Ólafía Þorsteinsdóttir, Hrefna Lind Pálmadóttir og Nína Remic Milansdóttir. Fremsta röð frá vinstri: Fjola Rúnarsdóttir, Kristín Anna Smári, Ylfa Guðrún Unnarsdóttir, Sigrún Ísafold Gizuraradóttir, Þórdís Daðadóttir, Birta Ósk Sigurjónsdóttir, Salóme Herdís Bjarnadóttir, Valgerður Jónsdóttir, Áróra Gunnarsdóttir, Amíra Snærós Jabali, Ólöf Sigríður Kristinsdóttir, Sunna Friðriksdóttir, Lilja Ágústsdóttir. Sitjandi fremst: Auður Hilmarsdóttir og Dagbjört Sara Viktorsdóttir

legur. Við byrjuðum á stuttri fræðslu hjá Önnu Steinsen og svo var hún búin að plana skemmtilega leiki til þess að hrista okkur betur saman. Svo förum við á fyrirlestur uppi í Lollastúku hjá rithöfundinum Kristínu Tómasdóttur þar sem hún var að fræða okkur um sjálfsmynd. Við fengum líka allar gefins boli þannig við vorum allar eins.

Ég vona að þessi dagur verði haldin árlega í mörg ár í viðbót. Einnig vonast ég til að önnur félög geri slíkt hið sama og haldi svona dag fyrir stelpurnar.

Með Valskveðju, Ída Margrét Stefánsdóttir



Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Antony Karl Gregory	Garðar Vilhjálmsson
Árni Huldar Sveinbjörnsson	Geirarður Geirarðsson
Ásmundur Indriðason	Gísli Arnar Gunnarsson
Battar-einkabjálfun í knattspyrnu	Gísli Óskarsson
Bergþór Valur Þórisson	Gríma Huld Blængsdóttir
Birgir Örn Friðjónsson	Grímur Atlason
Birkir Már Sævarsson og fjölskylda	Grímur Sæm
Bílasala Guðfinns	Guðjón Harðarson
Bjarki Sigurðsson	Guðlaugur Björgvinsson
Bjarni Ákason	Guðmundur K. Ásgeirsson
Bjarni Markússon	Guðmundur Grétar
Bjarni Sigurðsson	Guðmundur Þorbjörnsson
Björn Bragason	Guðni Bergsson
Björn Kristinsson	Guðrún Árnadóttir
Björn Amby Lárusson	Gunnar Sigurðsson
Björn Ingi Sverrisson	Halldór Einarson (Henson)
Brynja Guðmundsdóttir	Hallfríður Brynjólfsdóttir
Brynjar Harðarson	Hanna Katrín Friðriksson
Böðvar Bergsson	Hans B. Guðmundsson
Consello ehf. tryggingamiðlun	Haraldur Daði Ragnarsson
Dagur Sigurðsson	Haukur Rúnar Magnússon
Davor Purisic	Helena Þórðardóttir
Edvard Börkur Edvardsson	Helgi Benediktsson
Edvard Skúlason	Helgi Ingólfur Jónsson
Elín Rós Hansdóttir	Helgi Magnússon
Eva Halldórsdóttir	Helgi Rúnar Magnússon
Eyjólfur Ásberg Ámundarson	Hilmar Böðvarsson
Eyþór Guðjónsson	Hreggviður Daníelsson
Eyþór Leifsson (Valgerður)	Hörður Gunnarsson
Friðrik Sophusson	Hörður Hilmarsson

Frábært félag með gríðarlega mikinn metnað

Díana Dögg Magnúsdóttir er tvítug og leikur handbolta með meistaraflokki kvenna

Nám: Fjármálaverkfræði í HR.

Hvað ætlar þú að verða: Atvinnumaður í handbolta/fótbolta og svo þegar maður hættir í boltanum þá taka fjármálin bara við.

Af hverju Valur: Frábært félag með gríðarlega mikinn metnað og eina bestu aðstöðu landsins til íþróttaiðkunar.

Uppeldisfélag í handbolta: Það ku vera Íþróttabandalag Vestmannaeyja, ÍBV.

Frægur Valsari í fjölskyldunni: Jakob Sigurðsson vinstri hornamaður.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum: Þau hafa alltaf stutt mig gríðarlega vel og hafa mikla trú á mér.

Alltaf gott að hafa þabba gamla í stúkunni til þess að segja manni til í leikjum.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni: Klárlega ég, kemur enginn annar til greina.

Af hverju handbolti: Skemmtileg íþrótt sem inniheldur mikinn hraða og átök en ég spila nú líka fótbolta.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Hef spilað leiki með yngri landsliðum kvenna í fótbolta.

Eftirminnilegast úr boltanum: Vinna bikar – og deildarmeistaratitil með ÍBV í 3. flokki með því að tapa aðeins einum leik.

Markmið fyrir þetta tímabil: Mitt markmið var að gera betur í leikjum og verða betri karakter í liðinu.

Besti stuðningsmaðurinn: Klárlega fjölskyldan mín.

Erfiðustu samherjarnir: Getur oft verið erfitt að stoppa hana nöfnu mína.

Erfiðustu mótherjarnir: Alltaf erfitt að spila í gryfjunni í Eyjum þó það sé ótrúlega skemmtilegt á sama tíma.

Eftirminnilegasti þjálfarinn: Verð að segja Gulli og Svavar aka Tímon og Púmba, fyrstu meistaraflokksþjálfararnir mínir í handbolta hjá ÍBV.

Vandræðalegasta atvik: Hrundi næstum því af sviði í sumarstúlku Vestmannaeyja.

Stjörnuþá þín fyrir næsta ár: Spái sjaldan í spilin hvað þá stjórnurnar.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val: Allir leikmenn sem eiga tengingu við Eyjar sbr. Jakob Sigurðsson, fyrrverandi leikmaður, Vignir Stefánsson, Ólafur Ægir og Bubbi Mortens.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val: Get ekki valið bara eina svo ég segi allar því þær eru allar æðislegar.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val: Mér líst mjög vel á yngri flokkana hjá Val, starfið er greinilega gott og margir ungir og góðir leikmenn að mótast. Mikið af framtíðar landsliðsfólki.

Fyrirmynd þín í handbolta: Alexander Petterson hefur alltaf verið mín helsta fyrirmynd ásamt Óla Stef enda örvhent eins og þeir.

Draumur um atvinnumennsku í handbolta: Alltaf draumur að komast í deild þeirra bestu, ekki verra ef maður gæti byrjað bara í Bundesligunni.

Landsliðsdraumar þínir: Vera fastamaður í A – landsliðinu.

Hvað einkennir góðan þjálfara: Ákveðinn, skipulagður og fær leikmenn til þess að vinna vel með sér og nær því besta út úr leikmanninum.

Besta bíómynd: Sigla himinfley er ein sú besta.



Besta bók: Verð eiginlega að segja Ríkey ráðagóða búin að lesa hana svo oft enda mjög góð bók.

Uppáhalds erlenda handboltafélagið: Hef alltaf verið mikill Rhein Neckar Löwen aðdáandi.

Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi: Gríðarlega sterkt teymi sem veit nákvæmlega hvað þarf til þess að vera meðal þeirra bestu.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn einelti og fordómum: Valur getur tekið á þeim málum sem koma upp. Um leið og látið er vita af einhverju slíku að stoppa gerendur strax svo þolandri hætti bara ekki í íþróttum en ég þekki sjálf að lenda í svona leiðindamálum og var næstum hætt í öllu fyrir ekki svo löngu síðan.

Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Valur yrði alltaf besta liðið.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda: Hún er frábær og fá íþróttafélög á landinu með eins góða aðstöðu.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum: Vil bara sjá Val halda áfram því sem verið er að gera með flottu starfi og góðri aðstöðu.

Eftirminnilegasti viðburður hjá Val á árinu að þínu mati: Geggjað að horfa á strákana verða bikar- og Íslandsmeistara.

Mottó: To be a great champion you must BELIEVE you are the BEST. If you're not, pretend you are.



Mynd Þorsteinn Ólafs.

Þegar leikmenn klæðast Valstreyjunni þá eru þeir með ákveðnar kröfur á sér

Sigurbjörn Hreiðarsson, aðstoðarþjálfari meistaraflokks karla í knattspyrnu hefur unnið marga titla bæði sem leikmaður, fyrirliði og núna síðustu ár sem aðstoðarþjálfari. Enginn hefur unnið bæði Íslandsmeistara- og bikarinn bæði sem fyrirliði og þjálfari og því settist Valsblaðið niður með Sigurbirni og spurði hann út í árangurinn, bæði innan vallar, sem utan.

Fyrsti alvöru titill Sigurbjörns var bikarmeistaratitillinn sem vannst árið 1992 í frægum leik gegn KA þar sem Anthony Karl Gregory tryggði Val framlengingu með ógleymanlegu marki. Valur vann svo leikinn að lokum 5-2. Sigurbjörn rifjar þennan leik upp með okkur.

„Ég var sextán ára gutti þarna, var þá að verða hluti af mjög sterku Valsliði sem hafði notið velgengni á árunum á undan. Þetta var þriðji bikarleikurinn minn það ár og ég tekið þátt í tveimur. Ég sat á

varamannabekknun. Við lentum undir 0-2, hörkuleikur í miklum vindi. Við minnkuðum muninn í 1-2 og eftir það var stanslaus sókn að marki KA. Stuðningsmenn og jafnvel menn á varamannabekknun voru tilbúnir að yfirgefa svæðið þegar við jöfnum. Fyrir mér voru þetta geggjúð forréttindi að fagna þessu og fá að taka þátt í því yfir höfuð.“

Hefur Sigurbjörn núna á síðustu árum í þjálfun mfl.karla getað miðlað sinni reynslu af þessum úrslitaleik 92 til yngri leikmanna sem hafa verið að upplifa sína fyrstu úrslitaleiki?

„Maður miðlar því helst til leikmanna að þó að stundin sé stór, að gera hana ekki yfirþyrmandi og stærri en hún er fram að leik. Frá síðasta deildarleik og fram að úrslitaleik er bara bið eftir leiknum. Þar skiptir mestu máli að gera dagana á undan stresslausu og ekki mikla hlutina neitt. Þegar að leikdegi og svo leiknum sjálfum kemur þá eiga menn að finna tilhökkun, ekki hræðslu eins og oft getur gerst. Ef það næst upp þá taka leikmenn inn sjálft augnablikið og eru ekki að þæla í útkomu heldur taka þátt í leiknum.“

Sigurbjörn varð Íslandsmeistari með Valsliðinu árið 2007. Þá tryggði liðið sér nánast sigur í næstsíðustu umferð

mótsins með sigri á FH á útvelli. Valsmenn fögnuðu svo Íslandsmeistaratitlinum eftir sigur á HK á Laugardalsvelli í lokaumferðinni. Árið eftir, 2008, komu Valsmenn inn í Íslandsmótið sem meistarar og steinlágu 2-5 í Keflavík. Núna tíu árum seinna koma Valsmenn á ný sem meistarar inn í Íslandsmótið: hvaða lærdóm þarf að draga af stöðunni fyrir tíu árum?

„Á síðasta tímabili vorum við besta liðið og stefnan er auðvitað á að bæta ofan á það. Því ætti það að vera þannig að þegar lið mæta okkur þá verði það aðal-leikurinn hjá mótherjanum. Lið gíra sig sjálfkrafa upp og mæta á 100% gasi og því þurfum við sjálfir hafa hafa allt okkar á hreinu. Maður skyldi ætla að hver og einn einasti leikmaður eigi að vera þannig að þegar þú ert að mæta andstæðingi sem er talinn sterkari en þú þá þarftu að mæta tilbúinn, þannig munu andstæðingar Vals hugsa.

Við Valsmenn þurfum að átta okkur á því að við höfum ekki unnið neitt á þessu komandi ári. Allir mæta með núll stig. Við komum ekki til með að græða neitt á þessu meistaraári nema með því leikmenn mæti í hvern einasta leik og verkefni með hugarfar meistarans sem er að gefa ekki færi á sér og stíga aldrei af bensíninu og bera ábyrgð á því að vera í meistaraliði og þannig leggja sig alla í

verkefnið. Þegar leikmenn klæðast Valsstreyjunni þá eru þeir með ákveðnar kröfur á sér.

Það er alveg ljóst að knattspyrnuleg gæði hér í Val eru sannarlega til staðar. Knattspyrnan er að stórum hluta hugarfarið og núna er ekki tíminn til að vera saddur því að núna er lag, að ef menn eru tilbúnir að spýta í lófa og gefa áfram í, þá er tækifæri til að gera það sem hefur hefur ekki verið gert lengi hér í Val, að vinna Íslandsmeistaratitilinn annað árið í röð. Við stefnum sannarlega á það. Menn þurfa að mæta í hvern leik og eingöngu einblína á þann leik, ekki þá fimm næstu. Það er hættulegast af öllu að vera sátur eftir sigur og halda að það skili þér inni næsta verkefni eitt og sér. Að mínu mati er einn af lykilþáttunum til að viðhalda velgengni að stuða hóp og bæta nýjum leikmönnum í hópinn og þannig stuða þá sem fyrir eru, afgerandi karaktera. Það fara allir á tærnar aftur. Liðsheildin þarf að mótast aftur, menn þurfa aftur að vinna sér sessinn ef svo má segja.”

Hvernig fóru Sigurbjörn og Ólafur að því að halda leikmannahópnum einbeittum allt síðasta tímabili?

„Skipulagið var bara þannig að í vikunni fyrir leik fengu leikmenn næsta verkefni, næsta andstæðing og það var full einbeiting á næsta leik og ekkert annað. Við lögðum mikla áherslu á að einbeita okkur bara að næsta andstæðingi. Svo eins og oft áður þegar vel gengur þá fór bara snjóbolti af stað og gékk vel eftir.”

Hver er munurinn á því að verða Íslandsmeistari sem leikmaður og svo sem þjálfari?

„Það er gríðarlegur munur. Sem leikmaður ertu meira í svona egóískri þælingu, þín saga í raun. Það er frábært að hafa unnið og augnablikið sjálft þegar titilinn er klár er meira. Sem þjálfari þá síast sigurinn inn yfir lengri tíma. Ferlið allt er meira yfirvegað. Þú gleðst yfir svo mörgum hlutum, það eru svo margar litlar sögur í titlinum sem vinnst. Á sjálfu augnablikinu þegar bikar vinnst þá er líklega skemmtilegra að vera leikmaður. Til lengri tíma litid, þegar allt sigurferlið er búið að síast inn, þá kanntu að meta þetta mjög mikið sem þjálfari. Þú ert líka að hugsa um svo miklu fleiri hluti sem þjálfari en leikmaður. Bæði eru hins vegar rosalega skemmtilegar upplifanir á sinn hátt. Óneitanlega var stemningin sérstök á nýliðnu tímabili þegar við unnum Íslandsmeistaratitilinn af því að þetta

vofði svo lengi yfir. Það biðu svo margir eftir því að við kláruðum mótið. Það er allt annað að vinna mót í lokaleik.”

Það er ekki hægt annað en að spyrja þennan mikla keppnismann út í bikarúrslitaleikinn fræga gegn KR frá árinu 2015. Valur vann 2-0 og að flestra mati var þetta mun meira en bara einn knattspyrnuleikur. Sigurbjörn rifjar hann upp með okkur.

„Ég er sammála því, þetta var alveg frábært. Það hefur sjaldan verið jafn afgerandi eins og hvernig við lögðum þennan tiltekna leik upp. Þessi leikur var lengi í huga, þ.e. hvernig við ætluðum að spila þennan úrslitaleik. Undirbúningurinn í vikunni var eilítið brotinn upp. Enginn pressa eða kvöð á leikmönnum. Ég fann það strax í vikunni og upphitun að

eitthvað gott væri að fara að gerast. Að vinna þennan leik var frábært. Þeim var spáð sigri. Almenningsálitið var að KR ætti að vinna leikinn í aðdraganda leiksins. Valsmenn voru búnir að spila vel þetta tímabilið en skorti stöðugleika. Við þurftum að sýna í eitt skiptið fyrir öll að við værum Reykjavíkurrissinn.”

Að lokum er Sigurbjörn spurður um hvað hann sjái framundan hjá Val?

„Ef rétt er haldið á málum hérna hjá félaginu og vandað vel til verka, orka sett í yngri flokkanna þá er margt gott hægt að gera. Uppbyggingin og aðstaðan er sannarlega til staðar en það eitt og sér er ekki nóg því það er mannlegi þátturinn, þjálfunin, gildi félagsins og fyrirmyndirnar sem er stærsti þátturinn í að ná og viðhalda árangri.“



Stefán Hilmarsson stoltur Valsmaður á herrakvöldi Vals með þrjá meginbikara ársins.

Stoltur Valsmaður á herrakvöldi félagsins í gær

Hefur sú samkoma vaxið mjög hin seinni ár og er orðin stórglæsileg í alla staði. Byggir þetta auðvitað allt á fórnfúsu starfi drífandi félaga, en Valsmenn búa að því leyti vel nú sem fyrr. Í opunararræðu rifjaði Þorgrímur Bráinsson upp hugsjónir framsýnna framámanna félagsins forðum, sem settu markið hátt þegar ráðist var í kaup á jörðinni Hlíðarendu. Með metnaði og atfylgi ótal félaga í stóru og smáu gegnum árin hefur tekist að gera Val að einu öflugasta íþróttafélagi landsins, ef ekki því allra öflugasta, þegar horft er til fjölmargra þátta. Að sigra leiki og mót er bara einn þessara þátta, en alls ekki sá mikilvægasti. Víst er gaman og gefandi að sigra, en mest er þó um vert hið góða starf sem unnið er að Hlíðarendu dag hvern, starf sem stællir ekki bara skrokka, heldur einnig hugi hinna fjölmörgu sem æfa hjá Val um lengri eða skemmri tíma. Öflug íþróttafélög skilja eftir sig lífsspor víða; efla samvinnu, vináttu, samkennd og bræðralag.

Stefán Hilmarsson. (Félsbókarkærsla daginn eftir herrakvöld Vals 2017 birt með leyfi höfundar)



Séra Friðrik Friðriksson:

Danmerkurferð Valsmanna 1931

Séra Friðrik kynnti Valsmenn fyrir öðrum þjóðum. Þegar Valur varð 20 ára snemmsumars 1931 leiddi hann Íslandsmeistara félagsins til meginlands Evrópu, fyrsta íslenska knattspyrnuflokkinn sem þar keppti. Söguna hafa margir sagt, bæði í dagblöðum og Mánaðarblaði KFUM í Danmörku. Hér heima í Valsblöðum 1936 og 1961. En frásögn séra Friðriks af ferðinni hefur aldrei verið prentuð fyrr en í þessu Valsblaði ársins 2017. Í hárrí elli, blindur og með Havanavindil, rifjaði séra Friðrik upp ferðasöguna og gladdi sjálfan sig með því. Vinir hans tóku upp á segulband það sem hér fer á eftir:

Það er upphaf þessa máls, að árið 1931 var mikið um það talað um veturinn, að Knattspyrnufélagið Valur tæki sér ferð til Danmerkur og þreytti þar kapp við knattspyrnuflokka í KFUM. Hafði félagið fengið boð frá KFUM í Danmörk. Og var nú mikill hugur í mönnum á 20 ára afmæli Vals. Sérstaklega var spurningin hvernig við ættum að fara að því að kljúfa þann mikla kostnað sem hlaut að fylgja slíkri för og svo margra manna, og hvernig áttum við að fara? Svo stóð á að nokkrum árum áður hafði ég samið skáld-sögu um knattspyrnuþróttina og lesið hana upp á fundum Vals. Hún var bara á lausum blöðum. En nú þegar afráðið var að við skyldum fara til Danmerkur þá komu Valsmenn til mín og spurðu mig að því hvort ég vildi ekki gefa þeim handritið að sögunni og lofa þeim að gefa hana út til þess að létta á kostnaðinum. Ég hló nú að þeim og reiknaði út að ef þeir gæfu hana út mundi það kosta a.m.k. 2–3 þúsund – og ef hún seldist ákaflega vel þá mundum við fyrst fara að fá peninga eftir svo sem 3 ár. En þeir vildu ekki heyra þetta og sögðust geta komið henni í peninga miklu fljótar svo að ég gaf eftir og hraðaði mér að fullgera handritið og búa það undir prentun og bætti við einum kafla. Síðan var handritið sent í prentsmiðju og gengið að því með miklum dugnaði. Valsmenn höfðu þegar skrifað

Valsmenn halda utan 1931, flott klæddir og til fyrirmyndar með leiðtogann og fararstjórnann séra Friðrik Friðriksson innanborðs. Dagurinn er 16. júní 1931 og skipið heitir els Lyra. Ferðinni er heitið til Danmerkur með viðkomu í Færeyjum og Noregi. Valur var fyrsta íslenska liðið sem sigldi út og keppti á meginlandi Evrópu.

sig sem áskrifendur, hver meðlimur fyrir nokkrum eintökum. Í maí um vorið kom bókin út, bundin í skemmtilegt band, og var lagleg bók að sjá. Svo var hún send á markaðinn og á tveimur dögum seldust eitthvað nálægt 500 eintökum og eftir nokkra daga var svo komið að við gátum borgað allan kostnaðinn við útgáfuna og áttum til góða um 5000 krónur í sjóði. Þetta var náttúrulega ágætur styrkur til fararinnar – þó meira þyrfti með. Það var tekið til ýmissa annarra ráða, t.d. hélt Valur skemmtun í sal KFUM og það kom gríðarmikið inn fyrir þá skemmtun. Það voru haldnir a.m.k. tveir knattspyrnu-leikir til ágóða fyrir fyrirtækið. Svo var leitað samninga um kostnað við ferðalögin. Ég fór á fund sendiherra Norðmanna og talaði við hann um málið. Hann tók mér ákaflega vel og kvaðst mundi hafa samband við ráðamenn *Bergenska* skipafélagsins um það hvort það vildi gefa einhvern aflátt á ferðakostnaði. Nokkrum dögum seinna gerði hann



Væringjar stofnaðir innan K.F.U.M. í Reykjavík á sumardaginn fyrsta, 23. apríl 1913.

mér boð og sagði mér að þeir mundu gefa, að mig minnir, þriðjungs afslátt af ferðinni til Bergen. Þetta voru ágætis tíðindi.

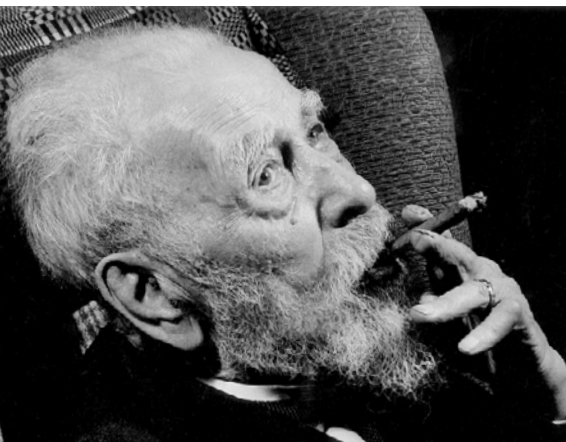
Þegar undirbúningi var lokið gengum við svo um borð í „Lyru“ og héldum af stað. „Lyra“ var ágætt skip og skemmtilegt mjög og við undum okkur þar hið besta. Við vorum alls 18 saman í förinni, að mér meðtöldum og fóstursyni mínum Adolf. Ég gaf honum þessa för með mér til Danmerkur í fermingargjöf, því að hann var fermdur þá um vorið. Og mig langaði mjög til þess að hafa hann með margra hluta vegna. Við fengum ágætis verður og komum við í Vestmannaeyjum og héldum svo austur um sollinn sæ, eins og leið liggur og til Færeyja, því að þar átti skipið líka að koma við. Á leiðinni sendum við skeyti til Færeyja, til knattspyrnufélagsins í Þórshöfn. Þeir vildu gjarnan að við hefðum kappleik þar. Við komum svo til Færeyja í ljómandi vedri snemma morguns. Við fórum í land og var okkur vel fagnað og við skoðuðum Þórshöfn og næsta nágrenni. Um kvöldið var kappleikur milli Vals og Þórshafnarmanna – mjög skemmtilegur leikur að mörgu leyti sem endaði með sigri Vals 3 : núll. Færeyingar tóku ósigrinum með sæmd og héldu veislu fyrir okkur um kvöldið. Að henni lokinni fórum við niður á bryggju. Þar beid okkar bátur sem átti að flytja okkur um borð í Lyru, en það skyggði nokkuð á gleðina að okkur vantaði tvo af hópi Valsmanna sem ekki komu niður á bryggjuna. En við gátum ekki beðið og fórum um borð í skipið í von um að þeir kæmu þá með næstu bátum því að það voru margir bátar komandi og farandi. Biðum við því með miklum spenningi þegar bátarnir voru að koma. Svo kom burtfarartíminn. Lyra hafði flautað til brottferðar í þriðja sinn og ekkert bólaði á þeim. Við fórum því til skipstjórans og spurðum hvort hann gæti ekki frestað ferðinni ofurlítið. Gjörði

hann það góðfúslega. Og loksins komu þeir. Var þá búið að bíða um þrjá stundarfjórðunga eftir þeim. Skipstjórinn var orðinn dálítið óþolinmóður en tók þessu ótrúlega vel og sagði ekkert við piltana, en ég sagði þess fleira við þá og talsvert þung orð. Þeir fengu raunar rokna skammir frá mér og frá leiðtoga ferðarinnar. Ég var reyndar fararstjóri, en leiðtogi ferðarinnar auk mín var Jón Sigurðsson, síðar borgarlæknir. Þeir lofuðu bót og betrun, að þeir skyldu aldrei koma of seint aftur og það héldu þeir drengilega það sem eftir var ferðarinnar.

Svo sigldum við austur í átt til „Gamla Noregs“ og við komum snemma morguns að landi, þ.e.a.s. skerjagarðinum. Þótti okkur gaman að sigla um sundin milli skerja sem þar eru. Það er hin allra dýrlegasta innsigling. Við höfðum ágæta fjallasýn. Fjöll Noregs gnæfðu upp og blöstu við augum og við vorum sammála um að þau væru mjög falleg, en þó ekki eins falleg og íslensku fjöllin. Það vantar eitthvert líf í norsku fjöllin, þau eru svo kollótt. Þó eru þau e.t.v. að sumu leyti falgri en okkar fjöll, því að það svo mikið granít í fjöllunum í Noregi. Við komum svo til Bergen, eða Björgvinar, ég held að það hafi verið um kl. 12 um daginn. En það var ekki ætlunin að efna til kappleiks þar svo að við skemmtum okkur í Björgvin um daginn. Ég fór nú nokkuð minna eigin ferða. Ég fór meðal annars, ásamt Adolf, og heilsaði upp á biskupinn, biskup Hornestad, sem var einn af mínum ljúfustu vinum í Noregi. Fengum við þar ákaflega góðar viðtökur. Við bjuggum annars á hóteli og þangað komu blaðamenn og vildu hafa tal af okkur. Daginn eftir kom svo stór grein um okkur í einu dagblaðanna þar. Síðan lögðum við af stað frá Björgvin, áleiðis til Kaupmannahafnar og áttum við að fara þá stórkostlegu leið yfir öll norsku fjöllin. Það var mér til mikillar gleði að á götu í Bergen hittu ég ungan vin frá Akranesi,

það var Sturlaugur, sonur Haraldar Böðvarssonar. Hann bjó þar um þessar mundir. Lestin brunaði síðan með okkur eins og leið liggur. Margir félaganna höfðu aldrei ferðast með lest áður og þótti það allnýstárlegt og sjá hvernig lestin sveif áfram um fjöll og dali, sífellt upp í móti uns komið var í Vossfangen. Þar er mjög fagurt útsýni og fagurt landslag. Síðan lá leiðin ennþá hærra upp, uns komið var í há-jökla, þar sem jökullinn náði alla leið niður að brautarteinunum. Það var einnig mjög skemmtilegt að fara í gegnum þau mörgu jarðgöng sem voru á leiðinni, ein þeirra eru fimm kílómetrar á lengd. Við höfðum nóg til þess að skemmta okkur við um daginn. Einnig þótti okkur mjög fallett þegar við komum niður úr aðalfjöllunum niður í Hringaríki. Við fórum þar í gegn sem leiðin lá til Oslóar, en ekki man ég um hvaða leyti dags það var. Fengum við þar gistingu á hóteli sem áður hafði verið tryggð. Áttum við þar ágæta nótt og dvöldum síðan allan næsta dag í Osló og notuðum hann til þess að sjá m.a. Holmenkollen. Síðdegis fengum við lánaðan grasvöll til þess að æfa okkur á, því að enginn okkar manna hafði áður leikið á grasvelli. En það hafði ekki verið undirbúinn neinn kappleikur þar. Um kvöldið fórum við með lestinni frá Osló fram með hinum yndisfagra Oslóarfirði, Víkinni, og svo inn í Svíþjóð. Komun við um morguninn til Gautaborgar og fengum þar ágætis morgunverð meðan lestin stóð við.

Héldum við svo áfram alla leið til Helsingborg, sem er við Eyrarsund Svíþjóðarmegin. Við stönsuðum þar náttúrulega ekkert og fórum strax um borð í ferjuna sem átti að flytja okkur til Danmerkur yfir sundið. Það er um það bil hálf tíma ferð og þá komum við að Helsingör. Þar rákumst við á gamlan kunningja minn sem er læknir þar í borginni, dr. Kaldan, sem er Íslendingur og gamall vinur minn og lærisveinn. Ég



Ég sagði þá við mína menn að þeir skyldu ekki hugsa eins mikið um fegurðina og kappið, en þó innan löglegra marka, því hér væri við hálfgerða fanta að eiga.

hafði kennt honum undir skóla. Þaðan fórum við svo til Kaupmannahafnar. Þegar við komum á aðal-járnbrautarstöðina og lestin stöðvaðist, þá stóð þar stór hópur manna til þess að taka á móti okkur. Þar var fjöldi ungra manna úr KFUM, sérstaklega úr knattspyrnufélagi KFUM í Kaupmannahöfn. Þar var m.a. mættur aðal forráðamaður og reikningshaldari félagsins í Kaupmannahöfn, sem hét Carl Andersen. Hann hafði í mörg ár verið ráðunautur félagsins í fjármálum og rækt það starf með mestu prýði. Var okkur tekið með mikilli vinsemd og farið með okkur í KFUM í Gothersgade 115. Inngangurinn er raunar frá Rosenborgsgade 15. Það er stór og mikil bygging. Ég var nú eins og heimamaður þar því að ég hafði svo oft verið þar áður. Þar hafði

verið útbúinn heill salur, sem svefnhýsi fyrir okkur. Þar var matur til reiðu og borðuðum við saman í hinum stóra matsal félagsins, sem rúmar nokkur hundruð manns. Eftir það var farið með okkur á víð og dreif af ýmsum vinum íþróttarinnar til þess að sýna félögnum borgina og ýmsa staði þar fyrir utan. Daginn eftir var í ráði að fara stóra skemmtiferð á vegum KFUM til hinna frægu staða Friðriksborgarhallarinnar, þar sem geymt er eitt hið fegursta safn í sögu Dana, og svo út til Gilleleje sem er ákaflega fagur baðstaður. Á leiðinni þaðan komum við við og heimsóttum konungsritarann, Jón Sveinbjörnsson, sem var gamall skólabróðir minn og vinur. Hann bjó þar í stóru húsi, bæ, sem hann kallaði Landakot. Þar var tekið á móti okkur með mestu virktum og við sátum þar að snæðingi um eftirmiðdaginn. Síðan var förin haldið áfram og skoðuð Helsingjaeyri aftur og þar voru fyrir læknishjónin Sigtryggur Kaldan og kona hans og margir af vinum mínum á Helsingjaeyri, sem mér þótti afar gaman að sjá. Ókum við svo til Kaupmannahafnar um kvöldið. Daginn eftir átti svo að vera fyrsti kappleikurinn milli liðs KFUM í Kaupmannahöfn og okkar. Var þetta auðvitað ákaflega spennandi. Það var dálítill rigning síðdegis svo að ég kveið dálítið fyrir þar sem Íslendingarnir höfðu aldrei áður leikið á grasvelli, þá mundi það verða hált fyrir þá og erfitt að átta sig á aðstæðum. Um kvöldið var komið ágætis veður og engin rigning en talsvert hált á vellinum. Svo hófst kappleikurinn. Fánar Danmerkur og Íslands blöktu yfir svæðinu. Ég tók mér stöðu á áhorfendasvæðinu og þar voru margir komnir til þess að

horfa á leikinn, þar á meðal sendiherra Íslendinga í Danmörku, Sveinn Björnsson, seinna forseti landsins, dr. Kaldan frá Helsingjaeyri og margir fleiri kunnir menn. KFUM-menn fjölmenntu að sjálf-sögðu og var aðsóknin ákaflega góð. Mér leið hálfilla fyrstu 10 mínúturnar því að í upphafi voru Valsmenn miklu meira á höfðinu en fótunum, alltaf að detta, og andstæðingarnir settu tvö mörk á fyrstu mínúturnum, svo að mér leist ekkert á blikuna, ef þessu ætti að halda svona áfram allan leikinn. En það var alveg undravert hve fljótt Valsmenn komust upp á lagið, eftir að þeir höfðu áttað sig málum. Fyrri hálfleik lauk með tveim mörkum gegn einu frá Valsmönnum. Í seinni hálfleiknum gerðu liðin sitt markið hvort. Svo leikurinn endaði nokkurn veginn viðunandi. Blöðin daginn eftir fóru mjög hrósandi orðum um kappleikinn og gátu þess, að Íslendingarnir hefðu aldrei áður leikið á grasvelli svo að það hefði verið eftirtektarvert hvernig þeir tóku framförum eftir því sem á leikinn leið. Þó að við biðum þarna ósigur, var það þó enginn smánar ósigur, heldur þvert á móti. Þennan dag var okkur boðið að sjá ráðhús borgarinnar sem gnæfir hátt yfir alla borg með glæsilegum turni sínum. Þar vorum við gestir borgarstjórnar Kaupmannahafnar og fengum þar hinar bestu veitingar og nutum þess að ganga þar um sali þessarar stóru byggingar. Um kvöldið var svo haldið samkvæmi í KFUM fyrir okkur.

Næsti áfangi ferðarinnar var sá, að við áttum að leika næsta leik í Odense, sem er höfuðborgin á Fjóni. Fórum við þangað á ferjunni yfir Stórabelti og lest til Odense. Þar var okkur tekið ákaflega vel af knattspyrnufélagi Odense (KFUM). Var farið með okkur í mikla ökuferð umhverfis Fjón, til Svendborgar og fleiri staða. Fjón er svo fallegt land að það er stundum kallað aldingarður Danmerkur. Um kvöldið hófst leikurinn sem fór heldur betur fyrir okkur. Honum lauk með 6 gegn einu marki, okkur í vil. Það má telja yfirburða sigur. Næsta dag áttum við að leika í Fredericia. Við höfðum frétt það að þar mættum við eiga von á talsverðri mótspyrnu því að knattspyrnulið þeirrar borgar þótti vera mjög sterkt. Þar fengum við líka hinar ágætustu viðtökur. Við komum þangað rétt eftir hádegi og

Séra Friðrik og Valsliðið frækna. Sigur-sælir séntilmenn í Sjálandssól sumarið 1931.





Danmerkurfarar Vals 1931. Aftasta röð frá vinstri: Snorri Jónsson, Hrólfur Benediktsson, Einar Björnsson, Jón Kristbjörnsson og Bjarni Guðbjörnsson. Miðröð frá vinstri: Geir Ólafsson, Agnar Breiðfjörð, Hólmgeir Jónsson, Ólafur Sigurðsson, Pétur Kristinsson, Halldór Árnason, Jóhannes Bergsteinsson, Frímann Helgason. Fremsta röð frá vinstri: Björn Sigurðsson, Jón Eiríksson, séra Friðrik Friðriksson, Jón Sigurðsson og Axel Gunnarsson.

var farið með okkur í skemmtiferð nokkuð suður um Jótland og að gömlu landamærunum milli Danmerkur og Þýskalands, þegar Þjóðverjar héldu Suður-Jótlandi. Kappleikurinn var svo háður um kvöldið og höfðum við sigur 6 mörk á móti 2 – það var glæsilegt.

Næsta dag áttum við að vera í Kolding sem er nokkuð stór bær sunnarlega á Jótlandi og hlakkaði ég til að koma þangað, því að þar átti ég marga góða vini, og nokkrum árum áður hafði ég fengið þann heiður að vígja knattspyrnuvöll KFUM í Kolding.

Þegar fregnir um sigra okkar höfðu borist til Kolding, urðu liðsmenn þar allhræddir svo að þeir höfðu fengið til liðs við sig tvo stæltu liðsmenn norðar frá Jótlandi, sem ekki voru í KFUM, en voru orðlagðir knattspyrnunnillingar. Það var eiginlega andstætt því, sem ætlast var til því að upprunalega áttu það eingöngu að vera KFUM-menn. Kolding-menn tóku vel á móti okkur og fóru með okkur í skemmtiferð um nágrennið. Um kvöldið hófst svo kappleikurinn sem var mjög fjölsóttur af áhorfendum. Við fundum það strax í upphafi að hér var ekki við lambið að leika sér, og andstæðingarnir harðir í horn að taka og leikurinn virtist ætla að verða talsvert grimmur. Ég sagði þá við mína menn að þeir skyldu ekki hugsa eins mikið um fegurðina og kappið, en þó innan löglegra marka, því hér væri við hálfgerða fanta að eiga. Þeir gerðu það svo, en fóru að öllu príðmannlega, eins og Valsmenn hafa alltaf lagt áherslu á, en þetta var feiknarlega harður leikur. Honum lauk mér til mikillar gleði með

sigri Vals 5 mörk gegn tveimur svo að það var nokkur sárabót. Þar var okkur síðan haldin veisla, eins og í Odense og Fredericia, sem stóð fram á nótt. Ég var nú orðinn talsvert kvíðafullur því að við höfðum nú leikið þrjá kappleiki þrjú kvöld í röð og áttum daginn eftir að leika okkar síðasta kappleik í Silkeborg og var all-löng leið þangað og ég bjóst við að Valsmenn væru orðnir ákaflega þreyttir.

Síðan fórum við til Silkeborgar og gengum frá járnbrautarstöðinni upp í hús KFUM. Þar blakti ákaflega stór fáni við húsdynnar, danskur og hins vegar við dynnar annar jafnstór, íslenskur. Þar var tekið ákaflega hjartanlega á móti okkur. Eftir var til skemmtiferðar upp á Himmelbjærget, sem talið er hæsta fjall í Danmörk. Við mundum nú ekki kalla það fjall, heldur háls, eða eitthvað svoleiðis. En ferðin þangað var ákaflega skemmtileg og útsýnið þaðan fagurt. Síðan fórum við aftur til bæjarins. Um kvöldið fór svo fram kappleikurinn, fallegasti kappleikur sem háður var í þessari ferð. Það var auðvitað leikið af mesta kappi, en allt öðruvísi en í Kolding. Það gladdi okkur líka að þar var komið með stóran blómsveig til Vals þegar kappleikurinn byrjaði. Leikurinn fór þó svo, að við töpuðum með 1 marki gegn 3. En það vorum við Valsmenn allir sammála um að við vildum heldur tapa tvisvar í Silkeborg heldur en einu sinni í Kolding. Að lokum var svo veisla en við vorum satt að segja talsvert þreyttir. Veislan stóð til miðnættis en þá urðum við að leggja af stað með lestinni til Arósa, en þaðan áttum við að fara með skipi til Kaupmannahafnar, því

að nú var að renna út sá tími sem Valur hafði til Danmerkurvalar. Á skipinu fengum við svefnpláss og nutum góðrar hvíldar. Við höfðum einn dag í Kaupmannahöfn til þess að kveðja og sjá okkur um og gjöra þau innkaup, sem menn höfðu löngun til. Morguninn eftir var svo lagt af stað með Gullfossi heim á leið, þ.e.a.s. þar kvaddi ég mína kæru Valsmenn, því að ég varð eftir í Danmörk, ásamt Adolf fóstursyni mínum. Þeir sigldu síðan yfir saltan sæ til Edinborgar. Ef ég man rétt háðu þeir kappleik þar, en ég man ekkert nánar um það. Þeir komu glaðir og ánægðir aftur til Reykjavíkur. Það kom grein í Mánadarblaði KFUM um ferð þeirra og heimkomu og látið vel af ferðinni og allir voru glaðir, því að Valur hafði sýnt að hann dugði nokkuð, hafði sigrað í þrem leikjum og tapað tveim. Höfðum skorað 17 mörk en fengið 10. Það var almannarómur bæði hér heima og ytra að förin hefði verið til mikils sóma ekki aðeins KFUM heldur einnig landinu.

Lang- lang- skemmti- legasta kvöld ársins

Kvennakvöld Vals að festa sig í sessi

Mikið stuð var á kvennakvöldi Vals sem var að þessusinni haldið í byrjun október 2017. Fjölmargar konur á öllum aldri nutu góðra veitinga á og fjölbreyttra skemmtatriða og áttu góða samveru-
stund í Valsheimilinu. Gyða galdraði fram gómsætar kræsingar. Margrét Erla Mack kom með Beyoncestuð og kenndi Valskonum að twerka. Hin eina og sanna Hansa stjórnaði veislunni og tók nokkur lög. Hafrún og Sonja stjórnðu svo tónlistinni eftir borð-
hald og héldu uppi stuðinu. Ljósmyndir: Baldur Þorgilsson.



BIRAUD
— & CO —



...EKKERT VÍST AÐ ÞAÐ KLIKKI

ÁFRAM VALUR



„Bara geggjald“

spjallað við Kára Daníel Alexandersson í 3. flokki A í fótbolta

Við settumst niður með honum í smá spjall.

Hvernig fannst þér komast í þessa tvo hópa?

Bara geggjald.

Hver var helsti munurinn á Reykjavík-urúrvalinu og landsliðshópnum?

Það var miklu meira tempó á landsliðsæfingunum. Strákarnir voru betri og þjálfunin líka. Alvaran er meiri og fleiri þjálfarar að fylgjast með. Þegar allir inni á vellinum eru mjög góðir verður spilið miklu hraðara og skemmtilegra.

Hver er fyrirmyndin þín í boltanum?

Pogba er minn maður. Hann er stór en samt með mikla tækni og mjög fjölhæfur, getur spilað margar stöður. Mjög góður

að dribbla, góður að senda og getur líka skorað.

Hugsar þú mikið um næringu og þjálfun fyrir utan venjulegar fótboltaæfingar?

Ég drekk aldrei gos og borða nánast aldrei nammi. Ég passa mig líka á því að borða hollan og góðan mat og alltaf nógu mikið fyrir æfingarnar. Við erum á þrekæfingum einu sinni í viku og svo reyni ég að fara í gymmið þrisvar til fimm sinum í viku.

Hefurðu sett þér einhver markmið í boltanum?

Komast í næsta landsliðshóp og svo vonandi komast að hjá einhverju liði úti.

Hallgrímur Helgason tók saman

Kári Daníel Alexandersson, leikmaður 3. flokks Vals, var í byrjun sumars valinn í Reykjavíkúrval drengja fæddra 2003 og lék með liðinu á Norðurlandamóti höfuðborga sem haldið var í Osló. Íslenska liðið vann mótið, strákarnir unnu Osló 4-0, Kaupmannahöfn 5-1 og Helsinki 8-0 og töpuðu aðeins einum leik, 0-1 gegn Stokkhólmi. Í haust var Kári Daníel síðan valinn í U15 ára landsliðshóp Íslands og æfði með honum fyrir tvo landsleiki sem leiknir voru gegn Færeyjum í lok október.



CINTAMANI

dress code iceland

snapchat/cintamani.is + facebook/cintamani.iceland + instagram/cintamani_iceland
bankastræti + kringlan + smáralind + austurhraun + akureyri + www.cintamani.is



Meistaraflokkur kvenna í körfubolta 2017–2018. Aftari röð frá vinstri: Darri Freyr Atlason þjálfari, Bylgja Sif Jónsdóttir, Regína Ösp Guðmundsdóttir, Elín Sóley Hrafnkelsdóttir, Ragnheiður Benónisdóttir, Ásta Júlía Grímsdóttir og Alexandra Petersen. Fremri röð frá vinstri: Helga Þórsdóttir, Kristrún Sigurjónsdóttir, Hallveig Jónsdóttir, Guðbjörg Sverrisdóttir fyrirliði, Kristín María Matthíasdóttir, Dagbjört Dögg Karlsdóttir, á myndina vantar Dagbjörtu Samúelsdóttur og Elfu Falsdóttur. Mynd Guðlaugur Ottesen Karlsson.

Báðir meistaraflokkar körfunnar í efstu deild og bjart framundan

Ársskýrsla körfuknattleiksdeildar 2017

Þjálfarar meistaraflokkana fyrir yfirstandandi tímabil eru Ágúst Björgvinsson sem er að þjálfa karlalíðið sjötta árið í röð og Darri Freyr Atlason sem tók við kvenna-

líðinu í sumar. Tímabilið hefur farið vel af stað hjá báðum liðum og þegar þetta er ritað situr kvennaliðið eitt á toppi Úrvalsdeildarinnar og karlalíðið er í 8. sæti sem er vel af sér vikið fyrir nýliða í úrvalsdeildinni.

Í stjórn deildarinnar sitja Gunnar Skúlason, formaður, Grímur Atlason, Gunnar Zoëga, Lárus Blöndal og Svali Björgvinsson sem situr einnig fyrir hönd körfuknattleiksdeildar í aðalstjórn. Sem fyrr eru stjórninni innan handar traustir aðilar til að hjálpa til við fjáraflanir, umsjón leikja o.fl. Stjórn vill koma á framfæri þökkum til þessara aðila og eru nokkur nöfn sem ekki er hægt að sleppa að koma á framfæri. Bjarni Sigurðsson, Ragnar Þór Jónsson, Steindór Aðalsteinsson, Sveinn Zoëga og Torfi Magnússon, þessir menn ásamt fleirum leggja hönd á plóg og er það ómetanlegt fyrir körfu-

knattleiksdeildina að hafa svona trausta aðila til hjálpa til við að láta allt ganga upp. Hér næst verður farið yfir tímabilið sem lauk síðastliðið vor.

Meistaraflokkur kvenna

Í ár eru 10 ár frá því að meistaraflokkur kvenna var endurvakinn hjá félaginu. Það var haustið 2007 sem leikmenn Íþróttafélags Stúdentna (ÍS) skiptu yfir í Val og Valur tók sæti í efstu deild en ÍS var lagt niður um leið. Valskonur rétt misstu af því að komast inn í úrslitakeppnina vorið 2017 og var það öllum nokkur vonbrigði. Darri Freyr Atlason tók við liðinu fyrir yfirstandandi tímabil af Ara Gunnarssyni sem þjálfað hefur meistaraflokk kvenna undanfarin 2 tímabil. Darri Freyr hefur þjálfað yngri flokka og meistaraflokk kvenna hjá KR og var m.a. valinn besti



Guðbjörg Sverrisdóttir undirbýr skot.



Meistaraflokkur karla í körfubolta 2017–2018: Aftari röð frá vinstri: Þorgrímur Guðni Björnsson aðstoðarþjálfari, Illugi Steingrímsson, Bergur Ástráðsson, Urald King, Gunnar Andri Viðarsson, Birgir Björn Pétursson, Sigurður Páll Stefánsson, Þorgeir Kristinn Blöndal, Högni Egillsson og Ágúst Sigurður Björgvinsson þjálfari. Fremri röð frá vinstri: Oddur Birnir Pétursson, Gunnar Ingi Harðarson, Benedikt Blöndal fyrirlíði, Austin Magnús Bracey, Sjólfur Björnsson, Elías Kristjánsson, Sigurður Dagur Sturluson, á myndina vantar Illuga Auðunsson.

þjálfari 1. deilar 2016. Litlar breytingar urðu á liðinu fyrir yfirstandandi tímabil og teflir Valur fram ungum efnilegum leikmönnum í bland við reynslumikla leikmenn. Sem dæmi um styrkleika liðsins voru 4 Valsmenn í landsliðshóp í síðustu landsleikjum. Nýir leikmenn eru Ásta Júlía Grímsdóttir frá KR, Kristín María Matthíasdóttir frá Fjölni, Alexandra Petersen frá Bandaríkjunum og svo eru þær Ragnheiður Benónisdóttir og Krístrún Sigurjónsdóttir snúnar aftur að Hlíðarenda. Valur fór vel af stað í deildinni og situr á toppi úrvalsdeildar með 6 sigra og 2 töp þegar þetta er skrifað.

Meistaraflokkur karla

Fyrir tímabilið var stefnan sett á að vinna sæti í efstu deild. Hópurinn var sterkur og byggði að miklu leyti á sama kjarna og hafði spilað saman árið áður. Brösuglega gekk að klára pappírsvinnuna fyrir erlenda leikmanninn og var staðan sú að þegar hann fékk loksins heimild höfðu þegar tapast tveir leikir. Liðið sýndi á köflum að þeir væru með mestu gæðin í deildinni, meðal annars með því að vera eina liðið sem sigraði Hött, sigruðu þá í öllum þremur leikjum liðanna. En líkt og árið áður vantaði örliútt stöðugleika til að klára dæmið og voru hlutskipti liðsins því enn eitt árið að fara í úrslitakeppnina um laust sæti í efstu deild.

Undirritaður ekki viss um að úrslitakeppni 1. deildar hafi nokkur tímann

verið jafn spennandi og fengið jafn mikla athygli. Öll 3 einvígin, 2 undanúrslit og úrslit, unnust í oddaleik og voru fullar hallir í nánast hverjum leik. Á oddaleik Vals og Breiðabliks í undanúrslitum voru rúmlega þúsund manns í húsinu og höfðu

Blikarnir m.a. annars hóað saman öllum fótboltastuðningsmönnum félagsins og hálfu bæjarfélaginu til að styðja við bakið á grænum. Leikurinn stóðst væntingar og fóru Valsmenn vængjum þöndum í úrslitaeinvígið eftir sigur í framlengingu.



Meistaraflokkur karla í körfubolta lék gegn KR í undanúrslitum í bikarum í Laugardalshöll. Liðið er það fyrsta í sögunni til að slá út fleiri en eitt úrvalsdeildarlið. Gerði gott betur og sló út þrjú, þ.e. Snæfell, Skallagrím og Hauka. Ekki munaði miklu að sigur næðist gegn fjórföldun Íslandsmeisturum KR en KR-Ingar höfðu betur í lokin. Hér eru fyrirlíðar liðanna með bikarinn flotta Benedikt Blöndal og Brynjar Björnsson. Mynd Guðlaugur Ottesen Karlsson.



Dagbjört Dögg Karlsdóttir Einars bikarinn (efnilegasti leikmaður yngri flokka.



Ingibjörg Sigrún Svaladóttir MB 9 ára. Mynd Svali Björgvinsson.



Valsmenn áttu þrjú leikmenn í 15 ára landsliði Íslands í körfuknattleik. Þá Ólaf Björn Gunnlaugsson, Ástþór Atla Svalason og Gabriel Douane Boama. Mynd Svali Björgvinsson.

Í úrslitum voru andstæðingarnir Hamar úr Hveragerði sem hafði óvænt slegið út Fjölni. Eftir einn öruggan Valssigur og tvö naum töp var liðið með bakið upp við vegg fyrir leik í Hveragerði. Strákarnir stóðust alla pressu og skiluðu sigri í hús áður en þeir völtuðu svo yfir hvergerðinga í oddaleik um laust sæti í úrvalsdeild. Sæti í úrvalsdeild var tryggt! Til marks um áhugann á úrslitakeppni 1. deildar þetta árið er að oddaleikur Vals og Hamars var sýndur í beinni útsendingu á RÚV og hefur það ekki gerst áður að leikur í 1. deild sé sýndur beint á RÚV í nokkurri boltaþrótt.

Vitaskuld var lykilmarkmið vetrarins að vinna sér sæti í úrvalsdeild en það var þó virkilega sætur bónus hve liðinu gekk vel í bikarkeppninni. Þrjú úrvalsdeildarlið lágu í valnum og eftir sigur gegn Haukum var undanúrslitaleikur gegn KR í Laugardalshöllinni næsta hindrun. Strákarnir stóðu sig eins og hetjur og afsönnuðu spár „sérfræðinga“ um að þetta yrði göngutúr fyrir þrefalda íslandsmeistara KR-inga. Strákarnir leiddu leikinn þegar örfáar mínútur voru eftir en KR-ingarnir náðu þó að síga framúr á lokamínútum á reynslunni og landa 5 stiga sigri.

Hópurinn sem hóf leik í Dominos' deild karla er að langmestu leyti sá sami og spilaði tímabilið í fyrra. Farinn er Ingimaron Aron Baldursson sem skipti í Vestra, Kominn er Gunnar Ingi Harðarson sem var í skóla erlendis

Lokahóf meistaraflokkana

Í lok tímabils var árlegt lokahóf meistaraflokkana haldið í Lollastúku og gerðu leikmenn, þjálfarar og aðstandendur liðanna sér glaðan dag. Á lokahófinu voru sem fyrr kosnir bestu leikmenn, bestu varnarmenn og þeir leikmenn sem tekið hafa mestu framförumum. Að lokum voru veittar viðurkenningar fyrir leikmenn sem náð höfðu þeim áfanga að spila 50, 100, 200 leiki með meistaraflokki Vals.

Meistaraflokkur kvenna

Leikmaður ársins: Dagbjört Dögg Karlsdóttir

Besti varnarmaðurinn: Elfa Falsdóttir

Mestu framfarir: Elín Sóley Hrafnskelsdóttir

Meistaraflokkur karla

Leikmaður ársins: Austin Magnus Bracey

Besti varnarmaðurinn: Sigurður Dagur Sturluson

Mestu framfarir: Gunnar Andri Viðarsson

Viðurkenningar vegna leikfjölda

50 meistaraflokksleikir fyrir Val

Illugi Auðunsson
Ingimar Aron Baldursson
Austin Magnus Bracey
Sigurður Dagur Sturluson
Dagbjört Dögg Karlsdóttir
Dagbjört Samúelsdóttir
Bergþóra Tómasdóttir Holton

150 meistaraflokks leikir fyrir Val:

Hallveig Jónsdóttir

200 meistaraflokksleikir fyrir Val:

Benedikt Blöndal

Skýrsla yngri flokka körfuknattleiksdeildar

Haustið fer vel af stað hjá yngri flokkum Vals. Nokkur aukning er í flestum flokkum líkt og síðustu ár og er gaman að fylgjast með starfinu stækka og dafna. Í haust hefur verið sérstaklega gaman að



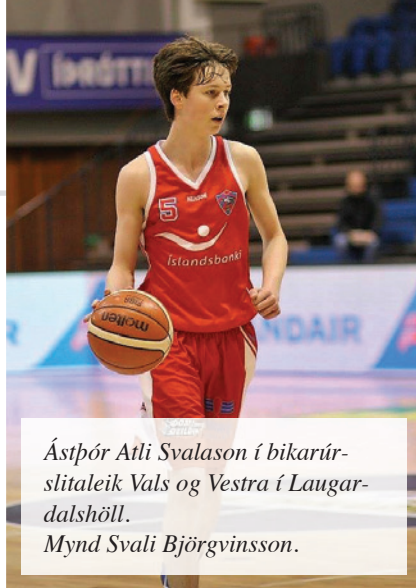
Kampakátir Valsmenn í Finnlandi á Evrópukeppni í körfuknattleik. Frá vinstri: Ágúst Björgvinsson þjálfari Vals, Bjarni Sigurðsson stuðningsmaður ársins 2016, Svali H. Björgvinsson formaður körfuknattleiksdeildar Vals, Ingibjörg Sigrún leikmaður minibolta kvenna, Inga Sigrún körfuknattleiksmamma, Hrannar Davíð leikmaður 7. flokks, Ragnar Þór Jónsson fyrrum íþróttamaður Vals og Ástþór Atli leikmaður 10. flokks.



Pétur Guðmundsson tók séræfingu með stóru strákunum í meistaraflokki. Frá vinstri: Birgir Björn Pétursson (206 sm), Pétur Guðmundsson (218 sm) og Gunnar Andri Viðarsson (210 sm).



Pálmar Ragnarsson þjálfari.



Ástþór Atli Svalason í bikarúrslitaleik Vals og Vestra í Laugar-dalshöll.
Mynd Svali Björgvinsson.



Strákar í 7. flokki Vals í körfu-bolta. Mynd Svali Björgvinsson.

sjá hvað yngstu flokkarnir bæði hjá strákum og stelpum eru að verða öflugir undir styrkri umsjón Pálmars Ragnarssonar sem kom til Vals í sumar eftir að hafa þjálfað við góðan orðstír hjá KR og Fjölni. Hér að neðan er stutt samantekt yfir þá flokka og sem kláruðu tímabilið 2016–2017 í yngri flokkunum hjá Val.

Byrjendaflokkur karla og kvenna

Þjálfari: Kristjana Björk Magnúsdóttir
Fjöldi iðkenda: 15

Helstu markmið: Gaman að spila körfubolta og fá tilfinningu fyrir boltanum. Áhersla á undirstöðuatriði.

Þátttaka í mótum: Fyrir áramót Pósthúsmótið og Valsmótið, tókum ein-göngu þátt með strákalið en stelpurnar fengu að vera með. Eftir áramót Stjórnustríð en vorum þá í fyrsta skiptið bæði með stelpu og strákalið. Öll mótin gengu mjög vel.

Minnibolti karla 7, 8 og 9 ára

Þjálfari: Ingimar Aron Baldursson
Fjöldi iðkenda: 25

Helstu markmið: Að fyrstu kynni við íþróttina séu jákvæð og að fjölga iðkendum.

Þátttaka í mótum: Tóku þátt í flestum mótum sem í boði voru. Strákarnir stóðu sig virkilega vel.

Minnibolti kvenna 7–10 ára

Þjálfari: Jakob Stakowski og Hallveig Jónsdóttir
Fjöldi iðkenda: 16

Helstu markmið: Stækka hópinn og halda þeim sem eru að æfa. Skapa skemmtilegan anda í kringum æfingar sem standa.

Þátttaka í mótum: Tókum þátt á þremur mótum til að fá reynslu. Besta við árangurinn er að stelpurnar hafa allar komið á flest öll mót og tekið þátt þó að oft voru erfiðir andstæðingar.

Minnibolti karla 10–11 ára

Þjálfari: Víkingur Goði Sigurðsson
Fjöldi iðkenda: 22

Helstu markmið: Verða betri í dag en við vorum í gær.

Þátttaka í mótum: Flokkurinn var alltaf með 4 lið skráð á Íslandsmót í 11 ára flokki. 1 A-lið og 3 B lið. A-liðið vann sig á lokamótinu upp í A-riðil sem var einmitt þeirra markmið fyrir tímabilið á meðan hin þrjú liðin bættu sig öll gríðarlega frá því í byrjun tímabils og unnu öll a.m.k. 1 mót í sínum riðli.

Minnibolti kvenna 11 ára og 7. flokkur

Þjálfari: Guðbjörg Sverrisdóttir
Fjöldi iðkenda: 12

Helstu markmið: Einstaklingarnir sem mynda saman eina heild, eljusemi þeirra og dugnaður og óbilandi metnaður.

Þátttaka í mótum: Tókum þátt í 5 mótum yfir árið og flökuðum milli B og C riðils en stelpurnar enduðu síðan árið með frábæru seinasta mót og unnu sig upp í A-riðil.

7. og 8. flokkur karla

Þjálfari: Austin Magnus Bracey og Víkingur Goði Sigurðsson
Fjöldi iðkenda: 12

Helstu markmið: Bæta sig í grunnatriðum og spila betur saman sem lið.

Þátttaka í mótum: 8. flokkur byrjaði í D riðli. Unnu sig upp í C riðil á síðasta mótinu. 7. flokkur byrjaði og enduðu í D riðli.

9. flokkur karla

Þjálfari: Ágúst Sigurður Björgvinsson og Svali Björgvinsson honum til aðstoðar

Fjöldi iðkenda: 9

Helstu markmið: Halda áfram að bæta sig í leiknum fagra.

Þátttaka í mótum: Unnu A riðil tvisvar

sinnum, komust í undanúrslit í Íslandsmótinu og úrslit í bikarnum.

8.–10. flokkur kvenna

Þjálfari: Illugi Auðunsson og Guðbjörg Sverrisdóttir

Fjöldi iðkenda: 16

Helstu markmið: Halda áfram að bæta sig innan vallar sem leikmenn og einnig utan vallar sem persónur.

Þátttaka í mótum: Spilað var með A og B lið sem tóku þátt í Íslandsmótinu og voru Val til fyrirmyndar. A liðið komst upp í A riðil í fyrsta skipti í þessum flokki og B liðið bætti sig stöðugt.

10. flokkur karla

Þjálfari: Ágúst Sigurður Björgvinsson og Svali Björgvinsson honum til aðstoðar

Fjöldi iðkenda: 6

Helstu markmið: Halda áfram að bæta sig í leiknum fagra.

Þátttaka í mótum: B-riðil 1.-2. sæti, spiluðu einu sinni í A-riðli í þennan veturinn. Duttu úr leik gegn bikarmeisturum eins og í fyrra.

Unglingaflokkur

Fjöldi iðkenda: 8

Þjálfari: Austin Magnus Bracey

Þátttaka í Íslandsmótum: Tóku þátt í Íslandsmóti og bikarkeppni og það voru framfarir hjá liðinu.

Viðurkenningar

Mestu framfarir: Gunnar Andri Viðarsson

Leikmaður flokksins: Ingimar Baldursson

Dómari ársins: Hermann Örn Sigurðarson

Valsari ársins: Ólafur Heiðar Jónsson

Einarsbikarinn: Dagbjört Dögg Karlsdóttir

Með Valskveðju, Gunnar Skúlason formaður körfuknattleiksdeildar Vals.

Liðsmyndir yngri flokka í körfuknattleik 2017



Byrjendaflokkur í körfubolta 2017. Austin Magnús Bracey leikmaður meistaraflokks Vals að veita byrjendaflokki verlaun eftir Jólámót Vals og Norður Áls, sem fyrsta mót flestra þessa barna. Frá vinstri: Jón Stormur Lukku-Orrason, Jón Loies F. Thoroddsen, Domínik Kazlauskas Ágústsson, Helgi Nils Gunnlaugsson, Mattías Móri Gissurarson, Dagný Alva Elithsdóttir, Hafþís Kristjánsdóttir, Sigurbjörg Emelía og Ísar Máni.



Minnibolti 6-7 ára drengja í körfubolta 2017. Efri röð frá vinstri: Ásta Júlía Grímsdóttir þjálfari, Gunnar Einarsson Kvaran, Mikael Darío Nunez Waage, Bjartur Otti Þorsteinsson, Dýri Angantýr Orrason, Alexander Haukur Gribachev, Sunny Songkun Tangrodjanakajorn, Atli Freyr Haraldsson, Pétur Eiríksson, Adrián Ólafur Jónsson, Emil Már Bergsson, Mikael Magni Guðmundsson, Arnór Gunnar Grétarsson, Dagur Freyr Emilsson, Baldur Logi Freysson, Jakob Helgi Tómasson og Pálmar Ragnarsson þjálfari. Neðri röð frá vinstri: Hartmann R. de C. L. Hreinsson, Ari Berg Jónsson, Víkingur Nói Ólafsson, Kolbeinn Sindri Kárason, Kristján Möller, Helgi Leó Jónsson, Þorgeir Goði Loftsson, Leó Steinn Tómasson, Vilhelm Snorri Pálsson, Stefán Sölvi Svöfuson, Loki Kristjánsson og Mikael White. Neðsta röð frá vinstri: Óðinn Eiríksson og Árni Dan Ármannsson.



Minnibolti 8–9 ára drengja í körfubolta 2017. Efri röð frá vinstri : Víkingur Godi Sigurðsson hjálfari, Tómas Gauti Guðmundsson, Skarphéðinn Arnar Gunnlaugsson, Marínó Gregers Oddgeirsson, Þröstur Flóki Klemensson, Bjartur Leó Þórisson og Ágúst Bartoszek og Þorgrímur Þráinsson formaður Vals. Neðri röð frá vinstri: Jóhann Ágústsson, Thomas Máni Snizek, Haukur, Gabríel Kazlauskas Ágústsson, Oliver Breki Eðvarðsson, Dominic Kazlauskas Ágústsson, Matthías Leó Magnússon og Einar Axelsson.



Minnibolti 10–11 drengja ára í körfubolta 2017. Efri röð frá vinstri: Luis Emmanuel Valle, Baldur Frosti Sveinbjörnsson, Ragnar Örn Pétursson, Flóki Orrason, Höskuldur Ragnarsson, Jökull Otti Þorsteinsson, Víkingur Godi Sigurðsson hjálfari, Galdur Þorsteinsson, Björn Hugi Magnason, Helgi Trausti Stefánsson og Ármann Bjarni Agnarsson. Neðri röð frá vinstri: Uni Nils Gunnlaugsson, Árni Magnús Björnsson, Ketill Axelsson, Matthías Bogi Loftsson, Arnar Daði Pálsson, Marínó Gregers Oddgeirsson, Kjartan Tumi Jónsson, Ásbjörn Hlynur Benediktsson og Flóki Kjartansson Narby.



7. flokkur karla í körfubolta 2017. Efri röð frá vinstri: Óðinn Þórðarson, Máni Secka, Eysteinn Auðar Jónsson, Jonathan Jens Beiningsson. Neðri röð frá vinstri: Hrannar Davíð Svalason, Finnur Tómasson, Breki Sindrason, Andre Medina, Tómas Davíð Thomasson. Liggjandi: Árni Magnús Björnsson, Sigurður Hrafn Ragnarsson og Tindur Kormáksson. Vantar: Björgvin Hugi Ragnarsson.



9. flokkur karla í körfubolta 2017. Efri röð frá vinstri: Sigurður Einarsson, Símon Tómasson, Jóhannes Einarsson og Víðar Kári Ólafsson. Neðri röð frá vinstri: Hjalti Georgsson, Tómas Orri Ingvaldsson, Jóakim Hjálmarsson og Breki Örvarsson. Á myndina vantar: Daníel Xiangnan Douglas Li og Ratana Chunnok.



10. flokkur karla og drengjaflokkur í körfubolta 2017. Frá vinstri: Eiríkur Friðjon Kjartansson, Snorri Pétursson, Gabriel Douane Boama, Geir Ragnarsson, Einar Ólafsson, Leonard Breiðfjörð Þorvaldsson, Ari Róbertsson, Ólafur Björn Gunnlaugsson, Ívar Guðnason, Ástþór Atli Svalason, Egill Jón Agnarsson, Arnaldur Grímsson, Sigfinnur Jerzy Guðlaugsson, Thor Björnsson Haaker og Arnaldur Goði Sigurðsson. Á myndina vantar Ólafur Heiðar Jónsson.



Minnibolti 6–7 ára stúlkna í körfubolta 2017. Efri röð frá vinstri: Ásta Júlía Grímsdóttir þjálfari, Úlfhildur Andradóttir, Bergdís Saga Sævarsdóttir, Róska Halldóra Hjálmarsdóttir, Alia Topete, Julia Oliwia Zarzycka, Rún Sveinbjörnsdóttir, Nína Gísladóttir, Ylfa Guðlaugsdóttir, Ísabella Bergsdóttir og Pálmar Ragnarsson þjálfari. Nedri röð frá vinstri: Hrafnhildur, Katrín Björg Gunnlaugsdóttir, Huguína Edda Kristinsdóttir, Anna María Tómasdóttir, Ronja Eyglóar Konráðsdóttir, Elma Kristín Stefánsdóttir, Ylfa Katrín Norðfjörð, Viktoría Líf Jónsdóttir, Margrét Jóhannesdóttir og Júlía Bergrún Pétursdóttir.



Minnibolti 8 og 9 ára stúlkna í körfubolta 2017. Efsta röð: Berta María Þorkeldsdóttir, Ingibjörg Sigrún Svavaldóttir, Védís Kolka Jónsdóttir. Miðröð: Áshildur Herdís Gunnlaugsdóttir og Emma Cortes Ólafsdóttir. Liggur: Tinna Karen Sigurjónsdóttir.



Minnibolti 10 og 11 ára stúlkna í körfubolta 2017. Aftari röð frá vinstri: Natalia Líf Árnadóttir, Blædis Birta Sigurðardóttir, Alma Eggertsdóttir og Ásthildur Helgadóttir. Fremri röð frá vinstri: Sigrún Lukka Sigfúsdóttir, Ísmei Myrra Bergm. Aronsdóttir og Anna Ásmundsdóttir.



7. og 8. flokkur stúlkna í körfubolta 2017. Frá hægri í efri röð: María Mist Óskarsdóttir, Alexandra Petersen, Áslaug Edda Kristjánsdóttir, Matthildur Peta Jónsdóttir, Salka Grímsdóttir og Regína Ösp Guðmundsdóttir. Neðri röð: Ingunn Erla Bjarnadóttir, Katla Tryggvadóttir, Sara Líf Boama og Júlía Birna Ólafsdóttir. Fremst liggur Katrín Nótt Birkisdóttir.



10. flokkur kvenna í körfubolta 2017. Efri röð frá vinstri: Una Aðalsteinsdóttir, Elísabet Thelma Róbertsdóttir, Erna Saga Sigfúsdóttir, Mira Esther Kamallakharan, Salóme Herdís Bjarnadóttir, Tanja Kristín Árnadóttir. Neðri röð frá vinstri: Tinna Ramdaním, Olga Mansour, Helga Oddsdóttir, Assa Arnardóttir og Luca Rez.

**FINNDU
MUNINN**



HREYFING

Álfheimar 74 - 104 Reykjavík - S: 414-4000 - www.hreyfing.is

Fjöldi Valsmanna í landsliðum í körfubolta

Fjöldin allur af Valskrökkum voru í landsliðsverkefnum á vegum Körfuknattleikssambands Íslands á árinu 2017. Landsliðsstarf KKÍ er mjög víðamikill, 11–13 ára krakkar byrja á að taka þátt í úrvalsbúðum þar sem félag tilnefna leikmenn. Afreksbúðir eru fyrir 14 ára drengi og stúlkur og er valið af landsliðsþjálfara KKÍ, sem er undanfari 15 ára landsliðs sem keppir ár hver í júní í opnu Norðurlandamóti í Kaupmannahöfn. U16 og U18 liðin keppa í Norðurlandamóti unglunga sem haldið er í Finnlandi í júnímánuði. Síðar um sumarið keppa sömu lið í Evrópukeppni landsliða einsog U20 lið og A-landslið Íslands.

Úrvalsbúðir

Drengir 2006: Baldur Frosti Sveinbjörnsson, Kristján Elvar Jónsson, Tómas Davidsson og Uni Nils Gunnlaugsson.

Stúlkur 2006: Alma Eggertsdóttir

Drengir 2005: Andre Medina, Björgvin Hugi Ragnarsson, Eysteinn Auðar Jónsson, Finnur Tómasson, Hrafnkell Tindur Kormáksson, Hrannar Davíð Svalason, Máni Ramz Norðfjörð Secka, Óðinn Þórðarson og Tómas Davíð Thomasson.

Stúlkur 2005: Ingunn Erla Bjarnadóttir, Katrín Nótt Birkisdóttir, Salka Grímsdóttir og Sara Líf Boama.

Drengir 2004: Elmar Breki Baldursson og Hjalti Georgsson.

Afreksbúðir (U14)

Símon Tómasson
Luca Réz
Mira Esther Kamallakharan

U15

Ástþór Atli Svalason
Gabriel Douane Boama
Ólafur Björn Gunnlaugsson

U16

Ásta Júlfa Grímsdóttir

U18

Dagbjört Dögg Karlsdóttir

U20

Elín Sóley Hrafnkelsdóttir

A-landslið

Elín Sóley Hrafnkelsdóttir

Guðbjörg Sverrisdóttir

Hallveig Jónsdóttir

Ragnheiður Benónisdóttir

Ágúst Björgvinsson tók saman



Ágúst Björgvinsson þjálfari Vals með Mike Krzyzewski yfirþjálfara Duke og þjálfara bandaríska landsliðsins í körfuknattleik. Mynd Svali Björgvinsson.



Skotlandsferð U17 í knattspyrnu kvenna

Hallgerður Kristjánsdóttir, Ísabella Anna Húbertsdóttir og Signý Ylfa Sigurðardóttir fengu tækifæri til að fara til Skotlands með U-17 í febrúar síðastliðnum til að taka þátt í undirbúningsmóti UEFA

Við spiluðum við þrjá leiki gegn Tékklandi, Skotlandi og Austurríki. Tilfinningin að spila í landsliðsbúningnum var ótrúleg en hefur okkur öllum dreymt um það síðan að við vorum litlar stelpur. Fyrsti leikurinn gegn Tékklandi fór 1-0 fyrir Tékkum og var það engin furða þar sem að margar stelpur í okkar hópi voru að spila sinn fyrsta landsleik og var því mikil spennan og stress innan hópsins. Næsti leikur var gegn Skotlandi og töpuðum við honum 3-0 því þær voru einfaldlega með meiri reynslu sem hópur. Seinasti leikurinn gegn Austurríki rann upp og unnum við hann 1-0. Signý skoraði sigurmarkið fyrir Ísland og var það eina markið sem Ísland skoraði á mótinu. Þetta var mikil lífsreynsla sem við erum mjög þakklátar fyrir. Umgjörðin í kringum bæði liðið og mótið í heild sinni var mjög góð. Hugsað var vel um okkur allan daginn og nutum við mikilla þæginda sem skipti miklu máli þar sem dagskráin var þétt.

Hallgerður, Ísabella og Signý í 3. flokki Vals tóku saman.

Væri frábært að fá yfirbyggt knattspyrnuhús

Amanda Andradóttir er 13 ára (alveg að verða 14) og leikur fótbolta með 3. flokki og fékk Lollabikarinn eftirsóttá á uppskeruhátíðinni í haust

Amanda hefur æft fótbolta síðan hún var 5 ára, en með Val frá 10 ára aldri.

Hvaða þýðingu hefur það fyrir þig að fá Lollabikarinn í haust? Það er mjög hvetjandi fyrir mig að fá þessi verðlaun því margir góðir íþróttamenn hafa fengið Lollabikarinn. Þetta hvetur mig til að gera ennþá betur og leggja harðar að mér.

Hvers vegna fótbolti, hefur þú æft aðrar greinar? Ég byrjaði í fótbolta því foreldrar mínir settu mig í það. Í byrjun hafði ég engan áhuga, vildi ekki snerta boltann, en svo fannst mér það smá saman verða skemmtilegt. Annars hef ég æft fimleika og ballett.

Hvernig gekk ykkur á þessu ári? Okkur gekk bara ágætlega á þessu ári. Við kepptum á Rey Cup, Íslandsmótinu og Reykjavíkurmótinu. Hópurinn er mjög góður og stemningin líka. Sjálf ökkla-brotnaði ég í ágúst, og missti af síðastu leikjunum, en fann fyrir mikið stuðningi frá stelpurnar í hópnum.

Hverar eru fyrirmyndir þínar í fótboltanum? Iniesta er frábær leikmaður og Ada Hegerberg hjá Lyon er frábær fyrirmynd, innan vallar sem utan vallar.

Hvað þarf til að ná langt í fótbolta eða íþróttum almennt? Maður þarf mikinn metnað og vilja til að ná langt í íþróttum. Það er mjög mikilvægt að æfa mikið, og hafa gaman af því sem maður er að gera.

Hvernig eru þjálfarar þínir? Þjálfaranir mínir eru bara mjög góðir. Ég er búin að vera rosaleg heppin með þjálfaranum mína í Val. Magga er búin að þjálfra mig síðan ég byrjaði í Val. Það sem mér finnst ein-kenna góðan þjálfara er að reyna að gera það besta úr hópnum, bæði sem lið og einstaklingar.

Hverjir eru þínir framtíðardraumar í fótbolta og lífinu almennt? Ég ætla bara að vera besta útgafan af sjálfri mér, á fót-

boltavellinum og í lífinu. Ég vona að ég eigi mörg góð ár framundan í boltanum, og ætla að reyna ná sem lengst þar.

Hver er frægasti Valsarinn í fjölskyldunni þinni? Það er enginn Valsari í fjölskyldunni minni, en nokkrir íþróttamenn með mikið keppnisskap. Pabbi var mjög góður í boltanum, en ég ætla að reyna að verða betri.

Hvaða hvatningu og stuðning hefur þú fengið frá foreldrum? Ég hef fengið mjög góðan stuðning frá þeim. Það er gott að vita að ég er alltaf með stuðning



frá mínu fólki sem hvetur mig alltaf áfram. Ég held að stuðningur foreldra skipti mjög miklu máli.

Hvað finnst þér mikilvægtast að gera hjá Val til að efla starfið í yngri flokkum félagsins? Vera með góða aðstöðu til æfinga og vera alltaf með bestu yngri flokka þjálfara en það væri frábært að fá yfirbyggt knattspyrnuhús.

Hvað finnst þér að Valur geti gert til að vinna betur að jafnrétti í íþróttum?

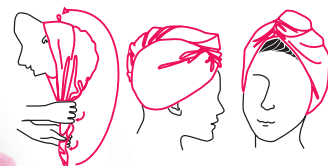
Það er mikilvægt að stelpur og strákar fái sömu tækifæri og aðstöðu.

Hver stofnaði Val og hvenær? Friðrik Friðriksson, árið 1911.

Hver eru þín einkunnarorð (mottó)?

Ég stefni bara á að gera mitt besta í lífinu.

... svo ótrúlega þægileg eftir sturtuna eða baðið!



Höfuðhandklæðin frá Sif eru samuð úr gæðabómull. Létt og þægileg í notkun og henta jafnt síðu sem stuttu hári og dömum á öllum aldri.

Sif

Fánleg í 12 litum



höfuðhandklæði

gsm 660 8860

elfursif@internet.is

Nánar um sölustaði á facebook



Stiven og Monsi í bronслиði U17 á Opna Evrópumótinu

Þeir eru vel mannaðir yngri handboltaflokkarnir hjá okkur á Hlíðarenda þessi misserin. Hvort heldur við tölum um stráka og stelpur sem eru að æfa eða mannskapinn sem þjálfar krakkana. Þessa sá glöggt merki í góðum árangri á Íslands- og bikarkeppnum á síðasta tímabili. En þar voru nær allir okkar flokkar í toppbaráttu og nokkrir titlar skiluðu sér í hús. Einn sigursælasti flokkurinn okkar eru strákarnir sem eru fæddir aldamótaárið 2000. Sá flokkur hefur unnið ófáa titla og hefur eftir því sem ég best veit aldrei endað neðar en í 2. sæti í deildarkeppni. En strákarnir afrekuðu það m.a. að verða Íslandsmeistarar fjögur ár í röð.

Þessi flotti árangur yngri flokkanna okkar hafði jafnframt það í för með sér að Valur hefur sjaldan átt annan eins fjölda í yngri landsliðum og árið 2017.

Eftir að hafa fylgst með því hvernig landsliðunum okkar vegnaði í leikjum sínum þá tel ég augljóst að það landslið sem stóð sig best var skipað strákunum í U-17 landsliðinu. Þeir kepptu á Opna Evrópumótinu í Gautaborg og náðu þriðja sæti sem er afbragðs árangur. Jafnframt átti íslenska liðið sinn fulltrúa í úrvalsliði mótsins.

Við Valsarar áttum tvo fulltrúa í liðinu, Stiven Tobar Valencia og Úlfar Páll Monsi Þórðarson. Það vakti athygli mína að báðir voru valdir í liðið þar sem þeir spila að öllu jöfnu sömu stöðuna á vellinum. En báðir lögðu þeir sitt af mörkum í leikjunum í Gautaborg og skorðu töluvert. Ég hélt því að obbinn af mörkum íslenska liðsins hefði verið skoraður úr vinstra horninu. Það var því full ástæða til að tylla sér niður með strákunum og afla sér frekari upplýsinga um þá og hvernig vistin var í Svíþjóð.

Úlfar Páll Monsi Þórðarson (kallaður Monsi) er nemandi á listabraut í Fjölbautarskólanum í Ármúla. Hann byrjaði 3 ára gamall að æfa fótbolta en kom í fyrsta skipti á handboltaæfingu í 6. flokki. Hann æfði fótbolta með Val og seinna með Víkingi þar sem hann varð Íslandsmeistari haustið 2016. Monsi er langafabarn og nafni Úlfars Þórðarsonar augnlæknis sem var formaður Vals fyrir margt löngu.



Stiven Tobar Valencia og Úlfar Páll Monsi Þórðarson stoltir Valsarar í U17 landsliði í handbolta sem náði 3. sæti á Opna Evrópumótinu. Stiven var auk þess valinn í lið mótsins.

Stiven Tobar Valencia er fæddur í Kólumbíu. Stiven er nemandi á náttúrufræðabraut í Menntaskólanum við Sund. Hann kom til Íslands árið 2003 með móður sinni og þremur systkinum. Öll systkini Stiven hafa æft með Val en núna eru þeir bara tveir bræðurnir eftir í boltanum, Stiven og Danny (f. 2002). Danny æfir fótbolta. Stiven var valin í úrvalsliði opna Evrópumótsins í Gautaborg í sumar.

Báðir strákarnir eru að spila með 3. flokki sem er í toppbaráttu á Íslandsmóttinu en auk þess hafa þeir báðir verið að spila með ungmennaliði Vals í Grill 66 deildinni. Auk þess sem Stiven hefur spilað töluvert með meistaraflokki í haust.

Hvers vegna byrjuðuð þið að æfa handbolta?

Monsi: Eftir að við fluttum til Reykjavíkur ákvað ég að fylgja vinum mínum sem ég var með í fótbolta og fara með þeim og prófa handbolta. Ertu enn í fótboltanum? Nei, ég hætti eftir að við urðum meistarar.

Stiven: Ég byrjaði fyrst í fótbolta en fór síðan líka í handbolta nokkrum árum seinna. Hvers vegna byrjaðir þú í Val?

Þegar við komum frá Kólumbíu þá fluttum við í Hlíðarnar. Kynntist þú handbolta í Kólumbíu? Nei, hvorki ég né systkini mín kynntumst handbolta þegar við vorum þar. Þar snerist allt um fótbolta. Ég kynntist handboltanum hérna. **Hvenær voruð þið fyrst valdir í landsliði?**

Stiven: Ég man það ekki en hef bara verið valinn í stóra æfingahópa hérna heima. En fór í fyrsta skipti að keppa erlendis í sumar.

Monsi: Það er svipað hér, nema að ég fór til Frakklands að keppa á æfingamóti í fyrra. Þar fékk ég fyrstu landsleikina en fékk samt ekki að spila mikið. Við Stiven höfum alltaf verið saman í landsliðsæfingahópum.

Það vakti athygli mína þegar ég var að fylgjast með U-17 liðinu í sumar að þið sem spilið báðir í vinstra horninu skorðuð mikið á Evrópumótinu. Komu öll þessi mörk úr vinstra horninu?

Monsi: Stiven var prófaður í hægri horninu og hægri skyttunni. Hann sprengdi sig iðulega í gegn og sneri menn af sér eins og ekkert væri.

Stiven: Ég byrjaði oftast í vinstra horninu en ef það gekk illa hjá liðinu hægra megin þá var ég settur í þá stöðu og Monsi kom í vinstra hornið.

Monsi: Það var líka þriðji vinstri hornamaðurinn í liðinu, Ívar í ÍBV. Við vorum stundum allir inn á í einu og vorum allir þrír að skora frekar mikið.

En er einhver spennna á milli ykkar?
Báðir í sama liði að keppa um sömu stöðu?

Monsi: Ég þæli ekkert í því. Finn ekki fyrir neinu slíku. Þetta er auðvitað liðsþrótt. Það skiptir mestu máli að liðinu gangi vel. Við erum líka gamlir skólafélagar og höfum spilað lengi saman bæði í handbolta og fótbolta.

Stiven: Við erum félagar í sama liði. Það væri kannski meiri spennna ef við værum úr sitt hvoru liðinu að keppa um sömu stöðu.

Hafið þið einhverjar skýringar á því hvers vegna ykkar árgangi hefur gengið svona vel í handboltanum í Val?

Stiven: Það er ekki á hreinu, en við erum búinir að vera á toppnum mjög lengi.

Monsi: Við vorum mjög góðir tæknilega, en svo þegar Óskar Bjarni þjálfaði okkur þá kenndi hann okkur að spila vörn mjög snemma og hann kveikti líka í okkur metnaðinn til að ná lengra.

Hverjir hafa þjálfað ykkur í gegnum tíðina?

Báðir: Maksim, Ýmir, Anton, Gussi, Óskar Bjarni, Kári Kristjánsson, Heimir og Arnar Daði.

Og hver er besti þjálfarinn?

Óskar Bjarni og Heimir. Maksim kenndi manni ýmislegt líka.

En er einhver tími fyrir félagslíf, t.d. í skólanum?

Monsi: Ég er nýlega búinn að skipta úr Borgarholtsskóla í FÁ og þekki ekki marga. Það er lítið félagslíf þannig að ég er bara að læra og svo er ég með kærstunni minni. Við erum bæði í Ármúlanum.

Stiven: Það er mjög mikið félagslíf í MS og ég reyni að taka þátt ef ég er ekki að keppa eða á æfingu.

Hver er svo stóri draumurinn í handboltanum?

Stiven: Ég vil bara standa mig áfram. Síðan væri gaman að prófa Barselóna.

Monsi: Þýska deildin væri eitthvað fyrir mig. Rein Neckar Löwen eða Kíl eru mín lið.

Valsblaðið þakkar strákunum fyrir spjallið og hvetur handboltaáhugamenn að gefa þeim auga í framtíðinni. Þar eru mikil efni á ferð.

Frábær árangur í European open 2017 hjá U17 karlalandsliðinu í handbolta

Strákarir í U17 landsliðinu fengu bronsverðlaun á European Open sem haldið var í Svíþjóð. Í hópnum voru tveir Valsstrákar sem skrifuðu stutta ferðasögu um þátttöku á þessu sterka móti.

Eftir langar og strangar æfingar í nokkra vikur var undirbúningi loks lokið og U17 hópurinn í handbolta hélt af stað til Gautaborgar. Gist var á Hótel Gothia Towers sem er frábært hótél með frábæran mat og er staðsett við Liseberghallen, Valhalla sports Hall þar sem leikir í riðlum fóru fram og Scandinavium Arena þar sem úrslitaleikirnir um 1. og 3. sæti voru spilaðir.

Í riðlinum mættum við Hvít Rússum, Finnlandi og Tékklandi. Sigur vannst í öllum leikjunum.

Í milliriðli voru andstæðingar okkar Austurríki, Eistland og Pólland. Eftir þá leiki var ljóst að liðið mundi mæta Norðmönnum um 3. sætið eftir tap gegn Austurríki. Leikið var við Noreg í Scandinavium Arena og eftir frábæran leik fengum við bronsverðlaun. (Svíar unnu mótið og Austurríki fékk silfurverðlaun).

The European Open er frábært handboltamót og mjög vel skipulagt á allan hátt. Á sama tíma og þetta mót fyrir landslið er í gangi er Partille Cup fyrir félagslið á fullu. Valur, Afturelding, Fjölnir, Fylkir, Gróttu, Haukar, HK og ÍR kepptu á mótinu. Einn leikur var mjög minnisstæður. Það var leikurinn gegn Póllandi í milliriðli í Valhalla Sports Hall. Íþróttahúsið var troðfullt af Íslendingum sem lömdu á trommur, spiluðu stuðningslag íslenska landsliðsins og hvöttu okkur áfram allan tíman. Áhorfendur voru klárlega áttundi leikmaðurinn á vellinum.

Valsararnir Stiven Tobar Valencia, Úlfar Páll Monsi Þórðarson, Ólafur Brim og Siggí tóku saman.



Frumgögn um skíðadeild Vals

Knattspyrnufélaginu Val er mjög annt um sögu sína. Bók Þorgríms Þráinssonar Áfram, hærra! er nánast óþrjótandi brunnur því texti og myndir eru þannig úr garði gerð að í raun er maður aldrei búinn að lesa bókina. Saga Vals verður ef til vill heldur ekki skrifuð í eitt skipti fyrir öll því starfið heldur áfram og einnig geta komið fram heimildir um gamla tíma sem geymst hafa hjá eldri Valsmönnum. Á árinu barst minjanefnd Vals merkileg sending, nefnilega ýmis gögn um skíðadeild Vals. Gögnin bárust frá Áslaugu Benediktsdóttur ekkju Sigurðar Guðmundssonar endurskoðanda sem lést á árinu. Í gögnunum má finna fundargerðir, ljósmyndir, bókhald og gestabækur allt frá árinu 1938 til ársins 1989. Elstu gögnin eru frá oddvita Ölfushrepps sem tilkynnir Val að landið sem félagið sé að falast eftir til að reisa skíðaskála sé leigt öðrum. Þessi saga verður ekki rakin hér en það er afar skemmtilegt og fróðlegt að grúska í þessum gögnum því þau sýna að stofnendur skíðadeildarinnar og síðar forsvarmenn hennar hafa unnið af elju og metnaði með það í huga að að deildin skipi „verðugan sess í félagslífi Vals.“ Þessi stutta tilvitnun er úr bréfi frá 25. maí 1939. Upphaf þess er eftirfarandi: „Á fundi sínum 8. þ.m. leyfði stjórn Vals sér að skipa þig í skíðamálastjórn félagsins ...“ Skíðamálastjórnin byggir svo skíðaskála Vals í Sleggjubeinsdal við Kolviðarhól sem vígður var 12. desember



Helgi Benediktsson og Jón Guðmundsson með frumgögn sem nýlega fundust um skíðadeild Vals.

1943. Eitthvað hefur stjórninni þótt skorta á samstöðu í félaginu er reisa átti skálann því hún sendir eftirfarandi bréf 29. júní 1943:

„Heiðraði félagi: Eins og þér er kunnugt hefur félagið í smíðum myndarlegan skíðaskála við Kolviðarhól. Skíðanefndin hefur undirbúið þetta mál vel hvað efnivið og útveggun fjár snertir. Það sem virðist ætla að standa á er, að þú komir og hafir áhrif á félagi þína að mæta og sýna þann sjálfsgæða þegnskap að hjálpa til við bygginguna. Við viljum benda þér á að

þetta er alveg eins þitt mál og þeirra tilföllum fárra manna, sem hingað til hafa unnið að þessu.“

Þessi brýning hefur borið árangur því síðar þetta sama ár er skálinn vígður. Prentað var sérstakt boðskort af því til efni.

„Knattspyrnufélagið Valur biður yður að sýna sér þann heiður að vera viðstaddur opnun hins nýja skíðaskála félagsins sunnudaginn 12. þ.m. Lagt verður af stað k. 1½ e.h. frá Hafnarstræti 11 og komið aftur um kl. 6 e.h. Svar umbiðst til Þorkels Ingvarssonar, Hafnarstræti 11, sími 3834, fyrir kl. 12 laugardaginn 11. þ.m.

Af gögnunum að dæma hefur starfsemi skíðadeildarinnar verið blómleg og bera gestabækur skálans þess glöggt vitni. Alls kyns hópar innan félagsins sem utan hafa gíst í skálanum þar á meðal nemendur Myndlistar- og handíðaskólans sem nýttu hæfileika sýna til að myndskreyta gestabókina.

Ekki er nokkur leið að gera þessu efni fullnægjandi skil hér í blaðinu. Það bíður betri tíma. Haf þú gefendur bestu þakkir fyrir.

Ef til vill eru víðar til gögn um sögu Vals sem ekki hafa komi fyrir augu áhugamanna um sögu félagsins. Þeir sem geyma slík gögn ættu að ræða við minjanefnd Vals sem starfað hefur undanfarin ár. Öll gögn eru varðveitt á Borgarskjallasafni Reykjavíkur þar sem þau eru aðgengileg til frekari rannsókna.

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Höskuldur Sveinsson
Iðntré

Ingólfur Friðjónsson

Ingvi Hrafn Jónsson

Jakob Sigurðsson

Jóhann Birgisson

Jón Gunnar Bergs

Jón Halldórsson forseti Urriðans

Jón Gretar Jónsson

Jón Gíslason

Jón S. Helgason

Jón Höskuldsson

Jón Kristjánsson

Jón Sigurðsson

Jón Gunnar Zoega

Jónas Guðmundsson

Júlíus Jónasson

Karl Axelsson

Hefðbundið starf fulltrúaráðs Vals 2017

Skýrsla fulltrúaráðsins 2017

Störf fulltrúaráðs Vals eru hefðbundin og miðast við að hafa fundi af og til yfir árið og fylgjast með ýmsum málum í starfi Vals og hlúa að félagsstarfi almennt. Það hefur m.a. verið á hendi ráðsins að fylgjast með og bjóða hátíðarfána félagsins þegar Valsmenn hafa kvatt og huga að skrifum þegar það hefur þótt eiga við. Golfmót, bridgemót og skákmót hafa verið meðal verkefna og reikna má með að með tilkomu Fjóssins muni allt innra starf eflast. Félagar í fulltrúaráðinu hafa komið nærri endurreisn Fjóssins og fer þar fremstur í flokki sá góði félagi Kristján Ásgeirsson arkitekt sem hefur leitt það starf með dyggum stuðningi Brynjars Harðarssonar og Valsmanna hf.

Sú hefð hefur skapast að veita viðurkenningu þeim Valsmanni sem þykir hafa skilað mjög miklu sjálfbodaliðastarfi til langs tíma. Þorsteinn Haraldsson átti hugmyndina af þessu og vísaði til þess að fyrsta viðurkenning sem veitt var innan Vals var Stedson hattur sem strákarnir sem stofnuðu Val færðu Sr. Friðriki. Fyrsti Valsmaðurinn til að hljóta þessa viðurkenningu var Elías Hergeirsson og síðan hafa fylgt Guðni Olgeirsson, Lárus Loftsson og nú síðast Jóhannes Jónsson frá Suðureyri. Á jólafundi fulltrúaráðsins 2017 var Svanur Gestsson fimmti Valsmaðurinn til að hljóta þessa viðurkenningu.

Halldór Einarsson formaður



Halldór Einarsson formaður fulltrúaráðs Vals afhendir Svani Gestssyni Hatt séra Friðriks á adventufundi 2017. Svanur er sá fimmti til að fá þessa viðurkenningu fyrir störf í þágu Vals. Svanur hefur verið viðloðandi Hliðarenda í um 60 ár og er mjög virkur, m.a. á heimaleikjum í handbolta. Þeir sem áður hafa fengið Hatt séra Friðriks eru Elías Hergeirsson, Guðni Olgeirsson, Lárus Loftsson og Jóhannes Kr. Jónsson.

BURRO

Mið- og Suður Amerísk stemming í miðbæ Reykjavíkur!

ELDHÚSIÐ OPIÐ TIL 23:00

Best í heimi? – Hvetjandi rannsóknaniðurstöður fyrir íþróttafélög

Rannsóknarmiðstöðin Rannsóknir og greining (R&G), Háskólanum í Reykjavík hefur aflað gagna og birt niðurstöður um hagi barna og unglunga á Íslandi um árabíl undir yfirskriftinni „Ungt fólk“.



Margrét Lilja Guðmundsdóttir

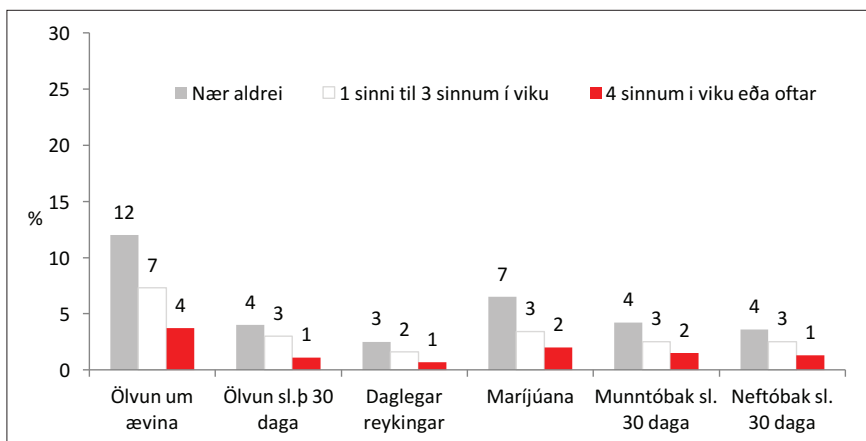
Spurningalistar eru lagðir fyrir nemendur í grunn- og framhaldsskólum með reglulegu millibili. Í könnunum eru mikilvægar upplýsingar um líðan nemenda í þessum bekkjum, samband þeirra við foreldra og vini, viðhorf nemenda til náms og skóla, ásamt upplýsingum um skipulagt íþrótta- og tólmundastarf.

Heilmiklar umræður hafa átt sér stað síðastliðin misseri um árangur Íslendinga í íþróttum. Í þessu sambandi er sérstaklega horft til þess árangurs sem íslensk landslið hafa náð í boltaíþróttum. Erlendir fræðimenn, þjálfarar og blaðamenn varpa í því sambandi oft en ekki fram þeirri spurningu hvað Íslendingar séu að gera sem geti skýrt þennan árangur. Íslenskir fræðimenn og þá sér í lagi Dr. Þórólfur Þórlindsson og Dr. Viðar Halldórsson (sjá m.a. „Sports in Iceland“

eftir Viðar Halldórsson, 2017) hafa sett fram greiningu og útlistanir sem reyna með markvissum hætti að skýra hvað það er sem einkennir íslenskt íþróttastarf og hvort um sé að ræða einhverja aðra leið en önnur lönd nota í sama tilgangi. Í því sambandi er gjarnan bent á að barna- og unglungastarf íslenskra íþróttafélaga sem og menntun þjálfara sé í raun einstök á heimsvísu. Það liggur ljóst fyrir að hreyfing ein og sér er einn af lykilþáttum heilbrigðis yfir allt lífsskeiðið. Þá hefur verið

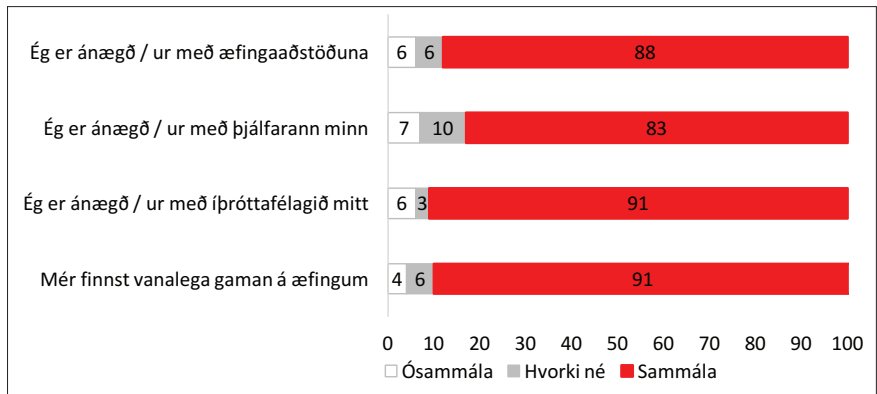
sýnt fram á að regluleg hreyfing hefur jákvæð áhrif á andlegt heilbrigði og rannsóknir hafa sýnt að andleg vellíðan er betri hjá þeim sem iðka íþróttir en hjá þeim sem iðka þær ekki. Á Íslandi er mikill metnaður hjá íþróttahreyfingunni til að gera vel þegar kemur að skipulögðu íþróttastarfi. Börn og ungmenni stunda íþróttir í auknum mæli og það er alls ekki óalgennt að leggja stund á fleiri en eina íþrótt. Mikilvægt er greina á milli formlegs íþróttastarfs sem stundað er innan íþróttafélaga og óformlegra íþróttastarfs sem stundaðar eru í annarskonar félagslegu samhengi og standa utan við íþróttafélögin. Rannsóknir sem hafa verið framkvæmdar á Íslandi hafa sýnt að þátttaka í skipulögðu íþróttastarfi hefur jákvæð áhrif á líðan ungmenna, dregur úr áhættuhegðun eins og áfengisneyslu, reykingum og steranotkun. Aftur á móti sýna niðurstöðurnar að þau ungmenni sem stunda eingöngu óformlegt íþróttastarf, utan íþróttafélaga, eru jafnvel líklegri en þau ungmenni sem engar íþróttir stunda til að neyta vímuefna. Þessar niðurstöður sýna að forvarnargildi íþróttar er háð þeim félagslegu kringumstæðum sem ákvarða þátttökuna hverju sinni. Niðurstöður rannsókna R&G hafa sýnt að vímuefnaneysla meðal barna og ungmenna á Íslandi er með því lægsta sem þekktist í heiminum. Í allri forvarnarvinnu hér á landi er einn af lykilþáttum að börn og ungmenni séu virk í skipulögðu íþrótta- og tólmundastarfi og skipa íþróttir þar veigamikinn þátt. Þannig sýna niðurstöður að um 90% barna í hverjum árgangi er á einhverjum tímavarki virk í íþróttastarfi. Eins og fyrr segir virka íþróttir sem mikilvæg forvörn gegn vímuefnaneyslu barna og ungmenna á grunnskólaaldri. Á mynd eitt má sjá að eftir því sem þátttaka í íþróttastarfi er meiri, því minni líkur að ungmenni í 8., 9. og 10. bekk noti vímuefni. Að sama skapi má sjá að neyslan er mest meðal þeirra nemenda sem segjast nær aldrei stunda íþróttir með íþróttafélagi.

Þá hafa rannsóknarniðurstöður R&G



Mynd 1. Vímuefnaneysla, greind eftir því hvort og þá hve oft nemandi stundar íþróttir með íþróttafélagi, nemendur í 8., 9. og 10. bekk, Rannsóknir & greining 2016.

einnig sýnt fram á að fornvargildi íþróttafélaga er ekki sjálfgefið. Í evrópskum samanburðarrannsóknum (Youth in Europe) sem stýrt er af R&G má til að mynda sjá að víðsvegar erlendis eru líkur á vímuefnaneyslu meðal ungmenna hlutfallslega meiri þegar þau taka þátt í íþróttastarfi samanborið við þá sem stunda ekki íþróttir. Þannig er lykilatriði í starfi íþróttafélaga að þjálfarahópurinn sé samsettur af menntuðum einstaklingum sem búa jafnframt yfir víðtækri reynslu á þjálfun. Utanumhald og skipulag, sem og víðeigandi þátttaka foreldra og forráðamanna skipa einnig veigamikinn sess. Í Ungt fólk könnuninni 2016 voru í samvinnu við ÍSÍ og UMFÍ settar inn spurningar sem könnuðu sérstaklega viðhorf og upplifan nemenda sem stunda skipulagðar íþróttir með íþróttafélögum – *Ánægjuvogin* svokallaða. Þegar litið er til niðurstaðna fyrir iðkendur innan Vals má sjá mjög svo ánægjulegar niðurstöður þar sem yfirgnæfandi meirihluti iðkenda er ánægður með félagið sitt, æfingaaðstöðuna, þjálfara sinn og það sem kannski mestu máli skiptir – finnst gaman á æfingum (mynd 2). Það er ljóst að Íslend-



Mynd. 2. Viðhorf iðkenda í Val til félagsins, þjálfara og æfingaaðstöðu. Nemendur í 8., 9. og 10. bekk, Rannsóknir & greining 2016.

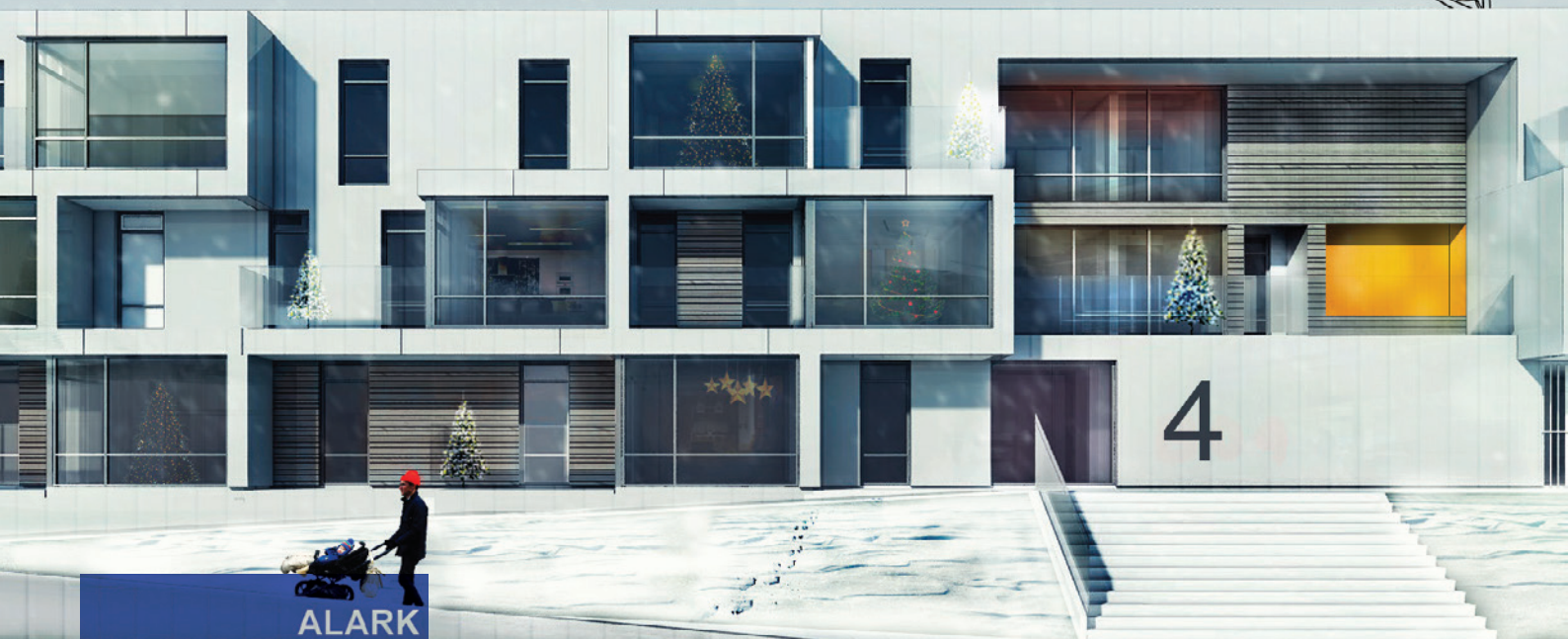
ingar hafa náð ótrúlegum árangri og vakið athygli á heimsvísu fyrir íþróttafrek sín. Að sama skapi höfum við náð að skapa umhverfi fyrir börn og ungmenni á grunnskólaaldri þar sem vímuefnaneysla er ekki spennandi valkostur – fyrir það höfum við líka fangað athygli heimsins. Eitthvað sem við getum verið stolt af og jafnvel á góðum stundum kallað okkur – Best í heimi!

Frekari upplýsingar um rannsóknir R&G á heimasíðunni rannsoknir.is eða með því að hafa samband við Margréti Lilju Guðmundsdóttur greinarhöfund.

Margrét Lilja Guðmundsdóttir, aðjúnt á íþróttáfræðisviði Háskólans í Reykjavík og sérfræðingur hjá Rannsóknum & greiningu. Netfang: margretlilja@ru.is

JÓLIN
2017

Óskum öllum Valsmönnum nær og fjær gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári, með þökk fyrir samstarfið á árinu sem er að líða.





Vel heppnaðir skóla- leikar Vals 2017

Skóleikar Vals fóru fram miðvikudaginn 22. mars í nýfunda skipti en um er að ræða samstarfsverkefni Vals, Austurbæjarskóla, Háteigsskóla og Hlíðaskóla þar sem nemendur á miðstigi etja kappi hvert við annað í ýmsum greinum. Keppt er í skotbolta, körfuboltaskoti, bocchia, boðhlaupi og reiptogi. Sá skóli sem hlýtur flest stig úr greinunum fimm fer með sigur af hólmi og var Háteigsskóli atkvæðamestur þetta árið. Þetta var í annað sinn sem Háteigsskóli ber sigur út bítum en síðast gerðist það árið 2009 þegar leikarnir voru haldnir í fyrsta sinn. Austurbæjarskóli fékk verðlaun fyrir besta stuðningsmannaliðið og fylgdi Hlíðaskóli þeim fast á hæla eftir. Frá árinu 2009 hefur Hlíðaskóli unnið leikana fjórum sinnum, Austurbæjarskóli þrisvar og Háteigsskóli tvisvar. Skólaleikabikarinn mun því dvelja í Háteigsskóla þetta árið en verðlaunin á leikunum eru gefin af Partýbúðinni ár hvert. Á meðfylgjandi myndum má sjá rafmagn-
aða stemningu að Hlíðarenda á meðan leikunum stóð.



SPORTS DIRECT.com



**SPORTS
DIRECT.com**

Skógarlind 2

Opnunartími
Mán-mið: 10-19
Fim: 10-21
Fös: 10-20
Lau-Sun: 10-18



Hin
Fullkomna
Gjöf

Gildir í
verslunum
Sportsdirect.com
á Íslandi!





Glæsilegur nýárs- fagnaður Vals 2017



Nýársfagnaður Vals er greinilega að festa sig í sessi sem ein af fjölmörgum hefðum, á borð við herrakvöld og kvennakvöld og uppskeruhátíðir. Vel tókst til að þessu sinni og meistaraflokkur kvenna hafði veg og vanda að undirbúningi. Gestir gæddu sér á alls kyns kræsingum og einnig voru fjölbreytt skemmtiatriði og mikið sungið, en aðalatriðið var að gleðjast saman, undir kjörorðinu maður er manns gaman. Myndir segja meira en þúsund orð og svo er um að gera að hvetja Valsmenn til að halda áfram með þessa skemmtilegu hefð. Ljósmyndir Guðni Ólgeirsson.



Kvennakarfan í Val

Draumarnir í körfunni hjá Val að verða stærri

Guðbjörg Sverrisdóttir er 25 ára gömul og hefur leikið körfubolta í 6 ár með Val og verið ein helsta driffjöður liðsins.

Kvennakarfan í Val var endurreist fyrir 10 árum eða árið 2017 þegar Íþróttafélag stúdenta gekk í heild sinni í Val og myndaði kjarnann í meistaraflokksliði félagsins. Síðan þá hefur verið unnið markvisst að því að efla kvennakörfuna í Val, bæði með starfi í yngri flokkum félagsins með öflugum þjálfurum og einnig með því að byggja upp meistaraflokkinn, bæði með uppöldum leikmönnum og einnig ungum og efnilegum leikmönnum sem hafa komið frá öðrum liðum.

Á undanförunum árum hefur gengi liðsins smám saman batnað og hefur oft náð góðum úrslitum gegn öflugustu kvennaliðum landsins án þess þó að ná að keppa um stóra titla. Það hefur vakið verðskulda athygli að á þessu tímabili hefur gengi liðsins verið framar vonum og þegar þetta er skrifað í byrjun desember sitja Valsstelpurnar einar á toppnum eftir 10 stiga sigur á Haukum í uppgjöri toppliðanna.

Guðbjörg Sverrisdóttir gekk til liðs við Val árið 2011 þá 18 ára gömul og þá átti hún fimm tímabil að baki í efstu deild kvenna, þrjú með uppeldisfélagi sínu Haukum og tvö með Hamri Hveragerði. Á yngri árum var Guðbjörg lykilleikmaður í 16 og 18 ára unglingslandslíðum Íslands og var snemma valin í æfingahóp hjá A-landslíði Íslands. Guðbjörg var afar sigursæl í yngri flokkum og í meistaraflokki. vann hún Íslandsmeistara- og deildarmeistaratitil tvisvar sinnum og vann einu sinni bikarmeistaratitil.

Framlag Guðbjargar hefur verið mikilvægt körfuboltanum í Val. Hún skorar mikið af stigum, tekur fjölda frákasta og gefur margar stoðsendingar. Guðbjörg hefur á þessu ári verið valin í kvennalandslíði eins og nokkrar aðrar úr kvennaliði Vals í körfunni. Auk þess þjálfar hún yngri kvennaflokka Vals í

körfu og ætti því að vera öllum hnútum kunnug á Hlíðarenda en á enn eftir að vinna sinn fyrsta stóra titil með félaginu í körfuknattleik. Hún er um þessar mundir að klára viðskiptafræði í HÍ á fullu í þjálfaranámi hjá ÍSÍ og KKÍ.

Valsblaðið óskaði eftir að Guðbjörg svaraði nokkrum spurningum, m.a. um ástæður þess að hún gekk í Val, ástæður fyrir velgengi liðsins um þessar mundir og sýn hennar á kvennakörfuna í Val, bæði til yngri flokka og meistaraflokks.

Hver var helsta ástæðan fyrir því að þú gekkst til liðs við Val á sínum tíma 2011?

„Aðalástæðan var að breyta til og æfa nær heimili mínu. Gústi þjálfari hafði þjálfað mig hjá bæði Haukum og Hamri áður og þegar hann tók við kvennaliði Vals og bað mig að koma með þá var það ákveðið.“

Hvernig hefur þér fundist uppbyggingin vera í kvennakörfunni hjá Val á yngri árum? „Mér finnst uppbyggingin vera á góðri leið. Það er margt sem hefur verið gert vel og margt sem hægt er að bæta enn frekar. Ég held að stærsta skrefið sem Valur hefur tekið hafi verið að fá Pálmarragnarsson inn í starfið. Þar er á ferðinni einn besti yngri flokka þjálfari landsins og mjög sterkur leikur að hafa hann í röðum Vals.“

Hvernig er aðstaðan á Hlíðarenda?

„Aðstaðan hérna á Hlíðarenda er algjörlega til fyrirmyndar. Lyftingarsalurinn á við bestu líkamsræktarstö. Það er pláss fyrir hvers kyns æfingar í lyftingarsal, teygjusal og uppi á svölum. Og þar fyrir utan eru auðvitað 4 salir þar sem hægt er að spila körfubolta. Viðhorfið til körfuboltans innan félagsins hefur smám saman verið að breytast og ná sömu hæðum og fótboltinn og handboltinn og það er gaman að sjá að aðrir Valsarar eru farnir að hafa þvítíkan áhuga á okkur.“

Hvernig skýrir þú frábært gengi kvennaliðsins í vetur sem er núna á toppnum?

„Okkur gengur svona vel núna vegna þess að liðið er allt á sömu blaðsíðu. Við vitum hvað við viljum, hvert hlutverk okkar í liðinu er og erum allar að vinna markvisst að því að ná okkar markmiðum.“



Yngri flokkar í körfunni hjá Val.

Hvernig líst þér á þá? „Mér líst mjög vel á þá og er gaman að sjá að iðkenda-fjöldinn er alltaf að aukast. Mér finnst viðhorfið hjá körfuboltakrökkunum vera að breytast smá saman og markmiðin og draumarnir að verða stærri.“

Eftirminnilegustu atvik úr reynslu þinni af þjálfun yngri flokka í körfu hjá Val. „Þegar 11 ára stelpurnar mínar komust upp í A-riðil í vor og Spánarferð með 10. flokknum í sumar.“

Eftirminnilegasta atvik þessa árs á Hlíðarenda?

„Þegar við unnum Skallagrím í fyrsta leik liðanna á heimavelli. Unnum með þriggja stiga körfu sem kom þegar 1,6 sekúnda var eftir. Stelpurnar sem Pálmarr er að þjálfva voru á leiknum og komu hlaupandi inn á völlinn til að fagna með liðinu. Það var frábært móment.“

Eftirminnilegt atvik og framtíðar-

draumar með landsliðinu? „Við vorum í Portúgal í febrúar 2016 til að spila í undankeppni EM og búningataskan okkar týndist á leiðinni. Við enduðum á því að spila í útivallarbúningi frá bæjarliðinu, fjólubláum og gul/gylltum. Ástæða fyrir því að maður ferðast alltaf með búninginn sinn í handfarangri núna. Minn helsti landsliðsdraumur er að komast á stórmót.“

Hver eru markmið liðsins í vetur og hversu raunhæft er að Valsliðið í kvennakörfunni eigi eftir að fá ártal á vegginn á þessu tímabili? „Aðalmarkmið liðsins eru að komast í úrslitakeppnina. Við höfum núna unnið öll liðin í deildinni þannig ég held að það sé nokkuð raunhæft að ná loksins í ártal. Við þurfum að halda áfram að bæta okkur og spila saman sem lið og þá getum við náð okkar markmiðum.“

Skilaboð til yngri iðkenda? „Aldrei gefast upp.“

Mottó: „Failing to plan is planning to fail“ og „Next play“.

Valsblaðið þakkar Guðbjörgu fyrir viðtalið um uppgang kvennakörfunnar í Val og óskar henni og liðsfélögum hennar góðs gengis.



Fótbolti er bara svo fáránlega skemmtilegur

Sandra Sigurðardóttir er þrjátíu og eins árs og leikur fótbolta með meistaraflokki

Nám: Útskrifaðist sem sjúkraþjálfari frá Háskóla Íslands núna í október 2017.

Hvað ætlar þú að verða: Eldri, þroskaðri, skemmtilegri og jú klárlega betri í fótbolta en ég er í dag.

Af hverju Valur: Hjá mér var kominn tími á breytingar og Valur var eitt af þeim liðum sem vildu fá mig og mér leist gríðarlega vel á þennan klúbb.

Uppeldisfélag í fótbolta: KS (Knattspyrnufélag Siglufjarðar).

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum: Borguðu æfingagjöldin fyrir mig, keyptu handa mér takkskó og þess háttar og skutluðu mér á æfingar. Byrjaði klárlega þannig og sá stuðningur sem maður þarf til þess að byrja í sportinu og halda áfram í því. Þau hafa stutt duglega við bakið á mér í öll þess ár með hrósi og hvatningu, knúsi og áhuga.

Af hverju fótbolti: Fótbolti er bara svo fáránlega skemmtilegur. Langflestir krakkar fóru í fótbolta á sumrin og vorum á skíðum á veturna þegar ég var yngri á Sigló og svo hélt ég bara áfram því það gekk vel og er enn að.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum: Ég var ágæt á skíðum á grunnskólaaldri, náði á pall á Andrésarandarleikunum og vann einhver innanfélagsmót heima.

Eftirminnilegast úr boltanum: Alltaf gaman og eftirminnilegt að vinna titla en svo hefur verið mjög gaman að vera með landsliðinu og fara á þessi 3 stórmót sem við höfum farið á.

Nokkur orð um síðasta tímabil:

Áskorun, ekki spurning. Það reyndi gríðarlega mikið á hópinn, bæði á einstaklinga og hópinn í heild. Þrátt fyrir að við höfum ekki endað í því sæti sem við vildum enda að þá fannst mér liðið spila oft á tíðum virkilega vel og ná að stimpla sig inn á margan hátt ásamt því líka að þroskast og vinna gegn mótlætinu sem við urðum fyrir. Þá var sumarið einnig

mjög skrítið þar sem langar pásur voru á mótinu vegna landsliðsverkefna, ásamt því að mikið þúður fór í umfjöllun, undirbúning og allt sem fylgdi landsliðinu hvort sem leikmenn voru í landsliðinu eða ekki.

Lýstu Valsliðinu í fótbolta í sumar í stuttu máli: Vinnuhestar og dugnaðarforkar sem eru stútfullir af hæfileikum með rautt Valshjarta. Náðum að tengjast vel saman í mörgum leikjum, hjálpast að, bakka hverja aðra upp og vinna að markmiðum saman fyrir hverja aðra og fyrir klúbbinn.

Markmið fyrir næsta tímabil: Halda áfram að bæta okkur sem einstaklingar og lið. Stefnan er auðvitað alltaf sett á titla og ég held að það sé engin breyting á því. Næsta ár er virkilega spennandi, nýtt þjálfarateymi, leikmenn að snúa til baka úr meidslum og nýtt mót.

Besti stuðningsmaðurinn: Fyrir utan fjölskylduna sjálfa þá finnst mér ég verð að nefna félagana sem mæta á alla leiki félagsins og hvetja liðið áfram í stúkunni – veit því miður ekkert hvað þeir heita félagarnir en þeir eru frábærir.

Erfiðustu samherjarnir: Ég verð bara að nefna sjálfa mig, held ég geti verið sjálfri mér hvað erfiðust á ákveðnum tímupunktum og get ekki nefnt neina sérstaka í liðinu sem fær þennan stimpil.

Erfiðustu mótherjarnir: Í rauninni getur það verið bara hvaða lið sem er þegar við sjálfar erum ekki í réttum gir og nægilega vel stemmdar.

Vandræðalegasta atvik: Eina sem mér dettur í hug er bara í leik einhvern tímamót í lengjubikar fyrir löngu þegar það kom há sending ba kvið vörnina og ég keyrði út úr teignum, ósjálfráð viðbrögð mín voru síðan bara að grípa boltann fyrir ofan höfuð þó svo að ég væri komin langt út úr teignum – um leið og ég fattaði hvað ég hafði gert sleppti ég boltanum og

gekk útaf, beint rautt spjald. Frekar vandræðalegt.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val: Ég hlakka til að sjá Elínu Mettu halda áfram að vaxa og springa meira út á næstu árum, þá eru einnig margar yngri stelpur að koma upp sem verður spennandi að fylgjast með. Til dæmis Hlín Eiríks og Auður markmaður.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val: Mér þykir mjög gaman að fylgjast með Hauki Páli hvort sem það er í leikjum eða æfingum hjá strákunum en svo er fullt af spennandi leikmönnum sem verður gaman að fylgjast með í sumar og næstu ár. En verð samt að nefna Guðjón Pétur líka, hann er geggjáður en algjört bío líka.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val: Mjög vel, mér sýnist svona á öllu að klúbburinn sé að vinna mjög gott starf með yngri flokka. Bæði í umgjörð og þjálfun.

Fyrirmynd þín í fótbolta: Fylgdist mikið með Oliver Kahn og Peter Schmeichel á árum áður, þá var Luis Figo einnig uppáhalds. Hérna heima hef ég síðan alltaf titið mikið upp til Eddu Garðarsdóttur.

Draumur um atvinnumennsku í fótbolta: Jájá, hann var alltaf til staðar og fór ég til Svíþjóðar í stuttan tíma 2011 – gekk ekki alveg upp þá. Hef ekkert lagt drauminn til hliðar alveg en hann bara rætist ef hann rætist.

Landsliðsdraumar þínir: Hef nú verið í landsliðinu núna í þónokkuð mörg ár en draumurinn er auðvitað alltaf að ég verði nr 1, náí að spila fleiri leiki og á stórmóti.

Hvað einkennir góðan þjálfara: Heiðarlegur í samskiptum og gjörðum, viti talsvert mikið um fótbolta (taktík og þjálfun), strangur og með aga en skemmtilegur líka.

Besta bók: Var mikið Harry Potter fan hérna á árum áður. En Munkurinn sem seldi sportbílinn sinn er frábær bók sem ég mæli með að allir lesi og svo spennu-sögurnar eftir Lars Kepler (hjón sem skrifa saman undir þessu nafni), algjörlega frábærar.

Uppáhalds erlenda fótboltafélagið: Manchester United.

Nokkur orð um núverandi þjálfara-teymi: eru bara glæný þarna yfir okkur og mér líst bara hrikalega vel á þau. Góð blanda af ólíkum karakterum með mjög ólíka reynslu og sjónarmið.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val: Þetta er bæði margþætt og kannski erfitt að svara á stuttan og öruggan hátt. En að mörgu leyti snýst þetta um áhuga og virðingu gagnvart konum og körlum hjá þeim sem að liðunum koma, hvort sem það er stjórn kanttspurnudeildar eða klúbbsins eða aðrir og jú að sama fjármagn og vinnuafli sé lagt fram til beggja kynja.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn einelti og fordómum: Fræðsla til iðkenda, þjálfara og foreldra reglulega, ásamt því að öll mál sem upp koma séu rædd og leyst á farsælan hátt. Fá fyrirmyndir til að koma og ræða við krakkana og leyfa umræður og spurningar.



Ljósmynd. Snorri Björnsson

Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera: Flýta byggingu knattspyrnuhallar, betrubæta lyftingasalinn, stækka klefana svo eitthvað sé nefnt.

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-enda: Mjög góð og á bara eftir að batna. **Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum:** Halda áfram á sömu braut, halda liðunum í sem flestum greinum í toppbaráttu og hala inn titlum. Að klúbburinn sé sigursæll en ekki síður mikilvægt að það yngri flokka starf sem er til staðar haldi

áfram að búa til flott íþróttafólk og einstaklinga sem séu sem best undir það búin að takast á við framtíðina á jákvæðan og skynsaman hátt.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati: Það er auðvitað ekki hægt að líta fram hjá því að strákarnir unnu Íslandsmótið, sem var auðvitað stórglæsilegur árangur og frábært fyrir þá og allan klúbbin.

Mottó: Vera hugrökk – ekki gefast upp.

PARTÝBÚÐIN

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

Faxafeni 11, Reykjavík, s. 534 0534



Valskórinn á vortónleikunum í maí sl. Í efstu röð f.v. Stefán Halldórsson, Sigurður Guðjónsson, Friðrik Rúnar Guðmundsson, Jón Guðmundsson, Halldór Einarsson, Chris Foster, Georg Páll Skúllason, Þórarinn G. Valgeirsson, Guðmundur Frímansson, Þorsteinn Þorsteinsson, Nikuás Úlfar Másson. Í miðröð f.v. Björg Ólafsdóttir, Hrafnhildur Ingólfssdóttir, Anna Sigríður Jóhannsdóttir, Sjöfn Guðmundsdóttir, Þorbjörg Sóley Ingadóttir, Guðbjörg B. Pedersen, Mínerva M. Haraldsdóttir, Kristín Magnúsdóttir, Björk Steingrimsdóttir, Anna Gréta Möller. Fremst eru f.v. Guðrún Sesselja Grímsdóttir, Karítas Halldórsdóttir, Laufey Steingrimsdóttir, Jóhanna Gunnþórsdóttir, Bára Grímsdóttir, Lára Kristjánsdóttir, Lilja Jónasdóttir, Laufey Steingrimsdóttir.

Valskórinn verður 25 ára 2018

Valskórinn hefur starfað af miklum krafti á árinu

Vetrarstarf Valskórsins hefur verið í föstum skorðum í bráðum 25 ár. Það hefst í september og lýkur í maí með vortónleikum. Valskórinn leggur mikið á sig til að tónleikarnir verði sem glæsilegastir. Undanfarin ár hafa landsfrægir söngvarar brugðið á leik með kórnum. Vorið 2017 var það engin önnur en Diddú sem gladdi

okkur og tónleikagesti með söng sínum. Í mars fór kórinn í æfingabúðir í Skálholt. Slíkar æfingabúðir eru afar gjöfugar hvað söngæfingar varðar jafnframt sem þær hrista félagana saman. Kór er eins og hvert annað keppnislið, ef hópurinn er ekki samstilltur verður árangurinn ekki eins og að er stefnt. Valskórinn kemur

fram við ýmis tilefni hjá félaginu og er þátttaka hans á gamlársmorgun, er íþróttamður Vals er kynntur, orðinn að föstum lið. Jólatónleikar kórsins fóru fram þann 3. desember. Friðrikskapella var þéttsetin áhorfendum sem tóku kórnum afar vel. Kórinn tók svo þátt í aðventukvöldi í kapellunni þann 6. desember ásamt karla-



Hjónin Bára Grímsdóttir og Greg Foster ánægð að loknum vortónleikunum.



Diddú (Sigrún Hjálmtýsdóttir) var gestasöngvari á vortónleikum Valskórsins.



Ragnar Ingi Aðalsteinsson og
Sigurlína Davíðsdóttir. Ragnar
Ingi samdi textann við lagið
Jörðin hún er móðir okkar sem
flutt var á vortónleikunum. Lagið
er eftir Báru kórstjóra.

kór KFUM og Fóstbræðrum. Í mars söng kórinn á tónleikum með Kammerkór Mosfellsbæjar og í nóvember í messu í Háteigskirkju.

Flestir kórmeðlima hafa sungið með kórnum lengi og nokkrir stofnenda eru enn virkir þátttakendur. Alltaf bætast þó við nýir félagar sem er nauðsynlegt fyrir starfið.

Í janúar hefjast æfingar fyrir 25 ára afmælistónleika Valskórsins. Gaman væri að sjá fyrrum féлага ganga til liðs við kórinn á afmælisárinu. Bára Grímsdóttir hefur stjórnað Valskórnum síðan haustið 2004 og er það mál manna að kórinn sé í stöðugri framför undir hennar stjórn. Það er í raun merkilegt að tekist hafi að halda úti kór í Val í aldarfjórðung. Ekki er vitað um önnur íþróttafélög er hafa kór innan sinna vébanda.



Diddú og Jón Guðmundsson á
vortónleikunum.

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Karl Guðmundsson

Karl G. Jeppesen

Karl Harry Sigurðsson

KOM (Friðjón Friðjónsson)

Kristján Ásgeirsson

Laila Margrét Arnþórsdóttir

Lárus Bl. Sigurðsson

Leifur Aðalgeir Benediktsson

Malbikunarstöðin Colas

María Björg Ágústsdóttir

Markús Máni

Már Gunnarsson

Már B. Gunnarsson

Ólafur G. Gústafsson

Ólafur Rögnvaldsson

Ólafur Már Sigurðsson

Óskar Bjarni Óskarsson og fjölskylda

Óttar Felix Hauksson

Páll Ragnarsson

Pétur Jónsson

Pétur Magnús Sig

Pétur Sveinbjarnarsson

Ragnheiður Lárusdóttir

Reynir Vignir

Rósa Sigurbjörnsdóttir

Sigurður Ásbjörnsson

Sigurður Dagsson

Sigurður Gunnarsson

Sigurður Lárus Hólm

Sigurður K. Pálsson

Sigursteinn Gunnarsson

Smart sólbaðstofan

Smári Þórarinnsson

Sonja Jónsdóttir

Stefán Hilmarsson

Stefán Karlsson

Mikill körfubolti og enn meiri skemmtun hjá 9. flokki kvenna

Þann 28. júní fóru 9.–10. flokkur kvenna í körfubolta í keppnisferð til Spánar.

Við vorum í Lloret de Mar, sem er bær rétt fyrir utan Barcelona og gistum á fínu hóteli í miðborg bæjarins. Hótelid var staðsett í göngufæri við nánast allt það helsta, t.d. íþróttahemilið, veitingastaði, ströndina og búdir.

Hótelid var mjög fínt, við vorum allar á sömu hæðinni og síðan fleiri lið dreifð um hótelið. Á þakinu gátum við síðan slakað á fyrir leiki, en þar var sundlaug, heitir pottar og gufubað. Á hótelinu var allur matur innifalinn og var stórt hlaðborð í morgun-, hádegis- og kvöldmat. Það eina sem fylgdi hverri einustu máltíð var súkkulaðigosbrunnur og bæði nammi og ávextir til að dýfa í enda var þessi hluti matarins mjög vinsæll. Hlaðborðið var alltaf vel úti látið en stundum með mat sem að við fíluðum ekki og því var gott að stutt labb var í næsta Burger King og McDonalds og aðra matsölustaði.

Við vorum úti í 10 daga og á þessum 10 dögum spiluðum við 4 leiki. Við spil-



uðum tvo leiki við íslensk lið og síðan voru seinni tveir leikirnir á móti heimaliði Lloret de Mar og liði frá Frakklandi. Markmið okkar fyrir mótið var að leggja okkur allar fram í leikjunum þar sem við vissum ekki styrkleika hinna liðanna og síðan auðvitað að hafa gaman. Leikirnir voru oftast seinnipart dagsins og þegar við mættum í íþróttahúsið til að hita upp þá var loftið í íþróttahúsinu mjög þungt þar sem það var engin loftræsting og húsið búið að hitna vel yfir daginn vegna hitans úti.

Fyrsta kvöldið sem við mættum í íþróttahúsið fór þar fram opnunarkvöld mótsins, öll liðin kynnt til leiks og þjóðsöngur allra landanna spilaður. Þar voru þjálfarar liðanna, eigendur keppinnar kynntir til leiks. Svipað fyrirkomulag var síðan á lokakvöldinu þar sem sigurveg-

arar og sæti hvers aldursflokks var kynntur. Við enduðum í 2. sæti í okkar aldursflokki eftir að hafa tapað úrslitaleiknum með 6 stigum.

Þar sem við vorum úti í 10 daga og spiluðum eingöngu 4 leiki þá þurftum við að finna okkur eitthvað annað að gera hina dagana. Einn daginn ákváðum við að taka rútu til Barcelona og finna okkur þar eina verslunarmiðstöð þar sem við gátum eytt deginum. Annan dag nýttum við til þess að fara í sundlaugargarð og eyddum öllum deginum þar. TYPÍSKT samt að eina daginn af þessum 10 sem við höfðum tíma til að fara í sundlaugargarðinn var dagurinn sem að það rigndi.

Þessi ferð einkenndist af miklum körfubolta og enn meiri skemmtun!

Valgerður Jónsdóttir og Tanja Kristín Árnadóttir tóku saman.



LENOVO VERMIR EFSTA SÆTIÐ Á LISTA LAPTOP MAG



Lenovo™



Við höfum góða reynslu af framtíðinni

Liðsmynd með Mike Krzyzewski. Aftari röð frá vinstri: Sigfinnur Guðlaugsson, Geir Ragnarsson, Ólafur Heiðar Jónsson, Ólafur Björn Guðlaugsson, Ari Róbertsson, Ágúst Björgvinsson, Leonard Þorvaldsson, Ívar Guðnason, Símon Tómasson, Eiríkur Kjartansson og Egill Jón Agnarsson. Fremri röð frá vinstri: Arnaldur Góði Sigurðarson, Gabriel Boama, Arnaldur Grímsson, Coach K, Thor Björnsson Haaker, Snorri Petursson og Ástþór Atli Svalason.



Vel heppnuð æfingaferð 9. og 10. flokks karla í körfubolta til Bandaríkjanna

Í lok júní fóru 9. og 10. flokkur Vals í æfingaferð í körfuknattleik til Duke University, í Norður Karólínufylki. Alls vorum við 16 leikmenn ásamt þjálfurum okkar, Gústa og Svala og tveimur farastjórum, Grími og Bjössu. Við flugum til Washington DC og keyrðum síðan til

Durham í Norður Karólínu þar sem Duke háskólinn er staðsettur. Fyrsta daginn skoðuðum við aðstöðuna hjá háskólanum sem er ein sú besta í heimi. Duke er talinn besti háskóli í körfubolta í Bandaríkjunum þar sem einn allra þekktasti þjálfari allra tíma þjálfar. Mike Krzyzewski, hann hefur þjálfað Duke síðan árið 1980 og hefur fimm sinnum gert þá að Bandarískum háskólameisturum og unnið rúmlega 1.000 leiki fyrir skólann. Það er met sem verður sennilega aldrei slegið. Auk þess var hann aðalþjálfari bandaríska landsliðsins frá árunum 2006 til 2016. Á þeim árum tapaði hann ekki leik með liðinu, varð ólympíumeistari þrisvar og heimsmeistari tvisvar.

Áður en námskeiðið sjálft byrjaði fengum við að taka tvær aukaæfingar í aðalæfingaaðstöðu Duke sem er ógleymanleg lífsreynsla því margir af bestu leikmönnum heims hafa æft þar. Námskeiðið var fimm dagar og var æft stíft alla daga, tvær æfingar og tveir leikir á dag. Þar voru tugir þjálfara og um 700 strákar frá þrettán löndum og fjórum heimsálfum að æfa. Æft var við bestu mögulegu aðstæður á stórum frjálfsþróttavelli, þremur körfuboltasölum og að auki í keppnishöll Duke, Cameron, sem er ein frægasta körfuboltakeppnis-

höll í Bandaríkjunum. Þar hefur verið uppselt á alla heimaleiki Duke í áratugi. Gist var í hjarta heimavistar Duke skólans sem eru frábærar aðstöður. Það kom öllum gríðarlega á óvart hvað háskólaumhverfið er magnað og mikið í það lagt. Öllum í Valsliðinu fannst magnað að kynnast háskólalífni og sjá hvernig það er, þar sem nokkrir stefna á að komast í háskólaboltann í Bandaríkjunum.

Þegar námskeiðið var búið keyrðum við aftur til Washington DC. Þar sem við gistum á mjög góðu Marriott hóteli í 5 mínútna göngufjarlægð frá miðbænum. Við skoðuðum helstu minnisvarða í borginni m.a. Nálina, Hvíta húsið, Abraham Lincoln minnisvarðann, þinghúsið og minnisvarða um Víetnam stríðið, Kóreustríðið og seinni heimstyrjöldina. Það er einstakt að sjá þessi þekktu auðkenni, sem margir hafa séð í ótal kvikmyndum. Síðan héldum við til baka reynslunni ríkari, með skemmtilegar minningar.

Þetta var frábær og lærdómsrík 10 daga ferð til Bandaríkjanna. Okkur langar að þakka þjálfurum okkar og foreldrum sem gerðu þessa ferð okkar, sem við munum seint gleyma, mögulega.

f.h. drengja í 9. og 10. flokk Vals í körfuknattleik; Ástþór Atli Svalason og Geir Ragnarsson.



Valsmenn hittu David Robinson í Duke, einn allra besta körfuknattleiksmann allra tíma. Ástþór og Snorri með Mr. David Robinson. Myndir Svali Björgvinsson.



URSUS



2. flokkur Vals sem fór í keppnisferð til Þýskalands í september 1954 en þetta var jafnframt fyrsta utanför unglíngaflokks hjá Val. Þessir kappar eru í aftari röð f.v. Þórður Þorkelsson og Páll Guðnason fararstjórar, Árni Njálsson, Hreinn Hjartarson, Sigurður Ámundason, Sigfríð Ólafsson, Matthías Eggertsson, Sigurður Hólm Þorsteinsson, Ásgeir Óskarsson, Hilmar Magnússon, Theódór Óskarsson og Frímánn Helgason þjálfari. Fremri röð f.v. Hilmar Pietsch, Páll Aronsson, Friðjón Friðjónsson, Sigurbjartur Hafsteinn Helgason, Örn Ingólfsson, Grétar Geirsson, Haraldur Sumarliðason, Bragi G. Bjarnason, Guðmundur Aronsson og Hörður Hjörleifsson.



Markús E. Jensen

Fæddur 9. mars 1945

Dáinn 25. desember 2016

Það er með söknuði í hjarta sem ég, fyrir hönd Vals, skrifa fáein minningarorð, um vin okkar og Valsmanninn Markús E. Jensen sem féll frá, á jóladag, á besta aldri. Valshjarta hans var stórt og sló í takt við þann anda sem ríkir alla jafna að Hlíðar-enda, anda séra Friðriks. Markús lét fáa viðburði fram hjá sér fara en auðvitað var helsta áherslan á meistaraflokk kvenna í knattspyrnu þar sem dóttir hans hefur verið lykilmanneskja.

Markús lék sjálfur með Val á sínum yngri árum, var síðan í stjórn knattspyrnu- deildar og vallarstjórn. Ávallt boðinn og búinn að leggja hönd á plóginn eins og Magdalena Kjartansdóttir, eiginkona hans, sem var valin Valsmaður ársins, á gaml- ársdag.

Alloft vorum við sessunautar á leik- um Vals og Markús gat haft sterkar skoð- anir á því sem fyrir augum bar. En að sama skapi bjó hann yfir stóískri ró og gætti orða sinna. Það var eftirtektarvert hversu samrýmd og samstíga hjónin voru, hversu mikla virðingu þau báru hvort fyrir öðru, samferðafólki sínu og Knattspyrnufélag- inu Val.

Markús tókst á við veikindin af æðru- leysi, með bjartsýni og dugnað að leiðar- ljósi, sannfærður um að hann hefði sig- ur að lokum því síðari hálfleikur var rétt nýhafinn. En enginn ræður sínum nætur- stað og nú mun kappinn fylgjast með leik- um frá öðru sjónarhorni, þar sem kærleik- urinn er ævinlega í fyrsta sæti.

Fyrir hönd Vals, votta ég eiginkonu, börnum, skyldmönnum og vinum, samúð okkar allra.

Þótt ég sé látinn harmið mig ekki með tárnum. Hugsíð ekki um dauðann með harmi og ótta.



Sigurður Hólm Þorsteinsson

Fæddur 28. janúar 1935

Dáinn 10. október 2017

Í dag kveð ég minn góða vin og æsku- féлага, Sigga Þorsteins. Við ólumst báðir upp á Skólavörðuholtinu og lékum okkur

mikið úti eins og krakkar í þá daga. Fljótt varð fótbolli sameiginlegt áhugamál okkar og ég var svo heppinn að elskulegur fað- ir Sigga, Þorsteinn B., var mikill Valsmað- ur og tók okkur með á leiki.

Á ég góðar minningar frá því er við gengum niður Njarðargötuna, gegnum Hljómskálagarðinn og þaðan út á gamla Melavöllinn að horfa á Valsleiki. Stóðum við alltaf vinstra megin á vellinum, utan eitt skipti þegar við Siggi vildum standa hægra megin. Valur tapaði þeim leik og fengum við ákúru frá Þorsteini á heimleið. Síðan spiluðum við Siggi báðir með yngri flokkum Vals næstu árin og var toppnum náð þegar við fórum í keppnisferð með 2. flokki Vals til Þýskalands árið 1954. Sú ferð var lengi í minnum höfð enda mikið ævintýri fyrir unglínga á þessum tíma að fara til útlanda.

Eftir að við urðum fjölskyldumenn héld- um við ávallt góðu sambandi með heim- söknum, bíóferðum o.fl. Seinni árin fór- um við saman á ótal Valsleiki og tippuðum á laugardagsmorgnum í Valsheimilinu. Nú að leiðarlokum vil ég þakka Sigga fyr- ir okkar löngu og dýrmætu vináttu. Við Svana, dætur og fjölskyldur sendum Ernu, Hólmiþrúði, Pétri og fjölskyldum þeirra innilegar samúðarkveðjur. Minning um góðan dreng lifir.

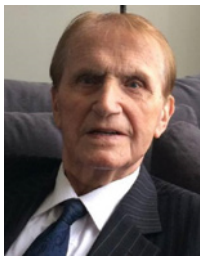
Ásgeir P. Óskarsson.

Æskuvínirrir Sigurður Hólm Þorsteins- son og Ásgeir Óskarsson á Hlíðar- enda. Pétur Örn sonur Sigurðar t.h.



Ég er svo nærri
að hvert eitt ykkar tár
snertir mig og kvelur
því látinn mig haldið.
En þegar þið hlæið
og syngið með glöðum hug.
Sál mín lyftist upp
í mót til ljóssins.
Verið glöð og þakklát
fyrir allt sem lífið gefur.
Og ég, þótt látinn sé,
tek þátt í gleði ykkar
yfir lífinu. *(Óþekktur höfundur)*

*Þorgrímur Þráinsson, formaður
Knattspyrnufélagsins Vals*



Anton Erlendsson

Fæddur 25. júní 1921

Dáinn 1. september 2017

Anton Erlendsson sem lést hinn 1. september sl. á níutugasta og sjöunda aldursári, átti samleið með Val í rúmlega áttafjú árum, en hann hóf æfingar og keppni á árinu 1936. Þegar hann lést hafði hann um margra ára skeið verið elstur félagsmanna samkvæmt félagsskrá Vals.

Anton átti farsælan keppnisferil í knattspyrnu og lék með meistaraflokki á árunum 1939–1948. Á þessum árum og árunum áður átti félagið frábæra knattspyrnumenn sem urðu Íslandsmeistarar ellefu sinnum á fimmtán ára tímabili og margir þeirra leikmanna eru nánast godsagnir í sögu félagsins bæði sem leikmenn og leiðtogar síðar. Vænst þótti honum um titilinn sem þeir félagar unnu á lýðveldisárinu 1944, en til viðbótar gullpeningi fengu allir liðsmenn afhenta útskorna fánastöng með fána hins nýstofnaða lýðveldis að móti loknu. Anton var valinn í úrvalslíð Knattspyrnuráðs Reykjavíkur sem fór í keppnisferð til Englands haustið 1946.

Auk þess að leika knattspyrnu var Anton liðtækur handknattleiksmaður og var markvörður þegar Valur vann Íslandsmót-

ið í meistaraflokki á árinu 1940, en það var í fyrsta skipti sem keppt var um þann titil. Hann var jafnframt í liðinu sem varð Íslandsmeistari í 2. flokki sama ár.

Eftir að Anton hætti keppni tók hann þátt í starfi fulltrúaráðs Vals og fylgdist þannig með starfinu og var auk þess tíður gestur á leikjum, einkum í knattspyrnu. Anton tók þátt í ýmsum sjálfbóðaliðsverkefnum á vegum félagsins og var traustur félagi í baklandi þess. Hann hafði gaman af að spjalla við menn um málefni Vals, lá ekki á skoðunum sínum og lagði jafnan gott til málanna.

Tengsl Antons við Val rofnuðu aldrei og hann fylgdist með gengi félagsins og uppbyggingunni á Hlíðarenda fram á síðustu daga. Hann gladdist mjög í vor þegar félagið varð Íslandsmeistari í handknattleik karla og hans heitasta ósk var að knattspyrnumönnum félagsins tækist einnig að verða Íslandsmeistarar í ár. Anton lést skömmu áður en titillinn var tryggður en hefur örugglega sent góða strauma að handan til liðsins í lokaleikjum mótsins.

Anton var sæmdur gullmerki félagsins fyrir störf sín í þágu þess og bar það með miklu stolti alla tíð.

Fyrir hönd Vals sendi ég eiginkonu Antons, börnum og öðrum ættingjum innilegar samúðarkveðjur um leið og honum eru færðar þakkir fyrir langa og dygga samleið.

Reynir Vignir



Þórarinn

Eypórsón

Fæddur 23. mars 1937

Dáinn 19. janúar 2017

Fáar manneskjur, utan minna nánustu, hafa haft eins mikil áhrif á mótunarár mín og viðhorf í æsku sem Þórarinn Eypórsón, þjálfari minn í Val frá þrettán ára aldri og meira eða minna eftir það, fram yfir tví-

tugt. Hann innrætti mér og okkur stelpunum þau viðhorf til lífsins sem hafa orðið okkur til góðs allar götur síðan.

Tóti notaði óvenjulega aðferð til að ná til okkar unglingsstúlkanna sem virkaði vel og var ekki á hvers manns færi í þá daga. Með sinni hæglatu og yfirveguðu framkomu náði hann að virkja það besta sem til var í hverri okkar og aldrei minnst ég þess að hann hafi gert mannámun. Við bárum ótakmarkaða virðingu fyrir honum og sú staðreynd hvatti okkur áfram til að gera vel og kallaði fram löngun til að gera honum til geðs og gleðja.

Með meðfæddri þekkingu sinni á manneskjunnunni náði hann til okkar og vissi hvernig bæri að koma fram við okkur. Virðingin sem hann bar fyrir okkur skilaði sér til baka og kannski einmitt þess vegna náðum við árangri sem síðan hefur ekki verið leikinn eftir. Okkur þótti sjálfsagt að leggja allt sem við megnum á okkur til að ná sem lengst. Hann kenndi okkur að bera virðingu fyrir andstæðingunum og að það væri ekki sjálfgefið að vinna. Við yrðum að læra að tapa líka. Og svo lengi sem við legðum okkur fram væri ekki nein skömm að því að viðurkenna sig sigraðan.

Þeir sem til þekkjá vita að það er engu liði hollt að vinna alla leiki ár eftir ár, en við Valskonur áttum fjögurra ára samfellda sigurgöngu ef ég man rétt, án þess að tapa svo mikil sem leik. Það var því ekki góð tilfinning þegar þeirri göngu lauk. En Tóti tók því eins og hverju öðru hundsbiti og sagði okkur að spýta í lófana og gefast ekki upp. Við hefðum haft gott af að tapa. Það yrði okkur hvatning til að staldra við og endurskoða hlutina. Það hefði getað farið illa og haft slæm áhrif, en ekki með Tóta sem leiðbeinanda.

Tíminn sem ég átti með Valsliðinu og Tóta er í minningunni eitt dásamlegasta skeið lífs míns. Ef ekki hefði verið fyrir hann, er ég hrædd um að margar okkar hefðu flosnað upp úr íþróttinni, en hann kunni ráð til að halda okkur við efnið. Ég held að flestar okkar sem vorum undir handleiðslu hans geti vísað í einhverja minningu sem hafði þau áhrif að snúa til baka og láta ekki deigan síga.

Fyrir munn okkar flestra get ég fullyrty að við erum þakklátar fyrir það uppleiddi sem við hlutum á mótunarárum í lífi okkar. Virðinguna fyrir félaginu og íþróttinni var hann óspar á að innræta okkur og ekki síst að fylla okkur stolti fyrir að tilheyra Val. Það vissum við í hjarta okkar að var upphéð sem við mættum ekki setja blett á og því fylgdi því ábyrgð að vera í Val og spila undir merki félagsins.

Fyrir allt sem Tóti gaf okkur er ég óendanlega þakklát og mæli örugglega fyrir munn okkar allra þegar við kveðjum hann

nú. Sigríði og dætrum sendi ég innilegar samúðarkveðjur.

Bergljót Davíðsdóttir



**Þorsteinn Finnur
Friðþjófsson**
Fæddur 24. febrúar 1940
Dáinn 28. janúar 2017

Kvatt hefur góður Valsmaður sem hafði ástríðu fyrir fótboltanum og stundaði íþróttina af alvöru og gleði. Það er ljúft að láta hugann reika nokkra áratugi til baka þegar við Steini spiluðum saman í Val. Steini var mikill keppnismaður og eignaði sér bakvarðastöðuna og stóð sig afar vel alla jafna bæði með Val og með landsliðinu. Eini sinni hitti Steini þó afar erfiðan andstæðing þegar við lékum gegn Anderlecht í Evrópukeppni. Þessi hægri útherji þeirra Belgana var eins og fiskur í hreyfingum, fór vinstra eða hægra megin og/eda klobbaði. Enn eina ferðina var hann búinn að losa sig við Steina og ég var að rembast við að hafa við honum, snögg gabbhreyfing og kantmaðurinn þaut framhjá mér. Ég var orðinn þreyttur á að láta þennan frábæra leikmann fífla okkur Steina og greip í buxnastrenginn. Það tognaði á strengnum og Belginn spriklaði, en ég hélt sem fastast og dómariinn rétt gat flautað, hann hló svo mikið og það gerðu 25 þúsund áhorfendurnir. Við stunduðum æfingar af samviskusemi og stundum fékk ég far með Steina í Kópavoginn þegar ég átti árfjórðandi erindi þangað. Árin liðu og Steini fór út í þjálfun og alltaf voru gömlu félagarnir í ágætu sambandi og þegar ég vildi að við færum að grilla hamborgara fyrir leiki meistaraflokks var Steini snöggur að samþykkja að vera með ásamt öðrum góðum félagamönnum, Ormari Skeggjasyni. Það er sárt að Steini hefur ekki notið lífsins sem skyldi seinni árin vegna veikinda. Við Valsmenn

kveðjum góðan félagamönnum og innilegar samúðarkveðjur eru hér færðar fjölskyldu og vinum.

*Fyrir hönd fulltrúaráðs Vals
Halldór Einarsson*



Hrafn Bachmann
Fæddur 16. janúar 1943
Dáinn 23. maí 2017

Við kveðjustund er auðvelt að láta hugann reika til baka til þess tíma sem Hrafn Bachmann var kaupmaður í blóma lífsins, hamhleypa til verka, óhemju virkur og vildi allt fyrir alla gera. Það var auðvelt að dást að kraftinum og stemningunni sem skapaðist í kringum hann í hinu annarsama starfi sem fylgdi því að stjórna mjög svo vinsælli verslun eins og Krummi rak. Kjötmiðstöðin við Laugalæk var eins og ævintýri og þangað var gaman að detta inn og passa að trufla ekki of lengi. Hrafn hafði endalaust gaman af að gantast við gesti og gangandi og stundum réði lukkan hvort birgir sem kom með vörur fór tómhentur til baka eða með tvöfalt hærri upphæð en reikningurinn hljóðaði upp á eftir að krónan hafði snúist nokkra hringi í loftinu og fyrir lá hvort krónan eða krónan kom upp. Hrafn var mikill Valsari alla tíð og það var æði oft sem hann lagði félaginu til fjárhagslegan stuðning. Þegar fyrsta herrakvöld félagsins var haldið í nóvemberbyrjun 1982 mætti Hrafn að sjálfsögðu og verslaði grimmt á barnum. Ekki til að drekka sjálfur því það gerði hann ekki, nei, Hrafn var að styrkja málefnið og skenkti mönnum á báða bóga. Einhverju sinni var framundan bikarúrslitaleikur í körfubolta milli Vals og KR. Við Baldvin Jóns mættum fyrir Vals hönd og þeir Einar Bollason og Helgi Ágústsson fyrir KR til að undirbúa kynninguna og þá ákváðum við m.a. að hafa hittikeppnina sem við Valsmenn vorum með fyrir útvalda áhorfendur til að spreyta sig í hálfleik. Þegar þetta bar á góma mundi ég að skrokurinn frá síðasta

leik okkar Valsmanna hafði ekki gengið út og gleymst í skottinu á bílnum, en lambaskroknum var ávallt rennt inn á gólf með merki Kjötmiðstöðvarinnar. Þegar fundi lauk ók ég sem hraðast niður á Laugalæk og hljóp niður hringstigann haldandi á skroknum og afsakaði að ég hefði gleymt skroknum frá síðasta leik; ekkert mál, ég set hann bara í hakið sagði Krummi glettinn, þetta var jú um hávetur. Til margra ára hittumst við nokkrir Valsmenn og tefldum í skákklúbbnum Þeðinu og þegar Krummi, Benedikt bróðir hans, gjarnan kallaður Bósi, og Hemmi voru í stuði var fátt heilagt og mjög gaman. Hrafn var virkur í leik og starfi innan Vals og lék upp í gegnum flokkana og var fjörmikill framherji og geislandi jákvæður. Því miður gaf heilsan sig langt fyrir aldur fram og Hrafn hafði ekki lengur þennan mikla slagkraft en hugurinn var mikill og það var auðvelt að dást að þessum merkilega manni. Fjölskyldu og vinum sendum við samúðarkveðjur og þökkum mikinn stuðning til langs tíma.

*F.h. Knattspyrnufélagsins Vals,
Halldór Einarsson.*



**Guðmundur
Ólafsson**
Fæddur 8. október 1924
Dáinn 29. október 2017

Okkar góði og gegni Valsmaður, Guðmundur Ólafsson, féll frá þann 29. október 2017, 93 ára að aldri. Ég kynntist Guðmundi skömmu eftir að ég hóf að leika með Val 1979 því hann var faðir Ingvars, sem var einn af mínum bestu vinum að Hlíðarenda. Við lékum saman í meistaraflökki þar til Ingvar þurfti að leggja skóna á hilluna vegna meiðsla, tíu árum of snemma. En vinkapurinn hefur vitanlega haldist.

Guðmundur, Guðrún og börnin, bjuggu alla tíð í Hlíðunum og hann var í frábærum félagsskap gömlu hetjanna í Val sem

unnu sleitulaust að uppgangi félagsins og svæðisins. Þeim féll aldrei verk úr hendi og sýndi Guðmundur einstakt frumkvæði. Hann hvatti Ingvar sífellt til dáða, mætti á alla leiki en hafði ekki hátt því hann lét kappið aldrei bera fegurðina ofurlíði. Var engu að síður einn af dyggustu stuðningsmönnum liðsins.

Guðmundur var ötull hestamaður, naut þess að bjóða barnabörnunum í reiðtúr og þau kunnu einstaklega vel að meta hesthúsfærðirnar með afa. Þegar afabarnið, Einar Karl sonur Ingvars, gekk í Val tók hjarta gamla mannsins nokkur aukaslög og spenningurinn jókst til muna þegar guttinn klæddist Valstreyjunni í fyrsta skipti. Og hann lifði það að horfa á Einar Karl leika stórt hlutverk í Íslandsmeistaraliði Vals síðastliðið sumar. Nokkru seinna kvaddi hann, saddur lífdaga.

Minningin um traustan Valsmann mun lifa og fyrir hönd Knattspyrnufélagsins Vals votta ég vini mínum, Ingvari og fjölskyldu hans, sem og afkomendum Guðmundar Ólafssonar samúð mína. Blessuð sé minning hans.

*Þorgrímur Þráinsson
formaður Vals*



**Sigurður
Guðmundsson**
Fæddur 1. febrúar 1942
Dáinn 1. mars 2017

Mig langar í örfáum orðum að kveðja kær-
an kunningja og samstarfsmann í fyrstu
endurreisnarstjórnnum handknattleiksdeildar
Knattspyrnufélagsins Vals á árunum
1960 til 1966 Sigurð Guðmundsson, sem
jarðsettur var 15. mars sl.

Nafni minn var drengur góður. Við
kynntumst í Val á Hlíðarenda, nafni var
aðeins eldri heldur en ég, en það kom alls
ekki að sök því í huga nafna míns vorum
við allir jafnir, Friðriksdrengir, sem sát-

um með séra Friðrik í gamla félagsheimilinu að Hlíðarenda Þær eru elskulegar allar minningarnar sem ég frá frá árunum á Hlíðarenda.

Ég man okkar fyrsta fund þá vorum við að vinna við íþróttahúsið að Hlíðarenda nokkrir strákar sem Valur Benediktsson síðar mágur nafna hafði fengið okkur til að handlanga timbri, þar var einnig Benedikt faðir Vals og síðar tengdafaðir nafna míns. Þetta var í þá daga þegar menn komu upp heilu þróttamannvirkjum í sjálfböðavinnu, en þeir feðgar áttu mörg handtök fyrir Val.

Síðar sennilega um 1962 tók nafni sæti í stjórn handknattleiksdeildar Vals ásamt mörgum mætum Valsmönnum, svo sem Valgeiri Ársælssyni, Þórði Þorkelssyni, Jóni Kristjánssyni og fleirum félögum að endurreisn handboltans í Val. Ef ég man þetta rétt þá var nafni gjaldkeri í þessari stjórn.

Þegar árin liðu urðu samskiptin strjálí eins og gengur, nafni minn menntaði sig vel, og stofnaði heimili með eiginkonu sinni Áslaugu Benediktsdóttur og eignuðust þau fjögur mannvænleg börn.

Ég bið góðan guð að styrkja alla ástvini þína, og veit að ég ber þér kveðju margra Valsmanna.

*Hvíl þú í friði, gamli vinur.
Sigurður Snævar Gunnarsson.*



Rafn Haraldsson
Fæddur 1. júní 1048
Dáinn 25 apríl 2017

Rafn Haraldsson lést þann 25. apríl 2017 eftir veikindi. Rafn var einn af stofnendum körfuknattleiksdeildar Vals ásamt vöskum hópi manna sem komu úr Körfuknattleiksfélagi Reykjavíkur, KFR árið 1970. Rafn var alinn upp á Sjafnargötunni en gerðist bóndi að Bræðrabóli í Ölfusi árið 1979. Valstaugin var ávallt römm í Rafni og í félaginu eignaðist hann góða vini og féлага. Hann lætur eftir sig eiginkonu, fjögur börn og fimm barnabörn.

Daði Rafnsson hjálvari og sonur Rafns

Valsmenn – bestu óskir
um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Svala Þormóðsdóttir

Svanur M. Gestsson

Sævar Hjálmarsson

Thelma Guðrún Jónsdóttir

Úlfar Másson

Valdimar Grímsson

Valgerður Oddsdóttir

Viðar G. Elísson

Þorsteinn Gunnar Einarsson

Þorsteinn Guðbjörnsson

Örn Kjærnested (byggingafélagið Bakki)



TOYOTA

ALWAYS A
BETTER WAY

HILUX INVINCIBLE

aukahlutapakki að verðmæti 780.000 kr. fylgir



Verð frá: 5.350.000 kr.

Invincible 33" breyting fylgir með

Hilux er ódrepanði harðjaxl og með 33" breytingu eruð þið ósigrandi saman. Hilux Invincible kemur þér þangað sem þig langar, hvort sem það er leiðangur upp til fjalla, næsti veiðitúr eða bara að komast aðeins út fyrir borgina til að ná andanum.

Hilux Invincible aukahlutapakki: 33" breyting, hlíf undir framstuðara, gluggavindhlífar, króm á afturljós og Invincible-merki.
Verðmæti: 780.000 kr.

Kynntu þér Toyota FLEX, nýja leið til að eignast Toyota bifreið, á www.toyota.is

VILDARPUNKTAR ICELANDAIR MEÐ ÖLLUM NÝJUM TOYOTUM



Toyota Kaupúni
Kaupúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
Akureyri
Sími: 460-4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
Reykjanesbæ
Sími: 420-6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
Selfossi
Sími: 480-8000

Sjá nánar um Vildarpunktasöfnun á www.toyota.is
Invincible-pakkinn fylgir ekki með öðrum tilboðum.
Bíllinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er.
Allar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um villur.