



Valsblaðið

75. árgangur 2023



TÍMI TIL AÐ
TAKA Á ÞVI

SKILLX

HREYFING

Eitt af 25 undrum
veraldar



BLUE LAGOON

Aðventuhugleiðing

Hugvekja á jólum 2023

Enn á ný hefur aðventan gengið í garð og það styttist óðum í jólin. Unga kynslóðin okkar fyllist æ meiri eftirvæntingu þegar á mánuðinn líður og tilhlökkunin eftir helgustu hátíð okkar kristinna manna fyllir huga hennar svo varla kemst nokkuð annað að. Öll eigum við okkar minningar um jólin. Eftir því sem við verðum eldri þá leitar hugurinn oftar og oftar til bernskuáranna á þessum tíma. Það sjáum við til dæmis hjá skáldunum okkar sem hafa æði mörg ort um jólin sín ekki síst þegar þau voru börn.



Jólin eru að mörgu leyti leit. Við leitum að barninu í okkur og það er örugglega ekki tilviljun að Guð kaus að koma í heiminn sem lítið barn. Það er ekkert sem kallar fram hjá okkur sterkari tilfinningu til að vernda en lítið barn. Barn sem við getum tekið í arma okkar og umfaðmað.

Já, það styttist í jólin og ýmsum verkefnum þarf að sinna áður en þau ganga í garð. Við höldum ótraud áfram vegferð okkar, með vonir okkar og þrár en líka áhyggjur. Við getum aldrei gengið að neinu vísu, þar er svo margt sem getur gerst og breytt áformum okkar. Það getur verið að við færumst of mikið í fang og álag og annir komi í veg fyrir að við upplifum tilhlökkunina og eftirvæntinguna sem þessi tími einkennist af. Mörg okkar fara fram úr sjálfum sér í fjárútlátum, undirbúningi og vinnu. Það geta hent slys og veikindi. Mörg okkar hafa misst ástvin og finnst undirbúningur jóllanna sársaukafullur og skarðið svo stórt, jafnvel óyfirstíganlegt.

Mínumst þess þá að Guð tekur sér ekki aðeins stöðu við hlið okkar, hann boðar einnig umskipti, hjálp, fögnuð, frelsun, von frá öllum þeim erfiðleikum sem geta hlaðist á herðar okkar. Það er hinn sanni jólaboðskapur að Guð kemur til að finna okkur og tekur sér stöðu við hlið okkar.

Ljós heimsins var í heiminn borið jólanóttina fyrstu og það ljós hefur lýst okkur mönnum veginn á lífsins göngu í gegnum aldirnar og mun lýsa okkur um ókomna tíð. Kynslóð eftir kynslóð höfum við mannanna börn sótt þrek og styrk til Hans sem fæddist þessa nótt og lagði líf sitt að veði til að við gætum komist í snertingu við kærleika og náð Guðs, og til að lýsa okkur og leiðbeina í lífi og starfi sérhverja stund. Í nálægð hans skynjum við, að allt sem Guð gerir er gert fyrir okkur hér á jörð. Í samfylgd með honum, verður líf okkar auðugra og fyllra.

Enn á ný mætum við áskorun um að gera tímann framundan að innihaldsríkum samverustundum. Munum að eins og jólagjafirnar og gleðin sem þeim fylgja eru bæði gefandi og þiggjandi, þá er það tíminn okkar sem er besta jólagjöfin. Stundirnar sem við eigum á aðventu og jólum með ástvinum eru alltaf það dýrmætasta sem við getum veitt þeim sem okkur standa næst.

Sé það vegvísir okkar þessa dagana og ævinlega. Megi góður Guð gefa að við njótum öll friðar og gleði væntanlegrar hátíðar. Og megi andi jóllanna fylgja okkur á komandi ári í hversdagsins önnum.

Sr. Halldóra J. Þorvarðardóttir sóknarprestur í Fellsmúla-prestakalli og prófastur í Suðurprófastsdæmi. (Halldóra ólst upp í Hlíðunum til tólf ára aldurs og gekk í Hlíðarskóla og þá var leikfimi kennd í Valsheimilínu. Þar æfði hún handbolta sem barn og hefur alla tíð verið Valsari í hjarta sínu).



Girnilegar áramótakökur í Valsheimilínu á gamlársdag 2022.

Jólakveðja 2023

Alzheimer

Með læðingi lokast glugginn lífsbirtan óðum þværr. Minn vinur er grár og gugginn greindur með Alzheimer.

Sárt er að sjá eftir vini síga' inn í huliðsheim. Glatast í úlfins gini, geta' ekki ratað heim.

Hverfur minning og minni móða á gluggann sest. Hvort er hann úti eða inni? Engan þekkir hann gest.

Glatað er fyrra gengi grafið í hylðýpisgjá. Hvað ætlar lífið lengi ljúfasta vin minn að þjá?
jhk apríl 2020



Valsblaðið • 75. árgangur 1. tbl. 2023

Útgefandi: Knattspyrnufélagið Valur, Hlíðarenda við Laufásveg

Ritstjóri: Guðni Olgeirsson Ritnefnd: Gunnar Örn Arnarson, Óttar Felix Hauksson, Soffía Ámundadóttir og Þorgrímur Þráinsson.

Auglýsingar: Sigurður Kristinn Pálsson og Jónas Guðmundsson.

Ljósmyndir: Ágúst Björgvinsson, Baldur Þorgilsson, Eva Björk, Guðlaugur Ottesen Karlsson, Guðni Olgeirsson, Hafliði Breiðfjörð, Margrét Bragadóttir, Márus Björgvin, Ruth Ásgeirsdóttir, Svali Björgvinsson o.fl.

Prófarkalestur: Óttar Felix Hauksson

Umbrot: Eyjólfur Jónsson

Prentun og bókbönd: Litróf

Meðal efnis:



16 Í stjórn hjá Val í 36 ár. Viðtal við Hörð Gunnarsson formann Vals. Þorgrímur Þráinsson tók saman.

20 100 ár frá fæðingu „hvítu perlunnar“. Um atvinnumannsferil Alberts Guðmundssonar. Eysteinn Hauksson tók saman.

24 Hver er Valsmaðurinn. „Ég er venjulegur Valsari og körfuboltanörð“. Viðtal við Svala Björgvinsson sem hefur lengi unnið að framgangi körfubolta í Val og á Íslandi. Guðni Olgeirsson tók saman.

30 Myndaopna frá vel heppnuðu kvennakvöldi Vals. Ljósmyndir Baldur Þorgilsson.

36 Gott ár fyrir körfuknattleiksdeild Vals. Skýrsla körfuknattleiksdeildar í máli og myndum.

46 „Ég er kominn með stórt Vals hjarta.“ Viðtal við Hauk Pál Sigurðsson leikjahæsta leikmanns Vals í knattspyrnu í efstu deild um ferilinn. Guðni Olgeirsson tók saman.

52 Blómlegt starf hjá yngri flokkunum. Skýrsla barna- og unglingsviðs.

60 Breytt ásýnd Hlíðarendasvæðis. Samantekt í máli og myndum.

68 „Verðum að leyfa okkur að dreyma“. Viðtal við Arnar Grétarsson þjálfara Vals í knattspyrnu karla. Jóhann Alfreð Kristinsson tók saman.

76 Íþróttaminjasafn Borisar Akbachev til Vals.

92 Knattspyrnufélagið Hlíðarendi (KH). Ársskýrsla um karla- og kvennastarf félagsins.

98 Myndaopnur um stóru stundirnar í handboltanum.

104 „Ég er þrjúáðislega mikill Valsari“. Viðtal við Hallveigu Jónasdóttur sem lagði skóna á hilluna á árinu eftir farsælan feril í körfubolta. Guðni Olgeirsson tók saman.

126 Viðburðaríkt ár hjá Fálkunum.

128 „Þakka fyrir öll tækifærin í Val með vinum mínum“. Viðtal við Alexander Örn Jónasson um árin í Val. Sigurður Asbjörnsson tók saman.

136 Munir og minjar. Grein um minjanefnd Vals eftir Magnús Ólafsson formann nefndarinnar.



Forsíðumynd Valsblaðsins prýða nokkrir ungir körfuboltaguttar: Björn Kári Jónasson (21) og Sölvi Jóhann Vignisson (24). Fyrir aftan eru Kári Krístrúnarson t.v. og Thor Tristan Eyþórsson. Standandi: Wolfram Orri Ágústsson t.v. og Elfar Freyr Gunnarsson. Ljósmynd Guðni Olgeirsson.



Pavel Ermolinski er íþróttamaður Vals 2022

Pavel Ermolinski, Ragna Margrét Brynjarsdóttir eiginkona hans og Emil sonur þeirra.

Val á íþróttamanni Vals árið 2022 var kunnngjört á gamlársgaumi og fyrsta sinn sinn að viðstöddu margmenni í veislusölum félagsins að Hlíðarenda. Sú hefð að velja íþróttamann Vals hófst árið 1992 með því að Halldór Einarsson gaf bikar og kom hefðinni á.

Samtals hafa 12 knattspyrnumenn hlotið titilinn, 13 handknattleiksmenn og þrjú körfuknattleiksmenn. Sautján sinnum hefur leikmaður karlaliðs verið valinn og fjórtán sinnum leikmaður kvennaliðs. Kynjaskiptingin er því nokkuð jöfn og gott jafnvægi ríkir milli knattspyrnu og handknattleiks en einungis þrisvar hefur körfuknattleiksmaður verið valinn.

Val á íþróttamanni ársins fer fram með þeim hætti að 7 manna dómnefnd hittist, horfir yfir árið sem er að liða og skoðar frammistöðu þeirra íþróttamanna sem til greina koma. Horft er til margra þátta sem eru vegnir og metnir og að lokum greidd atkvæði. Sá einstaklingur sem hlýtur flest atkvæði er svo útnefndur íþróttamaður Vals.

Í dómnefndinni eru Halldór Einarsson, formaður aðalstjórnar félagsins, sem og tveir síðustu formenn aðalstjórnar auk formanna allra deilda. Aldrei áður í sögu

nefndarinnar hefur valið staðið um jafn marga framúrskarandi íþróttamenn enda árangur félagsins stórbrotinn á árinu 2022.

Íþróttamaður Vals 2022

Fyrir valinu varð körfuknattleiksmaðurinn Pavel Ermolinski sem spilaði stórt hlutverk í Íslandsmeistaratitlinum sem Valur vann árið 2022. Pavel var að vonum kampakátur að lokinni afhendingu. „Kannski er ég að taka við verðlaunum fyrir ferilinn og fyrir söguna mína í Val, umfram það sem ég gerði endilega fyrir liðið í fyrra sem íþróttamaður“, sagði Pavel eftir að Lárus Sigurðsson formaður hafði veitt honum viðurkenninguna. „Það er mikill sómi og virðing í því fyrir Val sem getur hugsað þannig, það eru einfaldlega ekki allir sem gera það og skilja. Ég áttaði mig á því um daginn að þetta er í síðasta skipti sem ég get fengið svona bikar sem íþróttamaður. Þetta skiptir mig verulegu máli og mikill sómi fyrir Val að leyfa mér hljóta þessa nafnbót“.

Íþróttamenn Vals frá upphafi

- 2022**
2022 Pavel Ermolinski, körfuknattleikur
- 2021**
Alexander Örn Júlíusson, handknattleikur
- 2020**
Anton Rúnarsson, handknattleikur
- 2019**
Helena Sverrisdóttir, körfuknattleikur
- 2018**
Birkir Már Sævarsson, knattspyrna
- 2017**
Orri Freyr Gíslason handknattleikur
- 2016**
Bjarni Ólafur Eiríksson, knattspyrna
- 2015**
Bjarni Ólafur Eiríksson, knattspyrna
- 2014**
Kristín Guðmundsdóttir, handknattleikur
- 2013**
Haukur Páll Sigurðsson, knattspyrna
- 2012**
Guðný Jenný Ásmundsdóttir, handkn.leikur
- 2011**
Anna Úrsúla Guðmundsdóttir, handkn.leikur
- 2010**
Hrafnhildur Ósk Skúladóttir, handknattleikur
- 2009**
Dóra María Lárusdóttir, knattspyrna
- 2008**
Katrín Jónsdóttir, knattspyrna
- 2007**
Margrét Lára Viðarsdóttir, knattspyrna
- 2006**
Margrét Lára Viðarsdóttir, knattspyrna
- 2005**
Bjarni Ólafur Eiríksson, knattspyrna
- 2004**
Berglind Íris Hansdóttir, handknattleikur
- 2003**
Íris Andrésdóttir, knattspyrna
- 2002**
Sigurbjörn Hreiðarsson, knattspyrna
- 2001**
Rósa Júlía Steinþórsdóttir, knattspyrna
- 2000**
Kristinn Lárusson, knattspyrna
- 1999**
Ásgerður Hildur Ingibergsdóttir, knattspyrna
- 1998**
Guðmundur Hrafnkelsson, handknattleikur
- 1997**
Ragnar Þór Jónsson, körfuknattleikur
- 1996**
Jón Kristjánsson, handknattleikur
- 1995**
Guðrún Sæmundsdóttir, knattspyrna
- 1994**
Dagur Sigurðsson, handknattleikur
- 1993**
Guðmundur Hrafnkelsson, handknattleikur
- 1992**
Valdimar Grímsson, handknattleikur



Bragi G. Bragason



Helena Þórðardóttir



Brynja Kristinsdóttir

Aðrar viðurkenningar

Auk þess veittu deildirnar þrjár viðurkenningar fyrir sjálfbóðaliða ársins 2022. Sjálfbóðaliði knattspyrnudeildar var að

þessu sinni Bragi G. Bragason, Helena Þórðardóttir hjá handknattleiksdeildinni og Brynja Kristinsdóttir hjá körfuknattleiksdeildinni.

Einstakur árangur hjá kvennaliðum Vals. Valur varð Íslandsmeistari í knattspyrnu, körfuknattleik og handknattleik árið 2023. Hér eru fyrirliðar liðanna saman komnir: Elísa Viðarsdóttir, Guðbjörg Sverrisdóttir og Hildur Björnsdóttir. Ekkert annað félagslið á Íslandi hefur náð þessum árangri en þetta er í annað sinn hjá kvennaliðum Vals, áður árið 2019.





Íslandsmeistaratitli í knattspyrnu kvenna 2023 fagnað í þriðja sinn á fjórum árum.

Ábyrgð – Metnaður Heilbrigði – Lífsgleði

Ársskýrsla aðalstjórnar Vals árið 2023

Meðfylgjandi er ársskýrsla aðalstjórnar Vals fyrir árið 2023. Í starfi félagsins kappkostum við að starfa í einu og öllu eftir einkunnarorðum Vals sem eru Ábyrgð – Metnaður – Heilbrigði og Lífsgleði.

Afreksstarf. Afrekssvið

Valur vann það einstaka afrek á árinu að verða Íslandsmeistari í meistaraflokki í öllum þremur íþróttageinum kvenna sem félagið keppir í eða handknattleik, knattspyrnu og körfuknattleik. Þetta afrek

hefur einungis einu sinni verið unnið áður eða árið 2019 þegar kvennalið Vals unnu einnig alla þrjú Íslandsmeistaratitlana sem í boði voru það árið.

Auk þessa fagnaði karlalið Vals í körfuknattleik sigri í bikarkeppninni og því vann Valur fjóra bikara af þeim tólf Íslands- og bikarmeistaratitlum sem meistaraflokkar félagsins keppa um á hverju ári.

Samtals eru titlarnir hjá Val því orðnir 135 eða fleiri en hjá nokkru öðru félagi hérlendis. Meistaraflokkar félagsins eru skipaðir einvala íþróttafólki, framúrskarandi þjálfurum, aðstoðarfólki, starfsmönnum og öflugum stjórnunum og sjálfbodaliðum. Saman myndar þessi hópur samhenta heild utan vallar sem innan sem er grunnurinn af öflugu afreksstarfi Vals.

Barna- og unglingsvið

Oft er talað um að gott gengi meistaraflokka ýti undir áhuga og þátttöku barna og unglinga í íþróttum og þangað líta krakkar fyrst og fremst eftir sínum fyrirmyndum. Eflaust má finna einhverja fylgni þarna á milli en ljóst er að iðkendum félagsins fjölgar með hverju árinu sem líður. Nú æfa um 1500 börn og unglingar undir merkjum Vals og hafa aldrei í sögu félagsins verið fleiri. Fjöldi iðkenda skiptir ekki mestu máli heldur hvernig við tökum á móti þeim börnum sem vilja leggja stund á íþróttir hjá Val og hvernig okkur tekst til við að viðhalda áhuga þeirra. Þar með tryggjum við þeim sem lengst þá forvörn sem ástundum íþróttá sannalega er. Þar skiptir hvert ár miklu máli. Barna- og unglingaráð Vals



Íslandsmeistaratiili í handknattleik kvenna 2023 fagnað í annað sinn á fimm árum.

hefur unnið mikið, markvisst og uppbyggilegt starf á síðustu árum þar sem áherslan hefur verið lögð á fagmennsku í þjálfun og að krökkum og unglingum líði vel við að stunda íþróttir sínar að Hlíðar-enda. Það er mikilvægt að við fylgjum í hvítvetna gildum Vals við íþróttalegt uppeldi barna og unglinga, en gildin okkar eru ábyrgð, metnaður, heilbrigði og lífsgleði.

Stjórn Knattspyrnufélagsins Vals

Ný stjórn félagsins var kjörin á aðalfundi Vals sem haldinn var 27. apríl 2023. Aðalstjórn skipa Hörður Gunnarsson formaður, Sigurlaug Rúnarsdóttir varaformaður, Arna Grímsdóttir ritari stjórnar, Börkur Edvardsson formaður knattspyrnudeildar, Guðrún Wíum Guðbjörnsdóttir formaður barna- og unglingaráðs, Hafrún Kristjánsdóttir, Jón Halldórsson formaður handknattleiksdeildar, Jón Garðar Hreiðarsson, Karl Axelsson, og Svali Björgvinsson formaður körfuknattleiksdeildar. Lárus Blöndal Sigurðsson sem gegnt hafði embætti formanns Vals um eins árs skeið gaf ekki kost á sér til endurkjörs og eru honum þökkúð vel unnin störf fyrir félagið. Úr stjórn gekk á sama tíma Gísli Gunnlaugsson eftir áralanga setu í stjórn handknattleiksdeildar og þar af sem formaður deildarinnar frá 2017. Gísla er þakkað ómetanlegt og óeigingjart starf í þágu félagsins.



Aðalstjórn Vals 2023. Efri röð frá vinstri: Jón Halldórsson formaður handknattleiksdeildar, Arna Grímsdóttir ritari stjórnar, Hafrún Kristjánsdóttir, Sigurlaug Rúnarsdóttir varaformaður, Guðrún Wíum Guðbjörnsdóttir formaður barna- og unglingaráðs og Hörður Gunnarsson formaður. Neðri röð frá vinstri: Svali Björgvinsson formaður körfuknattleiksdeildar, Karl Axelsson og Jón Garðar Hreiðarsson. Börkur Edvardsson formaður knattspyrnudeildar var fjarverandi.



Bikarmeistararitli í körfuknattleik karla 2023 fagnað, þeim fyrsta í 40 ár.

Nýr framkvæmdarstjóri Vals

Alda Ægisdóttir sem gegnt hafði starfi framkvæmdastjóra Vals um eins árs skeið frá apríl 2022 til apríl 2023 óskaði eftir því að láta af störfum og taka á ný við starfi fjármálastjóra félagsins. Í hennar stað var ráðinn tímabundið í starf framkvæmdastjóra Sigurður Kristinn Pálsson sem áður hafði gegnt því starfi um nokkurra ára skeið. Auglýst var eftir nýjum framkvæmdastjóra Vals í september sl. og

sóttu 29 áhugasamir og frambærilegir einstaklingar um starfið. Fulltrúar aðalstjórnar tóku sér drjúgan tíma til að vinna úr umsóknum og ræða við hluta umsækjenda. Úr varð að Sigursteinn Stefánsson var ráðinn nýr framkvæmdastjóri Vals og hefur hann nú þegar hafið störf. Sigursteinn kemur til Vals frá Michelsen úrsmiði þar sem hann gegndi stöðu framkvæmdastjóra. Öldu og Sigurði Kristni eru færðar þakkir fyrir þeirra störf í stöðu framkvæmdastjóra.

Rekstur félagsins

Rekstur Vals var erfiður á árinu þó að bati hafi orðið á milli ára. Gripið var til umfangsmikilla aðhaldsaðgerða í rekstrinum sem mun skila félaginu umtalsvert bættum rekstri á næsta ári. Ljóst er að allar deildir sem og rekstrarsvið félagsins munu sýna aukið aðhald og sparnað í rekstri á komandi mánuðum og árum. Sem fyrr naut félagið ómetanlegs stuðnings frá sjálfseignastofnun Vals (SES) en einnig frá Valsmönnum h/f. og færum við stjórnnum þessara félaga kærar þakkir fyrir stuðninginn.

Minjanefnd Vals

Minjanefnd Vals vann á árinu, eins og undanfarin ár, ómetanlegt starf við varðveislu muna og hélt þar með vel utan um sögu félagsins. Nefndin hefur nú tekið til flokkunar og skráningar um 1400 muni af ýmsu tagi sem félaginu hefur borist úr ólíkum áttum á 112 ára sögu þess. Þess ber að geta að aðeins brot af verðlaunagripum sem félaginu hefur hlotnast eru sýnilegir vegna aðstöðuleysis en þeim er komið fyrir í geymslu á Hlíðarenda. Það er mikilvægt hverju félagi að þekkja og kunna sögu sína og hefur minjanefnd Vals lagt sitt af mörkum svo að Valsmenn á öllum aldri geta kynnt sér söguna á aðgengilegan hátt. Magnús Ólafsson



Magnús Ólafsson hefur verið formaður minjanefndar Vals frá stofnun hennar 2010.



Íslandsmeistararitli í körfuknattleik kvenna árið 2023 fagnað í þriðja sinn á fimm árum.

hefur gegnt formennsku í nefndinni frá upphafi eða árinu 2010 þegar nefndin var skipuð og þá með það sem meginmarkmið að undirbúa 100 ára afmæli félagsins árið eftir. Aðrir nefndarmenn frá sama tíma eru Kristján Ásgeirsson, Gunnar Svavarsson, Ólafur Már Sigurðsson, Helgi Benediktsson, Nikulás Úlfar Mátsson, Margrét Bragadóttir, Óskar Jóhannesson og Ægir Ferdinandsson. Kærar þakkir frá stjórn Vals til nefndarmanna sem hafa unnið ómetanlegt starf við skráningu og varðveislu á sögu Vals.

Kvenna- og herrakvöld

Á haustmánuðum voru haldin kvenna- og herrakvöld Vals. Tilgangur þessara kvöldna er að leiða saman Valsmenn og gesti þeirra, þetta raðirnar og rifja upp skemmtilegar samverustundir. Herrakvöld Vals á sér 40 ára sögu en það var haldið í fertugasta sinni nú í nóvember. Góð þátttaka var á kvöldinu og góður rómur gerður að framkvæmd kvöldsins þar sem menn skemmtu sér vel í stóra íþróttasalnum.

Kvennakvöld Vals hefur verið haldið undanfarin ár og verður það sífellt fjölsóttara. Í ár var metfjöldi þátttakenda en uppselt var á kvöldið sem haldið var í félagsheimili Vals. Framkvæmd kvöldsins tókst í alla staði eins og best verður á kosið og var almenn ánægja meðal gesta.

Stjórnun og skipuleggjendum þessara kvöldna eru færðar kærar þakkir fyrir sinn þátt í að þau heppnuðust jafn vel og raun ber vitni. Það er ómetanlegt að félagsmenn og gestir þeirra treysti vina- böndin eins og tækifæri gefst til á slíkum kvöldum.

Golfmót Vals

Golfmót Vals var haldið í sumarlok eftir nokkurra ára hlé. Mótið fór fram á golfvöllinum í Hveragerði í góðu veðri og við góðar vallaraðstæður. Skipulagning og framkvæmd var með miklum ágætum og uppselt var á mótið. Stefnt er að því að golfmót Vals verði haldið árlega héðan í frá og verði fært á stærri völlum til að sem flestir geti tekið þátt.

Valsblaðið

Í ár er Valsblaðið gefið út í 75. sinn. Blaðið hefur að venju að geyma það helsta úr starfsemi félagsins á árinu sem er að líða, skemmtileg og fróðleg viðtöl eru fastir liðir, einnig sögulegur fróðleikur og fréttir en jafnframt er minnst þeirra félaga sem látist hafa á árinu. Það er mikilvægt og ómetanlegt að varðveita söguna með þessum hætti og reyndar má telja að það sé einstakt hversu mikinn metnað Valur hefur lagt í útgáfu blaðsins allan þennan tíma. Ritstjóri blaðsins er

Guðni Ólgeirsson en hann hefur sinnt því starfi sl. 21 ár sem er einstakt. Ritstjórn blaðsins skipa þau Þorgrímur Þráinsson, Gunnar Örn Arnarson, Soffía Ámunda- dóttir og Óttar Felix Hauksson. Er öllum ofangreindum og öðrum þeim sem að útgáfu blaðsins komu færðar kærar þakkir.

Íþróttamaður Vals

Að venju var tilkynnt um kjör á íþróttamanni Vals fyrir árið 2022 á gamlársgátt og var það í 31. skipti sem kjörið fór fram. Íþróttamaður Vals var í fyrsta sinn kjörinn árið 1992 þegar Valdimar Grímsson varð fyrir valinu. Kjör á íþróttamanni Vals fer að venju fram með þeim hætti að sjö manna dómnefnd kemur saman og metur frammistöðu þeirra leikmanna sem skarað hafa fram úr á árinu. Nefndin horfir til nokkurra þátta við val sitt og síðan er kosið um það innan nefndarinnar hver muni hljóta sæmdarheitið íþróttamaður Vals það árið. Í nefndinni eiga sæti formenn allra deilda, sitjandi formaður Vals auk tveggja formanna þar á undan sem og Halldór Einarsson sem gaf upphaflega bikarinn og kom þessari hefð á.

Fyrir valinu fyrir árið 2022 varð körfuknattleiksmaðurinn Pavel Ermolinski en hann átti frábært tímabil með meistaraflökki Vals sem hampaði



„Eitt sinn Fálki, ávallt Fálki.“ Einkunnarorð Fálkanna. Ávallt reiðubúnir.

Íslandsmeistaratitli í körfubolta það ár eftir 39 ára bið.

Samtals hafa 12 knattspyrnumenn hlotið titilinn, 13 handknattleiksmenn og 3 körfuknattleiksmenn. Sautján sinnum hefur leikmaður karlaliðs verið valinn íþróttamaður Vals og fjórtán sinnum leikmaður kvennaliðs. Kynjaskiptingin er því nokkuð jöfn þegar kemur að vali á íþróttamanni Vals. Vert er að taka fram að sami leikmaður hefur í nokkrum tilfellum hlotið útnefningu oftast en einu sinni.

Heimsóknir á Hlíðarenda

Peir sem koma á Hlíðarenda koma þangað af ólíkum ástæðum og fólk á öllum aldri er á staðnum frá morgni til kvölds en það er áætlað að tæplega 400.000 manns hafi heimsótt Val á árinu 2023. Þar af voru áhorfendur á leikjum meistaraflokka félagsins um 68.000 manns á þeim tæplega 100 leikjum sem leiknir voru á Hlíðarenda 2023. Til viðbótar fóru fram fjölmargir heimaleikir

yngrri flokka félagsins eða um 450 talsins. Auk þessa er árlega fjöldi stórviðburða í íþróttahúsi, félagsheimili, Fjósi og Friðrikskapelli sem ekki tengjast íþróttaiðkun, en auk þess er ýmis aðstaða reglulega leigð út svo sem til skóla o.fl. Þessu til viðbótar leggja nokkur hundruð iðkendur og foreldrar leið sína á félagssvæðið og því ljóst að mikið álag er á mannvirkjum Vals alla daga ársins. Það er því mikilvægt að hvert og eitt okkar leggi sitt af mörkum og gangi vel um allt svæðið, bæði inni og úti.

Ný líkamsræktaraðstaða

Líkamsræktaraðstaða er lítill og þröng á Hlíðarenda. Í ár fóru af stað framkvæmdir á neðstu hæð Arnarhlíðar 1 við að útbúa aðstöðu til sjúkrapjálfunar og líkamsræktar. Einar Óli Þorvarðarson sjúkrapjálfari og starfsfélagar hans koma til með að reka þessa nýju aðstöðu. Reiknað er með að aðstaðan verði tilbúin á vormánuðum 2024. Frá þeim tíma er

gert ráð fyrir að styrktar- og lyftingaaðstaða fyrir meistaraflokka Vals færist yfir í Arnarhlíð úr aðstöðunni á Hlíðarenda. Fyrir utan að fá bættu aðstöðu er það til mikilla bóta að fá sjúkrapjálfun rétt við félagssvæði okkar.

Samningar við Reykjavíkurborg

Samningar á milli Vals og Reykjavíkurborgar hafa staðið yfir með hléum frá því um aldamót án þess að endanlegt samkomulag um skipulag og uppbyggingu á Hlíðarenda hafi náðst á milli aðila. Ýmsir áfangasigrar hafa unnist á þessum tíma en enn eru endanlegir samningar ekki í höfn. Þeir samningar sem nú er unnið að ganga að mestu út á að skipulagi svæðisins verði breytt og íbúðum á svæðinu verði fjölgað. Með þeim samningum verði unnt að hefja uppbyggingu nýrra íþróttamannvirkja á Hlíðarenda til að koma til móts við mikla aukningu iðkenda sem og til að bæta aðstöðu íþróttafólksins okkar. Í kjölfar mikillar uppbyggingar á félagssvæði Vals má gera ráð fyrir að fjöldi iðkenda muni aukast enn á næstu árum sem gerir það að verkum að ekki verður hægt að sinna á viðunandi hátt þeim börnum og unglungum sem stunda vilja íþróttir á vegum Vals án þess að bæta aðstöðuna á Hlíðarenda til muna. Nú er unnið að því að fá heimild til að byggja nýjan gervi-grasvöll sem tilbúinn verður á miðju næsta ári en ákveðin undirbúningsvinna er þegar hafin. Jafnframt stendur til að byggja íþróttamiðstöð sem mun hýsa hálf tæplu, nýja búningssklefa og tvo íþróttasalir fyrir inniþróttir.

Þakkir

Valur býr yfir miklum mannaúði sem tilbúinn er til að leggja félaginu lið hvenær sem eftir því er óskað. Má þar nefna stuðningsmenn sem hvetja sitt lið til góðra verka bæði á heimaleikjum sem og á útileikjum. Það er ljóst að góður stuðningur er ómetanlegur fyrir keppendur Vals. Vert er að minnast þeirra fjölmörgu sjálfboðaliða sem starfa af ósérhlífni fyrir félagið en ljóst má vera að án þeirra verður allt starf í félaginu okkar aðeins svipur hjá sjón frá því sem það er í dag.

Starfsfólki Vals og stjórnnum félagsins færi ég kærar þakkir fyrir þeirra störf sem oftast en ekki eru unnin að elju og dugnaði við krefjandi aðstæður.

Valskveðja, f.h. stjórnar,
Hörður Gunnarsson, formaður
Knattspyrnufélagsins Vals.



Sjálfboðaliðar á öllum aldri eru mikilvæg auðlind fyrir Val. Vösk sveit sjálfboðaliða handknattleiksdeildar á uppskeruhátíð vorið 2023.



Velkomin í nýjan og stórglæsilegan sýningarsal HTH



Svansvottaðar
innréttingar



Petta er einfalt, allt jafnt fyrir öll kyn

Ásrún Inga Arnarsdóttir er 17 ára og leikur handbolta með 3. flokki, U-liðinu og meistaraflokki

Hverjir eru helstu styrkleikar þínir? Hæðin og keppnisskapið. Draumur um atvinnumennsku í handbolta? Já engin spurning.

Landsliðsdraumar þínir? Spila á stórmóti með A-landsliði.

Hvað einkennir góðan þjálfara? Góð yfirsýn, þekkir styrkleika leikmanna og nær því besta fram í hverjum og einum.

Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið? Bayern München og Melsungen.

Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi? Frábært teymi, reynslumiklir og kenna okkur mikið. Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almenn? Vera með raunhæf markið, setja sér ný markmið reglulega og hafa gaman af því sem maður gerir.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val? Erum á rétttri leið, alltaf hægt að gera betur. Þetta er einfalt, allt jafnt fyrir öll kyn.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi? Setja skýr mörk og stíga strax inn ef eitthvað svona gerist.

Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val? Halda áfram að auglýsa vel.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum? Halda áfram á þessari leið vera framúrskarandi. Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum? Fara í skólana, kynna starfið og bjóða á æfingar.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? Evrópuleikirnir.

Hvað getur Valur gert til að stuðla að sem bestri líðan iðkenda? Hafa góðan félagsanda.

Hvað getur Valur gert til að hlusta betur á raddir og sjónarmið iðkenda hjá félaginu? Ráð og stjórn hitta flokkana til að fá hugmyndir og innsýn.

Besta bíómynd? Cars.

Besta bók? Á enga upphalds bók.

Skemmtileg staðreynd um þig? Bjó á Blönduósi í tíu ár.

Einkunnarorð? Komdu fram við aðra eins og þú vilt að aðrir komi fram við þig.

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

Nám? Ég er í Kvennó á félagsfræðibraut.

Framtíðarstarf? Sjúkraþjálfari.

Hvar sérðu þig eftir 10 ár? Atvinnumanneskja í handbolta.

Af hverju Valur? Mamma var í Val í handbolta og besta liðið.

Uppeldisfélag í handbolta? Fylkir.

Frægur Valsari í fjölskyldunni? Mamma mín, Gerður Beta var í handbolta.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum? Vel, þau eru alltaf til í að skutla mér á æfingar og mæta á alla leiki hjá mér.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? Bróðir minn, Arnar Freyr.

Af hverju handbolta? Allar vinkonur mínar, mamma og bróðir minn voru eða eru í handbolta. Kom ekkert annað til greina.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum? Á nokkrar medaljur í fjálsfum og sundi. Eftirminnilegast úr boltanum? Vinna deildina í 4. flokki, taplaust.

Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili? Lenda í öðru sæti í bikarnum í 3. flokki.

Stærsta stundin á þessu ári? Fékk nokkrar mínútur í Evrópukeppninni, mikilvægt í reynslubankann.

Markmið fyrir þetta tímabil? Stefnum að því að vinna titlana í 3. flokki.

Besti stuðningsmaðurinn? Afí Sævar er duglegur að mæta á leiki bæði heima og erlendis. Erfiðustu samherjarnir? Ásthildur – hrikalega sterk!

Erfiðustu mótherjarnir? Fram í 3. flokki.

Mesta prakkarastrik? Er ekki mikill prakkari en reyni stundum að bregða fólki. Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val? Anna Úrsúla, ALLTAF jákvæð og peppar sama hvað gengur á.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?

Alexander Petterson er með ótrúlega mikla reynslu í handbolta.

Hvernig list þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val? Hrikalega efnilegir leikmenn sem eru að koma upp.

Fyrirmynd þín í handbolta? Henny Reistad, mamma og bróðir minn.



Nýtt merki Vals

Á undanförunum árum hafa verið uppi hugmyndir um að nútímavæða merki Vals. Núverandi merki félagsins hefur aðallega haft þann ókost að Valurinn í merkinu hefur prentast óskýrt á búninga félagsins. Eins hefur merkið verið óskýrt á tölvutæku formi og á samfélagsmiðlum. Þá hafa líka mismunandi útgáfur á merkinu verið í notkun og vantað ákveðna stefnumörkun í notkun á því. Ýmsar hugmyndir hafa komið fram um breytingar og ný merki verið hönnuð en hingað til hefur ekki náðst sátt um breytingar. Það er óhjákvæmilegt að breytingar á merki Vals skapi mismunandi skoðanir og álit.

Ég er hinsvegar á því að merkið sem Valur er að kynna núna muni falla flestum Valsmönnum vel í geð. Merkið sem verður merki Vals í framtíðinni er í raun endurunnit merki félagsins frá árinu 1934. Það hefur verið á legsteini Jóns Karels Kristbjörnssonar í Hólavallakirkjugarði frá því að það var vígt á minnimerki hans í desember 1934. Frá því ári hafa allir leikmenn meistaraflokks karla í knattspyrnu signað merkið, því þeir hafa ávallt vottað Karel virðingu sína fyrir fyrsta leik í Íslandsmóti, en Karel lést svíplega eftir samstuð í úrslitaleik með Val árið 1933.

Endurnýjað merki Vals er því búið að vera hluti af okkar ástkæra félagi í um 90 ár, án þess að það hafi verið notað með formlegum hætti á búningum eða fánum. Merkið hefur þó verið sýnilegt og má minnast á að eftirsteypa af merkinu er á vegg í Fjósinu og í fundarherbergi að Hlíðarenda en Þorsteinn Haraldsson á heiðurrin af því framtaki. Þetta endurnýjaða merki hentar afskaplega vel í nútíma umhverfi. Fálkinn í merki Vals er nú mjög skýr og útlínur hans einfaldar. Hann er ákveðinn á svip, vænghaf hans er V-laga og klær hans með gott grip á knettinum.



Hilmar Þorsteinn Hilmarsson, grafiskur hönnuður hefur lagt ómælda vinnu í að koma hugmyndinni á stafrænt form en hann hefur sýnt mikið frumkvæði í að koma merki félagsins og notkun þess á fagmannlegri stað á undanförunum árum. Naut hann aðstoðar frá Jóni Ágústi Pálmasyni í þessu verkefni og færi ég þeim bestu þakkir fyrir þeirra óeigin-gjarna framlag til Vals. Í bók sinni *Minn-*

ingarmörk í Hólavallagarði, segir Björn Th. Björnsson fræðimaður um merkið á legsteini Karels: „Merkið sjálft er frábært steinhögg, en þar hélt Ársæll steinmiður Magnússon um meitil og hamar.“

Markmiðið með endurnýjun á merki okkar Valsara er að koma því smátt og smátt í notkun. Fyrst um sinn munum við aðallega sjá það í fjölmiðlum, tölvuskjám og á búningum félagsins. Við munum ekki fara í kostnaðarsamar breytingar á merkinu allstaðar að Hlíðarenda strax, heldur gera það jafnt og þétt á komandi misserum. Núverandi merki hefur þjónað okkur vel og mun sjást áfram í einhverjum mæli en smátt og smátt mun endurnýjað merki Vals taka við í umhverfinu að Hlíðarenda.

Það er von mín að allir Valsarar taki endurnýjuðu merki okkar vel og hefji það sem fyrr hátt á loft.

Áfram hærra – Áfram Valur!

*Pistill áður birtur í
apríl á feisbúksiðu
Knattspyrnufélagsins Vals.*

Í stjórn hjá Val í 36 ár

Saga Vals og Harðar Gunnarssonar, formanns félagsins, er samofin og hann hefur gegnt lykilhlutverki í félaginu áratugum saman

Formaður Knattspyrnufélagsins Vals, Hörður Gunnarsson, er fæddur og uppalinn á Fáskrúðsfirði. Það verður að teljast merkilegt að frá unga aldri hefur hann verið stuðningsmaður Vals, löngu áður en ég sá Valslið keppa í fyrsta sinn.

„Fyrsti kappleikur sem ég fór á með Val var á Neskaupsstað þegar Valur lék við Þrótt í bikarkeppninni og vann 15:0,“ segir formaðurinn. „Líklega hefur þó falletgi rauði búningur félagsins verið það fyrsta sem fangaði huga minn, en Leiknir á Fáskrúðsfirði leikur einnig í rauðum og hvítum búningi. Því lá beinast við þegar ég flutti í bæinn að mæta á körfuboltaæfingar hjá Val sem þá voru í Hagaskóla.“

Herði telst til að hann hafi setið í stjórnnum á vegum Vals í 36 ár eða um 1/3 af líftíma félagsins. „Þessara ára hef ég notið og vonandi hef ég náð að skila því til baka sem Valur hefur gefið mér. En einnig þakka ég fjölskyldunni fyrir að gefa mér allan þann tíma sem farið hefur í að sinna störfum fyrir félagið á þessum langa ferli.“

– Hvernig voru árin sem þú varst formaður félagsins og formaður og í stjórnnum deildanna?

„Fyrsta hlutverk mitt fyrir félagið var að setjast í stjórn KKÍ fyrir hönd Vals en hugur minn stóð alltaf til að starfa fyrir Val. Ég sat síðan með góðu fólki í stjórn körfuknattleiksdeildar Vals í fimm ár, lengst af sem varaformaður. Á þeim tíma kom ég m.a. að því að skipuleggja og halda utan um haustmót Vals á annan áratug. Þaðan lá leiðin í aðalstjórn Vals þar sem ég tók við sem varaformaður félagsins og gegndi því starfi í tíu ár. Ég var svo kjörinn formaður félagsins 2010 og gegndi því starfi í fimm ár. Næsti áfangastaður var handknattleiksdeildin þar sem ég sat í stjórn og gegndi m.a. formennsku í tvö ár. Til að loka hringnum tók ég sæti í stjórn knattspyrnudeildar í tvö ár. Það er ómetanlegt að hafa fengið tækifæri til að kynnast með þessum hætti störfum allra deilda, ekki bara sem varaformaður eða formaður félagsins. Maður fær aðra sýn að setjast inn í stjórnir deilda.“



Barnabörn Harðar eru: Sigríður Júlíana Gunnarsdóttir og Hörður Már Gunnarsson.

– Hvaða uppbygging átti sér stað á Hlíðarendasvæðinu í þinni formannstíð?

„Mesta uppbygging mannvirkja að Hlíðarenda í seinni tíð fór fram þegar ég gegndi stöðu varaformanns, fyrst í formannstíð Reynis Vignis og síðar Gríms Sæmundsen. Grunnurinn að framtíðaruppbyggingu og uppgreiðslu skulda hófst í byrjun aldarinnar með breyttu deiliskipulagi á lóðum félagsins. Í framhaldi

var ráðist í byggingu nýju íþróttarhallarinnar sem og að reistur var nýr keppnisvöllur. Mér finnst stundum eins og fólk í dag átti sig ekki á því hversu stórfengleg ákvörðun það var þegar ráðist var í þessa vegferð á sínum tíma. Það var horft til framtíðar, byggð upp góð aðstaða og grunnur félagsins tryggður. Það eru örugglega ýmsir búnir að gleyma því eða vita það ekki að á þessum árum, fyrir síðustu aldamót, var staða Vals alls ekki

sterk og á tímabili stóð til að flytja jafnvel félagið upp í Grafarvog og sameinast Fjölni. Þess vegna spiluðu körfuboltaíð félaganna saman með heimavöll í Grafarvogi undir merkjum Vals í eitt keppnistímabil. En þá var öldin önnur og við náðum blessunarlega að snúa dæminu við en það kostaði mikla vinnu og samstöðu sem við Valsmenn erum þekktir fyrir.

Í formannstíði minni var helsta uppbyggingarverkefnið þegar gamla íþróttahúsið var gert upp nánast frá grunni en það var komið á verulegt viðhaldsstig enda byggt 1957.

Síðan má ekki gleyma áralöngum samskiptum Vals og Reykjavíkurborgar, samtali sem enn stendur yfir og 8 borgarstjórar hafa komið að og hófst í borgarstjóratíð Ingibjargar Sólrúnar. Eins og fólk veit er enn ekki lokið endanlegu skipulagi á svæðinu en þegar eitthvað liggur endanlega fyrir verður það eðlilega kynnt fyrir félagsmönnum.“

– Hver eru eftirminnilegustu augnablik þín hjá Val?

„Ef nefna á einn sérstakan atburð þá var það árið 2007 þegar Gunnar sonur minn varð Íslandsmeistari með Val í handknattleik þá nýgenginn í félagið en hann segist hafa gefið föður sínum félagaskiptin í fimmtíu ára afmælisgjöf. En eftirminnanlegasta tímabilið spannaði eitt ár en það er klárlega 100 ára afmælisár félagsins 2011 þar sem metnaðarfull dagskrá stóð allt árið en hún var skipulögð af mjög öflugri afmælisnefnd sem vann ómetanlegt starf við að gera afmælisárið ógleymanlegt. Dagskráin náði eðlilega hátindi á afmælisdaginn sjálfan 11. maí. Bók Þorgríms Þráinssonar *Áfram hærra* er frábær samantekt á sögu Vals tengd við tíðarandann í landinu og þá sérstaklega í Reykjavík. Einnig var það mér sérstakt gleðiefni að fá að heiðra tugi Valsmanna fyrir óeigingjarnt starf í þágu félagsins því ekkert er dýrmætara hverju félagi en stór og samheldinn hópur sjálfboðaliða sem er tilbúinn að verja tíma sínum til starfsins.“

– Hefur heilbriggt jafnvægi verið við lýði undanfarna áratugi hvað varðar afreksstefnu og uppeldisstefnu?

„Að mínu mati höfum við á undanförunum árum tekið miklum framförum í að kynna og hrinda í framkvæmd uppeldisstefnu félagsins þökk sé öflugu starfi barna- og unglingsviðs. Í því sambandi má nefna að mikil fjölgun hefur orðið í hópi iðkenda félagsins á undanförunum



Hörður á góðum degi með barnabörnunum.

árum. En fjöldinn einn og sér er ekki það sem öllu máli skiptir heldur hvernig við tökum á móti börnum og unglungum og fylgjum þeim eftir á meðan þeir stunda sínar íþróttir og sækja sér félagsskap á Hlíðarenda. Góð aðstaða skiptir minna máli ef við setjum ekki metnað og fagmennsku í starfið. Á undanförunum árum hefur verið lagt mikið upp úr því að auka gæði í þjálfun yngri flokka með ráðningu hæfustu þjálfara. Öflugt yngri flokka starf og að okkur lánist að halda vel í unglungana okkar yfir undir það að við getum haldið áfram okkar öflugu afreksstefnu sem félagið er þekkt fyrir. Öflug afreksfema er mikil hvatning fyrir yngri iðkendur og ómetanlegt er að hafa góðar fyrirmyndir.

Því má síðan ekki gleyma að við settum okkur siðareglur og jafnréttisáætlun en virkar stefnur eru til þess fallnar að sem flestum líði vel innan okkar raða og til sé vettvangur og ferlar sem unnið er eftir ef á þarf að halda. Það gladdi mig síðan mjög í minni fyrri formannstíð að upplifa að Valur fékk þá útnefningu sem

fyrirmyndarfélag ÍSí og það í öllum greinum.“

– Aðstaðan, einkum varðandi inni-íþróttir er löngu sprungin, við hverju má fólk búast?

„Eins og ég nefndi að framan hefur orðið mikil fjölgun í yngri flokkum félagsins og sú aukning mun halda áfram næstu ár þar sem íbúum hefur fjölgað mjög á félagssvæði Vals og á enn eftir að fjölga. Helst eru það inniþróttirnar sem verða fyrir barðinu á aðstöðuleysinu og eru þess dæmi að unglingar séu að stunda æfingar og keppni fram eftir kvöldum. Fyrir utan Hlíðarenda erum við með tíma í nærliggjandi skólum s.s. Hlíðaskóla sem þó fullnægir engan veginn okkar þörfum og því þarf að fara í frekari uppbyggingu á svæðinu.“

– Við hverju mega Valsmenn búast á því sviði á næstunni, nýtt íþróttahús, knattús, völlum?

„Þau uppbyggingaráform sem við höfum á næstu misserum og árum eru



Samningaviðræður við Reykjavíkurborg fyrir um 20 árum. Frá vinstri; Hörður Gunnarsson núverandi formaður Vals, Þórólfur Árnason þá borgarstjóri Reykjavíkur, Grímur Sæmundsen formaður Vals á þeim tíma og Reynir Vignir sem var formaður Vals á undan Grími.

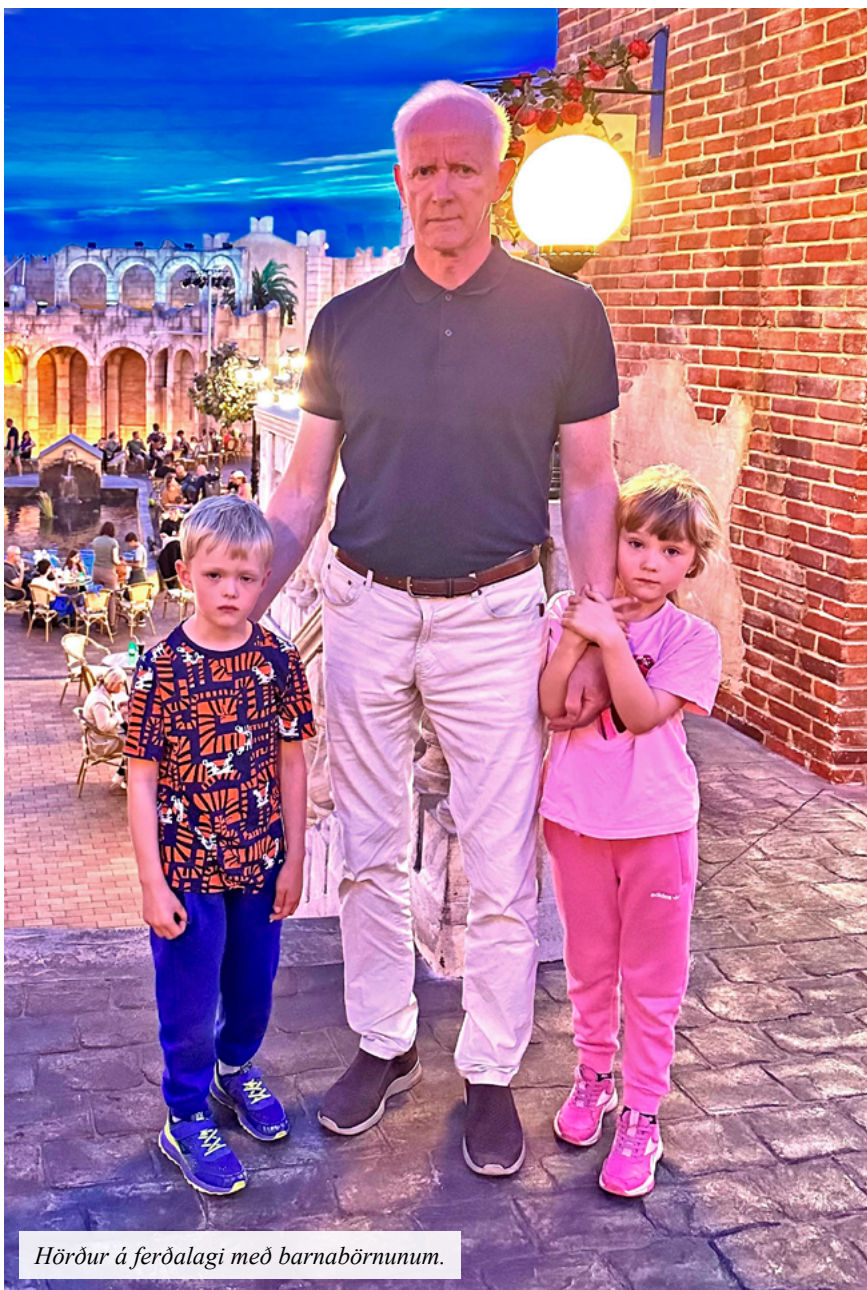
bygging á nýjum gervigrasvelli í stað „skakka“ vallarins og verður sá völlur upphitaður og með flóðlýsingu. Framkvæmdir við þennan völl eru þegar hafnar með fergingu sem þarf til að gera lóðina byggingarhæfa. Völlurinn verður tilbúinn að öllu óbreyttu upp úr miðju næsta ári. Þar á eftir er áformað að ráðast í byggingu íþróttamiðstöðvar sem hýsa mun hálf t knattúss og tvo parketvelli fyrir inni íþróttir og útivelli að auki. Auk þess verða í byggingunni nýir búningsklefar og alrými. Okkar draumur er sá að þessi bygging verði tilbúin á árinu 2027.“

– Ef við næðum að virkja fleiri sjálfbóðaliða, hver væri þá draumastaðan á félaginu, hvernig gæti það blómstrað enn frekar?

„Ef við ætlum að bæta okkur í umgjörð leikja, dómgæslu og auka þrótt í félagsstarfinu er ljóst að það verður ekki gert nema með aðkomu sjálfbóðaliða. Við eigum í dag ótulan hóp fólks sem alltaf er boðinn og búinn til að koma og leggja starfinu lið, en við þurfum aðkomu mun fleiri til að gera gott starf enn öflugra og það ætlum við okkur að gera því mikilvægt er að hefja starf sjálfbóðaliðans til vegs og virðingar á ný. Hér er ég bæði að tala um almenna félagsmenn sem vilja koma og leggja lið en einnig þarf félagið á því að halda að foreldrar barna gefi kost á sér til starfa. Fálkarnir hafa gefið gott fordæmi og staðið fyrir öflugum starfi sem kemur öllum börnum og unglíngum til góða, fyrir það má þakka.“

– Hversu mikilvægt er að hafa öflugt félagslíf á Hlíðarenda?

„Gríðarlegur fjöldi fólks heimsækir Hlíðarenda á ári hverju sem iðkendur, foreldrar, áhorfendur og aðrir notendur af íþrótt og félagsaðstöðu Vals. Íþróttaskóli hefur verið starfræktur í nokkur ár fyrir yngstu börnin og er mjög vel sóttur. Ég var svo heppinn að fá að fylgjast með barnabörnunum taka virkan þátt í íþróttaskólanum, það var yndislegt að sjá íþróttasalinn iða af lífi og litlu krakkana spreyta sig á fjölbreyttum æfingum. Síðan hefur verið tekin upp sú skemmtilega nýbreytni að bjóða eldri borgurum að koma í leikfimitíma við sitt hæfi og þessir tímar hafa verið vel sóttir. Ég sé síðan fyrir mér að við gætum reynt að tengja nýja íbúa á Hlíðarendasvæðinu betur við Val og það eru örugglega til margar leiðir til þess. Það er því mikið líf að Hlíðarenda á degi hverjum frá morgni til kvölds og þannig á það líka að vera.“



Hörður á ferðalagi með barnabörnunum.



Innsæi skapar tækifæri

Við njótum þekkingar og reynslu mörg þúsund sérfræðinga um allan heim. Það gerir okkur kleift að koma auga á betri valkosti fyrir þig. Þegar við nýtum innsæið, með rétta fólkið okkur við hlið, birtast tækifærin alls staðar.

Kynntu þér málið á kpmg.is



100 ár frá fæðingu „Hvítu perlunnar“

Árið 1923 fæddist einn frægasti knattspyrnumaður Íslandssögunnar, Albert Guðmundsson. Þann 5. október síðastliðinn, nákvæmlega 100 árum síðar, var tímamótunum fagnað með samkomu í Fjósinu að Hlíðarenda þar sem fjölskylda, vinir og Valsarar komu saman til að heiðra minningu Alberts, sem var fyrsti íslenski atvinnumaðurinn í knattspyrnu.

Albert æfði reyndar fyrst um sinn hjá KR en um 10 ára aldurinn gekk hann til liðs við Hlíðarendapíla í Val. Hann vakti snemma athygli fyrir að vera áberandi kappsfullur og einnig æfði hann mikið sjálfur, einn með boltann. Á unglingsaldri fékk hann starf á Melavellinum sem þá var helsti knattspyrnuvöllur landsins og var yfirleitt búinn að taka æfingu þegar vinnudagurinn hófst. Þótti þeim sem þar fóru oft hjá ekkert tiltökumál að sjá Albert rekja boltann í frosnum hjólförum



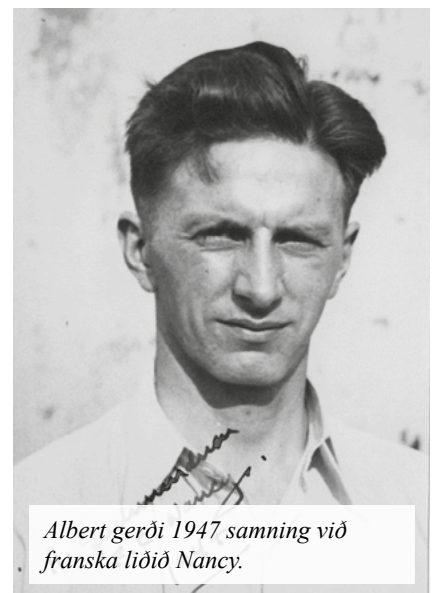
Albert var fyrsti atvinnumaður Íslands í knattspyrnu en lék áður með Val og vann til Íslandsmeistarátitla upp úr 1940 en Valur vann titilinn fjögur ár í röð frá 1992–1945.



Albert í Valsbúningi upp úr 1940. Uppalinn Valsari.



Albert í herbúðum enska liðsins Arsenal 1946.



Albert gerði 1947 samning við franska liðið Nancy.

eftir bíla, til að þjálfa tilfinninguna fyrir boltanum sem seinna varð vel þekkt víða um Evrópu.

Albert komst ungur að í meistaraflokki

og vann Íslandsmeistarátitla með Val upp úr 1940. Þá var Murdo MacDougal tekinn til starfa hjá félaginu og lagði hann mikla rækt við að þjálfa Albert og svara



Albert lék með skoska liðinu
Glasgow Rangers 1945-46.

þörf hans fyrir að ná fullkomnum tókum á sem flestu sem við kom knattspyrnunnni og leikninni sem hún krefst.

Í ágúst 1945 ferðaðist Albert svo til Skotlands og settist þar á skólabeck í Edinborg. Fljótlega flutti hann sig svo yfir til Glasgow, hélt þar áfram í náminu og fékk að reyna sig hjá Glasgow Rangers fyrir tilstilli Murdo sem var þá líka fluttur til Skotlands. Albert vildi helst sýna náminu fulla ábyrgð, enda var það megin tilgangur ferðarinnar og forðaðist því að binda sig knattspyrnunnni of föstum böndum en gerði þó samning við Glasgow Rangers um að leika með þeim sem áhugamaður. Fór svo að hann lék einn leik með aðalliðinu, gegn Clyde á jóladag árið 1945. Sagðist hann seinna þakka öllum aukaæfingunum og skapstyrknum því hversu vel honum tókst að takast á við ókunnugt og krefjandi umhverfi, gjörólíkt því sem hann var vanur á Íslandi.

Í september ári síðar, fór Albert til Arsenal og skrifaði þar undir samning sem áhugamaður, auk þess sem hann gat þar haldið áfram námi sínu. Forráðamenn



Albert lék á atvinnuferlinum með sterkum liðum í Evrópu, t.d. Glasgow Rangers, Arsenal, Nancy, AC Milan, Racing Club de Paris og Nice.

Arsenal vildu gera við hann atvinnumannsamning en mjög erfitt var fyrir útlendinga að fá atvinnuleyfi á Bretlands-eyjum á eftirstríðsárunum, svo ekkert varð úr því. Albert var aðeins annar erlendi leikmaðurinn til að leika fyrir Arsenal. Í október, þremur dögum fyrir 23 ára afmælisdaginn var Albert í fyrsta sinn valinn til að leika með aðalliðinu á hinum fræga leikvangi Highbury, í vináttuleik gegn Sparta Prag frá Tékkóslóvakíu. Lokatölur urðu 2-2 og Íslendingurinn þótti standa sig vel. Í fyrirsögn eins af ensku blöðunum mátti sjá fyrirsögnina: „*Ex Ranger was Arsenal's ace*“.

Albert spilaði sinn síðasta keppnisleik fyrir Arsenal í árlegum vináttuleik gegn Racing Club í París í nóvember. Frakkarnir hrifust af Alberti og reyndu að fá

hann til að semja við félagið en hann valdi frekar að fara heim til Íslands og snúa sér að verslunarrekstri. Fljótlega birtist þó þar fulltrúi annars fransks liðs, Nancy og fór það svo að Albert samþykkti að skrifa undir samning við þá fyrir leiktímabilið 1947–48. Albert varð þar með fyrsti Norðurlandabúinn til að leika sem atvinnumaður á meginlandi Evrópu og fljótlega fór hann að vekja athygli fyrir snilldartakta á vellinum. Hlaut hann á þessum tíma viðurnefnið „Hvíta perlan“ í frönskum fjölmiðlum. Albert varð markahæsti leikmaður liðsins á leiktíðinni og stórlíðið AC Milan, sem endað hafði í öðru sæti ítölsku deildarinnar bauð honum samning fyrir leiktímabilið á eftir.

Eftir undirritun samningsins var umtal-



að var að Albert væri á þessum tíma-
punkti einn launahæsti leikmaður Evr-
ópu. Vegna alvarlegra meiðsla urðu leik-
irnir með AC Milan hins vegar einungis
fjórtán og skoraði hann í þeim tvö mörk.
Albert var ekki alls kostar sáttur við við-
mót Ítalanna á meðan hann var meiddur



Albert var af ýmsum kallaður „hvíta perlan“ en Pele var kallaður „svarta perlan“.

og samdi því í leyni við Racing Club de Paris, sem áður höfðu reynt að fá hann til Frakklands. Mikið gekk á í framhaldinu og var meðal annars reynt að beita valdi til að taka af Alberti vegabréfið og koma þannig í veg fyrir að hann kæmist frá Ítalíu. Ítölunum varð þó ekki kápan úr því klæðinu og urðu lyktir mála þær að Albert varð frjáls ferða sinna og fékk einnig skaðabætur frá ítalska stórveldinu.

Albert náði fullum bata af meiðslunum og árið 1949–50 lék hann flesta leiki Racing Club de Paris, meðal annars á leið liðsins í bikarúrslitaleikinn, þar sem tap, 0-2 gegn Reims varð staðreynd.

Athygli vakti þegar Alberti var boðið að slást í för með Arsenal í ferð liðsins til Brasilíu, snemma árs 1951. Liðið lék þar sex leiki og tók Albert þátt í þeim öllum. Albert sagði frá því að brasilík lið hefðu sýnt áhuga á að gera við hann samning en hann hafi strax fundið að hann hefði ekki átt gott með að venjast gífurlegum hita og kæfði slíkar hugsanir fljótlega. Arsenal



„Þetta var dásamlegt ævintýri,“ sagði Albert um atvinnuferilinn í fótbolta.

reyndi aftur að semja við Íslendinginn í kjölfar ferðarinnar en enn strönduðu allar tilraunir í þá átt á atvinnuleyfi. Albert ferðaðist því aftur til Frakklands og lék sitt þriðja og síðasta ár með Racing Club. Alls lék Albert 69 leiki með Racing Club de Paris á þremur leiktíðum og gerði í þeim 31 mark.

Síðasta ár Alberts í atvinnumennsku var svo veturinn 1952–53 er forráðamenn Nice, sem þá voru bæði deildar- og bikar-meistarar gerðu við hann eins árs samning. Albert var tregur til þar sem hugurinn var farinn að halda heim á leið en lét þó til leiðast og samdi með alls kyns formerkjum um að draga úr æfingaálagi og fleira í þeim dúr. Albert fann þó fljótlega að samherjar hans létu þessa sér-meðferð fara í taugarnar á sér. Andinn í liðinu var ekki upp á það besta og gengi liðsins eftir því.

Þegar Albert var á leið heim til Íslands bauðst honum óvænt óformlegt tilboð um að leika með Glasgow Rangers en nú var hann harðákveðinn í að hefja nýjan kafla í sínu lífi, með fjölskyldu sinni heima á Íslandi. Í viðtali sagði hann seinna meir:

„... þrátt fyrir að við ættum ákaflega góða kunningja þarna úti og skemmtilegt líf, þá áttum við nú fjölskyldu hérna heima og konan mín vildi fara heim og ala börnin upp hér. Tveimur árum áður hafði ég lofað henni því að ég gerði þá minn síðasta samning. Og úr því hún fékk mig til að lofa því, þá var ekkert annað að gera en að standa við það.

Þetta var dásamlegt ævintýri“.



Börn Alberts og eftirlifandi bróðir. Frá vinstri: Ingi Björn Albertsson, Ingólfur Guðmundsson, Helena Albertsdóttir og Jóhann Halldór Albertsson.



Breki Logason, Védís Sigurðardóttir, Hafrún Kristjánsdóttir og Arna Grímsdóttir.



Hafrún Kristjánsdóttir, Lilja Hauksdóttir og Sigurlaug Rúnarsdóttir.



Hafrún, Dóra María Lárusdóttir og Sigurlaug.

Vel heppnað golfmót Vals. Er komið til að vera

Golfmót Vals var endurvakið síðastliðið sumar með miklum glæsibrag. Mótið, sem á árum áður var reglulegur og ómissandi þáttur í golfsumri Valskylfinga, var lagt niður í nokkur ár. Nú er mótið komið til að vera.

Mótið var haldið á Gufudalsvelli í Hveragerði þann 15. september í hefðbundnu íslensku haustveðri. Eins og við var að búast létu Valskylfingar það ekki á sig fá og mál manna var að spilmennskan á Gufudalsvelli hafi verið til fyrirmyndar hjá flestum af þeim 39 kylfingum sem mættu til leiks.

Í högggleik stóðu Geir Rúnar Birgisson og Hlíf Hauksdóttir uppi sem sigurvegarar. Tveir fyrirliðar unnu punktkeppni mótsins. Elísa Viðarsdóttir, fyrirliði knattspyrnukvenna Vals, stóð uppi sem sigurvegari í kvennaflokki með 21 punkt og Torfi Magnússon, fyrrum fyrirliði körfubolti Vals, stóð uppi sem sigurvegari í

karlaflokki með 17 punkta. Þess má geta að enn einn fyrirliðinn, Sigurbjörn Hreiðarsson, fékk verðlaun í punktkeppni, fyrir 39. sætið eftir að hann halaði inn átta punkta. Sigurbjörn kemur tvíefldur til leiks að ári enda sannur keppismaður eins og við Valsmenn- og meyjjar þekkjum svo vel.

Fjölmörg aukaverðlaun fyrir góðan árangur voru veitt. Lilja Hauksdóttir og Sólrún Ástvaldsdóttir fengu verðlaun fyrir að vera næstar holu á par-3 holum. Hafsteinn Orri Ingvason fékk verðlaun fyrir lengsta upphafshögg, og Daníel Franz fékk verðlaun fyrir að vera næstur holu í tveimur höggum á par-4 holu. Ýmis önnur verðlaun voru veitt, en verðlaunin þetta árið voru einstaklega vegleg. Skipuleggjendur mótsins vilja koma þökkum til þeirra fyrirtækja sem lögðu mótinu lið, og þau eru: ÍSAM, Saltverk, Macron, Sky Lagoon, Sólbaðstofan

Smart, Origo, Bako Ísberg, Arctic Adventures, Reykjavík Gin, Esja Gæðafæði, Feel Iceland, MS, Lava Tunnel og Nesklúbburinn. Fálkar og Knattspyrnufélagið Valur lögðu einnig til verðlaun.

Eftir mótið snæddu keppendur kvöldverð saman og var heldur betur kátt á hjalla. Mótið var einstaklega vel heppnað enda ekkert skemmtilegra en þegar Valsmenn og meyjjar úr öllum deildum félagsins koma saman. Mótið er komið til að vera og mun dagsetning mótsins næsta sumar vera auglýst fljótlega eftir áramót. Þá geta vaskir Valskylfingar merkt daginn í dagbókina því af þessu móti vill enginn Valsari sem getur sveiflað kylfu missa af.

Eva Halldórsdóttir, Hafrún Kristjánsdóttir og Sigurlaug Rúnarsdóttir, skipuleggjendur



Sigurvegjar á Golfmóti Vals 2023. Geir Rúnar Birgisson og Hlíf Hauksdóttir.



Hafrún, Sigurbjörn Örn Hreiðarsson og Sigurlaug.



Hafrún Kristjánsdóttir, Lilja Hauksdóttir og Sigurlaug Rúnarsdóttir.



Svali Björgvinsson og fjölskylda fagna Íslandsmeistaratitli í körfubolta karla 2022. Frá vinstri: Inga Sigrún Jónsdóttir, Svali og börn þeirra Ástþór Atli, Hrannar Davíð og Ingibjörg Sigrún ásamt Hjördísi Lilju unnustu Ástþórs. Ljós: Guðni Olgeirsson.

Hver er Valsmaðurinn

Ég er venjulegur Valsari og körfuboltanörð

Svali Björgvinsson hefur frá blautu barnsbeini verið með annan fótinn á Hlíðarenda og brennur fyrir körfubolta. Hann hefur lagt hart að sér til að stuðla að útbreiðslu og uppgangi körfuboltans hér á landi. Öll fjölskyldan hefur mikinn áhuga á íþróttum og öll þrjú börn hans leggja stund á körfubolta með Val og eiginkonan mætir vel á leiki. Svali hefur víða komið við og hefur tengst körfuboltanum í Val og á Íslandi sterkum böndum, verið iðkandi í yngri flokkum, leikmaður í meistaraflokki, þjálfari yngri flokka í áratugi, þjálfari meistaraflokks karla og kvenna, setið í stjórn körfuknattleiksdeildar Vals, ótal nefndum á vegum KKÍ, dæmt ótal leiki og unnið alls konar sjálfboðastörf sem til falla. Auk þess lék hann nokkra landsleiki í körfubolta og þjálfaði kvennalandsliðið og kvennalið KR í

körfu um hríð. En líklega er hann þekktastur fyrir lýsingar á körfubolta í sjónvarpi í meira en 25 ár, bæði í íslensku deildinni og NBA deildinni í Bandaríkjunum. Samtals hefur hann lýst um 1.000 leikjum. Svali er mjög sýnilegur í Val, mætir á leiki í öllum deildum karla og kvenna og hefur stýrt ýmsum samkomum og nú síðast herrakvöldi Vals haustið 2023. En hvaðan skyldi öll þessi ástríða á körfubolta koma og eldmóður? Það var auðsótt mál fyrir Valsblaðið að ræða málin en ekki auðvelt að finna tíma í þéttri dagskrá. En smuga fannst eitt síðdegi í nóvember og við settumst niður góða stund á Hlíðarenda í fjörukt samtali um Val, körfubolta og gildi íþróttalmennt, m.a. í tengslum við leiðtoga-hæfni. Hittum reyndar í leiðinni Valsara sem hvatti mig í gríni til að vera ekkert

að ræða við Svala um körfubolta í Valsblaðið.

Boltar, badminton, og frjálssar íþróttir

Að góðum íslenskum sið barst talið fyrst að æsku og uppruna en Svali er alinn upp í Eskihlíðinni nánast í túnfætinum á Hlíðarenda. „Ég horfði út á Hlíðarenda út um stofugluggann á æskuheimilinu og leit á Hlíðarenda sem mitt annað heimili frá 5–6 ára aldri. Ég byrjaði snemma að æfa, var mest í fótbolta og man að við urðum Íslandsmeistarar í fjórða flokki 1981 með t.d. Berki Edvardssyni, unnum Þór frá Akureyri 5-2 í úrslitaleik. Vorum með góða þjálfara eins og Róbert Jónsson. Svo var ég plataður að taka þátt í Reykjavíkurmóti í handbolta 11–12 ára

minnir mig þar sem það vantaði leikmenn. Ég æfði líka badminton í Val og prófaði allar íþróttir og það var mjög gaman, æfði líka frjalsar með ÍR í nokkur ár. Ég hætti reyndar snemma í handbolta og hætti svo í fótbolta í 3. flokki. Ég fór óvart á körfuboltaæfingu um 10 ára gamall sem þá var jaðariþrótt á Íslandi og líka í Val en ég náði snemma góðri tengingu við körfuna, en Valur hefur verið nálægt mér frá fyrstu tíð,“ segir Svali og hefur greinilega gaman að rifja upp þennan tíma.

Lífið er betra með vel krydduðum körfubolta

Svali lék með meistaraflokki Vals í körfubolta frá 1984–1994 rétt um 300 leiki alls í efstu deild og náði hann fimm leikjum með körfuboltalandsliðinu. Eitt tímabil var hann skiptinemi í Bandaríkjunum. Eftir nám í sálfræði við Háskóla Íslands fór hann í framhaldnám í sálfræði og stjórnun í New York University. Hann rétt missti af því að taka þátt í fyrsta gullaldarliði Vals í körfubolta um 1980 til 1984 en á þeim tíma varð liðið tvisvar Íslandsmeistari og einu sinni bikarmeistari og í toppbaráttu öll árin. Eftirminnilegast á ferlinum segir Svali að hafi tvímælalaust verið úrslitaviðureignin árið 1992 á móti Keflavík. „Ég man mjög vel eftir úrslitaeinvíginu við Keflavík um Íslandsmeistaratítilinn, við náðum 2-1 forystu í einvígínu og gátum tryggt okkur títilinn í fjórða leiknum sem var haldinn í troðfullu Valsheimilinu. Það er mér sérstaklega eftirminnilegt að húsið var troðfullt löngu fyrir leik, mikil stemning og ég held að við höfum hreinlega ekki þolað pressuna sem því fylgdi. Við náðum engum fókusi í fyrri hálfleik og lentum langt undir og náðum ekki vopnum okkar í seinni hálfleik. Síðan töpuðum við oddaleiknum naumt í Keflavík og var það nokkuð sárt. Hins vegar var þetta tímabil mjög eftirminnilegt og mikil lyftistöng fyrir körfuna í Val að fá að keppa um titil sem gaf okkur mikið. Í þessu liði voru margir frábærir leikmenn, t.d. Frank Booker, Ragnar Þór Jónsson, Tómas Holton, Símon Ólafsson og Magnús Matthíasson. Við ætluðum okkur stóra hluti á næsta tímabili en þá varð ég fyrir því óláni að slíta krossband, Frank Booker sleit hásin og Tómas Holton fór í nám til Ungverjalands. Við náðum því miður ekki að halda í árangurinn en ég held að ég hafi verið þokkalega góður í körfubolta en því miður settu meidslin



Svali með bikara í körfubolta að Hlíðarenda, Íslandsmeistarar karla 2022, bikarmeistarar karla 2023, deildarmeistarar karla 2022, Íslandsmeistarar kvenna 2023.

strik í reikninginn hjá mér,“ segir Svali hugs.

Hljómsveitin krossbandið og þjálfun

Svali byrjaði 16 ára að þjálfra körfubolta í yngri flokkum Vals og kveðst hafa haft mikinn metnað í því hlutverki. Hann sótti öll möguleg þjálfaranámskeið og las sér mikið til um þjálfun. Hann tók 1993 við þjálfun meistaraflokks karla 25 ára og segir að á þessum tíma hafi verið algengt að leikmenn væru samhlíða að þjálfaliði. Hann lenti í erfiðum meidslum og sleit krossband þrisvar og hætti endanlega að spila með meistaraflokki 28 ár en hélt áfram að þjálfra liðið til 1994 og aftur 1997–99. „Það er gaman að segja frá því að við félagarnir í Val slitum allir þrjú krossband á svipuðum tíma, þ.e. ég, Ólafur Stefánsson og Jakob Sigurðsson og við nefndum okkur til gamans *Hljómsveitin krossbandið*. Ég fékk á þessum tíma eftir þriðja krossbandsliðið ábenningu frá Stefáni Carlssyni lækni að skynsamlegt væri að draga úr keppni í íþróttum ef ég vildi geta gengið rösklega

í framtíðinni,“ segir Svali sposkur á svip. Einnig þjálfaði hann kvennalið Vals 1995–96, kvennalandsliðið á árunum 1994–96 og kvennalið KR í körfu 1997–98. Svali var í viðtali í Valsblaðinu 1989 og hafði þá þetta að segja um þjálfun. „Mér finnst ákaflega gaman að þjálfra og það er mjög gefandi. Það, sem skiptir mestu máli í unglingsstarfinu er að hafa gaman af hlutunum, en ekki endilega að ala upp einhverja snillinga. Hjá Val er því ekki um neina skátahreyfingu að ræða þá við viljum vitaskuld ná góðum árangri.“

Hefur lýst um 1.000 körfuboltaleikjum í sjónvarpi

Svali hefur frá 1996 meira og minna samfellt lýst körfuboltaleikjum í sjónvarpi á RUV, Stöð 2 og Stöð 2 sport eða meira en 25 ár. En hvernig byrjaði þetta? „Logi Bergman á RUV var að lýsa körfuboltaleikjum og ég hvatti hann til að gera betur og vera með faglegru nálgun í lýsingum. Logi bauð mér þá að lýsa með sér einum leik og eftir það var mér boðið áfram og síðan var ekki aftur snúið. Ég hef verið



Svali að lýsa leik með Rikka G.



Færsla frá Loga Bergmann.



Svali í viðtali á Stöð2 fyrir 5. leik Vals – Tindastóls vorið 2023.

að lýsa leikjum í íslensku deildinni og í NBA í Bandaríkjunum en ég lýsi ekki Valsleikjum. Það yrði ekki hollt nokkrum manni að hlusta á það“. Svali lítur á sig sem starfsmann í markaðsdeild körfuboltans en ekki eingöngu sem lýsanda. Hann segir gríðarlega breytingu hafa orðið í körfuboltahreyfingunni. „Þegar ég byrjað að lýsa leikjum 1996 voru 3.000 iðkendur í körfubolta en núna eru þeir a.m.k. 15.000 og hefur fimmfaldast á tímabilinu. Áhorf á stóru íslensku leikina er með því mesta sem gerist hér á landi og árið 2022 voru 6 af 10 stærstu áhorfsleikjunum í körfubolta. Alls horfðu rúmlega 100 þúsund manns á oddaleikinn í körfunni í fyrra á Hlíðarenda, Valur – Tindastóll sem er mesta áhorf á íþróttir í langa tíð“. Svali er ákaflega stoltur og hræður af þessum árangri en markmiðið hafi verið gera körfuboltann að vinsælu sjónvarps-efni en það hefur náðst með markvissri vinnu á öllum sviðum með aðkomu fjölda aðila í hreyfingunni og fjölmiðlum. „Íslenskur körfubolti er orðinn þekkt og sterkt vörumerki“.

Byrjum á grunninum

Svali rifjar upp stefnumótun hjá Val sem fór fram 2006–2007 um að snúa vörn í sókn í körfuboltadeildinni í Val. Stefan var nefnd **Byrjum á grunninum**, en á þessum tíma voru tæplega 100 iðkendur að æfa körfubolta og ekkert kvennalið. „Það verður að vera til bæði karla- og kvennalið og jafnrétti kynja. Við höfum endurreisnarstarfið með árganga sem eru fæddir um aldamótin 2000. Það þarf að búa til maskínu með hjálfurum, leikmönnum og foreldrum, stjórn og sjálfboðaliðum. Við réðum Gústa sem hjálfara og það var farsæl ákvörðun en markmiðið var að sýna þolinmæði og byggja upp afreklið með aðkomu uppallinni leikmanna.“ Svali sá á þessum tímupunkti möguleika á að stimpla kvennakörfuna fyrr inn í titlabaráttu og láta það ryðja brautina fyrir karlaliðið. „Það tókst og karfan fékk á sama tíma stærri rödd innan félagsins og svigrúm skapaðist til að styrkja karlaliðið. Við settum markið á 300 iðkendur innan 8 ára og það tókst á 6 árum og núna eru tæplega 350 iðkendur. Árangurinn sem nú hefur náðst í körfunni í Val er afrakstur af þessari stefnu en markmiðið var að hafa bæði kvenna- og karlalið í fremstu röð. Það er sannarlega mikil gleði að hafa náð þessu marki og bæði lið hafa landað titlum á undanförmum árum og nýtt gullaldarlið er hafið,

bæði kvenna og karla. Að mínu mati hefur þetta verið rétt stefna fyrir Val og farsælt að fara þessa leið í stað þess að vera með gassagang og óþolinmæði. Og vissulega tók tíma að sannfæra körfuboltasamfélagið í Val um þessa leið. Æskulýðsstarf er þjónustustarf fyrir umhverfið og nærsamfélagið. Yngri flokkar eru mjög mikilvæg tenging við afreksflokkana og um þessar mundir eru sterkir árangrar í yngri flokkunum að koma upp og uppskeran er góð,“ segir Svali greinilega mjög stoltur Valsari.

Kvennatitlar jafn mikilvægir og karlatitlar

Það hefur ekki farið á milli mála að Svali hefur hampað kvennaliðum Vals en afrekslið kvenna hafa á undanförunum árum náð einstökum árangri, unnið þrefalt í tvígang, þ.e. hafa orðið sama ár Íslandsmeistarar í körfubolta, fótbolta og handbolta, árið 2019 og í ár, 2023. Engu öðru íþróttafélagi á Íslandi hefur tekist að ná þessum árangri. „Það er augljóst að ákvörðun um jafnrétti er eina skynsama leiðin í heilbrigðu samfélagi. Sveinar og meyjar í Val þurfa að hafa jöfn tækifæri og jafna möguleika og vera ungum leikmönnum fyrirmyndir. Það eru einfaldlega röng skilaboð ef annað kynið er lægra sett. Ísland er orðið fjölmenningsarsamfélag og það er mikilvægt að þjónusta betur fólk af erlendum uppruna og auka þátttöku þeirra í íþróttum og ég hef einnig áhuga á að sinna betur fötluðum börnum og hafa pláss fyrir alla og bjóða alla velkomna, m.a. til að styrkja sjálfsmynd þeirra og stöðu. Það er edlilegt ástand að allir fái sömu tækifæri. Það er enn svigrúm til að bæta stöðu beggja kynja og tækifæri liggja t.d. í að fjölga áhorfendum á kvennaleiki og ég reyni að sýna gott fordæmi með því að mæta bæði á karla- og kvennaleiki,“ segir Svali og bætir við að þegar kvennadeild var fyrst stofnuð í Val 1996 hafi verið heilmikil barátta að finna tíma í húsinu og að telja félaginu trú um að þetta væri rétt skref og að það hafi verið snúið að koma deildinni á koppinn. Með sama hætti og í viðskiptalífinu, þeir aðilar sem átta sig ekki á því að jafnrétti er ákvörðun, verða skildir eftir.

Proskandi að taka þátt í leiðtogastarfi í íþróttum

Talið berst að þátttöku Svala sem leiðtoga í körfubolta hjá Val áratugum saman og



Úrslitakeppni 1992; Svali, Frank Booker, Magnús Matthíasson og Guðmundur.



Svali að lýsa leik með Gumma Ben í úrslitakeppninni.



Valur – Tindastóll að Hlíðarenda vor 2023.

hvaða þýðingu það hafi fyrir hann. Svali segist sannfærður um að þátttaka hans sem leiðtogi hjá Val hafi hjálpað honum mikið í þroska og almennt í leik og starfi síðan og sem leiðtogi í atvinnulífinu. En Svali hefur í gegnum tíðina verið áberandi í stjórnunarstöðum m.a. hjá PwC, Kaupþingi, Icelandair og nú síðast hjá Sjóvá. Samskiptahæfni er mjög mikilvæg, „Það er krefjandi að vera leiðtogi í íþróttum og slík reynsla getur nýst vel til farsældar eða velgengni í lífinu í óteljandi aðstæðum og það hefur svo sannarlega nýst mér. Þar vegur samskiptahæfni þungt, einnig reynsla af markmiðasetningu, agi sem fylgir íþróttum, skipulag, virðing fyrir fólki og að finna lausnir. Í störfum mínum byggi ég m.a. mikið á reynslunni úr íþróttum, t.d. við þjálfun yngri flokka og meistaraflokka og 25 ára stjórnunarstarfa hjá félaginu og sem sjálfboðaliði. Í grunninn gilda sömu lögmál

þar og í viðskiptalífinu þar sem eitt af því mikilvægasta er að nýta styrkleika fólks í teyllum, hafa gott skipulag og móta sterka liðsheild,“ segir Svali af sannfæringu og bætir við að hlutverk sitt sem leiðtogi í Val sé að búa til menningu sem lifir áfram og að láta aðra blómstra í kringum sig. „Ég lít á körfuboltastarfið sem hugarró, hvíld frá öðru amstri, ekkert er meira gefandi en að vera innan um ungt fólk sem leggur mikið á sig, í því felast mikil lífsgæði og auk þess mikil núvitund. Ég hef t.d. farið rúmlega 20 sinnum erlendis með íþróttahópa, ég hreinlega yngist um 7 ár með hverri ferð. Ekki ólíkt því að drekka flösku af Lýsi. En mesta áhyggjuefni íþróttafélaga til framtíðar tel ég vera að ekki verði nægilega sterkur grunnur innan félagsins, t.d. foreldrar og aðrir sjálfboðaliðar sem taki þátt og styðji við að unga fólkíð blómstri,“ segir Svali og er þakklátur

fyrir að fá stuðning og skilning heima fyrir við að verja nokkrum tíma í körfubolta og félagsstörf hjá Val. Segja má að körfubolti sé fjölskylduástríða en öll þrjú börn hans eru í körfubolta í Val og eigin konan mætir vel á leiki. Körfuboltinn skapar fjölskyldunni, gæðastundir, skemmtilegar minningar og samveru,“ segir Svali og brosir blítt og segist vera mikill Valsari og körfuboltanörd sem sé alltaf að reyna að koma körfubolta sem vöru á framfæri.

Huga þarf vel að uppöldum leikmönnum og tengja starfið vel saman

Það fer ekki á milli mála að Svali hefur mikla ástríðu fyrir körfubolta, ekki bara í Val heldur almennt í samfélaginu og hann hefur svo sannarlega gert sitt til að styrkja stöðir körfuboltans og auka vin-



Lokaleikur Valur – Keflavík 1992.





Allir bikarar karla að Hlíðarenda; meistarar meistaranna, bikarmeistarar, Íslandsmeistarar og Edduverðlaun fyrir þáttaröð um Jón Arnór í Val.

sældir hans meðal barna og ungmenna og meðal stuðningsmanna og áhugafólks um íþróttir í fjölmíðlum. Sváli hefur á undanförunum árum komið opinberlega fram með þá sýn að finna þurfi jafnvægi hjá Körfuknattleikssambandi Íslands um fjölda heimalinna leikmanna (e. homegrown) í deildum hér á landi og að hann telur að vægi íslenskra leikmanna (heimalninga) sé of lítið eins og staðan er í dag. En hvaða skoðun hefur Sváli núna á þessu álitaeefni? „Ég er ekki viss um að það sé rétt þróun að vægi „homegrown“ leikmanna sé að minnka verulega, en ég skil að víða getur verið erfitt að manna góð lið með íslenskum leikmönnum. Það verður að finna eitthvert jafnvægi og ná sátt um það hjá körfuboltahreyfingunni. Annars er hætt við að ungir og efnilegir íslenskir leikmenn fái of fá tækifæri til að sýna framfarir og til lengri tíma þá bitnar það á félagsstarfinu í heild. Fyrir utan mikinn kostnað, þá eru íþróttafélög á Íslandi rekin af sjálfbodaðiðum og þeirra helsta verkefni er að viðhalda starfinu og bera góð gildi frá einni kynslóð til þeirrar næstu. Það blasir við hverjum þeim sem skoðar málið af yfirvegun að tengingin frá yngri flokkum upp í meistaraflokka og þaðan í áframhaldandi starf þarf að vera fyrir hendi, það er grunnur að öllu þessu starfi og ef sú keðja rofnar er hætt

við að félagin veikist eða sofni. Við verðum að finna jafnvægi í þessum málum til framtíðar,“ segir Sváli og leggur þunga í orð sín.

Að lokum vill Sváli hvetja Valsmenn til að taka þátt í starfinu í félaginu, það eru margar leiðir til þess. Fyrsta skrefið er að koma að Hlíðarenda, brosa og gefa fimmur, upplifa gleðina og njóta þess að sjá ungt fólk þroskast. Okkar sameigin-

lega verkefni er að skapa heilbriggt umhverfi að Hlíðarenda þar sem ungmenni blómstra og afreksfólk dafnar.

Valsblaðið þakkar Svála fyrir viðtalið og þakkar honum fyrir ástríðuna gagnvart körfuboltanum í Val og stuðningi og framlagi fjölskyldunnar allrar til félagsins. Vonandi fáum við að njóta krafta hans sem lengst.



Drengjaflokkur Vals í körfuknattleik um 1990. Frá vinstri: Sváli H. Björgvinsson þjálfari, Jónas Páll Jónasson, Guðmundur Björnsson, Nökkvi Pálmason, Davíð Hauksson, Bjarki Gústafsson, Lárus Óskarsson og Rögnvaldur Hreiðarsson liðsstjóri. Neðri röð frá vinstri: Daði Sigmarsson, Pétur Hjaltason, Bergur Már Emilsson, Hákon Jónsson, Hjatli Jón Pálsson, Ólafur Jóhannsson og Einar Valur Bárðarson.



Stórskemmtilegt á kvennakvöldi Vals

Kvennakvöld Vals var haldið laugardagskvöldið 7. október og hófst dagskráin á gleðistund í Fjósinu. Síðan var haldið í hátíðarsal félagsins og þangað mættu hátt í 200 konur á öllum aldri sem styðja félagið og finnst gaman að gera sér glaðan dag, að hittast, gæða sér á ljúffengum mat og dansa fram eftir kvöldi. Svandís Dóra sá um veislustjórn, Guðrún Árný kom salnum í rífandi stemningu með söng og undirleik og DJ Andrea Jóns hrísti upp í dansgólfinu. Myndirnar í opnunni segja meira en 1000 orð um stemninguna. Ljós. Baldur Þorgilsson.







Erfitt að gleyma Evrópuævintýrinu

Höskuldur Tinni Einarsson er 16 ára og leikur handbolta með 3. flokki

Nám? Náttúrufræðibraut við Menntaskólann í Reykjavík.

Maki? Hanna Krüger.

Framtíðarstarf? Eitthvað með nóg af stærðfræði.

Hvar sérðu þig eftir 10 ár? Að læra og vinna við eitthvað tengt raunvísindum.

Af hverju Valur? Uppeldisfélag mitt og það var aldrei neitt annað í stöðunni.

Frægur Valsari í fjölskyldunni? Sveinn Zoëga, ekki frægur sem leikmaður en var mikilvægur sem formaður Vals.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum? Gæti ekki beðið um betri stuðning, þau mæta á alla leiki og styðja mig í öllu því sem ég geri.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? Ætli það sé ekki ég, má samt ekki gleyma Emblu systur.

Af hverju handbolta? Pabbi minn og bróðir voru í handbolta, fyrir utan það er handbolta óumdeilanlega skemmtilegasta íþróttin.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum? Komst upp í græna beltíð í karate.

Eftirminnilegast úr boltanum? Keppnisferðir með strákunum.

Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili? Fékk heilahristing og missti af úrslitakeppninni.

Stærsta stundin á þessu ári? Ætli það sé ekki að byrja í Lærða skólanum.

Markmið fyrir þetta tímabil? Leggja mig allan fram í leikjum og á æfingum.

Besti stuðningsmaðurinn? Foreldrar mínir kærir.

Erfiðustu samherjarnir? Erfitt að ráða við Matta þegar hann kemur á ferðinni.

Erfiðustu mótherjar? ÍR hafa verið erfiðir mótherjar upp yngri flokkana.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val? Hildigunnur er í miklu uppáhaldi hjá mér.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val? Fila Tjörva, línumaður og númer 3 eins og karlinn.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val? Mér finnst vera fyrirmyndarstarf í gangi í yngri flokkum Vals og það hefur verið þannig lengi.

Fyrirmynd þín í handbolta? Magnus Saugstrup línumaður Magdeburg og Fabrégas, línumaður sem er nýfarinn til Vesprið, eru í miklu uppáhaldi hjá mér.

Hverjir eru helstu styrkleikar þínir? Ég legg mig allan fram í þau verkefni sem ég tekst á við.

Draumur um atvinnumennsku í handbolta? Þeir hafa verið til staðar en ég hugsa í aðeins minni skrefum en það.

Landsliðsdraumar þínir? Það er náttúrulega mikill draumur að fá að keppa fyrir hönd Íslands.

Hvað einkennir góðan þjálfara? Kann að halda ró sinni á réttum stundum og nær góðu sambandi við leikmenn.

Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið? Handbolta-liðið Magdeburg í Þýskalandi og en í fótbolta held ég meira með leikmönnum en liðum.

Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi? Skemmtileg tilbreyting.

Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt? Að setja markmið og leggja sig allan fram til þess að ná þeim markmiðum.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val? Gefa öllum sömu tækifæri og hafa sömu umgjörð óháð kyni. Líka að hafa ekki mismikla umfjöllun um kvennaleiki og karlaleiki.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi? Fylgjast vel með, fræða og bregðast við öllum athugasemdum.

Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val? Það hjálpar eflaust að hafa skemmtilega viðburði í kringum leikina og hafa góða umgjörð.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum? Að Valur haldi áfram að berjast um titla í efstu deildum allra boltaíþróttanna.

Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum? Hafa gott samstarf við grunnskólana, að leikmenn sem hafa náð langt séu sýnilegar fyrirmyndir og að núverandi iðkendur séu duglegir að hvetja félagana sína að koma og prufa.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? Erfitt að gleyma Evrópuævintýrinu, það var brjáluð stemning.

Hvað getur Valur gert til að stuðla að sem bestri líðan iðkenda? Aðal málið er að allir séu uppbyggilegir og hvetjandi við liðsfélaga sína, þá líður öllum vel.

Hvað getur Valur gert til að hlusta betur á raddir og sjónarmið iðkenda hjá félaginu? Sjá til þess að iðkendur hafi vettvang til þess að tjá sig.

Besta bíómynd? Fantastic Mr. Fox.

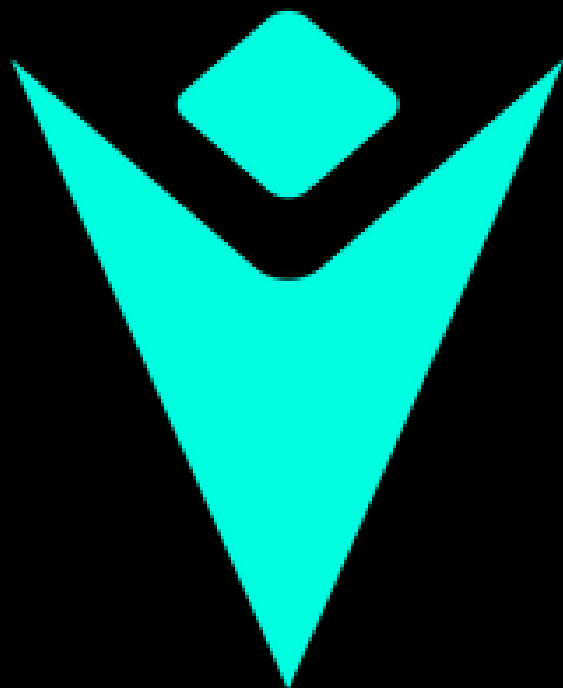
Besta bók? Normal People.

Skemmtileg staðreynd um þig? Ég er í framhaldsnámi á þverflautu.

Einkunnarorð? Go big or go home.

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

LÍKLEGA
BESTU
BUXURNAR





Langar að eiga langan og góðan feril

Bryndís Arna Nielsdóttir er tvítug og leikur fótbolta með meistaraflokki

Nám? Er á fyrsta ári í íþróttáfræði í HÍ Framtíðarstarf? Atvinnukona í fótbolta.

Hvar sérðu þig eftir 10 ár? Spila fótbolta á Englandi *living my best life*.

Af hverju Valur? Langaði að vinna titla.

Uppeldisfélag í fótbolta? Fylkir.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótbolta? Þau koma alltaf á alla leiki, reyna að þeppa mig þegar það gengur illa og fagna með mér þegar það gengur vel.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? Tommi Joð bróðir minn, hann var sjálfur lengi vel í boltanum með Fylki.

Af hverju fótbolta? Við fjölskyldan eigum heima beint fyrir aftan Fylkisvöll og vorum allaf að horfa á Tómas bróður spila með Fylki þannig þá fór ég að prufa æfingar og hef ekki litið til baka síðan.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum? Vinna þabba gamla í golfinu.

Eftirminnilegast úr boltanum? Fystu A-landsliðsleikirnir.

Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili? Þetta út í bikar í fyrstu umferð var ansi sárt.

Stærsta stundin á þessu ári? Landsleikirnir aftur, annars var líka gaman að vinna seinni leikinn á móti ST. Pölten í meistaradeildinni.

Markmið fyrir þetta tímabil? Bæta minn heildar leik, brjótast almennilega inn í liðið og taka nokkra titla í leiðinni.

Besti stuðningsmaðurinn? Ætli það séu ekki mamma og pabbi bara.

Erfiðustu samherjarnir? Arna Sif á góðum degi.

Gerðum okkur alltaf erfitt fyrir á móti Stjörnunni.

Mesta þakkastríkur? Braust einu sinni inn í sundlaug með stelpunum.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?

Þórdís Elva aka Queen Bordi.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val? Birkir Már Sævarsson. Vindurinn.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val? Bara vel, framtíðin er björt. Það er gaman að sjá þau í stúkunni á leikjum.

Fyrirmynd þín í fótbolta? Ronaldo og Margret Lára.

Draumur um atvinnumennsku í fótbolta? Spila á Englandi.

Landsliðsdraumar þínir? Eiga góðan og langan feril, fara á nokkur stórmót og skora mikið af mörkum fyrir liðið.

Hvað einkennir góðan þjálfara? Metnaðarfullur, skýr skilaboð, hvetjandi, og leiðbeinandi.

Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið? Held með Manchester United í fótboltaum ... því miður.

Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi? Frábært fólk sem hefur hjálpað mér að þróa minn leik.

Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt? Gott hugarfar, agi, skipulag, metnaður og *dash* af hæfileikum.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val? Gefa öllum jöfn tækifæri.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi? Vera með opna umræðu um hlutina og vera með góðar fyrirmyndir innan félagsins.

Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val? Gera fjölskylduvænni stemningu kringum leiki og tengja yngri flokka leikmenn við leikmenn meistaraflokka.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum? Klúbburinn færir nær stærra liðum Evrópu og keppir í Meistaradeild eða öðrum Evrópukeppnum á ári hverju.

Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum? Auglýsa í grunnskólum, t.d. láta þjálfara eða meistaraflokksleikmenn taka yfir íþróttatíma einu sinni á önn.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? Ferðin til Austurríkis þegar við spiluðum seinni leikinn við St.Pölten. Völlurinn þeirra var *stuuurlaður*.

Hvað getur Valur gert til að stuðla að sem bestri líðan iðkenda? Þjófnað alla velkomna og sýna að þeir geta verið þeir sjálfir.

Hvað getur Valur gert til að hlusta betur á raddir og sjónarmið iðkenda hjá félaginu? Vera með hugmynda- og athugasemdbox hjá skrifstofunni þar sem hægt er að senda nafnlaus skilaboð.

Besta bíómynd? The Hangover væææænt.

Besta bók? Besta bók sem ég hef lesið er Þögli sjúklingurinn eftir Alex Michaelides.

Skemmtileg staðreynd um þig? Fæddist föstudaginn þrettánda. Einkunnarorð? Það er bara ein fókking regla og það er að „leggjann“ (þá boltann í hornið á markinu).

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



Finnlandsfarar 4. flokks karla í knattspyrnu 2023. Efri röð frá vinstri: Hallgrímur Heimisson hjálfari, Leon Pétursson hjálfari, Agape Isiagbon Izeke, Pétur Magnús Sigurðsson, Ýmir Arnarsson, Pétur Eiríksson, Sævar Zakarías Birkisson, Ásgrímur Guðmundsson, Loki Þórsson, Ægir Þór Hjaltason, Hallgrímur Dan Danielsson hjálfari, Haraldur Eli Sigurðsson, Patrik Bjarni Valgarðsson, Gunnar Einarsson Kvaran, Sturla Ármannsson hjálfari og Gísli Eggertsson hjálfari. Neðri röð frá vinstri: Leon Bjartur Sólar Arngrímsson, Atlas Rúnarsson, Ari Dan Hallgrímsson, Oskar Alexander Gautason, Jónas Baltasar Halldórsson, Marteinn Elías Bárðarson, Ernir Heiðarsson, Stefán Arnar Úlfarsson, Óliver Breki Arnarsson, Hafþór Björn Sigurkarlsson og Viktor Tumi Helgason. Liggjandi neðst: Orri Hallfríðar Þórisson og Jóhann Patrik Þuríðarson.

Frábær ferð til Helsinkí

Strákarnir í fjórða flokki í knattspyrnu fóru í sína fyrstu keppnisferð erlendis og gekk frábærlega innan sem utan vallar

Valur sendi nokkur lið til keppni á knattspyrnumót í Finnlandi sumarið 2023 þar sem um 50 lið kepptu í þeirra aldursflokki. Lið 1 fór alla leið í undanúrslit þar sem þeir töpuðu í vítaspyrnukeppni í ELITE-keppninni. Lið 2 fór í 16-liða úrslit. Liði 3 gekk erfiðlega en strákarnir gáfust aldrei upp og börðust eins og hetjur. Yngra árs liðið vann síðan General-keppnina.

Strákarnir fengu gott veður alla dagana og skemmtu sér konunglega. Þeir nýttu aukatímamann til að fara í Tivoli o.s.frv.

Frábærir foreldrar stóðu sig eins og hetjur alla ferðina og fór þessi ferð ótrúlega vel þökk sé þeim. Strákarnir höguðu sér frábærlega innan sem utan vallar og voru félaginu til sóma.

Hallgrímur Heimisson hjálfari flokksins tók saman





Bikarmeistarar Vals í körfuknattleik karla 2023. Fremsta röð frá vinstri: Anna Sóley Jensdóttir sjúkraþjálfari, Simon Tómasson, Benedikt Blöndal, Ástþór Atli Svalason og Bjarmar Birnir sjúkraþjálfari. Önnur röð frá vinstri: Anna María Hákonardóttir liðslæknir, Ágúst Björgvinsson aðstoðarþjálfari, Svali Björgvinsson formaður körfuknattleiksdeildar, Frank Aron Booker, Daði Lár Jónsson, Pablo Bertone, Finnur Freyr Stefánsson aðalþjálfari, Kristófer Acox fyrirlíði, Benóný Svanur Sigurðsson, Kári Jónsson, Finnur Atli Magnússon styrktarþjálfari, Jamil Abiad aðstoðarþjálfari og Gunnlaugur liðsstjóri. Aftasta röð frá vinstri: Brynjar Snær Grétarsson, Hjálmar Stefánsson, Þorgrímur Starri Halldórsson, Callum Lawson og Özren Pavlovic. Ljós. Ruth Ásgeirsdóttir.

Gott ár fyrir körfuknattleiksdeild Vals

Ársskýrsla körfuknattleiksdeildar 2023

Árið 2023 var gott ár fyrir körfuknattleiksdeild Vals og félagið allt. Meistaraflokkur kvenna varð Íslandsmeistari og meistaraflokkur karla varð bikarmeistari í fjórða sinn og í fyrsta sinn frá árinu 1983, eða fyrir 40 árum. Þeir urðu einnig deildarmeistarar og hófu yfirstandandi tímabil með sigri í hinum árlega leik meistari meistaranna, rétt eins og árið á undan.

Þjálfarar meistaraflokkanna á yfirstandandi tímabili eru Hjalti Þór Vilhjálmsson sem tók við kvennaliðinu af Ólafi Jónasi Sigurðssyni og Finnur Freyr Stefánsson sem er á sínu fjórða ári með karlaliðið. Tímabilið hefur farið vel af stað þegar þetta er ritað og er meistaraflokkur karla í öðru sæti úrvalsdeildarinnar og meistaraflokkur kvenna í fimmta

sæti. Í stjórn deildarinnar sitja Svali Björgvinsson formaður, Einar Jón Ásbjörnsson, Grímur Atlason, Gunnar Zoega, Lárus Blöndal, Sveinn Zoega og Vala Pálsdóttir. Sem fyrr eru stjórninni innan handar stór hópur fólks sem hjálpar til við fjáröflun, umsjón leikja o.fl. og vill stjórnin koma á framfæri þökkum til þeirra allra fyrir þeirra framlag og óeiginleg störf fyrir Val.

Meistaraflokkur kvenna

Valskonur urðu Íslandsmeistarar í þriðja sinn á fimm árum eftir spennandi úrslitakeppni. Í deildarkeppninni lentu þær í þriðja sæti á eftir Haukum og Keflavík. Í undanúrslitum mættu þær Haukum en fimm leiki þurftu til að knýja fram sigur. Í

úrslitum mættu þær svo Keflavík og stóðu uppi sem Íslandsmeistarar eftir sigur í fjórða leik. Ólafur Jónas Sigurðsson var aðalþjálfari liðsins. Sami leikmannakjarni hefur verið í liðinu í nokkurn tíma en Íslandsmeistarið Vals var þannig skipað: Ásta Júlía Grímsdóttir, Guðbjörg Sverrisdóttir, Hallveig Jónasdóttir, Hildur Björg Kjartansdóttir Dagbjört Dögg Karlsdóttir, Kiana Johnson, Simone Gabriela Costa, Embla Kristínardóttir, Margrét Ósk Einarisdóttir, Sara Líf Boama, Eydís Eva Þórisdóttir og Elísabet Thelma Róbertsdóttir.

Þjálfari Vals er Hjalti Þór Vilhjálmsson og tekur hann við af Ólafi Jónasi Sigurðssyni. Hjalti er einn reynslumesti þjálfari landsins, en síðustu fjögur ár þjálfaði hann lið Keflavíkur í Subwaydeild karla.



Meistaraflokkur Vals í körfuknattleik kvenna haustið 2023. Efsti röð frá vinstri: Grímur Atlason stjórnarmaður, Ólafur Jónas Sigurðsson hjálfari, Simone Costa, Hallveig Jónsdóttir, Ásta Júlía Grímsdóttir, Regína Ösp Guðmundsdóttir, Elisabet Thelma Róbertsdóttir og Sædís Magnúsdóttir. Miðjuröð frá vinstri: Svali Björgvinsson formaður körfuknattleiksdeilda, Sólveig Svava Hlynsdóttir, Eydís Eva Þórisdóttir, Tanja Kristín Árnadóttir, Guðbjörg Sverrisdóttir fyrirliði, Kiana Johnson, Dagbjört Dögg Karlsdóttir, Lárus Blöndal stjórnarmaður og Guðlaugur Ottesen Karlsson liðsstjóri. Neðsta röð frá vinstri: Embla Kristínardóttir, Margrét Ósk Einarsdóttir og Stefanía Silfá Sigurðardóttir. Ljós. Ruth Ásgeirsdóttir.

Einhverjar breytingar urðu á liði Vals fyrir yfirstandandi tímabil. Hallveig Jónsdóttir lagði skóna á hilluna en hún hefur verið lykilleikmaður Vals frá því að hún gekk til liðs við félagið árið 2011.

Hún lék 353 leiki í úrvalsdeild fyrir Val og á þeim tíma vann liðið þrjá Íslandsmeistarátitla, bikarmeistarátitil og tvo deildarmeistarátitla. Hallveigu er þakkað allt hennar framlag til körfuboltans í Val.

Kiana Johnson og Simone Gabriela Costa eru einnig farnar en í þeirra stað er komin Donyah Cliney.

Meistaraflokkur karla

Meistaraflokkur karla varð bikarmeistari, deildarmeistari og meistari meistaranna á árinu 2023. Það var stór stund þegar Valur lagði Stjórnuna í hörkuleik í bikarúrslitum fyrir framan fulla Laugardalshöll af stuðningsmönnum Vals. Þetta var fyrsta sinn í 40 ár sem Valsmenn hreppa



Lárus Blöndal, Svali Björgvinsson og Grímur Atlason stjórnarmenn í körfuknattleiksdeild kampakátir með nýlega verðlaunabikara Vals í körfubolta. Ljós. Ruth Ásgeirsdóttir.



Hjalti Þór Vilhjálmsson hjálfari meistaraflokks kvenna í körfubolta.



Troðfullt á Hlíðarenda í úrslitaviðureign Vals og Tindastóls vorið 2023, alveg eins og 2022. Uppselt og gríðarleg stemning hjá báðum liðum.

Handbók Glory Valsara

Kárl Jóns (lag: Ílarl lei)

Kári Kári Kári Jóns Ó ó ó
Kári Kári Kári Jóns Ó ó ó
Kári Kári Kári Jóns Ó ó ó
Fram og aftur, upp og niður
Aldrei fáum af því nóg

Kristófer er valsari (lag: when the saints go marching in)

Stjórnandi: Ó kristófer
Kór: (Ó kristófer)
Stjórnandi: Er valsari
Kór: (er valsari)
Allir: Ó kristófer er valsari er uppallinn á Hlíðarenda Ó kristófer er valsari

Pavlovic (lag: baby give it up)

Nana nana nana nana nanana
Ozzy Pavlovic Pavlovic Ozzy Pavlovic

Pablo Bertone (lag: La donna é mobile)

Pablo-o Bertone x4

Allez allez allez

Við eigum Sauðarkrók Og líka Þorlákshöfn Það er öllum sama um KR En allir elska Val ALLEZ ALLEZ ALLEZ.....

Pavel er Valsari (lag: La donna é mobile)

Pavel er Valsari x4

Ástþór (lag: don't you want me baby)

Ástþór Atli Svala
Ástþór Atli Svaaaaalason

Valshverfi (lag: yellow submarine)

Sauðarkrókur verður bráðum valshverfi bráðum valshverfi bráðum valshverfi



Blöndal lagið (lag: Yaya og Kolo Touré)

Ílagt: Auðunn auðunn auðunn auðunn auðunn auðunn auðunn hátt: BENSI BENSI BENSI BENSI BENSI BENSI BLÖNDALI

Sjallinn

Sjalalalalala oooo valsarar
Sjalalalalalala oooo valsarar (OG ALLIR MEÐ)
SJALALALALALALA OOO VALSARAR
SJALALALALALALA OOO VALSARAR

Callum Lawson

Callum Lawson
Callum Callum Lawson
Callum Lawson
Callum Callum Lawson

Ítalski niðsöngurinn

Á Hlíðarenda Þar eru hundrað titlar Körfuboltinn Við viljum annan bikar Kári og Kristófer Pabló og Ástþór Svala Við erum bestir Bestir í heiminum Nana nana.....

Vesturbær

Ertu að horfa
Ertu að horfa
Ertu að horfa Vesturbær
Ertu að horfa Vesturbær

5 villur (lag: ertu þá farinn)

Ertu þá farinn
Ertu þá farinn frá mér
Hvar ertu núna
Hvert liggur þín leið
Á BEKKINN
Sestu! Sestu!... (þangað til hann sest)

Frank Aron Booker (lag: Harry Kane)

He's one of our own
he's one of our oooown
Frank Aron Booker
he's one of our own



Finnur Freyr Stefánsson hjálfari meistara-flokks karla í körfubolta með ríkulega uppskeru. Ljós. Ruth Ásgeirsdóttir.

Þennan titil. Í Íslandsmóttinu mættu þeir Tindastóli annað árið í röð í úrslitum en nú var það Tindastóll sem bar sigur úr bítum með einu stigi í oddaleik fyrir framan nær 3000 manns að Hlíðarenda. Rétt eins og árið áður. var keppnin milli þessara liða hápunktur íþróttaviðburða ársins og eftirspurn eftir miðum því lík að uppselt var á nær alla leikina. Bikar-meistaralið Vals var skipað einvalaliði: Kristófer Acox, Kára Jónssyni, Hjálmar Stefánssyni, Frank Aron Booker, Callum Reese Lawson, Pablo Cesar Bertone, Daða Lár Jónssyni, Benedikt Blöndal, Ástþóri Svalasyni, Benoný Svani Sigurðssyni, Brynjari Snæ Grétarssyni og Símoni Tómassyni.



Íslandsmeistarar kvennaliðs Vals í körfuknattleik 2023. Efsti röð frá vinstri: Sólveig Svava Hlynsdóttir, Sædis Magnúsdóttir, Stefania Silfá Sigurðardóttir, Tanja Kristín Árnadóttir, Embla Kristínardóttir, Regina Ösp Guðmundsdóttir, Guðbjörg Sverrisdóttir, Elisabet Thelma Róbertsdóttir, Hildur Björg Kjartansdóttir, Ásta Júlía Grímsdóttir, Ólafur Jónas Sigurðsson og Guðlaugur Ottesen Karlsson. Neðri röð frá vinstri: Simone Costa, Margrét Ósk Einarsdóttir, Kiana á Johnson, Hallveig Jónsdóttir, Dagbjört Dögg Karlsdóttir, Eydis Eva Þórisdóttir og Sara Líf Boama.



Kristófer Acox sýnir tilþrif í háloftunum.

Þjálfari Vals er Finnur Freyr Stefánsson en hann er á sínu fjórða ári með liðið. Líkt og á síðasta tímabili er honum til aðstoðar Jamil Abiad en hann þjálfar einnig drengja- og unglingaflokk. Valsmenn byrjuðu tímabilið með því að vinna meistarakeppnina, eða meistari meistaranna, er þeir lögðu Íslandsmeistarara Tindastóls og eru í öðru sæti deildarinnar þegar þetta er skrifað. Litlar breytingar eru á meistaraflokki fyrir yfirstandandi tímabil þar sem kjarninn úr bikarmeistaraliðinu er áfram með liðinu. Farnir eru Daði Lár Jónsson, Callum Reese Lawson og Pablo Cesar Bertone. Komnir eru landsliðsmaðurinn Kristinn Pálsson, angólski landsliðsmaðurinn Antonio Monteiro og Joshua Jefferson.

f.h. körfuknattleiksdeildar Vals, Svali Björgvinsson formaður.

Yngri flokkar í körfuknattleik

MB 5–6–7 ára karla (Pálmar Ragnarsson)

Helsta markmið flokksins var að kenna grunnatriði körfubolta, auka áhuga barna og foreldra á körfubolta og fjölga iðkendum. Það tókst vel enda börnin í hópnum mjög metnaðarfull og áhugasöm um körfuknattleik og áhuginn jókst jafnt og þétt yfir veturinn og hámarkaðist í lok tímabils þegar konurnar urðu Íslandsmeistarar og karlarir spiluðu í lokaúrslitunum. Einnig komu fjölmörg ný börn að æfa í vetur og tókst því markmiðið um fjölda einnig vel. Strákarnir í hópnum eru mjög fjögurir og flinkir í körfubolta. Þeir mæta vel og leggja sig fram á æfingum. eru kraftmiklir og gefast ekki upp þó á móti blási. Einnig eru mörg sterk vina-

sambönd innan hópsins og lítið um slæm samskipti og stríðni. Við höfum farið saman á pizzakvöld og farið saman á leiki meistaraflokka til að þjappa hópnum saman. Einnig leggjum við áherslu á það á æfingum að drengirnir kynnist hver öðrum og hjálpist að þrátt fyrir að vera komnir misjafnt í körfuboltaþæfni og það stuðlar að aukinni liðsheild. Það er alltaf mikið fjór á æfingum. Strákarnir mæta tilbúnir að taka á því og innan hópsins eru margir skemmtilegir og fyndnir karakterar sem lifga upp á æfingarnar. Fórum á 5 mót í vetur, öll þar sem stig eru ekki talin og ekki hægt að vinna eða tapa. En á öllum mótunum var áberandi að Valsdrengir lögðu sig mikið fram og gáfust aldrei upp. Einnig voru augljósar framfarir á hverju einasta móti.

MB 5–6–7 ára kvenna (Pálmar Ragnarsson)

Markmið flokksins voru að kenna grunnatriði körfuknattleiks, auka áhuga á körfubolta hjá iðkendum og foreldrum og fjölga iðkendum. Markmiðin tókust vel en fjölmargar stelpur byrjuðu að æfa körfubolta í vetur og hafa bullandi áhuga á körfubolta og körfuboltaáhugi hjá foreldrum jókst einnig og pottþétt að gengi í úrslitakeppninni á einnig stóran þátt í því. Einnig voru stelpurnar þvilíkt duglegar að æfa sig í vetur og framfarirnar miklar frá upphafi tímabils þar til nú. Mikil leikgleði og lífsgleði en þær mæta á æfingar í stuði tilbúnar að vanda sig og læra nýja hluti. Þær eru einnig góðar hver við aðra og hjálpa og taka vel á móti nýjum og þær eldri hjálpa þeim yngri. Einnig er keppnisskapið mikið og þær vilja ekki



Gríðarleg stemning á uppskeruhátíð yngri flokka körfubolta í Valsheimilinu vorið 2023.



MB 5–6–7 ára.

MB 8–9 ára kvenna (Finnur Freyr)

Markmiðið var að hafa gaman, eignast vini og verða betri í körfubolta. Svo sð hættu að vera kurteisar á vellinum og gekk það mjög vel. Hressar og skemmtilegar stelpur sem eru mjög duglegar að æfa. Við leggjum áherslu á að þær sem æfa með manni séu með okkur í liði og í liði þössum við upp á hverja aðra ekki bara í körfuboltanum. Þær eru svakalega duglegar á æfingum og góðar við félagana. Stelpurnar tóku þátt í fullt af mótum og stóðu sig eins og hetjur.



MB 5–6–7 ára.

MB 10–11 ára karla (Aron Páll)

Markmið vetrarins voru að halda áfram að byggja ofan á grunntæknina. Að auki var áhersla á að fjölga iðkendum, efla liðsandann og skapa góðar æfingavenjur. Veturinn gekk vel og tókst að fjölga iðkendum í hópnum. Í byrjun vetrar voru um 12 drengir að mæta á æfingar en í vor 18–20. Liðsandinn er góður og drengirnir ná vel saman og skemmta sér vel á æfingum. Að skapa venjur tekur tíma og er alltaf hægt að bæta sig, og það hafa drengirnir vissulega gert. ORKA og húmor einkenna hópinn. Það er alltaf mikill kraftur á æfingum. Það er aldrei langt í grínið á æfingum og það styrkir hópinn mikið. Hópeflandi verkefni á æfingum, pizzukvöld, foreldraæfing og mæta á leiki hjá körfuboltaliðum Vals. Það besta við flokkinn er hversu skemmtilegir strákarnir eru allir sem einn og hversu mikið áhugi þeirra á því að verða betri í körfubolta hefur aukist. Flokkurinn tók þátt í Íslandsmóti MB 10

leyfa neinum að skora á móti sér eða rífa boltann af sér. Við höfum lagt áherslu á að allar í hópnum kynnist og líti á sig sem vini og að það skipti ekki máli með hverjum maður er í liði því allar í liðinu eru vinkonur. Einnig höfum við haldið pizzakvöld og farið saman á leiki meistaraflókka til að þjappa hópnum saman. Fóru á 5 mót í vetur, í Grafarvogi, Valsmót, Haukamót, Grindavíkurmót og Stjörnumót.

MB 8–9 ára karla (Finnur Freyr)

Markmið var að hafa gaman, eignast vini og verða betri í körfubolta og gekk það eins og í sögu. Orkumiklir stuðboltar. Við leggjum áherslu á að þeir sem æfa með manni séu með okkur í liði og í liði þössum við upp á hvern annan, ekki bara í körfuboltanum. Þeir eru duglegir að mæta á æfingar og hvað þeir eru hressir. Strákarnir tóku þátt í fullt af mótum og stóðu sig vel.

og MB 11 ára. Báðum flokkum gekk vel í vetur og voru miklar bætingar frá fyrsta móti vetrarins og þess síðasta. Báðir flokkar spiluðu á einhverjum tímapunkti í B-riðli. Hápunktur vetrarins var síðasta mótið á Akureyri, þar kom vel í ljós hversu samheldin hópurinn er.

MB 10–11 ára kvenna (Bjarni Þór og Ásta Júlía)

Markmið vetrarins voru að hafa gaman af því að læra að spila körfubolta. Veturinn var mjög skemmtilegur. Stelpurnar fengu allar áskoranir að glíma við hvort sem það voru þær sem komu inn nýjar eða þær sem hafa æft lengur. Allar stelpurnar sýndu framfarir bæði sem einstaklingar en einnig sem lið. Stelpurnar eru mjög efnilegar, einbeittar og orkumiklar. Þær eru alltaf tilbúnar að læra og æfa sig í að verða betri og eru góðar vinkonur. Við höfum lagt áherslu á að þær eru allar vinkonur innan hópsins. Það á ekki að skipta máli með hverjum maður lendir í liði eða hóp á æfingu heldur styðja hver við aðra og alltaf gera sitt besta. Að auki höfum við boðið foreldrum að koma með á æfingu, fengið Kára Jóns til að ræða við okkur um liðsheild og körfubolta og fengið Pálmar til að ræða um góð samskipti. Það besta við flokkinn er hvað þær eru áhugasamar. Sá áhugi þýðir að þær leggja sig meira fram og eru fljótar að læra. Þá eru þær og foreldrar þeirra einhverjir dyggustu stuðningsmenn meistaraflökks liðanna, mættu á alla leiki og létu heyrast í sér úr stúkunnni. Það fjölgandi vel í hópnum í vetur. Þetta tímabil var mjög lærdómsríkt, megnið af tímabilinu var Valur með tvö lið í A riðli MB11 og keppnin var mjög jöfn. Í síðustu mótsheggi urðu þrjú lið jöfn í 1.–3. sæti. Niðurstaðan varð silfur á Íslandsmóti hjá MB11, frábær árangur. Í MB10 var frábært að geta stillt upp þremur liðum í mismunandi riðlum.

7. og 8. flokkur karla (Ágúst og Brúnó)

Markmiðin er að byggja upp góðan tæknigrunn og ástríðu fyrir íþróttinni, með áherslu á skot og knattrak. Unnið var í skotum og kantraki á öllum æfingum og framfarir miklar eftir því. Hóparnir æfðu þrisvar sinum saman í viku og einu sinni sitt í hvoru lagi. Hópurinn spilaði sem fjögur mismunandi lið. Í flokknum eru um 30 strákar. Flokkarnir voru að fjárafla fyrir keppnisferðum og varð mikil samstaða milli drengjanna og foreldra í fjárfloflunum. Helsta einkenni þessa



Minnibolti 8–9 ára karla og kvenna.



MB 10–11 ára karla.



MB 10–11 ára kvenna.

hóps er mikil fjölbreytileiki. Íslandsmót: 7. fl. dr. A lið spilaði í B og C riðli og sigraði 12 af 20 leikjum, 7. fl. dr. B lið spilaði í E riðli og sigraði 6 af 17 leikjum, 8. fl. dr. A lið sigraði 12 af 20 leikjum, 8. fl. dr. B lið spilaði í F riðli og sigraði 7 af 18 leikjum. Fór á mót til Gautaborgar með tvö jöfn lið Valur 1 vann alla fjóra

leiki í sínum riðli en datt út í fyrsta leik í úrslitakeppni. Valur 2 vann 2 af 3 í riðlinum, og datt út í annarri umferð í úrslitakeppni. 8. fl. dr. tók þátt í Lampe Challenge í Stokkhólmi. Valur 09 boys vann alla þrjú leiki í riðlinum og úrslitaleikinn.



7. og 8. flokkur karla.



7. og 8. flokkur kvenna.



9. flokkur karla.

7. og 8. flokkur kvenna (Andrea)
7. fl. spilaði í A-riðli og 8. fl. í C-riðli. Markmið að bæta varnarvinnu, boltaflæði, skot og leikskilning. Flottar framfarir. Stelpurnar eru metnaðarfullar,

skemmtilegar og áhugasamar og vilja bæta sig. Einnig hvað þær eru góðar vinconur. Fenginn var fyrirlestur frá Indíönu Rós kynfræðingi þar sem m.a. var fjallað um áhrif tíðahrings á æfingur og kyn-

hneigð. Einnig fengu þær fyrirlestur frá Báru Fanneyju sálfræðingi og Kristínu Fjólu lækni um andlega heilsu og íþróttir. Auk þess fóru stelpurnar saman í keilu og lasertag. Foreldramir hafa líka verið duglegir í að halda pizzuhittinga fyrir leiki hjá meistaraflokki og stelpurnar mæta á næstum alla leiki. Stelpurnar í 7. fl. spiluðu í B og A riðli í vetur. Stórt stökk er á milli riðla en stelpurnar sýndu mikla baráttu og vinnusemi. 8. fl. er næstum alveg mannaður af 2010 stelpum en það eru tveir 2009 leikmenn. Fengu fullt af reynslu og aukin tækifæri til að bæta sig.

Viðurkenningar

Mestur áhugi: Freyja Þórsdóttir.

Mestu framfarir: Alma Eggertsdóttir.

Leikmaður flokksins: Ingibjörg Sigrún Svaladóttir.

9. flokkur karla (Gústi)

Markmiðin voru fyrst og fremst að halda áfram að efla þessa öflugur og áhugasömu drengi. Vinna í grunntækni, styrk og einfaldri taktík. Niðurstöðumarkmið var að komast úr 2. deild með A liðið í þá fyrstu. Það tókst mjög vel að framfylgja markmiðum. Mikil samheldni og virkir foreldar einkenna flokkinn og rosalega mikil áhugi að ná langt í íþróttinni. Strákarnir eru nánast daglega saman, á æfingum, fjáröflunum, mjög duglegir að mæta á leiki meistaraflokks, svo hafa foreldar verið að skipuleggja félagslega hittinga eins og grill. Voru með þrjú lið í keppni. B-lið í 10. fl. drengjaflokki spilaði í 3. deild, liðið vann 14 af 22 leikjum. Þriðja sæti í 3. deild, sigur í undanúrslitum og töpuðu í úrslitum gegn sameinuðu liði Þór. Þ. og Hamars. A-lið spilaði í 2. deild sigruðu 18 af 20 leikjum, deildarmeistarar og sigruðu í úrslitum til að komast upp um deild. Í bikarkeppni datt liði út í undanúrslitum í hörkuleik eftir að hafa slegið 1. deildar lið út í átta liða úrslitum. Á Gautaborgarmótinu spilaði liðið fjóra leiki og unnu tvo af þeim og dattu út í fyrstu umferð í úrslitakeppni A-deildar. B-lið spilaði í 4. deild og unnu 6 af 15 leikjum sínum í deildinni. Gautaborgarmótið spilaði liðið fjóra leiki, þrjá í riðlinum og dattu út í fyrstu umferð í úrslitakeppni með aðeins 1 stigs tapi.

10. og 11. flokkur karla (Aron Páll)

Markmiðin voru að koma okkur í úrslitakeppni, það tókst hjá 10. fl. þar sem þeir unnu sig upp um deild. En því miður náðist það ekki með 11. fl. Það byrjuðu nokkrir nýjir hjá okkur í vetur og við

höfum hægt og bitandi verið að koma þeim meira og meira inní hlutina, nýliðar voru komnir með tærnar inni byrjunarliðin í vetur. Flottir strákar og þeir eiga mikið inni í körfubolta, margir búnir að vera lengi hjá Val sem tóku vel á móti þeim sem voru að byrja. Við höfum verið að reyna að ná meiri liðsheild með því að leyfa mönnum að spila með fleiri liðum og nokkrir spila upp fyrir sig. Tóku þátt í Íslandsmóti, 10. fl. og enduðu á því að vinna deildina og komast ofar. Frábær árangur hjá strákunum sem höfðu trú á að geta þetta í allan vetur.

10. flokkur viðurkenningar.

Framfarir: Illugi Vilhelmsson.

Leikmaður ársins: Bjartur Þór Björnsson.



10. og 11. flokkur karla.

11. flokkur viðurkenningar.

Framfarir: Luis Emmanuel Valle.

Leikmaður ársins: Kristján Elvar Jónsson.



9. og 10. flokkur kvenna.

12. og ungmennaflokkur (Jamil)

Markmið okkar fyrir þetta tímabil var að skora á þessa stráka að spila sem samhent lið og treysta hver öðrum. Þeim var framfylgt með æfingum sem við settum upp og einnig með liðsreglum þar sem þeir þurftu allir að bera ábyrgð á sjálfum sér. Það sem einkennir þennan hóp er að þeir eru eins og ein stór fjölskylda. Hluti af velgengni okkar er vegna þess að strákarnir eru allir góðir félagar og vinir. Þeir vilja allir verða betri og treysta hver öðrum.

Viðurkenningar 12. flokkur.

Mestu framfarir: Hrannar Svalason.

Leikmaður flokksins: Karl Sigurðarson.



Ungmennaflokkur karla.

Viðurkenningar ungmennaflokkur.

Mestu framfarir: Oliver Collington.

Leikmaður flokksins: Ástþór Svalason.

9.–10. flokkur og ungmennaflokkur kvenna (Margrét Ósk)

Helsta markmiðið var að efla kjarnann, auka trúna á verkefninu, sjá framfarir milli leikja og ná sæti í úrslitakeppninni og að gefa ungum leikmönnum eða þeim sem spila lítið í meistaraflokki, tækifæri til að spila. Liðið var sameinað með KR svo hægt væri að halda úti liði á réttum aldri. Markmiðið var að sjá framfarir milli leikja, auka sjálfstraust og ná sæti í úrslitakeppninni. Það tókst mjög vel í 9.–10. fl. að framfylgja öllum markmiðum. Eftir brösluglega byrjun hjá



Ungmennaflokkur kvenna.



9. flokkur kvenna í körfuknattleik sem vann silfur á Íslandsmóti í 2. deild 2023. Efsta röð frá vinstri: Ellen Lóa Offersen, Birna Björg Gunnarsdóttir, Karólína Karlsdóttir, Berta María Þorkelsdóttir, Fatima Rós Joof, Lana Sóley Magnúsdóttir, Anna Þórnarna Agnarsdóttir, Þórdís Elin Sigurðardóttir og Margrét Ósk Einarsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Czarina, Kára Kristjánsdóttir, Ingi-björg Sigrún Svaladóttir, Emma Cortes Ólafsdóttir, Rakel Sara Steinarsdóttir og Gerður María Sveinsdóttir.



9. flokkur drengja í körfuknattleik spiluðu upp fyrir sig sem 10. flokkur B karla með silfur á Íslandsmóti í 3. deild. Aftari röð frá vinstri: Ágúst S. Björgvinsson hjálfari, Gabriel Kazlauskas Ágústsson, Arnór Bjarki Halldórsson, Ísleifur Jónsson, Stormur Kíkjan Traustason, Viktor Ragnheiðarson, Páll Gústaf Einarsson, Jóhannes Jökull Þrastarson og Halldór Geir Jensson hjálfari. Fremri röð frá vinstri: Úlfar Sigurbjarnarson, Ágúst Bartoszek, Elías Páll Einarsson, Diðrik Högni Yeomuan og Bjartur Einarsson.

báðum flokkum þá komu fyrstu sigurvegarar fyrir áramót og stelpurnar fóru að blómstra í kjölfarið. Bæði lið komust í

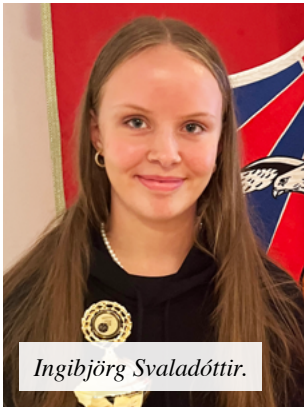
undanúrslit en 10. flokkur datt úr leik á móti sterku liði Hauka. 9. flokkur fór alla leið í úrslitaleikinn en töpuðu naumlega á



Markmiði náð. Sigur í 2. deild á Íslandsmóti 9. flokki drengja. Frá vinstri: Arnór, Úlfar, Ísleifur, Högni, Páll, Gabriel, Stormur, Ágúst og Elías.

móti sterku liði Fjölnis. Ungmennaflokkur: Það voru miklar framfarir hjá stelpunum bæði sem einstaklingar og sem lið. Liðið komst alla leið í úrslit á móti Keflavík þar sem við töpuðum með 3 stigum í hörku spennandi leik. Stelpurnar mega vera stoltar af þeim árangri þar sem liðið æfði ekki mikið saman. Það sem einkennir 9.–10. flokk er hvað þær eru miklar vinkonur, gefast aldrei upp, fyrirmyndir og eru alvöru sigurvegarar. Það sem einkennir ungmennaflokkinn er hvað þær eru frábærar fyrirmyndir fyrir yngri iðkendur Vals. 9–10. flokkur fór nokkrum sinnum yfir tímabilið í alls konar hópefli utan íþróttahússins til að stuðla að aukinni liðsheild. Einnig voru margar af þeim duglegar að mæta á meistaraflokksleiki yfir tímabilið. Það var plönuð keppnisferð til Svíþjóðar í lok tímabils ákveðin gulrót fyrir þær sem fóru í ferðina. Stelpurnar í 9. flokki enduðu í 4. sæti deildarinnar þar sem munaði bara tveimur stigum í að við myndum ná 3. sætinu. Stelpurnar spiluðu hörkuleik við Breiðablik í undanúrslitum og höfðu Blíkar aðeins tapað einum leik og það á móti okkur í febrúar. Leikurinn var öruggur sigur okkar stúlkna og úrslitaleikur staðreynd. Liðið mætti Fjölni sem hafði unnið alla leikina á móti okkur í vetur. Okkar stúlkur börðust allan tímann í úrslitaleiknum og voru ansi nálægt því að sigra en vantaði bara herslumuninn. Berta María átti frábæran leik með 21 stig og 23 fráköst en það dugði því miður ekki til. Stelpurnar í 10. flokk enduðu í 3. sæti deildarinnar og mættu sterku liði Hauka sem unnu verðskuldaðan sigur. Stelpurnar tóku gríðarlegum framförum í allan vetur, tvisvar fóru stelpurnar í skemmtilega ferð vestur þar sem þær gistu og var stemningin rosalega góð. Frábærir leikir og margir góðir sigrar í 10. flokki þar sem þær m.a. upplifðu fyrsta skipti framlengdan leik.

Goteborg basketball festival: Það fóru 11 stelpur til Svíþjóðar að keppa. Þær voru búnar að safna fyrir ferðinni í vetur og mikil gulrót að vita af svona ferð í lok tímabils. Liðið lenti í 2 sæti í riðlinum sínum og kepptu þ.a.l. í A-deild og komst liðið alla leið í 8-liða úrslit. Sviinn spilaði bara svæðisvörn á mótinu og eru stelpurnar ekki beint vanar þessari vörn en leystu hana frábærlega allt mótið þangað til í 8-liða úrslitum þá voru skotin ekki alveg að detta. Ferðin gekk mjög vel og lærðu stelpurnar helling á því að vera partur af liði í keppnisferð erlendis.



Ingibjörg Svaladóttir.



Bjartur Þór Björnsson.



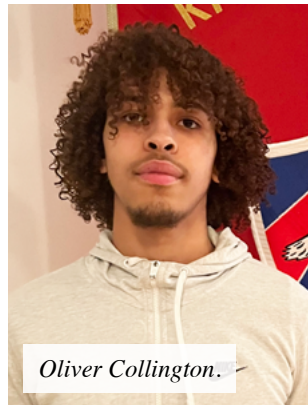
Kristján Elvar Jónsson.



Hrannar Svalason.



Karl Sigurðarson.



Oliver Collington.



Þuríður Helga
Ragnarsdóttir.



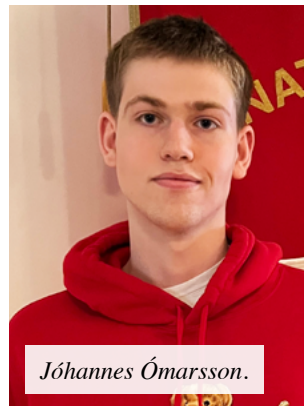
Berta María
Þorkelsdóttir.



Tanja Kristín Árnadóttir.



Elísabet Thelma
Róbertsdóttir.



Jóhannes Ómarsson.



Ingibjörg Kristjánsdóttir.

Ungmennaflokkur: Eins og hefur komið fram að þá var liðið hugsað fyrir stelpur sem spila lítið í meistaraflokki og liðið var sameinað með KR. Væntingarnar voru ekki miklar þar sem liðið æfði aldrei saman heldur voru stelpurnar allar að æfa með meistaraflokki. Mótið byrjaði brösuglega en flottir sigrar komu fljótlega og var farið snemma til Akureyrar á tímabilinu að spila tvo leiki. Tveir flottir sigrar og var liðið á mikilli uppleið í kjölfarið. Liðið endaði í 3. sæti deildarinnar og unnu Ármann í hörku undanúrslitaleik þar sem stelpurnar voru 15 stigum undir í hálfleik og unnu 15 stiga sigur og úrslitaleikur framundan við Keflavík. Keflavík tefldi ekki fram sínu sterkasta liði fyrr en

í úrslitakeppninni þar sem stelpur úr liði meistaraflokks spiluðu með. Úrslitaleikurinn var mjög spennandi og skiptust liðin 8 sinnum á forystu. Keflavík fór með 3ja stiga sigur af hólmi, frábær árangur þar sem við ætluðum fyrst og fremst að hafa gaman og komast auðvitað sem lengst í úrslitakeppninni. Það er ekki auðvelt að spila í sameinuðu liði þegar liðið æfir varla saman og þurfa að ná takti saman í leikjunum og liðið var alltaf að breytast á milli leikja. Það besta og skemmtilegasta við 9.-10. flokkinn er hvað alltaf gaman í kringum þær, alltaf gaman að mæta á æfingu og leiki með þeim. Ungmennaflokkur er frábærlega samheldinn hópur.

Viðurkenningar 10. flokkur

Mestu framfarir: Þuríður Helga Ragnarsdóttir.

Leikmaður flokksins: Berta María Þorkelsdóttir.

Viðurkenningar ungmennaflokksur.

Mestu framfarir: Tanja Kristín Árnadóttir.

Leikmaður flokksins: Elísabet Thelma Róbertsdóttir.

Einarsbikarinn 2023: Jóhannes Ómarsson.

Bergsbikarinn 2023: Ingibjörg Kristjánsdóttir.

Ég er kominn með stórt Vals hjarta

Haukur Páll Sigurðsson fyrirliði karlaliðs Vals í knattspyrnu síðastliðinn áratug stendur núna á tímamótum 36 ára. Hann hóf ferilinn með Þrótti en hefur leikið með Val samfelld frá 2010 og náð þeim merka áfanga að verða í sumar leikjahæsti leikmaður karlaliðs Vals í efstu deild (248 leikir). Haukur Páll sló leikjameið þegar hann kom inn á sem varmaður í sigri Valsmanna á KR í Vesturbænum, 4:0. Þar með féll meið sem Bjarni Ólafur Eiríksson átti, 244 leikir. Alls á Haukur Páll 283 leik samtals í deildinni og er þar með orðinn sjöundi leikjahæstur í deildinni frá upphafi. Haukur Páll skrifaði nýlega undir þriggja ára samning sem aðstoðarþjálfari karlaliðsins í fullu starfi og á sama tíma sagði hann upp starfi hjá Brúarskóla sem er grunnskóli fyrir nemendur með hegðunarvandamál en þar hefur hann unnið í áratug. Haukur Páll hefur orðið þrisvar Íslandsmeistari og tvisvar bikarmeistari sem fyrirliði Valsliðsins og auk þess unnið til margs konar verðlauna með Val, t.d. þrisvar orðið meistari meistaranna, Lengjubikarmeistari og Reykjavíkurmeistari og verið kjörinn íþróttamaður Vals. Haukur Páll er einn af ástsælustu leikmönnum Vals um árabil og var einnig valinn í lið áratugarins hjá Stöð 2 Sport í efstu deild karla í knattspyrnu 2010–2020. Haukur Páll lék einnig nokkra leiki með yngri landsliðum Íslands og tvo A-landsleiki og reyndi fyrir sér um tíma sem atvinnumaður í Noregi. Á þessum tímamótum er ekki úr vegi að fara yfir ferilinn með Hauki Páli og það var auðsótt og eftir leik á Hlíðarenda síðla í nóvember settumst við niður í Valsheimilinu.

Æskuárin í Laugardalnum með Þrótti

Á æskuárunum bjó Haukur Páll bæði í Grafarvogi og í Laugardalnum og byrjaði ungur að æfa íþróttir með Þrótti en pabbi hans var á yngri árum í fótbolta hjá Þrótti en mamma hans var mest í handbolta og



Fjölskyldmynd. Kamilla Rún Ólafsdóttir eiginkona, Rúrik Hrafn Hauksson (9 ára) æfir fótbolta og handbolta hjá Fylki, Embla Röfn Hauksdóttir (6 ára) sem æfir fótbolta hjá Fylki og Haukur Páll Sigurðsson.

blaki. Haukur segist hafa aðallega verið í fótbolta en líka prófað handbolta, badminton og borðtennis meira sem áhugamál með vinunum. Hann segist hafa fest góðar rætur í Laugardalnum, bæði í Þrótti og í Langholtsskóla og þegar fjölskyldan flutti í Grafarvog þegar Haukur Páll var í 7. harðneitaði hann að skipta um skóla og íþróttafélag. „Ég harðneitaði að fara í nýjan skóla og nýtt íþróttafélag þar sem ég átti marga góða vini í Langholtsskóla og Þrótti og náði samningi við foreldra mína um að fá skul í skólann að morgni en bjarga mér heim sjálfur með strætó.

Var þá eiginlega alltaf fram á kvöld í Laugardalnum og lítið heima en eftir eitt og hálf ár fluttu foreldrar mínir aftur í Laugardalinn.“ segir Haukur og finnst greinilega gaman að rifja þetta upp.

Mjög góðar minningar í Þrótti

Haukur Páll segist hafa byrjað 5 ára í fótbolta hjá Þrótti og foreldrar hans hafi hvatt hann áfram og stutt vel alla tíð. „Þetta var góður hópur hjá Þrótti í yngri flokkunum, gaman að alast þar upp og byrjaði að æfa 16 ára með meistaraflokki

og ég fékk tækifæri 2004 hjá Ásgeiri Elíassyni heitnum og það ár náði Þróttur að tryggja sér sæti í efstu deild og árið 2005 náði ég 17 ára að leika minn fyrsta leik í efstu deild. Féllum strax úr deildinni en náðum aftur að komast upp um deild 2008 og vorum þar 2008 og 2009. Við áttum góða stuðningsmenn og hjá Kötturum er ótrúlega skemmtilegur kjarni sem mættu á leiki og sungu og trölluðu. Ég man eftir einum eftirminnilegum leik á móti Val árið 2005 en það var loka-leikur í deildinni sem fór fram á gamla grasvöllinum, man sérstaklega eftir tré-stúkunnni og við unnum leikinn 2-1. Við vorum reyndar fallnir og Valur hafði að engu að keppa en þeir voru samt bikarmeistarar þetta ár.“

Frá Þrótti til Alta og Vals

„Ég fór árið 2009 til láns til Noregs í lið sem heitir Alta If, í Norður Noregi en liðið lék þá í næst efstu deild. Ég náði einhverjum 10 leikjum fyrir liðið og mér bauðst að vera þar áfram og mér fannst þessum tíma atvinnumennska erlendis heillandi en ég var ekki spenntur að halda áfram hjá Alta. Þá var Gunnlaugur Jónsson orðinn þjálfari Valsliðsins og hann náði að sannfæra mig um að koma heim, hafði trú á mér og mér fannst Valur líka spennandi stór klúbbur með glæsta sögu. Ég hafði í raun meiri trú á því að Valur gæti orðið betri stökkpallur fyrir mig fyrir betri tilboð í atvinnumennsku erlendis en Alta sem var ekki áberandi lið í Noregi. Ég þekkti í raun engan leikmann í Val persónulega en kannaðist við Skagamenningu Jón Vilhelm Ákason og Hafþór Ægi Vilhjálmsson,“ segir Haukur en bætir við að það hafi fengið mjög góðar móttökur á Hlíðarenda.

14 tímabil í Val og 5 stórir titlar

Fyrstu fimm tímabilin hjá Hauk var Valsliðið yfirleitt um miðja deild og miklar mannabreytingar voru á milli ára í leikmannahópnum og þrjár aðalþjálfarar á þessu tímabili. Haukur segist hafa lært mikið af þeim öllum, þ.e. Gunnlaugi Jónssyni, Kristjáni Guðmundssyni og Frey Alexanderssyni og síðan Magnúsi Gylfasyni. „Það komst ekki nægilega mikill stöðugleiki í leikmannamálin fyrr en Bjösssi og Óli (Sigurbjörn Örn Hreiðarsson og Ólafur Jóhannesson) tóku við liðinu 2015. Þá kemur strax fyrsti stóri titillinn á mínum ferli, þ.e. bikarmeistaratitill en ég hafði áður unnið Lengjubikar-



„Ég er stoltur að hafa verið fyrirliði Valsliðsins í áratug,“ segir Haukur Páll. Ljósm. Þorsteinn Ólafsson.

inn og Reykjavíkurmótið. Þarna voru klárlega ákveðin tímamót og trú komin í liðið að það gæti unnið titla. Við urðum árið 2016 aftur bikarmeistarar aftur og síðan Íslandsmeistarar 2017 og 2018 aftur 2020 í covid-19 ári. Heimir Guðjónsson var þá orðinn þjálfari eftir 2019 og Túfa (Srdjan Tufegdzic) aðstoðarþjálfari. Við vorum með mikla yfirburði á þessu ári en mótið var flautað af þegar fjórar umferðir voru eftir vegna heimsfaraldurs. Í mínum huga eru allir titlarnir dýrmætir og það er ótrúlega sæt tilfinning að vinna titla, ólýsanleg tilfinning eftir mikla vinnu. Árið 2022 var mikið vonbrigðaár 2022 en við vorum lengi vel í baráttu um titill en liðið missti flugið þegar leið á mótið. Arnar Grétarsson kemur svo inn sem þjálfari eftir tímabilið og í sumar enduðum í 2. sæti og er í sjálfu sér gott tímabil, en vonbrigði að detta snemma út úr bikar á móti Grindavík. Heilt yfir var Íslandsmótið í sumar gott en Víkingar voru einfaldlega of sterkir og eiga hrós skilið,“ segir Haukur og er greinilega sáttur við ferilinn hjá Val en bætir við að liðið geti byggt á síðasta tímabili fyrir komandi ár og stefnt enn hærra. „Ég sé ekki eftir neinu, lagði mig alltaf fram og reyndi að gera mitt besta og hef kynnst fullt af æðislegu fólki í Val og myndað mörg vinatengsl sem er ótrúlega dýrmætt. Ég er kominn með stórt Valshjarta og er mikill Valsari og held með öllum Valsliðum kvenna og karla.

Mér finnst flott að hafa samvinnu á milli deilda og að hafa frábæra þjálfara í öllum greinum karla og kvenna,“ segir Haukur og brosir sínu blíðasta.

Tækifæri með A-landsliðinu og gælt við atvinnumennsku erlendis

Haukur Páll lék á ferlinum tvo landsleiki með A-landsliðinu í knattspyrnu, fyrri leikurinn var 2012 úti í Japan á móti heimamönnum og sá síðari 2014 á móti Svíþjóð. Eftir Svíaleikinn fékk hann tilboð frá tveimur klúbbum í Svíþjóð. „Mér fannst þessi tilboð ekki nægilega heillandi til að það myndi borga sig enda var eiginkonan ólétt af okkar fyrsta barni á þessum tíma. Hún var þó alveg tilbúin í svona ævintýri, eiginlega meira en ég. Eins fékk ég tækifæri til að skoða aðstæður hjá Ross County FC í Skotlandi á svipuðum tíma sem þá lék í efstu deild. Þeim leist vel á mig en gerðu mér ekki samningstilboð. Þetta hljómaði allt spennandi á þessum tíma en það varð síðan ekkert af frekari ævintýrum erlendis og ég er mjög sáttur við að hafa leikið ferilinn á enda með Val,“ segir Haukur Páll og bætir við að það hafi verið mikill heiður að fá tækifæri með A-landsliðinu og að hann sé stoltur að hafa náð að klæðast landsliðsbúningnum og segist einnig vera afar stoltur af því að hafa verið valinn í úrvalslið áratugarins 2010–2020 á Íslandi.



Haukur Páll í einum af 248 leikjum sínum með Val í efstu deild. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafsson.

Fyrirliði í áratug

Haukur Páll hefur verið fyrirliði karlalíðs Vals frá 2013 og allar götur síðan til loka ferilsins. „Það er mikill heiður að vera með fyrirliðabandið en á þessum tíma hafa verið margir aðrir sem hefðu getað verið í því hlutverki. Ég reyni sem fyrirliði að vera hvetjandi og hjálpa leikmönnum í kringum mig til að bæta sig.. Það hafa verið ótrúlega margar fyrirliðatýpur í liðinu sl. áratug, t.d. leit ég alltaf á Bjarna Ólaf Eiríksson sem fyrirliða og



„Ég er þakklátur Arnari og klúbbnum fyrir að treysta mér í starf aðstoðarþjálfara,“ segir Haukur Páll.

einnig lærði ég mikið af Bjössu Hreiðars sem var fyrirliði fyrstu árin mín í Val,“ segir Haukur og leggur mikla áherslu á að hlutverk fyrirliða snúist aðallega um að styrkja liðsheildina.

Þjálfarahlutverk hjá Val

Haukur Páll er nýtekinn við stöðu aðstoðarþjálfara af Sigurði Höskuldssyni, sem var aðstoðarþjálfari á síðustu leiktíð við hlið Arnars Grétarssonar þjálfara. Sigurður sagði starfi sínu lausu í október þegar hann tók við stjórnartaumunum hjá Þór á Akureyri. En hvernig kom þetta til? „Ég var að renna út á samningi sem leikmaður og Arnar Grétarsson hringdi í mig þegar ég var erlendis í frí með fjölskyldunni og spurði hvort ég vildi taka að mér starf aðstoðarþjálfara. Við tókum góðan fund þegar ég kom heim og eftir góða umhugsun taldi ég mig tilbúinn í starfið. Það er gott fyrir mig að koma inn með mikla reynslu sem leikmaður og fá tækifæri til að læra af Arnar Grétarssyni og öðrum frábærum þjálfurum í klúbbnum og ég er mjög spenntur að takast á við verkefnið. Ég er þakklátur Arnari og klúbbnum að treysta mér í þetta stóra hlutverk og er ótrúlega spenntur og fullur tilhlökkunar. Ég var reyndar farinn að hugsa að eftir ferilinn myndi ég fara út í þjálfun en ég var bara rétt að byrja að pæla í því en eftir samtalið við Arnar þá fór ég að hugsa um það í alvöru. Mér líst vel á leikmannahópinn og stefnan verður sett hátt fyrir næsta tímabil en við viljum vera með keppnislið sem er tilbúið að berjast um alla titla sem eru,“ segir Haukur og bætir við að mikill metnaður

er í klúbbnum á öllum vígstöðum og að honum líði vel í krefjandi umhverfi og segist ekki nærri sé þó að hörð gagnrýni eða neikvæðni komi á liðið þegar ekki gengur nógu vel.

Á tímamótum

Eftir langan og glæstan feril sem leikmaður hjá Þrótti og í Val frá 2010 hefst nýtt tímabil hjá Hauki Páli sem aðstoðarþjálfari. Hann er ekki með leikmannasamning en er hann hættur í fótbolta? Haukur vísar sér fimlega undan spurningunni og segist ekki vilja vera með yfirlýsingu um að hann sé hættur. „Ég er með fótboltaskóla á skrifstofunni en ég einbeiti mér núna að þjálfaraferlinum og hef í nógu að snúast í nýjum kafla í lífinu. En kannski hoppa ég kannski á eina og eina æfingu. Ég lifi svolítið í núinu og er ekki með plön langt fram í tímann en það kemur bara í ljós hvað verður,“ segir Haukur Páll og glottir og kveðst ótrúlega stoltur af því að hafa náð þeim árangri að verða leikjahæstur hjá Val í efstu deild karla í knattspyrnu en hann vonast svo sannarlega til þess einhverjir fari fram úr honum á næstu árum úr núverandi leikmannahópi. Einnig vonast hann til þess að sem flestir uppaldir leikmenn skili sér í meistaraflokkinn hjá Val á næstu árum og hann telur marga yngri flokka vera efnilegir með góða þjálfara. Hann telur mikilvægt að hafa góð tengsl á milli starfsins í yngri flokkum starfið og upp í meistaraflokka félagsins og segist fullur tilhlökkunar að taka þátt í slíku samstarfi. Að lokum er Haukur Páll með mikilvæg skilaboð til foreldra sem hann segist fara sjálfur eftir með sín börn. „Leyfum börnunum að gera eitthvað sem þeim finnst skemmtilegt og styðja þau svo lengi sem þau hafa ánægju af því en mér finnst ekki rétt að foreldrar séu með þrýsting á að börnin stundi ákveðnar íþróttir.“

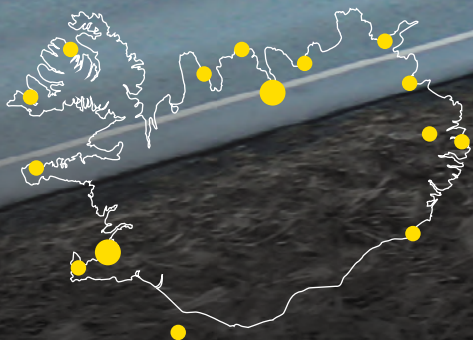
Leikjahæstu leikmenn karlalíðs Vals í knattspyrnu í efstu deild frá upphafi.

1. Haukur Páll Sigurðsson 248
2. Bjarni Ólafur Eiríksson 244
3. Sigurbjörn Örn Hreiðarsson 240
4. Sigurður Egill Lárusson 217
5. Kristinn Freyr Sigurðsson 206
6. Birkir Már Sævasson 188
7. Jón Grétar Jónsson 175
8. Patrik Pedersen 162
9. Atli Sveinn Þórarinnsson 157
10. Matthias Guðmundsson 148

**BÍLALEIGA
AKUREYRAR**
— Höldur —

Europcar

VELDU GÓÐA ÞJÓNUSTU



Fjöldi leigustöðva um land allt tryggir þér framúrskarandi þjónustu árið um kring. Við bjóðum mikið úrval nýrra og vel útbúinna bíla í öllum stærðarflokkum.



Bílaleigubílar heima og erlendis
Aðalnúmer 461 6000 • www.holdur.is



Aukaæfingin skapar meistarann

Þorvaldur Örn Þorvaldsson er 19 ára og leikur hand- bolta með U-liðinu

Fyrirmynd þín í handbolta? Ég hef alltaf titið mikið upp til Guðjóns Vals, Alexanders Pettersson og Óla Stef.

Hverjir eru helstu styrkleikar þínir? Ég er stór og næ að nýta mér hæðina, svo klára ég oftast þau færi sem ég fæ.

Draumur um atvinnumennsku í handbolta? Það hefur alltaf verið draumurinn að spila í þýsku deildinni.

Landsliðsdraumar þínir? Mér hefur þótt ótrúlega gaman að fá að spila fyrir Ísland í yngri landsliðum og vona að ég fái að halda því áfram.

Hvað einkennir góðan þjálfara? Þeir þurfa að ná tengingu við liðið og leikmenn og sjá hvernig er best að spila liðinu.

Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið? Arsenal og Kiel.

Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi? Það er blanda af reynslu og nýjum hugmyndum sem á eftir að spila vel saman.

Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt? Að halda sig við efnið, það er aukaæfingin skapar meistarann.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val? Passa að það sé samræmi í sem öllu sem hægt er hjá báðum kynjum.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi? Þjálfarar verða að fylgjast með og passa að enginn sé að verða fyrir einelti.

Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val? Auglýsa leiki betur.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum? Væri til í að sjá stærri lyftingasal.

Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum? Auglýsa æfingar meira.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? Án efa Evrópuleikirnir, það var rosaleg upplifun.

Besta bíómynd? The Shawshank Redemption eða Fight club. Mæli hiklaust með þessum tveimur.

Besta bók? Bráðin eftir Yrsu er í miklu uppáhaldi eins og er. Skemmtileg staðreynd um þig? Ég elska snjóbretti og að veiða.

Einkunnarorð? Aldrei láta kappið bera fegurðina ofurliði.

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

Nám? Ég er í lögfræði eins og er.

Framtíðarstarf? Vonandi eitthvað tengt fjármálum.

Af hverju Valur? Ég byrjaði í Val þegar ég flutti í bæinn því vinir mínir voru þar.

Uppeldisfélag í handbolta? Valur

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum? Þeir hafa sýnt því ótrúlegan skilning þegar ég þarf að sleppa ýmsu til að fara á æfingar.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? Ég.

Af hverju handbolta? Byrjaði í sundi en þegar við fluttum í bæinn langaði mig að prófa eitthvað nýtt. Ég prófaði körfu og fótbolta en handboltinn var langskemmtilegastur.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum? Ég held að ég hafi unnið verðlaun í sundi þegar ég var yngri.

Eftirminnilegast úr boltanum? Örugglega Íslandmeistarar 2022.

Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili? Að vinna ekki titil því það var síðasta árið mitt í 3. flokki.

Stærsta stundin á þessu ári? Að spila á HM í sumar.

Markmið fyrir þetta tímabil? Vinna Grill- deildina.

Besti stuðningsmaðurinn? Ragnheiður systir mín.

Erfiðustu samherjarnir? Held Hlynur eða Jói.

Erfiðustu mótherjarnir? Fram hafa oft verið erfiðir.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val? Verð að segja Sara Sif, ég sá nokkra leiki hjá þeim á síðasta tímabili og hún varði alltaf vel.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val? Held Magnús Óli eða Alexander Örn.

Hvernig list þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val? Bara vel, það eru góðir þjálfarar og vel haldið utan um æfingar.

Bjóða öll velkomin í Val

Kristján Hjörvar Sigurkarlsson er 18 ára og leikur fótbolta með 2. flokki og meistaraflokki

Nám? Fjarnám í Menntaskóla Borgarfjarðar.

Framtíðarstarf? Atvinnumaður í fótbolta.

Hvar sérðu þig eftir 10 ár? Vera margfaldur Íslandsmeistari með Val.

Af hverju Valur? Var í Hlíðaskóla og Valur er í Hlíðunum.

Uppeldisfélag í fótbolta? Valur.

Frægur Valsari í fjölskyldunni? Skilst að stjúpmamma mín hún Bjarney Bjarnadóttir hafi gert garðinn frægan í handbolta- og á sínum tíma.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum? Hafa verið til staðar í öllu bæði þegar hefur gengið vel og illa.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? Ég – en verð að gefa föður mínum það að hann heldur mér á tánum.

Af hverju fótbolti? Hef alltaf viljað taka við keflinu af pabba þar sem hann þurfti að hætta snemma af því að hann átti mig ungur.

Helstu afrek í öðrum íþróttgreinum? Var í 3. sæti í hlaupi á frjálsíþróttamóti þegar ég var 13 ára. Hef annars lítið verið í öðrum íþróttum en fótbolta.

Eftirminnilegast úr boltanum? Eyjamótið, N1 mótið og þegar ég spilaði minn fyrsta leik í bestu deildinni með meistaraflokki.

Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili? Að vinna ekki tvöfalt.

Stærsta stundin á þessu ári? Tilnefndur sem besti leikmaður 2. flokks.

Markmið fyrir þetta tímabil? Vinna tvöfalt og fá stærra hlutverk með meistaraflokki.

Besti stuðningsmaðurinn? Fjölskyldan mín.

Erfiðustu samherjarnir? Aron Jó fær þetta því miður.

Erfiðustu mótherjarnir? Breiðablik.

Mesta prakkarastrik? Setti hurðasprengrur á hurðina hjá langömmu minni.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val? Fanney Inga.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val? Kristinn Freyr, ég er alla daga að reyna að fá jafn góðan six-pack og hann er með.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val? Allt er á uppleið.

Fyrirmynd þín í fótbolta? Oliver Khan, Peter Schmeichel, Sandra Sigurðar og Hannes Þór Halldórsson.

Hverjir eru helstu styrkleikar þínir? Er með mikinn stökkkraft, er mjög góður í fótunum og mjög vocal.



Draumur um atvinnumennsku í fótbolta? Verða fyrsti íslenski markvörðurinn til þess að vinna Champions League.

Landsliðsdraumar þínir? Komast á HM og EM.

Hvað einkennir góðan þjálfara? Góð samskipti og veit hvað hann vill gera.

Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið? Manchester United og handboltinn í Val.

Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi? Í 2. flokki er komið nýtt teymi, Viktor Unnar og Halli Dan eru mega spennandi og við ætlum okkur klárlega að vinna tvöfalt á næsta ári. Í meistara-flokknum eru Addi, Hákon, Jói og Kjarri algjörlega frábærir og það er engin spurning að nú tökum við gullið á næsta tímabili.

Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt? Æfa, æfa og æfa, markmiðssetning, rétt hugarfar og hugsa vel um sjálfan sig.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val? Til dæmis með því að stelpurnar fái hærri laun svo að þær geti einbeitt sér að íþróttinni sinni jafn mikið og strákarnir.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi? Með fræðslu og ZERO tolerance gagnvart þannig hegðun. Slik hegðun á hvergi heima.

Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val? Með góðri umgjörð og bjóða upp á skemmtanir fyrir leik.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum? Að við verðum reglulega í riðlakeppni á Evrópumótum.

Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum? Bjóða öll velkomin sama hver þú ert.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? Þegar ég pakkaði Aron Jó saman fyrir framan alla með því að verja vítaspurnu frá honum.

Hvað getur Valur gert til að stuðla að sem bestri liðan iðkenda? Að iðkendur hafi aðgang að sálfræðingum, næringarfræðingum og öðrum sem geta hjálpað okkur bæði innan og utan vallar.

Hvað getur Valur gert til að hlusta betur á raddir og sjónarmið iðkenda hjá félaginu? Það er mikilvægt að þjálfarar gefi sér tíma til að tala við og hlusta á leikmenn og svo væri til dæmis hægt að hafa leikmannaráð yngri flokka.

Besta bíómynd? Coach Carter.

Besta bók? Verum ástfangin af lífinu eftir Þorgrím Þráinsson.

Skemmtileg staðreynd um þig? Fæddist heyrnarskertur og kann því táknmál.

Einkunnarorð? Það er tvennt ég hef oft notað "F*ck it" sem hún amma mín Laufey Gísladóttir kenndi mér og ég flúraði á höndina mína og síðan er annað mottó sem situr líka í mér er eftir Þorgrím Þráinsson „Litlir sigar skapa stóra sigra“.

Hver stofnaði Val og hvenær? Séra Friðrik árið 1911.

Blómlegt starf hjá yngri flokkunum

Ársskýrsla barna- og unglingsviðs (BUS) 2023

Það hefur verið blómlegt starfið á Hlíðarenda í ár. Valur hélt öll heimamótin sem skipulögð voru á árinu og fjölmörg barna- og unglingsmót voru sótt víðs vegar um landið og erlendis. Umfang starfseminnar er gríðarlegt en ásamt þátttöku á fjölmörgum mótum þá voru einnig yfir 1000 mótaskráðir leikir sem yfir 1200 iðkendur sóttu.

Flottur árangur hjá barna- og unglingsflokkunum

Titlar komu heim í hús hjá yngri iðkendum Vals. Í handbolta-num varð yngri árið í fjórða flokki karla Íslandsmeistarar og fjórði flokkur kvenna bikarmeistarar. Það gekk einnig vel hjá þriðja flokki kvenna en þær náðu öðru sæti á bikar- og Íslands-meistaramótinu.

Norden Cup er handboltamót í Svíþjóð þar sem meistarar Norðurlandanna mætast, þrjú lið fóru frá Val sem öll komust upp úr sínum riðlum og í 8 liða úrslit. Drengir fæddir 2008 unnu alla sína leiki á mótinu og tóku gullið heim í hús. Stelpur fæddar 2008 fengu silfur en þetta er í fyrsta skipti sem íslenskt kvennalið spilar til úrslita á þessu móti, sem er frábær árangur. Drengir fæddir 2008 fóru á Partille Cup í Svíþjóð og komu heim með silfur.

Í körfunni fengu stelpurnar í minnibolta (11 ára) silfur og fimmti flokkur kvenna (eldra ár) urðu Íslands- og bikarmeistarar. Í fótbolta tryggti fjórði flokkur karla sér Reykjavíkurmeistaratitilinn.

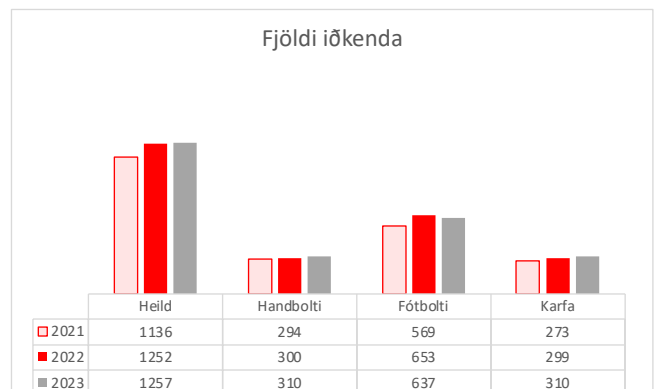
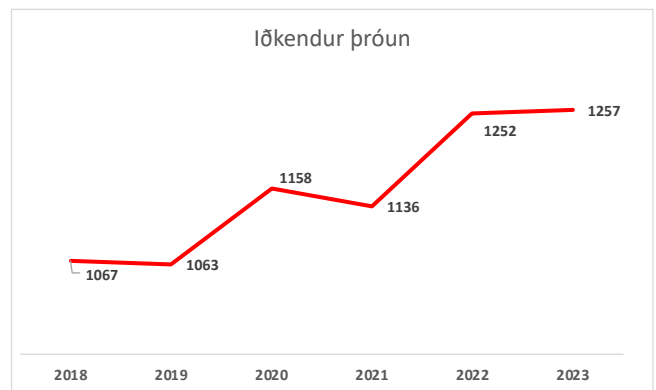
Iðkenda fjöldi helst óbreyttur

Sumarstarf Vals var að vanda vel sótt og alls var boðið upp á hátt í 30 sumarnámskeið á tímabilinu júní – ágúst. *Sumarbúðir í borg* voru á sínum stað auk fótbolta-, handbolta- og körfubolta-skóla.

Fyrsta snerting margra iðkenda er í íþróttaskóla Vals, en nú sækja um 130 börn á leikskólaaldri Valsheimilið vikulega. Hvað varðar heildarfjölda iðkenda í handbolta, fótbolta og körfunni þá er fjöldi iðkenda að mestu óbreyttur milli ára, hlutföllin eru einnig svipuð og áður en rúmlega helmingur er í fótbolta og hinn helmingurinn skiptist jafnt á milli handbolta og körfuboltans.

Aukin umsvif hjá deildarráðum

Stjórn barna- og unglingsviðs tók breytingum á árinu. Þessi breyting fól í sér að fækkað var um þrjá aðila í stjórn og á móti var ákveðið að efla og auka sjálfstæði deildarráðanna. Í stjórn barna- og unglingsviðs eru því formenn deildarráða sem og formaður barna- og unglingsviðs.



Deildarráðin starfa náið með yfirþjálfara hverrar deildar og gegna því mikilvæga hlutverki að efla starfsemi hverrar deildar. Helstu verkefni þeirra eru að tryggja faglegt starf, samræma og móta stefnur, hafa frumkvæði að fjáröflunarverkefnum og viðburðum.

Það þarf margar hendur til þess að ná árangri og skapa það umhverfi sem við viljum fyrir alla iðkendur, því eru allir forráðamenn hvattir til þess að bjóða deildarráðunum aðstoð við þau fjölmörgu verkefni sem fylgja daglegu starfi bæði deilda og flokka.

Að lokum, takk fyrir samstarfið á árinu, megi gildi Vals „ábyrgð, metnaður, heilbrigði og lífsgleði“, verða leiðarljós í starfinu á árinu 2024.

Áfram Valur

Í stjórn barna- og unglingsviðs Knattspyrnufélagsins Vals (BUS) Einar Jón Ásbjörnsson, Guðrún Wium og Helga Þórunn Gunnlaugsdóttir.

Ofbeldi og áreitni

Fræðsluefni og tilkynningar (tekið af valur.is)

Ef grunur liggur á að einstaklingur hafi orðið fyrir einhverskonar ofbeldi eða óæskilegri hegðun er mikilvægt að hann geti leitað til óháðs aðila með sérþekkingu um meðferð slíkra mála.

Til þess að tryggja að mál fái viðeigandi meðferð beinum við öllum tilkynningum til fagaðila innan Íþróttabandalags Reykjavíkur (ÍBR) - Hægt er að senda beina tilkynningu á netfangið sidamal@ibr.is

Sjá má frekari upplýsingar inn á heimasíðu ÍBR: www.ibr.is/sidamal

Hvert geta aðilar sem hafa upplifað eða orðið vitni af árteitni eða ofbeldi leitað?

- Hægt er að senda tilkynningu á sidamal@ibr.is þar sem óháðir aðilar með sérþekkingu fara með meðferð málsins
- Valur á í góðu samstarfi við Æskulýðsvettvanginn – sjá frekari upplýsingar að neðan.
- Hægt er að leita til Samskiptaráðgjafa vegna eineltis eða ofbeldis í íþrótt- eða æskulýðsstarfi.
- Hægt er að tilkynna mál til síðanefndar Vals á netfangið sidanefnd@valur.is
- Síðanefnd Vals og starfsfólk félagsins styðst við leiðbeiningar og verkferla Íþróttabandalags Reykjavíkur, sjá: www.ibr.is/leidbeiningar-og-verkferlar

Samskiptaráðgjafi íþrótt- og æskulýðsstarfs

Allir eiga rétt á því að geta stundað sitt íþrótt- og/eða æskulýðsstarf í öruggu umhverfi. Einnig eiga allir iðkendur; börn, unglingar og fullorðnir óháð kynferði eða stöðu að öðru leyti að geta leitað sér aðstoðar eða leitað réttar síns vegna atvika og misgerða sem eiga sér stað án þess að þurfa að óttast afleiðingar.

Samskiptaráðgjafi er óháður aðili sem styður við, leiðbeinir og aðstoðar þá sem hafa upplifað einhverskonar ofbeldi eða einelti í slíku starfi. Sigurbjörg Sigurpálsdóttir er Samskiptaráðgjafi íþrótt- og æskulýðsstarfs.

Þeir sem telja sig hafa orðið fyrir ofbeldi eða einelti í sínu íþrótt- og æskulýðsstarfi eða eru ekki vissir og vilja fá ráðgjöf varðandi slík mál, geta haft samband við Sigurbjörgu með því að senda póst á samskiptaradgjafi@samskiptaradgjafi.is eða hringt í síma 839 9100. Engin greiðsla er tekin fyrir þjónustu samskiptaráðgjafa.

Barnavernd – Netnámskeið Æskulýðsvettvangsins

Markmiðið með námskeiðinu er að auka þekkingu starfsfólks og sjálfboðaliða í íþrótt- og æskulýðsfélögum um land allt á einelti, ofbeldi og áreitni sem börn og ungmenni geta orðið fyrir og afleiðingunum af því. Það er mikilvægt fyrir alla þá sem starfa með börnum og ungmennum að vera meðvitaða um skyldur sínar og ábyrgð. Netnámskeið Æskulýðsvettvangsins í barnavernd er öllum opið og ókeypis.

Símanúmer og netföng lykilaðila:

Barnavernd Reykjavíkur

sími: 411 9200

netfang: barnavernd@reykjavik.is

Lögreglan

sími: 444 1000

netfang: lrh@lrh.is

Íþróttabandalag Reykjavíkur

sími: 535 3700

netfang: sidamal@ibr.is

Samskiptaráðgjafi Íþrótt- og æskulýðsstarfs

sími: 839 9100

netfang: sigurbjorg@dmg.is

Æskulýðsvettvangurinn

sími: 568 2929

netfang: aev@aev.is

Hringnum lokað

Valur hefur á síðustu 7 árum unnið alla íslenska Íslands- og bikarmeistaramenningarátitla í meistaraflokki karla og kvenna í knattspyrnu, handknattleik og körfuknattleik:

Það verður erfitt að toppa þennan árangur.

- Bikarmeistarar í körfubolta karla 2023
- Íslandsmeistarar í körfubolta karla 2022
- Íslandsmeistarar í körfubolta kvenna 2023
- Bikarmeistarar í körfubolta kvenna 2019
- Íslandsmeistarar í handbolta karla 2022
- Bikarmeistarar í handbolta karla 2022
- Íslandsmeistarar í handbolta kvenna 2023
- Bikarmeistarar í handbolta kvenna 2022
- Íslandsmeistarar í knattspyrnu karla 2020
- Bikarmeistarar í knattspyrnu karla 2016
- Íslandsmeistarar í knattspyrnu kvenna 2023
- Bikarmeistarar í knattspyrnu kvenna 2022



Íslandsmeistarar í körfubolta kvenna 2023

Ljós. Ruth Ásgeirsdóttir, Svali Björgvinsson o.fl.







Bikarmeistarar í körfubolta karla 2023

Ljós. Ruth Ásgeirsdóttir, Svali Björgvinsson o.fl.







Ekki gleyma að hafa gaman

Ásthildur Þórhallsdóttir er 17 ára og leikur handbolta með 3. flokki, U-liðinu og meistaraflokki

Nám? Náttúruvísindabraut í Kvennaskólanum í Reykjavík.

Framtíðarstarf? Fyrir utan handboltann hef ég áhuga á mjög mörgu, og er ekki enn þá búin að ákveða mig hvað mig langar að gera. En eins og er finnst mér læknisfræðin mjög spennandi.

Hvar sérðu þig eftir 10 ár? Vonandi bara hamingjusama í topp-liði.

Af hverju Valur? Áður en ég flutti aftur heim til Íslands skoðuðum við mamma nokkur félög en Valur var það eina sem kom til greina einfaldlega því það er besta liðið með frábæra þjálfara og ótrúlega flotta æfingaaðstöðu.

Uppeldisfélag í handbolta? Hef alltaf spilað í Dicken í Helsinki, Finnlandi.

Frægur Valsari í fjölskyldunni? Sennilega frændi minn Ari Freyr Skúlason.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? Ætli það sé ekki bara ég.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum? Á nokkrar medaljur úr fimleikumunum.

Eftirminnilegast úr boltanum? Allar utanlandsferðirnar, sérstaklega EM í sumar með U17.

Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili? Að tapa bæði Íslandsmeistara- og bikarúrslitaleikjunum með 3. flokki.

Stærsta stundin á þessu ári? Að spila fyrstu landsleikina á EM í sumar og skora fyrstu meistaraflokksmörkin.

Markmið fyrir þetta tímabil? Að vinna alla titla með meistaraflokki og 3. flokki.

Besti stuðningsmaðurinn? Mamma, hún þjálfaði mig í yngri flokkunum og mætir alltaf á leiki. Held hún hafi misst af einum leik síðan að ég byrjaði.

Erfiðustu samherjarnir? Ásrún er eins og veggur í vörninni og Arna Karitas er fáránlega snögg á fótunum.

Erfiðustu mótherjarnir? Sennilega Fram í 3. flokki.

Mesta prakkarastrik? Er enginn prakkari en hef gert nokkur skemmtileg símaöt.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val? Ekki spurning, Anna Úrsúla.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val? Alexander Petterson.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val? Yngri flokkarnir okkar í handboltanum eru gríðarlega flottir og efni-legir, og mér finnst félagið halda vel utan um þá.

Fyrirmynd þín í handbolta? Þær eru margar en t.d. Camilla Herrem, Guðjón Valur og Gísli Þorgeir.

Hverjir eru helstu styrkleikar þínir? Ég myndi segja að ég sé góður liðsfélagi og legg mig alltaf alla fram í öllu sem ég geri.

Draumur um atvinnumennsku í handbolta? Auðvitað, það væri geðveik upplifun að spila í Champions league.

Landsliðsdraumar þínir? Að vera valin í A-landsliðið.

Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið? Eins og er finnst mér Magdeburg spennandi karlamegin og norska landsliðið kvennamegin. En held því miður með Manchester United í fótboltanum.

Nokkur orð um núverandi þjálfareymi? Ótrúlega mikil reynsla og gæði og þeir kenna okkur stöðugt eitthvað nýtt. Þeir vita líka hvenær maður þarf stuðning og hvenær maður þarf hárbásarann.

Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt? Að setja sér markmið, bæði lítil og stór og að leggja sig alltaf fram og að æfa meira en allir aðrir. Einnig að sofa og borða vel. Svo má ekki gleyma að hafa gaman.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi? Vera vakandi og vera með opna umræðu um hvernig við eigum að koma fram við hvert annað af virðingu.

Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val? Með því að halda áfram að auglýsa vel og með því að sjá til þess að leikir séu á fjölskylduvænum tímum.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum? Ég vil sjá Val taka þátt og standa sig vel í Evrópukeppnum.

Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum? Með því að kynna Val fyrir krökkum í grunn-skólum og bjóða þeim á æfingar.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? Evrópukeppnin bæði karla- og kvennamegin.

Hvað getur Valur gert til að stuðla að sem bestri líðan iðkenda? Leggja meiri áherslu á sálrænu hliðina og hugarþjálfun.

Hvað getur Valur gert til að hlusta betur á raddir og sjónarmið iðkenda hjá félaginu? Mér finnst Valur standa sig vel. Kannski væri hægt að bjóða uppá að senda inn nafnlausar ábendingar.

Besta bíómynd? Þær eru margar, en ef ég þyrfti að velja eina þá væri það Inception, hún er svakaleg.

Besta bók? Ævisögur Zlatan eða Vranjes.

Skemmtileg staðreynd um þig? Bjó í Finnlandi í 13 ár.

Einkunnarorð? Þú uppskerð eins og þú sáir.

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



4. flokkur kvenna B lið fyrir leik á Ólafsfirði. Efri röð frá vinstri: Marsibil, Elisabet, Vera, Svava, Stella, Hildur, Urður og Sigríður. Neðri röð frá vinstri: Þórunn, Anna M, Lís, Vigdís, Guðrún, Ouissal og Alexandra.

Umhverfis landið á 43 klukkustundum

Landsbyggðartörn hjá 4. flokki kvenna í fótbolta

A- og B-lið 4. flokks kvenna í fótbolta fór í frábæra keppnisferð út á landið okkar fagra helgina 26.–27. ágúst síðastliðinn.

Lagt var af stað frá Hlíðarenda kl 06:00 á laugardagsmorgni á þremur bílum og haldið áleiðis til Ólafsfjarðar. Þar keppti B liðið gegn KF/Dalvík, sem senda aðeins A- lið sitt til keppni, sökum fámennis. Norðanstelpur reyndust aðeins of sterkar fyrir okkur en orð Séra Friðriks „Sá sem leikur af sannri íþrótt, stillingu, kappi og fegurð vinnur sér sóma jafnvel þótt annar verði yfirsterkari“ áttu sannarlega við um tilraunir okkar stelpna að þessu sinni.

Enginn tími var fyrir óþarfa eins og steypiböð eftir leikinn, því liðið átti leik á Húsavík kl. 18:00. Því var brunað í átt að „Eurovision-bæ“ og „Húsavík – My hometown“ að sjálfsögðu sett í blátána þegar nær var komið. Í gamla góða rútu-söngnum var ekkert til sparað þegar kom að hæstu tónunum.

Stórsigri, 2-10 var landað í leik gegn heimastúlkum í Völsungi þar sem Valsstelpur gerðu hvorki fleiri né færri en 6 mörk á 10 mínútna kafla í seinni hálfleik. Geri aðrir betur.

Magnað teymi þjálfara og fararstjóra sá til þess að hópurinn gekk að pizzuhlaðborði í félagsheimili Völsunga að leik loknum. Eftir stórmerkilega draugasögu Tedda aðalþjálfara var ekki eftir neinu að biða og brunað í átt að Egilsstöðum. Þangað var komið upp úr miðnætti og strax hafist handa við að rífa upp dýnur og svefnpoka, því ræs var tilkynnt klukkan 8.

Að morgni var fararstjórnin klár með morgunmat sem stelpurnar stukkðu í á milli þess sem þær pökkuðu saman. Þetta þurfti að drífa áfram, þar sem leikur liðsins gegn Austurlandi átti að hefjast á Norðfirði á hádegi. Stelpurnar hófu því leik aðeins um 16 klukkustundum eftir að hafa lokið leik á Húsavík og að hafa

rétt náð að troða inn nokkurra klukkustunda svefni á milli bílferða. Þær voru samt sem áður mjög sprækar í leiknum og unnu 1-3 sigur í viðureign sem einkenndist af miklum sigurvilja beggja liða.

Vel nestuð af völdum foreldraráðs og framúrskarandi fararstjóra var svo lagt í hann heim á leið. Að sjálfsögðu var hringurinn tekinn og eftir stopp á Höfn, Kirkjubæjarklaustri og Vík var lagt upp að Hlíðarenda þrjátíu mínútum eftir miðnætti aðfaranótt mánudags.

Í lok þessarar ferðasögu langar mig að minnast á mikilvægi þess að við Valsarar sköpum með okkur það viðhorf að fagna í hvert sinn sem okkur býðst að fara út á land að keppa. Í svona ferðum verða þroski og minningar til, vináttan magnast og í þeim felast endalaus frábær tækifæri til að efla liðsanda og kynnast landinu okkar. Gleymum því svo ekki að liðin utan af landi „þurfa“ að koma mun oftar á höfuðborgarsvæðið en við til þeirra og „þurfa“ að fjárafla eftir því. Auðvitað kostar þetta peninga fyrir aðstandendur en þá er bara að skipuleggja og safna sem er ein besta lífs-lexían sem íþróttastarf býður upp á.

Það kom einnig berlega í ljós í aðdraganda ferðarinnar og meðan á henni stóð, hversu mikilvægt er að hafa í félaginu okkar ákveðnar tegundir af fólki. Annars vegar fólk sem drifur hluti áfram og sér til þess að framkvæmdir eigi sér stað og hins vegar fólk sem nálgast vandamál og áskoranir með opnum huga og lausnir í fyrirrúmi.

Til hamingju með ferðina ykkar stelpur í 4. flokki.

Áfram! Hærra!

Eysteinn Hauksson þjálfari 4. flokks kvenna.

Sigurður Lárus Hólm
tók saman



„Hugmynd 2022“. Mynd: Landslag ehf.

Breytt ásjúnd Hlíðarendasvæðis

Í Valsblaðinu sem kom út í lokárs 2022 er ítarleg grein eftir Kristján Ásgeirsson um framkvæmdir sem þá voru nýhafnar innan lóðarmarka Vals og fölu í sér eftirtalda megin verkþætti:

- Endurnýjun á öllu frárennsliskerfi frá mannvirkjum félagsins.
- Yfirborðsfrágangur á bílplönunum og göngustígum.
- Frágangur á svæðinu næst inngangi í íþróttahúsin.
- Myndun torgsvæðis fram við íbúðarhúsið, Fjósíð og Friðrikskapellu.
- Gerð göngustígs frá Valshlíð meðfram gervigrasvellinum og Fjósínu að Bústaðavegi.

Framkvæmdum lauk í október 2023. Umrædd framkvæmd á sér stöð í samningum milli Reykjavíkurborgar, Vals og Valsmanna hf. Framkvæmdaraðili var Valur með stuðningi Valsmanna hf. sem stóðu straum af kostnaði við framkvæmdina að öllu leyti nema kostnaði við göngustíginn frá Valshlíð að Bústaðarvegi, sem greiddur var af Reykjavíkurborg enda er hann hluti af heildar stígakerfi borgarinnar.

Leiðarljós við hönnun svæðisins var að tryggja eins vel og kostur er aðkomu gangandi og hjólandi að mannvirkjum félagsins ásamt því að skapa gönguleið frá íþróttahúsunum að gervigrasvellinum við kapelluna (Friðriksvelli) án þess að fara þyrfti yfir nyrðra bílplanið.

Meðfylgjandi myndir sýna svæðið að framkvæmdum loknum.



Ljósmyndir Guðni Ólgeirsson.







Langar að sjá Val á toppnum í öllum yngri flokkum

Daníel Hjaltalín er 16 ára og leikur knattspyrnu með 2. flokki og KH

Nám? Afreksbrautin í MK.

Framtíðarstarf? Atvinnumaður í fótbolta.

Hvar sérðu þig eftir 10 ár? Í atvinnu-mennskunni og með nokkra landsleiki.

Af hverju Valur? Hverfisfélagið mitt.

Uppeldisfélag í fótbolta? Valur.

Frægur Valsari í fjölskyldunni? María Hjaltalín.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum? Mamma mín hefur verið aðal stuðningsmaðurinn minn síðan ég var lítill þjakkur. Hún leyfði mér meira að segja að flytja við hliðina á Valsheimilinu.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? Mamma af því hún hefur unnið fleiri titla en ég.

Af hverju fótbolta? Allir félagar mínir á leikskólanum voru í fótboltanum.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum? Hef bara verið í fótbolta.

Eftirminnilegast úr boltanum? Báðir úrslitaleikirnir 2021 í 4. flokki.

Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili? Að enda tímabilið ekki jafn vel og við vildum.

Stærsta stundin á þessu ári? Fyrsti meistaraflökks leikurinn með KH.

Markmið fyrir þetta tímabil? Verða betri í fótbolta og vinna bikar.

Besti stuðningsmaðurinn? María Hjaltalín.

Erfiðustu samherjarnir? Kristján Oddur og Kristján Sindri.

Erfiðustu mótherjarnir? Víkingur.

Athylgisverðasti leikmaður í meistara-flokki kvenna hjá Val? Ísabella Sara.

Athylgisverðasti leikmaður í meistara-flokki karla hjá Val? Hlynur Freyr.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val? Frekar vel bara. Ég held að þeir eigi möguleika á miklum árangri á næstu árum.

Fyrirmynd þín í fótbolta? Christiano, Birkir Már, Patrick Pedersen og Rasmus Christiansen.

Hverjir eru helstu styrkleikar þínir? Hraði og langar sendingar.

Draumur um atvinnumennsku í fótbolta? Spila í spænsku deildinni og svo langar mig líka ótrúlega mikið að spila í Hollandi.

Landsliðsdrumar þínir? Spila fyrir U17, U19, U21 og A-landsliðið.

Hvað einkennir góðan þjálfara? Mér finnst mikilvægt að þeir setji almennilegan standard og krefjist mikils af okkur.

Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið? Chelsea og Benfica.

Nokkur orð um núverandi þjálfara-teymi? – Reynsla, ætlast til mikils og alvöru standard.

Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt? Svefn, næring, forgangsröðun og metnaður.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val? Það væri góð byrjun að auglýsa kvennaleiki jafn mikið og karlaleiki. Svo er líka hægt að gefa báðum kynjum sömu möguleika.

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

Passað upp á að allir beri virðingu hver fyrir öðrum.

Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val? Mér finnst að það þurfi meira að gerast í kringum leiki eins og til dæmis spurningakeppni fyrir alla leiki.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum? Mig langar að sjá Val á toppnum í öllum yngri flokkum. Svo væri auðvitað gaman ef meistaraflökkarnir kæmst í Evrópudeildina.

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

Með góðum þjálfurum, spennandi leikstíl og skemmtilegu umhverfi.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? 3-2 sigurinn hjá mfl. karla í fótbolta á móti Stjórnunni.

Hvað getur Valur gert til að stuðla að sem bestri líðan iðkenda? Hlusta á það sem yngri kynslóðin hefur að segja.

Hvað getur Valur gert til að hlusta betur á raddir og sjónarmið iðkenda hjá félaginu? Sýnt stuðning ef það kemur upp góð hugmynd eða pæling og ekki leyfa því að fara inn um annað eyrað og út um hitt.

Besta bíómynd? Home alone 1 og 2.

Besta bók? Henri og hetjurnar.

Skemmtileg staðreynd um þig? Ég er að læra hollensku af því mig langar að búa þar.

Einkunnarorð? Mistök mín skilgreina mig ekki, heldur hvernig ég vinn úr þeim og læri af þeim.

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

Öryggishnappur



Ný og snjallari kynslóð öryggishnappa

Öryggishnappurinn er dýrmætt öryggistæki fyrir okkar nánustu. Með öryggishnappnum þarf aðeins að þrýsta á hnappinn ef atvik á sér stað og í kjölfarið berast strax boð til stjórnstöðvar Öryggismiðstöðvarinnar.

Þá opnast um leið talsamband milli viðskiptavinar og öryggisvarðar sem getur brugðist við og sent öryggisvörð á staðinn sé þess þörf.



Öryggishnappurinn fæst bæði sem armband og hálsmen. Nútímalausn sem hentar öllum sem þurfa að kalla eftir aðstoð.



Við bjóðum fallhnapp, reykskynjara og vatnslekaskynjara aukalega gegn vægu gjaldi.



Skarthennappinn er hægt að kaupa sérstaklega sem hálsmen.

Sjúkratryggingar Íslands niðurgreiða þjónustuna að uppfylltum ákveðnum skilyrðum. Til að sækja um niðurgreiðslu þarft þú að:

Fá lækni eða annan fagaðila sem þekkir til aðstæðna þinna að sækja um niðurgreiðslu til Sí.

Láta Öryggismiðstöðina vita að umsókn sé farin frá fagaðila. Við fylgjum henni eftir og setjum upp öryggishnappinn.

Kynntu þér málið
á oryggi.is





Fjölmenni og gleði á herrakvöldi Vals

Í ár eru nákvæmlega 40 ár frá því að fyrsta herrakvöld Vals var haldið, árið 1983. Að þessu sinni var herrakvöldið fyrsta föstudaginn í nóvember í aðalíþróttasal Vals og allt að 400 gestir á öllum aldri áttu þar ánægjulega kvöldstund saman. Svali Björgvinsson var veislustjóri kvöldsins og fór m.a. yfir íþróttarárið í máli og myndum á einstaklega skemmtilegan hátt. Framarinn Einar Kárason var ræðumaður kvöldsins og sagði gamansögur að hætti sagnamanns. Ari Eldjárn fór með gamanmál eins og honum er einum lagið og veitingastaðurinn Laugaás sá um glæsilegt steikarhlaðborð. Sérstaka athygli vakti uppboð á treyju sem tengist ógleymanlegum leik fyrir 55 árum á milli Vals og Benfica sem endaði með markalausni jafntefli. Meðfylgjandi myndir sýna vel stemninguna. Ljós. Guðni Olgeirsson.





Til minningar um Boris

Fjölskylda Borisar Bjarna Akbachev hélt þann 23. ágúst, minningarathöfn um Boris í Valsheimilinu, með vinum og samferðafólki í gegnum tíðina. Þau hafa búið hér á landi í 43 ár. Um eitt hundrað manns mættu af tilefninu, einnig fulltrúar frá þeim íþróttafélögum er Boris hafði þjálfað gegnum árin. Boris lést 19. apríl 2023 og var jarðsettur í New York þann 28. apríl sl. Boris Bjarni Akbachev er öllum Valsmönnum kunnur. Hann kom fyrst til Íslands árið 1980 til að þjálfja hjá félaginu en staldraði aðeins við í tvö ár. En hann kom aftur árið 1989 til að þjálfja Val en auk þess var hann aðstoðarmaður Þorbjörns Jenssonar sem var landsliðsþjálfari hér áður fyrr.

Þorbjörn Jensson kynntist Boris Bjarna Akbachev vel og var einn þeirra sem sagði nokkrar sögur á minningarathöfninni í Valsheimilinu.

Þegar Boris kom til Íslands var ég leikmaður í meistaraflokki Vals. Þar hófst langt og farsælt samstarf okkar. Strax í upphafi kom í ljós að hann hafði ákveðnar skoðanir og margt fram að færa.

Hann gerði miklar kröfur til mín sem leikmanns, hádegisæfingar voru margar og aldrei nógu vel gert fyrr en rétt áður en æfingu lauk en þá voru hlutirnir „aðeins betri“. Boris var harður og sanngjarn en ekki refsiglaður, hann var ætíð lausnamiðaður, leiðbeinandi og lagði mikla áherslu á aga og þolinmæði.

Sagan um agann og þolinmæðina er erfirfarandi: Herfönginginn kom inn í svefnskálann, kveikti á eldspýtu og meðan



Minningarathöfn um Boris Akbachev var haldin í Valsheimilinu 23. ágúst 2023 en tengsl hans við Val voru afar sterk. Ljósmyndir Guðni Olgeirsson.



Fjöldi fólks tók þátt í fállegri minningarstund um Boris, þar á meðal fjölskylda hans. Eftirlifandi eiginkona hans Olga Abkachev er fyrir miðri mynd.



Þorbjörn Jensson ávarpaði samkomuna ásamt ýmsum fleirum sem þekktu vel til Borisar og sögðu frá kynnum sínum við hann.

eldspýtan brann skyldu menn rísa úr rekkju klæða sig, búa um rúmið og standa í réttstöðu við rúmið. Ég spurði hvað eldspýtan hefði verið löng og hann svaraði: „Þetta var bara venjuleg eldspýta“.

Þegar Hekla gaus datt mér í hug að sýna Boris eitthvað annað en íþróttahús og fór með hann í bíltúr austur á Kambabrún þar sem gosið blasti við okkur. Hann leit augnablik upp og hélt svo áfram að tala um handbolta.

Þegar ég fór sjálfur að þjálfja hélt samstarf okkar áfram á þeim vettvangi. Boris hafði mjög ákveðnar skoðanir varðandi handbolta og kom þeim óspart á framfæri en endaði alltaf á að segja: „Þetta er mín skoðun en þú ræður hvað þú gerir“. Sumir þjálfarar misskildu þetta og fannst

sem honum þætti hann vita allt en samstarf okkar gekk alltaf vel.

Þegar við byrjuðum saman með landsliðið sáu við fljótt að hann þyrfti að fá íslenskan ríkisborgararétt vegna allra ferðalaganna. Þar fékk Boris nafnið Bjarni samkvæmt gildandi lögum þess tíma.

Landsliðsverkefni okkar gekk ágætlega og við náðum fimmta sæti á HM nokkuð sem ekki hefur enn verið bætt. Mér fannst fimmta sætið nokkuð góður árangur hjá okkur en Boris fannst það bara „aðeins betra“.

Íslenskur handbolti á Boris mikið að þakka og margir leikmenn sem eiga góðar minningar frá tímunum með honum.

Blessuð sé minning Borisar



Vinir Hlíðarenda!

Höldum Hlíðarenda hreinum og fínum með því að ganga vel um eigur og athafnasvæði félagsins.

Kæru félagsmenn í Val, foreldrar, iðkendur, stjórnarmenn og velunnarar, er ekki tímabært að hittast tvisvar á ári og drekka saman kaffi eða annan vökva í **Fjósínu** og gæða sér á góðmeti – EFTIR að hafa varið einum klukkutíma í að ganga um svæðið okkar með poka til að hreinsa upp óþarfa drasl?

Pokar fjúka, sokkar týnast, flöskur gleymast, tyggjó spýtist út úr fólki, munntóbakspúðar liggja víða og ýmislegt fleira festist í girðingum að Hlíðarenda. Pennan óþarfa þarf að hreinsa annað slagið og þess vegna er tilefni til að hittast, spjalla og tína.

Væri ekki heppilegt að Vinir Hlíðarenda hittust í lok apríl, nokkrum dögum fyrir afmæli Vals sem er 11. maí, eins og allir vita, síðan væri tilvalið að hittast aftur á haustmánuðum.

Gunni Fjósagaur mun áreiðanlega skjóta yfir okkur skjólshúsi eftir stuttan göngutúr um Hlíðarenda og hafa heitt á könnunni og eitthvað fleira. Hann lumar líka á skemmtisögum.

Ég hef hugsað mér að stofna Facebook hóp fyrir Vini Hlíðarenda, þá sem gætu hugsað sér að tilheyra þessum félagsskap án allrar ábyrgðar. Við gerðum tilraun á þessu „hreinsunarstarfi“ í ár og þrír mættu til að tína upp rusl á svæðinu og það tók okkur tæpan klukkutíma.

Peir sem hafa áhuga á að tilheyra Vinum Hlíðarenda og gætu hugsað sér að slást í hópinn þegar vel viðrar, tvisvar á ári, geta sent mér tölvupóst á andi@andi.is. Og fljótlega eftir áramót poppar upp Facebook síða: **Vinir Hlíðarenda**.

Þorgrímur Þráinsson

DAGO
— LAW —
DAGO LÖGMANNSPJÓNUSTA

DAVOR PURUŠIĆ
LÖGMAÐUR

- Lágmúli 5, 4.hæð
108 Reykjavík
- davor@dago.is
- +354 789 3030

Verðum að leyfa okkur að dreyma

Karlalið Vals í knattspyrnu sótti annað sætið í Bestu deild karla á nýafstöðnu tímabili undir stjórn nýs þjálfara Arnars Grétarssonar

Evrópufótboltinn snýr aftur hjá karlaliðinu og Valsblaðið sló á þráðinn til Arnars Grétarssonar þjálfara til að fara yfir sumarið, veru hans í Val hingað til auk þess sem við spáðum í spilin fyrir komandi tímabil.

Rétt rúmt ár síðan þú tókst við aðalþjálfun meistaraflokks karla. Hvernig hefurðu upplifað tímann í Val hingað til?

Þetta hefur verið hrikalega skemmtilegur tími. Árangurslega séð vill maður kannski alltaf meira en það er búið að vera ótrúlega skemmtilegt að kynnast félaginu. Mér finnst Valur að mörgu leyti vera ansi óhefðbundið félag. Það er þessi sterka tenging milli deilda. Maður myndi kannski halda að svona stórt félag með mikla sigurhefð væri með kannski kaldara umhverfi. En það er einmitt mjög heimilisleg stemning og allir virðast vera að fylgjast með því sem er að gerast hjá þér, hvort sem þú ert í körfunni, handbolta eða fótbolta. Allir eru að fylgjast með hinum greinunum og það er mikill samhugur og gott andrúmsloft. Þetta er heillandi og skemmtilegt og ég hef notið þess í botn. Það tekur auðvitað alltaf smá tíma að komast inn í hlutina, átta sig á strúktúrnum í félaginu, hverjar boðleiðirnar eru og svo framvegis en ég hef kynnst ótrúlega góðu og fallegu félagi og þetta hefur verið skemmtilegur tími.

Talið berst að sumrinu sem leið og þótt annað sætið sé skýr framför frá síðustu sumrum bendir Arnar að stefnan sé alltaf að gera betur.

Sumarið var um margt gott og við sjáum klára framför á liðinu. En ég held að markmiðið hjá hverjum einasta þjálfara sem kemur inn í þetta félag sé að vinna titla og nú er auðvitað stefnan sett á það. Gera enn betur. Þegar maður horfir



„Sumarið var um margt gott og við sjáum klára framför á liðinu,“ segir Arnar Grétarsson þjálfari meistaraflokks karla. Ljós. Hafliði Breiðfjörð.

til baka á sumarið er dálítið blóðugt að sjá hvernig við duttum til dæmis út úr bikarnum. Það er stýsta leiðin að því að vinna eitthvað og það situr í manni.

Talið berst að umgjörðinni um meistaraflokkinn í Val sem þykir ein sú fremsta á Íslandi og hvernig Arnar hefur reynt að setja sín fingraför á það.

Tilfinningin sem þú færð í Val er að verið sé að taka þetta aukaskref. Meðal annars með morgunæfingum. Það er

alveg klárt að það eru ekki mörg félög sem eru í þeirri aðstöðu að gera það sem við erum að gera. Ég held að allir myndu vilja vera í þessum sporum að geta æft á morgnana. Maður er bara að mæta í vinnuna á milli átta og níu og og undirbúa æfingu. Þú ert kominn kannski tveimur tímum fyrir æfingu og svo ertu aðeins fram yfir og ert heima eftirmiðdegis þar sem þú getur haldið áfram að vinna í tölvunni. Þetta er bara eins og gengur og gerist erlendis. Við getum auðvitað ekki

gert allt eins og úti, bara út af peningum, en það er klárlega mikið lagt í hlutina. Í sumar vorum við til dæmis með íþróttasálfraeðing í hálfu starfi. Það breytist núna en það jákvæða við félagið er líka þetta frábæra fólk sem tengist því. Til dæmis Hafrún Kristjánsdóttir í HR sem hefur lagt hönd á plóg varðandi þá umgjörð. Við reynum að horfa í litlu atriðin sem skipta svo miklu máli. Svefnvenjur, mataræði, hvernig við æfum. Koma mönnum í þennan gir. Við erum ekkert endilega að vakta þessa hluti, því þeir vilja leggja þetta á sig fyrir sjálfa sig til að ná árangri. En við hjálpum eins og hægt er.

Tæknin til að greina og undirbúa bæði leiki og æfingar og framlag leikmanna kemur þá til umræðu og greinilegt að Arnar reynir að nýta sér þá miklu framþróun sem orðið hefur þar.

Þú getur séð allt í dag. Allar hlaupa-tölur og líka leikskilning leikmanna má sjá á ípad, nánast á rauntíma, á æfingum. Þú getur séð hvernig menn hlaupa, hvar þeir eru að setja pressu, hvort þeir séu að koma sér í réttar stöður og svo framvegis. Við höfum verið með flottan strák í þessu hjá okkur úr HR, hann Hákon og ég hef talað um að leikgreinendurnir eru kannski að fara að verða eftirsóttustu mennirnir á eftir þjálfurunum. Það er farið að skilja á milli hverjir eru færir í að nýta sér öll þessi gögn og þar er gervigreind meðal annars farin að skipta miklu máli.

Og talandi um teymið. Það var tilkynnt á dögnum að Haukur Páll Sigurðsson, leikmaður félagsins til 13 ára og sá leikjahæsti hefði tekið við starfi aðstoðarþjálfara félagsins.

Haukur hefur þjónustað félagið ótrúlega þessi síðustu 13 ár og það er feykimikill fengur og að ná að halda í hann og spennandi fyrir bæði hann og okkur. Það er alltaf erfiður tímamunktur þegar þú tekur ákvörðun um að hætta í fótbolta og við þurfum aðeins að bíða og sjá hvort þetta væri eitthvað sem hann væri klár í. Að koma inn í þessi verkefni. En Haukur er þannig karakter að hann er „all in“ í öllu sem hann tekur sér fyrir hendur og þegar hann var búinn að taka ákvörðun fyrir sjálfan sig var enginn vafi í okkar huga. Hann er auðvitað bara að hefja sinn feril í þjálfun og mun þurfa að læra margt þar á næstu misserum en hann kemur inn strax með ákveðna eiginleika. Hann er algjör sigurvegari, nýtur virðingar innan klefans og þetta eru hlutir sem er ekkert

auðvelt að finna. Við erum þess vegna mjög spenntir fyrir hans innkomu. Það eru fleiri vendingar á teyminu eins og að Viktor Illugason er að koma inn að taka við öðrum flokknum og verður svo með tengingar við okkur líka. Hann er með rosalega ástríðu fyrir því sem hann er að gera og stefnan er að reyna að tengja aðeins saman hvað annar flokkurinn og meistaraflokkurinn eru að gera.

Það hefur þegar verið tilkynnt um komu þriggja leikmanna til félagsins sem allir eru ungir að árum. Okkur lék forvitni á að vita hvort Arnar, með sína reynslu sem yfirmaður knattspyrnumála væri með leikmannamálin mikið á sinni könnu.

Við reynum að vera í „synci“ með þessi mál já. Ég hef nú gantast með það að á löngum köflum tala ég meira við Börk en konuna mína. Börkur er alltaf viðlátinn og alveg ofvirkur þegar kemur að félaginu, við tölumst saman oft á dag, það er ómetanlegt að hafa slíka menn innan raða félagsins. Blandan sem við erum að reyna að búa til er í sjálfu sér ekki svo flókin. Að vera með sterka og reynslumikla leikmenn í bland við yngri og efnilega stráka. Ekki ósvipað og við sjáum til dæmis hjá Víkingi og Stjörnunni. Það voru strax töluverðar breytingar á hópnum í fyrra. Margir leikmenn sem fóru og við yngdum liðið töluvert upp. Af þeim ungu strákum höfum við til dæmis séð Hlyn Frey blómstra hjá okkur í sumar og hann gæti verið að fara frá okkur í vetur. Við viljum auðvitað að Valur sé aðlaðandi fyrir efnilegustu leikmenn landsins. Hér áttu að geta barist um titla, spilað í Evrópu og þróað þinn feril og ef vel gengur þá er það frábær stökkpallur fyrir menn að komast erlendis í atvinnu-mennsku. Sem getur svo verið aukatekjupóstur fyrir félagið. Svo í sem einföldustu máli þá er stefnan að reyna að blanda saman reynslunni og yngri og efnilegri mönnum. Og nú erum við strax komnir með þessa þrjá stráka, allt ungir gæjar. Tveir sem voru í þessum flotta árgangi sem fór alla leið á lokamót með U-19 ára liðinu. Þorsteinn og Bjarni Guðjón og svo Gísli Laxdal sem er aðeins eldri.

Varðandi framhaldið í leikmannamálum er ljóst að Arnar býst við frekari hreyfingum.

Við erum auðvitað að missa menn. Haukur er að hætta, Hlynur gæti verið á förum. Andri Rúnar er farinn. Við vitum ekki hvernig fer með Birki Má svo við



„Við reynum að horfa í litlu atriðin sem skipta svo miklu máli. Svefnvenjur, mataræði, hvernig við æfum,“ segir Arnar Grétarsson. Ljós. Haflíði Breiðfjörð.

þurfum að styrkja liðið. Við þurfum bakvörð og miðjumann. Ég býst við að við reynum að styrkja liðið um jafnvel einn til tvo leikmenn. Við munum skoða það allt af kostgæfni og þannig að jafnvægið í liðinu verði sem best. Þetta gætu orðið bæði ungir eða eldri leikmenn.

Geta Valsmenn látið sig dreyma um Íslandsmeistaratið 2024?

Jú við verðum að leyfa okkur að dreyma og setja krefjandi markmið annars verða draumar ekki að veruleika.

Með því þökkuðum við Arnari fyrir spjallið, spennt að fylgjast með framhaldinu og komandi tímabili. Undirbúnings-tímabilið verður komið á fullt flug strax eftir áramót og svo tekur Íslandsmótið við upp úr miðjum apríl. Við erum þegar farin að telja niður!

Spila bara körfubolta ánægjunnar vegna

Elísabet Thelma Róbertsdóttir er 21 árs og leikur körfubolta með meistaraflokki

Ljósmynd: Hulda Margrét Óladóttir

Nám? Viðskiptafræði í HÍ.

Framtíðarstarf? Óákveðið en vonandi eitthvað skemmtilegt.

Hvar sérðu þig eftir 10 ár? Í góðu starfi og komin með börn.

Af hverju Valur? Hef alltaf átt heima í Hlíðunum.

Uppeldisfélag í körfubolta? Valur.

Frægur Valsari í fjölskyldunni? Enginn frægur Valsari í minni fjölskyldu, en allir miklir Valsarar.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum? Mamma er gallharður stuðningsmaður og mætir á flesta leiki.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? Afí minn.

Af hverju körfubolti? Hafði prófað aðrar íþróttgreinar en fannst skemmtilegast þegar ég byrjaði 11 ára í körfubolta þar sem hópurinn var samheldinn og góður.

Eftirminnilegast úr boltanum? Að verða Íslandsmeistarar 2023.

Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili? Að tapa fyrir Keflavík í úrslitum með unglingaflokki.

Markmið fyrir þetta tímabil? Við stefnum á að taka sem flesta titla og að hafa gaman.

Besti stuðningsmaðurinn? Mamma mín.

Erfiðustu samherjarnir? Það er erfitt að dekkja Ástu Júlíu á æfingum.

Erfiðustu mótherjarnir? Keflavík.

Mesta prakkarastrik? Stelast inn í sundlaug að nóttu til.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val? Verð að segja Embla Kristinardóttir sem spilaði með okkur á síðasta tímabili.

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val? Frank Aron Booker.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í körfubolta hjá Val? Yngri flokka starfið er mjög flott hjá Val og iðkendum fer alltaf fjölgandi.

Fyrirmynd þín í körfubolta? Lit mikið upp til Hildar Bjargar Kjartansdóttur sem einstakling og körfuboltakonu.

Hverjir eru helstu styrkleikar þínir? Samviskusemi.

Draumur um atvinnumennsku í körfubolta? Er ekki með neina drauma um atvinnumennsku, spila bara körfubolta ánægjunnar vegna.

Hvað einkennir góðan þjálfara? Góður þjálfari er skilningsríkur, hefur skýr markmið og leikmenn vita til hvers er ætlast af þeim.

Uppáhalds erlenda íþróttafélagið? Boston Celtics.

Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi? Hjalti er nýr þjálfari hjá Val og er búinn að standa sig mjög vel og passar vel inn í liðið.

Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt? Að hafa gaman af því sem maður er að gera er mjög mikilvægt.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val? Ég held að Valur standi betur að vígi heldur en mörg önnur félög þegar kemur að jafnrétti kynjanna en það er alltaf hægt að gera betur t.d. væri hægt að jafna launamun

kynjanna og hafa umgjörð í kringum kvennaleikina betri.

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

Með góðri fræðslu til þjálfara og iðkenda er hægt að vinna gegn þessum þáttum.

Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val? Með því að auglýsa vel og hafa einhverjar upptakur á leikjunum.

Einnig að fá yngri iðkendum til þess að taka þátt með einhverjum hætti.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum? Ég vil sjá félagið halda áfram að vaxa og dafna en það mætti bæta æfingaaðstöðu félagsins.

Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum? Með því að halda áfram á sömu braut og vera með góða þjálfara í yngri flokkum.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? Þegar stelpurnar í handboltanum, körfuboltanum og fótboltanum endurtóku leikinn frá árinu 2019 og urðu Íslandsmeistarar í öllum greinum.

Hvað getur Valur gert til að stuðla að sem bestri líðan iðkenda? Góð samskipti milli þjálfara, iðkenda og annars starfsfólks skiptir miklu máli.

Hvað getur Valur gert til að hlusta betur á raddir og sjónarmið iðkenda hjá félaginu? Hlusta og taka tillit til iðkenda. Hægt væri að leggja fyrir kannanir meðal iðkenda.

Besta bíómynd? Leagally Blonde.

Besta bók? Bækur eftir Arnald Indriðason.

Skemmtileg staðreynd um þig? Kann að spila á þverflautu.

Einkunnarorð/Mottó? *Trust the process.*

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

Hafa skemmtilega viðburði tengt leikjum

Ingibjörg Svaladóttir er 15 ára og leikur körfubolta með 10. flokki

Nám? Valhúsaskóli.

Framtíðarstarf? Eitthvað mjög skemmtilegt.

Hvar sérðu þig eftir 10 ár? Í körfu og nýbúin að klára nám.

Af hverju Valur? Öll fjölskyldan er í Val.

Uppeldisfélag í körfubolta? Valur.

Frægur Valsari í fjölskyldunni? Pabbi.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum? Þau mæta á alla leiki og eru tilbúin að hjálpa.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? Við systkinin öll, Ástþór, Hrannar og ég.

Af hverju körfubolti? Körfubolti er besta íþróttin.

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum? Íslandsmeistari í handbolta í 6. flokki.

Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili?

Að ekki hafist náðst betra videó þegar Magga þjálfari datt í leik við að reyna að sparka bolta í burtu.

Stærsta stundin á þessu ári? Að spila með U-15 landsliði í sumar.

Markmið fyrir þetta tímabil? Komast í A-riðil.

Besti stuðningsmaðurinn? Faðir minn.

Athyglisverðasti leikmaður í meistara-flokki kvenna hjá Val? Sara.

Athyglisverðasti leikmaður í meistara-flokki karla hjá Val? Kári.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í körfubolta hjá Val? Mjög vel, góður áhugi og metnaður.

Fyrirmynd þín í körfubolta? Sue Bird.

Draumur um atvinnumennsku í körfubolta? Komast út í háskóla og spila þar.

Landsliðsdraumar þínir? Að komast í yngri landslið og seinna í A-landslið.

Hvað einkennir góðan þjálfara? Metnaður, jákvæðni og tilbúin að hjálpa.

Uppáhalds erlenda íþróttafélagið? Man United.

Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi? Hjálpsöm, með metnað og geggjúð.

Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt? Að leggja sig fram, hafa metnað og vilja.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val? Með því að sýna öllum virðingu.

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

Með fræðslu og fyrirlestrum.

Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val? Auglýsa á samfélagsmiðlum og hafa skemmtilega viðburði tengt leikjum.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum? Halda áfram góðu starfi og bæta það sem vantar.

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

Hafa skemmtilegar æfingar og sjá til að öllum líði vel.

Eftirminnlegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? Úrslitakeppni í körfunni, kvenna og karla.

Hvað getur Valur gert til að stuðla að sem bestri líðan iðkenda? Hafa það gott og gaman og góðan félagsskap.

Hvað getur Valur gert til að hlusta betur á raddir og sjónarmið iðkenda hjá félaginu? Tala við iðkendur og hlusta á tillögur þeirra.

Besta bíómynd? Mamma Mia.

Skemmtileg staðreynd um þig? Þurfti að passa frosk á Spáni í 2 vikur.

Einkunnarorð/Mottó? GÆS – get, ætla, skal.

Hver stofnaði Val og hvenær? Séra Friðrik, 1911.





Nám? Er í 10. bekk Laugalækjarskóla.
Framtíðarstarf? Tannlæknir og atvinnukona í fótbolta.
Hvar sérðu þig eftir 10 ár? Í A-landsliði Íslands og atvinnumennsku í fótbolta.
Af hverju Valur? Af því systur mínar voru í Val á sínum tíma.
Uppeldisfélag í fótbolta? Valur.
Frægur Valsari í fjölskyldunni? Guðni Bergsson.
Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum? Þau mæta á alla leiki og eru alltaf til í að skutla mér á æfingar. Eftir leiki ræðum við oft hvað fór vel og hvað ég get bætt.
Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? Ég.
Af hverju fótbolti? Af því ég ólst upp við að sjá systur mínar í fótbolta og vildi strax byrja að æfa sjálf. Mér hefur alltaf fundist gaman í íþróttum en fótboltinn var í uppáhaldi.
Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum? Ég var valin í úrtaksæfingar í körfubolta og hef unnið nokkur verðlaun í frjálsum íþróttum.
Eftirminnilegast úr boltanum? Að spila fyrsta landsleikinn minn og fara með 3. flokki til Danmerkur á Vildbjerg cup.
Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili? Að tapa svona mörgum leikjum með KH.
Stærsta stundin á þessu ári? Að vera valin besti leikmaður KH.

Vil fá inniknattspyrnuhús í Val

Ágústa María Valtýsdóttir er 15 ára og leikur knattspyrnu með 3. flokki og KH

Markmið fyrir næsta tímabil? Spila meistaraflokksleik fyrir Val.
Besti stuðningsmaðurinn? Pabbi.
Erfiðustu samherjarnir? Maður kemst ekki fram hjá Hafðísi á æfingum.
Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val? Bryndís Arna.
Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val? Patrik Pedersen.
Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val? Mér líst vel á þá, ég sé stelpurnar oft úti að æfa sig sem er geggjáð.
Fyrirmynd þín í fótbolta? Margrét Lára, Haaland, Elín Metta og Ronaldo.
Hverjir eru helstu styrkleikar þínir? Tækni, sendingar og að klára færi.
Landsliðsdraumar þínir? Vera mikilvægur byrjunarliðsleikmaður í A-landsliði kvenna.
Hvað einkennir góðan þjálfara? Að gera ekki upp á milli leikmanna, heldur koma eins fram við alla. Hafa metnað og áhuga fyrir liðinu og vera hæfilega strangur og hæfilega hvetjandi.
Uppáhalds erlenda fótboltafélagið? Manchester United í fótbolta.
Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi? Jón Óli er metnaðarfullur, reynslumikill og skemmtilegur þjálfari sem hefur kennt mér mjög mikið.
Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt? Vera skipulagður og forgangsraða rétt. Mér finnst líka mikilvægt að gera hluti sem mér finnst skemmtilegir af því þá er mun auðveldara að förna öðru.
Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val? Til dæmis að skipta völlum jafnt á milli karla- og kvennaflokkanna.
Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val? Til dæmis að láta alltaf leiða inn á leiki hjá meistaraflokki og að iðkendur

Vals fái boðsmíða fyrir hvert tímabil til að bjóða með sér.
Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi? Að þjálfarar hunsu ekki þegar um þetta er að ræða og vinni úr því strax.
Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum? Ég vil halda áfram að sjá Val ganga jafn vel í öllum greinum eins og síðustu tímabil. Svo vil ég að það komi inniknattspyrnuhús.
Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum? Hvetja iðkendur til að koma með vini og vinkonur á æfingar, líka gera bæklinga og dreifa í hús á Valssvæðinu sem auglýsir starfið.
Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? Þegar meistaraflokkur Valskvenna varð Íslandsmeistari í fótbolta.
Hvað getur Valur gert til að stuðla að sem bestri líðan iðkenda? Halda áfram að bjóða upp á fyrirlestra og að þjálfarar bjóði upp á einstaklingsfundi.
Hvað getur Valur gert til að hlusta betur á raddir og sjónarmið iðkenda hjá félaginu? Það væri hægt að gera könnun sem allir eiga að svara og vinna svo úr þeim upplýsingum og sýna þjálfurum og foreldrum.
Besta bíómynd? Legally Blonde, alltaf jafn skemmtileg.
Besta bók? Hef ekki þolinmæði í að klára margar bækur en ég get lesið Óstöðvandi eftir Söru Björk endalaust.
Skemmtileg staðreynd um þig? Ég æfi á píanó sem er skemmtilegt en hef þurft að þræuka í tónfræði í þrjú ár.
Einkunnarorð? Þú uppskerð eins og þú sáir.
Hver stofnaði Val og hvenær? Séra Friðrik Friðriksson, árið 1911.



Gleði og rafmögnuð stemning á skólaleikum Vals

Prettánda Skólaleikar Vals fóru fram að Hlíðarenda þann 26. apríl 2023

Á leikunum etja krakkar á miðstigi hverfissskóla félagsins kappi í ýmsum leikjum og þrautum með leikgleðina að leiðarljósi. Óhætt er að segja að stemningin hafi verið rafmögnuð í ár og ætlaði allt um koll að keyra þegar leikamir fóru af stað í Origo-höllinni.

Í fyrstu keppni leikanna var skotbolti þar sem Hlíðaskóli var lang hlutskarpastur og vann flestar viðureignir sínar, hinir skólarnir náldu sér í 7 stig hvor.

Hlíðaskóli hélt uppteknum hætti í körfuboltaskotkeppninni og hafði betur í fjórum af sex umferðum. Austurbæjarskóli vann eina umferð og einu sinni deildu Háteigs- og Hlíðaskóli stigunum á milli sín.

Í bodsía keppninni fór Hlíðaskóli með öruggan sigur og hafði betur í fjórum viðureignum og Austurbæjarskóli í tveimur. Háteigsskóli mátti því þola tap í öllum sínum viðureignum í bodsía.

Næsta grein var bodhlaup þar sem Hlíðaskóli hefði betur í fjórum umferðum af sex og Austurbæjarskóli í tveimur. Hlíðaskóli var því með nokkuð örugga forystu fyrir síðustu grein dagsins sem var reiptog. Hlíðaskóli og Háteigsskóli fóru með jafn marga vinninga út úr reiptoginu og Hlíðó fór með sinn 8 sigur á Skólaleikum Vals. Þá fékk Hlíðaskóli einnig viðurkenningu fyrir besta stuðningsmannaliðið þó að mjótt hafi verið á mununum.

Sigurvegarar skólaleikanna:

Hlíðaskóli: 2010, 2011, 2012, 2015, 2018, 2019, 2022, 2023

Austurbæjarskóli: 2013, 2014, 2016

Háteigsskóli: 2009, 2017





Hjá Skógarfossi áður en lagt var af stað yfir Fimmvörðháls.

Áfram Valur skokk!

Valur skokk hefur verið starfandi samfleytt frá árinu 2007

Það getur verið erfitt að reima á sig hlaupaskóna á dímum desemberdegi. Þá er auðvelt að finna sér alls kyns afsakanir, telja sér trú um að vedrið sé of slæmt, myrkið of þykkt, frostið of mikið. Sófinn er freistandi, teppið er hlýtt. En á slíkum augnablikum er gott að finna styrk í hlaupahópnum. Hvort sem klukkan er hálf sex á þriðjudegi eða níu á laugardagsmorgni tekur hópurinn á móti manni, styður og hvetur og eykur enn meira á gleðina við að fara út og hlaupa. Og sannfærir mann endanlega um að vedrið er alltaf verst í forstofunni.

Þarna sameinast fjölbreyttur hópur fólks úr ólíkum áttum á ýmsum aldri, sem öll eiga það sameiginlegt að njóta þess að fara út að hlaupa. Markmiðin eru ólík, sumir mæta fyrst og fremst fyrir ánægjuna sem fylgir því að hlaupa saman í hópi, eða vilja bara halda sér í formi; aðrir stefna á að bæta tímann sinn í keppnishlaupi, eða að hlaupa sitt fyrsta (eða jafnvel fimmtánda) maraþon. Hvert sem markmiðið er þá er hlaupahópurinn styðjandi og hvetjandi, æfingarnar til þess gerðar að ná að komast aðeins lengra,

aðeins hraðar eða bara viðhalda úthaldi og styrk.

Fjölbreytt hlaupaþjálfun

Aðalþjálfari *Vals skokk* síðasta árið er Daníel Freyr Garðarsson sem er meðal sterkari millivegalengdahlaupara Íslendinga og keppti til skamms tíma fyrir Iowa-háskóla. Daníel gætir þess vel að allir meðlimir fái þjálfun við sitt hæfi. Lagt er upp með tvö grunnþrógrömm með mismunandi álagi en þó þannig að sveigjanleiki sé til að aðlaga hverjum og einum. Æfingar eru þrisvar í viku, sprettir og „tempó“-hlaup á þriðjudögum og fimmtudögum kl. 17:30 og lengra, rólegt hlaup á laugardagsmorgnum kl. 9. Yfir vetrartímann bætist við inniæfing í Laugardalshöll á mánudögum kl. 19:30 sem þriðrautarmeistarinn Helen Ólafsdóttir stýrir. Fjölbreyttar æfingar sem reyna á ólíka þætti í hlaupunum.

Hlaupaferðir

Annað hvert ár heldur Valur skokk í hlaupaferð til útlanda. Þá er valinn staður

sem býður upp á ólíkar vegalengdir – hálf og heilt maraþon og 10 km – þannig að allir finni hlaup við sitt hæfi. Árið 2022 hélt hópurinn til Búdapest og verið er að skoða möguleika á ferð fyrir haustið 2024. Ekki gátu allir félagar í Val skokk þó setið á sér nú í ár og hélt hluti hópsins til Ljubljana í Slóveníu og átti frábærar stundir í vel heppnuðu hlaupi í fallegu umhverfi. Sömuleiðis lögðu nokkrir félagar leið sína til Malaga á Spáni, þar sem þau tóku þátt í hálfmaraþoni í glampandi sól og síðsumarshita.

Þátttaka í hvers kyns hlaupaviðburðum, almennings- og keppnishlaupum er frábær upplifun með hlaupahópi á borð við *Val skokk*. Stuðningur hópsins er dýrmætur og hvatningin ómetanleg, fyrir utan að geta fagnað með félögum sínum að loknu vel heppnuðu hlaupi, deilt reynslu og upplifun, hvort sem það er að loknu Reykjavíkumaraþoni eða hlaupi yfir Fimmvörðuháls.

Nýir félagar eru alltaf velkomnir, það eina sem þarf eru góðir hlaupaskór og viðeigandi fatnaður.

Verið velkomin í Val skokk!

Magnús Þór Þorbergsson tók saman.



Hópurinn á góðum sumardeg.



Lagt er af stað frá Valsheimilinu, Hlíðarenda.



Veðrið er engin hindrun.

Boris Akbachev – Íþróttaminjasafn til Vals

Við Valsmenn sem höfum umgengist Olgu og Boris Akbachev og fjölskyldu hvað mest í gegnum tíðina, höfum í samráði við þau rætt um afdrif íþróttaminjasafns þeirra hjóna. Safnið er geysilega yfirgripsmikið, íþróttamerki, bikarar og verðlaunamunir sem Boris hefur unnið til í gegnum lífsævistarfið við handknattleik og þjálfun. Niðurstaða og ósk fjölskyldunnar er að safnið gangi að stórum hluta til Knattspyrnufélagsins Vals. Hluti nánari persónulegra muna safnsins verður áfram í eigu fjölskyldunnar eða gengur til annarra tengdra aðila. Við í umsjónanefnd fyrir hönd fjölskyldu Borisar Akbachev og Knattspyrnufélagsins Vals höfum lokið störfum um val á þeim munum sem eru í boði. Safnið hefur verið afhent minjanefnd Vals, sem væntanlega finnur því viðeigandi staðsetningu að Hlíðarenda.

Meðfylgjandi myndir sýna hluta safnsins og einnig Boris, Mikhael og Olgu Akbachev og Ísak Buur Þormarsson, barnabarn Þorbergs Ólafssonar.

Hljójar og miklar þakkir færum við Valsmenn til Olgu, Borisar, og fjölskyldunnar allrar fyrir vináttu, virðingu og félagstryggð við Knattspyrnufélagið Val.

Þorberg Ólafsson, Einar Þorvarðarson og Þorbjörn Jensson.



Umsjónanefndin. Frá vinstri Þorberg Ólafsson, Einar Þorvarðarson og Þorbjörn Jensson.



Boris Akbachev með Ísak Buur Þormarssyni, 18 ára sonarsyni Þorbergs.



Olga Akbachev eiginkona Borisar.

Pistill birtur á samfélagsmiðlum til að benda á aðstöðuleysi knattspyrnunar á Íslandi

Þar kom að því sem allir vissu að myndi gerast!

Sett var á laggirnar undirbúningsfélag á vormánuðum 2018 um uppbyggingu Laugardalsvallar undir forystu og frumkvæði Guðna Bergssonar þáverandi formanns KSÍ ásamt ríkinu og Reykjavíkurborg. Markmiðið var skýrt, nýr þjóðarleikvangur sem vígja átti á vormánuðum 2021. Kostnaðaráætlun var um 7–11 milljarðar sakvæmt valkosti sem lagður var fram sem kostur A og 11–18 milljarðar skv. valkosti B.

Þessar upphæðir væri ugglást hægt að margfalda í dag með tveimur eða þar um bil. Útboð á ráðgjafþjónustu sem fór fram í febrúar 2020, dregur upp þá mynd að það hafi tekið um 2 ár frá stofnun félagsins og þar til ráðgefandi aðilar sem áttu að koma að verkinu voru ráðnir. Í nóvember 2020 var svo tilkynnt að ríkið og borgin ætli að hefja viðræður með það að markmiði að nýr þjóðarleikvangur ætti að rísa. KSÍ hefur lagt umtalsverða fjármuni og vinnu í undirbúningsferlið sem er nú statt sex árum síðar á upphafsreit, þessir fjármunir eru tapaðir fyrir utan skýrslustafla sem liggur rykugur inná kontor eða í geymslu og algjör þögn virðist ríkja um málið í dag.

Það hefur legið fyrir í fjöldamörg árum eins og fyrrum formaður KSÍ og fleiri bentu réttilega á og vörðu við að Laugardalsvöllur í núverandi mynd og ástandi sé ekki löglegur og hvorki hæfur né boðlegur til að leika knattspyrnu í 12 mánuði á ári eins og krafan er uppi fyrir landslið og félagslið þegar leikið er í mótum á vegum FIFA og UEFA.

Meistaraflokkur kvenna Breiðabliks náði þeim stórgóða árangri að spila í riðlakeppni meistaradeildar 2020 og UEFA veitti þeim góðfúslega undanþágu til að leika sína heimaleiki á Kópavogsvelli en það fylgdi með undanþágunni frá UEFA að slíkt yrði



Vetraraðstæður á Laugardalsvelli.

ekki gert aftur. Á síðasta ári var meistaraflokkur kvenna Vals mjög nálægt því að leika þennan leik aftur og viðræður komnar af stað við UEFA um undanþágu líkt og Blikar höfðu fengið en var hafnað. Þetta hafði þá þýðingu að Valur hefði þurft að leika sína leiki á erlendri grund með tilheyrandi kostnaði og álitshnekki fyrir knattspyrnuforystuna hér á landi. Nýverið náði karlalið Breiðabliks þeim góða árangri fyrst allra karlaliða landsins að komast í riðlakeppni Sambandsdeildarinnar, eins og staðan er núna þá virðist sem þeim verði ekki heimilt að spila á Kópavogsvelli og óljóst hvar þeir munu leika sína heimaleiki. Nýjustu fréttir herma að Breiðablik muni spila á Laugardalsvelli en tekist er á við KSÍ um hver eigi að bera kostnaðinn að hafa leikvöllinn leikhæfan þrátt fyrir að reglugerðin sé nokkuð skýr um það.

Að Ísland eigi ekki boðlegan þjóðarleikvang er hneisa fyrir okkur sem knattspyrnuþjóð. Við erum að nálgast að vera 400.000 íbúar og í því samhengi má benda á frændur okkar í Færeyjum sem eru um 55.000 og eru komnir með glæsilegan þjóðarleikvang sem hægt er að spila landsleiki og Evrópuleiki félagsliða allt árið um kring. Færeyingar tóku þá rökréttu, skynsam-

legu og einföldu ákvörðun að leggja gervigras á sinn leikvang. Einfalt væri fyrir okkur að gera slíkt hið sama, lagfæra og betrubæta Laugardalsvöllinn. Það er eins og það sé forystuvandi og þögn hjá knattspyrnuforystu landsins sem er eitthvað sem við höfum ekki átt að venjast hingað til. „Klara Bjartmarz, framkvæmdastjóri Knattspyrnusambands Íslands, segir þá stöðu sem upp er komin varðandi komandi leiki Breiðabliks í riðlakeppni Sambandsdeildar Evrópu í vetur, sýna þá grafalvarlegu stöðu sem íslenskur fótbolti er í.“

Eins og staðan er á málinu þá er líklegra að útboðsferli og framkvæmdartími á nýjum þjóðleikvangi gæti tekið 4–6 ár en miðað við þann hraða sem hefur verið á málinu á undanförunum misserum þá er líklegra 10–12 ár. Ýmislegt má gagnrýna sem gerst hefur í þessum málum í fortíðinni en hvað ætla menn að gera núna til að koma þessum málum til bráðabirgða í lag? Það mætti vel gagnrýna að hafa ekki sett til bráðabirgða hitalagnir og gervigras á Laugardalsvöllinn. Með því væri vandamál félagsliða sem eru sannlega flaggskip íslensks fótbolta þessi misserin líklegast úr sögunni í bili.



Meistaraflokkur kvenna í knattspyrnu 2023. Aftasta röð frá vinstri: Pétur Pétursson þjálfari, Guðrún Halla Guðnadóttir sjúkraþjálfari, Þórdís Hrönn Sigfúsdóttir, Lára Kristín Pedersen, Rebekka Sverrisdóttir, Anna Rakel Pétursdóttir, Eva Stefánsdóttir, Þórdís Elfa Ágústsdóttir, Guðrún Elísabet Björgvinsdóttir, Laura Frank, Berglind Rós Ágústsdóttir, Gísli Þór Einarsson markmannsþjálfari og María Hjaltalín liðsstjóri. Næst aftasta röð frá vinstri: Alfreð Hjaltalín nuddari, Ásgerður Stefanía Baldursdóttir aðstoðarþjálfari, Matthías Guðmundsson aðstoðarþjálfari, Hanna Kallmaier, Málfríður Anna Eiríksdóttir, Ásdís Karen Halldórsdóttir, Lise Dissing, Anna Björk Kristjánsdóttir, Arna Sif Ásgrímsdóttir, Bryndís Arna Nielsdóttir, Glódís María Gunnarsdóttir, Sigríður Theódóra Guðmundsdóttir, Jóhann Emil Eliasson styrktarþjálfari og Jón Höskuldsson formaður kvennaráðs. Fremsta röð frá vinstri: Kolbrá Una Kristinsdóttir, Amanda Jacobsen Andradóttir, Sandra Sigurðardóttir, Elísa Viðarsdóttir fyrirliði, Fanney Inga Birkisdóttir, Fanndís Friðriksdóttir og Ísabella Sara Tryggvadóttir. Ljós.: Ruth Ásgeirsdóttir.

Öflugt starf og jákvæðar breytingar á Bestu deildunum

Skýrsla stjórnar knattspyrnudeildar Vals starfsárið 2023

Skipan stjórnar starfsárið 2023:

E. Börkur Edvardsson formaður
Jón Höskuldsson varaformaður
Bragi G. Bragason ritari
Jón Gretar Jónsson meðstjórnandi
Rósa María Sigbjörnsdóttir meðstjórnandi
Davor Purusic meðstjórnandi
Hugrún Sigurðardóttir meðstjórnandi
Þorsteinn Guðbjörnsson meðstjórnandi

Úr stjórn fyrir næsta starfsár

Jón Gretar og Rósa gefa ekki kost á sér til áframhaldandi stjórnarsetu en þau hafa starfað ótulllega fyrir félagið undanfarin ár og áratugi. Knattspyrnufélagið Valur stendur í þakkarskuldbandi við þau fyrir að hafa gefið félaginu sínu tíma og krafta.

Það hefur verið mikil heiður og gefandi fyrir okkur sem eftir sitjum að hafa starfað með þeim og kveðjum við þau með söknuði.

Fagráð

Skipað 3 aðilum sem stjórn knattspyrnudeildar tilnefni hverju sinni. Er fagráðinu ætlað að vera þjálfurum og stjórn innan handar í ýmsum verkefnum.

Fagráðið 2023 var skipað:

Sævari Jónssyni, fyrrum fyrirliða Vals
Þorgrími Þráinssyni, fyrrum fyrirliða, þjálfara og formanni Vals
Ólafi Jóhannessyni, fyrrum leikmanni og þjálfara Vals

Þjálfarateymi Vals meistaraflokks kvenna:

Pétur Pétursson – aðalþjálfari
Matthías Guðmundsson – aðstoðarþjálfari
Ásgerður Stefanía Baldursdóttir – aðstoðarþjálfari
Gísli Þór Einarsson – markmannsþjálfari
Thomas Daníelsen – árangursþjálfari
Guðrún Halla Guðnadóttir – sjúkraþjálfari
Jóhann Emil Eliasson – styrktar- og þjálfari
Ásgeir Þór Magnússon – læknir meistaraflokka
Hákon Ernir Haraldson – greiningarvinna
María Hjaltalín – búninga- og liðsstjóri



Meistaraflokkur karla í knattspyrnu 2023. Efsta röð frá vinstri: Jóhann Emil Eliasson styrktarþjálfari, Patrick Pedersen, Hólmar Örn Eyjólfsson, Sigurður Egill Lárússon, Aron Jóhannesson, Andri Rúnar Bjarnason, Elvar Helgason, Birkir Már Sævarsson, Guðmundur Andri Tryggvason og Halldór Eyþórsson liðsstjóri. Miðjuröð frá vinstri: Kjartan Sturluson marknannspjálfi, Hákon Haraldsson leikgreinandi, Birkir Heimisson, Adam Ægir Pálsson, Orri Sigurður Ómarsson, Viðir Jökull Valdimarsson, Kristinn Freyr Sigurðsson, Þorsteinn Emil Jónsson, Óliver Steinar Guðmundsson, Arnar Grétarsson þjálfari og Sigurður Höskuldsson aðstoðarþjálfari. Sitjandi frá vinstri: Orri Hrafn Kjartansson, Tryggvi Hrafn Haraldsson, Frederik Schram, Haukur Páll Sigurðsson fyrirlíði, Sveinn Sigurður Jóhannesson, Lúkas Logi Heimisson og Hlynur Freyr Karlsson. Ljós.: Ruth Ásgeirsdóttir.

Elisa Viðarsdóttir starfaði með leikmannahópum Vals sem næringarráðgjafi

Meistaraflokkur kvenna – Íslandsmeistarar – Evrópukeppni.

Meistaraflokkur kvenna vann sína leiki í Reykjavíkurmótinu, 2023. Vann Valur Fram 13-0, Víking 2-1 og Fylki 1-0. Liðið skoraði alls 16 mörk í þremur leikjum, fékk eitt mark á sig og sigraði A-riðilinn örugglega og ávann sér rétt til að leika úrslitaleikinn en sá leikur var ekki leikinn að þessu sinni. Markahæst var Bryndís Arna Nielsdóttir með fimm mörk. Þá skoraði Valgerður Gríma Sigurjónsdóttir þrjú mörk og þær Eva Stefánsdóttir, Sigríður Theódóra Guðmundsdóttir og Þórdís Elva Ágústsdóttir tvö mörk hver.

Valur tók þátt í A deild Lengjubikarins. Vann liðið þrjú leiki af fimm og endaði í þriðja sæti á eftir Þrótti og Þór/KA, komst ekki í úrslitakeppnina. Markatalan var 21-10. Liðið tapaði fyrir Þrótti 0-2 og 4-3 fyrir Þór/KA. Valur vann Selfoss 7-1, FH 3-2 og KR 8-1. Markahæstar voru Bryndís Arna Nielsdóttir með sjö mörk og Þórdís Elva Ágústsdóttir með fjögur mörk.

Í leik um meistara meistaranna gerðu Valur og Stjarnan markalaust jafntefli eftir venjulegan leiktíma. Stjarnan vann vítakeppnina 4-3.

Þátttaka Vals, ríkjandi bikarmeistara, varð endaslepp í Mjólkurbikarnum þar sem liðið tapaði á útivelli fyrir Þrótti 2-1 í 16-liða úrslitunum.

Þátttaka Vals í Bestu deild kvenna hófst 25. apríl þegar liðið tók á móti Breiða-

bliki. Vann Valur 1-0 sigur. Þar á eftir vann Valur FH 2-0 og gerði síðan jafntefli heima við Selfoss 1-1. Í fjórðu umferð keppinnar tapaði Valur útileik gegn Stjörnunni 2-0 og reyndist sá leikur annar af tveimur tapleikjum liðsins í



Íslandsmeistaratitli fagnað. Frá vinstri: Sigríður Theódóra Guðmundsdóttir, Fanney Inga Birkisdóttir, Bryndís Arna Nielsdóttir og Eva Stefánsdóttir.



Reynsluboltar og fyrrimyndir: Lára Kristín Pedersen, Mist Edvarðsdóttir, Ásdís Karen Halldórsdóttir, Dóra María Lárusdóttir, Ásta Árnadóttir (sjúkrajálfari) og Fanndís Friðriksdóttir.

Bestu deild þetta árið. Vann Valur 13 leiki, gerði tvö jafntefli og tapaði tveimur leikjum. Valur hafði mikla yfirburði yfir önnur lið í deildinni í ár og var forysta liðsins aldrei í hættu. Eftir umferðirnar 18 endaði liðið með 42 stig, átta stigum fleiri en Breiðablik sem náði öðru sætinu og 13 stigum fleiri en Stjarnan sem endaði í þriðja sæti. Við tók úrslitakeppni efri hlutans þar sem Valur lék fimm leiki heima og að heiman. Fyrst vann Valur Þór/KA heima 6-0, þá tapaði liðið naumlega fyrir Stjörnunni úti 1-0. Í þriðju umferð kom FH í heimsókn á Hlíðarenda, Valur vann FH 3-1. Þá gerði liðið 1-1 jafntefli við Þrótt og tapaði naumlega á heimavelli í síðustu umferðinni fyrir Breiðablik 1-0. Þá hafði liðið fyrir löngu tryggt sér Íslandsmeistaratitilinn eftirsóttá þriðja árið í röð, í fjórða sinn á síðustu fimm árum undir stjórn Péturs Péturssonar þjálfara. Endaði liðið með 49 stig í 23 leikjum. Valsliðið skoraði 52 mörk og fékk aðeins 19 mörk á sig eða innan við eitt mark í leik að meðaltali. Markahæst var Bryndís Arna Níelsdóttir með 14 mörk og varð hún markadrottning Bestu deildar.

Meistaraflokkur kvenna tók þátt í undankeppni Meistaradeildar UEFA með góðum árangri. Lék liðið tvo leiki í Albaníu 6. og 9. september. Í fyrri leiknum vann Valur Ankara Fomget frá Tyrklandi 2-1 með mörkum frá Þórdísi Elvu Ágústsdóttur og Ásdísi Karen Halldórsdóttur. Í síðari leiknum vann Valur KFF Vllaznia Shkoder frá Albaníu með sömu markatölu. Mörk Vals skoruðu Þór-

dís Elva og Guðrún Elísabet Björgvinsdóttir. Með þessum frábæru sigrum komst Valur áfram í aðra umferð Meistaradeildar kvenna þar sem leikið var heima og heiman. Andstæðingur Vals var sterkt lið frá Austurríki St Pölten. Fyrri leikurinn var á Origo-vellinum 11. október. Risastórt 4-0 tap varð niðurstaðan sem gerði væntingar liðsins um þátttöku í riðlakeppni nánast að engu. Síðari leikurinn fór fram í Austurríki 18. október. Vann Valur leikinn 1-0 með marki frá Lise Dissing á 75 mínútu, en St. Pölten komst áfram á samanlögðum árangri úr leikjunum tveimur.

KH/2. flokkur kvenna.

Þjálfarateymi

Þjálfari – Jón Óli Danielsson

Þjálfari – Verdan Medenjak

KH tók þátt í Lengjubikarnum þar sem leiknir voru fjórir leikir. Liðið varð í þriðja sæti í C deild með sex stig. Liðið vann tvo leiki og tapaði tveimur. Markatalan 13-10. Markahæstar voru Birta Ósk Sigurjónsdóttir með fimm mörk og Ágústa María Valtýsdóttir með fjögur mörk.

Í Mjólkurbikarnum féll liðið úr keppni í fyrstu umferð eftir 5-1 tap á heimavelli Hauka. Mark Vals skoraði Valgerður Gríma Sigurjónsdóttir.

Liðið tók þátt í 2. deild Íslandsmótsins en árangur þess var ekki góður. Endaði liðið í 9. sæti af 11 með aðeins átta stig. Liðið vann tvo leiki, gerði tvö jafntefli og tapaði 16 leikjum. Markatalan var 35-74.



Heiðursgestur knattspyrnudeildar Vals í sumar var Hörður Gunnarsson þá nýkjörinn formaður Vals.

Meistaraflokkur karla

Þjálfarateymi Vals meistaraflokks karla:

Arnar Grétarsson – aðalþjálfari

Sigurður Heiðar Höskuldsson – aðstoðarþjálfari

Thomas Danielsen – árangursþjálfari

Kjartan Sturluson – markmannsþjálfari

Jóhann Emil Eliasson – styrktar- og þolþjálfari

Einar Óli Þorvarðarson – sjúkra- og styrktarþjálfari

Ásgeir Þór Magnússon – læknir meistaraflokka

Hákon Ernir Haraldson – greiningarvinna

Elísa Viðarsdóttir starfaði með leikmannahópum Vals sem næringar-ráðgjafi

Halldór Eypórsson – búningastjóri

Örn Erlingsson – liðsstjóri

Mótin

Lengjubikarinn

Lengjubikarinn hófst 12. febrúar með leik á móti KR sem vannst 2-0 og sigurgangan hélt síðan áfram og komust strákarnir í undanúrslit og léku þar á móti Víkingi R. og unnu sigur 1-0. Úrslitaleikurinn var því framundan og var hann á Akureyri, 2. apríl á móti KA, óhætt að segja að sá leikur hafi verið spennandi en hann endaði 1-1 og fór því í vítaspyrnukeppni þar sem Valsstrákarnir höfðu betur og Lengjubikarinn þar með í húsi.

Besta deildin

Besta deildin hófst þetta tímabilið með leik á móti Vestmanneyingum á Origo vellinum og lauk honum með góðum sigri okkar manna 2-1. Árangurinn í sumar var ásettanlegur og hægt var að sjá mikla framför frá tímabilinu áður og



Leikmenn úr meistaraflokki kvenna með ungum stuðningsmönnum á Hlíðarenda.

kannski hægt að kenna okkar klaufaskap um að liðið hafi ekki unnið deildina því dýrmæt stig töpuðust á móti liðum sem fyrirfram áttu að vera í húsi. Óhætt er að segja að í þeim leikjum sem við mistigum okkur, hafi 12 stig tapast í hefðbundinni keppni og 2 stig í úrslitakeppni, samtals eru þetta 14 stig sem er sá stigamanur sem Víkingur R. náði þetta árið. Lærdóm má draga af liðnu keppnistímabili sem er sá að ekki er hægt að ganga að neinu vísu og menn verða að mæta vel stemmdir til leiks sama hver andstæðingur er. Góðar sigrar unnust í sumar t.d. stórsigrar á móti KR 5-0, KA 4-0, FH 4-1, Fylki 6-1, HK 5-0. Valur endaði í 2. sæti í ár og gefur það keppnirétt í Evrópukeppni að ári sem er það sem stefnt var að í upphafi.

Mjólurbikarinn

EKKI RIÐUM VIÐ FEITUM HESTI FRÁ ÞEIRRI KEPPNI ÞETTA ÁRIÐ OG TAPAÐIST LEIKUR Í 16 LIÐA ÚRSLITUM Á MÓTI ÖFLUGU LIÐI GRINDAVÍKUR 1-3, VERÐSKULDAÐ. Mikil vonbrigði því markmiðið var skýrt.

2. flokkur karla

Þjálfarateymi

Þjálfari – Hallgrímur Heimisson

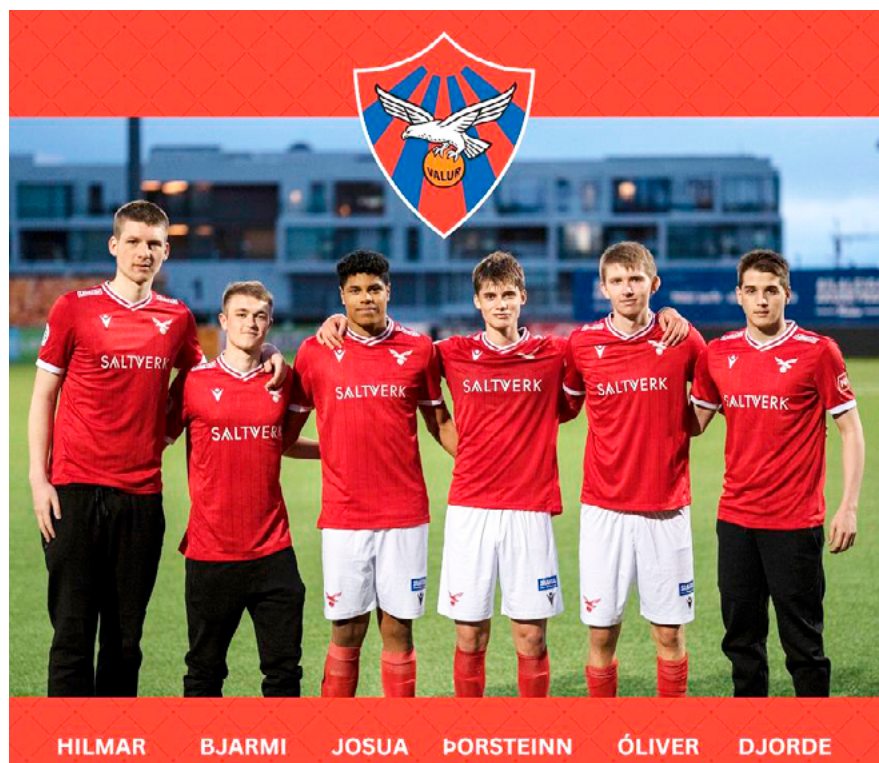
Þjálfari – Leon Pétursson

Ljóst var að nýliðið keppnistímabil yrði krefjandi enda hóf 2. flokkur Keppni í A-deild í fyrsta skipti í langan tíma og léku þrjár lotur í þeirri deild. Markmið fyrir sumarið var að halda sætinu í efstu deild allar þrjár loturnar og reyna máta

okkur við toppliðin og berjast um titilinn. Á æfingum vildum við færa umhverfið og viðmiðin nær meistaraflokki karla. Mórall og góð liðsheild skipti miklu máli. Í leikjum var markmiðið að búa til góða umgjörð fyrir leikmenn og spila heima-leikina á sumrin á Origo-vellinum en þá er eftirsóknarverðara að vera í yngri flokkum hjá Val. Leiðtogaþæfni og góður karakter er eitt af því sem lögð var mikil

áhersla á. Stór og öflugur hópur drengja var í flokknum í sumar og var leikið í fyrsta skipti með þrjú lið á tímabilinu. Eitt af fyrstu verkefnum var því að komast að því hvernig leikmenn myndu bregðast við að vera t.d. settir á bekkinn eða utan hóps og hverjir væru klárir í verkefnið.

Það sem mikil áhersla var lögð á, var það að okkar leikmönnum þætti eftir-



Það var ungt og efnilegt lið Vals sem tók á móti RB í bikarnum í sumar og margir sem voru að spreyta sig í fyrsta skipti með aðalliði í leik.



Haukur Páll Sigurðsson fyrirliði og Börkur Edvardsson formaður knattspyrnudeildar þegar Haukur varð leikjahæsti Valamaður í efstu deild með 245 leiki.

sóknarvert og spennandi að æfa og leika fyrir Val. Það á að vera eftirsóknarvert að spila fyrir stærsta lið landsins. Eitt af því sem stóð uppúr í sumar var æfingaferð til Barcelona þar sem hópurinn skemmti sér konunglega og náði að þjappa sér vel saman.

Tímabilið gekk í heild sinni mjög vel.

Sigrar unnust gegn öllum liðum á einhverjum tímamarki. Í deildinni, unnust sætir sigrar, flokkurinn var nálægt því að vinna lotu 2, komst í 8-liða úrslit í bikarkeppni og varð að góðu liði í efstu deild í 2. flokki. **Frá Hallgrími og Leon:** „Þetta var tími sem við munum aldrei gleyma og

ég held að leikmenn liðsins geti tekið undir. Það sem stendur uppúr er bikarmeistaratilinn í fyrra og fara upp um deild. Það eru minningar sem sitja eftir lengi og geta leikmenn verið stoltir af því. Óháð úrslitum þá verða þjálfarar og leikmenn vinir að eilífu og eiga margar frábærar minningar saman.“

Breyting á fyrirkomulagi Bestu deilda karla og kvenna

Stjórn Vals telur nýja fyrirkomulagið vera ágætt, það verði að gefa því tækifæri og tíma og forðast beri að tala það niður. Ákjósanlegasta fyrirkomulagið er samt að mati stjórnar, tíu liða deild þar sem leiknar væru þrjár umferðir. Það á eftir að koma almennileg reynsla á þetta nýja fyrirkomulag og vonandi verður mótið þéttara og meira spennandi en verið hefur.

Íslenskur fótbolti er í sókn og við þurfum að fjalla um fótboltann frá öllum hliðum og vera jákvæðari og uppbyggilegri í okkar umfjöllum. Við erum að bæta starfið og KSÍ þarf að bæta enn frekar við sitt framlag, marka skýra stefnu og veita góða þjónustu við eigendur sína. Þannig vinnur fótboltinn og þróast í rétta átt.

Niðurstaða starfshóps á vegum KSÍ og ÍTF þar sem m.a formaður knattspyrnudeildar Vals á setu í.

Tólf liða deild þar sem leikið er heima og að heiman, líkt og nú er, skipta síðan deildinni í tvo hluta og leika til úrslita, er að mati hópsins sú aðferð sem samræmist best þeim markmiðum sem hópurinn setti

sér. Úrslitakeppni mótsins eykur spennu og gæði leikjanna, mikil keppni getur skapast um að ná 6. sæti deildarinnar í fyrri hluta mótsins. Þetta form með hæfilegri fjölgun leikja, er eitthvað nýtt sem gefur ýmis markaðsleg tækifæri m.a. í sölu markaðsréttinda. Líklegt er að aðsókn á leiki aukist, sérstaklega í úrslitakeppninni. Þessi aðferð er að mati hópsins best til þess fallin að auka tekjur félaganna. Fjöldi landa notar svipað mótafyrirkomulag.

Haukur Páll Sigurðsson og Hallgrímur Heimisson í ný hlutverk

Haukur Páll Sigurðsson hefur skrifað undir samning við Val og verður aðstoðarþjálfari hjá meistaraflokki karla næstu þrjú árin. Hauk Pál þekkjum við vel enda verið leikmaður Vals frá árinu 2010, verið fyrirliði liðsins um árabíl og er leikjahæsti leikmaður Vals í efstu deild frá upphafi. Það er mikil ánægja að njóta krafta hans í nýju hlutverki. **Hallgrímur Heimisson** hefur skrifað undir samning við Val og verður aðstoðarþjálfari hjá meistaraflokki kvenna næstu 3 árin. Hann hefur undanfarið starfað fyrir félagið við þjálfun yngri flokka með mjög góðum árangri.

Leon Pétursson

Þessi fyrrum þjálfari 2. flokks karla og mikli félagsmaður hefur tekið sér frí frá þjálfun í bili og tekið sæti í stjórn knattspyrnudeildar Vals.

Matti og Siggi hverfa á brott

Eins og fram hefur komið hefur **Matthías Guðmundsson** tekið við þjálfun meistaraflokks kvenna hjá Gróttu. Við þökkum Matta fyrir síðustu tvö ár og óskum honum velfarnaðar á Seltjarnarnesinu. **Sigurður Höskuldsson** aðstoðarþjálfari meistaraflokks karla Vals óskaði eftir að láta af störfum. Sigurður gekk til liðs við Val frá Leikni Reykjavík fyrir sl. keppnistímabil og hefur sýnt og sannað að þar er á ferðinni frábær þjálfari, góður einstaklingur og félagi. Sigurður tekur við sem aðalþjálfari Þórs Akureyri og óskum við honum velfarnaðar í leik og starfi.

Leikmenn seldir

Kristófer Jónsson seldur til Triestina Knattspyrnudeild Vals og ítalska liðið Triestina Calcio 1918 hafa komist að samkomulagi um kaup á Kristófer Jóns-



Útskrift úr 2. flokki Vals í knattspyrnu. Leikmenn, frá vinstri: Ólafur Flóki Stephensen, Heimir Tjörvi Magnússon, Hilmar Starri Hilmarsson, Þorsteinn Emil Jónsson, Bóas Heimisson, Bjarni Kristinsson, Eyþór Örn Eyþórsson og Friðrik Óskar Reynisson. Forföll boðuðu Djordje Biberdzic, Sævar Orri Valgeirsson, Óliver Steinar Guðmundsson og Diljá Ósk Snjólfsdóttir.

syni frá Val. Triestina Calcio 1918 leikur í þriðju efstu deild á Ítalíu. Kristófer hefur vakið athygli liða á Ítalíu eftir að hafa verið á láni hjá Venezia FC í tvö tímabil. Kristófer sem er fæddur árið 2003, á 18 leiki með yngri landsliðum Íslands, kom til Vals frá Haukum í febrúar 2021. Við óskum Kristófer góðs gengis á Ítalíu.

Aftek einstakra leikmanna

Bryndís Arna Nielsdóttir, besti leikmaður Íslandsmótsins 2023.

Haukur Páll Sigurðsson, leikjahæsti leikmaður Vals í efstu deild frá upphafi.

Haukur Páll sló leikjameitið þegar hann kom inn á sem varamaður í sigri Valsmanna á KR í Vesturbænum. Hann lék sinn 245. leik fyrir félagið í deildinni og þar með féll meitið sem Bjarni Ólafur Eiríksson átti, 244 leikir. Um leið lék Haukur sinn 280 leik samtals í deildinni og er hann sjöundi leikmaður deildarinnar frá upphafi sem nær þeim leikjafjölda.

Elísa Viðarsdóttir, fyrirliðinn okkar lék sinn 150. leik í efstu deild í sumar.

Birkir Már Sævarsson, bakvörðurinn reyndi, komst í sumar í fámennan hóp íslenskra knattspyrnumanna. Hann lék sinn 450. deildarleik á ferlinum þegar Valsmenn sigruðu Breiðablik 4:2 á Hlíðarenda og er sautjándi Íslendingurinn í sögunni sem nær þeim leikjafjölda. Af þessum 450 leikjum eru 187 með Val í efstu deild hér á landi og 252 í efstu deildum Svíþjóðar og Noregs.

Patrick Pedersen skoraði þrennu í sigri Vals á Breiðablik og er þar með einn í sjötta sætinu yfir markahæstu menn deildarinnar frá upphafi. Patrick er nú kominn með 98 mörk og gæti orðið sjötti 100 marka maður deildarinnar. Patrick Pedersen hefur nú skorað sex þrennur í efstu deild. Þrennan í sumar var sjötta þrenna Patricks í deildinniog fjórða árið í röð sem hann nær að skora þrennu. Þær tvær fyrstu skoraði hann árið 2018. Patrick hefur skorað þrennurnar gegn sex liðum, Grindavík, ÍBV, HK, Fylki, Stjörnunni og nú í sumar, Breiðabliki. Aðeins þrír leikmenn í sögu deildarinnar hafa skorað fleiri þrennur. Hermann Gunnarsson skoraði nú slíkar og þeir Tryggvi Guðmundsson og Þórólfur Beck sjö hvor. Arnar Gunnlaugsson, þjálfari Víkings, skoraði sex þrennur.

Lára Kristín Pedersen lék 200. leik sinn í efstu deild í sumar í sigrinum gegn Þór/KA.

Arna Sif, lék 250. leik sinn í efstu deild hér á landi í sumar. Hún er sjötta konan frá upphafi sem nær 250 leikjum í deildinni.

Sigurður Egill Lárusson, varð í sumar fimmti leikmaðurinn í sögu Vals til að spila 200 leiki fyrir félagið í efstu deild. Hann á samtals 218 leiki að baki í deildinni. Aðrir leikmenn sem náð hafa yfir 200 leiki fyrir Val eru Bjarni Ólafur Eiríksson (244), Haukur Páll Sigurðsson (240), Sigurbjörn Hreiðarsson (240) og Sævar Jónsson (201).

Eva Stefánsdóttir lék fyrsta leik sinn í efstu deild þegar stelpurnar gerðu jafntefli við Þrótt. Óskum við Evu til hamingju með áfangann og hlökkum til þess að sjá meira af henni á vellinum.

Hildur Björk lék sinn fyrsta byrjunarliðsleik í efstu deild á móti Keflavík. Var hún valin í lokahóp fyrir EM U19.

Ísabella Sara lék sinn fyrsta leik fyrir félagið í sumar.

Birta Ósk Sigurjónsdóttir og Valgerður Gríma Sigurjónsdóttir skrifuðu undir samninga við Val. **Birta Ósk** er fædd árið 2004 og er uppalin Valsari. Hún lék sinn fyrsta meistaraflokksleik fyrir Val í Reykjavíkurmótinu á móti Fram en hefur leikið fyrir KH frá árinu 2021. Hún hefur alls leikið 33 leiki og skorað í þeim 13 mörk. **Valgerður Gríma** er fædd árið 2005 og er einnig uppalin hjá Val. Hún hóf meistaraflokksferil sinn með KH árið 2021 og hefur alls leikið 30 leiki og skorað í þeim 19 mörk. Hún lék sinn fyrsta leik fyrir Val gen Fram í Reykjavíkurmótinu og skoraði þrjú mörk í þeim leik.

Glódís María Gunnarsdóttir, Kolbrá Una Kristinsdóttir og Kolbrún Arna Káradóttir skrifuðu undir fyrstu samninga sína við Val.

Glódís María er fædd árið 2006 og er uppalin Valsari. Hún lék fyrsta meistaraflokksleik sinn fyrir KH sumarið 2021, hefur leikið alls 14 leiki og skorað í þeim fjögur mörk. Þá hefur Glódís María leikið sjö leiki fyrir yngri landslið Íslands.

Kolbrá Una er fædd árið 2006 og er einnig uppalin Valsari. Hún hefur leikið 24 leiki með KH frá árinu 2021. Kolbrá hefur leikið 11 leiki fyrir yngri landslið Íslands og skorað eitt mark. **Kolbrún Arna** er fædd árið 2007 og kom frá Fjölni árið 2020. Hún lék sína fyrstu meistaraflokksleiki síðastliðið sumar með KH og hefur leikið alls nú leiki með liðinu.

Nýir leikmenn

Amanda snýr aftur að Hlíðarenda

Amanda Andradóttir hefur skrifað undir hjá Val og kemur til félagsins frá Kristianstad í Svíþjóð. Amanda er ein efnilegasta knattspyrnukona landsins, fædd árið 2003 og lék með Val í yngri flokkum. Hún hefur leikið með Nordjælland í Danmörku, Vålerenga í Noregi og Kristiansstad í Svíþjóð. Hún hefur leikið 12 leiki með yngri landsliðum Íslands og skorað 10 mörk og 13 A-landsliðsleiki og skorað tvö mörk.

Anna Björk í Val

Anna Björk Kristjánsdóttir hefur skrifað undir samning við Val og kemur til félagsins frá Inter á Ítalíu. Hún hefur leikið 143 leiki í efstu deild á Íslandi, er alin upp í KR, lék lengst af með Stjörnunni en hefur einnig leikið með Selfossi. Erlendis hefur hún einnig leikið með Örebro og Limhamn Bunkeflo í Svíþjóð, PSV í Hollandi og Le Havre í Frakklandi. Anna Björk hefur leikið 44 A-landsleiki og 14 yngri landsleiki.

Berglind Rós í Val

Berglind Rós Ágústsdóttir hefur skrifað undir samning við Val. Hún kemur til félagsins frá Sporting de Huelva á Spáni þar sem hún lék 13 leiki og skoraði eitt mark. Berglindi þekkjum við vel enda alin upp hjá félaginu og lék hún sinn fyrsta meistaraflokksleik árið 2012 fyrir Val. Auk áður nefndra félaga hefur hún leikið með Aftureldingu og Fylki hér á landi og með Örebro í Svíþjóð. Hún hefur leikið 87 leiki í efstu deild á Íslandi og 4 A-landsleiki.

Ísabella Sara Tryggvadóttir

Ísabella gekk til liðs við Val í sumar. Hún er 17 ára kantmaður sem kemur til félagsins frá uppeldisfélagi sínu KR. Hún lék 16 leiki í efstu deild í fyrra og skoraði tvö mörk. Þá hefur hún leikið 22 leiki með yngri landsliðum Íslands og skorað átta mörk í þeim leikjum. Við hlökkum til þess að fylgjast með þessum efnilega leikmanni vaxa á Hlíðarenda.

Andri Steinn Ingvarsson skrifaði undir samning við Val fyrir í sumar.

Andri Steinn Ingvarsson er kraftmikill miðjumaður sem er fæddur 2006 og hefur leikið sex meistaraflokksleiki fyrir Hauka og skorað eitt mark. Hann á tvo landsleiki með U-15 og hefur æft reglulega með mfl. Vals.



Nýju Valsbúningarnir hannaðir af Hilmari Þorsteini Hilmarsyni.



Sigurður Kristinn Pálsson (t.h.) með fulltrúa frá Saltverk.



Elmar Freyr Hauksson skrifaði undir samning við Val fyrir í sumar.

Elmar er fæddur 2006 og er öflugur framherji sem kemur frá Stjörnunni. Hann hefur leikið tvo landsleiki með U-15 og skorað eitt mark.

Hlynur Freyr í Val frá Bologna

Knattspyrnudeild Vals náði samkomulagi við Bologna á Ítalíu um félagaskipti Hlyns Freys Karlssonar. Hlynur er fæddur árið 2004, hefur verið á mála hjá Bologna síðan 2020. Hlynur Freyr er bakvörður að upplagi en getur spilað fleiri stöður. Hann á 15 leiki með ungmennalandsliðum Íslands og er í dag fyrirliði U-19 liðsins.

Óliver Steinar Guðmundsson í Val frá Atalanta

Knattspyrnudeild Vals náði samkomulagi við Atalanta á Ítalíu um félagaskipti Ólivers Steinars Guðmundssonar. Óliver gekk til liðs við Atalanta 16 ára gamall frá

Haukum. Hann er fæddur árið 2004 og hefur leikið með U-18 og U-19 liðum Atalanta sem miðjumaður og með U-19 ára landsliði Íslands.

Lúkas Logi Heimisson í Val frá Fjölni

Knattspyrnudeild Vals gekk frá kaupum á Lúkasi Loga frá Fjölni. Lúkas sem er 19 ára gamall var á mála hjá Empoli á Ítalíu síðastliðið ár en sneri aftur og spilaði með Fjölni. Lúkas er sóknarmaður og hefur leikið 60 leiki með Fjölni og skorað í þeim 15 mörk. Hann á einnig sex leiki með ungmennalandsliðum Íslands.

Rebekka Sverrisdóttir í Val

Rebekka Sverrisdóttir skrifaði undir samning við Val. Hún er fædd árið 1992 og kemur til félagsins frá KR sem er uppeldisfélag hennar. Rebekka er okkur ekki ókunn en hún lék með Val 2014-2016. Hún hefur leikið 208 leiki og skorað í

þeim fimm mörk og leikið 16 leiki með yngri landsliðum Íslands.

Adam Ægir Pálsson í Val

Knattspyrnufélagið Val keypti Adam Ægi Pálsson frá Knattspyrnufélaginu Víkingi. Adam Ægir sem er sóknarleikmaður á 114 leiki með meistaraflokki og hefur skorað í þeim 22 mörk. Hann lék afar vel á síðasta tímabili í Bestu deildinni og var einn af leikmönnum ársins. Hann átti flestar stoðsendingar deildarinnar.

Hver annar en Kristinn Freyr Sigurðsson er mættur aftur á Hlíðarenda

Kristinn Freyr á að baki yfir 400 leiki í meistaraflokki, hefur skorað í þeim yfir 90 mörk. Hann hefur orðið Íslands- og bikarmeistari með Val ásamt því að hafa verið valinn besti leikmaður efstu deildar.



Sigurður Kristinn Pálsson (t.v.) með fulltrúa Byko.

Elfar Freyr Helgason gengur til liðs við Val

Elfar Freyr á að baki 275 leiki með meistaraflokki hér á landi í öllum keppnum og einn A-landsleik. Hann hefur leikið með Breiðablik, AEK Aþenu, Stabæk, Randers og Horsens á ferlinum. Elfar Freyr sem er miðvörður gerði tveggja ára samning við félagið. Hann hefur fyrir löngu sannað sig sem einn besti miðvörður efstu deildar og endurnýjar nú kynni sín við þjálfara Vals, Arnar Grétarssonar.

Guðrún Elísabet skrifaði undir þriggja ára samning við Val. Hún er fædd árið 2000 og getur leikið allar stöður fram á við. Hún kemur til félagsins frá Aftureldingu, lék fyrsta meistaraflokks leik sinn með þeim árið 2016. Alls hefur hún leikið 81 leik og skorað í þeim 40 mörk.

Porsteinn Aron Antonsson hefur samið við Val út tímabilið 2026. Porsteinn er varnarmaður, fæddur árið 2004 og kemur til félagsins frá Fulham en var á láni hjá Selfossi. Hann lék sinn fyrsta meistaraflokksleik árið 2020 og hefur alls leikið 49 leiki og skorað í þeim fjögur mörk. Þá hefur hann leikið 18 yngri landsleiki og skorað í þeim eitt mark.

Bjarni Guðjón Brynjólfsson hefur samið við Val út tímabilið 2026. Bjarni er miðjumaður fæddur árið 2004 og kemur til félagsins frá Þór Akureyri. Hann lék fyrst með meistaraflokki Þórs árið 2020 og hefur í heildina leikið 79 leiki í meistaraflokki og skorað í þeim 17 mörk. Þá hefur hann leikið 12 yngri landsleiki og skorað í þeim eitt mark. Hann var nýverið kallaður inn í U-21 hópinn sem lék við Wales núna í nóvember.

Samstarfsaðilar

Saltverk ehf og Knattspyrnudeild Vals gerðu með sér samstarfs-samning

Saltverk verður einn af aðal samstarfs- og styrktaraðilum knattspyrnudeildar Vals. Auglýsing Saltverks verður framan á treyjum meistaraflokka karla og kvenna næstu tvö árin hið minnsta. Saltverk ehf er framleiðandi á sjálfbæru íslensku sjávarsalti sem hefur verið í mikilli uppbyggingu undanfarin ár og selt í mörg þúsundum verslunum vestanhafs ásamt því að vera leiðandi á íslenskum markaði.



Undirstaða knattspyrnudeildar Vals er og verður alltaf sjálfbodaliðarnir.

BYKO og Knattspyrnudeild Vals gerðu með sér samstarfssamng.

BYKO verður einn af aðal samstarfsaðilum knattspyrnudeildar Vals til næstu þriggja ára. BYKO er alhliða verslunar-fyrirtæki sem selur byggingavörur, heimilisvörur, innréttingar og fleira. BYKO er með starfsemi á nokkrum stöðum á landinu og rekur þar jafnframt mjög öfluga vefverslun þar sem yfir 20 þúsund vörutegundir eru í boði.

Knattspyrnudeild Vals þakkar öllum þeim fjölmörgu samstarfs- og styrktaraðilum fyrir gífturíkt samstarf og ber þá von í brjósti að framhald verði á. **Sérstakar þakkir fá:** Saltverk, Byko, N1, CCEP (Coke), Bílaleiga Akureyrar, Norðurál, Eimskip, Origo. Sérstakar þakkir fyrir sumarið fá félagarnir **Helgi Magnússon** og **Grímur Sæmundsen** fyrir óþrjótandi áhuga, stuðning, hvatningu og metnað að hvetja okkur áfram að gera betur frá degi til dag og láta ekki deigan síga.

Þakkir

Fráfarandi stjórn knattspyrnudeildar þakkar starfsfólki Vals fyrir gott og gjöfult samstarf, sérstaka þökk fær Sigurður K. Pálsson fráfarandi framkvæmdarstjóri Vals fyrir öflugt starf í þágu Vals.

Nýkjörin stjórn knattspyrnudeildar tekin við

Stjórn Knattspyrnudeildar Vals:

E. Börkur Edvardsson formaður
Styrmir Þór Bragason varaformaður
Björn Steinar Jónsson formaður mfl.
ráðs karla
Jón Höskuldsson formaður mfl.ráðs
kvenna
Breki Logason fjölmiðlafulltrúi
Davor Purusic ritari og öryggisstjóri

Hugrún Gréta Sigurðardóttir meðstjórnandi

Leon Pétursson meðstjórnandi
Sigurður Kristinn Pálsson meðstjórnandi

Baldur Þórólfsson varamaður
Bragi G. Bragason varamaður
Hilmar Hilmarsson varamaður –
hönnuður

Yngri flokkar í knattspyrnu 2023

8. flokkur karla- Birkir Már Sævarsson

Markmiðin voru að strákarnir myndu læra að koma á æfingar, finnast gaman og að þeir fengu tilfinningu fyrir leiknum. Miklar framfarir og fjöldinn hélt stöðugur yfir allt árið ásamt því að við fengum nokkra nýja iðkendur. Hópurinn einkennist af hressum og skemmtilegum strákum sem eru oftast tilbúnir að taka



Lilja Björnsdóttir úr 6. flokki vann hálfleiksleik í sumar og fékk áritaða treyju af leikmönnum meistaraflokks!



7. flokkur kvenna á æfingu.

leiðsögn. Við höfum jafnt og þétt verið að stuðla að aukinni liðsheild með því að efla Valsandann og hvetja þá áfram með jákvæðum hætti. Auk þess voru strákarnir duglegir að mæta leiki hjá meistara-flokkum Vals. Það sést svo greinilega hvað þeim finnst gaman að mæta á æfingar og það er fyrir öllu að mati okkar þjálfaranna. Fórum á Norðurálmótið sem var ákveðinn hápunktur yfir tímabilið þar sem strákarnir sýndu allar sínar bestu hliðar. Svo enduðum við sumarið á því að fara á Hamingjumótið í Fossvoginum ásamt því heimsækja ÍR og spila æfingaleiki í haust.

8. flokkur kvenna – Sossa, Sunna, Tinna, Helga og Steinunn

Í flokknum voru 53 stelpur. Við vorum mest með 6 lið á mótum. Það er fátt

skemmtilegra en að þjálfá þessi litlu krútt. Að æfa fótbolta og vera 3-5 ára er dugnaður. Gullskeið leikmanna er í kringum 8-10 ára aldur og eru þessir leikmenn því með mikið forskot. Framfarir voru miklar og gleðin alltaf til staðar. Sannur Valsandi réð alltaf ríkjum. Helstu markmið flokksins var að hafa gaman og gleðjast. Við erum að vinna með að kynnst Hlíðarenda, boltanum og læra að verða Valsari. Sem tókst mjög vel og stelpurnar farnar að þekkja Valslögin og umhverfi sitt. Við gerðum margt saman félagslega, s.s. sund, páskabingó, pylsupartý, jólaæfing og jólastund þar sem Þorgrímur Þráinsson kom og las upp úr bók sinni, pizzupartý, bangsa æfing, Öskudagsæfing, búningaæfing, Halloween æfing og blöðruæfing. Meistarar-flokksleikmenn kíktu í heimsókn til

okkar á tímabilinu. Elísa, Malla, Bryndís og Fanney kom og kenndu okkur margt og voru stelpurnar duglegar að spyrja spurninga. Flokkurinn tók þátt í 4 mótum á þessu tímabili, Krónumót HK, Cheerios mót Víkings, Síamót Breiðabliks, Hamingjumót – Víkinni.

7. flokkur karla

Markmiðið var að hafa ánægjulegar æfingar þar sem allir eru jafn mikilvægir óháð getu. Auka áhuga á íþróttinni og umgjörð. Auka skilning og þekkingu á leiknum. Samheldni og jákvæðni. Að læra að vera á æfingu. Einkenni hópsins var virðing, samheldni, ákafi og vilji til að læra sem sást augljóslega á fótbolta-mótunum. Þegar nýr árgangur byrjar, þá byrjum við að sýna þeim gildi Vals, Kapelluna, Fjösið, kynnt fyrir starfsmönnum (Dóri/Sjonni/Risto) og alla bikarskápana ásamt stóra bikarherberginu. Yfir sumarið var pizzu hittingur og allir krakkar fengu ís frá Valdís, þá voru strákarnir fengir til að leiða inn á leiki í meistaraflokki karla. Einnig fengum við heimsókn frá þeim fyrir Norðurálmótið þar sem Birkir Már, Adam Ægir og Aron Jóh komu við og sprikluðu með þeim. Þáttaka í mótum hefur verið hápunkturinn eftir að hafa verið duglegir að mæta allar þessar köldu æfingar. En Norðurálmótið á Akranesi var alger hápunktur þar sem Vals trákarnir, foreldrar og þjálfarar hlutu Háttvísisverðlaun mótsins. Aukningin í Val í yngri flokkum er komin á það stig að við þurfum betri aðstöðu, yfirbyggt knattspyrnuhús í hvaða stærð sem býðst.

7. flokkur kvenna

Helstu markmiðið er að gera fótbolta aðgengilegan og aðlaðandi fyrir allar stelpur og þannig fjölga iðkendum. Fót-



boltaleg markmið snúa að ákveðinni grunngetu þegar iðkendur færast upp í næsta flokk fyrir ofan. Númer eitt, tvö og þrjú er samt að öllum líði vel og að það sé gaman. Hópurinn hefur stækkað jafnt og þétt auk þess sem við höfum aukið fjölbreytni í hópnum. Gríðarlegur vilji til að læra einkennir hópinn en líka afar mikill hressleiki. Stelpurnar styðja hverja aðra til að verða betri á sama tíma. Það má vera fjör og galsi á æfingum. Það má vera mótlæti. Það má vera erfitt og vont veður en það sem einkennir okkar góða hóp er hvernig við tökumst á við þetta. Við vinnum markvisst með að styrkja jákvæða hegðun frekar en að veita þeirri neikvæðu athygli. Þá helst varðandi félagslega þáttinn. Við höfum verið dugleg við ýmiskonar viðburði utan fótboltans, t.d. sundferðir, handboltaæfingar, jólasamveru, fengið heimsóknir, verið í kringum meistaraflokk, fimleikafjör og fleira. Hver og einn iðkandi hefur skemmtilega persónueiginleika sem nýtast í svona hópi. Ekki má gleyma að nefna frábæran foreldrahóp sem hefur einungis auðveldað starf þjálfara og stutt á uppbyggilegan hátt við stelpurnar. Tóku þátt í mótum á 5-6 vikna fresti auk þess að leika vináttuleiki gegn öðrum liðum. Það er hollt að kynnast þeim sem maður etur kappi við upp alla yngri flokkana. Síamótið er svo stóra mótið okkar og þar gefa okkar iðkendur landsliðskonum Íslands ekkert eftir hvað varðar metnað, jafnvel meira. Allar stelpur í 1. og 2. bekk eru velkomnar að koma og prófa hjá okkur. Nú fer sólin að hækka á lofti og það er fátt betra en að leika knattspyrnu í voraðstæðum á Hlíðarenda.

6. flokkur karla – Jóhann Páll Einarsson

Markmiðið var að ná stjórn á sjálfum sér og boltanum. Að sem flestir færu upp í 5. flokk. Vel gekk að ná markmiðunum enda flottir strákar í þessum aldurshópi. Stór hópur og fullt af góðum fótboltamönnum sem eiga framtíðina fyrir sér. Götuboltaæfingar í hverfum, piparkökuskreytingar fyrir jól svo eitthvað sé nefnt það skemmtilegasta við hópinn er orkan, mjög mikið stuð á æfingum. Flokkurinn tók þátt í nokkrum dagsmótum og spilaði æfingaleiki yfir veturinn, að venju var svo farið á Selfoss og til Vestmanneyja í sumar. Fimm lið og rúmlega 40 drengir fóru á Orkumótið. Þjálfari vill koma á framfæri þökkum til Jóns Óla Daníelssonar, fyrir að hafa farið með alla orkumótsdrengina og foreldra í tuðruferð á



Háttvísiverðlaun 7. fl. karla Norðurálmóti.

fyrsta degi mótsins. Ógleymanleg upplifun.

6. flokkur kvenna – Hallgrímur Heimisson

Markmiðin í flokknum voru að fjölga í flokknum, fá stelpurnar til þess að elska íþróttina og bæta þær innan og utan vallar. Hegðun þeirra varð mun betri þegar leið á tímabilið, þær þroskuðust mikið á skömmum tíma, þeim gekk betur á mótum og það var fjölgun í flokknum. Barátta, metnaður og vilji einkenna hópinn. Hópurinn hittist utan æfinga, hvort sem það eru aukaæfingar, fundir, horfa á bíómyndir, spurningakeppni, og allskonar. Fóru á nokkuð mörg mót. Yngra árið vann flest mót (þar á meðal Síamótið). Öll lið voru á meðal topp 5 liða á Síamótinu í ár.

5. flokkur karla – Sturla Ármannsson

Markmiðið var að láta strákunum líða vel á æfingum/leikjum/Valsheimilinu, bæta strákana sem knattspyrnumenn og persónur, bæta alla leikmenn flokksins í knattspyrnu, auka áhuga leikmanna á íþróttinni, búa til gott umhverfi þar sem leikmönnum líður vel og að lokum að ná árangri á vellinum með góðum frammi- stöðum og úrslitum. Það var mjög mikilvægt fyrir flokkinn að bæta liðsheildina hjá hópnum og að allir þekktust og báru virðingu fyrir hver öðrum. Það varð til gott umhverfi hjá flokknum þar sem leikmönnum leið vel og voru spennir fyrir því að mæta á æfingar eða í leiki. Það var mikil liðsheild, þar sem öll lið voru dugleg að hvetja hvert annað á stórum mótum og á Íslandsmótinu. Þetta var mikið unnið í yfir árið, með mörgum félagslegum viðburðum, aukaæfingum, skemmtilegum æfingum (páskamót) og



Arna Sif Arngrímsdóttir leikmaður meistaraflokks kvenna í knattspyrnu með ungum iðkendum.



yfir allan þann tíma sem við vorum saman. Að lokum gekk floknum heilt yfir vel hvað varðar frammistöðu í leikjum og úrslit. Fimmti flokkur karla í knattspyrnu voru í A deild á Íslandsmótinu og stóðu sig mjög vel yfir tímabilið. Strákarnir lærðu fullt af því að spila á móti bestu liðum landsins og bættu sig enn þá meira með því. Við tókum þátt í Fylkismótinu um október 2022. Þar gekk öllum liðum mjög vel og var frammistaða og úrslit á því móti til fyrirmyndar. Okkur gekk ágætlega í Reykjavíkurmótinu, en það var augljóst að strákarnir voru að venjast stærð vallarins og að menn væru að bæta sig í íþróttinni. Á Íslandsmótinu gekk okkur frekar vel, þar sem við áttum nánast alltaf góða frammistöðu og voru strákarnir búnir að bæta sig mjög mikið síðan janúar/febrúar t.d. Öll lið voru í A deild og spiluðu því á móti öllum bestu liðunum á landinu. A liðið endaði í sjöunda sæti af tólf liðum, þar sem þeir unnu nokkur stór lið á útivelli yfir tímabilið. Við förum á N1 mótið 2023 þar sem okkur gekk heilt yfir mjög vel. Valur 1 fór í átta liða úrslit, Valur 4 fór í úrslitaleik og Valur 7 fór einnig í úrslitaleik. Öll lið áttu góða leiki og frammistöðu. Einkennandi fyrir hópinn er síðsheid, vinátta, vinnusemi, gleði og mikið keppnis-skap og eru duglegir og vinna mikið saman til þess að ná markmiðum sínum.

5. flokkur kvenna

Markmiðið var að stelpurnar njóti þess að æfa og spila fótbolta. Búa til umhverfi þar sem þeim liður vel og að allar bæti sig og vaxi sem knattspyrnukonur og persónur. Búa til góða liðsmenn og Valsara. Stelpurnar tóku miklum framförum á árinu og leikgleðin og liðsheimin skein í

gegn. Það sem einkennir hópinn er hversu metnaðarfullar og duglegar þær eru. Við eflum liðsheid með fræðslu, samtölum á æfingum ásamt því að setja upp aðstæður á æfingum þar sem við þurfum að hjálpast að og vinna saman. Flottir og skemmtilegir karakterar. Þær eru viljugar til að læra og það er ótrúlega gaman og gefandi að þjálfar þær. Við tókum þátt í fjórum mótum á árinu. Reykjavíkurmótinu, TM mótinu, Síma-mótinu og Íslandsmótinu. Við vorum með 2 lið á Reykjavíkur- og Íslandsmótinu og 3 lið á TM og Síma-mótinu. Við vorum að vaxa og bæta okkur í gegnum allt tímabilið og við þroskuðumst mikið.

4. flokkur karla- Halli & Leon

Marmiðið var að reyna gera atlgöu að sjálfum Íslandsmeistarattitlinum og vinna Helsinki Cup. Einnig að búa til góðan liðsanda og stuðla að heilbrigðum samskiptum innan flokksins. Rétt misstu af úrslitakeppninni á Íslandsmótinu og töpuðu í vítaspyrnukeppni á Helsinki Cup. Heilt yfir stóðu öll lið flokksins sig vel. Samstaða, barátta og dugnaður einkennir flokkinn. Helsinki var frábær ferð. Strákarnir fóru í sína fyrstu keppnisferð erlendis og gekk frábærlega innan sem utan vallar. Strákarnir fengu gott veður alla dagana og skemmtu sér konunglega. Þeir nýttu aukatímamann til að fara í Tívoli og fleira.

Skemmtilegast hvað strákarnir voru duglegir að mæta á æfingar og viljugir til að bæta sig sem knattspyrnumenn og persónur. Vorum með 4 lið bæði á undirbúningsmótum og Íslandsmóti. Rétt misstu af úrslitakeppninni og fóru í 8 liða úrslit bikarsins. Á Helsinki Cup fór lið 1 alla leið í undanúrslit þar sem þeir töpuðu í vítaspyrnukeppni í ELITE keppninni. Lið 2 fór í 16-liða úrslit og liði 3 gekk erfiðlega, en strákarnir gáfust aldrei upp og börðust eins og hetjur. Yngra árs liðið vann General keppnina. Frábært foreldraráð stóð sig eins og hetjur allt tímabilið.

4. flokkur kvenna

Margvísleg markmið og ekki bara fót-boltatengd. Lögðum upp með að búa til heild/lið í floknum, tengja leikmenn saman óháð getu og aldri. Við lögðum mikla áherslu að hver og ein hefði hlutverk og skipti máli. Við lögðum einnig áherslu á að leikmenn væru besta útgáfan af sjálfum sér og stunduðu jákvæð samskipti. Við töluðum mikið um það við stelpurnar að það væri bara eitt sem að við stjórnuðum og að það væri við sjálf,

hvernig við myndum bregðast við í hinum ýmsu aðstæðum. Svo að sjálf-sögðu að aðstoða stelpurnar í því að verða betri knattspyrnukonur, einstakl-inga og félagsmenn sem að vonandi myndu verða meistara flokksleikmenn í framtíðinni. Þetta var yndislegur hópur fullt af karakterum og töffurum sem að var rosalega gaman en krefjandi að þjálfra, orkumikill og krefjandi. Þetta eru stelpur með skoðanir sem vita hvað þær vilja og það er það sem við viljum sjá hjá ungum dömum. Við förum nokkrum sinum í „Evintrahlaup“ svo nefnt. Þetta er leikur þar sem að við blönduðum hópnum í nokkur lið og þurftu liðin að leysa hin ýmsu verkefni saman. Þetta tókst mjög vel og veit ég að stelpunum fannst þetta mjög gaman. Við förum til Spánar í júní og tókum þátt í skemmti-legu móti sem heitir Barcelona Cup. Þar förum við alla leið og spiluðum úrslita-leik á móti Gróttu/KR en töpuðum honum sælla minninga. Í Rvk-mótinu þá var A liðið okkar í topp þremur og B liðið okkar rústaði sínu móti bókstaflega. Í Íslandsmótinu þá endaði A liðið í 2. sæti í sínum riðli en 1-2 sigrar í viðbót þá hefðum við farið í úrslitakeppnina. B liðið okkar endaði í 5. sæti í mjög erfið-um riðli þar sem að flest liðin voru A lið sinna félaga þannig að þær stóðu sig mjög vel. Eitt áhugaverðasta verkefni sumarsins var eflaust þegar við förum hringinn í kringum landið á undir 48 tímum í sumar og spiluðum 3 leiki (1 í B og 2 hjá A). Sjá nánar annars staðar í Valsblaðinu. Ferðin var skemmtilegt verkefni sem fer beint í minningabank-ann.

3. flokkur karla- Þór Hinriksson & Halli Dan

Meginmarkmið flokksins var að viðhalda sæti sínu í A deild Íslandsmótsins og búa til sterka liðsheid innan flokksins og skapa félagsmenn til framtíðar. Það tókst og flokkurinn spilaði allar lotur í A-deild og veitti öllum liðum hörku leiki í bæði A og B liðum. Samstaða og liðsheid ein-kenna þennan hóp. Strákarnir héldu utan um félagslega viðburði einu sinni í mánuði og fóru t.a.m. í æfingaferð til Hol-lands. Þétt liðsheid einkennir flokkinn og hvað strákarnir eru viljugir til að leggja á sig til að ná lengra í boltanum. Héldu sé í A-deild Íslandsmótsins, unnu eina lotu af þremur. Fóru í 16 liða úrslit í bikar þar sem liðið datt út á móti FH. Þakkar til for-eldraráðs og þeirra óeigingjörnu vinnu við að hjálpa strákunum við að fjármagna



Reykjavíkumeistarar 4. flokkur karla í knattspyrnu 2023. Efri röð frá vinstri: Sturla Ármannsson, Hallgrímur Heimisson þjálfari, Jónas Þór, Sævar Sakarías, Viktor Þór Lárusson, Börkur Brunn, Styrmir Hilmarsson, Bjartur Þórirsson, Kári Þorvaldsson, Óðinn Erlendsson, Mattias Kjeld, Eggert Dagsson, Jón Jökull Úlfarsson, Sigurður Atli Ragnarsson, Pétur Eiríksson, Tómas Holloway, Böðvar, Leon Pétursson þjálfari, Gísli Eggertsson, Auður Kjerúlf og Patrik Valgarðsson Neðri frá vinstri: Tjörvi, Bragi, Ólafur Bragasson, Starkarður Jónasson, Andreas, Óskar Einarsson, Haraldur og Fannar Dagsson.



Lollabikarinn. Gunnar Karl Heiðdal.

Hollandsferðina og gera umgjörðina í kringum flokkinn virkilega flotta, eins og hjá meistaraflokki.

3. flokkur kvenna – Jón Óli Daníelsson

Helstu markmið voru að bæta einstaklingin og gera leikmenn klára fyrir meistaraflokk. Að okkar mati tókst það mjög vel. Lánuðum nokkra leikmenn í efri deild og áður voru heima og æfðu töluvert með meistaraflokki og léku með KH. Helstu einkenni er gríðarlegur áhugi og góður fjöldi leikmanna. Okkur hefur tekist að koma þeim kúltúr á að fótbolti sé nr. 1 og leikmenn mæti á allar æfingar. Leikmenn gera sér grein fyrir því að til að ná árangri þarf að geta staðist mótlæti. Í raun er liðsheildin sem slík kannski ekki í

fyrsta sæti heldur að búa til einstaklinga fyrir meistaraflokk. En að sjálfsögðu reynum við eftir fremsta megni að búa til heilbrigt umhverfi og kenna einstaklingum að haga sér á réttan hátt í hópi og að samgledjast liðsfélaganum í velgengi. Við leggjum líka áherslu á að leikmenn finni sjálfar að stemning og samheldni þarf að koma frá þeim sjálfum. En það sem þjálfarar og stjórn gerðu í fyrra var að fara í góða ferð til Vestmannaeyja þar sem við spiluum tvo æfingaleiki og gerðum annað til skemmtunar eins og t.d. tuðruferð. Það skemmtilegasta við þenna hóp er að leikmenn eru tilbúnir í að fórná nánast öllu fyrir fótboltann og hvað þær leggja mikinn metnað í að reyna verða betri í dag heldur en þær voru í gær. KH tók þátt í Íslandsmóttinu en því miður var

árangur ekki góður þrátt fyrir að við veittum öllum liðum mikla keppni nema kannski Fjölni en þarna var við rammann reip að draga því andstæðingar okkar voru í flestum tilfellum töluvert eldri og með erlenda leikmenn innan sinna raða. 2. og 3. flokkur stóðu sig mjög vel þar sem 2. flokkur var hársbreidd frá því að vinna sér sæti í A-deild og 3. flokkur sem var flokkur sem stefndi í að vera lagður niður vegna manneklu gerði sér lítið fyrir og vann sér sæti í A-deild ásamt því að standa sig frábærlega á Rey Cup. Árangurinn er líka hægt að mæla í því að við eigum margar unglíngalandsliðsstúlkur og einnig hversu margir leikmenn voru boðaðir á æfingar með meistaraflokki.

Lollabikarinn. Gunnar Karl Heiðdal.

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

Þorsteinn Ólafs

Löggiltur fasteignasali

☎ 842 - 2212
☎ 477 - 7777
✉ to@remax.is

📍 Skeifunni 17, 108 Reykjavík

RE/MAX ÉG VINN
FYRIR ÞIG



remax.is



Byggja upp liðsheild og vinasambönd

Eliás Páll Einarsson er 15 ára og er í 10. flokki í körfubolta

Nám? Grunnskóli.

Framtíðarstarf? Sjúkraþjálfari.

Hvar sérðu þig eftir 10 ár? Vera búinn að klára eða vera að ljúka háskólanámi.

Af hverju Valur? Það er besta félagið í heimi.

Uppeldisfélag í körfubolta? Valur.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum? Þau sýna mikinn áhuga.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjöl-skyldunni? Engin spurning ég.

Af hverju körfubolti? Ég fann mig þar best.

Eftirminnilegast úr boltanum? Æfingaferð til Ameríku.

Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili?

Að tapa úrslitaleiknum með eldra liðinu.

Stærsta stundin á þessu ári? Að vinna ÍR í bikarnum.

Markmið fyrir þetta tímabil? Að hafa gaman og bæta mig í körfubolta.

Besti stuðningsmaðurinn? Dominik.

Erfiðustu samherjarnir? Arnór, því hann er svo langur.

Erfiðustu mótherjarnir? Stjarnan.

Mesta prakkarastrik? Símaat.

Athyglisverðasti leikmaður í meistara-flokki kvenna hjá Val? Ásta Júlía.

Athyglisverðasti leikmaður í

meistaraflokki karla hjá Val? Kristinn Pálsson.

Hvernig líst þér á yngri flokkana í körfubolta hjá Val? Efnilegir og flottir.

Fyrirmynd þín í körfubolta? Luka Doncic.

Hverjir eru helstu styrkleikar þínir?

Góður varnarmaður.

Draumur um atvinnumennsku í körfubolta? Það yrði alveg skemmtilegt ævintýri.

Landliðsdraumar þínir? Að komast mögulega í yngri landslið og svo yrði það alveg skemmtilegt að komast í A-landslið karla.

Hvað einkennir góðan þjálfara? Metnadarfullur, góður í að kenna manni og hefur trú á liðinu sínu.

Uppáhalds erlenda íþróttafélagið?

Manchester City.

Nokkur orð um núverandi þjálfara-teymi? Þeir eru búnir að vera geggjaðir og búnir að kenna mér margt.

Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt? Að vera tilbúinn að læra og hafa gaman af öllu.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val? Að sýna öllum jafn mikla athygli og gefa öllum sama séns.

Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi? Að ræða saman.

Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val? Að hafa eitthvað skemtilegt á leikjum.

Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum? Að halda áfram að vera á toppnum í öllum íþróttum bæði karla- og kvennamegin.

Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum? Að halda áfram sama góða starfi.

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? Að verða Íslandsmeistarar kvennamegin í körfu.

Hvað getur Valur gert til að stuðla að sem bestri líðan iðkenda? Að byggja upp góða liðsheild og vinasambönd í flokkunum.

Besta bíómynd? Remember the Titans.

Besta bók? Hunger Games.

Skemmtileg staðreynd um þig? Ég get leist Rubicks Cube.

Mottó? Gera alltaf sitt besta.

Hver stofnaði Val og hvenær? Séra Friðrik 1908 en körfuboltadeild Vals 1970.



9. og 10. flokkur kvenna í körfubolta í Gautaborg. Efri röð frá vinstri: Anna Ásmundsdóttir, Berta María Þorkelsdóttir, Þuríður Helga Ragnarsdóttir, Birna Björg Gunnarsdóttir, Ingibjörg Sigrún Svaladóttir og Margrét Ósk Einarsdóttir þjálfari. Neðri röð frá vinstri: Rakel Sara Steinarsdóttir, Emma Cortes Ólafsdóttir, Gerður María Sveinsdóttir, Lana Sóley Magnúsdóttir, Ellen Lóa Öffersen og Anna Þóruna Agnarsdóttir.

Bjuggum til ógleymanlegrar minningar

Stelpurnar í 9. flokki í körfubolta tóku þátt í Gautaborg Festival sumarið 2023 ásamt nokkrum öðrum flokkum frá Val

Við stelpurnar fórum til Svíþjóðar í maí á körfuboltamót og hittumst öll upp á flugvelli snemma um morguninn þann 17. maí. Flugíð var ekki langt og við vorum komnar til Svíþjóðar í kringum hádegi. Þar lentum við í smá vandræðum eftir að við komum úr rútunni og kom í ljós að rútan sem sótti okkur af flugvöllinum fór ekki með okkur upp á hótél sem endaði með því að við þurftum að koma okkur sjálf þangað. Þetta var frekar áhuga-verð byrjun á ferðinni en við létum það ekki á okkur fá og löbbuðum alla leið. Við komumst síðan á hótelið og kíktum síðan aðeins á McDonald's (ein af mörgum heimsóknum þangað) og fórum síðan allar í „mollíð“ sem var við hliðina. Við áttum leik daginn eftir og fórum því allar að sofa eftir langan dag.

Gott gengi á mótinu

Fyrsti leikurinn okkar var frekar snemma daginn eftir en okkur tókst að vinna þann leik og hina leikina sem voru sama dag. Svona var rútin næstum hvern dag, vöknudum, tókum strætó á keppnisstaðinn, spiluðum nokkra leiki, tókum aftur strætó heim líklegast á McDonald's og síðan hittumst við allar saman á kvöldin á hótelinu. Sem betur fer kepptum við alla dagana í sama íþróttahúsinu sem var ekki langt frá, mjög hentugt fyrir okkur. Oft þurftum við að bíða lengi á milli leikja. Annaðhvort horfðum við á hina leikina, spjölluðum eða spiluðum (og lögðum okkur ef leikurinn var snemma um morgunin). Áður en við fórum að keppa spiluðum við oft tónlist á leiðinni í keppnishöllina og eftir sætan sigur spiluðum við að sjálfsögðu Valslagið. Það voru margir sigrar á þessu móti, Við komumst alla leið í 8-liða úrslit, við getum svo sannarlega verið stoltar af okkar frammistöðu.

Skemmtilegast í Liseberg

Það skemmtilegasta sem við gerðum í ferðinni var að fara í Liseberg. Þar gekk allt mjög vel fyrir utan það að tvær mömmur gleymdust í strætónum, þær voru að kjafta svo mikið og misstu af stoppistöðinni. Þegar allur hópurinn var mættur á svæðið fengum við Möggu þjálfara til þess að fara með okkur í nokkra rússíbana en hún treysti sér því miður ekki með okkur í hræðilegustu tækin. Þegar við vorum búnar að fara í heilmikið af tækjum var ákveðið að við myndum fá okkur að borða á veitingastaðnum í Liseberg. Þrátt fyrir að hafa verið í Liseberg í 6 klukkutíma hefðum við samt viljað vera lengur og fá að fara í fleiri tæki. Þessi ferð var æðisleg upplifun fyrir okkur, þar sem við höfum aldrei farið í utanlandsferð saman, við urðum við miklu nánari og bjuggum til ógleymanlegrar minningar.

Ingibjörg Sigrún Svaladóttir, Emma Cortes Ólafsdóttir og Berta María Þorkelsdóttir í 9. flokki tóku saman.





KH karla 2023. Efri röð frá vinstri: Jón Freyr Eyþórsson, Luis Alberto Rodriguez Quintero, Patrik Írisarson Santos, Tóbías Ingvarsson, Baldvin Orri Friðriksson og Sveinn Þorkell Jónsson. Neðri röð frá vinstri: Kristófer André Kjeld Cardoso, Alexander Lúðvígsson, Breki Bjarnason, Magnús Óliver Alexandersson og Luis Carlos Cabrera Solys.

Margir ungir leikmenn fengu tækifæri í sumar

Knattspyrnufélagið Hlíðarendi (KH karla) Ársskýrsla 2022–2023

Bikarævintýri

Sumarið hófst í apríl með leik við Vængi Júpiters í Grafarvogi í fyrstu umferð Mjólkurbikarsins og má segja að smá bikarævintýri hafi byrjað þar. Um æsi-spennandi leik var að ræða þar sem KH menn voru 4-1 undir í hálfleik. Endurkoman hófst í seinni hálfleik þar sem KH náði að jafna leikinn í 4-4 og knýja fram framlengingu. Þótt færi kæmu á báða bóga í framlengingunni urðu mörkin ekki fleiri og vítaspyrnukeppni þurfti til að útkljá úrslit leiksins. Vítaspyrnukeppnina unnu KH menn þó fyrsta spyran hafi verið varin. Þar átti markmaður liðsins,

Víðir Jökull Valdimarsson, stóran þátt þar sem hann varði fyrstu spyrunu Vængja. Var hann að spila sinn fyrsta keppnisleik í meistaraflokki en hann er fæddur árið 2007, efnilegur markmaður þar á ferð. Næsti andstæðingur KH í mjólkurbikarnum var svo KFR en spilað var á Sel-fossi þar sem aftur þurfti framlengingu áður en sigurmarkið kom eftir 102 mínútna leik. Voru KH þá komnir í 3. umferð þar sem Bestu deildar liðin koma inn og hefur KH ekki náð svo langt síðan 2017 þar sem ÍBV var mótherjinn. Í þetta skiptið var Gróttu andstæðingurinn og úr varð frábær leikur þar sem KH gerði

lengjudeildarliðinu lífið leitt og voru hreint út sagt ekki langt frá því að slá þá úr leik. Endaði leikurinn 4-3 fyrir heima-mönnum í Gróttu en KH gátu sannarlega gengið stoltir frá sinni frammistöðu eftir að hafa komist yfir í byrjun leiks. Luis Rodriguez, kallaður Junior, skoraði tvö og lék varnarmenn Gróttu oft grátt og einnig skoraði Danny Tobar Valencia eitt. Patrik Írisarson Santos var með allar 3 stoðsendingar leiksins. Þess má geta að bæði Danny og Patrik spiluðu með yngri flokkum Vals. Stórt hrós fer svo líka til KH Ultras sem stóðu sig með glæsibrag í stúkunni og má segja að þau hafi átt stúk-

una þrátt fyrir að vera talsvert færri en stuðningsmenn Gróttu. Skemmtilegt lítið bikarævintýri var þar með á enda.

KH Ultras héldu einnig uppi stemningunni á leikjum í gegnum allt sumarið með skemmtilegum söngvum um liðið og leikmenn og frábærum stuðningi við liðið í gegnum tímabilið. Vonandi heldur það áfram og að fleiri sjái sér fært að mæta og taka þátt í þessum frábæra hópi.

Pokkalegt gengi á Íslandsmóti í 4. deild

Nýtt fyrirkomulag var á 4. deildinni sem KH spilaði í í sumar. Áður hefur 4. deildin verið fjórir átta liða riðlar þar sem efstu tvö liðin fara í úrslitakeppni og þau tvö lið sem fara alla leið í úrslitaleikinn fara upp um deild. Í ár voru breytingar og 4. deildin orðin hefðbundin 10 liða deild þar sem efstu 2 fara upp og neðstu 2 falla í hina nýju 5. deild þar sem tveir riðlar eru og úrslitakeppni.

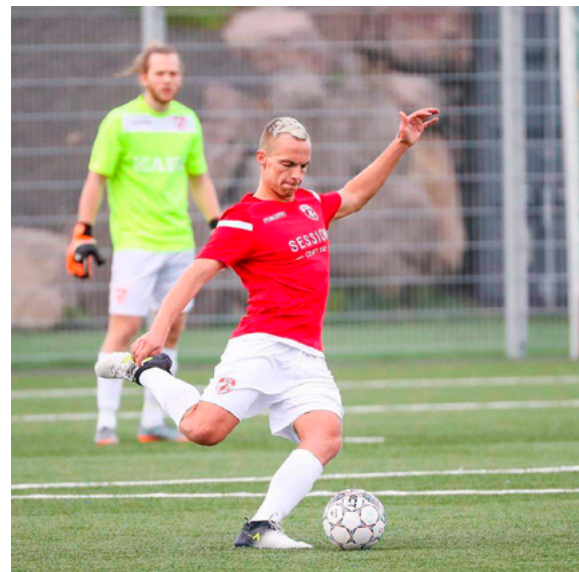
Gaman er að segja frá því að talsvert af ungum leikmönnum sem einnig spiluðu með 3. flokki karla Vals spiluðu þó nokkuð með KH yfir sumarið. Þá helst má nefna fyrrnefndan Víði sem var aðalmarkvörður liðsins og sem spilaði nær alla leiki liðsins í sumar. Einnig má nefna þá Daniel Hjaltalín, Emil Nönnu Sigurbjörnsson, Benedikt Þór Viðarsson og

Loka Gunnar Rósinkranz sem allir eru fæddir árið 2007 og spiluðu allir að einhverju leyti með KH í sumar.

Gengi liðsins í deildinni í sumar var svolítið upp og niður og endaði liðið í 6. sæti þó stefnan hafi verið að fara aftur upp í 3. deild. Margir ungir leikmenn fengu fyrsta tækifærið í meistaraflokksfótbolta og eru reynslunni ríkari eftir tímabilið. Metnaðurinn er ávallt til staðar og stefnan enn þá sú sama fyrir næsta tímabil.

Fótbolta net bikarinn

Í sumar var í fyrsta sinn keppt um Fótbolta.net bikarinn sem er bikarkeppni neðri deilda þar sem lið í 2., 3. og 4. deild keppast um að komast í úrslitaleikinn sem spilaður er á Laugardalsvelli. Byrjað er í 32 liða úrslitum og var 2. deildar lið Hauka andstæðingur KH í þetta sinn og fór leikurinn fram á heimavelli Hauka á Ásvöllum. Aftur sýndi KH það að þeir geti vel keppt við lið úr efri deildum og keppt á hærra *leveli* ef svo má segja. Hörkuleikur og voru KH ekki langt frá því að slá lið Hauka úr leik. Nóg af færum komu sem náðu þó ekki skila inn marki. Leikurinn var jafn alveg fram að 96. mínútu leiksins þegar Haukar skorðu og var það eina mark leiksins, eftir að KH hafði verið manni færri í 30 mín.



Alexander Lúðvígsson í leik á móti KFG árið 2018.

Aftur áttu KH Ultras stúkuna enda um frábæra stuðningssveit að ræða.

Leikjahæsti (153) og markahæsti (65) leikmaður í sögu KH hann Alexander Lúðvígsson spilaði að öllum líkindum sína síðustu leiki á ferlinum í sumar og þökkum við honum kærlega fyrir sinn frábæra feril.

Sveinn Þorkell Jónsson

Flottustu merki íþróttafélaga á Íslandi

Valur vermir annað sætið og það með nýrri uppfærslu á merkinu sem ráðist var í á árinu . Merkið var upprunalega gert á 15 ára afmæli Vals árið 1926. Valurinn vængjum þöndum prýðir merkið með sólargeislum í bakgrunni.

Jóhann Alfreð er hrifinn af merkinu og skyldi engan undra, enda Valsari í húð og hár. Grafíski hönnuðurinn **Hilmar Þorsteinn Hilmarsson** gerði uppfærsluna, en lesa má allt um hana hér. **Jón Kári**: „Mjög vel heppnuð uppfærsla. Fálkinn einfaldaður. Nútímavædd teikning og verður spennandi þegar Valur tekur svo næsta skref.“ **Jóhann Alfreð**: „Sterkt merki í alla staði. Fálkinn læsir klóm sínum í tuðru af gamla skólanum haganlega merktri félaginu, baðaður í rauðbláum geislum, litum félagsins. Sannarlega ikónískt og hefur nýverið gengið í gegnum flott „rebrand“ líka. Ég hef lengi talað fyrir því að Valur komi sér upp æfðum fálka sem flýgur yfir völlinn í aðdraganda leikja og lendir svo á stálhanska á hendi **Þorgríms Þráinssonar**.“ **Sóli Hólm**: „Valurinn er einfaldlega vígalegur í lógóinu.“





KH kvenna 2023. Efri röð frá vinstri: Kristín Anna Smári, Glódís María Gunnarsdóttir, Hafðís María Einarsdóttir, Ástrós Lilja Lárusdóttir, Arngunnur Kristjánsdóttir og Valgerður Gríma Sigurjónsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Rihane Aajal, Ágústa María Valtýsdóttir, Natalia Sól Arnarsdóttir, Laufey Halla Sverrisdóttir og Kolbrún Arna Káradóttir.

Fjölbreytt verkefni fyrir marga unga leikmenn

Knattspyrnufélagið Hlíðarendi (KH kvenna) Ársskýrsla 2022–2023

Í október 2022 urðu breytingar á hjálfara- teymi kvennaliðs KH þegar Eyjamaður- inn Jón Óli Danielsson tók við hjálfun liðsins. Honum til halds og trausts var Króatinn Vedran Medenjak. Þetta árið tefldum við einnig fram U-20 liði undir nafni Vals/KH og fengu flestir leikmenn að spreyta sig með báðum liðum. Leikmenn í hópnum voru allar á aldrinum 14–20 ára og því allar gjaldgengar í U20, ásamt því að stór hluti hópsins lék einnig með 3. flokki. Það er því ekki hægt að

segja annað en að tímabilið hafi verið þéttspikið leikjum og verkefnum af ýmsu tagi.

Á undirbúningstímabilinu endaði KH í 3. sæti í sínum riðli í C-deild Lengjubikarsins með tvo sigra og tvö töp. Birta Ósk Sigurjónsdóttir var markahæst í liðinu og einnig næst markahæst í riðlinum með 5 mörk í 4 leikjum. Nítján leikmenn á aldrinum 16–19 ára fengu að spreyta sig í leikjunum. Einnig spilaði liðið æfinga- leiki m.a. við Bestu deildar liðin ÍBV, FH

og Keflavík, einnig Lengjudeildar- og bikarmeistara Víkings. Þar fengu leikmenn ómetanlega reynslu í því að keppa við sterka andstæðinga og góðan undirbúning fyrir komandi tímabil.

Hræringar urðu í liðinu fyrir tímabilið þar sem leikmenn fóru til láns í önnur lið, ýmist í Lengjudeildinni eða Bestu deildinni, og stóðu sig þar með þrýði í sumar. Einnig kvöddum við liðsfélaga sem ákváðu að halda á önnur mið fyrir tíma- bilið.

Íslandsmótið var sterkt í ár og var okkur mikil þolraun. Við fengum að kynnast mótlæti sem aldrei fyrr og úrslitin urðu ekki alltaf þau sem við hefðum óskað en frammistaðan var þó oft talsvert betri en úrslitin sögðu til um. Liðið endaði í 9. sæti 2. deildarinnar og fengu 27 ungir Valsarar að spreyta sig í leikjunum. Markahæst í liðinu var fyrirliðinn Valgerður Gríma Sigurjónsdóttir með 10 mörk í 14 leikjum en hún kláraði tímabilið þó ekki með liðinu heldur var hún fengin til láns yfir til KR undir lok tímabilsins. Þá bættist góð viðbót við liðið þegar við fengum markmanninn Emblu Aðalsteinsdóttur lánaða frá bikar- og lengjudeildarmeisturum Víkings á síðasta fjórðungi tímabilsins.

Góð uppskera hjá mörgum núverandi og fyrrverandi leikmönnum KH

Fimm leikmenn tóku þátt í landsliðsverkefnum, þær Glódís María Gunnarsdóttir, Kolbrá Una Kristinsdóttir, Kolbrún Arna Káradóttir, Ágústa María Valtýsdóttir og Ísold Hallfríðar Þórisdóttir, var stór hluti hópsins reglulega boðaður á æfingar með meistaraflokki Vals. Gaman er að segja frá því að margir fyrirverandi leikmenn KH uppskára vel í ár og sýnir það að starfið er að skila af sér góðum leikmönnum eins og félagið leggur upp með að gera. Þar má nefna Kötlu Tryggvadóttur sem var valin efnilegasti leikmaður Bestu deildarinnar annað árið í röð, Hildi Björk Búadóttur sem festi sig í sessi í meistaraflokki Vals í sumar og Aldísi Guðlaugsdóttur sem var valin í síðasta hóp A-landsliðs kvenna í Þjóðadeildinni.

Viðurkenningar á lokahófi

Kolbrún Arna Káradóttir var valin KH leikmaður ársins, Valgerður Gríma Sigurjónsdóttir var markahæst, Ástrós Lilja Lárusdóttir var valin efnilegust og besti leikmaður KH var Ágústa María Valtýsdóttir. Fyrir utan þessar viðurkenningar á Eydis Huld Magnúsdóttir skilið stórt hrós fyrir sín störf sem liðsstjóri í sumar, en hún sinnti því starfi af röggsemi og fagmennsku. Tímabilið var lærdómsríkt og bættu leikmenn ekki bara við þekkingu sína í fótbolta á meistaraflokksstigi heldur lærðu þeir einnig að takast á við mótlæti og að eiga við erfiða andstæðinga. Við höldum áfram veginn og horfum björtum augum fram á við.

Auður Kjerúlf tók saman.

Styrktarleikir í minningu Violetu Mitul

Þann 7. september síðastliðinn hélt KH tvo styrktarleiki í minningu Violetu Mitul, leikmanns Einherja á Vopnafirði sem lést af slysförum þann 4. september 2023. Íslenska knattspyrnusamfélagið var harmi slegið við fregnir af andláti hennar. Fjölmörg lið sýndu samhug og samtakamátt sinn í verki með því að efna til styrktarleikja og styðja þannig við fjölskyldu og aðstandendur Violetu á erfiðum tímum. Violeta fæddist í Moldóvu árið 1997 og varð bæði moldóvskur og rúmenskur bikarmeistari áður en hún gekk til liðs við Einherja fyrir tímabilið 2023. Einnig spilaði hún 40 leiki fyrir moldóvska landsliðið þar sem hún var í lykhillutverki. Lið KH léku með sorgarbönd og var mínútu þögn fyrir leikina. Rukkað var inn og sófnuðust tæplega 150.000 krónur sem runnu óskertar til aðstandenda Violetu. Sorgarböndin voru jafnframt tileinkuð Einari Guðberg Jónssyni sem lést þann 5. september, eftir hetjulega baráttu við veikindi. Einar var faðir Hafðísar Einarisdóttir leikmanns KH og vann ötult starf sem sjálfbóðaliði Vals og KH.

Leikirnir voru báðir síðustu heimaleikir tímabilsins. Stelpurnar tóku á móti Álfanesi. Leikurinn var æsispennandi, mikið af færum og staðan í hálfleik 2-2 þar sem Ágústa María setti bæði og endaði þessi hörkuleikur með 3-3 jafntefli liðanna þar sem Ásgerður Káradóttir skoraði þriðja mark KH. Strákarnir fengu Skallagrímismenn í heimsókn í seinni leiknum og endaði sú stórskemmtilega viðureign með 8-1 sigri KH þar sem hvorki meira né minna en sex leikmenn komust á blað.



Ólafur Már Sigurðsson í getraunahópnum Zeppelin (hljóm sveitin) fékk fyrstu verðlaun í getraunaleik Vals haustið 2023. Tómas Sigurðsson og dóttir hans afhentu verðlaunin í Fjósínu. Ljósmynd: Guðni Olgeirsson.



Spánarfarar í 4. flokki kvenna í knattspyrnu. Efri röð frá vinstri: Svava Heimisdóttir, Elísabet Eiríksdóttir, Marsibil Steinarsdóttir, Urður Eva Rúnarsdóttir, Vera Larsdóttir, Sigríður Ragna Kjartansdóttir, Anna Margrét Jónsdóttir, Alexandra Eva Gunnarsdóttir og Iðunn Hólm. Neðri röð frá vinstri: Hrafnhildur Thorlacius, Guðrún Gunnarsdóttir, Guðbjörg Zelta Marvinsdóttir, Vigdís Magnúsdóttir, Ouissal Aajal og Þórunn Birna Klemensdóttir.

Nutum þess að vera í núinu í frábærum félagsskap

Stelpurnar í 4. flokki í fótbolta fóru í æfinga- og keppnisferð til Spánar sumarið 2023

Þar voru mikil forréttindi að fá að fara sem fararstjóri glæsilegs hóps ungra kvenna í 4. flokki kvenna í knattspyrnu í æfinga- og keppnisferð til Salou á Spáni, vikuna 7–14. júní 2023.

Tveir þjálfarar, Auður og Teddi, fjórir fararstjórar ásamt nokkrum foreldrum voru með í för. Farið var með rútu frá Valsheimilínu til Keflavíkur og þaðan var flogið til Barcelona þar sem rúta beið okkar og keyrði með okkur til Salou. Það myndaðist strax mikil og góð stemning meðal okkar allra, foreldra á svæðinu, þjálfara, fararstjóra og stelpnanna og sú stemning ásamt góðri og fallelgri orku fylgdi hópnum allan tímann.

Samhentur hópur og góð stemning

Fararstjórar, þjálfarar og liðið gisti saman á hóteli. Tvær til fjórar stelpur saman í herbergi og fararstjórar og þjálfarar í sér herbergjum. Aðrir foreldrar gistu á sér hótelum. Fyrsta kvöldið gekk vonum frammar og stelpurnar vöknudu ferskar og spenntar daginn eftir. Við borðuðum alla daga morgunverð, hádegisverð og kvöldverð á hótelinu og þar áttum við alltaf yndislegar stundir, bæði við fullorðna fólkið í spjalli og gleðinni einni saman og stelpurnar sem ræddu daginn og veginn eins og þeirra er von og vísa. Fyrstu dagarnir fóru í æfingaferð sem fóru fram á

glæsilegu æfingasvæði. Þar voru þær með hljómlutningstæki og spiluðu tónlist alla daga og mikið stuð hjá þeim þar sem þær léku fótbolta í sólinni. Á meðan þær æfðu vorum við foreldrarnir ýmist úti að hlaupa, að hjóla eða að gera það sem hvern og einn langaði til.

Góður árangur og lifað í núinu

Fótboltakeppnin sjálf var um helgina 10. og 11. júní. Þar stóðu stelpurnar sig eins og hetjur en það reyndi mikið á að spila í svona miklum hita og sól. Mörg íslensk lið voru í keppinni og þegar úrslitin voru kunngerð þá röðuðu íslensku liðin



Spánarfara í 4. flokki kvenna í knattspyrnu. Efri röð frá vinstri: Auður Björg Ármannsdóttir, Ylfa Isabel Marcosdóttir, Kolbrún Una Einarsdóttir, María Isabella Steinarsdóttir, Eva Guðrún Magnúsdóttir, Ása Kristín Tryggvadóttir, Alfrún María Þorsteinsdóttir, Embla Sigfríð Björgvinsdóttir og Auður Kjerúlff aðstoðarþjálfari. Neðri röð frá vinstri: Karitas Barkardóttir, Stella Reykdal Hallgrímsdóttir, Sara Stardal Steinþórsdóttir, Særín Erla Jónsdóttir, Aníta Björk Matthíasdóttir og Lisa Ingólfsdóttir. Á myndirnar vantar leikmanninn Ástu Dís Óladóttur og þjálfara flokksins Theodór Sveinjónsson.

sér í efstu sætin og okkar konur í A-liðinu lentu í 2. sæti eftir æsispennandi úrslitaleik.

Stelpurnar áttu sinn frítíma part úr degi, alla dagana og hann nýttu þær í að liggja í sólbaði, busla í sjónum, fara á „pedal boat“ á gullfallegu ströndinni, kíktu í búðir, röltu um og spjölluðu og gleðin vanalega alls ráðandi enda ekki annað hægt í þessari draumaveröld. Einn daginn fóru átta stelpur fótgangandi marga kílómetra til að láta setja á sig neglur á naglastofu en það endaði þannig að einungis þrjár komust að, þetta var ævintýri út af fyrir sig þar sem þær lentu í alvöru útlendarigningu á leiðinni til baka, klæddar einungis sundfötum og pollar úti um allt. Við foreldrarir nutum okkar með stelpunum, lentum í óvæntum skemmtilegum atburðum eins og t.d. yoga á ströndinni með einni fótbolta-mömmunni. Nutum þess að vera í núinu með sjóinn, sólina og ströndina í auglýn.

Vatnsrennibrautargarður var heimsóttur einn daginn en það setti skugga á þá upplifun okkar allra því að við lentum í því að nokkrum sínum stelpnanna var stolið í garðinum. Lögreglan kölluð til og mikið tilstand. Stelpurnar tóku þó gleði sína á ný og eiga þær mikið hrós skilið fyrir það.



Galsi, gleði, kærleikur og húmor

Það sem einkenndi ferðina var mikill galsi, gleði, kærleikur og húmor. Það komu líka upp einhverjar sárar tilfinningar hjá sumum stelpunum en það er eðlilegt í svona ferðum þar sem margar dvelja og eyða dögnum saman. Það var fallett að sjá hvernig Auður nostraði við stelpurnar og alltaf með fulla tösku af alls konar undraefnum sem bættu og kættu. Hún leyfði þeim að koma inn á herbergið sitt þar sem þær bókstaklega lágu í fang-

inu á henni. Teddi hélt síðan utan um hópinn með miklum kærleika, aga og húmor alveg sama hvað gekk á, hann var alltaf í gleðinni og alltaf til staðar.

Þakklæti er efst í huga eftir þessa ferð, þakklæti fyrir það að fá að eyða tíma með þessum gullum sem stelpurnar eru, allar sem ein, ásamt framúrskarandi þjálfurum þeirra og dásamlegu foreldrum.

Takk, takk, takk.

Jóhanna Margrét Ólafsdóttir
fararstjóri og foreldri



Íslandsmeistarar handknattleik kvenna 2023

Ljósmyndir Baldur Þorgilsson







Deildarmeistarar handknattleik karla 2023 og leikir í Evrópukeppni

Ljósmyndir Baldur Þorgilsson







Svíþjóðarfarar 8. flokks karla í körfubolta 2023. Aftari röð frá vinstri: Ágúst S. Biörgvinsson þjálfari, Eðvarð Rafn Flóruson, Daniel Oddsson, Atli Freyr Haraldsson Katrínarson, Gabriel K. Ágústsson og D. Högni Yeoman. Fremri röð frá vinstri: Sigurður S. Inguson, Óli Gunnar Sveinsson, Guðmundur Óli Davíðsson og Kári Sigurborgaraon.

Frægðarför til Svíþjóðar

Strákarnir í 8. flokki karla tóku í sumar þátt í opnum flokki á Lampe Challenge móti í Stokkhólmi

Við félagarnir förum saman í keppnisferð til Svíþjóðar fyrr á þessu ári. Við flugum þann 24. maí og vorum mættir um hádegisleytið. Við gerðum ekkert sérstakt fyrsta daginn, bara koma sér vel fyrir og fara síðan út í góða veðrið. Við förum á finan veitingastað og fengum okkur pizzur. Næsta dag bættust við þrír í hópinn og farið var í Tivoli Gröna Lund. Það var mikið fjör, förum í marga rússibana, fallturna og auðvitað fóru háar upphæðir í það að reyna að vinna sælgæti og annað skemmtilegt, ekki er hægt að segja að það hafi farið vel en allir fóru glaðir heim með eitthvað á milli handanna. Næst var haldið á McDonald's en ekki var það í síðasta skipti. Annar dagurinn var líka

afslappaður vegna þess að það var enginn leikur.

Þriðja daginn var ekki leikur fyrr en klukkan 19.30 svo við förum að drepa tímann enn og aftur á McDonald's, við förum líka í nokkrar búðir sem voru í eins konar verslunarkjarna nálægt hótelinu þar sem við gistum. Við gistum í miðbæ Stokkhólms á mjög þægilegu hóteli.

Um kvöldið var fyrsti leikurinn spilaður, við kepptum á móti gríðarsterku liði AIK Stockholm en fyrst fengum við okkur að borða í skólanum við íþróttahúsið, boðið var upp á pasta með ostasósu og beikoni. Leikurinn var kaflaskiptur en við sigruðum naumlega, lokatölur leiksins voru 55-53 Val í hag.

Keppnisleikirnir voru spilaðir í úthverfi Stokkhólms, við tókum því lest sem tók u.þ.b. 30 mínútur. Við strákarnir vorum svangir eftir erfiðan leik og förum því á Max sem er sænskur hamborgarastaður. Klukkan var orðin margt og við förum sofa.

Þægileg riðlakeppni

Við byrjuðum daginn á því að borða morgunmat á hótelinu okkar, eftir það förum við í garð nálægt hótelinu og við æfðum okkur svoltíði þar, það var samt varla hægt vegna hitans. Næst var farið á lestarstöðina og við tókum lest til íþróttahússins. Þar var tekinn létt æfing

áður en við kepptum næsta leik sem var á móti Ulriken Eagles frá Noregi, við byrjuðum leikinn mjög slakt en eftir hálfleik kipptum við okkur í gang og unnum leikinn með 15 stigum eða 35-50. Leikurinn gegn Ulriken Eagles var ekki seinasti leikur dagsins en við áttum eftir að keppa gegn Hammarby Basket seinna um daginn. Það voru nokkrir klukkutímar í næsta leik og þess vegna fórum við á pizzustað sem var í nágrenninu. Fyrri leikurinn var nefnilega klukkan 13:20 og sá seinni klukkan 18.20 þannig að það tók því ekki að fara heim í millitíðinni. Síðan var komið að seinni leiknum gegn Hammarby frá Svíþjóð, þetta var seinasti leikurinn í riðlinum og þeir höfðu tapað öllum sínum leikjum. Ef við myndum vinna kæmumst við í úrslitaleikinn. Við enduðum á að vinna leikinn gegn Hammarby frekar léttilega 44-59 en þetta var samt án efa slakasti leikur okkar á mótinu, en það breytir ekki öllu, sigur er sigur og við vorum komnir í úrslitin. Við tókum síðan lestina aftur í miðbæinn og fengum okkur Burger King, klukkan var orðin vel yfir tíu og þess vegna fórum við upp á hótél og allir fóru að sofa.

Sigur í æsisþennandi úrslitaleik

Við vöknudum eldsnemma næsta morgun vegna þess að við vorum að keppa úrslitaleikinn klukkan 10. Hann var ekki spilaður á sama stað heldur var hann aðeins nær, höllin var miklu stærri og hún var bara miklu betri. Við áttum að keppa



Strákarnir í 8. flokki Vals í körfubolta fagna vel gullverðlaunum á Challenge Cup í Svíþjóð.

gegn Fryshuset Basket White en þeir voru frá Svíþjóð. Það var mikill spenn-ingur í liðinu fyrir leikinn, það var jafnræði með liðunum allan tímann en við fórum að lokum með sigur af hólmi 51-46. Við vorum rosalega ánægðir með sigurinn enda unnum við mótið. Við fengum afhentan bikar og medaljur og svo var bikarnum lyft á loft við mikinn fögnuð foreldra sem og okkar sjálfra. Næst var farið inn í klefann með bikarinn og við sprengdum partybombur og helltum vatni út um allt. Eftir leikinn voru allir svangir svo við fórum aftur á

Burger King. Þegar að allir voru orðnir saddir fórum við aftur inn í hjarta borgarinnar. Heill dagur eftir og við fórum að versla, það var mikið keypt af fötum og öðru slíku. Við fórum á finan veitingastað að nafni Jensen Bofhus og fengum þar góðan mat. Síðasta daginn var öllu pakkað niður í töskurnar og brunað upp á flugvöll, um hádegisleytið fór flugvélin í loft. Um miðjan dagi vorum við lentir á íslandi kampakátir með ferðina.

f.h. strákanna í 8. flokki Góli og Siggí.

Helstu Samstarfssamningar



SALTVERK



BLUE LAGOON
ICELAND



Ég er brjálæðislega mikill Valsari

Hallveig Jónsdóttir, fyrirliði Íslandsmeistara Vals og landsliðskona í körfuknattbleik tók á árinu þá ákvörðun að leggja skóna á hilluna, aðeins 27 ára að aldri

Hallveig hefur leikið með Val nánast allan sinn feril þar sem hún vann þrjá Íslandsmeistaratitla, þann síðasta í vor, einn bikarmeistaratítul og tvo deildarmeistaratitla. Meistaraflokksferill Hallveigar hjá Val hófst árið 2011 og hefur allar götur síðan leikið með félaginu fyrir utan eitt tímabil, 2014/2015 þegar hún lék með Keflavík. Á ferlinum lék hún 25 A-landsleiki fyrir Íslands hönd á árunum 2013 til 2021 og lék auk þess með öllum yngri landsliðum Íslands í körfuknattleik. Alls á hún að baki yfir 350 leiki í efstu deild í körfuknattleik hér á landi. Hallveig vinnur um þessar mundir við áhættu-

stýringu hjá Íslandsbanka en heldur þó áfram miklum tengslum við kvennalið Vals í körfubolta og styður þær með ýmsum hætti.

Það var auðsótt mál fyrir Valsblaðið að fá viðtal við Hallveigu í lok farsæls körfuboltaferils og við settumst auðvitað niður á Hlíðarenda til að spjalla um ferilinn. Þar sem það kom mörgum á óvart að Hallveig skyldi ákveða að leggja skóna á hilluna einungis 27 ára, á toppnum ef svo má segja, barst talið í upphafi að þeirri ákvörðun. Hallveig sagði að margir hefðu spurt sig út í þá ákvörðun. Hún segir það í raun hafa blundað lengi hjá sér að láta

gott heita af körfuboltaiðkun. „Þessi ákvörðun mín kemur eflaust mörgum á óvart en þau sem standa mér allra næst vita að þetta er ekkert óvænt og engin skyndiákvörðun. Þetta hefur blundað í mér en fyrst og fremst er ég bara þínu spennt fyrir því að lifa lífinu án þess að vera alltaf að hugsa um æfingar og keppni, sem hefur þó verið æðislegt allan þennan tíma,“ segir Hallveig og brosir. Hún segist reyndar hafa íhugað að hætta eftir tímabilið 2022 en hafi langað að hætta sem Íslandsmeistari. „Mig langaði ekkert meira en að hætta á toppnum, verandi Íslandsmeistari og geta gengið sátt

frá borði. Ég er svakalega sátt með að hafa náð þessu markmiði og allt hafi gengið upp. Ég hef líklega aldrei spilað áður með eins góðum, samheldnum og skemmtilegum hóp en á síðasta tímabili og við erum allar góðar vinkonur,“ segir Hallveig.

Með Breiðablik í yngri flokkum

Hallveig ólst upp í Kópavogi og lagði á yngri árum bæði stund á fótbolta og körfubolta hjá Breiðablik og segist þar hafa verið í góðum hópum. „Ég var alveg ágæt í fótbolta en sneri mér alfarið að körfubolta þegar ég varð 15 ára, hafði bara meiri áhuga á körfubolta og ég tel það rétta ákvörðun hjá mér. Bræður mínir tveir stunduðu líka íþróttir, bæði handbolta og fótbolta en þeir höfðu engan áhuga á körfubolta. Foreldrar mínir studdu vel við bakið á mér og hvöttu mig áfram en þeir voru ekki mikið í íþróttum sjálf,“ segir Hallveig. Breiðablik var að byrja með kvennalið í meistaraflokki en hún náði ekki að leika með því. Hallveig segist hafa haft strax á þeim tíma metnað til að leika í efstu deild og árið 2011 gekk hún til liðs við Val 16 ára gömul þar sem henni leist mjög vel á allar aðstæður á Hlíðarenda og metnaðinn hjá félaginu.

Góðar móttökur á Hlíðarenda

Hallveig var mjög ánægð með móttökurarnar í Val og segist hafa strax kynntist þar ýmsum góðum leikmönnum t.d. Krístrúnu Sigurjónsdóttur, Þórunni Bjarnadóttur og Signýju Hermannsdóttur sem komu allar frá ÍS í Val. Nefndi einnig Sóllilju Bjarnadóttur, jafnöldru sem kom síðar til Vals og Guðbjörgu Sverrisdóttur sem kom í Val á sama tíma og hún og loks Margréti Ósk Einarsdóttur sem var á svipuðum aldri uppálin hjá Val. „Við vorum fyrstu árin í efri hluta efstu deildar en náðum þá ekki að vera í baráttu um titla. Fyrsta árið var ég einungis 16 ára og auk þess að leika með meistaraflokki spilaði ég með stúlknaflökki og unglingsflokkum hjá Vals og vissulega var það mikið álag en mjög gaman. Ég er stolt af því að vera íþróttamaður og mig langaði snemma að ná árangri og vinna stóra titla og það dreif mig áfram,“ segir Hallveig.

Vendipunktur 2019

Hallveig segist alltaf hafa stefnt á árangur í körfubolta en að það hafi fyrst tekist hjá Val að ná upp sigurhefð þegar Darri Freyr



Hallveig með Íslandsmeistarabikarinn í körfuknattleik sem hún vann þrisvar á ferlinum hjá Val, árin 2019, 2021 og 2023.

Atlason kom 2018 frá KR með sigurhefð þaðan. „Darri er mjög góður þjálfari sem stimplaði inn í hausinn á okkur að við gætum unnið deildina. Fyrsta árið töpuðum við því miður úrslitaevíginu á móti Haukum í oddaleik og Helena Sverrisdóttir var þar allt í öllu hjá Haukum. Næsta skref var að fá Helenu Sverris í liðið og hún kom með mikla sigurhefð og árið 2019 unnum við þrefalt, Íslands-, bikar- og deildarmeistaratitil. Þá byrjaði ballið,“ segir Hallveig og brosir. En sárasta tapið á ferlinum segir hún að hafi verið oddaleikurinn 2018 á móti Haukum í baráttu um Íslandsmeistaratitilinn í stútfullu húsi á Ásvöllum. Einnig hafi tapið í undanúrslitum í bikarkeppninni 2021 á móti KR í framlengdum leik í fullri Laugardalshöll.

Skemmtilegasti titillinn á ferlinum

Þegar hún er spurð um eftirminnilegasta augnablikið í körfubolta hjá Val stendur

ekki á svari. „Þegar við urðum bikarmeistarar 2019, þetta er skemmtilegasti titillinn á ferlinum. Þetta var líka fyrsta ártalið á vegginn í kvennakörfunni hjá Val. Árið 2019 var líka stórkostlegt þegar stelpurnar í Val unnu þrefalt, þ.e. Íslandsmeistarar í körfubolta, handbolta og fótbolta sem er einstakt afrek sem við náðum reyndar að endurtaka á þessu ári. Ekkert lið á Íslandi hefur komist nálægt þessu og ég held að ekkert annað lið en Valur geti náð þessu afreki,“ segir Hallveig greinilega afar stoltur Valsari. Hún segir mjög gaman að sjá þegar vel gengur í öðrum deildum hjá Val og mikil samstaða sé á milli deilda bæði hjá karla- og kvennaliðum félagsins.

Farsæll landsliðsferill

Hallveig hefur leikið 25 A-landsliðsleik fyrir Ísland auk fjölmargra með yngri landsliðunum. „Það er mikill heiður að vera valin í A-landsliðið og ég spilaði



Hallveig fagnar einum af fjölmörgum sigrum með Val. „Mér þykir ótrúlega vænt um Val.“

minn fyrsta landsleik 17 ára. Mér finnst gaman að hafa verið hluti af þeirri þróun að landsliðið hafi tekið framförum. Einnig var skemmtilegt að ferðast með landsliðinu á marga staði út um alla Evrópu. Ég kynntist leikmönnum úr öðrum liðum og það er afar dýrmætt. Smáþjóðaleikarnir voru líka alltaf skemmtilegir, mikið ævintýri og mikil reynsla. Ég er

bjartsýn fyrir hönd kvennakörfunnar á Íslandi, gæðin á deildinni hér heima hafa aukist mikið, fleiri leikmenn að fara út, t.d. í háskólabolta, fleiri yngri iðkendur, meiri umfjöllun og landsliðið verður betra og betra. Ég sé fyrir mér að á næstu 10–20 árum fari kvennalandsliðið á EM í körfubolta,“ segir Hallveig.



Hallveig og Guðbjörg Sverrisdóttir kampakátar mála fyrsta ártalið í körfuknattleik kvenna á vegginn í Valsheimilinu árið 2019.

Vinskapurinn mikilvægastur – mikill Valsari

Þó að Hallveig hafi átt farsælan feril í körfubolta og veið sigursæl eru það ekki titlarnir sem standa upp úr á ferlinum. „Tíminn í körfunni hefur verið vel þess virði í góðum félagsskap. Fyrir það er ég mjög þakklát fyrir allt fólkið sem ég hef kynnst. Auðvitað hefur verið gaman að vinna titla en það sem ég held mest upp á er allur vinskapurinn sem ég hef eignast á þessum tíma. Valur er félag sem mér finnst vera framur öðrum hvað varðar kynjajafnrétti og utanumhald um leikmenn. Félagið hefur gert ofboðslega mikið fyrir mig. Mér þykir ótrúlega vænt um Val, mér finnst það gera alveg ofboðslega margt vel og ég er eiginlega brjálæðislega mikill Valsari. Er meira að segja með Valstátö á handleggnum þannig að það væri ansi neyðarlegt að fara í annað félag,“ segir Hallveig og glottir og segir að einnig séu vinkonur hennar Gugga og Margrét Ósk með Valsstátö.

Tengist áfram stelpunum í Val en á ekki lengur körfuboltaskó

Hallveig hefur ekki slitið sig alveg frá körfuboltanum í Val og segist vera tilbúin að leggja sitt af mörkum áfram til félagsins. „Ég er ekki alveg tilbúin að sleppa takinu og ég mæti t.d. á flesta leiki, er til staðar fyrir leik, kíkí á æfingar, sit og horfi en tek ekki beinan þátt en finnst gaman að fylgjast með á kantinum. Ég geri þetta mest fyrir mig sjálfa til að halda í tengslin við liðið, klúbbinn og vinkonurnar. Hallveigu fannst bara vera kominn tími til að prófa eitthvað annað en körfubolta og segist vera búna að glíma við meidli í öxlinni um hríð og að aðgerð hafi ekki skilað nægilega góðri niðurstöðu. „Ég var líklega komin með leið á að spila og æfa svona mikið, en ég á núna kort í World Class og mæti í ræktina. Kannski finn ég mér einhverja hópa til að spila með en ég finn mér eitthvað. En ég er ekki á leiðinni aftur að spila körfubolta, á ekki einu sinni körfuboltaskó, henti þeim í ruslið eftir síðasta tímabil enda alveg orðnir ónýtir,“ segir Hallveig spök og glottir en segir að reyndar hafi aðeins kitlað að byrja aftur þegar hún sá landsleikinn við Tyrkland um daginn. Hallveig er einnig ein af sérfræðingum hjá Stöð 2 í tengslum við umfjöllun um körfubolta og segir ótrúlega gaman að vera í því hlutverki. „Það

er ekki mikil vinna en það er bara skemmtilegt að fá að segja skoðanir á körfuboltanum og fylgjast með liðunum og ég langt er frá því að segja skilið við körfuna og Val. Mig langar að gera eitt-hvað fyrir klúbbinn en ég hef engan áhuga á þjálfun en ég væri til í að koma að sjálfboðastarfi og jafnvel taka þátt í kvennaráði með reyndum leikmönnum og ég gæti alveg hugsað mér að sitja í stjórn körfuknattleiksdeildar ef eftir því verður óskað,“ segir Hallveig að lokum en hún setur spurningamerkið við þá þróun að margir erlendir leikmenn séu í hverju liði og finnst mikilvægt að finna einhvern milliveg til að ungir íslenskir leikmenn af báðum kynjum fái fleiri tækifæri til að bæta sig.

Valsblaðið þakkar Hallveigu fyrir viðtalið og þakkar henni fyrir mikilvægt framlag til körfuboltans hjá Val og það verður spennandi að sjá hvað hún tekur sér fyrir í framtíðinni sem Valkyrja og brjálæðislega mikill Valsari.



Sigurkoss. Hallveig og Gugga (Guðbjörg Sverrisdóttir) fagna Íslandsmeistaratitlinum 2023 eftir sigur á Keflavík.



©Márus Björgvin

SELECT vörurnar fást hjá okkur:

Fótboltar

Stuðningshlífar

Vesti

Þjálfaravörur

ofl.



Leitið tilboða í síma 510 2030 eða altis@altis.is

ALTIS 
www.altis.is



Við Errómálverkið í Leifstöð á leið á Partille Cup. Efri röð frá vinstri: Höskuldur Þórhallsson liðsstjóri, Bjarki Snorrason, Anton Máni Heldersson Francisco, Starkaður Björnsson, Höskuldur Tinni Einarsson, Kári Steinn Guðmundsson, Reginn Thoroddsen Friðriksson, Hrafn Þorbjarnarson, Dagur Leó Fannarsson, Daniel Montoro, Arnór Flóki Barðason, Ísak Jón Sandholt Ingimarsson, Viktor Björnsson og Einar Valdimarsson. Neðri röð frá vinstri: Kristinn Sighvatsson, Logi Finnsson, Erling Hólm Ottason, Þórhallur Árni Höskuldsson, Örn Kolur Kjartansson, Jóhann Ágústsson og Gunnar Róbertsson.

Geggjuð ferð á Partille Cup

Fjórdi flokkur karla í handbolta fór í sumar til Svíþjóðar til að taka þátt í Partille Cup sem er geysisterkt, gamalgróið og vinsælt mót sem haldið er á hverju ári í Gautaborg

Þetta byrjaði allt saman á sunnudagsmorgni 2. júlí þegar við peyjarnir mættum eldsnemma upp á Keflavíkurflugvöll þar sem við áttum flug til Osló. Við vorum vel stemmdir úti á Leifstöð og skelltum í okkur gæða English breakfast áður en við fórum í flug. Klassískur morgunmatur á leiðinni út í lönd. Á leiðinni út þurftum við að fljúga til Oslóar og taka síðan þaðan rútu til Gautaborgar svo ferðalagið tók smá tíma. Síðar um daginn komum við okkur svo vel fyrir í Ánasskóla í Partille þar sem við gístum. Á mánudeginum fengum við að fara í Skara sommerland, þar sem við eyddum deginum í sól og blíðu og góðum félagsskap í rennibrautum.

Velgengi í riðlakeppninni og beint í A-úrslit

Strax á þriðjudeginum spiluðum við fyrsta leikinn okkar í riðlakeppninni en það var á móti norsurum frá Nordstrand IF en þann leik unnum við örugglega með 13 mörkum 16-3. Það var eini leikur dagsins. Á miðvikudeginum spiluðum við hins vegar tvo leiki í riðlinum, fyrst gegn Kolding frá Danmörku og svo Sävehof frá Svíþjóð. Kolding unnum við 22-11 og Sävehof 18-6. Á fimmtudeginum kepptum við svo aðra tvo leiki. Árstá frá Svíþjóð unnum við 19-11 og svo HBC Conflance frá Frakklandi, en sá leikur endaði 4-29 fyrir okkur. Þar með vorum við búnir að vinna okkar riðil og komnir í A-úrslit.

Æsispennandi útsláttarkeppni og dramatík

Á föstudag var svo fyrsti leikur á móti sænska liðinu Lugi 1 frá Lundi í 32ja liða úrslitum og fór sá leikur 20-17 en hann var lengi æsispennandi og Lugi gaurarnir góðir. Þar með vorum við komnir í 16 liða úrslit. Næstu mótherjar voru þá hinir sænsku Önnereds frá Gautaborg en sá leikur fer líklegast í sögubækurnar því þar ætlaði allt að fara á hliðina í lok leiks. Leikurinn var líka jafn og spennandi allan tímann og líklegast hefur verið slegið áhorfendamet því áhorfendur fylltu svæðið og voru allt um kring. Þegar innan við mínúta var eftir af leiknum, og við Valsstrákarnir einu marki undir, meiddist einn af okkar leikmönnum og var leikurinn þá stöðvaður. Þjálfararnir hlúðu að okkar manni og svo þegar átti að setja leikinn í gang sögðu starfsmennirnir á ritaraborðinu að tíminn væri liðinn og leikurinn því búinn. Við vorum auðvitað ekki sáttir við þessi málalok og töldum á okkur brotið og vorum sársvektir að hafa ekki getað klárað leikinn á venjulegan hátt. Önnereds var dæmdur sigur en við ekki sáttir við það og var lögð fram kæra til mótanefndar. Við tók erfiður tími þar sem við strákarnir biðum eftir því að fá upplýsingar um hvort kærán yrði skoðuð eða vísað frá en þvílíka gleðin þegar við fréttum að mótanefnd hefði dæmt þannig að leikurinn skyldi spilaður aftur. Við vorum mjög sáttir með að fá annað tækifæri til að klára leikinn en leikurinn var settur á kl. 08.00 á laugardagsmorgninum. Við fórum allir snemma að sofa því við vorum staðráðnir í að vinna leikinn og koma okkur áfram í 8-liða úrslit!!!

Efiðir og jafnir leikir og gullmark í undanúrslitum

Við vorum klárir í allt kl.08.00 á laugardagsmorgninum en það var algjör óþarfi því Önnereds mætti ekki til leiks. Okkur var því dæmdur sigur 10-0 og vorum við komnir áfram í 8 liða úrslit. Þá voru næstir á dagskrá hinir sænsku frá Lundi, Lugi 2, og fór sá leikur 26-21 fyrir Val en allir leikirnir í A-úrslitum voru erfiðir framan af og jafnt á öllum tölum. Þá var komið að Hei hándbold frá Danmörku, sem við mættum í undanúrslitum. Þann leik unnum við 15-14 en framlengt var eftir venjulegan leiktíma og skoruðum við gullmark í uppbótartíma. Þvílíka gleðin að komast í úrslitaleikinn.

Silfurverðlaun eftir æsispennandi úrslitaleik

Úrslitaleikurinn á móti Skanderborg frá Danmörku, var svo spilaður um miðjan dag á laugardag í frábæru veðri þar sem áhorfendur fylltu svæðið og mikil stemning. Leikurinn var jafn frá upphafi til enda og lögðum við okkur strákarnir alla fram við að vinna leikinn. Það var því ótrúlega fúlt þegar venjulegur leiktími var búinn og dómariinn flautaði af í stöðunni 12-11 fyrir Skanderborg og 2. sætið okkar. Við gengum þó stoltir og glaðir af velli eftir góða frammistöðu en við gerðum allt sem við gátum og hefðum alveg getað unnið ef heppnin hefði verið með okkar.

Þrátt fyrir tap í úrslitaleiknum á Partille cup áttum við frábæran síðasta dag í Gautaborg og skelltum okkur í Liseberg, tívolíð, til að gera okkur glaðan dag, en það er næsta víst að við munum aldrei gleyma þessari frábæru viku sem við áttum saman og erum alveg klárir í það að fara aftur til Partille til að vinna Gullið!

Jóhann Ágústsson fyrirliði 2008 liðsins tók saman

PARTÝBÚÐIN

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

Faxafeni 11, Reykjavík, s. 534 0534



Nám? 10. bekkur í Réttarholtsskóla.

Framtíðarstarf? Atvinnumaður í körfubolta, ekki spurning!

Hvar sérðu þig eftir 10 ár? Að spila körfubolta í útlöndum.

Af hverju Valur? Það félag sem er með körfubolta næst mér. Frábært félag.

Uppeldisfélag í körfubolta? Ég spilaði aðeins körfubolta á námskeiðum þegar ég bjó í Bandaríkjunum en byrjaði svo í Val þegar við fluttum heim þegar ég var 9 ára.

Frægur Valsari í fjölskyldunni? Sigurbjörn Hreiðarsson.

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum? Mjög vel, þau keyra mig á æfingar og koma á alla leiki.

Hjálp til í kringum liðið og hvetja mig áfram.

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? Fyrir utan mig þá er Bjóssi auðvitað meistari. Svo eru víst einhverjir KR-ingar úr móðurætt sem gerðu garðinn frægan. Mamma var víst líka góð í handbolta með Gróttu og Víking og pabbi var liðtækur með ÍBV.

Af hverju körfubolti? Af því að eldri bróðir minn var að æfa og ég hef alltaf verið með þeim hærri í bekknum mínum.

Lokatakmarkið er að komast í NBA

Páll Gústaf Einarsson er 15 ára og leikur körfubolta með 10. flokki

Það lá beint við að fara í körfu. Svo er þetta góður hópur sem æfir með mér í Val.

Eftirminnilegast úr boltanum? Þegar við urðum deildarmeistarar í vor í 2. deild með sætum sigri á Haukum sem við vorum búnir að tapa of oft fyrir á síðustu árum.

Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili? Það voru ekki mikil vonbrigði, við áttum gott tímabil.

Stærsta stundin á þessu ári? Deildarmeistaratítilinn, að fá að lyfta bikarum.

Markmið fyrir þetta tímabil? Vera í topp fjögurra liða og komast í úrslitakeppnina í efstu deild.

Besti stuðningsmaðurinn? Af minn, mér þykir vænt um þegar hann kemst á leiki.

Erfiðustu samherjarnir? Stormur er sterkur andstæðingur, erfitt að vera á móti honum á æfingum.

Erfiðustu mótherjarnir? Stjarnan er með sterkt lið í okkar aldursflokki.

Hvernig líst þér á yngri flokkana íkörfuboltahjá Val? Mér líst mjög vel á það, mjög efnilegir flokkar og gott starf.

Fyrirmynd þín í körfubolta? Jason Tatum er upphálds leikmaðurinn minn og ég horfi upp til hans. Hann spilar líka fyrir uppháldslíðið mitt Boston Celtics.

Hverjir eru helstu styrkleikar þínir?

Ég er góður með boltann, hef góða yfirsýn yfir völinn og sterkur í vörn. Hæðin er ekkert að skemma fyrir mér.

Draumur um atvinnumennsku í körfubolta? Lokatakmarkið er að komast í NBA.

Landsliðsdraumar þínir? Stefnan er sett á A-landsliðið.

Nokkur orð um núverandi þjálfarteymi? Dóri og Gústi eru geggjaðir þjálfarar, skemmtilegir og góðir. Hjálpa manni mikið að taka framförum. Þeir eru góður dúett.

Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val? Að allir hafi sömu tækifæri til að æfa og að gera báðum jafn hátt undir höfði. Mér finnst Valur standa sig vel.

Eftirminnilegasti viðburður hjá Val á árinu að þínu mati? Úrslitakeppni hjá mfl. kvenna og karla. Geggjað hjá stelpunum að vinna Keflavík og jafn djöfulegt að strákarnir skyldu tapa fyrir Tindastól á síðustu sekúndunum.

Skemmtileg staðreynd um þig? Ég hef búið í þremur heimsálfum (bjó í Buenos Aires og Boston) og ég sá Messi verða heimsmeistara í Qatar, það var geðveikt.

ALARK

arkitektar ehf.

JÓL 2023

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

ÍPRÓTTAMIÐSTÖÐ DALABYGGÐAR

Íþróttamiðstöð Dalabyggðar



KOLEFNISJAFNAÐUR AKSTUR

KOLVIÐUR
ICELAND CARBON FUND



HÓPBÍLAR

25
ÁRA
1995-2020



Meistaraflokkur kvenna í handknattleik 2023–2024. Aftari röð frá vinstri: Morgan Marie Porkelsdóttir, Hildigunnur Einarsdóttir, Hafðís Renetudóttir, Mariam Eradze, Kristbjörg Erlingsdóttir og Hildur Björnsdóttir. Miðröð frá vinstri: Thea Imani Sturludóttir, Sara Sif Helgadóttir, Sigríður Hauksdóttir, Elin Rósa Magnúsdóttir, Lilja Ágústsdóttir og Ásdis Ágústsdóttir. Fremsta röð frá vinstri: Lovisa Thompson, Auður Ester Gestsdóttir, Þórey Anna Asgeirsdóttir, Dagur Snær Steingrímsson aðstoðarþjálfari, Ágúst Jóhannsson þjálfari, Ásthildur Jóna Þórhallsdóttir og Arna Karítas Eiríksdóttir. Ljós. Baldur Þorgilsson.

Eftirminnilegt handboltaár og toppbarátta á öllum sviðum

Ársskýrsla handknattleiksdeildar Vals 2022–2023

Síðasta tímabil verður eftirminnilegt í sögu handknattleiksdeildarinnar bæði var árangur innan vallar mjög góður en ekki var síður eftirminnileg þátttaka karlaliðsins í Evrópudeildinni sem var metnaðarfull og eflði samstarf innan félagsins þvert á deildir.

Meistaraflokkur kvenna

Eins og undanfarin ár þá var meistaraflokkur kvenna í toppbaráttunni á öllum vígstöðum þetta árið. Liðið er skipað firmasterkri og skemmtilegri blöndu af reyndum leikmönnum í bland við fullt af

ungum og efnilegum leikmönnum sem eru farnar að banka á dyrnar hjá meistaraflokki af fullum krafti. Framtíðin er mjög björt og að auki, í ljósi þess frábæra árangurs sem yngri flokkar félagsins hafa sýnt á undanförunum misserum, þá er ljóst að Valur mun væntanlega halda áfram að vera í toppbaráttu í íslenskum handbolta á komandi árum.

Þjálfari kvennaliðsins er Ágúst Jóhannsson eins og svo mörg undanfarin ár. Ágúst er með frábært teymi en það skipa: Dagur Snær Steingrímsson aðstoðarþjálfari, Hlynur Morthes markmannsþjálfari, Viðar Bjarnason styrktar-



Ágúst Jóhannsson þjálfari meistaraflokks kvenna.



Meistaraflokkur karla í handknattleik 2023–2024. Aftasta röð frá vinstri: Daniel Örn Guðmundsson, Alexander Petersson, Tjörvi Týr Gíslason, Breki Hrafn Valdimarsson, Tómas Sigurðsson, Aron Dagur Pálsson, Róbert Horstet, Jóel Bernburg, Finni Jóhannsson, Daniel Þórðarson. Miðröð frá vinstri: Óskar Bjarni Óskarsson þjálfari, Agnar Smári Jónsson, Allan Norðberg, Vignir Stefánsson, Alexander Örn Júlíusson, Andri Finnsson, Viktor Sigurðsson, Úlfar Páll Monsi Þórðarson, Anton Rúnarsson aðstoðarþjálfari og Jón Gunnar Kristjánsson. Fremsta röð til vinstri: Magnús Óli Magnússon, Bergur Eli Rúnarsson, Stefán Pétursson, Björgvin Páll Gústavsson, Arnar Þór Fylkisson, Benedikt Gunnar Óskarsson og Ísak Gústafsson. Ljós. Baldur Þorgilsson.

þjálfari, Björg Guðmundsdóttir liðsstjóri og Sólveig Lóa Höskuldsdóttir sjúkraþjálfari.

Liðið háði harða baráttu við lið ÍBV allt tímabilið og mátti sjá eftir deildarmeistaratitlinum til Vestmannaeyja á síðustu stundu. Við lentum svo í öðru sæti í bikarkeppninni þar sem úrslitaleikurinn tapaðist einnig á móti ÍBV. Hápunktur tímabilsins var svo þegar stelpurnar okkar lyftu sjálfum Íslandsmeistaratitlinum á vormánuðum í Vestmannaeyjum eftir harða baráttu við Eyjakonur, það varð ákaflega sætur endir á mögnuðu tímabili.

Liðið tók í ár þátt í forkeppni Evrópu-deildarinnar fyrst íslenskra kvennaliða en datt út á móti firnasterku liði Dunarea Braila frá Rúmeníu sem einnig sló út þýska liðið Dortmund og er því komið í riðlakeppnina þar. Þegar þessi orð eru skrifuð í lok nóvember þá er liðið á toppi deildarinnar ásamt Haukum, komnar áfram í bikarkeppninni og ljóst að mjög spennandi tímabil er framundan.

Eins og venjulega urðu nokkrar breytingar á leikmannahópnum. Þessar stúlkur kvöddu okkur að sinni og þökkum við þeim kærlega fyrir framlag þeirra til Vals Karlotta Kjerúlfr Óskarsdóttir fór til Gróttu, Hanna Karen Ólafsdóttir til ÍR, Hrafnhildur Anna Þorleifs-

dóttir og Brynja Benediktsdóttir fóru síðan að láni til FH. Þessar stúlkur komu svo til liðs við okkur og bjóðum við þær að sjálfsgöðu hjartanlega velkomnar í Val: Hafðis Renétudóttir frá Fram, Ágústa Rún Jónasdóttir frá HK og Anna Úrsúla Guðmundsdóttir sem tók skóna fram að nýju.

Meistaraflokkur karla

Tímabilið 2022–2023 er líklega eitt stærsta tímabil sem meistaraflokkur karla hjá Val hefur farið í gegnum. Þegar tímabilið er gert upp þá enduðum við sem deildarmeistarar og komumst í 16 liða úrslit EHF Evrópu-deildarinnar.



Valsstelpur meistarar meistaranna í handbolta 2023 eftir sigur á ÍBV. Aftasta röð frá vinstri: Anna Úrsúla Guðmundsdóttir, Hafðis Renétudóttir, Mariam Eradze, Thea Imani Sturludóttir, Þórey Anna Ásgeirsdóttir, Lilja Ágústsdóttir, Elin Rósa Magnúsdóttir, Ágústa Rún Jónasdóttir, Hildur Björnsdóttir, Lovisa Thompson og Arna Sif Jónsdóttir Milliröð: Hildigunnur Einarsdóttir. Fremri röð frá vinstri: Sigríður Hauksdóttir, Ásdís Ágústsdóttir, Morgan Marie Þorkelsdóttir, Auður Ester Gestsdóttir, Ásthildur Jóna Þórhallsdóttir, Arna Karítas Eiríksdóttir, Ásrún Inga Arnarsdóttir og Sara Sif Helgadóttir.



Magnús Óli Magnússon náði þeim áfanga árið 2023 að leika 150 leiki fyrir Val í handbolta og Þorgils Jón Svölu og Baldursson fór til Svíþjóðar í atvinnumennsku í handbolta. Ljós. Baldur Þorgilsson.

Eftir að hafa unnið hvern titilinn af öðrum á undanförunum árum þá var liðið búið að vinna sér inn réttinn til þess að taka þátt í riðlakeppni Evrópueldarinnar. Þátttaka í Evrópukeppnin ein og sér var risastórt verkefni fyrir leikmenn, allt félagið og í raun bara fyrir íslenskan handbolta. Þarna fengum við að sjá drengina okkar á stóra sviðinu, keppa á móti nokkrum af betri liðum Evrópu. Það kom bersýnilega í ljós hversu öflugt lið

við höfum haft yfir að ráða á undanförunum árum. Liðið spilaði 12 leiki í keppninni sem jók álagið verulega á allt liðið. Við enduðum svo keppnina á því að detta út í 16-liða úrslitum á móti þýska stórliðinu Göppingen og árangurinn var því framar vonum. Þetta er verkefni sem við sem félag getum verið mjög stolt af og kennir okkur að alltaf þegar við fáum tækifæri til þess að mæta sterkum liðum utan úr heimi þá eigum við að gera allt



Hildigunnur Einarsdóttir náði þeim áfanga árið 2023 að spila 200 leiki fyrir Val í handbolta. Ljós. Baldur Þorgilsson.

sem hægt er til þess að það verði að veruleika. En álagið tók líka sinn toll og eftir að Evrópukeppninni lauk fataðist okkar drengjum flugið. Tímabilið varð endasleppt í deildinni heima en mun lengi lifa í minningunni þrátt fyrir það.

Þjálfari liðsins var Snorri Steinn Guðjónsson og honum til aðstoðar var Óskar Bjarni Óskarsson, Hlynur Morthens var liðsstjóri og Jón Gunnar Kristjánsson sá um sjúkrahjálfunina. Eftir tímabilið lét Snorri Steinn svo af störfum sem þjálfari liðsins og tók við íslenska landsliðinu. Óskar Bjarni Óskarsson okkar reyndasti þjálfari var fyrsti valkostur sem næsti þjálfari og mikil ánægja með að hann hafi ákveðið að stökkva á vagninn með okkur. Honum til aðstoðar eru svo Björgvin Páll Gústavsson og Anton Rúnarsson sem sneri til baka eftir atvinnumennsku í Þýskalandi. Liðsstjóri í ár er Finni Jóhannsson, styrktarþjálfari er Daniel Þórðarsson og áram er Jón Gunnar sjúkrahjálfari.

Þessir drengir kvöddu okkur að sinni og þökkum við þeim kærlega fyrir framlag þeirra til Vals:

- Þorgils Jón Svölu Baldursson, Svíþjóð
- Arnór Snær Óskarsson, Þýskaland
- Stiven Tobar Valencia, Portúgal
- Motoki Sakai, Japan
- Finnur Ingi Stefánsson, hættur
- Ísak Logi Einarsson, Stjarnan
- Tryggvi Garðar Jónsson, Fram
- Dagur Möller, Fram
- Áki Hlynur Andrason, Gróttu

Nokkrir nýir leikmenn gengu svo til liðs við okkur og bjóðum við þá að sjálfsögðu hjartanlega velkomna í Val:

- Úlfar Páll Monsi Þórðarson, UMFA
- Allan Norðberg, KA
- Ísak Gústafsson, Selfoss
- Viktor Sigurðsson, ÍR
- Alexander Petersson, Þýskaland
- Arnar Þór Fylkisson, Þór Akueyri

Landsliðsfólk Vals

Valur átti einn leikmann í A-landsliði karla á HM í Svíþjóð 2023 en það var markvörðurinn Björgvin Páll Gústavsson en Ágúst Þór Jóhannsson var aðstoðarþjálfari liðsins. Einnig voru þarna fyrrverandi leikmenn Vals þeir Ýmir Örn Gíslason og Ómar Ingi Magnússon.

Ágúst Þór tók svo tímabundið við landsliðinu eftir HM ásamt Gunnari

Magnússyni (þjálfari UMFA) og stýrðu þeir liðinu í fjórum leikjum í undan-keppni EM, sigruðu þrjá af fjórum leikjum, ekki slæmur árangur það.

Tilkynnt var á vormánuðum að Snorri Steinn Guðjónsson yrði næsti landsliðs-þjálfari og vonandi nær hann að setja mark sitt á liðið, svipað og hann gerði með karlalið Vals, óskum við honum góðs gengis á nýjum vettvangi. Tveir uppdair Valsdrengrir léku sína fyrstu landsleiki á árinu, þeir Stiven Tobar Valencia og Einar Þorsteinn Ólafsson og óskum við þeim til hamingju og vonumst til að sjá þá meira á þeim vettvangi á næstu árum.

Kvennalandslið Íslands fer nú á HM og mun leika í Stavanger í Noregiog þar eigum við Valsmenn marga þátttakendur en í liðinu verða sex leikmenn frá Val, þær Elín Rósa Magnúsdóttir, Hafðís Renötudóttir, Hildigunnur Einarsdóttir, Lilja Ágústsdóttir, Thea Imani Sturludóttir og Þórey Anna Ásgeirsdóttir. Síðan er Ágúst Þór Jóhannsson aðstoðarþjálfari liðsins og Hlynur Morthens markmanns-þjálfari.

20 ára landslið karla endaði í þriðja sæti á HM í Grikklandi/Þýskalandi og þar voru fulltrúar Vals þeir Andri Finnsson, Benedikt Gunnar Óskarsson og Ísak Gústafsson. Hlynur Morthens var markmannsþjálfari liðsins og liðsstjóri var Guðni Jónsson en hann er einnig liðsstjóri A-landsliðs karla og hefur verið það undanfarin ár.

18 ára landslið karla lék á HM í Króatíu í sumar og endaði liðið í 19. sæti en þjálfari liðsins er Heimir Ríkarðsson. Með liðinu léku þeir Daniel Örn Guðmundsson og Þorvaldur Örn Þorvaldsson sem hafa verið að stíga sín fyrstu skref með meistaraflokknum hjá okkur í vetur.

20 ára landslið kvenna lék á EM í Rúmeníu og það að liðið hafi tekið þátt í A-úrslitum var stærsti sigurinn en oftast nær eru kvennaliðin okkar í B-úrslitum. Þær tryggðu sér þátttökurétt á HM næsta sumar með að ná 13. sætinu. Þjálfari liðsins var Ágúst Þór Jóhannsson og áttum við Valsmenn tvo leikmenn í liðinu þær Brynju Benediktsdóttir og Lilju Ágústsdóttur. Þess ber að geta að Lilja var markahæsti leikmaður íslensku leikmannanna og var fjórum sinnum valinn maður leiksins, frábær leikmaður sem fer með A-landsliðinu á HM í nóvember.

18 ára landslið kvenna spilaði á EM í Svartfjallalandi og endaði í 15. sæti. Þar áttum við marga fulltrúa enda margar efnilegar stelpur að koma upp í félaginu.



Finnur Ingi Stefánsson lagði handknattleiksskóna á hilluna eftir farsælan feril og hann vann 8 titla með Val.

Þær sem tóku þátt á EM í sumar voru þær Arna Karitas Eiríksdóttir, Ásrún Inga Arnarsdóttir, Ásthildur Jóna Þórhallsdóttir, Guðrún Hekla Traustadóttir og nýjasti leikmaður í þessum hóp sem kom úr HK, Ágústa Rún Jónasdóttir.

16 ára landslið kvenna spilaði tvo æfingaleiki við Færeyjar í maí og þar spiluðu nokkrar stúlkur sína fyrstu landsleiki, þær Ester Guðbjartsdóttir, Hrafnhildur Markúsdóttir, Laufey Helga Óskarsdóttir og Sigrún Þórarinsdóttir.

Yngri flokkar Vals

Yngri flokkar Vals eru stolt okkar og það að ala upp verðandi meistaraflokksleikmenn og leikmenn sem eiga góðar minningar frá Val og vilja þjálfra, dæma eða hjálpa til er mjög mikilvægt fyrir öll félög. Árangur mælist í ýmsu og ekki bara titlum eða árangri inni á vellinum, krafan um gildi og að þjálfra upp betri manneskjur er að aukast og það er jákvætt. Þjálfurum yngri flokka Vals er



Glæsilegur hópur Valsstúlkna í landsliðsæfingaserð (U15, U17 og U19) í Færeyjum með Ágústi Jóhannessyni landsliðsþjálfara og þjálfara meistaraflokks Vals. Efri röð frá vinstri: Lilja Ágústsdóttir (U19), Ásrún Inga Arnarsdóttir (U17), Guðrún Hekla Traustadóttir (U17), Ásthildur Jóna Þórhallsdóttir (U17) og Ágúst Jóhannsson þjálfari. Neðri röð frá vinstri: Laufey Helga Óskarsdóttir (U15), Brynja Katrín Benediktsdóttir (U19), Hrafnhildur Markúsdóttir (U15), Ester Elisabet Guðbjartsdóttir (U15) og Sigrún Erla Þórarinsdóttir (U15).



Íslands- og deildarmeistarar 4. flokks yngri í handknattleik karla 2023. Efri röð frá vinstri: Starkaður Björnsson, Örn Kolar Kjartansson, Erling Hólm Ottason, Viktor Númi Björnsson, Logi Finnsson, Anton Máni Francisco Helderesson og Arnar Daði Arnarsson þjálfari. Neðri röð frá vinstri: Kristinn Sighvatsson, Alexander Arnarsson, Þórhallur Höskuldsson, Jóhann Ágústsson, Kári Steinn Guðmundsson, Sigurður Atli Ragnarsson og Bjarki Snorrason. Á myndina vantar: Gunnar Róbertsson og Grétar Áka Andersen þjálfara.



Íslandsmeistarar 5. flokks eldri í handknattleik kvenna fjórða árið í röð sem urðu einnig bikarmeistarar 2023. Efri röð frá vinstri: Óskar Bjarni Óskarsson þjálfari, Anita Kristín Jónsdóttir, Arna Sif Jónsdóttir, Hekla Hrund Andradóttir og Sólrún Una Einarsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Lena Líf Orradóttir, Laufey Helga Óskarsdóttir, Alba Mist Gunnarsdóttir og Anna Margrét Alfreðsdóttir. HÉR VANTAR NOKKUR NÖFN



Bikarmeistarar í 4. flokki kvenna í handknattleik 2023 og fengu silfurverðlaun á Íslandsmótinu. Efri röð frá vinstri: Björn Ingi Levi Jónsson þjálfari, Hrafnhildur Markúsdóttir, Arna Karitas Eiríksdóttir, Sigrún Erla Þórarinsdóttir, Benedikta Björk Pastardóttir, Guðrún Hekla Traustadóttir, Oddný Mínervudóttir, Þórunn Mínervudóttir, Arna Sif Jónsdóttir og Arnar Daði Arnarsson þjálfari. Neðri röð frá vinstri: Ester Elisabet Guðbjartsdóttir, Erla Sif Leósdóttir, Laufey Helga Óskarsdóttir, Eva Steinsen Jónsdóttir, Kristina Phuong Anh Nguyen, Steinunn Hildur Pétursdóttir og Katla Margrét Óskarsdóttir.

Þakkað þeirra frábæra starf, að leiðbeina, búa til liðsheilid, fá krakkana til að hjálpa til við ýmislegt og að sjálfsögðu að bæta sig í handbolta, starfið er margt. Við teljum okkur heppin að eiga þjálfara sem sinna þessu af mikilli fórnfýsi og metnaði.

Anton Rúnarsson kom í sumar heim úr atvinnumennsku og tók við af Óskari Bjarna sem yfirþjálfari yngri flokka, en hann er að koma sterkur inn og stendur sig frábærlega, uppallinn Valsari með hjartað á réttum stað. Við bindum miklar vonir við störf Antons í kringum barna- og unglingsstarfið sem á alltaf að vera í fyrsta sæti. Björn Ingi Jónsson hætti þjálfun hjá okkur eftir síðastliðinn vetur og tók við sem aðstoðarþjálfari meistaraflokks kvenna hjá FH fyrir þennan vetur og þökkum við honum fyrir frábæra vinnu kringum kvennaflokka félagsins undanfarin ár.

En af árangri inni á vellinum þá varð 4. flokkur karla yngri (2008 árgangur) deildar- og Íslandsmeistari og þessir strákar unnu einnig Norden Cup milli jóla og nýárs 2022 og enduðu í 2. sæti á Partille Cup í sumar, margir framtíðar meistaraflokksleikmenn þar á ferðinni.

4. flokkur kvenna varð bikarmeistari og 2008 stelpurnar enduðu í 2. sæti á Norden Cup 2022. 5. flokkur kvenna eldri (2009) urðu Íslands- og bikarmeistarar og 3. flokkur kvenna endaði í 2. sæti á Íslandsmótinu og 2. sæti í bikarkeppni HSÍ og var það frábær árangur.

Í yngri flokkunum eru að koma upp sterkir og góðir árgangar sem þarf að hlúa vel að. Við teljum okkur heppin að eiga góða þjálfara sem sinna starfinu mjög vel. Sem dæmi eru Heimir Ríkarðsson, Dagur Snær Steingrímsson, Grétar Áki Andersen, Arnar Daði Arnarsson, Ingimundur Ingimundarson og Baldvin Fróði Hauksson, þeir eru allir búnir að vera lengi hjá okkur og vinna frábært starf, ásamt mörgum ungum og efnilegum þjálfurum. Þarna eiga okkar bestu þjálfarar að vera, að sinna framtíðinni.

Sjálfbóðaliðar

Í upphafi tímabilsins var haldinn stór fundur sjálfbóðaliða þar sem farið var yfir skipulag vetrarins. Það var ljóst að með þátttöku í Evrópu deildinni yrði starfið mun meira en áður þar sem miklar kröfur eru gerðar frá EHF á þau félög sem taka þátt. Það var frábært að sjá allt það fólk sem tilbúið var að leggja hönd á plóg fyrir félagið og deildina okkar. Sjálf-

boðaliðar sáu t.d. um að hafa VIP með drykk og mat opið í sex skipti þar sem um 2500 manns sóttu, setja upp salinn fyrir leiki, taka niður salinn, halda blaðamannafundi, sækja liðin út á flugvöll, skila þeim af okkur og svo margt meira. Það sem stóð líka upp úr að þarna komu að sjálfboðaliðar úr öllum deildum og yljár það manni um hjartarætur þegar Valssamfélagið stendur svona þétt saman.

Uppskeruhátíð meistaraflokka Vals 2023

Uppskeruhátíð handknattleiksdeildar var haldin í maí. Á uppskeruhátíðina mættu allir leikmenn og starfslíð meistaraflokka. Það sem er líka orðið mjög skemmtilegt, er að sjálfboðaliðar deildarinnar mæta vel á hátíðina sem gerir hana enn skemmtilegri. Það eru jú ansi margar hendur sem koma að starfi deildarinnar á einu keppnistímabili.

Á uppskeruhátíð Vals fengu eftirtaldir viðurkenningar fyrir tímabilið.

Leikjaverðlaun

Meistaraflokkur kvenna

- + 100 leikir: Elín Rósa Magnúsdóttir
- + 150 leikir: Auður Ester Gestsdóttir
- + 200 leikir: Hildigunnur Einarsdóttir

Meistaraflokkur karla

- + 100 leikir: Benedikt Gunnar Óskarsson og Tjörvi Týr Gíslason
- + 150 leikir: Arnór Snær Óskarsson, Magnús Óli Magnússon og Stiven Tobar Valencia
- + 250 leikir: Finnur Ingi Stefánsson
- + 350 leikir: Alexander Örn Júlíusson og Vignir Stefánsson

Meistaraflokkur karla

Efnilegasti leikmaður: Tryggvi Garðar Jónsson

Mikilvægasti leikmaður: Björgvin Páll Gústavsson

Besti leikmaður: Benedikt Gunnar Óskarsson

Besti leikmaður Vals U-karla: Breki Hrafn Valdimarsson

Meistaraflokkur kvenna

Efnilegasti leikmaður: Karlotta Kjerúlff Óskarsdóttir,

Mikilvægasti leikmaður: Mariam Eradze

Besti leikmaður U-lið: Brynja Katrín Benediksdóttir



Stjórn handknattleiksdeildar Vals

Að venju var kosin stjórn hkd. Vals og er Jón Halldórsson formaður deildarinnar, Eva Gunnlaugsdóttir varaformaður, meðstjórnendur eru svo Fannar Þorbjörnsson, Friðrik Hjörleifsson, Gunnar Freyr Sverrisson, Páll Grétar Steingrímsson, Svala Þormódsdóttir og Theódór Hjalti Valsson.

Lokaorð

Það að fá að taka þátt í samfélagi eins og Valur stendur fyrir, eru að mínu mati forréttindi. Það að fá að koma að Hlíðarenda og taka fullan þátt í því öflugra starfi sem þar er unnið, gefur svo margfalt til baka. Allt fólk, leikmenn, þjálfarar, starfsfólk og sjálfboðaliðar verður stór hluti af lífi manns. Fyrir þetta verð ég ávallt þakklátur.

Fyrir hönd stjórnar handknattleiksdeildar þakka ég öllu okkar Valssamfélagi fyrir árið sem er að líða og við hlökkum til að hlúa áfram að handknattleiksdeild Vals af alúð og metnaði.

Jón Halldórsson, formaður handknattleiksdeildar Vals

Yngri flokkar í handknattleik.

8. flokkur karla (Magnús Karl)

Markmið okkar voru aðallega að hafa gaman og ná réttri skottækni og hreyfifærni og gekk það mjög vel. Skemmtilegir strákar og margir leiðtogar innan hópsins. Eru með æfingar sem byggja upp liðsheild. Vorum einnig með bikar 1 sinni í viku fyrir besta liðsfélagann. Gaman að vera með strákunum, skemmtilegir og fyndnir, sem hjálpa hver öðrum. Tóku þátt í fjórum mótum sem gengu mjög vel.

8. flokkur kvenna (Diddi)

Markmiðið var að kynna fyrir stelpunum hvað handbolti er skemmtileg liðsþrótt ásamt því að fara yfir helstu grunnatriði í tækni og reglum leiksins. Miklar framfarir hjá þeim í vetur, sérstaklega tæknilega og eru jákvæðar og óhræddar að prófa sig áfram. Gleði og samheldni einkenna flokkinn. Fóru saman á æfingu hjá fótboltanum og fótboltinn kom á æfingu til okkar. Fengu að leiða meistaraflokk inn á völlinn í nokkur skipti. 22 skráðar í flokkinn og tóku þátt í öllum fjórum mótunum í vetur, með 4 lið oftast. Stóðu sig frábærlega á öllum mótunum.



Þjálfarar yngri flokka Vals í handbolta. Frá vinstri: Heimir Ríkarðsson, Fannar Örn Þorbjörnsson, Dagur Snær Steingrímsson, Baldvin Fróði Hauksson, Björn Ingi Jónsson og Grétar Áki Andersen.



Þjálfarar yngri flokka Vals í handbolta. Frá vinstri: Óskar Bjarni Óskarsson, Magnús Karl Magnússon, Baldvin Fróði Hauksson, Ingimundur Ingimundarson, Lilja Ágústsdóttir og Katla Margrét Óskarsdóttir.

7. flokkur karla (Diddi)

Markmiðið var að halda áfram með grunnatriði í tækni og hreyfingum auk þess að leggja meiri og meiri áherslu á skilning á leiknum. Tæknilega séð eru margir í flokknum komnir mjög langt miðað við aldur. Ótrúleg orka og keppni einkenna hópinn. Almennar æfingar sem styrkja og hvetja þá til að vera virkir þátttakendur í jákvæðri liðsheild. Gáfum okkur tíma til að ræða hvað það merkir að vera hluti af liði og þá hvernig liðsheild við viljum tilheyra. Leiddum meistaraflokk inn á völlinn á Hlíðarenda. Um 40 eru skráðir í flokkinn sem tók þátt í öllum 5 mótunum í vetur, enduðum á gistimóti á Selfossi, mjög skemmtilegt þar sem þeir stóðu sig frábærlega innan vallar sem utan ásamt foreldrum. Góð þátttaka í mótum, voru mest með 9 lið.

7. flokkur kvenna (Diddi)

Markmiðið að halda áfram með grunnatriði í tækni og hreyfingum auk þess að leggja meiri og meiri áherslu á skilning á leiknum. Oftast gekk það mjög vel, margar sem tóku miklum framförum í grunnatriðum og gaman að sjá hvað sjálfstraustið jókst með þeim inni á vellinum. Hópurinn í heild styrktist þegar leið á veturinn og jafnaðist mikið. Húmor og keppnisskap einkenna hópinn - alltaf stutt í grínið hjá þeim en þær láta heldur ekki vaða yfir sig og „gefa ekkert eftir“. Tóku þátt í nokkrum leikjum með meistaraflokki kvenna með því að leiða inn á völlinn á Hlíðarenda og í Höllinni. Ræddum málin mikið á æfingum hvað það felur í sér að vera hluti af liði og hvað hver og ein getur gert til að stuðla að sterkari liðsheild. Blönduðum liðum meira en áður. 25 skráðar í flokkinn sem tók þátt í öllum mótum í vetur, 5 talsins, 4–6 lið í móti. Stóðu sig frábærlega á

öllum mótunum og sýndu framfarir frá móti til móts. Enduðum veturinn á gisti-móti á Selfossi þar sem allar sýndu sínar bestu hliðar innan vallar sem utan enda með frábæra liðsstjóra á vaktinni.

6. flokkur karla (Diddi)

Markmiðið var að auka leikskilning og flæði í spili sóknarlega, grunnatriði varnarleiks ásamt því að halda áfram að bæta sig sem einstaklingar í tæknilegum grunnatriðum. Bættu sig jafnt og þétt yfir veturinn í öllum þessum atriðum. Ótrúlega samheldinn og þéttur hópur. Æfingar og keppnir á æfingum sem stuðla að uppbyggingu liðsheildar ásamt því að gefa tíma á æfingum til að ræða mikilvægi jákvæðrar liðsheildar og hvernig liðsheild við viljum vera hluti af og þá hvað hver og einn getur lagt til í það að ná því fram. Fóru í tvær rútuferðir til Akureyrar að keppa, í nóvember (eldra ár) og svo seinni í maí (yngra ár). Langt símalaut ferðalag sem þjappaði hópnum vel saman. Tæplega 40 skráðir í flokkinn, með 4 lið á eldra ári og 2 lið á yngra ári. Eldra ár: 6. sæti á Íslandsmóti, Valur 1, 2, 3, og 4 stóðu sig öll vel þegar horft er yfir veturinn. Yngra ár: 5. sæti á Íslandsmóti. Stefnan sett sett á topp 3 næsta tímabil fyrir öll liðin.

6. flokkur kvenna (Maggi)

Markmiðin voru að hafa gaman og læra að spila handbolta. Læra vörn og sókn og gekk það mjög vel. Bæði með æfingar sem hjálpa til við að byggja upp liðsheild og tvisvar sinnum hitting utan æfinga með leiki og spil. Stelpurnar eru skemmtilegir einstaklingar og hafa vilja til að læra handbolta. Auðvelt að kenna þeim. Mótin gengu öll mjög vel og bættingar voru hjá stelpunum á hverju móti. Eldra árið vann síðasta mótið og endaði í 1. deild. Lið 1 á yngra árinu endaði einnig í 1. deild og var 3 stigum frá því að verða Íslandsmeistari. Lið 2 og 3 stóð sig líka mjög vel og enduðu bæði lið í 2. deild fyrir síðasta mót.

5. flokkur karla (Baldvin/Maggi)

Markmiðið var að bæta sig jafnt sem einstaklingar og sem lið. Að auka leikskilning og hreyfifærni, ná tökum á grunnatriðum í vörn og sókn. Hafa gaman og verða betri liðsfélagar. Það gekk vel heilt yfir, en of oft árekstur við aðrar íþróttir, leiki eða viðburði innan félagsins. Stórt keppnisskap á æfingum og í leikjum en alltaf líf og fjör í kring. Við horfðum saman á leiki Íslands á HM og Vals í Evr-



6. flokkur karla.



6. flokkur kvenna.



5. flokkur karla.

ópudeildinni. Vorum með fundi um markmiðasetningu og hugarfar ásamt fleiru of reglulega með skemmtilegar keppnir á æfingum. Eldra ár tók þátt í fimm mótum, fjögur mót í 2. deild og eitt í 1. deild. Margir hörkuleikir og bættingar á milli móta. Yngra ár tók þátt í fimm mótum, fjögur mót í 3. deild og eitt í 2.

deild. Oft var erfitt að ná í lið en strákararnir stóðu sig mjög vel.

5. flokkur kvenna

Markmiðið var að halda þessum góða fjölda við efnið, bæta sig jafnt og þétt og verða traustari og betri hópur. Það gekk nokkuð vel, fjölmennur og skemmtilegur flokkur, samanstendur af mörgum hæfi-



5. flokkur kvenna.



5. flokkur kvenna.

leikaríkum og skemmtilegum einstaklingum, áhugasamar stelpur sem munu án efa ná langt og verða góðar vinkonur, sem er afar mikilvægt. Sterk áhugahvöt ein-kennir hópinn, metnaður að bæta sig og duglegar að mæta á leiki og viðburði félagsins. Horfðum á leik HM, foreldrabolti og skemmtiæfingar. Flokkurinn tók þátt í 12 mótum, 10 Íslandsmótum og 2 bikarmótum (6 á yngra ári og 6 á eldra ári). Yngra árið var með eitt lið og endaði í 1. deild eftir að hafa farið upp og niður gegnum veturinn en endaði á góðu nótunum enda eiga þær það skilið. 5. fl. eldri endaði sem Íslandsmeistari fjórða árið í röð og urðu einnig bikarmeistarar, hafa ekki tapað leik í 3 ár en það mikilvægasta er þó hve góðir félagar þær eru, sterk liðsheild og duglegar að gera aðrar betri, sterkir Valskaraktarar.

4. flokkur karla (Grétar Áki og Arnar)

Helstu markmið voru að það yrði stígandi í okkar leik og við værum að bæta okkur frá byrjun vetrar og fram að vori bæði varnar- og sóknarlega. Tókst mjög vel þar sem flestir leikmenn tóku miklum framförum og voru partur af vörn og sókn og bættu sig mikið frá því. Duglegir, vilja æfa mikið og gera kröfur á þjálfarana og til hvers annars. fjölgaði um 3 í vetur. Einnig meðan HM karla var í gangi þá hittust allir og horfðu saman á ÍSL-SVÍ með pizzum. Strákarnir eru miklir vinir allir og hafa gaman af því að mæta á æfingar og vera í íþróttahúsinu. Þrjú lið skráð, eitt á eldra ári sem stóð sig feykilega vel, enduðu með 21 stig og í 3. sæti, töpuðu í undanúrslitum bæði í bikar- og. Tvö lið á yngra árinu, Valur 2 stóð sig frábærlega í 2. deildinni og unnu með yfirburðum og töpuðu bara einum leik í vetur. Valur 1 á yngra árinu urðu deildar- og Íslandsmeistarar og Norden Cup



4. flokkur karla.



4. flokkur kvenna.

meistarar, frábær vetur hjá þessum efnilegu Völsurum.

Viðurkenningar 4. flokkur yngri.

Leikmaður flokksins: Gunnar Róbertsson og Bjarki Snorrason.

Mestu framfarir: Anton Máni Helderson Francisco.

Viðurkenningar 4. flokkur eldri.

Leikmaður flokksins: Dagur Leó Fannarsson.

Mestu framfarir: Daníel Montoro.

4. flokkur kvenna (Bjössi)

Helstu markmið flokksins var að bæta leik liðsins og leikmann jafnt og þétt yfir tímabilið og búa til þéttan og góðan hóp og góða félagsmenn. Vel tókst að framfylgja markmiðum vetrarins. Stelpurnar voru duglegar að hittast á leikjum meistaraflokkanna í vetur og varð enn samheldnari í vetur. Sterk liðsheild ein-kennir hópinn þar sem allar eru góðar vinkonur. Þær eru hörkuduglegar og alltaf tilbúnar að leggja mjög hart að sér. Stelpurnar voru mjög duglegar að mæta á leiki hjá meistaraflokkunum og sérstaklega hjá meistaraflokki kvenna þar sem þær voru



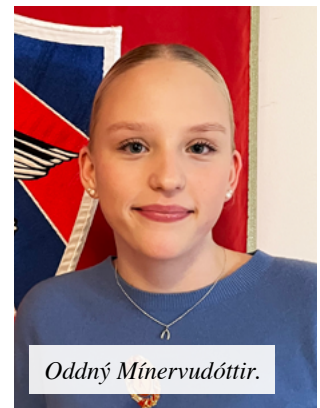
Anton Máni Heldersson.



Daniél Montoro.



Arna Karitas Eiríksdóttir.



Oddný Mínervudóttir.



Dagur Leó Fannarsson.



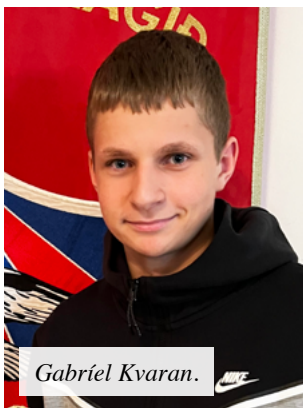
Höskuldur Tinni Einarsson Maggabíkarinn.



Katla Margrét Óskarsdóttir.



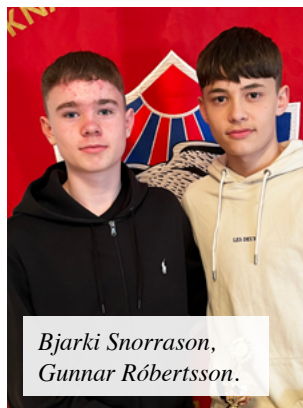
Lilja Ágústsdóttir.



Gabríel Kvaran.



Þorvaldur Örn Þorvaldsson.



Bjarki Snorrason,
Gunnar Róbertsson.



Brynja Katrín Benedíktsdóttir.



Silfurlíð 4. flokks kvenna í handbolta á Íslandsmótinu. Frá vinstri: Arnar Daði Arnarsson, Eva Steinsen Jónsdóttir, Þórunn Mínervudóttir, Kristína Phuong Anh Nguyen, Hrafnhildur Markúsdóttir, Oddný Mínervudóttir, Benedíkta Björk Þrastardóttir, Ester Elísabet Guðbjartsdóttir, Guðrún Hekla Traustadóttir, Laufey Helga Óskarsdóttir, Steinunn Hildur Pétursdóttir, Erla Sif Leósdóttir, Sigrún Erla Þórarinsdóttir, Katla Margrét Óskarsdóttir, Arna Karitas Eiríksdóttir, Arna Sif Jónsdóttir og Björn Ingi Leví Jónsson.

klárlega áttundi maður liðsins. Ýmsir félagslegir hitingar, t.d. í kringum leiki Vals í Evrópukeppninni og skemmtileg tippkeppni í kringum HM kvenna í desember. Í byrjun tímabils fór hópurinn til Viborgar í Danmörku á Generation Handball. Alls þrjú lið, tvö í aldursflokknum U15 og eitt í U17. 2008 liðið gerði sér lítið fyrir og vann mótið í sínum aldursflokki sem var reyndar að mestu skipað leikmönnum fæddum 2007. 2007 liðið var hársbreidd frá því að komast í úrslitin sömuleiðis. 2006 liðið tapaði svo úrslitaleiknum í B úrslitum mótsins. Þrjú lið tóku þátt í Íslandsmótinu í vetur. Mikill stígandi var á leik liðs 3 í vetur og enduðu þær tímabilið um miðja deild eftir að hafa verið í hörkuleikjum við topplið deildarinnar undir lok tímabils. Lið 2 gerði sér lítið fyrir og varð deildarmeistari 2. deildar í vetur og stigu nánast ekki feilsþor. Lið 1 endaði tímabilið í öðru sæti 1. deildar en voru hársbreidd frá því að verða deildarmeistarar en það munaði einungis einu stigi. Í úrslitakeppninni tapaði lið 1 naumlega fyrir KA/Þór eftir framlengdan leik og endaði því með silfurverðlaun í Íslandsmótinu. Við sendum svo eitt lið til keppni í bikarkeppninni þar sem liðið stóð uppi sem sigurvegari eftir frábæran sigur á KA/Þór. 2008 stelpurnar fengu jafnframt boð um þátttöku á Norden Cup í Gautaborg og fóru alla leið í úrslitaleikinn en töpuðu þar naumt fyrir frábæru dönsku liði. Það er hins vegar besti árangur íslensks kvennaliðs á þessu gríðarsterku móti.

Viðurkenningar 4. flokkur kvenna.

Mestu framfarir: Oddný Mínervudóttir.

Leikmaður flokksins: Arna Karitas Eiríksdóttir.

Besti liðsfélaginn. Stefánsbikarinn: Katla Margrét Óskarsdóttir.

3. flokkur karla (Heimir og félagar)

Helstu markmið voru að efla liðsanda innan hópsins og hafa stíganda framþróun liðsins, efla einstaklinga bæði varnar- og sóknarlega ásamt því að búa til góðan kjarna. Margir okkar leikmanna tóku gríðarlega miklum framförum í vetur, enda æfingasókn og metnaður hjá hópnum mjög góð. Samstaða og góður liðsandi einkennir hópinn. Samvirkusemi og mjög góð æfingasókn. Þriðji flokkur æfir nánast alltaf með ungmennaliði félagsins og tengist því stórum hópi leikmanna sem sumir hverjir æfa einnig með meistaraflokki. Á æfingum eru því oft á



3. flokkur karla.



3. flokkur kvenna.

tíðum margir leikmenn á fjölbreyttum aldri sem allir tengjast mjög vel og fjölbreytt áskorun fyrir hvern og einn leikmann. Tvö lið voru skráð til leiks í Íslandsmóti og eitt í bikarkeppni. Lið 1 endaði í 6. sæti í fyrstu deildinni og spilaði á móti sterku KA liði á Akureyri í 8 liða úrslitum en töpuðu þar eftir hörkuspennandi leik. Lið 2 spilaði í 2. deild, það lið var skipað að mestu leikmönnum á yngsta ári og úr 4. flokki. Liðið stóð sig frábærlega og endaði um miðja deild. Valur 2 tók þátt í mjög sterku móti í Frakklandi þar sem þeir stóðu sig mjög vel og unnu meðal annars liðið sem vann mótið í riðlinum sem var þeirra eina tap í mótinu.

Viðurkenningar 3. flokkur karla.

Mestu framfarir: Gabríel Kvaran.

Leikmaður flokksins: Þorvaldur Örn Þorvaldsson.

3. flokkur kvenna (Dagur Snær)

Helstu markmið voru að þetta raðirnar frá síðasta tímabili og mynda sterkari liðsheilid með stærri æfingahópi. Vel tókst til með að framfylgja þessum markmiðum

og hver einasti leikmaður kom með hlutverk og framlag bæði innan vallar sem utan. Helstu einkenni þessa hóps eru þrautseigja og aðlögunarhæfni. Það besta við flokkinn er hversu móttækilegar og áhugasamar þær eru fyrir því að bæta sig og hversu vel þær taka á móti nýjum áskorunum. 3. flokkur kvenna sendi tvö lið til leiks í Íslandsmótinu. Lið 2 endaði í 3. sæti í 2. deild og gerði gífurlega vel þar með hjálp frá stelpum í 4. flokki. Lið 1 fór bæði alla leið í bikarúrslit og úrslitaleik Íslandsmótsins þar sem silfur var niðurstaðan í bæði skiptin. Magnaður árangur. Valur var eina félagið til að spila til úrslita í öllum keppnum í kvennaflokki. Meistaraflokkur, 3. flokkur og 4. flokkur kvenna í úrslitum bikarkeppninnar og Íslandsmóts.

Viðurkenningar 3. flokkur kvenna.

Mestu framfarir: Anna Karolína Inga-dóttir.

Leikmaður flokksins: Lilja Ágústsdóttir.
Efnilegastur yngri flokkur: Daniel Örn Guðmundsson.

Efnilegust yngri flokkur: Brynja Katrín Benediktsdóttir.

50 ár liðin frá Evrópuleik Vals og Gummersbach



Íslandsmeistarar Vals 1973, Mulningsvélin. Þessir leikir við Gummersbach voru fyrstu Evrópuleikir Vals í handknattleik: Efri röð frá vinstri: Þórarinn Eyjólfsson hjálfi, Reynir Óskarsson aðstoðarhjálfi, Gísli Arnar Gunnarsson, Torfi Ásgeirsson, Jón Ágústsson, Þorbjörn Guðmundsson, Gísli Blöndal, Ólafur H. Jónsson, Björgvin Guðmundsson, Ólafur Guðjónsson, Geirarður Geirarðsson aðstoðarmaður, Þórður Sigurðsson formaður handknattleiksdeildar og Þórður Þorkelsson formaður Vals. Neðri röð frá vinstri: Guðmundur Harðarson þrekþjálfi, Stefán Gunnarsson, Jóhann Ingi Gunnarsson, Jón Breiðfjörð, Gunnsteinn Skúlason fyrirliði, Ólafur Benediktsson, Bergur Guðnason, Jón H. Karlsson, Ágúst Ögmundsson og Jón Pétur Jónsson.

Valsmenn drógust á móti hinu heimsfræga félagsliði Gummersbach, í Evrópukeppni meistaraliða. Tókst samkomulag á milli Vals og Gummersbach að leika fyrri leikinn þann 18. sept. hér heima og seinni leikinn 5. okt. úti. Fyrri leikum lauk með sigri Gummersbach 11-10 og þeim seinni einnig með sigri Gummersbach 16-8. Og var þar með bundinn endir á Evrópukeppni handknattleikslíðs Vals að þessu sinni.

Valsblaðið 1974



Gummersbach: Andstæðingar Vals í Evrópukeppninni 1973.



Ágúst í færi og auðvitað mark.



Íslandsmeistarar knattspyrnu kvenna 2023

Ljósmyndari: Hafliði Breiðfjörð





Viðburðarríkt ár hjá Fálkunum

Um þessar mundir eru liðin þrettán ár frá því að nokkrir feður í Val komu saman og stofnuðu félagið Fálka.

Hvatinn að stofnun félagsins var að búa til stemningu á heimaleikjum í fótbolta á Hlíðarenda og í leiðinni safna peningum til styrktar barna- og unglíngastarfs innan Vals. Síðan þá hafa Fálkarnir verið hluti af upplifun áhorfenda á leikjum karla- og kvennaliðs Vals í knattspyrnu. Árið 2023 var engin undantekning frá fyrri árum en Fálkar leggja metnað sinn í að ávallt sé grillað á heimaleikjum Vals í knattspyrnu. Allur ágóði af sölu rennur óskiptur til barna- og unglíngastarfs innan Vals í formi styrkja. Þetta hefur verið mögulegt með frábærum stuðningi aðila eins og Kjarna-fæði, Myllunnar og sjálfbóðaliðastarfi foreldra. Síðari hluta þessa árs var farið í uppfærslu á *Fálkaborganum* sem hefur fallið vel í kramið hjá áhorfendum. Að auki hafa nýjar sérmerktar umbúðir verið teknar inn í rútinuna. Á köldustu leikdögum á Hlíðarenda hefur einnig verið boðið upp á sjóðandi heita kjötsúpu sem hefur fengið frábær viðbrögð.

Fálkarnir fengu að vera þátttakendur í mögnuðu Evrópuævintýri meistaraflokks karla í handbolta síðastliðinn vetur. Þar stóðu þeir vaktina á heimaleikjum og buðu upp á ýmist hamborgara, pylsur eða kjötsúpu eftir veðri og hitastigi.

Stórt ár í styrkjum

Árið 2023 var stórt í styrkveitingum til yngri flokka innan Vals. Í ár var tekin upp sú nýbreytni að bjóða flokkum innan félagsins að skrá sig fyrir grillvöktum með Fálkunum. Hugsunin var að mæta betur þeim sem stefndu á keppnis- og æfingaferðir erlendis og búa til fjáröflunarleið með aðkomu að sjálfbóðaliðastarfi innan félagsins. Þessi aðferð hefur skapað skemmtilega tengingu milli Fálkanna og foreldra innan félagsins þar sem krafta Fálka hefur verið að foreldrar mæti með á grillvaktir. Ungir iðkendur hafa þar að auki séð og upplifað hvað felst í sjálf-



María Hjaltalín hlaut Fálkaorðuna árið 2023. Jónas Hlíðar Vilhelmsson formaður (t.v.) og Ólafur Þór Karlsson (t.h) sáu um afhendingu. Ljósmynd. Baldur Þorgilsson.

boðliðastarfi innan félagsins og tekið meiri þátt í umgjörð heimaleikja Vals.

Fyrsta verk Fálka á hverju ári er að skipuleggja og framkvæma jólatrjáasöfnun í nærliggjandi hverfum Hlíðarenda. Í síðustu söfnun mættu 50 drengir úr 4. fl. karla í fótbolta ásamt góðum hópi foreldra og aðstoðuðu Fálka við söfnunina. Óhætt er að segja að sjaldan eða aldrei hefur söfnunin gengið jafn hratt og vel fyrir sig enda gríðarlega öflugur flokkur. Engin undantekning verður á jólatrjáasöfnun á næsta ári og er gert ráð fyrir að hún verði fljótlega eftir þrettándann og verður hún auglýst þegar nær dregur.

Gjöf til Barna og unglíngastarfsins

Fálkar hafa í gegnum tíðina styrkt ákveðin verkefni aukalega sem tengjast BUS. Árið 2022 var *Valsmappan* styrkt sem var verkefni innan yngri flokka í fótbolta þar sem iðkendur héldu utan um íþróttaiðkun sína. Mappan var hugsuð sem dagbók og hvatning þar sem iðkendur lögðu mat á

eigin styrkleika, líðan og markmið. Eftir góðar viðtökur hefur þessi hugsun dreift sér yfir í aðrar deildir félagsins.

Nú á vormánuðum gáfu Fálkar öllum yngri flokkum Vals sjúkratösku til að hafa handhæga á leikjum ef slyss eða óhöpp verða. Von Fálka er að þörfin fyrir sjúkratöskurnar verði sem minnst en vissulega fylgir allri íþróttaiðkun smávægileg áhætta og er þá gott að eiga einn eða tvo plástra til öryggis.

Fálkaorða 2023 – María Hjaltalín

Fálkaorðan er veitt til einstaklinga sem unnið hafa ótullega að barna- og unglíngastarfi innan Vals. Fálkaorðuhafinn 2023 er María Hjaltalín. María er flestum Völsurum að góðu kunn enda hefur hún unnið óeigingjarnt starf í þágu barna og unglínginga í mörg ár og mætir ávallt með bros á vör í alls konar störf þegar leitað er til hennar. Fálkar færa Maríu einlæggar þakkir fyrir allt það góða starf sem hún hefur unnið fyrir félagið í gegnum árin.

Framtíðin er björt með nýjum Fálkum

Það er víst óhjákvæmilegur hluti lífsins að börn vaxa upp og verða að fullorðnum einstaklingum. Þótt Fálkarnir lifi eftir kjörorðum skátanna „*Einu sinni Fálki, ávallt Fálki*“ þarf að fá inn nýja féлага með ferskar hugmyndir og drifkraft inn í starfið. Nú á vormánuðum var kosin ný stjórn Fálka og stigu til hliðar þeir Einar Logi Vignisson, fráfarandi formaður, og Pétur Hjálmtýsson, fráfarandi gjaldkeri. Vilja Fálkar þakka þeim fyrir óeigingjarnt og frábært starf í þágu félagsins. Við stjórnartaumum tóku Jónas Hlíðar Vilhelmsson, formaður, Ólafur Þór Karlsson, gjaldkeri, Valgarður Finnbogason og nýir inn komu Guðni Rúnar Gíslason og Frosti Gnarr.

Ný stjórn ætlar að útbúa nýja vefsíðu fyrir félagið og er von okkar að hún fari í loftið nú í vetur. Eftir leiðindin sem Covid bauð upp á hefur einnig verið ákveðið að endurvekja fræðslu- og skemmtifundi Fálka yfir vetrarmánuðina.

Að lokum má minna á að til að starfsemi Fálkanna haldi áfram að dafna og þróast skiptir þátttaka foreldra í starfinu öllu máli. Við viljum hvetja alla feður innan Vals að kynna sér starfsemina, koma og taka þátt í starfinu með okkur, við tökum vel á móti nýliðum.

F. h. Fálka, Jónas Hlíðar Vilhelmsson formaður.



Gunnar Örn Arnarsson íþróttafulltrúi og Eysteinn Húni Hauksson yfirþjálfari taka móti sjúkratöskum yngri flokka. Ljósmynd. Baldur Þorgilsson.

VALSARAR HITTA BEINT

Í MARK Á

BULLSEYE
Darts & Drinks

Gleðilegt
nýtt píluár!

Austurbæ v/ Snorrabraut - bullseye.is



Þakka fyrir öll tækifærin í Val með vinum mínum

Alexander Örn Júlíusson var kjörinn íþróttamaður Vals árið 2021. Alexander hefur leikið allan sinn feril í Val og verið undanfarin ár meðal öflugustu varnarmanna í íslenskum handbolta. Alexander er sonur Júlíusar Jónassonar sem er í hópi dádustu sona félagsins. En þau Arna Stefanía Guðmundsdóttir, kona Alexanders og börn þeirra Júlía Þorbjörg (f. 2018) og Guðmundur Alex (f. 2021) búa í nýja Valshverfinu á Hlíðarenda og það er því líklegt að við eigum eftir að sjá krakkana þeirra í Valstreyjum þegar fram líða stundir. Blaðamaður Valsbladsins náði tali af Alexander skömmu áður en hann hélt til Slóvakíu að keppa við úkraínska liðið HC Motor í Evrópubikarkeppninni. „Það vakti athygli mína þegar ég var að skoða leikmannalista Vals á vef Ehf í fyrra að þar kom fram að þú ert fæddur í Gummersbach í Þýskalandi á þeim tíma sem pabbi þinn spilaði með liðinu. Handboltaumhverfið virðist því hafa rammað inn líf þitt frá upphafi.“

„Þetta er rétt, þarna var pabbi á næst

síðasta stoppinu á atvinnumannaferlinum, áður en hann fór til Sviss. Ég er vissulega fæddur í Þýskalandi en man ekki eftir mér á þeim slóðum en mínar elstu minningar eru frá árunum í Sviss þar sem ég var að leika mér með bolta á einhverjum handboltaleikjum. Það má kannski segja að ég hafi alist upp að hluta í íþróttahúsi því ég var mikið með pabba á æfingum þegar hann var enn að spila og þjálfari. Nú eru börnin mín farin að fylgja mér á æfingar svo sagan endurtekur sig. Valsheimilið er spennandi staður fyrir börnin og frábært fyrir leikmenn að eiga möguleika á að taka þau með á æfingar. Börnin hafa gott og gaman af því að fá að leika lausum hala í Valsheimilinu, leika sér, fylgjast með æfingum, kíkja á Risto í sjoppunni, o.fl. Það er hvergi betra að vera en í Valsheimilinu ef þú spyrð mig!“

„Hvað ertu gamall þegar þið flytjið heim til Íslands?“

„Ég er um fimm ára aldur. En ég hef nokkrum sinnum látið þau heyra það að

þau hefðu átt að eiga mig fyrr svo ég hefði getað upplifað þetta með þeim og tekið þátt í þessu ævintýri.“

„Er einhver þýskukunnátta sem blundar í þér eftir fyrstu árin í þýskumælandi umhverfi?“

„Þegar við bjuggum í Sviss talaði ég sviss-þýsku. Því miður var ég ekki nægilega duglegur að halda henni við og tapaðist sú kunnátta að mestu. Þýsku lærði ég síðan í Versló og mér gekk mjög vel með hana. Eitthvað hefur því setið eftir. Ég tek líka eftir því þegar ég er í Þýskalandi að ég get rætt við heimamenn á þýsku um einfaldari hluti en ég ræði ekki við þá um heimsmálin.“

„Er handboltinn frá upphafi fyrsta íþróttin sem þú byrjar að æfa?“

„Nei, ég byrjaði á sínum tíma í fótbolta og ætlaði mér ekkert að fara í handbolta. Ég var með stóra drauma og ætlaði mér að verða atvinnumaður í fótbolta. En síðan var ég einhvern tíma að leika mér

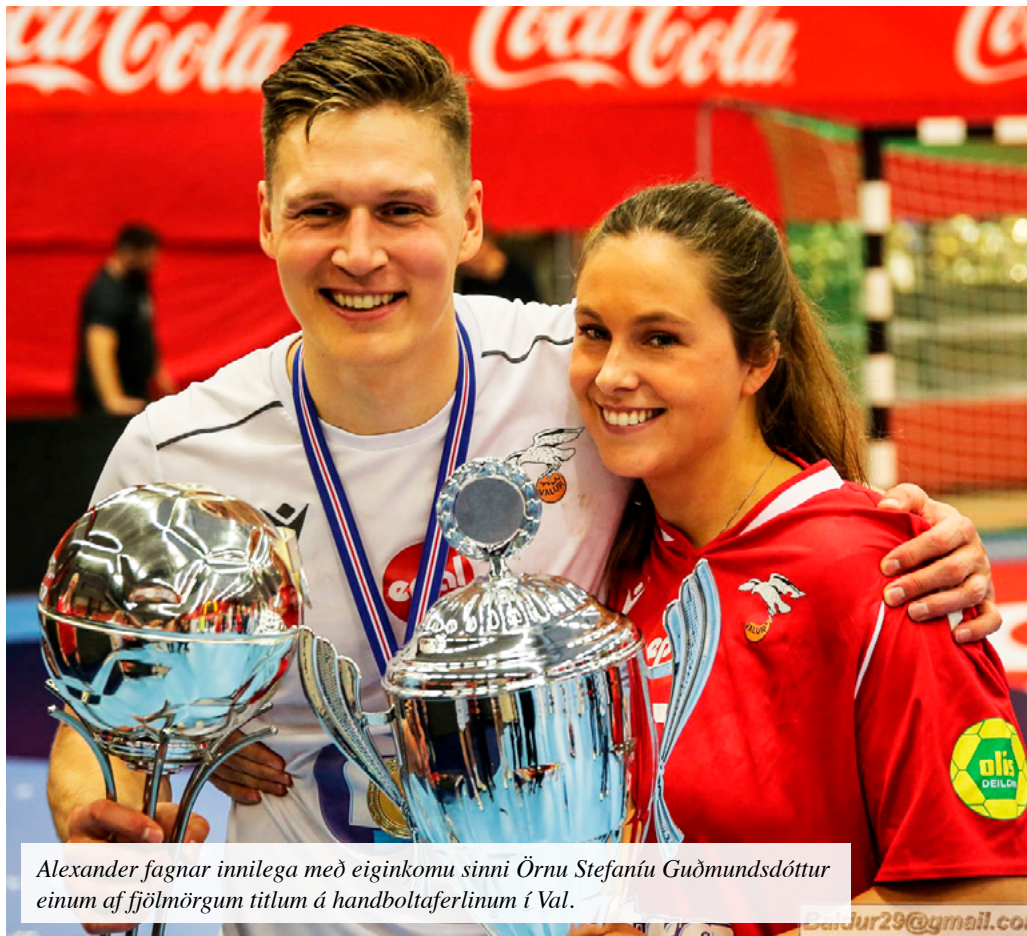
við Svein Aron (Sveinsson) vin minn. Hann var á leiðinni að fara að keppa í Reykjavíkurmóti í 6. flokki í handbolta. Hann dreif mig með sér. Þá var Jón Halldórsson þjálfari liðsins og í liðinu var meðal annarra Agnar Smári. Ég þekkti Nonna ekkert á þessum tíma. En eftir þessi fyrstu kynni var ekki aftur snúið. Ég hélt mig við handboltann upp frá þessu. Fyrst í stað æfði ég hvort tveggja, handbolta og fótbolta en tiltölulega fljótlega sneri ég mér alfarið að handboltanum. Við áttum á þessum tíma frekar erfitt uppdráttar í fótboltanum í mínum árgangi (fæddir 1994). En á sama tíma vorum við að ná góðum árangri í handboltanum. Þar naut ég þess að vera með mörgum mjög öflugum strákum, má þar nefna Bjart Guðmundsson, Baldvin Fróða Hauksson og Valdimar Sigurðsson fyrir utan Svein Aron og Agnar Smára sem ég minnstist á áðan. Þessi þétti '93 árgangur sem ég fékk að fylgja að mestu leyti er sennilega ástæðan fyrir því hversu sterkt ég tengdist handboltanum frá byrjun. Þjálfararnir voru góðir og vel haldið utan um okkur að öllu leyti. Við höfum líka notið þess í handboltanum hversu stutt er á milli unglingastarfsins og meistaraflokks. Tengingin er nokkuð augljós og maður sér fyrir sér hvað þarf að gera til að komast þangað.“

„Finnst þér að það hafi verið meiri krákustígur milli meistaraflokks og unglingastarfsins í fótboltanum?“

„Ég veit það svo sem ekki en ég held það hafi skipt máli á sínum tíma að aðstaðan var allt önnur en hún er í dag. Við áttum frekar erfitt uppdráttar í fótboltanum á sama tíma og framkvæmdir á Hlíðarenda voru í hámarki. Aðstaða til æfinga var því ansi bágborin og við vorum iðulega á æfingum á erfiðum tímum fjarri Hlíðarenda í t.d. Frostaskjólí, Safamýri eða Breiðholti. Það er því ólíku saman að jafna.“

„Víkjum að handboltanum. Hvernig þróast þú sem leikmaður í gegnum ferilinn? Varstu strax settur í vinstri skyttu eða var verið að prófa þig í ólíkum stöðum?“

„Ég fékk strax stórt hlutverk í vörninni. En var í harðri samkeppninni um skyttustöðuna í sókn sem er eðlilegt enda ávallt verið mjög hörð samkeppni um stöðurnar í Val. Við vorum iðulega að berjast þrír um hverja stöðu bæði í sókn og vörn. Ég fékk minni tíma í sókninni heldur en vörninni. Ég hefði líklega þurft að spila



meira í sókninni ef ég hefði ætlað ótrauður að komast í atvinnumennsku. En líf mitt þróaðist þannig að ég fann mig vel í námi og sá líka fyrir mér einhvern áhuga-verðan starfsferil. Mitt mat var því að til að verða atvinnumaður hjá mjög öflugum handboltaliði yrði ég að fórna þeim náms- og starfsferli sem ég var með á þrjúnum. Ég gerði mér grein fyrir því snemma á meistaraflokksferlinum að til þess að atvinnumannadraumurinn gæti ræst þyrfti ég mögulega að skipta um lið og komast að þar sem ég fengi að spila meiri sókn og leggja mun meira á mig í handboltanum og fórna öðru. En ef ég á að vera alveg heidarlegur þá fann ég að mig skorti metnað og gæði til að fara þá leið. En handboltalega lá metnaður minn alltaf til þess að ná árangri með Val. Mér fannst það í raun aldrei koma til greina að fara eitthvað annað til að ná árangri í handbolta. Svo gerist það reyndar að ég meiddist á öxl og í stað þess að gera eitthvað fyrir hana þá einbeitti ég mér að því að spila fyrst og fremst vörn. Það hentar mér vel og einfaldaði mér lífið innan vallar sem utan. Mér finnst það líka skemmtilegasti hluti handboltans.“

„Undirritaður hefur fylgst með handbolta í meira en hálfá öld. Um tíma voru menn áhyggjufullir yfir því að íslenska deildin væri orðin hæg og að menn kæmst upp með að spila í meistaraflokki í efstu deild án þess að vera í sómasamlegu formi. En einhver mesta breyting á seinni árum er innkoma Snorra Steins Guðjónssonar í þjálfarastarfið hjá meistaraflokki karla. Undir hans stjórn jókst hraði leiksins verulega. Það leyndi sér ekki á leikmönnum að þeir voru í miklu betra standi þegar hann var búinn að setja sitt mark á liðið. Mér fannst þessi breyting henta ungu leikmönnum mjög vel en hvernig var þín upplifun á þessari breytingu?“

„Þegar ég var á mínum fyrstu árum í meistaraflokki þá var þetta dálítið kraftasport. Manni var sagt að ef maður ætlaði sér að ná árangri og komast í atvinnu-mennsku og landslið þá þyrfti maður að vera a.m.k. 100 kíló. Nú finnst mér eins og meiri áhersla sé lögð á hraða og úthald í bland við líkamlegan styrk. Gömlu kenningunni um að vörn vinni leiki hefur að einhverju leyti verið kastað fyrir róða. Við gerðum hálfpartinn grín að þessu



Alexander hefur leikið allan ferill sinn í handbolta með Val.

Þegar Snorri var með okkur. Okkar áform voru einfaldlega að skora meira. Þetta varð mjög skemmtileg breyting og ég er viss um að handboltinn er orðinn mun áhorfandavænni fyrir vikið. En þetta gerðist auðvitað ekki á einni nóttu. Þetta tók nokkur ár og framan af vorum við í nokkrum vandræðum. En svo small þetta og þá urðum við ósigrandi með hraðann sem okkar helsta vopn. En upplifun okkar leikmanna var ekki að um skyndilega breytingu væri að ræða. Vissulega hækk- aði Snorri Steinn öll viðmið hjá okkur þegar hann tók við liðinu. Við fundum fyrir því á æfingum frá byrjun að við þurftum að hafa meira fyrir hlutunum. Hann gerði strax meiri kröfur til okkar inni á handboltavellinum og einnig líkamlegar kröfur. Við fórum því að æfa miklu meira en við höfðum áður gert. Ekki ósvipað því sem gerðist þegar Óli Stef var með okkur. En hann stoppaði því miður stutt við og við náðum ekki að klára það verkefni sem hann hóf.“

„Á undanförunum árum hefur Valsliðið spilað fjölda leikja og náð mjög góðum árangri í hinum ýmsu Evrópu-keppnum handboltans. Svo fátt eitt sé nefnt þá má nefna Evrópudeildina í fyrra þar sem Valur spilaði 12 leiki og litlu færri tímabilið 2016–2017 þegar liðið komst í undanúrslit áskorenda-keppni Ehf. Þannig hafa tiltölulega ungir leikmenn sem hafa spilað sinn feril í Val náð sér í ótrúlega mikla

reynslu úr Evrópuleikjum. Hvernig horfa þessir leikir við þér? Er einhver munur á því að spila í Olfsdeildinni eða gegn erlendu liðunum?“

„Að taka þátt í Evrópukeppni er svo lítið eins og að spila úrslitaleik í hverri viku. Þetta brýtur dálítið upp tímabilið því þessu fylgja ferðalög og óþekktir andstæðingar. Það var svo einstök upplifun að taka þátt í Evrópudeildinni í fyrra og algjör forréttindi að spila með uppeldisfélaginu við bestu handboltamenn í heimi. Stjórn handknattleiksdeildarinnar gerði einnig mjög vel því umgjörðin á heimaleikjunum var í algjörum heims- klassa. Leikirnir voru vel sóttir og árangurinn vakti athygli. Þetta var gríðar- lega umfangsmikið og kostnaðarsamt verkefni og ég er ótrúlega stoltur af því hvernig félagið leysti þetta. Að taka þátt í Evrópukeppni er líka tækifæri fyrir unga leikmenn að sýna sig og máta sig við atvinnumenn. En við notum ferðirnar einnig til að þetta hópinn. Við reynum að gera sem mest úr þessum verkefnum, nýta þessa samveru í útileikjunum til að kúpla okkur út úr daglega lífinu hér heima og einbeitem okkur að því ein- göngu að spila handbolta. Það er ótrúlega ljúft og skemmtilegt og gerir hópnum mjög gott. Tengslin milli leikmanna verða því sterkari.“

„En hvernig var þetta þegar leið á Evrópukeppnina í fyrra? Var alveg sama stemning þegar menn voru að fara í síðustu ferðirnar til Göppingen og fyrstu ferðirnar í byrjun keppinnar?“

„Já, það tel ég en þetta var auðvitað erfitt og stundum svolítið yfirbyrmandi tilhugsun. En þegar maður er kominn á leikstað t.d. til Flensburgar eða Göppin- gen þar sem við mætum í stórar hallir og spilum fyrir fullu húsi þá gleymist það allt. En vissulega var fyrir því haft að rífa sig í gang áður en lagt var af stað. Við vorum auðvitað líka að taka þátt í deild og bikar hér heima ásamt lífinu utan bolt- ans með fjölskyldu, vinnu eða námi. Á meðan voru andstæðingar okkar atvinnu- menn. Við tókum líka eftir því að sumir andstæðingar okkar áttu erfitt með að trúa því að við værum ekki atvinnumannalið en samt að ná þetta góðum árangri í svona stóru verkefni.“

„Ég játa fúslega á mig að hafa verið undir það búinn að Valur yrði fyrsta liðið í deildinni til að tapa fyrir Herði á Ísafirði. Leik sem var spilaður á milli tveggja Evrópuleikja. Mér fannst ekk-

ert undarlegt að leikmenn væru með hugann við stærri leiki á þessum tíma. Var þetta ekki eitthvað sem þið óttuð- ust?“

„Á þessum tíma vorum við á mjög góðri siglingu. Við spiludum mjög vel í Evrópuleikjunum og þá kom ekkert annað til greina en að mæta á fullu gasi og spila okkar bolta með þeim hætti sem við spiludum best á þessum tíma. Það skipti ekki nokkru máli hvaða leiki við vorum að spila áður eða á eftir. Þetta var verkefnið þennan daginn og það var unnið af alvöru.“

„Þetta segir mér að þið hafið verið mjög vel stemmdir andlega á þessum tíma. Mér finnst þetta sem þú ert að segja sýna gríðarlega góða einbeitingu á verkefnum fyrst það þurfti ekki að rífa menn sérstaklega upp til að taka slíkan leik alvarlega.“

„Markmiðið var auðvitað að vinna deildina líka. Ég held að það hafi verið meðvitað ákvörðun hjá þjálfarateyminu að hvíla leikmenn ekki sérstaklega fyrir svona leiki jafnvel þó að það hafi verið þörf fyrir það að einhverju leyti. Menn voru í góðu standi og liðið á mikilli sigl- ingu. Það átti einfaldlega að halda öllum á tánum, sem gekk mjög vel framan af vetri. En kannski fengum við það í bakið því líklega vorum við ekki nógu góðir í álagsstjórnun þegar á reyndi. Meiðslin tóku sinn toll í lok tímabilsins og andlega vorum við að þrotum komnir. Tímabilið endaði með skelli eins og frægt er.“

„En fylgir þessum Evrópuleikjum ann- ars konar álag og verkefni þegar menn eru fjarri heimahögum. Það vakti t.d. athygli mína þegar ég fór með ykkur til Aix en Provence í fyrra að þegar ég mætti með fyrstu mönnum í morgun- mat þá sátuð þið Finnur Ingi einbeittir við tölvuskjá og voruð augljóslega mættir í vinnuna til að sinna þeim verkefnum sem ykkur hafði verið falið af vinnuveitendum. Fylgdi því mikið álag að samræma vinnu og keppnis- ferðir?“

„Frá okkar hendi var þetta aldrei neitt vandamál. Þessar ferðir nýttust nefnilega merkilega vel til vinnu. Nú er boðið upp á þann möguleika að vinna fjarvinnu og síðan höfðum við báðir ágætis sveigjan- leika frá okkar vinnuveitendum. Þarna vorum við einbeittir í okkar viðfangs- efnum og ekkert sem truflaði okkur eða dró athyglina frá þeim. Virkur vinnutími var því iðulega ekki lakari heldur en á



Bikarmeistaratitli fagnað með félögnum. „síðasti vetur var líklega sá skemmtilegasti sem ég hef upplifað. rátt fyrir að vinna engan titil,“ segir Alexander.

skrifstofunni þar sem við urðum frekar fyrir ýmis konar truflunum heldur en í keppnisferðunum. Auk þess er stundum lítið um að vera á staðnum og sjaldan tækifæri til að skoða sig um og skemmta sér.“

ferðast víða og keppt við öflug lið í Evrópukeppnum og lent í margvíslegum ævintýrum. Öllu þessu höfum við áorkað saman undir merkjum Vals og það þykir mér ótrúlega vænt um. Auðvitað hef ég líka upplifað marga ósgra og erfið mál

og þá er dýrmaett að vera í góðu liði. Að komast í atvinnumennsku er afrek og eflaust mikil lífsreynsla. Hefði mér boðist að fara í topplið í atvinnumennsku hefði ég örugglega stökkið á það tækifæri. Ég var hins vegar ekki nægilega góður og

„Nú ert þú ráðsettur fjölskyldufaðir og háskólamenntaður lögfræðingur. Mig grunar að sumir jafnaldrar þínir sem fóru í atvinnumennsku og hafa farið á milli landa og liða væru til í að skipta á sínum ferli og þínum. Hvernig horfir þessi samanburður við þér?“

„Minn gamli draumur og mín gamla sýn á íþróttina tók augljóslega breytingum. Gamla viðhorfið var að annað hvort ertu í þessu af alvöru og með það að markmiði að fara í atvinnumennsku að öðrum kosti getur þú bara hætt. En metnaðurinn minn tók einfaldlega breytingum. Ég gerði mér grein fyrir því á einhverjum tímápunkti að líklega myndi bernskudraumurinn ekki rætast. Ég fann hins vegar að mig langaði að ná árangri með Val. Eftir það hef ég tekið ákvörðun um eitt ár í einu og notið þess að spila. Ég er fullviss um að það hefur gert mér gott sem leikmanni og líka sem liðsfélaga. Með Val hef ég notið þess að gera ótal skemmtilega hluti með gömlum og góðum vinum. Við höfum náð margvíslegum árangri, unnið saman ýmsa titla,



„Hefði mér boðist að fara í topplið í atvinnumennsku hefði ég örugglega stökkið á það tækifæri,“ segir Alexander.



Handboltafeðgar. Frá vinstri: Agnar Smári Jónsson, Jón Halldórsson formaður handknattleiksdeildar Vals, Júlíus Jónasson og Alexander Örn Júlíusson.

sætti ég mig því vel við að spila með Val og byggja upp minn starfsferil.“

„Rifjaðu nú upp hvað þú telur vera hápunkta á ferlinum? Síðasti vetur hlýtur að vera sérstaklega kær í minningunni.“

„Það er rétt að síðasti vetur var líklega sá skemmtilegasti sem ég hef upplifað. Þrátt fyrir að vinna engan titil þá var þetta einfaldlega svo mikið ævintýri. Við urðum reyndar deildarmeistarar. En þessi tími sem Snorri var með liðið er í mínum huga ein samfella. Ég greini einstök tíma-



Uppskeru í handbolta fagnað. Frá vinstri. Alexander Örn Júlíusson, Arna Stefanía Guðmundsdóttir, Hlíf Hansdóttir og Vignir Stefánsson.

bil ekki að, því í minningunni er þetta nokkuð samfelld sigurganga. Þegar ég lít til baka er tímabilið 2016 – 2017 mjög minnisstætt. Við urðum bikarmeistarar og náðum í undanúrslit í Evrópukeppni. Við vorum hins vegar að ströggla í deildinni og nánast björguðum okkur frá falli, náðum með naumindum inn í úrslitakeppnina. Eftir að hafa unnið ÍBV og Fram í 8-liða og undanúrslitum mættum við FH í úrslitaingvígínu og enduðum á því að vinna titilinn í oddaleik. Tímabilið var mikil rússíbanareid og að mörgu leyti svipað tímabilinu í fyrra. En Íslandsmeistaratitillinn 2017 er minnisstæðasti titillinn minn. Kannski hefur þetta eitthvað með það að gera að þetta var fyrsti Íslandsmeistaratitillinn minn.“

„Á löngum ferli hefur þú verið með marga þjálfara. Við höfum rætt um tímamann sem Snorri Steinn og Óskar Bjarni hafa stýrt liðinu en hverjir aðrir eru þér ofarlega í huga? Mér finnst að þú hafir verið með frábæra þjálfara á þínum ferli.“

„Já, ég hef verið mjög heppinn með þjálfara bæði í yngri flokkum og meistaraflokki. Fyrir utan Snorra Stein og Óskar Bjarna eru þetta þjálfarar á bord Ólaf Stefánsson, Patrek Jóhannesson, Jón Kristjánsson, Þorbjörn Jenson, Heimi Ríkarðsson og Maksim Akbachev. En ég held að einn eftirminnilegasti þjálfarinn sé hins vegar Jón Halldórsson sem þjálfaði okkur í 5. og 6. flokki. Jón er fyrir það fyrsta mjög skemmtilegur náungi. Og þó að hann sé sjálf sagt ekki besti fræðimaðurinn í handbolta þá var einfaldlega svo margt annað sem hann kenndi okkur. Svo sem að temja sér vinnusemi, að ná árangri sem lið og hvernig á að koma fram við náungann. Hann reyndi að kenna okkur á lífið, var mjög öflugur félagslega og fékk okkur til að tileinka okkur ákveðin gildi sem ég tel að við höfum búið að síðan. Til gamans má nefna að þegar einhver kom til Jóns og sagði að hann kæmi ekki á æfingu næsta föstudag vegna þess að hann væri að fara á ball. Þá spurði Jón: „Hvort ætlar þú að vera góður að dansa eða góður í handbolta?“

„En hvað með bestu félagi og erfiðustu andstæðinga? Nú horfum við upp á nafna þinn Alexander Peterson aldursforsetann í Valsliðinu sem er með líkama eins og tvítugur afreksmaður. Það hlýtur að hafa verið mikill happafengur að fá hann í hópinn.“

„Það er algjörlega frábært að fá nafna í hópinn. Sérstaklega fyrir unga leikmenn. Hann kemur með margt gott með sér. Góðar venjur og siði, mjög mikla vinnu-semi sem smitar út frá sér enda líta menn upp til hans. En minn besti félagi er, í hópi margra sem koma upp í hugann, lík-lega Vignir. Hann er liðs- og herbergis-félagi til margra ára. Persónulegur vinur og mjög traustur leikmaður sem skilar alltaf sínu og tekur af skarið þegar á þarf að halda. En hefur ekki alltaf fengið þá viðurkenningu sem hann á skilið. Hann hefur verið mikil driffjöldur í þessu liði sem hefur náð þessum frábæra árangri. Hans vinna innan vallar var ekki alltaf sýnileg þeim sem stóðu utan við.“

Af erfiðustu andstæðingum þá er svo sem af ýmsum að taka. Maður hefur þurft að glíma við marga stóra skrokka í gegnum tíðina. En einn sem er minnis-stæður vegna þess hversu mikið þurfti að hafa fyrir honum er Janus Daði. Hann var að mínu mati algjör yfirburðamaður þegar hann var í deildinni hér heima. Mjög taktískur og klókur leikmaður sem var bæði sterkur og með mikinn sprengi-kraft þegar hann spilaði með Haukum. Haukaliðið var reyndar mjög öflugt á þessum tíma (2015/2016).“

„Að síðustu bið ég þig að hugsa um stöðu Vals sem okkur þykir báðum sér-staklega vænt um. Hvar liggja styrk-leikar, veikleikar félagsins og hvar sérðu tækifærin?“

„Mér finnst við eiginlega hafa allt til alls hérna. Við höfum söguna, við höfum metnað, erum fjárhagslega öflug miðað við flest önnur lið og mér finnst ég upp-lifa mikla félagslega samheldni innan félagsins. Tenging á milli deilda er góð og þar er metnaður til að ná árangri hjá báðum kynjum í öllum deildum. Mér finnst að tækifæri Vals felist helst í því að efla enn frekar tengingu á milli deildanna og tengja betur okkar frábæra yngri flokka starf við meistaraflokkana þar sem fyrirmyndirnar eru. Auðvitað eigum við einnig að halda áfram að sækja fram á við, hækka rána og ná betri árangri í Evrópukeppnum. Sérstafa Vals er afgerandi þar sem við erum að keppa um alla titla í handbolta, fótbolta og körfu hjá báðum kynjum. Maður finnur iðulega fyrir nún-ingi á milli deilda þar sem er verið að deila um skiptingu gæða sem er í sjálfu sér eðlilegt. Ég veit samt ekki hvort við getum kallað þetta veikleika en þetta truflar mig svolítið. Það er áskorun að láta þetta ekki spilla fyrir þeim árangri



Alexander á góðri stundu með börnum sínum Júlíu Þorbjörgu og Guðmundi Axel.

sem við viljum ná og því góða starfi sem fer fram innan félagsins.“

„Hvernig er annars lífið utan boltans og hvernig verður lífið eftir boltann?“

„Ég er vel settur. Ég á yndislega konu og saman eigum við tvö börn. Það hefur hjálpað mikið að konan mín hefur líka áhuga á íþróttum og hefur stutt vel við mig. Hún var líka sjálf afrekskona í frjálsum íþróttum og þekkir því vel hvað það kostar mikinn tíma og vinnu að standa í þessu. En þegar maður ver miklum tíma í boltann og allt sem honum fylgir þá reynir maður að nýta tímann með fjölskyldunni þegar hann gefst. Ég sé fram á meiri samveru með mínum nán-

ustu þegar ferlinum lýkur. Ég mun auðvitað halda áfram að fylgjast með og félagið verður mér ofarlega í huga. Markmiðið er að halda tengingunni og finna mér nýtt hlutverk innan félagsins. En mér finnst svolítið skrítið að hugsa til þess að sú stund komi að ég hætti í handbolta. Það hefur verið svo ríkur hluti af sjálfs-myndinni að vera handboltamaður. Mér mun ekki leiðast þegar að því kemur. En það verður skrítið þegar það gerist. Spennan sem fylgir þessu og samveran í klefanum. Það er ótrúlega gefandi að tilheyra hópi þar sem allir treysta á hvorn annan. Ég mun sakna þess því sú upp-lifun er eitthvað sem fæst hvergi annars staðar.“



Valskórinn á vortónleikum vorið 2023 í Háteigskirkju Fremsta röð frá vinstri: Sólveig Hjaltadóttir, Björg Ólafsdóttir, Karítas Halldórsdóttir, Guðbjörg B. Petersen, Þorbjörg Sóley Ingadóttir, Bárna Grímsdóttir, Sigrún Steingrimsdóttir, Laufey Steingrimsdóttir og Lilja Jónasdóttir. Miðröð frá vinstri: Bergþóra Þórhallsdóttir, Anna Sigríður Jóhannsdóttir, Þuríður Ottesen, Guðrún Sesselja Grímsdóttir, Þóra Sjöfn Guðmundsdóttir, Sólveig Einarisdóttir, Elsa Jónsdóttir, Sigríður Kristinsdóttir, Helga Birki-sdóttir og Björk Steingrimsdóttir. Aftasta röð frá vinstri: Stefán Halldórsson, Sigurður Guðjónsson, Friðrik Rúnar Guð-mundsson, Jón Guðmundsson, Halldór Einarsson, Chris Foster, Guðmundur Frimannsson, Ólafur Sigurðsson, Þórarinn Val-geirsson og Nikulás Úlfar Másson. Ljós. Baldur Þorgilsson.

Valskórinn 30 ára

Valskórinn fagnaði 30 ára afmæli á þessu ári. Hann var stofnaður í september 1993 en hélt upp á afmælið með tvennum hætti vorið 2023 í lok þrítugasta starfsársins. Annars vegar voru afmælistónleikar í Háteigskirkju og hins vegar var farið til „útlanda“

Kristjana Stefánsdóttir var gestasöngvari með kórnum á tónleikunum í Háteigskirkju. Kynnirinn vakti athygli á að Kristjana hefði fæðst á afmælisdegi séra Friðriks Friðrikssonar þegar hann varð 75 ára og því væri sérlega vel við hæfi að fá hana sem gestasöngvara með Valskórnum.

Utanlandsferðin var heldur viðaminni en fyrri ferðir kórsins. Þegar kórinn varð 20 ára var farin söngferð til Belfast á Norður-Írlandi og haldnir tónleikar í samvinnu við fylgismenn knattspyrnuliðsins Glentoran sem Valur hefur keppt við í Evrópukeppni. Fimm árum seinna í til-efni af 25 ára afmælinu fór kórinn til Englands og söng með enskum kór í borginni Exeter en engar sögur fara af því að Valur hafi keppt þar um slóðir. Bæði Írland og England eru á eyjum og því þótti við hæfi á 30 ára afmælinu að fara til þriðju eyjarinnar sem er rétt utan við landsteina Íslands og heitir Heimaey.

Valur hefur keppt þar við heimamenn hátt í eina öld og oftast haft betur.

Bárna Grímsdóttir, stjórnandi Valskórsins, bjó í Vestmannaeyjum um skeið og stjórnaði þar Samkór Vestmannaeyja. Kórinn æfði nokkur Eyjalög síðastliðinn vetur og flutti á vortónleikunum og einnig á stuttum tónleikum í safninu Eldheimum í Vestmannaeyjum og þar voru gamlir félagar úr Samkórnum á meðal áheyrenda.

Tuttugasta starfsárið undir stjórn Bárna Grímsdóttur

Bárna hefur lagt mikið af mörkum til Valskórsins. Hún hefur samið fjölda laga sem kórinn hefur flutt í árána rás og einnig útsett ýmis lög úr öðrum áttum. Auk þess er eiginmaður hennar, enski þjóðlagasöngvarinn Chris Foster, félagi í kórnum og hefur oft auðgað tónleika kórsins með einsöng, gítar- og langspils-

leik. Nú er hafið tuttugasta starfsár kórsins undir stjórn Bárna og af því tilefni fá lög hennar og útsetningar aukið vægi á söngskránni, bæði á jólatónleikunum í Friðrikskapelli og vortónleikunum í Háteigskirkju.

Fyrri stjórnendur í 30 ára sögu kórsins voru Gylfi Gunnarsson, Guðjón Þorláksson og Margrét Bóasdóttir.

Enn syngja nokkrir stofnfélagar í Valskórnum eftir 30 ára starf og hafa ánægju af. Alltaf er þó fengur að nýjum félögum og eru þeir velkomnir á æfingar sem eru í Friðrikskapelli á mánudagskvöldum frá september fram í maí ár hvert. Auk jóla- og vortónleika syngur kórinn jafnan á adventukvöldi í Friðrikskapelli, við eina messu á vetri í Háteigskirkju og lýkur árinu með söng við útnefningu íþróttamanns Vals á Hlíðarenda á gaml-ársdag.

Stefán Halldórsson tók saman.

Frá Fulltrúaráði Vals

Í október 1945 hittust nokkrir félagar í Val á fundi og lagði Frimann Helgason þar til að stofnað yrði Fulltrúaráð sem skipað væri níu einstaklingum. Á aðalfundi sem fram fór 13. nóvember sama ár var síðan samþykkt að stofna þetta sérstaka ráð sem skyldi hafa það verkefni að virka sem öryggisventill varðandi allar meiriháttar hugmyndir sem bærust frá stjórn Vals. Fulltrúaráðið yrði sem sagt að samþykkja hvers kyns hugmyndir sem taldar voru þurfa nánari skoðun, áður en stjórnin tæki endanlega ákvörðun. Þannig var tilhögun innan Vals langt fram á níunda áratuginn þegar ákveðið var að hverfa frá þessu fyrirkomulagi. Hefur Fulltrúaráðið síðan fyrst og fremst verið félagslegur vettvangur eldri félaga sem margir hverjir hafa lagt félaginu lið með ýmsum hætti, ekki síst í hvers kyns stjórnarstörfum. Nokkrir fundir eru haldnir árlega, nú síðast jólafundur ráðsins sem haldinn var 29. nóvember sl. Meðal annars sem Fulltrúaráðið mun standa fyrir á nýju ári, verður að endurvekja skákkeppnina um Valshrókinn en þau skákmót voru haldin árlega innan Vals á fyrri árum. Stefnt er að því að festa þá keppni í sessi til framtíðar. Stjórn Fulltrúaráðsins skipa Halldór Einarsson formaður, Jón G. Zoëga og Lárus Loftsson og hefur stjórnin verið óbreytt um árabíl. Á nýju ári er æskilegt að fjölga í Fulltrúaráðinu og ættu áhugasamir hiklaust að hafa samband við einhvern okkar.

Halldór Einarsson, f.h. stjórnar



Jólafundur fulltrúaráðs Vals í Fjósínu í lok nóvember 2023. Ljósmyndir Guðni Olgeirsson.



Sigurbjörn Örn Hreiðarsson segir gamansögur af ferlinum í fótbolta. Lárus Loftsson og Halldór Einarsson stjórnarmenn fulltrúaráðs fylgjast með.



Halldór Einarsson formaður fulltrúaráðs Vals.



Brynjar Nielsson ávarpaði fundinn og fór með gamanmál.



Nýjasti skápurinn sýnir 10 ára sögu eftir 100 ára afmæli Vals 2011. Ljós. Margrét Bragadóttir.

Munir og minjar

Munir og minjar eru stóri hluti af sögu félaga. Knattspyrnufélagið Valur er félag með mikla og merka sögu sem spannar 112 ár. Þeirri sögu fylgja munir og minjagripir sem við þurfum að varðveita vel

Í dag eru minjagripirnir frá keppnum og starfsemi félagsins margir. Verðlaunagripir og margt fleira. Minjanefnd Vals, sú sem nú starfar, var skipuð í maí 2010 og hefur því starfað í 13 ár. Sami hópur starfar enn, í honum eru: undirritaður, Margrét Bragadóttir, Kristján Ásgeirsson, Nikulás Úlfar Másson, Gunnar

Svararsson, Ólafur Már Sigurðsson og Óskar Jóhannesson. Enn fremur voru í hópnunum í byrjun, Helgi Benediktsson og Ægir Ferdinandsson. Í upphafi settum við saman vinnulista yfir það hvernig skynsamlegt væri að flokka þetta. Eftirfarandi listi varð til í kjölfarið:



Fyrsti skápurinn sem minjanefnd Vals gerði. Hann sýnir í bland gamla muni og þá nýjstu sem félagið vinnur hverju sinni. Ljós. Margrét Bragadóttir.



Skáparnir í Fjósinu spanna tímabilið frá upphafi vega til 1988. Ljós. Margrét Bragadóttir.

1. Verðlaunagripir
2. Fánar
3. Valsblaðið
4. Leikskrár
5. Myndir
6. Myndaalbúm
7. Úrklippualbúm
8. Munir (aðrir en verðlaunagripir)
9. Munir frá félögum og /eða dánarbúum.

Þessi listi sýnir að það er af mörgu að taka.

Minjanefnd hefur í vinnu sinni verið í sambandi við opinber söfn, Borgarskjalasafnið, Ljósmyndasafn Reykjavíkur og Kvík-myndasafn Íslands. Allt eru þetta aðilar sem eru mjög fúsir til að varðveita skjöl og hluti frá Val.

Valur er og hefur verið mjög sigursælt íþróttafélag alla tíð. Í því samhengi má nefna að Margrét Bragadóttir hefur myndað og skráð rúmlega 1200 verðlaunagripa. Á árunum 2011–2021 vann Valur 256 verðlaunagripa. Allt þetta kallar á sýningar- og geymslupláss.

Það sem er stillt fram á vegum Minjanefndar á Hlíðarenda í dag er að finna á fimm stöðum. Þ.e.

- 1 Á svölunum, 100 ára sýningin
- 2 Skápur á 2. hæð, 100–110 ára sýning
- 3 Stór skápur á 1. hæð
- 4 Skápur yngri flokka 1. hæð
- 5 Fjósið og hlaðan

Á árinu sem er að líða hefur verið unnið að undinbúningi við að yfirfara og bæta 100 ára sýninguna á svölunum. Enn fremur er stöðugt verið að bæta og lagfæra aðrar sýningar.

Stærsta verkefni Minjanefndar voru afleiðingarnar af flóðinu mikla 2018. Flóðið í kjallaranum og eftirleikur þess var stórt verkefni, erfitt og mikil vinna. Segja má að þegar allt er skoðað þá hafi þetta bjargast fyrir horn. Ef allt hefði farið á versta veg hefði stærsti hluti minjagripa Vals eyðilagst. Það gerðist ekki sem betur fer .

Nokkur orð um merki félagsins

Minjanefnd var falið, af stjórn Vals, að koma með tillögur að endurgerð á merki félagsins. Nefndin skoðaði það mjög vel hvernig merkið hafði þróast frá 1926 þegar Tryggvi Magnússon teiknaði það. Kom í ljós að merkinu hafði verið breytt 26 sinnum. Nefndin skilaði sinni greinargerð og tillögum í des. 2017. Stjórn Vals afgreiddi aldrei þær tillögur sem Minjanefnd skilaði.

Söfnun og varðveisla muna íþróttafélaga er eilífðarverkefni. Kynslóðir koma og fara og því er mjög mikilvægt að halda vel utan um þessa hluti. Ég tel að við séum á góðum stað en það er enn nóg af verkefnum en það hefur líka verið unnið kraftaverk í skráningu verðlaunagripa hjá Val.

Ég læt af störfum í Minjanefnd Vals um áramótin. Það hefur verið verulega ánægjulegt að starfa með þessum sama þetta og góða hópi í 13 ár.

Fyrir þetta samstarf vill ég þakka af alhug.

Valskveðja, Magnús Ólafsson formaður Minjanefndar Vals.



Boris Abokhai Akbachev

Fæddur 12. júlí 1933

Dáinn 19. apríl 2023

Boris Abokhai Akbachev handknattleiksþjálfari lést í Reykjavík þann 19. apríl sl. Hann var jarðsettur í New York 28. apríl. Boris fæddist í Moskvu 12. júlí 1933, hann hefði því orðið 90 ára í ár. Boris var þriðji í aldursröð sex systkina, tveggja systra og fjögurra bræðra. Boris giftist árið 1957 Olgu Akbachevu, leikskólaforstjóra, fæddri 1. mars 1938. Olga átti fimm systkini, þ.a. einn bróður. Olga og Boris eignuðust tvo syni, Valery f. 1958 og Michael f. 1962. Meðfram þriggja ára störfum við ungliðadeild hersins, var Boris fastamaður í knattspyrnuliði A- deildar í Moskvu. Þótti sóknjarfur með afburða hraða og tækni, mikla skorun og markakóngstíla.

Boris stundaði fjögurra ára nám við Íþróttaháskólann í Moskvu, með líkamsræktarfræði, íþróttasálfræði og handknattleik sem áherslugreinar. Boris þótti djúphugsandi manngerð, einkum um fræði vöðva og líkamsbyggingu, um hvernig nýta mætti hina minnstu líkamsvöðva til hinna stærstu, um réttar hreyfingar og átök. Stuttir vöðvar eða langir skiptu verulegu máli í fræðunum. Innskeifir eða útskeifir fætur, hjólbeinóttir eða kiðfættir, stórar hendur eða smáar. Allt skipti máli í anda þessara fræða, um stöðuval leikmanna í liði. Eftir því sem kostur var hafði Boris dálæti á stórum mönnum í handknattleiksíþróttinni, einkum línumönnum, skyttum og markmönnum. Um hornamenn og miðjuþilara giltu aðrar kröfur. Boris var einn þeirra fremstu í mótun handknattleik þess er í upphafi var nefndur rússneski skólinn.

Á tíma Sovétríkjanna gegndi Boris yfirþjálfarastöðu allra yfirþjálfara hvers ríkis sem tækniráðgjafi um útbreiðslu íþróttarinnar. Í upphafi var leikmannafjöld-

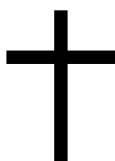
inn ellefu gegn ellefu á stórum velli, en síðar sjö gegn sjö. Þar með hófst ákveðnara tækniskipulag með hreyfingar í sókn, vörn og markvörslu. Víst er, að Boris er höfundur markmannshreyfinga, fyrrum austur Evrópuboltans. Strax að loknu háskólanámi hóf Boris handknattleiksþjálfun sem varð hans ævistarf.

Með fullri trú á hugmyndir og nýjungar um þróun íþróttarinnar, fylgdu Boris fjöldi sammemenda hans til stofnunar handknattleiksfélgsins Kunsevo, sem fljótlega og oft unnu til meistaratitla Moskvu og Sovétríkjanna. Ýmsar íþróttagreinar aðrar, einstaklings- og hópíþróttir nutu einnig ráðgjafar Borisar.

Lev Yashin markvörður Dynamo Moskvu og sovéska landsliðsins, einnig margfaldur heimsmeistari í lyftingum Vasily Alekseev skulu hér helst nefndir. Vorið 1980 auðnaðist handknattleiksdeild Vals sá heiður að fá að njóta krafta Borisar með ráðningu hans. Í fyrstu efuðust sumir um nýungar og aðferðafræði. Starfsævi Borisar á Íslandi spannaði hartnær fjörftu ár. Valur, Breiðablik, Haukar, ÍBV, Fjölnir, íslenska landsliðið, auk einstaklingsþjálfunar, nutu leiðsagnar Borisar um lengri eða skemmri tíma. Hlýhugur fyrr og nú til aðstandenda við fráfall Borisar, um veru og störf þeirra hjóna og fjölskyldna á Íslandi, segir allt sem segja þarf. Þannig er fagleg ferilskrá þeirra hjóna stjörnum prýdd, hvenær og hvar sem vitnað er til.

Takk fyrir samfylgd, tryggð og virðingu kæri vinur. Aðstandendum er vottuð samúð.

Þorberg Ólafsson.



Jóhann Larsen

Fæddur 12. nóvember 1944

Dáinn 17. maí 2023

Jóhann Larsen var leikmaður Hauka til langs tíma, ásamt því að sinna þjálfarastöfum hjá félaginu. Jóhann gerðist þjálf-

ari hjá Val og starfaði hjá félaginu í mörg ár við góðan orðstír enda áhugasamur og mikill húmoristi. Hann vann að mikið að framfaramálum innan Knattspyrnuþjálfarafélags Íslands og naut knattspyrnan krafta hans vel og lengi.

Halldór Einarsson



Hans B.

Guðmundsson

Fæddur 1. júní 1942

Dáinn 10. júní 2023

Góður vinur og spilafélagi til margra ára Hans B. Guðmundsson, hefur hvatt þessa jarðvist. Hanni eins og hann var gjarnan kallaður, var mikill Valsmaður, lék knattspyrnu upp alla yngri flokka Vals og síðan í meistaraflokki þar sem hann átti farsælan feril. Hanni tók mikinn þátt félagsstarfi Vals, og var til að mynda formaður knattspyrnudeildar og síðar formaður fulltrúaráðs félagsins.

Hanni var traustur félagi, rólegur og yfirvegaður, stundum fullróglegur sem sýndi sig við bridgeborðið, en það gat tekid Hanna góðan tíma að segja á spilin og var hann oft djúpt sokkinn, sem endaði á því að hann spurði „hver á að segja“. „Hver gaf síðast“ en þetta voru t.d. frasarnir við spilaborðið hjá okkur félögum þar sem meiri áhersla var lögð á spjall og njóta félagsskaparins þar sem umræðan gat verið um okkar kæra félag Val. Nú erum við undirritaðir eftir ásamt Vilhjálmí Sigurlinnasyni en þeir sem hafa fallið frá eru Gylfi Hjálmars, Hrafn Bachmann, Palli Ögmunds og nú Hanni. Þannig er lífið, það gefur og það tekur. Hanni lék handbolta með Ármanni og gerði garðinn frægan í góðu liði. Hanni var góður vinur, sem gott var að treysta á, mátti ekkert aumt sjá, var kannski ekki mjög opin en stutt í grínið og hláturinn. Að uppástungu Hanna var reistur legsteinn til minningar um Sig-

urð Marelsson og stóðum við félagarnir að þessu ásamt fjölskyldu Sigurðar.

Við félagarnir þökkum Hanna samfylgdina og vottum börnum hans og fjölskyldu okkar dýpstu samúð og biðjum góðan Guð að styrkja þau í sorginni.

*Hvil í friði okkar kæri vinur,
Lárus Loftsson, Róbert Jónsson*



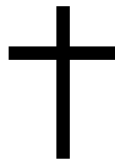
**Björgvin
Danielsson**
Fæddur 14. maí 1938
Dáinn 24. júlí 2023

Björgvin Danielsson var marksækinn glaðlegur leikmaður sem vann sér það m.a. til frægðar að skora mark Vals í úrslitaleik um Íslandsmeistaratitilinn 1956. Leiknum á móti KR lauk með jafntefli þar sem bæði liðin skorðu eitt mark, dugði það Val til sigurs en þá hafði Valur ekki orðið Íslandsmeistari síðan 1945 og fögnuðu Valsmenn því vel og innilega. Björgvin átti góðan og eftirminnilegan feril og taugin til Vals slitnaði aldrei.

Halldór Einarsson



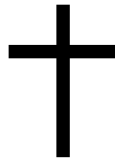
Björgvin etur kappi við Helga, bróður sinn, en hann var markmaður Skagamanna.



**Haraldur
Haraldsson**
Fæddur 1. júní 1948
Dáinn 18. ágúst 2023

Haraldur var lengi virkur félagi í körfuknattleiksdeild Vals meðan deildin var að festa rætur og deildu þeir ástríðunni hann og Rafn bróðir hans. Það þurfti styrka menn eins og Harald til þess að festa körfuknattleiksdeild Vals í sessi eftir að Körfuknattleiksfélag Reykjavíkur gekk inn í félagið og deildin varð að veruleika 1970.

Halldór Einarsson

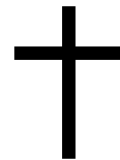


**Sigurbjörn
Valdemarsson**
Fæddur 18. maí 1937
Dáinn 22. september 2023

Sigurbjörn var þriggja ára gamall þegar fjölskyldan flutti að Hlíðarenda og faðir hans gerðist mannvirkjastjóri hjá Val. Þau bjuggu á jarðhæðinni í íbúðarhúsinu og í nokkur ár bjuggu Helgi Danielsson og fjölskylda í risinu hjá þeim. Sigurbjörn

var flinkur fotboltamaður og lék með yngri flokkum félagsins. Með glaðværð sinni og góðri nærveru eignaðist hann marga góða vini í fótboltanum. Valur var alltaf í hjarta hans og þó að knattspyrnuferillinn næði ekki til fullorðinsáranna var tryggðin við Val alltaf til staðar.

Halldór Einarsson



Jafet S. Ólafsson
Fæddur 29. apríl 1951
Dáinn 7. nóvember 2023

Jafet var ungur að árum þegar fjölskylda hans flutti úr Vesturbænum í Mávahlíðina. Ég man að hann sagði frá því í viðtali að það hefði verið mikið gæfuspor fyrir sig. Í fyrsta lagi vegna þess að það kom í veg fyrir að hann yrði KR-ingur og síðan vegna þess að í barnmörgu Hlíðahverfinu kynntist hann fjölda stráka og stelpna sem höfðu áhuga á íþróttum og leituðu á Hlíðarenda eftir útrás í leik og keppni og gengu í Val. Í þeim hópi eignaðist hann góða vini fyrir lífstíð.

Hann æfði og keppti í boltgreinum Vals og var traustur markvörður í knattspyrnu, en var einnig keppnismaður í badminton í Val og TBR. Það kom líka fljótt í ljós að Jafet var mikill félagsmálamaður og byrjaði snemma að starfa á þeim vettvangi innan Vals. Hann var stjórnarmaður í badmintondeild um árabíl, var varaformaður Vals um tíma og lét til sín taka á fundum Fulltrúaráðs félagsins, þar sem hann átti sæti er hann lést.

Jafet vann gott starf sem formaður Minjanefndar Vals og sá til þess ásamt samstarfsmönnum sínum að verðmætum gögnum og verðlaunagripum sem varða sögu félagsins var safnað skipulega saman, þau skráð og komið í traustar geymslur. Þessi vinna tryggði enn betur en áður að glæsileg saga Vals er varðveitt með öruggum og aðgengilegum hætti.

Skemmtilegast fannst Jafeti þó að stýra

undirbúningi Herrakvölds Vals og þar naut hann sín vel um margra ára skeið. Hann nýtti sambönd sín og átti auðvelt með að fá góða ræðumenn og skemmtikrafta til að koma fram. Það varð eftirsóknarvert fyrir Valsmenn að bjóða þangað með sér vinum og fylla salina á Hlíðarenda ár eftir ár. Jafet mætti alltaf sjálfur með góðan hóp gesta og hafði ánægju af að kynna þeim Val og Valssvæðið.

Jafet var líka mikill áhugamaður um

framing meistaraflokka Vals, mætti á leiki í öllum greinum, lét vel í sér heyra og það var gaman að vera með honum á áhorfendapöllum. Hann hvatti okkar fólk til dáða með sinni sterku rödd, svo eftir var tekið og hafði skoðun á dómgæslu ef þörf var á.

Hann var einn af þekktum og traustum bakhjörllum Vals og gott var að ráðgast við hann um ýmis mál. Félagsmenn mátu Jafet mikils og á 100 ára afmæli Vals árið 2011

var hann sæmdur Valsorðunni og bar hana með stolti.

Við Valsmenn sendum Hildi eiginkonu Jafets, börnum þeirra, Magnúsi bróður hans og öðrum ættingjum innilegar samúðarkveðjur.

Á Hlíðarenda verður Jafets S. Ólafssonar minnst með virðingu og þakklæti.

Reynir Vignir

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Aðalsteinn Rúnar Óttarsson

Alexander Örn Júlíusson

Anthony Karl Gregory

Arna og Hera Grímsdætur

Arnar Guðjónsson

Ágúst Björgvinsson

Ágúst Fannar Einþórsson

Ágúst Ögmundsson

Ágústa Edda Björnsdóttir

Árni Pétur Jónsson

Árni Huldar Sveinbjörnsson

Atli Sigurðsson

Baldur Þorgilsson

Baldur Þórólfsson

Baldvin Jónsson

Bára Bjarnadóttir

Birgir Örn Friðjónsson

Bílasala Guðfinns

Bjarki Sigurðsson

Bjarni Ákason

Bjarni Sigurðsson

Björgvin Kristbergsson

Björn Bragason

Björn Steinar Jónsson

Björn Ingi Sverrisson

Björn Zoëga

Böðvar Bergsson

Bragi G. Bragason

Brynjar Harðarson

Brynjar Þór Niélsson

Byggingarfélagið Bakki

Concello ehf. Tryggingamiðlun

Dagur Sigurðsson

Davor Purusic

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

E. Börkur Edvardsson	Guðni Haraldsson
Edvard Skúlason	Guðrún Gísladóttir
Eggert Kristófersson	Gunnar Sigurðsson
Einar Jón Ásbjörnsson	Gunnar Svavarsson
Elín Rós Hansdóttir	Gunnar Zoëga
Eva Halldórsdóttir	Gunnlaugur Ragnarsson
Eyþór Guðjónsson	Hafdís Alexandersdóttir
Fannar Örn Þorbjörnsson	Hafrún Kristjánsdóttir
Fastus	Halldór Einarsson
Friðjón Friðjónsson	Hallfríður Brynjólfsdóttir
Friðrik Sophusson	Hans Herbertsson
Garðar Kjartansson	Helena Þórðardóttir
Gísli Arnar Gunnarsson	Helgi Benediktsson
Gísli Hafsteinn Gunnlaugsson	Helgi I. Jónsson
Gísli Óskarsson	Helgi Magnússon
Grímur Atlason	Helgi Rúnar Magnússon
Grímur Sæmundsen	Helgi Sigurðsson
Guðjón Harðarson	Hilmar Böðvarsson
Guðmundur Frímansson	Hilmar Sigurðsson
Guðmundur Kjartansson	Hilmir Elísson
Guðmundur Þorbjörnsson	Hörður Gunnarsson
Guðni Bergsson	Hörður Hilmarsson

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Ingi Rafn Jónsson	KOM (Friðjón Friðjónsson)
Ingólfur Friðjónsson	Kristján Ásgeirsson
Ingvi Hrafn Jónsson	Lárus Blöndal
Jakob Sigurðsson	Lárus Bl. Sigurðsson
Jóhann Kristján Birgisson	Leifur Aðalgeir Benediktsson Skiltakarl
Jóhann Hafstein	Leonard, Kringlunni
Jóhann Alfreð Kristinsson	María Hjaltalin
Jón Gunnar Bergs	Markús Máni Michaelsson Maute
Jón Gíslason	Jóla og áramótakveðja frá Málingarvörum ehf.
Jón Halldórsson forseti Urriðans	Nikulás Úlfar Másson
Jón S. Helgason	Oddný Sturludóttir
Jón Garðar Hreiðarsson	Orrí Freyr Gíslason
Jón Höskuldsson	Ólafur Gústafsson
Jón Grétar Jónsson	Ólafur Már Sigurðsson
Jón Pétur Jónsson	Óskar Bjarni Óskarsson og fjölskylda
Jón Kristjánsson	Óttar Felix Hauksson
Jónas Guðmundsson	Páll Steingrímsson
Júlíus Jónasson	Ragnhildur Edda Þórðardóttir
Karl Axelsson	Reynir Vignir
Karl Guðmundsson	Sigurbjörn Örn Hreiðarsson
Karl Jónsson	Sigurður Ásbjörnsson
Kjartan Georg Gunnarsson	Sigurður Lárus Hólm

Valsmenn – bestu óskir um gleðileg jól og farsælt nýtt ár

Sigurður K. Pálsson

Sigþór Sigurðsson

Skúli Edvardsson

Smart Sólbaðstofa

Smári Þórarinnsson

Snorri Steinn Guðjónsson

Sonja Jónsdóttir

Stefán Gunnarsson

Styrmir Þór Bragason

Svala Þormóðsdóttir

Svali Björgvinsson

Svanur M. Gestsson

Sveinn Guðmundsson

Sveinn Zoëga

Sævar Hjálmarsson

Theódór Skúli Halldórsson

Theódór Hjalti Valsson

Tómas H. Heiðar

Torfi Magnússon

Valdimar Grímsson

Viðar Elísson

Þorgrímur Þráinsson

Þorsteinn Gunnar Einarsson

Þorsteinn Guðbjörnsson

Þorsteinn Ólafs

Þórarinn G. Valgeirsson

Þórður Ágústsson



GETRAUNANÚMÉR VALS

101



1X2
GETRAUNIR.IS

NA

NORÐURÁL

Áfram Valur!



Hreint ál úr íslenskri orku | nordural.is