



# Valsblaðið

71. árgangur 2019

# Eitt af 25 undrum veraldar

Jarðsjór Bláa Lónsins á sér engan líkan í heiminum. Hann sprettur af 2.000 metra dýpi úr iðrum jarðar þar sem sjór og ferskvatn síast saman í jarðlögin. Jarðhiti veldur efnahvörfum sem gerir jarðsjóinn ríkan af steinefnum, kísli og þörungum sem veitir grunninn að lækningamætti lónsins. **Upplifðu undrið.**



**BLUE LAGOON**  
ICELAND

[bluelagoon.com](http://bluelagoon.com)

# Stefnu mótun

Við aðstoðum þig við að móta framtíð þíns fyrirtækis. Með stefnumótun er hægt að skoða tiltekin atriði í rekstrinum eða fyrirtækið í heild. Tölum saman og skoðum hvað við getum gert fyrir þig og þitt fyrirtæki.

Nánari upplýsingar veitir  
Steinþór Pálsson í síma 545 6230  
eða á [steinthorpalsson@kpmg.is](mailto:steinthorpalsson@kpmg.is)

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

The KPMG logo consists of four small squares arranged in a row above the letters 'KPMG' in a bold, blue, sans-serif font.



# Jólahugvekja 2019

„Látið kappið aldrei bera fegurðina ofurliði.“ Lesendur þessa blaðs þekkjast þessi orð að líkindum mæta vel. Þau eru ein-kunnarorð Knattspyrnufélagsins Vals og eru ættuð frá stofnanda félagsins, Séra Friðriki Friðrikssyni. Þessi hvatning og áeggjan Séra Friðriks og yfirskriftin yfir öllu starfi Vals er mögnuð og segir svo ótalmargt um það hvernig best er að ganga fram í lífinu öllu. Séra Friðrik lagði alla tíð ríka áherslu á það við unga fólkið sem hann hafði samskipti við að auðsýna heiðarleika, fegurð, samheldni og kærleika í lífi, leik og starfi. Þetta átti, og á, að koma fram í öllu lífinu og á öllum sviðum þess. Orð Séra Friðriks, einkunnarorð Vals, eiga því ekki aðeins við um það glæsilega íþrótta- og uppeldisstarf sem Valur sinnir af trúmennsku. Ég held að við getum öll tekið undir það að betra sé að fegurðin ríki heldur en kappið eitt – að tilgangurinn helgar ekki meðalið. Það skiptir máli hvernig við sigrum og hvernig við töpum. Það skiptir máli hvernig við leikum og hvernig við lifum.

Nú fer í hönd sá tími ársins sem mörgum þykir einn sá yndislegasti, þar sem tilhlökkun, eftirvænting og gleði liggur í loftinu og umlykur okkur flest. Aðventan dregur að mörgu leyti það fegursta fram í okkur, bæði einstaklingum og samfélaginu í heild. Í starfi mínu hef ég margoft upplifað það hversu fólk lætur sér oft annt um náunga sinn, nær og fjær, á þessum tíma ársins. Okkur rennur til rifja að sjá eynd og erfiðar aðstæður og



Séra Leifur Ragnar Jónsson.

að vita til þess að ekki geta allir átt gleðileg jól og gleðilega aðventu eins og við reynum öll að eiga. Aðventan – jólafastan er okkur dýrmæt. Við bíðum jólanna, börn, unglingar, ungt fólk, miðaldra og gamalt fólk í þeirri von og vissu að gjöf-ull og góður tími sé framundan og standi yfir þrátt fyrir eril og umbúðir. Gjöful er aðventan, því hún eflir tengsl og bönd við ástvini og ættingja, við vini, kunningja og aðra samborgara. Kannski það sé það dýrmætasta við adventu- og jólahaldið allt. Ásamt því að minna okkur á hvaða

gildi það eru sem dýrmætust eru og best í lífi okkar allra, hvaða lífsstefnu sem við annars kunnum að hafa valið okkur í lífinu. Þau gildi endurspeglast í yfirskrift Vals og eiga sér svo sannarlega samhljóm í orðum Páls postula sem hvetur og áminnir fólk víða um að ástunda eftirsókn eftir þessum gildum, kærleika, von og trú, hinu góða. „Keppið eftir hinu góða,“ segir hann t.d. á einum stað.

Á aðventunni er auðvelt að gleyma þessu inntaki aðventunnar og jólanna. Það er auðvelt að gleyma sér í umbúðunum og glysinu öllu. Það er auðvelt að gleyma tilganginum með þessu öllu saman. Jólin og aðventan hefjast ekki í hinni eða þessari verslunarkedjunni eða þegar þetta eða hitt kemur í búðirnar. Þau hefjast þegar við finnum að boðskapur þessa tíma snertir við okkur, kemur við hjarta okkar og huga. Þegar barnið litla í jötunni snertir við okkur með þeim hætti að við finnum fyrir þeirri samkennd og væntumþykju til náungans og samfélagsins alls í víðtækri merkingu þess. Að fá að eiga aðventuna og jólin sem kærleiks- og vonarríka daga og hátíð þar sem við drögum allt það besta fram í okkur og auðsýnum það. Um það snúast jólin fyrst og fremst og hinu öllu, umbúðunum, glysinu er ætlað að auka á það, ekki að vera aðalatriðið. Þegar svo er hefur kappið ekki borið fegurðina ofurliði.

Guð gefi okkur öllum gleðilega, kærleiksríka og uppbyggilega daga og hátíð.

Séra Leifur Ragnar Jónsson prestur í Guðrúðarkirkju, Grafarholtsprestakalli.

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

macron



# Jólin 2019

*Myrkrin burtu máum svört  
megi þau óðum dvína.  
Heilög nálgast hátíð björt  
himins stjörnur skína.*

*Frelsarans komu oss fagna ber  
hann fyllir vor hjörtu vonum.  
Hann veginn á jörðu varðar hér  
til verndar dætrum og sonum.*

*Hleypum nú ljósi í lífvort og sál  
látum það aldrei hníga.  
Eflum vort þrek og andans mál  
ei látum deigan síga.*

*Pótt hryggt sé nú vort hugarþel  
hræðar brár og votar,  
þá seinna styttr upp hvert el  
stormum öllum slotar.*

*„Nú vonin vaki í sálu þinni“  
er vinarkveðja þín frá mér.  
„Með vori birtir brátt í sinni  
betri tíð í vændum er“.*

*Fegurðin ríkir þá um fold  
fugla er kveðinn óður.  
Með vori vaknar líf í mold,  
og virkur jarðargróður.*

*Á hátíð þeirri er að höndum fer  
hækkandi sól skulum fagna.  
Horfast í augu við ástand sem er  
herða vorn hug og magna.*

jhk 6. nóv. 2019

## Valsblaðið • 71. árgangur 1. tbl. 2019

Útgefandi: Knattspyrnufélagið Valur,

Hlíðarenda við Laufásveg

Ritstjóri: Guðni Olgeirsson

Ritnefnd: Hólmfríður Sigþórsdóttir, Gunnar Örn Arnarsson, Óttar Felix Hauksson og Þorsteinn Ólafs

Auglýsingar: Sigurður Kristinn Pálsson, Lárus Sigurðsson

Ljósmyndir: Þorsteinn Ólafs, Gunnar Örn Arnarsson, Þorgrímur Þráinsson, Baldur Þorgilsson, Torfi Magnússon, Ruth Ásgeirsdóttir, Guðni Olgeirsson, Pétur Pétursson, Svali Björgvinsson, Guðlaugur Ottesen Karlsson, Soffía Ámundadóttir o.fl.

Prófarkalestur: Óttar Felix Hauksson

Umbrot: Eyjólfur Jónsson

Prentun og bókband: Prenttækni ehf.



## Meðal efnis:

- 8 Stelpurnar áttu sviðið. Skýrsla aðalstjórnar Vals 2019.
- 12 Viðtal við fulltrúa Íslandsmeistara kvenna í körfuknattleik, handknattleik og knattspyrnu 2019. Ótrúlegt afrek kvennaliðanna.
- 16 Umfjöllun um Fjósið. Félagshemili með sögu og sál.
- 18 Hlíðarendi í 80 ár. Saga Vals á Hlíðarenda rifjuð upp.
- 24 Fálkar halda upp á 10 ára afmæli karla- og pabbafélagsins.
- 28 Steini í Val. Bréf Þorsteins Haraldssonar til Þorgríms Þráinssonar.
- 42 Myndasýrpa frá kröftugu kvennakvöldi Vals á sögulegu ári kvennaliða félagsins.
- 48 Einstakt í sögu kvennaíþrotta hjá Val. Skýrsla körfuknattleiksdeildar 2019.
- 70 Myndaopna af Íslands- og bikarmeisturum Vals í körfuknattleik kvenna 2019.
- 74 Viðtal. Darri Freyr Atlason þjálfari hefur náð að byggja upp ógnarsterkt lið á Hlíðarenda og vill skara fram úr í öllu sem hann tekur sér fyrir hendur.
- 90 Myndaopna af Íslandsmeisturum Vals í knattspyrnu kvenna 2019.
- 114 Valsblaðið 80 ára 2019.
- 121 Hjá Valskórnum er aldrei stöngin út. Öflug starfsemi kórsins.
- 122 Myndaopna frá fjölmennu og vel heppnuðu herrakvöldi Vals.
- 125 Fjölbreytt starfsemi fulltrúaráðs og Friðrikshatturinn afhentur í 7. sinn.
- 132 Minning um Valsmenn sem féllu frá árið 2019.

*Með forsíðumyndinni er reynt að fanga magnað afrek kvennaliða Vals í körfuknattleik, handknattleik og knattspyrnu á árinu 2019. Myndin er tekin í Fjósinu, klúbbhúsi félagsins, þar sem fulltrúar allra kvennaliðanna eru hjá bikarauppskeru ársins. Frá vinstri: Hallveig Jónsdóttir leikmaður körfuknattleikslíðsins, Margrét Lára Viðarsdóttir fyrirliði knattspyrnuliðsins, Íris Ásta Pétursdóttir leikmaður handknattleikslíðsins, Guðbjörg Sverrisdóttir fyrirliði körfuknattleikslíðsins, Dóra María Lárusdóttir leikmaður knattspyrnuliðsins og Hildur Björnsdóttir fyrirliði handknattleikslíðsins. Ljósmynd: Guðlaugur Ottesen Karlsson.*



Ljósmynd Þorsteinn Ólafs.

## Uppalinn Valsari úr Íslandsmeistaraliði Vals í knattspyrnu 2018 valinn íþróttamaður ársins hjá Val

Það er árviss viðburður hjá Val að útnefna íþróttamann ársins við hátíðlega athöfn að Hlíðarenda á gamlársdag. Árið 2018 var komið að þessari útnefningu í 27. sinn að viðstöddu fjölmenni. Valnefndin er skipuð formönnum allra deilda félagsins, sitjandi formanni Vals og tveimur fyrrverandi formönnum, auk Halldórs Einarssonar sem hefur verið í valnefnd frá upphafi og er gefandi verðlaunagripanna. Samtals hafa tólf knattspyrnumenn hlotið titilinn, 11 handknattleiksmenn og einn körfuknattleiksmaður. Fjórtán sinnum hefur leikmaður karlalíðs verið valinn og 13 sinnum hefur leikmaður kvennaliðs orðið fyrir valinu. Kynjaskiptingin er jöfn og gott jafnvægi ríkir milli knattspyrnu og handknattleiks en einungis einu sinni hefur körfuknattleiksmaður hlotið þessa

nafnbót en með miklum uppgangi í körfuknattleik á undanförunum árum má búast við því að það breytist fljótlega.

Fyrir valinu sem íþróttamaður Vals árið 2018 varð Birkir Már Sævarsson sem var lykilleikmaður í Íslandsmeistaraliði Vals á árinu en Birkir Már sneri til baka úr atvinnumennsku til uppeldisfélagsins fyrir tímabilið. Einnig lék Birkir Már með íslenska landsliðsins sem keppti í fyrsta sinn á heimsmeistaramótinu í knattspyrnu sumarið 2018. Birkir Már Sævarsson (fæddur 11. nóvember 1984) er uppalinn Valsari og hóf knattspyrnuferilinn í meistaraflokki hjá uppeldisfélaginu. Síðar lék hann með SK Brann í Noregi og síðan með Hammarby IF í Svíþjóð þar til hann sneri aftur til Vals.

Birkir er hægri bakvörður og hefur spilað með karlalandsliði Íslands síðan 2007. Hann er næstlandsleikjahæsti leikmaður Íslands með 90 A landsliðsleiki (júní 2019) og er vel að nafnbótinni kominn sem íþróttamaður Vals og er auk þess góð fyrirmynd og traustur liðsfélagi.

## Íþróttamenn Vals frá upphafi

- 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 Andréasdóttir, 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

# HREYFING SPA



---

## GJAFAKORT HREYFINGAR

*Gefðu þeim sem þér þykir  
vænt um dásamlegt dekur  
eða heilsurækt hjá Hreyfingu*



Valsstúlkur fagna Íslandsmeistararitilum í handknattleik og körfuknattleik 2019. Ljósmynd: Ruth Ásgeirsdóttir.

# Stelpurnar áttu sviðið

## Ársskýrsla aðalstjórnar Vals árið 2019

### Íslandsmeistarar í handknattleik, körfuknattleik og knattspyrnu og bikarmeistarar í handknattleik og körfuknattleik

Aðalfundur Knattspyrnufélagsins Vals var haldinn 28. maí 2019 í Lollastúku. Karl Axelsson var kjörinn fundarstjóri og Hólmfríður Sigþórsdóttir fundarritari. Fundargerð síðasta aðalfundar var lögð fram til samþykktar. Sonja Jónsdóttir, Garðar Ólafsson og Arnar Guðjónsson gáfu ekki kost á sér til endurkjörs og eru þeim færðar þakkir fyrir ötulst starf fyrir Val á ýmsum sviðum. Þau verða áfram aúfúsugestir að Hlíðarenda og sinna störfum sem falla að þeirra áhugasviðum. Árni Pétur Jónsson, Eva Halldórsdóttir og

Jón Garðar Hreiðarsson voru kjörin í aðalstjórn í stað Sonju, Arnars og Garðars. Árni var einn í framboði til formanns Vals og kjörinn einróma.

Aðrir stjórnarmenn eru Kjartan Georg Gunnarsson, Hólmfríður Sigþórsdóttir, Eva Halldórsdóttir, Karl Axelsson, Jón Garðar Hreiðarsson og Þorgrímur Þráinsson sem var síðan kjörinn varaformaður. Formenn deilda eru sjálfkjörin í aðalstjórn Vals en þeir eru, Gísli Gunnlaugsson, Svali Björgvinsson og E. Börkur Edvardsson.

Í ræðu sinni lagði formaðurinn áherslu á að farið yrði í aðhaldsaðgerðir í rekstrinum, hann gerður gegnsæri og samskipti við félagsmenn væru opin og hreinskiptin.

Formenn deilda gerðu stutta grein fyrir starfinu og Sigurður K. Pálsson, fram-

kvæmdastjóri, lagði fram og útskýrði endurskoðaða reikninga félagsins fyrir liðið starfsár, til samþykktar. – Hann lagði ennfremur fram rekstraráætlun fyrir árið 2019. Jón S. Helgason frá KPMG var kosinn löggiltur endurskoðandi félagsins.

### Stelpurnar stálu senunni

Það má með sanni segja að stelpurnar í Val hafi haldið merki félagsins hvað hæst á lofti árið 2019. Meistaraflokkar í körfuknattleik og handknattleik urðu deildarbikar- og Íslandsmeistarar á vormánuðum og stelpurnar í meistaraflokki í knattspyrnu urðu Íslandsmeistarar eftir harða baráttu við Breiðablik. Ólíklegt verður að teljast að þetta afrek verði endurtekið, að titlar í þremur stærstu og vinsælustu íþróttagreinum rati til sama félags. Frá stofnun félagsins hefur Valur landað 120 titlum í greinunum þremur; orðið Íslandsmeistari og bikarmeistari í meistaraflokki í handknattleik, knattspyrnu og körfuknattleik, karla og kvenna.

Eins og fram kemur í skýrslu deilda átti Valur fjölda yngri landsliðsmanna í handknattleik og körfuknattleik og einn ungan í U-17 ára landsliðinu í knattspyrnu, Kára Daníel Alexandersson, en langt er síðan ungur fótboldadrengrur úr Val fékk tækifæri með landsliðinu. Framtíðin er því björt að Hlíðarenda ef áherslur okkar allra eru réttar.

### Birkir Már íþróttamaður Vals 2018

Á gamlársgag 2018 var íþróttamaður Vals kjörinn en formaður dómnefndar er Hall-



Íslandsmeistaratitli fagnað í körfuknattleik. Frá vinstri: Guðlaugur Ottesen Karlsson, Guðbjörg Sverrisdóttir, Hallveig Jónsdóttir og Helena Sverrisdóttir. Ljósmynd: Ljósmynd: Þorsteinn Ólafsson.



dór Einarsson og gefur hann ennfremur verðlaunagripina. Formenn deilda eru einnig í dómnefnd auk formanns Vals, framkvæmdastjóra og fyrrum formanns. Birkir Már Sævarsson, Íslandsmeistari í knattspyrnu, var kjörinn íþróttamaður Vals og er hann einstaklega vel að titlinum kominn. Hann á tæplega 90 landsleiki að baki og öll fjölskyldan er nánast að Hlíðarenda sjö daga vikunnar. Hann er einstök fyrirmynd, sækir flesta leiki í öllum greinum og er því með stórt Vals-hjarta eins og allt hans fólk.

## Valsmaður ársins 2018

Valsmaður ársins var valinn á gamlársdag, þriðja árið í röð, en þessi nafnbót var endurvakin árið 2016 – eftir þrjátíu ára hlé. Valsmaður ársins var áþekkt nafnbót á sínum tíma og Íþróttamaður Vals er í dag en árið 1992 var íþróttamaður Vals valinn í fyrsta skipti.

Valsmaður ársins 2018 var Jónas okkar Guðmundsson sem er að Hlíðarenda sjö daga vikunnar og gengur nánast í öll störf þótt hann hafi þann starfa að halda utan um ýmsa viðburði hjá Val, elda ofan í meistaraflokka og fleira og fleira.

## Valsblaðið = Guðni Olgeirsson

Valsblaðið kom út í desember 2018 en leiðtogi þess og ritstjóri er Guðni Olgeirsson. Hann hefur stýrt blaðinu af miklum myndarskap síðastliðin 17 ár en árið 2019 eru 80 ár síðan Valsblaðið kom fyrst út. Fjölmarginir greinahöfundar, ljósmyndarar og áhugamenn um Val og Valsblaðið leggja Guðna lið en hann er og verður áfram fyrirliði þessa merka starfs.

Með honum í ritnefnd voru Hólmfríður Sigþórsdóttir, Þorsteinn Haraldsson, Ragnar Vignir og Þorsteinn Ólafsson. Þorsteinn Ólafsson hefur einnig verið ötull með myndavélina ásamt þeim Guðlaugi Ottesen Karlssyni, Baldri Þorgilssyni, Torfa Magnússyni, Hilmar Hilmarssyni og fleiri sem taka ætíð fjölda mynda fyrir Valsblaðið. Eyjólfur Jónsson sá um umbrot Valsblaðsins en prófarkir las Óttar Felix Hauksson. Blaðið var prentað í Ísafoldarprentsmiðju. Valsblaðið var sent í pósti til þeirra sem eru skráðir í félagið og dreift á Hlíðarenda til gesta.

## Friðrikssjóður styður við unga fólk

Sjóður séra Friðriks Friðrikssonar var stofnaður árið 2015 en hlutverk hans er að



Bikarmeistaratitli í körfuknattleik kvenna fagnað með stuðningsmönnum, sem jafnframt er fyrsti stóri titill í kvennakörfunni hjá Val. Ljósmynd: Guðlaugur Ottesen Karlsson.

tryggja það að allir iðkendur í Val geti staðið straum af þeim kostnaði sem fylgir því að stunda íþróttir og að ekkert barn þurfi frá að hverfa sökum fjárskorts. Fjölörögum styrkjum var úthlutað úr sjóðnum árið 2019. Upplýsingar um Friðrikssjóð og úthlutunarreglur er að finna á [valur.is](http://valur.is) en sjóðurinn er rekinn fyrir sjálfsaflafé og er hægt að efla sjóðinn með því

að hafa samband við skrifstofu Vals. Farið er með allar umsóknir sem trúnaðarmál.

## Þorragleði, Kvenna- og Herrakvöld

Venju samkvæmt heppnuðust kvennakvöld og herrakvöld Vals vel en alls mættu liðlega 450 manns á Herrakvöldið sem var haldið fyrsta föstudag nóvember-



Fyrsta ártal á vegginn í körfuknattleik kvenna hjá Val. Stór stund. Ljósmynd: Guðlaugur Ottesen Karlsson.



Íslandsmeistaratitli í handknattleik kvenna fagnað innilega vorið 2019.



Valsmenn heiðra minningu Jóns Karels Kristbjörnssonar fyrir fyrsta leik í Pepsi Max deildinni. F.v. Kaj Leo í Bartalsstovu, Bjarni Ólafur Eiríksson, Emil Sigvardsen Lyng, Orri Sigurður Ómarsson, Birkir Már Sævarsson, Lasse Petry Andersen, Ólafur Davíð Jóhannesson þjálfari, Halldór Eypórsson liðsstjóri, Kristinn Freyr Sigurðsson, Eidur Aron Sigurbjörnsson, Haukur Páll Sigurðsson, Gary John Martin, Einar Karl Ingvarsson, Einar Óli Þorvarðarson sjúkráþjálfari, Birnir Snær Ingason, Sveinn Sigurður Jóhannesson, Fannar Gauti Dagbjartsson liðsstjóri, Garðar Bergmann Gunnlaugsson, Kristinn Ingi Halldórsson, Sverrir Páll Hjaltested, Ólafur Karl Finsen, Ivar Örn Jónsson, Anton Ariri Einarsson, Sebastian Starke Hedlund, Kristófer Sigurgeirsson aðstoðarþjálfari, Andri Adolphsson, Hannes Þór Halldórsson, Sigurður Egill Lárusson, Rajko Stanisic markvarðarþjálfari, Sigurbjörn Hreiðarsson aðstoðarþjálfari. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafs.



Valsstúlkur fagna Íslandsmeistaratitlinum í Pepsi Max deildinni 2019. F.v. Elísa Viðarsdóttir, Hallbera Guðný Gísladóttir, Guðný Árnadóttir, Sandra Sigurðardóttir, Dóra María Lárusdóttir, Vesna Elísa Smiljkovic, Mist Edvardsdóttir, Lillý Rut Hlynsdóttir, Margrét Lára Viðarsdóttir fyrirlíði, Ásgerður Stefanía Baldursdóttir, Thelma Guðrún Jónsdóttir liðsstjóri, Hlín Eiríksdóttir, Karen Guðmundsdóttir, Guðrún Karítas Sigurðardóttir. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafs.

mánaðar. Kvennakvöldið sló líka í gegn, ekki síst þar sem árið 2019 endurspeglar árangur meistaraflokka kvenna í handknattleik, knattspyrnu og körfuknattleik.

## Rekstur Vals

Rekstur Vals árið 2019 var þungur en rausnarlegur stuðningur frá Valsmönnum hf. og Hlíðarenda SES gerir okkur kleift að halda úti okkar öflugra starfi. Sífelld erfðara er að fá fyrirtæki til að styrkja íþróttastarfið sem þó er viðurkennt að sé ein besta forvarnarleiðin fyrir unga fólkið okkar.

Stefna Vals, að eiga karla- og kvennalið í knattspyrnu, handknattleik og körfuknattleik sem séu í fararbroddi, er metnaðarfull en um leið kostnaðarsöm. Á árinu 2019 hefur verið unnið að því að lækka rekstrarkostnað og auka tekjurnar. Mikilvægt er að vel takist til við þá vinnu. Á árinu hafa starfað nokkrir vinnuhópar innan stjórnarinnar, sumir að rekstrartengdum málum en aðrir að faglegum málum tengdum íþróttastarfinu. Þá hefur félagið verið í viðræðum við Reykjavíkurborg um mögulega byggingu á knattúsi eða fjölnota íþróttahúsi. Ekki eru komnar niðurstöður í þær viðræður.

## Lengi getur gott batnað

Ef Valur vill vera sjálfbært hvað varðar afreksfólk framtíðarinnar þarf fyrst og fremst að hlúa einstaklega vel að yngri flokkunum. Leitast hefur verið við að ráða fagfólk í allar þjálfarastöður í greinunum þremur og þannig verður það að vera til frambúðar. Halda þarf öllum þjálfurum, iðkendum og starfsfólki á tánum með margvíslegum hætti, hvort sem um er að ræða með fræðslu, námskeiðum, endurmenntun eða beinu aðhaldi.

## Sjálfbodaliðar

Sjálfbodaliðar Vals eru ómetanlegt afl í starfsemi félagsins. Án þeirra væri félagið fátæklegt. Við viljum endilega virkja sem flesta því margar hendur vinna létt verk. Í dag er staðan þannig að allt of mörg störf leggjast á fáar herðar og er löngu tímabært að fá fleiri sjálfbodaliða að borðinu. Hvetjum við stuðningsmenn félagsins til að bjóða fram krafta sína, það þarf ekki að vera mikið vinnuframlag, heldur aðallega að vera með okkur í starfinu. Stjórnarmenn allra deilda félagsins eru sjálfbodaliðar og starfsmenn eru líka oft sjálfbodaliðar. Það væri ekki hægt að halda starfsemi Vals gangandi án þeirra. Fálkarnir eru ómetanlegir með sínum fjárhagslega stuðningi og félagsþroska. Yngri flokkarnir njóta góðs af dugnaði þeirra, til að mynda við að bera fram gómsætar veitingar í kringum stórleiki að Hlíðarenda. Það sama má segja um Valkyrjurnar, því þær er ætíð boðnar og búnar að hjálpa til á margvíslegan hátt. Margt smátt gerir eitt stórt og við eigum öll að leggja okkar að mörkum til þess að efla innviði Vals, halda utan um unga fólkið og létta undir með starfsfólki. Þeir sem vilja bætast í hóp sjálfbodaliða geta sent póst á netfangið [valur@valur.is](mailto:valur@valur.is)

## Valskórinn léttir vora lund

Valskórinn tróð reglulega upp á árinu en í fyrra átti hann 25 ára starfsafmæli. Skokkarar Vals setja svip sinn á Hlíðarenda, getraunstarfið á sinn helga tíma á laugardögum undir styrkri stjórn Sverris og fjölskyldu og svo mætti lengi telja. Sömu aðilar mæta á flesta viðburði, vinna verk sín í hljóði, þurfa enga athygli, ganga frá, þakka fyrir sig og halda uppteknum hætti. Þetta er auður félagsins og sýnir félagsþroskann.



### Tímamót í sögu Vals

Í ár voru 100 ár frá því Valur vann sinn fyrsta mótssigur en það gerði 2. flokkur félagsins á haustmóti í knattspyrnu árið 1919 með því að leggja KR, Fram og Víking að velli. Þjálfari flokksins var meistaraflokksleikmaðurinn Magnús Guðbrandsson. Sigurinn var mikil uppörvun fyrir starfið í Val og um haustið voru félagar Vals í kringum 80 talsins.

Þann 9. maí árið 1939 keypti Valur jörðina Hlíðarenda og því eru 80 ár frá þeim merka viðburði sem verður að teljast einn mikilvægasti „sigur“ Vals í sögulegu samhengi. Eins og áður sagði kom Valsblaðið út í fyrsta skipti árið 1939.

Áratug síðar, þann 3. september 1949, vígði séra Friðrik Friðriksson nýja malarvöllinn að Hlíðarenda en síðan hafa liðið



70 ár. Árið 1959, fyrir 60 árum, tók Valur upp deildaskiptingu; handknattleiksdeild, knattspyrnudeild og skíðadeild. Árið 1999, fyrir 20 árum, féll Valur í fyrsta skipti niður um deild í knattspyrnu og hlutafélagið Valsmenn hf. var stofnað 1. desember það ár.

### Starfsfólk Vals

Sigurður K. Pálsson er framkvæmdastjóri Vals, Guðbjörg Hulda Valdórsdóttir fjármálastjóri, Alda Ægisdóttir fjármálastjóri,

trúi, Theodór Hjalti Valsson mannvirkja- og viðburðastjóri, Gunnar Örn Arnarson íþróttafulltrúi, Herdís Hallsdóttir starfsmaður, Jónas Guðmundsson starfsmaður, Guðrún Jóna Guðfinnsdóttir umsjónarmaður verslunarreksturs, Jóhann Emil Elfásson er styrktarþjálfari, Hlynur Morthens yfirhúsvörður en auk hans eru Sigurjón Hauksson og Risto Izev húsvörðir.

Árni Pétur Jónsson  
formaður Vals



Minjanefnd á fundi í Fjósinu í desember 2019. Frá vinstri: Gunnar Svavarsson, Hermann Gunnarsson, Óskar Jóhannesson, Magnús Ólafsson, formaður, Kristján Ásgeirsson, Nikulás Úlfar Mátsson, Ólafur Már Sigurðsson og Margrét Bragadóttir með Hatt séra Friðriks en hún er fyrsta konan sem fær þessa viðurkenningu fulltrúaráðs Vals.



Valsmenn urðu Íslandsmeistarar 2019 í aldurshópunum 40+. Strákarnir unnu alla leikina og Breiðablik í úrslitum 7-2. Efri röð frá vinstri: Jóhann Hreiðarsson, Jón Örvar Eiríksson, Kjartan Sturluson, Marinó Ólason, Fikrit Alumerovic. Fremri röð frá vinstri: Halldór Hilmisson, Sigurbjörn Hreiðarsson fyrirliði, Benedikt Emilsson, Baldvin Jón Hallgrímsson, Jakob Hallgeirsson. Á myndina vantar Börk Edvardsson, Jón Gunnar Bergs, Daða Árnason, Ingólf Magnússon og Val Fannar Gíslason.

## Sögulegt afrek Valskvenna

# Það sem aldrei hefur gerst áður getur alltaf gerst aftur

**Þegar kvennalið Vals í knattspyrnu varð Íslandsmeistari í haust skráði Valur sig í sögubækurnar þar sem liðið er það fyrsta til að vera handhafi Íslandsmeistaratitils í knattspyrnu, handknattleik og körfuknattleik samtímis og auk þess bikarmeistarar í körfuknattleik og handknattleik.**

Þegar ártalið 2019 var í lok sumars málað á sigurvegginn hjá meistaraflokki kvenna eftir að liðið hampaði Íslandsmeistaratitlinum í knattspyrnu í 11. sinn var veggfest að Valur er því á sama ári Íslandsmeistari í knattspyrnu, handknattleik og körfuknattleik kvenna auk þess að vera bikarmeistari í handknattleik og körfuknattleik kvenna. Á hverju ári eru 12 stórir titlar í boði í þessum þremur stærstu íþróttagreinum á Íslandi. Valur er því handhafi fimm af þessum 12 titlum. Alls hefur Valur nú frá upphafi unnið 120 titla og er það meira en nokkurt annað félag en KR kemur næst með 112 titla.

### Íslandsmeistarar kvenna í körfuknattleik

Miklir yfirburðir voru hjá körfuknattleikslíði Vals undir stjórn Darra Freys Atlasonar. Valur vann deildartitilinn í körfunni áður en félagið vann bæði sinn fyrsta bikartitil og fyrsta Íslandsmeistaratitil í sögunni. „Þetta er ólýsanleg tilfinning, algjörlega frábært og sjá allt fólkið – alla Valsarana vera með okkur og taka þátt í þessu með okkur,“ sagði Guðbjörg Sverrisdóttir fyrirliði Vals þegar kvennalið Vals í körfuknattleik varð í vor

Íslandsmeistari í fyrsta sinn og var að vonum kampakát í leikslok en hún hefur leikið með liðinu frá árinu 2011. Valur hafði einnig betur gegn Stjörnunni í úrslitum bikarsins og þá fagnaði liðið Íslandsmeistaratitlinum eftir sigur gegn Keflavík í úrslitaeinvíginu. Kvennaliðið vann einnig leik um meistara meistaranna haustið 2019 og er því handhafi allra titla sem eru í boði í körfuknattleik.

### Íslandsmeistarar kvenna í handknattleik

Handknattleikslíð Vals vann þrefalt undir stjórn Ágústis Þórs Jóhannssonar í vor þar sem félagið vann deildina áður en sigur gegn Fram í bæði úrslitum bikarsins og í úrslitaeinvígi um Íslandsmeistaratitilinn fylgdu í kjölfarið. Bikartitillinn var sá fimmti í sögu Vals en Íslandsmeistaratitillinn sá sextándi í röðinni.

### Íslandsmeistarar kvenna í knattspyrnu

Valur vann 3-2 sigur gegn Keflavík á heimavelli í síðasta leik Íslandsmótsins sem tryggði liðinu Íslandsmeistaratitilinn undir stjórn Péturs Péturssonar sem er á sínu öðru ári sem þjálfari liðsins. Titillinn er sá ellefti sem félagið vinnur og eru Valskonur næst sigursælastar í sögu deildarinnar, á eftir Breiðabliki sem hefur unnið 17 Íslandsmeistaratitla. Sigurinn er sögulegur fyrir þær sakir að þá var orðið ljóst að Valur væri fyrsta félagið í sögunni sem nær því að verða Íslandsmeistari í knattspyrnu, handknattleik og körfuknattleik á sama ári. Hvorki hefur það gerst í karlaflokki né kvennaflokki að sama félagið vinni Íslandsmeistaratitil sama ár í þremur vinsælustu boltagreinum.

### Hugmynd að forsiðu Valsblaðsins 2019

Guðlaugur Ottesen Karlsson kom að máli

við ritstjóra Valsblaðsins með hugmynd að forsiðumynd í Valsblaðið 2019 eftir að ljóst var að kvennalið Vals hefðu náð sögulegum árangri með Íslandsmeistaraprennunni. Hugmyndin var að fá fyrirliða kvennaliðanna til að sitja fyrir á mynd með alla bikara ársins og að hann myndi taka myndirnar. Gulli, eins og hann er almennt kallaður, er dyggur stuðningsmaður Vals og er oft með myndavélina á lofti á leikjum og hefur Valsblaðið oft náð að njóta þess. Fyrir síðasta tímabil þá setti Gulli sér það markmið að mæta með myndavélina á eins marga leiki og hann mögulega gæti bæði til að mynda og styðja við liðin bæði kvenna og karla. Þegar upp var staðið eftir tímabilið þá hafði hann mætt á 106 leiki hjá kvennaliðunum og með myndavélina á lofti í 83 þeirra, auk margra karlaleikja. Eftir tímabilið sendi hann stelpunum eftirfarandi kveðju á samfélagsmiðlum Vals: „Stelpur, Það hefur verið unun að fylgja ykkur eftir og mynda ykkur og styðja á einn eða annan hátt. Þið hafið skrifað nýjan kafla í íþróttasögu Íslands og megið vera stoltar. Áfram Valur.“ Svo mörg voru þau orð sem segja mikla sögu. Það varð úr að við Gulli tókum að móta forsiðumyndina en ég sagðist líka vilja ræða við stelpurnar saman eftir ljósmyndatökuna til að fara yfir þetta einstaka tímabil og fá þær til að velta fyrir sér hvað skapar svona sögulegan og einstakan árangur sem erfitt verður að endurtaka. Úr varð að fá fyrirliða liðanna og einnig einn liðsfélaga til viðbótar úr hverju liði sem fyrirliðarnir myndu finna og að myndatakan færi fram í Fjósínu, glæsilegu klúbbhúsi félagsins og að stelpurnar myndu klæðast viðeigandi klæðnaði. Það tók þó nokkurn tíma að finna heppilegan tíma fyrir allan hópinn en að lokum fannst tími að kvöldlagi í miðri viku og var mikil tilhlökkun hjá okkur Gulla að sjá hvernig ljósmyndatakan myndi heppnast og einng var eftirvænting að heyra hvað þær hefðu að segja um tímabilið.



Fulltrúar kvennaliða Vals í handknattleik, körfuknattleik og knattspyrnu sem brutu blað í sögu þessara vinsælustu boltaíþróttagreina með því að verða Íslandsmeistari í öllum þremur greinunum sama árið hjá sama íþróttafélaginu. Frá vinstri: Hallveig Jónsdóttir, Guðbjörg Sverrisdóttir, Dóra María Lárusdóttir, Íris Ásta Pétursdóttir, Hildur Björnsdóttir og Margrét Lára Viðarsdóttir. Ljósmynd: Guðlaugur Ottesen Karlsson.

## Forsíðumynd í Fjósinu

Fjósameistarinn, Gunnar á Hlíðarenda, tók vel á móti okkur með kaffi á könnunni og dýrindissúpu sem hann galdraði fram, á meðan Gulli náði í alla bikarana inn í Valsheimili og raðaði þeim upp í Fjósinu. Þurfti hann að fara margar ferðir en alls voru 13 bikarar sem tengdust þessum þremur kvennaliðum, hreint ótrúlegt. Síðan stiltu stelpurnar sér upp með bikarana og Gulli tók myndir í gríð og erg og afraksturinn má sjá á forsíðu Valsbladsins sem er að okkar mati ákaflega vel heppnuð og táknræn, þar sem valdir fulltúar liðanna eru umvafðir verðlaunabikurum. Fulltrúarnir mynda auk þess sterka félagslega heild í klúbbhúsi félagsins og af þeim sökum fannst þeim rétt að vera í venjulegum klæðnaði, en ekki í keppnisbúningum sem þær höfðu þó meðferðis ef ákvörðun yrði tekin um að hafa slíka mynd. Yfirleitt eru forsíðumyndir bladsins af því keppnisliði félagsins á hverju ári sem þykir hafa skarað fram úr eða náð sérstökum árangri eins og að fá titil eftir langa bið. Að þessu sinni var ekki hægt að gera upp á milli liðanna þriggja og það er líka táknrænt að hafa blandað lið á forsíðumyndinni sem styrkir ímyndina um liðsheild og fjölskyldustemningu á Hlíðarenda. Ekki var annað að sjá en að stelpunum þætti þessi stund skemmtileg og eftirminnileg.

## Hvað getur mögulega skýrt einstakan árangur kvennaliðanna?

Eftir myndatökuna þá settumst við öll saman í Fjósinu til að ræða um síðasta tímabil en fyrirfram höfðu þær verið bednar að velja því fyrir sér hvaða ástæður gætu mögulega legið að baki þessum ótrúlega og sögulega árangri og eins hvort það væri líklegt að slíkt gæti endurtekið sig. Í samtalinu komu fram fjölmargar skýringar og vangaveltur. Var ótrúlega mikill samhljómur í svörunum, þó með blæbrigðum en ljóst er að mjög erfitt er að finna eða nefna einhverja sérstaka skýringu en þessi kvöldstund með þessum miklu afrekskonum félagsins varð ritstjóra Valsbladsins afar eftirminnileg og skemmtileg og eftir kvöldið voru margir punktar komnir á blað sem gætu útskýrt þennan fordæmalausa árangur. Hér er valin sú leið að draga fram megin-drætti í samtalinu og greina einnig frá svörum hjá hverri og einni.

## Öflug Valsfjölskylda og stemning þvert á deildir

Það var mikill samhljómur hjá stelpunum um mikilvægi þess að hafa fjölskyldustemningu á Hlíðarenda. Mikill samgangur væri á milli deilda, fólk hittist á Hlíðarenda og fylgdist jafnframt með gengi annarra liða hjá félaginu auk eigin

liðs. Einnig nefndu þær sameiginlega viðburði eins og kvennakvöld sem þjöppuðu fólki saman þvert á deildir. Dóra María Lárusdóttir er sú eina í hópnum sem er uppalin í Val og byrjaði ung að æfa fótbolta en hún hefur aldrei leikið með öðru félagi og hefur frá fyrstu tíð verið eldrauður Valsari með stórt Valshjarta, úr mikilli Valsfjölskyldu. „Valur er stórt félag og þar er mikil fjölskyldustemning og áhorfendur eru jákvæðir og það skiptir miklu máli,“ segir Dóra María. Því vakti það athygli að hinar allar sögdust hafa mjög fljótt orðið gegnheilir Valsarar með stórt Valshjarta og nefndu að þær hefðu fundið sterka fjölskyldustemningu á Hlíðarenda sem hefði strax smitað þær. „Ást við fyrstu sýn og allir að keppa að sama marki,“ segir t.d. Guðbjörg Sverrisdóttir sem kom 19 ára til Vals frá Haukum til að leika körfubolta. „Ég er Valsari í gegn og það er góður andi í húsinu eins og félagið eins og ein stór fjölskylda,“ segir Hallveig Jónsdóttir sem kom 15 ára til Vals frá Haukum til að leika körfubolta. Íris Ásta Pétursdóttir leikmaður í handbolta sem lagði reyndar skóna á hilluna eftir síðasta tímabil, tekur undir með körfuboltastelpunum: „Ég varð að haldboltaleikmanni á Hlíðarenda og er rauð í gegn þótt ég sé uppalin hjá Fjölni og ég verð alltaf Valsari og vonandi viðloðandi liðið áfram þótt ég sé hætt að spila.“ Hildur Björnsdóttir leikmaður í



*Hildur Björnsdóttir fyrirliði kvennaliðs Vals í handknattleik segir að allir á Hlíðarenda séu að keppa að sama marki. Ljósmynd: Guðlaugur Ottesen Karlsson.*

handbolta gekk til liðs við Val árið 2017 og kom frá Fylki. Hún hefur sömu sögu að segja að henni líði vel Hlíðarenda, sé orðin rauð í gegn og mikil stemning hjá félaginu. Hún segist vera sérstaklega ánægð með áhorfendurnar og stuðningsmennina. Margrét Lára knattspyrnukona kom ung frá Vestmannaeyjum en þar ólst hún upp og lék með meistaraflökki í fjögur ár áður en hún gekk til liðs við Val árið 2004, 18 ára að aldri. „Ég er mikill Valsari í dag og er eins mikill félagsmaður utan vallar og hægt er. Þær stelpur sem koma verða eldheitar Valsarar,“ segir

Margrét Lára. Og bætir við: „Við völdum Val vegna þess sem félagið hefur upp á að bjóða en félagið valdi ekki okkur. Svo er þínu utanbæjarstemning í Val, nálægð milli deilda, flokka, stuðningsmanna og það er sjarmerandi þótt alltaf sé hægt að gera betur.“

### **Stefna félagsins er að vinna titla á öllum vígstöðvum**

Allar eru stelpurnar sammála því að mikill metnaður sé í öllu starfinu hjá Val og stefnt að því að ná árangri bæði hjá kvenna- og karlaliðum allra deilda. Það skiptir miklu máli að vita að væntingar eru alltaf miklar á Hlíðarenda og í raun heilmikil pressa um árangur og að liðin séu alltaf í toppbaráttu. „Það er flott að Valur leggi mikið upp úr kvennaspróttum og jafnrétti og afreksárangri í öllum deildum og það er ákvörðun hjá félaginu að styðja vel við bæði kyn,“ segir Dóra María. „Það eru allir að stefna að sama marki og metnaðurinn er mikill og það skipti miklu fyrir okkur að sjá körfuboltann fá ártal á vegginn,“ segir Hildur. „Leikmenn sem koma í Val langar að ná árangri og gera sitt besta á Hlíðarenda og þeir vita fyrirfram að liðið ætlar sér að ná árangri. Einnig gaf það okkur mikið í handboltanum að sjá körfuna vinna titillinn, gaf mér aukakraft,“ segir Íris Ásta og heldur áfram: „Hver og einn leikmaður í liðinu hefur sitt hlutverk, búið er að fara yfir það með leikmönnum. Hlutverkið verður að vera skýrt, annars getur komið upp pírtingur og fer að eitru út frá sér og þetta er sérstaklega mikilvægt upp á liðsheild, stemningu og árangur.“ Hinar taka



*Dóra María Lárusdóttir leikmaður kvennaliðs Vals í knattspyrnu er uppalinn Valsari og segir mikla fjölskyldustemningu vera á Hlíðarenda. Ljósmynd: Guðlaugur Ottesen Karlsson.*



*Hallveig Jónsdóttir leikmaður kvennaliðs Vals í körfuknattleik er orðinn eldrauður Valsari fyrir löngu og hrósar allri umgjörð á Hlíðarenda. Ljósmynd: Guðlaugur Ottesen Karlsson.*

undir þessi orð Írisar Ástu. „Darri kemur úr sigurliði og hann er frábær þjálfari. Hópurinn góður með sama markmið, að fá ártal á vegginn,“ segir Hallveig og Guðbjörg tekur undir það og segir: „Titillinn er nokkurs konar gulrót og öll liðin í Val stefna að titli.“ Margrét Lára er á aðeins öðrum nótum og segir að það hafi verið mjög peppandi fyrir fótboltann að sjá handboltann og körfuna ná titlum og að sá árangur hafi gefið fótboltanum helling. „Markviss þjálfun, áhersla á andlega þáttinn með flottu teymi, aukaæfingar, styrktaræfingar, lyftingaræfingar og við sáum bikarinn fyrir okkur, allt þetta skipti líka miklu máli,“ segir Margrét Lára.

### **Þáttur fjölbreyttrar þjálfunar og aðstöðu**

Allar stelpurnar nefna þjálfunina sem mikilvæga forsendu fyrir því að ná árangri og fram kom mikil ánægja hjá þeim með þjálfunina hjá Val og alla aðstöðuna sem þar er fyrir hendi, t.d. lyftingarsalinn, fyrir utan allan stuðninginn sem þær fá. Einnig nefna þær allar að Fjósíð sé kjörinn staður til að efla starfið hjá Val, bæði hjá leikmönnum og einnig stuðningsmönnum og styrkja alls konar félagsstarf og segja að það sé mikil lyftistöng til að búa til jákvæða stemningu. Fyrir utan almennar æfingar, aukaæfingar, styrktarþjálfun og tækniæfingar nefndu þær allar mikilvægi þess að vinna með andlega þáttinn, hugarfar, liðsheild og félagslega þáttinn og nefndu nokkur dæmi um eftirminnilegar æfingar og samstarf milli deilda sem gera Val að því sterka félagi sem það er. Margrét Lára nefndi að Haukur Ingi sálfræðingur hafi hjálpað þeim að vinna í andlega þættinum. „Það þurfti að styrkja liðsheildina í

fótboltanum og vinna í því að skapa sam-  
eiginleg gildi stelpna á ólíkum aldri,  
sagði Margrét Lára. Dóra María nefnir  
samstarf þjálfara milli deilda. „Finnur  
körfuboltaþjálfari kom inn á æfingar hjá  
okkur í fótboltanum og talaði við okkur  
m.a. um hugarfar sigurvegara og liðsheild  
og það tókst mjög vel,“ sagði Dóra Mar-  
ía. Einnig nefndi hún að hjá Val þjálfarar  
milli deilda, eins og Gústi (Ágúst Björg-  
vinsson) og Óskar Bjarni og það skipti  
líka máli. „Þorgrímur Þráinsson kom til  
okkar í handboltanum á peppfund og það  
skipti miklu máli,“ segir Hildur. „Andlegi  
þátturinn skiptir miklu máli, Jón Hall-  
dórsson í Kvan og Hafrún Kristjánsdóttir  
hafa unnið markvisst í andlega þættinum,  
og enn markvissara á síðasta tímabili og  
það skilar sér í betri árangri,“ segir Íris  
Ásta. Hallveig og Guðbjörg taka undir  
um mikilvægi þjálfunar og taka fram að  
sérstaklega sé vel staðið að skipan þjálf-  
aramála í körfuboltanum hjá Val, einnig í  
öllum yngri flokkum og því sé framtíðin  
mjög björt á Hlíðarenda ef rétt er haldið  
áfram á spilunum.

## Er hægt að endurtaka afrek ársins hjá kvennaliðunum?

Allar eru stelpunar sammála því að það  
þurfi allt að falla með liðinu ef það á að  
vera hægt að endurtaka þennan einstaka  
árangur en það er samt greinilegt að þeim  
finnst það ekkert fráleitt eða óhugsandi,  
bæði miðað við leikmannahópinn sem  
áfram er til staðar hjá liðunum og því  
hugarfari sem einkennir hópinn, baráttu-  
anda, liðsheild, þjálfun og alla umgjörð,  
sterkar stjórnir, forystu og allt utanum-  
hald hjá félaginu. Margrét Lára telur  
raunhæft að ná þessum árangri aftur.  
„Rosastórt afrek en það þarf bara að ein-  
beita sér að hverri keppni og við höfum  
trú á því að hægt sé að gera betur á næsta  
tímabili,“ segir Margrét Lára Viðarsdóttir  
fyrirliði sem tilkynnti reyndar nokkrum  
dögum eftir viðtalið að hún hefði ákveðið  
að hætta að spila fótbolta en hún hefur  
áfram tröllatru á liðinu. Hildur Björns-  
dóttir fyrirliði hefur einnig tröllatru á því  
að handboltinn geti endurtekið leikinn í  
vetur og þegar þetta er skrifað er Valur í  
toppbaráttu í handboltanum. Guðbjörg  
Sverrisdóttir fyrirliði segir að það sé  
mikið hungur hjá körfuboltaliðinu að fá  
fleiri ártöl á vegginn og að þær séu rétt að  
byrja og stefni að því að ná handbolt-  
anum. Hallveig tekur undir orð Guð-  
bjargar og þegar þetta er skrifað er Vals-  
liðið á toppnum í körfuboltanum.



Íris Ásta Pétursdóttir leikmaður kvennaliðs  
Vals í handknattleik segir lykilatriði að hver  
og einn leikmaður þekki sitt hlutverk í liðinu.  
Ljós. Guðlaugur Ottesen Karlsson.



Guðbjörg Sverrisdóttir fyrirliði kvennaliðs  
Vals í körfuknattleik segir að mikið hungur sé  
í liðinu að fá fleiri ártöl á vegginn. Ljós.  
Guðlaugur Ottesen Karlsson.

Það má með sanni segja að 2019 sé ár  
kvennaíþróttanna í Val en félagið er nú  
ríkjandi Íslandsmeistari í knattspyrnu,  
handknattleik og körfuknattleik og jafn-  
framt bikarmeistari í handknattleik og  
körfuknattleik.

Valsblaðið óskar kvennaliðunum og  
öllum sem að þeim standa hjartanlega til  
hamingju með þennan einstaka árangur  
sem erfitt verður að toppa. Hver veit  
nema að kvennaliðin nái aftur sama  
árangri því að það sem aldrei hefur verið  
gert áður er alltaf hægt að gera aftur.



Margrét Lára Viðarsdóttir fyrirliði kvennaliðs  
Vals í knattspyrnu segir það rosastórt afrek að  
vinna alla þessa titla á sama árinu en hún  
hefur trú á því að það sé hægt að gera aftur.  
Ljós. Guðlaugur Ottesen Karlsson.

# Fjósið – Félagsheimili með sögu og sál

**Í apríl 2018 var Fjósið, félagsheimili okkar Valsmanna, endurofnað**

Á aðeins hálfu öðru ári hefur tekist að skapa dýrmæta félagslega sérstöðu sem hefur vakið athygli langt út fyrir raðir Valsmanna, ekki síst þegar meistara-flokksleikir fara fram. Þetta endurspeglast m.a. í því að stuðningsmenn innlendra sem erlendra gestaliða hafa gjarnan samglaðst, undrast og dáðst að framtaki félagsins.

Fjósið er klúbbhús og félagsheimili þar sem yngri flokkar, foreldrar og lið í öllum deildum Vals hafa frá opnun haldið fundi oft í mánuði en alls hafa yfir 100 viðburðir á vegum félagsins verið haldnir í Fjósinu frá apríl 2018 til dagsins í dag. Unga kynslóðin hefur styrkt Valsvitundina með því að drekka sögu félagsins í sig í þeirri glæsilegu aðstöðu sem byggð hefur verið upp í Fjósinu. Leikmenn meistaraflokka félagsins og mótherjar þeirra hafa oft komið í mat eftir leiki. Hin heimilislega aðstaða hefur nýst öllum félagsmönnum, fjölskyldum þeirra, vinum og gestum í sögufrægu húsi en Fjósið er leigt út fyrir hvers kyns mannfagnaði, s.s. afmæli, fermingarveislur, brúðkaupsveislur og erfidrykkjur.

Við sem eldri erum eigum góðar minningar úr Fjósinu frá því „í gamla daga“.



Róbert Jónsson í Fjósinu með séra Friðrikshattinn.

Ég minnst Sigurðar Marelssonar, kennara og unglíngaleiðtoga í Val í áratugi. Hann sýndi okkur fótboltamyndir í svart-hvítu með gamaldags sýningarvél sem væntanlega er á Þjóðminjasafninu í dag. Við horfðum á 17 ára verðandi snilling, Edson Arantes do Nascimento, betur

þekktur sem Pelé, slá í gegn á HM í Svíþjóð 1958 ... en reyndar var það nokkrum árum síðar, væntanlega 1961 eða 62, sem við horfðum í Fjósinu á Pelé, Garrincha og félagaleika listir sínar. Þjálfararnir og Valsmennirnir góðkundu Róbert Jónsson og Lárus Loftsson héldu gjarnan fundi með liðum sínum og leikmönnum í Fjósinu og kenndu okkur þar ekki bara taktík og annað knattspyrnutengt heldur einnig til hvers væri ætlast af okkur sem Valsmönnum. Okkur var innprentuð af þessum heiðursmönnum virðing fyrir félaginu, búningi þess og fyrir andstæðingnum hverju sinni, dómurum og öðrum. Markmiðið var ekki bara að gera unga pílta að góðum leikmönnum, heldur líka að gera leikmenn að góðum drengjum.

Í meistaraflokki naut maður þeirra forréttinda að vera sem í háskóla í knattspyrnu undir stjórn dr. Youri Ilitschev, þeim magnaða þjálfara sem var, að mínu mati og fleiri, 30 árum á undan sinni samtíð varðandi margt sem laut að þjálfun knattspyrnumanna. Youri hélt ófáa fundi í Fjósinu á sínum tíma og notaði gjarnan panelklædda veggju hússins fyrir taktískar útskýringar sem hann krífaði á veggina, í fjarveru hefðbundinnar taktiköflu. Annar stórþjálfari, Ian Ross, boðaði leikmenn sína á fund í Fjósinu sumarið 1984. Þá hafði liðið leikið 6 leiki, 1/3 af Íslandsmótinu og ekki unnið leik en gert jafntefli eða tapað með einu marki. Menn fengu að tjá sig og Roscoe lagði línurnar þannig að eftir það tapaðist varla stig og við urðum í 2. sæti Íslandsmótsins sem þýddi Evrópukeppni árið eftir og síðan komu Íslandsmeistararitlar 1985 og 87. Blessuð sé minning beggja þessara frábæru þjálfara sem rituðu nöfn sín feitu letri í sögu Vals.

Nú kemur maður í Fjósið fyrir leiki Vals að Hlíðarenda og einnig til að horfa á leiki í enska boltanum og Meistaradeildinni með góðum félögum jafnvel eftir að frúin festi kaup á Sjónvarpi Símanans Premium þannig að það er svo sem hægt að horfa heima á leiki í ensku knatt-



F.v. Þorsteinn Ólafsson, Atli Eðvaldsson, Gunnar Kristjánsson, Hafsteinn Daníelsson og Viðar Pétursson.





*Kristján Jóhannsson syngur með Vals-KR bandinu.*



*Henson, Big Shuggie og Harkan.*



*Þ.v. Þorgrímur Þráinsson Guðni Bergsson, Sævar Jónsson og Hörður Hilmarsson. Ljósmynd Þorsteinn Ólafs.*

spyrnunni. En það er ekki það sama. Stemningin í Fjósinu er oft mögnuð og fyrir einn leik í sumar í troðfullu húsi stjórnaði Kristján Jóhannsson stórsöngv-ari fjöldasöng í „Ég er kominn heim“. Óvænt uppkoma en alls ekki einsdæmi. Á ensku eru félagsheimili kölluð „club house“, klúbbhús en mér hugnast íslenskan betur, enda er Fjósið eins og annað heimili okkar Fjósavina.

Það er svo gæfa Vals að veitingamaður-inn geðþekki Gunnar Kristjánsson skyldi fást til að bera ábyrgð á daglegum rekstri Fjóssins. Gunnar er bæði fagmaður og mikill félagsmaður og sniðinn að starfinu í Fjósinu.

Að lokum er rétt að þakka þeim Vals-mönnum sem tóku þátt í endurreisn Fjóssins með þeim glæsibrag sem raun varð á. Halldór Einarsson barðist í mörg ár fyrir því að Fjósið yrði endurbyggt og hafið til fyrri virðingar og vegsemdar. Brynjar Harðarson sem lyfti mörgu Grettistakinu í áralöngu starfi sem formaður, síðar framkvæmdastjóri Valsmanna hf., sá öðrum fremur til þess að endurbygging Fjóssins var tekin með í uppbyggingu undanfarinna ára að Hlíðarenda. Kristján Ásgeirsson arkitekt ber ábyrgð á því hversu flott félagsheimili Fjósið er. Takk Dóri, Binni og Kiddi sem og aðrir sem komu að endurbyggingu Fjóssins.

*Það eru stoltir Valsmenn sem taka á móti erlendum sem innlendum gestum í glæsilegu 100 ára gömlu húsi, félagsheimili með sál og sögu.*

*Hörður Hilmarsson Fjósavinur.*



*Róbert Jónsson, Albert Guðmundsson og Hörður Hilmarsson. Ljósmynd Þorsteinn Ólafs.*



*Gunnar Kristjánsson Fjósameistari. Ljósmynd Þorsteinn Ólafs.*



Hlíðarendi 1939.

# Hlíðarendi í 80 ár

**Nú eru 80 ár liðin frá kaupum Knattspyrnufélagsins Vals á býlinu Hlíðarenda. Því er ekki úr vegi að rifja aðeins upp söguna og í þessu greinarkorni er stuðst við 70 ára afmælisritið, Valur vængjum þöndum, 100 ára afmælisritið, Áfram hærra, Valsblaðið o.fl.**

Á gamlársgangi 1914 gaf bæjarstjórn Reykjavíkur út erfðafestubríf fyrir 5,5 hekturum lands til Jóns Kristjánssonar, sem gaf landinu nafnið Hlíðarendi.

Fjórum árum síðar, eða árið 1918, seldi hann landið Sveini Pálssyni en seinna sama ár lést Sveinn úr spænsku veikinni. Dánarbú Sveins seldi Hlíðarenda Guðjóni Guðlaugssyni alþingismanni og kaupfélagsstjóra í Strandasýslu sem bjó að Hlíðarenda ásamt fjölskyldu sinni til dauðadags en á landinu var íbúðarhús, fjós, hlaða og fleira.

Eftir andlát Guðjóns var það ósk Jóneyjar Guðmundsdóttur eiginkonu Guðjóns að selja landið Knattspyrnufélaginu Val fremur en til „... kaupsýslumanna sem sóttust enn fremur eftir því að eignast Hlíðarenda“. Við eigum því Jóneyju afskaplega mikið að þakka.

Það var á stjórnarfundum 3. apríl 1939 að Ólafur Sigurðsson þáverandi formaður Vals skýrði frá því að Hlíðarendi hefði boðið Knattspyrnufélaginu Val til kaups. Á fundi þann 8. maí 1939 var endanlega samþykkt að ganga frá kaupum og var kaupverð 30.000 kr. Skyldi greiða 5000 kr. útborgun en árlegar útborganir 2.700 kr. Á þeim tíma var Hólmgeir Jónsson féhirðir í stjórn Vals og segir hann frá því í viðtali í Valsblaðinu 1971 að hann hafi vitað sem var að ekkert fé var til. Ólafur hafi hins vegar haft ráð við því, sem var að gefa út 50 króna skuldabréf samtals að upphæð 5000 kr. svo sem sjá má á eftirfarandi tilvitnun í Ólaf:

Til að standast fyrstu útborgun, kr. 5.000 höfum við gefið út skuldabréf fyrir upphæðinni, hvert upp á 50 kr., er innleysist á 10 árum og ætluð eru til að hjálpa okkur yfir erfiðasta hjallann, þar til við höfum tækifæri til sérstakra fjáraflana. Er það von okkar, að sem flestir félagar og velunnarar kaupir bréf þessi, ef þeir mega missa af 50 krónum um eins til tíu ára skeið. Yrði það til hins mesta stuðnings fyrir okkur, en kaupandinn fær nokkru hærri vexti en í sparisjóði.

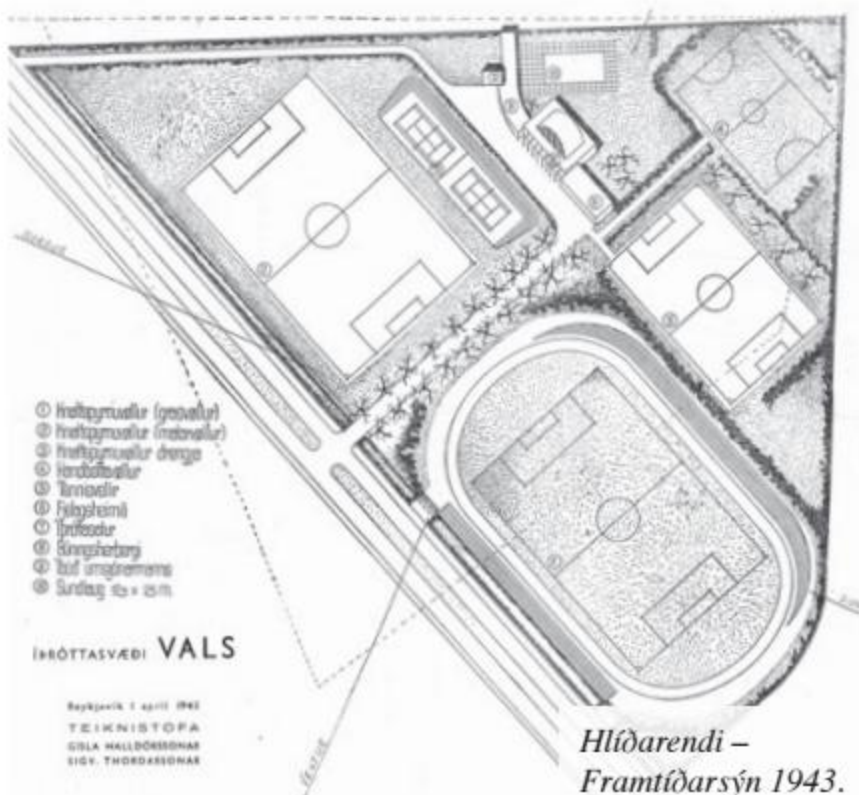
Sala bréfanna gekk vel og í áðurnefndu viðtali við Hólmgeir mundi hann aðeins eftir að hafa „leyst inn tvö eða þrjú bréf“. Aðrir í stjórn félagsins sem stóðu að kaupunum voru auk Ólafs og Hólmgeirs, Grímar Jónsson, Hrólfur Benediktsson, Jóhannes Bergsteinsson, Sigurður Ólafsson og Sveinn Zoëga. Ekki var til fé til framkvæmda og því leigði félagið landið til Geirs í Hlíð til 5 ára til að létta undir með félaginu, að undanskildum einum hektara til að nýta undir æfingar, enda flugvöllurinn mjög farinn að þrengja að æfingasvæðinu sem þá var í notkun.

Í dag er enginn sem efast um að þetta var mikið framfaraspor stjórnarinnar árið 1939. En á þeim tíma áttu sér stað miklar deilur innan félagsins sem utan og var meðal annars skorað á bæjarstjórn að taka 1000 kr. árlega af félaginu „er færi svo gálauslega með fé sitt“. Það var ekki fyrr en 1944 að þessar



óánægjuraddir þögnuðu þegar Hlíðarendanefnd skilaði um 100 þúsund króna hagnaði af bílhappdrætti og hlutaveltu.

Það má með sanni segja að markmið Ólafs Sigurðssonar sem hann lýsir í Valsblaðinu 1941 hafi ræst þegar horft er yfir Hlíðarendasvæðið í dag, en þar segir m.a.



Hlíðarendi – Framtíðarsýn 1943.

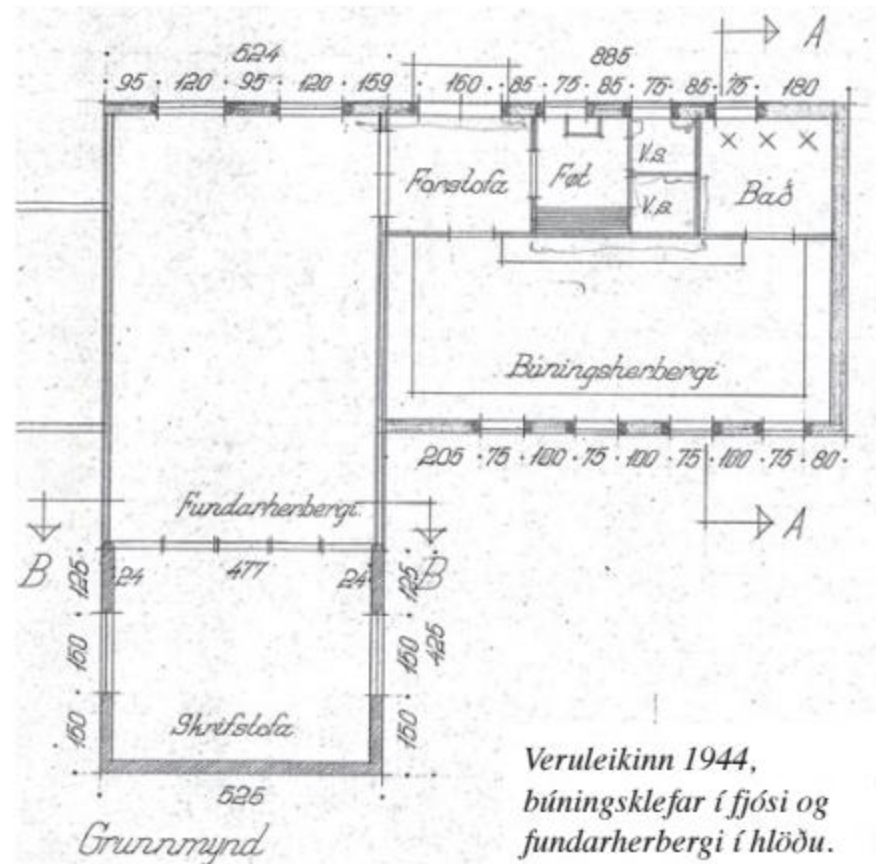


Hlíðarendi á stríðsárunum, vörn er besta sóknin.

„Hugsjónir okkar um fullkonnun staðarins í framtíðinni verða að vera háleitar og miklar. Við verðum að gera til hans meiri kröfur en nokkurn tíma hafa verið gerðar hér á landi í þessum efnum, svo miklar, að þær standist kröfur tímans um næstu 100 ár a.m.k.“

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

Þessir ungu menn voru fengnir til þess að skipuleggja Hlíðar- enda til framtíðar og er til mjög athyglisverður uppdráttur sem



Veruleikinn 1944, bíningsklefar í fjósi og fundarherbergi í hlöðu.



Hlíðarendi 1925.

Lýsir framtíðarsýn þessara merku manna. Þetta var árið 1943 og er uppdrátturinn dagsettur í apríl það ár. Þarna mátti sjá fullburða leikvang með grasi, áhorfendastúkum og hlaupabraut, stóran malarvöll, knattspyrnuvöll drengja, utanhúss handbolta-völl á grasi, tennisvelli, íþróttahús, félagsheimili, búninga-  
stöðu, íbúð umsjónarmanns og sundlaug, sem sagt stóra drauma. Þetta var fjórum árum eftir kaupin á landareigninni og er í fullkomnu samræmi við fyrr lýsta framtíðarsýn Ólafs Sigurðssonar.

Þetta varð nú ekki að veruleika á þessum tíma og má finna annan uppdrátt, dagsettan árið 1944, unninn af sömu arkitekta-  
nemum, þar sem verið er að breyta þessum fyrrum útihúsum, fjósi og hlöðu, í félagsaðstöðu, fundarherbergi og búningaklefa.

Draumsýn og veruleiki er ekki alltaf eitt og hið sama en nauðsynlegt að láta sig dreyma. Það má hins vegar segja að draumsýnin hafi að miklu leyti ræst að Hlíðarenda síðar þegar litið er yfir svæðið eins og það lítur út í dag.

Sem fyrr segir ollu kaupin á landareigninni nokkrum deilum innan félagsins og ádeilu út í frá. Til allrar hamingju stóðst félagið öll slík áhlaup, því þessi kaup skópu þá stöðu sem félagið er í í dag, 80 árum síðar.

Til hamingju Valur með 80 ára afmæli Hlíðarenda .

*F.h. minjanefndar Vals,  
Kristján Ásgeirsson og Margrét Bragadótti*



Hlíðarendi 2025.



# Fjósíð

Fermingarveislur // Afmælisveislur

Erfidrykkjur // Brúðkaupsveislur

Árshátíðir // Jólahlaðborð

Fundir 10-100 manns

Veislur 20-80 manns, sitjandi

Veislur 50-200 manns, standandi

Boltinn í beinni

Hliðarendi // sími: 853 8088 // [fjosid@valur.is](mailto:fjosid@valur.is) // Gunnar Kristjánsson veitingastjóri



# Verkefni barna- og unglingsráðs Knattspyrnufélagsins Vals

**Hlutverk stjórnar barna- og unglingsráðs Vals er að styðja við íþróttafulltrúa í utanumhaldi um fyrirmyndar barna- og unglingsstarf í öllum deildum félagsins**

Árið 2019 hafa íþróttafulltrúar félagsins verið tveir, Gunnar Örn Arnarsson og Herdís Hallsdóttir. Íþróttafulltrúar skipuleggja allt starf tengt börnum og unglungum í félögunum. Auk æfinga, innheimtu æfingagjalda, leikja, íþróttaskóla, ráðningu þjálfara og aðstoðarfólks þjálfara, sjá þau um samskipti við forráðamenn, rútufyrirtæki, skóla og ÍBR og sinna fleiri verkefnum fyrir félagið.

Stjórn barna- og unglingsráðs er einnig til staðar fyrir deildarráð í öllum deildum sem aftur eru svo tengiliðir við foreldraráð. Mikil áhersla er á að foreldraráð séu í öllum flokkum, sem bakvarðarsveit félagsins. Virkt foreldrastarf bætir umgjörð starfsins og alla upplifun iðkenda. SportAblar er orðinn ráðandi skipulags- og samskiptamiðill í yngri flokka starfinu.

Gæðahandbók barna- og unglingsráðs er ætlað til að tryggja verkferla og gera starfslýsingar skýrar og aðgengilegar fyrir allt starfsfólks sviðsins. Árlega fá þjálfarar þjálfarahluta gæðahandbókarinnar og forráðamenn foreldrahluta. Foreldraráð eru áfram hvött til að nota Hlíðarenda og Fjósíð til félagslegra viðburða og upphitunar fyrir leiki.

Markmið starfsins er að börn geti stundað íþróttir við bestu mögulegu aðstæður undir leiðsögn leiðandi þjálfara. Félagsslegi þátturinn er líka mikilvægur, Valsfólk framtíðarinnar verður til í barna- og unglingsstarfi. Einnig leikmenn, þjálfarar, dómarar, áhorfendur, foreldrar og sjálfboðaliðar.

## Stjórn barna- og unglingsráðs að mestu óbreytt

Á aðalfundi Vals 2019 var stjórn barna- og unglingsráðs endurskosin að mestu. Áfram sitja, auk undirritaðrar, Einar Sveinn Þórðarson, Dagný Björnsdóttir (formaður deildarráðs knattspyrnudeildar), Páll Steingrímsson (formaður deildarráðs handknattleiksdeildar) og Katrín Rut Bessadóttir sem var í fæðingarorlofi hluta árs. Einar Jón Ásbjörnsson tók við af Unni Önnu Sveinbjörnsdóttur sem formaður deildarráðs körfuknattleiksdeildarinnar. Unni Önnu er þakkað fyrir stjórnarsetu, enn nýtir félagið krafta hennar í öflugu foreldrastarfi. Þórhallur H. Friðjónsson tók einnig sæti í stjórn sem ritari.

## Iðkendum í yngri flokkum fjölgar og breytingar í þjálfarahópnum

Skráðir iðkendum í yngri flokkum Vals eru 1071 (knattspyrna 601, körfubolti 200 og handbolti 270) og starfandi þjálfarar 58. Valur fagnar fjölgun iðkenda. Fjölgun sem þessi er skemmtileg og stærsta áskorun Vals þessi misserin. Nýir yfirþjálfarar komu til starfa í knattspyrnu þeir Haraldur Hróðmarsson og Eiður Ben Eiríksson sem Valur tekur fagnandi. Andra Fannari Stefánssyni og Margréti Magnúsdóttur eru þökkuð vel unnin störf fyrir félagið. Töluverðar breytingar voru í þjálfaraliði deildarinnar



*Stjórn barna- og unglingsráðs Vals 2019. Frá vinstri til hægri: Katrín Rut Bessadóttir, Þórhallur Friðjónsson, Einar Jón Ásbjörnsson, Einar Sveinn Þórðarson, Dagný Björnsdóttir, Hólmfríður Sigþórsdóttir og Páll Steingrímsson.*

eins og eðlilegt er, nýtt aðstoðarfólk stígur sín fyrstu skref í þjálfun og fær möguleika á að sækja skipulögð þjálfaranám-skeið. Sérstakur styrktarþjálfari sinnir iðkendum 13 ára og eldri.

## Styrktaraðilum þakkað

Á árinu var fallið frá því að hafa allar deildir félagsins hjá sama styrktaraðila framan á búningum. Stjórn barna- og unglingsráðs hefði óskað eftir að allir væru eins og telur það tryggja sterkari liðsheild. Til umræðu kom að hafa enga auglýsingar á búningum barna- og unglunga en niðurstaðan er að leita að styrktaraðila framan á búninga barna og unglunga. Markmiðið er að æfingagjöld dekki 80% af rekstri starfsins og styrkir 20%, merkingar á búningum, fjóröflunarmót, happdrætti, haustfjáröflun, derhúfusalá og bingó eru hluti af því. Nýr styrktarsamningur var gerður við Garra hf. sem er mikilvægur fyrir starfið. Styrktaraðilum er þakkað sérlega fyrir að leggja starfinu lið.

Alls voru sex umsóknir í Friðrikssjóð samþykktar alls að upphæð 345.136 kr.

Sístækkandi Norðurálmót í minnibolta körfuboltans er mikilvægur viðburður fyrir barna- og unglingsstarfið eins er vonast til þess að Hemmamótin á Hlíðarenda vaxi og verði að hefð.

Allmargir flokkar hafa skarað fram úr á árinu, alltaf er gaman þegar vel gengur en mestu máli skiptir að það sé gaman og gott að vera á Hlíðarenda. Ánægðir iðkendum og forráðamenn er markmið okkar, fallett starf umfram kapp. Brýnustu verkefni stjórnar barna- og unglingsráðs eru að hlúa að gæðum þjálfunar og byggja upp virkt foreldrastarf sem styrkir félagið á allan hátt.

*Hólmfríður Sigþórsdóttir formaður stjórnar barna og unglingsráðs Vals*

# Stolt og ánægð með Lollabikarinn

Ásdís Atladóttir er 16 ára og leikur fótbolta með 2. flokki og fékk Lollabikarinn 2019

**Nám?** „Menntaskólinn í Reykjavík.“

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** „Mig langar að vera komin með vinnu sem ég hef gaman að og vonandi bara enn þá á fullu í fótbolta.“

**Af hverju Valur?** „Ég hef bara alltaf verið í Val og mig hefur aldrei langað að fara neitt annað.“

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** „Ég er eiginlega bara fyrsti Valsarinn í fjölskyldunni.“

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum?** „Pau hafa bara alltaf stutt mig í því sem ég geri í fótbolta og mætt á leiki og svoleiðis.“

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** „Að mínu mati er það stóra frænka mín, Ingibjörg Magnúsdóttir, sem spilaði í marki fyrir Val í yngri flokkunum.“

**Af hverju fótbolti?** „Þegar ég byrjaði í fótbolta fannst mér það bara vera ótrúlega skemmtilegt og vildi ekki gera neitt annað.“

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** „Silfur í hástökki á frjálsíþróttamóti þegar ég var 10 ára.“

**Eftirminnilegast úr boltanum?** „Allir úrslitaleikir eru mjög eftirminnilegir en þeir helstu eru Íslandsmeistaraúrslitaleikir, Gothia Cup og úrslitaleikurinn í bikarnum með 2. flokki.“

**Þú fékkst Lollabikarinn á uppskeruhátíðinni, hvaða þýðingu hefur þessi viðurkenning fyrir þig?** „Þegar ég fékk hann var mér fyrst mjög brugðið en ég var og er mjög stolt og ánægð með þennan árangur. Þetta var mikil hvatning til þess að halda alltaf áfram að gera mitt besta og gefur mér aukið sjálfstraust.“

**Markmið fyrir næsta tímabil?** „Bara að halda áfram að leggja mig fram og gera mitt besta á æfingum og í leikjum.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Magga (Margrét Magnúsdóttir).“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistara-flokki kvenna hjá Val?** „Ólöf Sigríður Kristinsdóttir.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistara-flokki karla hjá Val?** „Örugglega bara Patrick Pedersen.“

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val?** „Mér líst bara mjög vel á yngri flokkana, þeir líta vel efnilega út.“

**Fyrirmynd þín í fótbolta?** „Megan Rapinoe, Cristiano Ronaldo.“

**Draumur um atvinnumennsku í fótbolta?** „Bara að komast í A-landsliðið og geta spilað sem atvinnumaður.“

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** „Fyrir mér er það bara einhver sem getur verið góð fyrirmynd, góður í samskiptum, hvetjandi og hefur trú á liðinu.“

**Uppáhalds erlenda fótboltafélagið?** „Barcelona.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** „Mér finnst mjög mikilvægt að setja mér markmið, bæði stór og lítil, og ekki gefast upp á því sem ég set fyrir mig sjálfa, ekki gefast upp og vera ákveðin í því sem ég geri.“

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

„Þjálfarar geta fylgst með á æfingum, bæði liðinu í heild og einstaklingum og starfsmenn geta haft augum opin á göngum Valsheimilisins, og gera það einfalt fyrir iðkendur til þess að tala við einhvern og láta vita.“

**Hvernig er hægt að auka samstarf**



**deilda í Val?** „Mér fannst vera sniðugt, þegar ég var yngri voru æfingar hjá krökkum í fótbolta, handbolta og körfubolta sameinaðar einu sinni í viku svo að maður fékk að prófa allt.“

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-enda?** „Mér finnst þessi aðstaða sem er á Hlíðar-enda bara yfir höfuð vera mjög flott.“

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** „Bara halda áfram sem öflugt íþróttafélag eins og það er í dag.“

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** „Íslandsmeistararitlar kvenna í fótbolta, handbolta og körfubolta.“

**Besta kvikmynd?** „Mér finnst þættir yfirleitt vera skemmtilegri en myndir.“

**Besta bók?** „Uppvöxtur Litla Trés.“

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

# Fálkar 10 ára

**Á þessu ári hefur karla/pabbafélagið Fálkar starfað í 10 ár og segja þeir sem þekkja til að það þyki nokkuð gott af þess konar félagi**

Fálkar voru stofnaðir 3. desember 2009 og fyrsti formaður félagsins, Benóný Valur Jakobsson bar hitann og þungann af þeim atburði. Má að mestu rekja stofnunina til þess að góð vinátta og samstaða hafði náðst í foreldrahópi drengja fæddir 1996–1998 og nú sáu menn fram á að allar keppnisferðir væru á enda og engin átylla til að hittast eins og áður.

## Leitin að markmiðum fyrir Fálkana

Ekki var nóg að bara hittast, einhver þyrfti að vera tilgangurinn. Engin sérstök fyrirmynd var að samtökunum og var litið til ýmissa átta með markmiðin, m.a. veltu menn fyrir sér hugmyndafræði úr mannræktarsamtökum. Hópurinn var fjölbreyttur og margir uppaldir í öðrum félögum og höfðu taugar þangað, sérstaklega á meistaraflokksstigi. Hins vegar voru menn sammála um mikilvægi þess að börn og unglingar stunduðu íþróttir og voru til í að leggja sitt af mörkum til að hlúa að því. Sárnáði mönnum að sjá kraftmikla unglunga flosna upp úr hópnum. Markmið Fálka urðu því að stuðla að því að sem flestir krakkar stunduðu íþróttir hjá Val og væru þar sem

lengst. Horft var til allra iðkenda sem voru skráðir hjá barna- og unglingsviði (BUS).

Með Benóný í fyrstu stjórn voru Sigurvin Sigurðsson varaformaður, Ólafur Ástgeirsson ritari, Baldur Þorgilsson gjaldkeri, Hilmar Böðvarsson siðameistari, Magnús Guðmundsson viðburðastjóri og Sigþór Sigurðsson meðstjórnandi.

Í upphafi voru ýmsar hugmyndir í gangi varðandi starfsemina, ekki endilega fjáröflun. Það hefur hins vegar sýnt sig að fjáhagslegur stuðningur við yngri flokka Vals er einfalt og skýrt markmið sem tekst hefur að halda.

## Grillað til góðs fyrir yngri flokkana

Fyrir fyrsta starfssumar Fálka voru þeir beðnir um að sjá um að grilla á meistaraflokksleikjum og hefur sú starfsemi eflst jafnt og þétt síðan og er einn af hápunktum starfseminnar. Í fyrstu voru einungis pylsur í boði en árið 2012 bættust Kjarnafæðishamborgararnir vinsælu á matsedilinn á „Tilboði aldarinnar“.

Nú síðustu ár þegar grillað hefur verið fyrir framan Fjósið hefur myndast alveg einstök stemning sem Fálkar eru stoltir af

að taka þátt í að mynda. Alls konar fólk mætir vel fyrir leik og nýtur samverunnar.

Á dæmigerðu sumri er grillaðir 2500 hamborgarar og 700 pylsur á 24–25 leikjum. Milli 30–40 Fálkar verja þá milli 700–800 klukkustundum í sjálfböðavinnu við verkefnið og safna þannig nettó að frádrægnum kostnaði milli 1,5–2 milljónum króna. Allur ágóði rennur svo óskertur í styrktarsjóð fyrir barna- og unglingsstarfið sem sérstök úthlutunarnefnd sér um og hægt er að sækja um styrki til (sjá falkar.is).

## Fjölbreytt fjáröflun Fálka

Fljótlega fóru Fálkar einnig að sjá um dósa- og jólatrjáasöfnun eftir áramótin. Þá sjá Fálkar um alla skipulagningu og virkja iðkendur og foreldra við framkvæmdina. Fyrir utan hið samfélagsvæna verkefni er þetta líka tilvalinn vettvangur fyrir iðkendur og foreldra að kynna betur þvert á aldur, kyn og íþrótt. Hér fer allur ágóði beint til þeirra sem taka þátt.

Ýmsar aðrar tilraunir til fjáröflunar hafa verið reyndar. Þar má nefna vinna við Litahlaupið, uppsetning á sal, Valsrúmföt, Vals-spilastokkar, Vals-bílamerki, umsjón með stórafmælum félagsmanna og 400 manna vorfagnaður með Sigga Hlö eitt árið.

Til viðbótar við það fé sem hefur safnast, hefur afgangur af félagsgjöldum Fálka runnið í styrktarsjóðinn. Bakhjarlar Fálka hafa séð til þess að lágmarka kostnað við fjáraflanir. Sérstaklega má nefna Kjarnafæði, Mylluna, Hlaðbæ-Colas og GG-lagnir.

Í mörg ár sáu Fálkar um skemmtilegustu leiki sumars og veturs þar sem eldri krakkar fengu að spila leiki á aðalvöllum félagsins með fullri umgjörð, þ.m.t. vallarpuli, grilli og tónlist. Þetta var þegar gras var á aðalvelli félagsins og þýddi þetta því nokkurra klukkustunda vinnu við að lagfæra völlinn eftir leik. Eins var á handboltaleikjum útdregin stúka og tilheyrandi vinna við þá umgjörð.

Fálkar höfðu frumkvæði að samstarfs-



*Fálkar hafa staðið vaktina á grillinu á heimaleikjum og allur ágóði rennur til barna- og unglingsstarfs félagsins. Ljósmynd: Baldur Þorgilsson.*





Fálkamerkið.



Óskar Bjarni Óskarsson (í miðid) fékk Fálkaorðuna árið 2019 við hátíðlega athöfn. Þórhallur H. Friðjónsson t. v. og Jónas Hlíðar Vilhelmsson t.h. Ljósmynd: Baldur Þorgilsson.

verkefni með Reykjavíkurborg sem endaði á því að börn af erlendum uppruna fengu tækifæri til að prófa ýmsar íþróttir.

Fálkar héldu ráðstefnu fyrir yngri-flokkabjálfarara, tóku þátt í hverfishátíð í samvinnu við Kjarnafæði og studdu verkefnið Hemmalund.

Árin 2012 og 2013 voru eftirköst bankakreppunnar ennþá að hafa áhrif og erfitt með styrki og reksturinn hjá Val í járnum. Fálkar studdu þá Knattspyrnufélagið Val með kaupum á æfinga- og keppnisboltum og einnig voru keypt æfingavesti. Voru þau talin í hundruðum.

## Öflugt innra félagsstarf

Fálkar huga líka að innra starfi. Á veturna er venjulega fundað einu sinni í mánuði og þá gjarnan fenginn gestur til að segja frá einhverju sem tengist félaginu. Sem dæmi um gesti má nefna formenn og framkvæmdastjóra hverju sinni, þjálfara meistaraflokka, utanaðkomandi fræðimenn og stundum er bryddað upp á léttum atriðum en til dæmis er Stefán Pálsson sagnfræðingur aúfúsugestur og hefur mætt að minnta kosti tvisvar með sína sögu og fræði um íþróttir og tilheyrandi.

Einn af fyrstu gestum á Fálkafund var Hermann Gunnarsson sem útnefndur var verndari Fálkanna, hann hefur sannarlega



Árleg dóna- og jólatrjáasöfnun Fálkanna hefur skilað miklu inn í barna- og unglíngastarfið. Ljósmynd: Baldur Þorgilsson.

staðið við sitt því Fálkar blómsta og Hemmi lítur til með okkur að ofan.

Árið 2018 hófu Fálkar að veita viðurkenningu fyrir öflugt starf í þágu barna og unglínginga í Val og var við hæfi að fyrsti handhafi Fálkaorðunnar væri stofnandi Fálkanna og fyrsti formaður, Benóný Valur Jakobsson.

Á afmælisárinu 2019 var valinn handhafi Fálkaorðunnar einn af virtustu þjálfurum yngri flokka jafnt sem meistara-

flokka og landsliða í handbolta, Óskar Bjarni Óskarsson.

Fálkar eru líka bakhjarlar fyrir Val sem einstaklingar. Hér má nefna setu í aðalstjórn Vals, stjórn barna- og unglíngasviðs, knattspyrnuráðum yngri flokka karla og kvenna, handboltastjórnnum, ritarabörði, öryggisgæslu, foreldraráðum, ritnefnd Valsblaðsins, umsjón með Skóla-leikunum, söngfugla í Valskórnum o.fl.

Í núverandi stjórn Fálka sitja Einar Logi Vignisson, Þórhallur H. Friðjónsson, Gísli Níls Einarsson, Guðmundur Már Ragnarsson, Jónas Hlíðar Vilhelmsson, Pétur Hjálmtýsson og Valgarður Finnbogason.

Samfelld endurnýjun er mikilvæg fyrir starfsemi Fálkanna. Við hvetjum nýja pabba í Val og bara alla karla sem hafa áhuga á að láta gott af sér leiða í hverfinu til að gerast Fálkar. Allar upplýsingar til að komast í samband við Fálka eru á vefnum [www.falkar.is](http://www.falkar.is).

Fyrir hönd Fálka, Georg Páll Skúlason, Þórhallur H. Friðjónsson, Sigþór Sigurðsson og Baldur Þorgilsson.

## Hér má sjá yfirlit yfir fjáraflanir og styrkveitingar Fálka frá upphafi. Afgreiddir hafa verið 193 styrkir og söfnunarté úr áramótasöfnun greitt til þátttakenda:

	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	Samtals
<b>Knattspyrna:</b>										<b>6.112.547</b>
Flokkar KK	100.000	330.565	122.223	403.336	97.361	476.125	231.775	714.900	850.000	3.326.285
Flokkar KVK	-	330.566	152.223	453.338	212.362	476.126	58.775	560.000	393.872	2.637.262
Iðkendum KK	-	-	-	-	30.000	-	19.000	-	-	49.000
Iðkendum KVK	-	-	-	-	100.000	-	-	-	-	100.000
<b>Handbolli:</b>										<b>6.649.446</b>
Flokkar KK	-	287.042	119.690	290.337	256.942	382.500	383.775	280.000	190.000	2.190.286
Flokkar KVK	100.000	287.042	69.690	165.338	256.943	137.500	313.775	60.000	268.872	1.659.160
Iðkendum KK	-	-	-	-	-	-	420.000	745.000	650.000	1.815.000
Iðkendum KVK	-	-	-	30.000	150.000	90.000	205.000	160.000	350.000	985.000
<b>Kúrfubolti:</b>										<b>1.702.003</b>
Flokkar KK	-	47.900	19.690	290.337	59.862	12.500	133.775	-	90.000	654.064
Flokkar KVK	-	47.900	19.692	165.338	59.862	12.500	58.775	-	193.872	557.939
Iðkendum KK	-	-	-	-	-	-	-	160.000	100.000	260.000
Iðkendum KVK	25.000	25.000	-	-	-	-	-	80.000	100.000	230.000
<b>Dónasöfnun</b>	-	1.226.000	992.000	1.002.000	1.054.000	1.206.000	1.457.000	1.599.699	1.558.344	10.095.043
<b>Samtals</b>	225.000	2.582.015	1.495.208	2.800.024	2.277.332	2.793.251	3.281.650	4.359.599	4.744.960	24.559.039



# Við viljum vinna titlinn aftur

## Andri Adolphsson er 27 ára og leikur knattspyrnu með meistaraflokki

sport. Allt fólkið sem maður kynnist og vinir sem maður eignast í gegnum þetta er alveg geggjað.“

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** „Bjór í Noregi í tvö ár og þar spiluðu þeir ekki fótbolta á veturna þannig að ég fór að æfa bandí á skautum einn veturinn, það var alveg geggjað og mitt lið vann eitt skiptið. Sennilega mitt eina afrek í annarri íþrótt.“

**Eftirminnilegast úr boltanum?** „Sennilega okkar fyrsti Íslandsmeistaratitill. Það var alveg frábært tímabil.“

**Þú varst valinn besti leikmaðurinn í meistaraflokki á uppskeruhátíðinni; hvaða þýðingu hefur það fyrir þig?** „Ég var bara mjög stoltur af því, ég lagði mikið á mig á þessu tímabili og undirbúningstímabili til að ná mér af erfiðum meiðslum og halda mér heilum í allt sumar sem tókst vel þannig að það var frábært. Tilfinningin var mjög góð.“

**Geturðu lýst Valsliðinu í fótbolta karla í stuttu máli?** „Það er stúttfullt af hæfileikaríkum einstaklingum sem elska að spila saman og vinna fyrir hvern annan.“

**Gengi Valsliðsins í sumar, hvað viltu segja um það í stuttu máli?** „Það var ekki eins og við hefðum viljað og það var eitthvað sem vantaði. Þetta er tækifæri fyrir alla að læra af þessu tímabili og koma sterkir til baka á næsta ári.“

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fótbolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** „Það er náttúrliga bara geggjað að vera hluti af svona félagi sem leggur svona mikla áherslu á allar íþróttir og þetta ár var einstakt hjá stelpunum. Þær eru alveg ótrúlegar bara.“

**Markmið fyrir næsta tímabil?** „Við viljum vinna titlinn aftur.“

**Besti stuðningsmaðurinn?** „Erfitt að gera upp á milli manna hérna, fullt af frábærum stuðningsmönnum. Annars er Leifur Benediktsson einhver almesti stuðningsmaður sem ég hef kynnst.“

**Erfiðustu samherjarnir?** „Fannst alltaf lang erfiðast að dekkja Bjarna Ólaf á æfingum.“

**Erfiðustu mótherjarnir?** „Ég lenti alltaf í veseni á móti nafna mínum hjá Blikunum, Andra Yeoman.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Klárlega Óli og Bjóssi, tveir alveg ótrúlegir karakterar.“

**Mesta prakkarastrik?** „Úff maður er svo lítið í svoleiðis, ekkert sem ég man.“

**Vandræðalegasta atvik?** „Á Essó móttinu á Akureyri var ég að taka á móti verðlaunum og ég átti að koma upp á svið, hrikalega ánægður, á leiðinni upp stigann að sviðinu rak ég tána í efstu tröppuna og hrundi inn á sviðið fyrir framan alla krakkana á móttinu. Það var alveg hræðilegt.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** „Eru það ekki Skagastelpurnar, Hallbera, Guðrún og Bergdís? Þær standa sig vel.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** „Það er alltaf Ólafur Karl Finsen, öll þessi gæði.“

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val?** „Það er frábært starf unnið hjá Val með yngri flokkana og það er alltaf að stækka, það er mjög flott.“

**Fyrirmynd þín í fótbolta?** „Ég var alltaf mikill Alessandro Del Piero maður, annars svona í seinni tíð þá elska ég að horfa á David Silva.“

**Draumur um atvinnumennsku í fótbolta?** „Nei, nei, það er enginn tími í svoleiðis, það er brjáláð að gera í vinnunni.“

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** „Er með skýra mynd á því hvernig fótbolta hann vill að liðið spili og vinnur að því stöðugt alla daga. Hann treystir leikmönnum sínum og reynir að aðlaga sig að styrkleikum þeirra.“

**Uppáhalds erlenda fótboltafélagið?** „Það var nú alltaf Manchester United, erfitt að segja frá því.“

**Nám?** „Kláraði B.Sc. í viðskiptafræði með lögfræði sem aukagrein.“

**Hvað ætlar þú að verða?** „Ég er í SAP ráðgjafastarfi hjá Deloitte eins og er og er nokkuð ánægður í því.“

**Maki?** „Dagbjört Sól Guðlaugsdóttir.“

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** „Þetta er ótrúlega góð spurning. Ég verð sennilega hættur í fótbolta eftir 10 ár, þá væri ég til í að vera einhvers staðar erlendis í mastersnámi.“

**Af hverju Valur?** „Allt í kringum Val er rosalega heillandi, öll aðstaða o.fl. Ég hafði aðeins kynnst klúbbnum þar sem hálf systir mín hafði alltaf verið að spila í Val. Svo var það auðveld ákvörðun þegar að Óli Jó hringdi og vildi fá mig en mér fannst spennandi að fá að spila fyrir hann og Bjóssa Hreiðars.“

**Uppeldisfélag í fótbolta?** „Var mín fyrstu ár í KR en flutti 12 ára á Skagann og var í ÍA þangað til 2015.“

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** „Nei, nei, ekki svo ég viti.“

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum?** „Pau hafa alltaf staðið þétt við bakið á mér frá því að ég byrjaði í þessu. Svona aðallega með því að mæta á leiki sem ég spila og svoleiðis. Það var þá aðallega pabbi minn sem sýndi þessu mestan áhuga en hann er fallinn frá í dag, blessuð sé minning hans en mamma, sem er ekki mikill fótboltaunnandi, mætir eins og hún getur. Hún hefur líka mikið hjálpað mér með að vinna úr öllum þeim meiðslum sem ég hef þurft að glíma við.“

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** „Það er nú enginn frægur, ætli það sé ekki Anna frænka. Alltaf að keppa í Iron man.“

**Af hverju fótbolti?** „Maður hefur einhvern veginn alltaf verið í þessu og engu öðru og svo er þetta bara svo æðislegt

**Nokkur orð um núverandi þjálfarteymi?** „Spennandi teymi sem hafa náð árangri þar sem þeir hafa verið þannig að ég er spenntur að vinna með þeim.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** „Fyrir mér er það bara skuldbinding og leggja hart að sér.“

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

„Bara með fræðslu og virkja foreldra í slíkri vinnu.“

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** „Markaðsetning á samfélagsmiðlum tók góðan kipp á síðasta ári og með áframhaldandi vinnu þar og mögulega betri spilamennsku hjá liðinu sjáum við betri mætingu á næsta ári. Það er svo

alveg geggjað að hafa Fjósið, halda því flotta starfi áfram.“

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** „Ég myndi græja klefaskipulagið. Það að meistaraflokkur karla í fótbolta og handbolta séu saman í klefa í svona félagi er ótrúlegt.“

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda?** „Hún er algjörlega til fyrirmyndar, þar er allt það sem þú þarft til þess að bæta þig sem íþróttamaður. Þó má bæta klefaaðstöðu.“

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** „Það er frábært starf unnið hjá Val í augnablikinu þannig að ég vil bara sjá þetta halda áfram svona.“

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

„Það væri hægt að senda fulltrúa úr meistaraflokkunum í skólana hér í kring og hvetja krakka til að mæta á eina æfingu og sjá hvernig gengur.“

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** „Eru þetta ekki allir titlarnir sem hafa komið á Hlíðarenda? Það var gaman að sjá stelpurnar í fótboltanum eiga svona rosalegt tímabil.“

**Besta kvikmynd?** „Mikill *Gladiator* maður.“

**Besta bók?** „Togga bækurnar.“

**Einkunnarorð?** „Ég er ekki flókinn maður og mitt kjörorð er bara: Gera betur í dag en í gær.“

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



Í ferðinni voru u.þ.b. 30 strákar, tveir fararstjórar og tveir þjálfarar. Við lögðum af stað á laugardegi og flugum til Billund. Við lentum seint að kvöldi og lögðum af stað til Vildbjerg Sportcenter og þar ætluðum við að vera þessa viku. Á leiðinni til Vildbjerg stoppuðum við á McDonalds og vorum við strákarnir mjög ánægðir með það. Þegar við komum á æfingarsvæðið og hótelið í Vildbjerg fórum við beint að sofa.

Planið var að hafa þrjár máltíðir á hótelinu á dag, tvær æfingar á dag og frítíma á milli æfinga. Æfingarnar voru fjölbreytnar og skemmtilegar og maturinn á hótelinu var vondur. Bærinn sem við

vorum í var mjög dauður og var eiginlega ekkert að gerast í honum en við urðum fastagestir í búðinni í bænum. Við vorum eiginlega alltaf á hótelinu vegna þess að það var ekki mikið að gerast í bænum en þá fundum við eitthvað að gera á hótelinu. Svo voru þjálfararnir með dagskrá og viðburði á hótelinu. Einnig var strákur í flokknum sem heitir Govand og hann var stundum með skemmtiatriði á kvöldin.

En svo voru nokkrir dagar öðruvísi eins og einn daginn spilaði A-liðið einn leik á móti dönsku liði og B-liðið á móti A-liðinu hjá Haukum í 4 flokki. Svo fórum við einn daginn í verslunarferð og

í heimsókn á æfingarsvæðið hjá akademíu FC Midtjylland. Við fengum leiðsögn um svæðið hjá akademíunni og það var áhugavert að sjá hvernig akademían hjá kúbbnum virkar.

Seinasti dagurinn var mjög skemmtilegur. Við vögnuðum snemma og pökknuðum dótinu okkar saman. Síðan var farið til skemmtigarðsins Djur Sommerland og það var löng keyrsla þangað. Við vorum u.þ.b. þrjá tíma í skemmtigarðinum og það var mjög skemmtilegt. Svo keyrðum við á flugvöllinn og lögðum af stað til Íslands.

*Eftir Jökul Ellertsson 3. flokki Vals í knattspyrnu*

# Í hjarta þeirra sló Valshjarta

## Bréf til Þorgríms Þráinssonar frá Steina í Val

Þorgrímur, ég hef sagt þér frá lífi mínu í Val. Ég hef líka sagt frá starfi mínu og leik í Valsblöðum og á fundum í fulltrúaráði Vals. Æskuminningar mínar hef ég klætt í sanna gleði og dálftinn gáska. Ég hef ekki sagt margt á prenti um starfs- og stjórnardaga mína í Val. Þegar ég hef gert það hef ég látið undan af öfugsnúinni hæversku og gert minna úr mínum afrekum en rétt er.

Ég fór sex ára gamall nið'rá Valsvöll 1956 og kom heim 1964. Mín elsta minning í Val er frá Melavellinum þegar Valur varð Íslandsmeistari í meistaraflokki 1956. Ég var þá Melavellinum.

Ég var skrifaður í Val í maí 1957.

Fyrir 60 árum birtist viðtal við mig í Valsblaðinu. Með viðtalinu fylgdi mynd sem ég lét taka af mér hjá Ljósmyndastofunni ASIS. Ég var þá sendill hjá prentsmiðju og vann 3 tíma á dag. Mánadarlaun mín fóru í mynd af mér í Valsblaðinu. Ég hef aldrei séð eftir þeim aurum, þvert á móti. Við strákarnir vorum öllum stundum í fótbolta. Míni æskudagar voru dýrðardagar á Hlíðarenda. Með móður minni fór ég í Hellas á Skólavörðustíg að kaupa Valspeysu.

Afgreiðslustúlkan sagði að ekki væri til Valspeysa í minni stærð, en til væri Víkingspeysa sem passaði. Ég kaus að bíða eftir passandi Valspeysu. Hlíðarendi var mitt annað heimili. Þangað bar ég Morgunblaðið til Valda og Helgu, og 13 ára vann ég við að raka, slá og snyrta Hlíðarenda. Þá skein sól alla daga.

Þegar leið á hversdaginn á Hlíðarenda mættu Andreas Bergmann, Sigurður Ólafsson, Sigurður Marelsson og Úlfar Þórðarson og fleiri sem ég man ekki nöfnin á. Þessir menn unnu sjálfbodastörf fyrir Val, eftir vinnu og frammá kvöld og um helgar.

Siggi Marels var unglिंगaleiðtogi Vals. Hann var fóstri okkar og batt um sár, eða skammaðist ef þess þurfti. Hann var jafnsnjall og sjálfur Séra Friðrik að ná saman drengjahóp.

Smáauglýsing (Félagslíf) í Mogganum, 1958, var einhvern veginn svona:

### 3. flokkur Vals.

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

Allir mættu. Enginn vildi láta sig vanta á hópmyndina – ef hún yrði tekin.

Úlfar Þórðarson var hættur að vera formaður Vals og nú lagði hann af kappi drenrör sem ræstu grasvöllinn. Mig grunar að hann hafi greitt fyrir rörin sjálfur. Ég sat í grænum Austin Gipsy jeppa Úlfars, hjá Svenna Úlfars, og ókum við til hans rorum frá hinum enda vallarins. Úlfar var því feginn að þurfa ekki að eyða dýrmætum tíma sínum í akstur. Svenni var góður bílstjóri enda orðinn 10 ára. Ég var aðstoðarmaður Svenna.

Ég las í gömlu blaði að Andreas hefði stjórnað 800 vörubíslhössum af raudamöl ofan í gamla malarvöllinn árið sem ég fæddist. Hann var enn við sjálfbodastörf þegar ég hætti fótboltaíðkun 14 árum síðar – og í áratugi eftir það.

Sigurður Ólafsson vann fleiri titla fyrir Val en aðrir félagsmenn. Hann var líka formaður Vals en hætti því. Hann taldi réttara að finna annan formann; þá gæti hann nefnilega haldið áfram að byggja hús á Hlíðarenda og dytta að og naglhreinsa og slá túnin og raka. Einhver yrði að vinna smáverkin sem voru óteljandi.

Þeir sem ég hef nefnt voru gæfa Vals og lán. Þeirra sló Valshjarta. Valur greiddi fyrir þau efni sem Úlfar, Andreas og Sigurður notuðu í verk sín. Oft fengust þau gefins en ef illa stóð á í Val greiddu þeir sjálfir.

Innan vallar vann ég engin afrek, ef frá er talið mark sem ég skoraði gegn Víkingi á Háskólavellinum fyrir 5. flokk C. Það var úrslitamark; skorað úr víti. Ég get líka bætt við æfingaleik gegn Reyni, Sandgerði. Í þeim leik skoraði ég 4 mörk

í fyrri hálfleik og var ekki tekinn útaf í hálfleik, eins og til hafði staðið.

Á gamlárskvöld 1963 slasaðist ég á vinstra auga. Ég fór í aðgerð á Landakoti. Hjá mér stóðu tveir læknar og mér leið ekki vel. Ég var bæði hræddur og kvíðinn, en svo, svo bættist Úlfar Þórðarson í læknaíð og þá hvarf öll hræðsla og allur kvíði. Slysið var alvarlegt og með því lauk æskuárunum í Val og ég kvaddi Hlíðarenda. Ég fór með gláðar minningar og nokkurt nesti til lífsins. Ég fór líka í þakkarskuld og vissi að sá dagur kæmi að ég greiddi til baka, þó ekki væri nema brot af þakkarskulddinni.

Í mörg ár bar ég þessa skuld, sem reyndist ekki vera skuld, heldur lán og tækifæri til að láta gott af mér leiða.

Það liðu 24 ár; það var árið 1988. Þá hringdi í mig stjórnarmaður með þau skilaboð að þess væri óskað að ég yrði gjaldkeri aðalstjórnar Vals. Aðalfundur var næsta kvöld. Síðamaður sagði allt gott af bókhaldi Vals og fjármálum. Ég sagði honum að ég myndi taka að mér gjaldkerastöðuna. Það voru ekki margir félagsmenn sem sóttu aðalfundinn. Þungi fundarins var á herðum framkvæmdastjóra sem hafði ekki verið lengi í starfi. Ársreikninginn las hann af heljarstóru blaði. Allar deildir í Val áttu samkvæmt uppgjörinu inneign hjá öllum hinum deildunum í Val. Eignir voru litlar. Skuldir voru yfirþyrmandi. Ársreikningurinn stemmdi ekki í debit og kredit.

Það var á brattann að sækja í upphafi stjórnartíðar Jóns G. Zoëga, formanns. Í landinu var kreppa og óðaverðbólga. Það stóð svo á að nýlökkið var byggingu félagshúss og íþróttaskemmu. Valur hafði greitt úr eigin sjóðum sinn hluta byggingakostnaðar sem var 20% og að auki lagt út tæplega 10%. Annar byggingakostnaður, 70%, var skuld Vals, meðan beðið var eftir opinberum framlögum. Það bólaði ekki á greiðslum Íþróttasjóðs ríkisins eða Reykjavíkurborgar. Ríki og borg áttu saman að bera 80% kostnaðar en meðan beðið var eftir greiðslum skuldaði Valur háar fjárhæðir. Styrkirnir sem eftir var beðið voru óverðtryggðir og verðbólgan tók linnulaust sinn toll. Í þá tíð lá á orði að Valsmenn væru frekir til opinbers fjár. Sagt var að þeir hefðu lengi gengið inn og út úr borgarsjóði líkt og væri hann þeirra eign. Þessu trúðu margir– og töldu víst. Meira að segja vörslumenn borgarsjóðs töldu þetta alveg áreiðanlegt.

Fljótlega urðu framkvæmdastjórnarskipti og Sigríður Yngvadóttir tók við stöðunni.

Sigríður var vanur bókarí, forkur til vinnu, ósérhlífín og með afbrigðum fylgin sér í öllu sem hún tók sér fyrir hendur. Hún kom í lag viðskiptastöðum deilda og hringdi upp alla skuldunauta Vals. Við settum okkur svo í samband við lánadrottna bæði til þess að fullvissa okkur um að allar upplýsingar væru réttar en líka til þess að fullvissa þá um að Valur væri ekki á flótta undan skuldum sínum og myndi um síðir gera fullnaðarskil.

Eignir Vals voru sárlega vanmetnar í bókhaldinu. Hlíðarendi var talinn til eignar á kr. 30.000 sem var kaupverð hans frá árinu 1939 (yfírfært í nýkrónur). Eignamegin í bókhaldinu var annað eftir þessu. Ég endurmat allar fasteignir Vals og studdist við opinberar matstölur. Verðmæti ýmiss lausafjár var líka endurmetið. Þessar tölur voru færðar í ársuppgjör félagsins. Ársuppgjörinu sýndi að eignir félagsins voru milljónatugum hærri en skuldir. Blaðamaður hjá Mbl. fékk uppgjörinu og skrifaði fréttagrein. Mig minnir að fyrirsögnin hafi verið; Eigið fé Vals 110 milljónir króna. Þá réttu margir Valsmenn úr baki sínu og hjartsláttur kröfuhafa hægðist.

Vorið 1990, þegar skammt var til borgarstjórnarkosninga, var tilkynnt um styrki til Íspróttafélaganna í Reykjavík. Reykjavíkurborg úthlutaði Íspróttafélögunum í borginni 50 milljónum króna. Tíu félög fengu úthlutað 5 milljónum króna hvert félag. Valur fékk engan styrk fyrir kosningarnar. Ekki ein króna kom í hlut Vals. Líklega var það vegna þess að í þá tíð lá á orði að Valsmenn væru frekir til opinbers fjár og sagt var að þeir hefðu lengi gengið inn og út úr borgarsjóði líkt og væri hann þeirra eign. Vörslumenn borgarsjóðs töldu þetta áreiðanlegt.

Ég leitaði upplýsinga hjá ÍBR um styrki til Íspróttafélaga og fékk ársskýrslur ÍBR undanfarin 10 ár. Í skýrslunum stóð ekki hvað hefði komið í hlut hvers félags en lesa mátti um alla einstaka styrki. Til dæmis stóð á einum stað að stúlkur í Ármanni fengu 8.000 krónur í ferðastyrk til Keflavíkur og á öllum síðum í öllum skýrslum voru álíka upplýsingar um allskyns smáræði. Ég týndi úr þessum skýrslum hverja tölu. Tölunum safnaði ég í dálk fyrir hvert félag og svo lagði ég saman og gerði viðeigandi leiðréttingar fyrir áhrifum langvarandi verðbólgu.

Hæstu styrki á þessum 10 árum fengu ÍR, Ármann og KR. Þarnaest komu Víkingar og tvö önnur félög áður en kom að Val. Valur hafði á 10 árum fengið umtals-

vert lægri styrki en flest önnur félög, þrátt fyrir að Valur hefði byggt Íspróttahús sem ég man ekki til að önnur félög hafi gert á þessum árum.

Útreikninga mína afhenti ég á borgarskrifstofunni. Eggert Jónsson borgarhagfræðingur rannsakaði og staðfesti að þeir væru réttir. Þá varð margt léttara og um síðir fékk Valur leiðréttingu mála sinna. Í lok desember 1990 samdi ég, fyrir hönd Vals, um byggingaskuld borgar og ríkis, við Hjörleif Kvaran og Reyni Karlsson Íspróttafulltrúa ríkisins. Borgin greiddi strax allt sem útaf stóð með sinn hluta byggingastyrksins og lánaði ríkissjóði Íslands peninga svo ríkið gæti greitt alla sína skuld við Val.

Að auki gaf borgin Knattspyrnufélaginu Val óumbeðið loforð um fjárframlag til Vals, þegar betur áraði. Júlíus Hafstein borgarfulltrúi fylgdi eftir loforðinu og tilkynnti um efndir þess, þegar vel áraði, og hátíð var á Hlíðarenda. Þá klöppu Valsmenn vel og lengi fyrir Júlíusi og mér.

Ég hef í bili engu við að bæta um störf mín í Val. Verkin mín í þágu arfleifðar Séra Friðriks undanfarin 26 ár þekkir þú, sömuleiðis formennsku mína í ritstjórn *Áfram herra*, Valshattinn þykir mér vænt um og vallasögu Vals ...

*Steini í Val*



*Steini í Val. Myndina tók Haraldur Sturlaugsson í Vatnaskógi 1961. Myndin er hluti tjáningar Þorsteins Haraldssonar um málefnið sem hann fjallar um.*

### Fram á lýsandi leið

Fram á lýsandi leið  
skal þér litið í trú  
þar sem ljómandi takmark þér skín.  
Eins og metgrein á meidd  
vex og magnast skal nú  
heilög manndáð er notið fær sín.

Enn hin rauðasta rós  
slær þér roða á kinn,  
það er rósfagurt æskunnar vor  
og hið ljúfasta ljós  
skín á lífsferil þinn  
til að létta þín framtíðarspor.

Áfram, sviphýri sveinn,  
láttu sigrandi þor  
búa' í sál þinni' og vekja þinn hug.  
Vertu heilhuga' og hreinn,  
þá mun hamingju vor  
veita hagsæla þroskun og dug.

Verði sólskin í sál  
og hið síglaða fjör  
gjöri samband við göfginnar þrótt.  
Hreint og milt skal þitt mál,  
líkt og marksækin ör  
ávallt miða til gagns fyrir drótt.

Vertu fús bæði' og frá  
til að framkvæma allt  
sem þú finnur að rétt styður mál;  
láttu æskunnar ár  
verða ævinnar salt  
svo að aldregi sljógvist þín sál.

Stefndu hátt yfir hrönn,  
sjáðu' er hafaldan rís  
markið heilaga blasa við þér.  
Lýsi sáttfýsi sönn,  
þá er sigurinn vís  
bæði' í samkeppni' og lífsstríði hér.

*Séra Friðrik*

# Valur skokk er ein stór fjölskylda

Á haustmánuðum tók við nýr þjálfari Vals skokks, Rúna Rut Ragnarsdóttir sem skrifar greinargerð um starfið í Valsblaðið

Valur skokk er hlaupahópur sem hentar öllum getustigum. Við blöndum saman götu- og einstaka utanvegahlaupum enda erum við með Öskjuhlíðina í bakgarðinum. Æfingarnar eru þriðjudaga og fimmtudaga kl. 17:30 frá Hlíðarenda og á laugardögum kl. 9. Við erum stundvís. Yfir vetrarmánuðina bætist við ein æfing á viku, á miðvikudögum kl. 19:30 frá Laugardalshöllinni þar sem byrjað er á útiupphitun áður en við förum inn á braut, og verður yfir köldustu mánuðina. Að undanförmu hefur nýr þjálfari Vals skokks, Rúna Rut, bætt inn léttum styrktaræfingum sem hafa vakið mikla lukku hjá iðkendum.

## Ein stór fjölskylda

Ég kynntist skokkhópnum árið 2017 og var þá iðkandi. Ég fann fljótt að það ríkti

mikill kærleikur innan hópsins og að einstök vináttubönd höfðu myndast. Sjálf hef ég verið iðkandi í nokkrum hlaupahópum bæði hér heima og erlendis. Valur skokk heillaði mig strax frá byrjun og var það mér mikill heiður að fá að leiða hópinn inn á nýjar brautir og nýta það sem ég hef í gegnum tíðina lært af mínum hlaupum, æfingum og öðrum hlaupahópum. Valur skokk er ekki bara hlaupahópur heldur ein stór fjölskylda. Það sem einkennir hópinn að mínu mati er hæfni hans til að taka á móti nýliðum og láta þeim líða sem hluta af rótgrónum hópi sem fer stækkandi. Í dag eru um 60 iðkendur í hópnum. Á hverju ári er hópurinn með uppskeruhátíð þar sem hlaupaárið er gert upp og annað hvert ár fer hópurinn saman til útlanda í keppnisferð. Hópurinn leggur mikið upp úr léttleika en jafnframt eru í honum mjög metnaðarfullir ein-



Rúna Rut Ragnarsdóttir  
þjálfari hópsins.

staklingar sem er fullkomin blanda fyrir mitt leyti enda svolítið eins og ég hef lagt áherslu á minni iðkun, gera sitt besta og hafa gaman. Annað útilokar ekki hitt.

## Hlaup snúast ekki bara um hlaup

Ég hef lagt stund á styrktaræfingar samhliða hlaupunum til margra ára en mín sýn á hlaupaiðkun snýst ekki bara um að hlaupa heldur að vera í góðri alhliða þjálfun. Hlaup snúast ekki síður um almenna hreysti og andlega heilsu, að kynnst nýju fólki sem ég hefði annars aldrei kynnst og vera utandyra sem ég tel gera manni mjög gott. Hlaupin hafa eftl mig í bæði tímastjórnun og markmiðasetningu sem ég hef svo yfirfært á aðra þætti í lífinu ótengda hlaupunum. Að blanda saman við hlaupin krossþjálfun og styrktaræfingum gerir æfingarnar ekki bara fjölbreyttar heldur kemur það einnig í veg fyrir leiða og meiðsli. Ég datt inn í eintóm hlaup eitt tímabil þegar ég var of ákøf að bæta hraðann og ég endaði í meiðslum. Það var lærdómsríkt. Síðan þá hef ég reynt að blanda hlaupum saman við aðra krossþjálfun og styrktaræfingar eins mikið og ég get sem þýðir þá að almennt hleyp ég mun minna en aðrir maraþon- eða últrahlauparar. Það er hollt að blanda þessu saman og endist maður lengur. Ég hef hlaupið maraþon markvisst síðan 2006 og er hvergi hætt enda fátt skemmtilegra en að setja sér krefjandi markmið til að stefna á.

Síðan í haust hafa margir nýliðar bæst við sem við í stjórninni erum auðvitað alsæl með. Sem dæmi fengum við inn í hópinn Thelmu Björk Einarsdóttur sem tók sér frí frá fótboltanum og ákvað að prófa að mæta. Hún hefur mætt á nánast hverja einustu æfingu síðan hún slóst í hópinn og hefur m.a. tekið þátt í sínu fyrsta 10 km hlaupi og fyrsta hálfamaraþoni þar sem hún sigraði í kvennaflokki.



Ein stór fjölskylda að syngja afmælisöng.

Thelma er með góðan grunn úr fótboltnum sem svo sannarlega skilar sér inn í hlaupin. Eins og Thelma orðar það: „Það er búið að vera ótrúlega gaman að æfa með ykkur, frábær hópur og geggjáðar æfingar. Mér finnst ég finna mjög mikinn mun á mér frá því að ég byrjaði. Mér hefur alltaf fundist leiðinlegt að fara út að hlaupa en það var greinilega eitthvað sem breyttist og núna finnst mér bara leiðinlegt að hugsa til þess að þurfa að hætta, ég væri svo til í að halda áfram.“

Við höfum einnig fengið inn nýliða sem eru að byrja alveg frá grunni og hafa þau aðgang að sérstöku 8 vikna byrjendaplani. Allar æfingarnar miðast við að reyndari hlauparar og byrjendur geti hlaupið saman. Engin æfing er eins og því um mjög fjölbreyttar æfingar og leiðir að ræða en við erum með alveg frábært svæði í okkar nærumhverfi sem við nýtum vel, bæði á götum og utanvegastígum.

## Hlaup eru ekki tíska!

Þegar ég tók við þjálfun hjá Val skokki var ég ákveðin í því að kynna fyrir hópnum styrktaræfingar og hafa þær sem



Hópurinn á Hólmsheiðinni.

hluta af þjálfun hópsins en hún tekur mið af því á hvað hópurinn stefnir hverju sinni. Fyrir mér hafa hlaup aldrei verið tíska heldur lífsstíll og því vel ég að kalla mig lífsstíllhlaupara. Að hlaupa snýst ekki um að klára eitthvert ákveðið hlaup og hætta svo. Til þess þarf að huga að alhliða þjálfun og kemur þar styrktar-

þjálfunin sterk inn ef maður ætlar að endast í sportinu. Þann tíma sem hópurinn er ekki að æfa fyrir maraþon er upplagt að nota í uppbyggingarfasa. Uppbygging æfinganna breytist því örlítið í nóvember þegar inniæfingin bætist við. Þá er lögð áhersla á æfingar á braut, þ.e. sprettæfingar. Þetta eru krefjandi æfingar og passar því mjög vel á þriðjudögum og fimmtudögum að leggja áherslu á róleg hlaup og styrktaræfingar til mótvægis. Ég hef fengið Birgi þjálfara ([www.coachbirgir.com](http://www.coachbirgir.com)) með mér í lið að setja upp styrktaræfingar fyrir hópin sem hópurinn fer í gegnum á þeim æfingum. Ég hef sjálf verið í fjarþjálfun hjá Bigga og er virkilega ánægð með hans nálgun á styrktaræfingarnar samhliða hlaupunum og hafa þær hjálpað mér að styrkja miðjúsæðið og bakið, æfingar sem ég hef vanrækt til margra ára. Mitt verkefni er að miðla þeirri reynslu áfram og tryggja að hlauparar hlaupi enn lengur og geri þau að lífsstíl.

## Valur skokk fer til Riga

Það er gaman að segja frá því að Valur skokk hefur ákveðið að fara í keppnisferð til Riga í maí 2020 þar sem í boði eru nokkrar vegalengdir: 10 km, hálf og heilt maraþon. Því munu æfingarnar strax eftir áramótin miðast að því að komast í besta formið fyrir Riga og breytist þá áhersla æfinganna. Að sjálfsögðu geta allir sem hafa áhuga tekið þátt í æfingunum þótt ferðinni sé ekki heitið til Riga. Við tökum ávallt vel á móti nýliðum. Við erum ein stór fjölskylda og látum aldrei kappið bera fegurðina ofurlíði!



Rúna Rut með hópnum á rauðu ljósi.

# Leggjum áherslu á langtímasýn fyrir yngri flokka Vals í knattspyrnu

## Eiður Benedikt Eiríksson og Haraldur Árni Hróðmarsson eru nýir yfirþjálfarar í knattspyrnu

**Eiður Benedikt Eiríksson** lék fótbolta upp alla yngri flokka með Fjölni fyrir utan tvö ár með Val en hann hætti knattspyrnuíðkun eftir eitt tímabil í meistaraflokki, þar sem hann sneri sér í staðinn að knattspyrnuþjálfun. Hann hefur sótt alla þá menntun hjá KSÍ sem völ er á, nánar tiltekið UEFA A gráða, UEFA A Elite youth. Ofan á það hefur hann lokið gráðu hjá Johan Cruyff Institute í Sport Management.



Eiður Benedikt Eiríksson.

**Haraldur Árni Hróðmarsson** hefur starfað sem þjálfari frá árinu 2013, fyrst samhliða leikmannaferli en hann hætti að spila haustið 2014. Hann hefur þjálfað alla aldurshópa í Prótti, stráka og stelpur, ásamt því að sjá um afreksþjálfun í elstu flokkunum. Hann er með UEFA A gráðu, UEFA Elite Youth og BA gráðu í kvikmynda- og fjölmiðlafræði.



Haraldur Árni Hróðmarsson.

### Megináherslur Eiðs og Haraldar Árna í þjálfun:

Við leggjum áherslu á að byggja upp langtímasýn fyrir yngri flokka Vals, okkar helsta markmið er að ná fram festu í yngri flokka starfið sem er ekki háð því hvort við verðum langlífir í starfi eður ei. Við deilum sömu hugmyndum hvernig við sjáum yngri flokka starf og hvaða þættir eru mikilvægastir. Við viljum skapa umhverfi sem er eftirsóknarvert fyrir þjálfara, leikmenn og foreldra til að vera í.

### Hverjir eru helstu kostir Vals?

Helstu kostir Vals eru fólkið sem er í kringum klúbbinn. Sú staðreynd að sömu gildi hafi fylgt félaginu frá stofnun er einstakt og alls ekki sjálfgefið. Fyrir okkur eru allir starfsmenn jafn mikilvægir, hvort sem það er framkvæmdastjórinn eða sjálfboðaliði, við þurfum að gæta þess að halda í það hugarfar.

### Helstu áskoranir í Val?

Það má segja að Valur sé að byggjast aftur uppá nýtt eftir nokkur

ár þar sem félagið gat ekki boðið iðkendum upp á bestu mögulegu aðstæður. Allir Valsarar hafa keppnisskap og vilja að Valur sé leiðandi í öllu, vinni helst allt og að við séum að skila inn landsliðsfólki í öll landslið. Helsta áskorunin er að við sættum okkur við langtímahugsun, að við föllum ekki í þá gryfju að mælikvarði starfsins sé hversu margir sigrar vinnist á vellinum í dag, heldur tileinkum okkur hugarfar sigurvegara og stefnum á að bæta okkur frá degi til dags reynum að hækka viðmiðin okkar á hverju ári.

### Framtíðarsýn ykkar fyrir yngri flokka Vals?

Okkar framtíðarsýn er að Valur sé leiðandi félag í íslenskri knattspyrnu. Við viljum ná að koma í gegn rauðum þráði í gegnum starfið sem mun fylgja félaginu áfram og hægt verði að endurskoða á ári hverju. Við viljum að það sé rauður þráður í því hvernig við æfum úti á velli að leikmenn kunni að vera á æfingu og að við séum að undirbúa leikmenn undir það að æfa á hæsta stigi knattspyrnunar. Þetta er sá þáttur sem við höfum lagt mikla áherslu á frá því að við höfum störf. Við eigum enn þá langt í land en erum á góðri leið og getum haldið áfram að bæta okkur.

Að sama skapi viljum við að það sé rauður þráður í því hvernig yngri flokkar Vals spila. Við viljum að þjálfarar hafi frjálsræði í því hvernig þeir þjálfar og að þeir geti prófað sig áfram en fyrst og fremst viljum við búa til ákveðinn ramma í kringum okkar leikstíl.

Einstaklingarnir eru þeir sem skapa liðin og félagið. Fyrir utan þessa tvo þætti sem við nefnum á undan, þá erum við fyrst og fremst að vinna með einstaklinga. Við viljum að þjálfarar Vals þrói með sér góð vinnubrögð, séu skipulagðir og hafi metnað til þess að hjálpa iðkendum og félaginu að ná lengra. Það er okkur mikilvægt að leikmenn sem koma úr yngri flokka starfi Vals séu fyrst og fremst heildarlegt fólk, góðir einstaklingar sem hafa metnað til þess að verða besta útgáfan af sjálfum sér.

### Skilaboð til iðkenda og foreldra

Við hlökkum mikið til að stíga næstu skref. Það er pottþétt að við munum gera fullt af mistökum á leiðinni og það er ólíklegt að við náum að verða fullkomnir. Fyrir okkur er mikilvægt að þjálfarar, leikmenn og foreldrar séu í góðum samskiptum, reynum að leysa ágreining með samtölum og hreinsum loftið í stað þess að halda perringnum inn í okkur.

*Að lokum, höfum hugfast að allir eru að reyna sitt besta. Tökum ábyrgð á okkur, forðumst að kenna öðrum um og reynum að tileinka okkur jákvætt hugarfar. Það mun skila árangri þegar fram í sækir.*





TENDENS CHARCOAL



NORDIC SPIRIT NATURAL OAK/FOCUS



SHAKER WHITE



TENDENS BLACK OAK VENEER

# NÚTÍMA LÍFSTÍLL GERIR KRÖFUR TIL ELDHÚSSINS

*Nútíma Lífstíll kallar á kröfur.*

*Á sama hátt og við höfum væntingar til lífsins, gerum við kröfur til eldhússins okkar. Líttu til okkar, lýstu kröfum þínum og leyfðu okkur að teikna draumaeldhúsið þitt. Ævintýrið byrjar á heimsókn í glæsilegan sýningarsal okkar í Lágmúla 8, 2.hæð, þar sem allar helstu nýjungar eru til sýnis.*

**ORMSSON**

Lágmúla 8 • sími 530 2800

HTH á Íslandi í 40 ár,  
og þar af í 20 ár hjá Ormsson  
- endurspeglar traust  
Íslendinga til merkisins



INNRETTINGAR



HTH\_INNRETTINGAR



# Liðsheild, dugnaður og biluð vinna skilar titlum

**Ída Margrét Stefándóttir er 17 ára og leikur handknattleik með meistaraflokki og U-liðinu**

**Nám?** „Er á 2. ári í Kvinnó.“

**Hvað ætlar þú að verða?** „Draumurinn hefur alltaf verið að verða atvinnumaður í handbolta.“

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** „Í Danmörku eða Noregi að spila handbolta.“

**Af hverju Valur?** „Frábært félag með geggjað yngriflokkastarf.“

**Uppeldisfélag í handbolta?** „Valur.“

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** „Ágúst Þór þjálfari meistaraflokks Vals.“

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** „Held að við frænkurnar séum skástu íþróttamennirnir í fjölskyldunni.“

**Af hverju handbolta?** „Hef verið í alls konar íþróttum en mér fannst alltaf skemmtilegast í handbolta.“

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** „Hef lent í öðru sæti á Síamótinu í fótbolta.“

**Eftirminnilegast úr boltanum?** „Þegar við í 3. flokki urðum Íslandsmeistarar á síðasta tímabili.“

**Lýstu Valsliðinu í handbolta kvenna í stuttu máli, hvað einkennir það?** „Þetta lið einkennist af frábærum handbolta-konum sem vilja allar berjast fyrir hverja aðra, þær hafa allar gríðarlegan metnað og leggja mikið á sig.“

**Hvernig skýrir þú velgengi Valsliðsins í handbolta á síðasta tímabili?** „Liðsheildin var geggjuð og við vorum með frábært lið. Það lögðu sig allir 100% fram í æfingar og leiki og það var gríðarlegur metnaður og vilji sem einkenndi liðið.“

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fótbolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** „Liðin voru öll skipuð frábærum leikmönnum og þjálfurum. Liðsheild, dugnaður og biluð vinna skilaði þessum titlum.“

**Markmið fyrir þetta tímabil?** „Bæta mig í handbolta og vinna titla.“

**Besti stuðningsmaðurinn?** „Held að það séu pabbi og bróðir minn. Þeir styðja mig í gegnum allt og gefa mér góð ráð inn á milli.“

**Erfiðustu mótherjarnir?** „Framstelpurnar eru alltaf erfiðar.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Ég held að það verði erfitt að gleyma Kobba Lár.“

**Vandræðalegasta atvik?** „Var að spila leik með 3. flokki og ég stekk upp, tek skot og byrja svoleiðis að fagna en boltinn fór ekki inn. Ekki mín besta stund.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** „Mér finnst Lovísa vera leikmaður sem gæti farið gríðarlega langt í þessu sporti.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** „Alexander Örn.“

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val?** „Mér líst mjög vel á yngri flokkana, þá sérstaklega kvenna megin. Það eru að koma upp hrikalega flottar stelpur sem að ég veit að við munum sjá í meistaraflokknum eftir nokkur ár.“

**Fyrirmynd þín í handbolta?** „Anna Úrsúla hefur verið mín helsta fyrirmynd síðan ég var lítil. Hún er svo geggjaður karakter og geggjuð inn á vellinum. Ég lít einnig mikið upp til Stine Bredal Oftedal.“

**Draumur um atvinnumennsku í handbolta?** „Fara til Noregs eða Danmörku og spila þar.“

**Landsliðsdraumar þínir?** „Mig langar að verða fastamaður í A-landsliðinu og fara á stórmót.“

**Eftirminnilegasta atvik með yngri landsliðum í handbolta?** „Þegar við töpuðum úrslitaleiknum á EMB í sumar og komumst ekki á HM í Kína sem er næsta sumar.“

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** „Hefur metnað, er hvetjandi og vel skipulagður.“

**Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið?** „Ég held með Liverpool í fótboltanum og Györi og Barcelona í handboltanum.“

**Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi?** „Mér finnst það geggjað.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** „Góður svefn, skipulag, hollt matarræði og aukaæfingar.“

**Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val?** „Hafa jafna umfjöllun og gefa stelpum og strákum jafn marga æfingatíma.“

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?** „Halda fyrirlestra fyrir iðkendur um að fordómar, einelti og annað ofbeldi sé ekki liðið í Val.“

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** „Auglýsa leiki betur og auka umfjöllun um liðin.“

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda?** „Hún er frábær og örugglega ein besta á landinu en það er alltaf hægt að bæta og laga.“

**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum?** „Fara í skóla og auglýsa handboltann. Einnig held ég að velgengni meistaraflokkanna spili stóran þátt í að fá fleiri að æfa í Val.“

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** „Ég held að velgengni kvennaflokkanna í ár sé eftirminnilegast hjá öllum.“

**Besta kvikmynd?** „LOL er í miklu upphaldi.“

**Einkunnarorð/kjörorð?** „Öll reynsla gerir mig að því sem ég er, bæði góð og slæm.“

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



# 102 HLÍÐARENDI

## Einstök hönnun í hjarta Reykjavíkur

### ARNARHLÍÐ 2

Glæsilegar og mjög vel staðsettar íbúðir í byggingu við Arnarhlíð 2 í nýju póstnúmeri, 102, við rætur Öskjuhlíðar. Íbúðunum fylgir stæði í bílakjallara, lokaður og mjög skjólgóður garður ásamt þaksvölum með stórbrotnu útsýni. Lokið verður við að steypa upp allt húsið í desember 2019. Íbúðirnar eru 2-4 herbergja, á bilinu 74 – 204 fermetrar.

- Innréttingar frá JKE Danmörku
- Boðið er upp á þrjár gerðir innréttinga
- Innanhússhönnun M/STUDIO Reykjavík
- Steinborðplötur
- Bílskúrar fylgja ákveðnum íbúðum
- Tvö baðherbergi
- Þaksvalir/þakgarðar með einstöku útsýni
- Lofthæð 280 cm
- Gólfíðir VELFAC-gluggar
- Miele-tæki
- Free@home
- Lokaður og skjólgóður garður
- Bílastæði í bílakjallara
- Hægt er að kaupa ákveðnar íbúðir tilbúnar til innréttingar
- Rafmagn í gluggatjöldum
- Myndavélarðyrasími sem tengist við snjallsíma
- Álklætt og einangrað að utan
- Aukin hljóðvist
- Rafmagnshönnun og innfelld lýsing hússins hönnuð af Lúmex
- Allar íbúðir með LED-lýsingu
- Rafbílaheimtaug í bílakjallara

Skráið ykkur í forsölu á  
[www.102hlidarendi.is](http://www.102hlidarendi.is)

**LIND**  
FASTEIGNASALA



# Lærdómsríkt og spennandi að fara í körfubolta- búðir til Englands

**Síðastliðinn ágúst fóru 12 stelpur úr 8. og 9. flokki Vals í körfuboltabúðirnar Eurocamp, í Portsmouth á Englandi**

Ingunn Erla Bjarnadóttir hefur þetta að segja um körfuboltabúðirnar: „Við spiludum körfubolta frá nú á morgnanna til nú á kvöldin með pásam og matartímum. Okkur var skipt í fjögur lið og hverju liði svo skipt í tvennt. Oftast voru tækni- og þolæfingar fyrir hádegi og svo spil eftir hádegi og eftir kvöldmat. Hvert lið var með einn aðalþjálfara en allir þjálfararnir voru mjög góðir. Við gistum á heimavistarskóla sem var mjög nálægt ströndinni og þar var bæði tívolí og spilasalir. Í Portsmouth var stórt Outlet og margar búðir til að versla. Okkur fannst körfuboltabúðirnar mjög skemmtilegar og frábært að spila með leikmönnum frá mörgum löndum. Stór hópur okkar ætlar að fara aftur eftir ár, ásamt því að fara til Gautaborgar í keppnisferð. Geggjuð ferð og geggjaður hópur.“

Ingunn Dagmar Ólafsdóttir er sama sinnis og hefur þetta að

segja um ferðina: „Ég fór til Englands í Eurocamp 3. ágúst 2019 og var í viku. Mér fannst þessar körfuboltabúðir vera mjög skemmtilegar og ég lærði svo mikið í þeim. Mér finnst þessar búðir hafa gert mig að miklu betri leikmanni og án þess að ég fattaði, þá gáfu þær mér miklu meira sjálfstraust í körfubolta sem ég þurfti virkilega á að halda. Þjálfararnir í búðunum eru flestir frá Englandi en nokkrir koma annars staðar frá. Mér og öllum Valsstelpunum fannst þjálfararnir vera ótrúlega skemmtilegir og góðir í að þjálfra. Ég er að fara aftur á næsta ári og ég mæli mjög mikið með búðunum. Eftir búðirnar fékk ég meira að segja ennþá meiri áhuga á íþróttinni og að verða betri leikmaður. Ég kynntist fullt af nýju fólki og ég hlakka til að hitta það aftur í búðunum á næsta ári.“

# Þávitund miðaldra manns

Það hefur alltaf verið mikilvægt fyrir ungt fólk að eiga góðar fyrirmyndir í lífinu. Að geta horft til einstaklinga sem fara fram með þeim hætti við leik og störf að það sé til eftirbreytni fyrir æskuna og í raun ekki síður okkur hin á okkar skrykkjóttu vegferð. Fyrir ungt fólk að finna sér slíkar fyrirmyndir í dag er eflaust enginttur frá því sem mín kynslóð og hvað þá mér eldra fólk var alið upp við.

Jahérna ... ég er orðinn þessi kall. „Þegar ég var ungur þá...“ Það hlaut að koma að þessu. Enda átti ég sem ungur drengur fyrirmynd í manni sem var einn af fyrstu Íslandsmeisturum Vals árið 1930. Þetta var Agnar Breiðfjörð, bróðir móðurömmu minnar, en hann lék stöðu vinstri útfraherja. Agnar landaði í hið minnsta þremur Íslandsmeistaratitlum með félaginu og þar á meðal með sigurmarki í úrslitaleik gegn KR árið 1935.

Ég er reyndar ekki svo gamall að ég muni eftir Agnari sem leikmanni eða hafi orðið vitni að afrekum hans á sínum tíma en þau hafa lifað ágætu lífi innan fjölskyldunnar. Amma mín var í hið minnsta alltaf stolt af litla bróður sínum og átti sinn þátt í því að við bræðurnir fórum að æfa fótbolta með Val. Agnar tók tiltölulega ungur við fyrirtæki föður síns, Breiðfjörðs Blikksmiðju, sem hann rak með myndarskap í áraraddir. Það var þar sem ég man best eftir honum en þrátt fyrir að hann væri ýmist í forstjóralegum jakkafötum eða snyrtilegum vinnugalla sá ég hann auðvitað alltaf fyrst og fremst sem margfaldan Íslandsmeistara.

Þegar Þorsteinn bróðir minn varð Íslandsmeistari með fjórða flokki, en sjálfur náði ég með mínu liði í fimmta flokki í silfur, þá þótti tilhlýðilegt að við bræðurnir færum að heimsækja Agnar frænda. Hann tók auðvitað vel á móti okkur og ég man að ég var auðvitað stoltur af Steina bróður og ekki síður ánægður með heimsóknina til hins margfalda Íslandsmeistara.

## Gott að staldra við og horfa um öxl

Ólíkt mér þá gortaði Agnar Breiðfjörð aldrei af afrekum sínum eða sinna. Held hann hafi hreinlega ekki kunnað það. En hann kunnir að miðla af reynslu sinni og deila gæfu sinni og það gerði hann þegar



Bræðurnir Þorsteinn t.v. og Magnús Guðmundssynir t.h. með Agnari Breiðfjörð frænda þeirra og margföldum Íslandsmeistara með Val í knattspyrnu eftir að Þorsteinn varð Íslandsmeistari með 4. flokki Vals í knattspyrnu.

til hans var leitað. Þess minnst ég helst af kynnum mínum af Agnari og fyrir það er ég þakklátur. En hvers vegna er ég að þessu ranti og svona aðeins að gorta mig af Agnari ömmubróður? Ætli það sé ekki aldurinn sem færir yfir okkur öll frá degi til dags og verður þess stundum valdandi að maður staldrar við. Og það er gott að staldra við og horfa um öxl. Það má víst segja að eftir að ég náði ríflega miðjum aldri aðhyllist ég þávitund fremur en núvitund eins og er svo vinsæl um þessar mundir og eflaust ágæt til síns brúks.

Ég hef nefnilega umtalsverða trú á því að við getum lært og þroskast af því að skoða söguna. Horfa til þeirra sem á undan gengu og færðu okkur þann nútíma og það samfélag sem við lifum í. Þar hættir okkur til að sjá ekki alltaf skóginn fyrir trjánun.

## Í Val er nóg af góðum fyrirmyndum

Í Val erum við rík af sögu og innan þeirrar sögu er að nóg af falletum og góðum fyrirmyndum fyrir bæði stráka og stelpur. Þetta er ekki einvörðungu allt okkar besta afreksíþóttafólk og hetjur, heldur líka allar hvunnudagshetjurnar sem við höfum verið svo heppin að eiga í gegnum árin. Þjálfarar, starfsfólk, stjórnar fólk og sjálfbodaliðar. Allt þetta frábæra fólk sem stendur með félaginu í meðbyr jafnt sem mótvindi. Það eru góðar fyrirmyndir sem ég vona að sem flest af þeim frábæru krökkum sem eru að æfa með Val um þessar mundir geti kynnst og séð.

Þá þarf hvorki að fara á límingum í núinu né kvíða framtíðinni.



Ljósmyndir: Baldur Þorgilsson.

## Hjalti Geir Guðmundsson heiðraður

**Hjalti Geir var heiðursgestur á handboltaleiknum þegar kvennalið Vals tryggði sér deildarmeistaratitilinn 2019. Hann var jafnframt heiðraður fyrir leikinn fyrir frábæra frammistöðu á Special Olympics sem fram fór í Sameinuðu Arabísku furstadæmunum fyrr á árinu**

Hjalti Geir Guðmundsson er mörgum Valsmönnum kunnugur enda kemur hann oft í Valsheimilið á Hlíðarenda. Hjalti er nánast daglegur gestur í Valsheimilinu, mætir bæði á leiki hjá meistaraflokkum félagsins og yngri flokkum. Hann er einnig duglegur að taka virkan þátt í æfingum yngri flokkanna með einum eða öðrum hætti og systkini hans eru líka Valsarar og æfa með yngri flokkum félagsins. Hjalti Geir æfir sund hjá íþróttafélaginu Ösp. Hann var einn fjögurra íslenskra sundkappa sem valdir voru til þess að keppa fyrir Íslands hönd á heimsleikum Special Olympics sem fram fóru á árinu. Þar náði Hjalti frábærum árangri og vann til gullverðlauna í 100m skriðsundi og silfur í 50m baksundi. Segja má að Hjalti Geir hafi verið stoltur fulltrúi Valsmanna á Ólympíuleikunum þar sem hann stóð sig með mikilli þrýði.

Meðfylgjandi myndir tók Baldur Þorgilsson.



Gísli Gunnlaugsson formaður handknattleiksdeildar veitti Hjalta Geir viðurkenningu.



Hjalti Geir á fótboltaæfingu hjá Val.

# VERTU Í VINNINGSLIÐINU

www.macron.is

Ítalskar íþróttavörur fyrir liðið þitt.



**macron** store  
| Reykjavík

GRENSÁSVEGUR 16 - 108 REYKJAVÍK



# Alltaf verið draumur að spila fyrir landið mitt

**Porgils Jón Svölu Baldursson er 22ja ára og leikur handbolta með meistaraflokki**

**Nám?** „Sagnfræði við Háskóla Íslands.“

**Maki?** „Lovísa Thompson.“

**Hvað ætlar þú að verða?** „Vonandi næ ég að reka mitt eigið fyrirtæki.“

**Af hverju Valur?** „Ég ólst upp í hverfinu og því stutt að fara á æfingar.“

**Uppeldisfélag í handbolta?** „Valur.“

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** „Held að það sé bara enginn, ekki miklir íþróttagarpar í minni ætt.“

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum?** „Þau hafa mætt á alla mína leiki, unnið stjálboðastarf í kringum mig og hjálpað mér við allt sem þau gátu hjálpað mér við.“

**Af hverju handbolti?** „Byrjaði í fótbolta 6 ára og var dreginn á handboltaæfingu 7 ára af Andra, vini mínum sem æfði handbolta líka. Ég man að við vorum að leika okkur eftir skóla og hann þurfti að fara á æfingu og bauð mér með.“

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** „Komumst í bikarúrslit í 3. fl. fótbolta og unnum innanhúsmótið á Shell-mótinu í Vestmannaeyjum í 6. fl. bæði árin.“

**Eftirminnilegast úr boltanum?** „Á mínu fyrsta tímabili í meistaraflokki (2016/2017) urðum við Íslands- og bikarmeistarar, ásamt því að komast í undanúrslit í EHF Challenge Cup og fórum í keppnisferðir til Serbíu, Svartfjallalands og Rúmeníu. Ég spilaði ekki stórt hlutverk í liðinu en það var hrikalega gaman.“

**Lýstu Valsliðinu í handbolta karla í stuttu máli?** „Samansafn af mönnum frá 16 til 39 ára sem hafa þá ástríðu að spila handbolta. Ég finn sjálfur fyrir því hvað við stöndum þétt við bakið hver á hvorum, erum þéttir og fastir í vörninni og náum að spila upp á styrkleika hvers og eins leikmanns til að ná markmiðum okkar.“

**Hvernig skýrir gengi Valsliðsins haustið 2019?** „Þetta tímabil byrjaði ekki eins og við vonuðumst eftir, vorum ekki samstilltir, en eftir það unnum við nokkra leiki í röð, meðal annars fyrsta mótherja í Evrópukeppninni. Ég get ekki beint skýrt af hverju þetta gekk svona brösuglega fyrst, mögulega var það þau meidsli sem sumir leikmenn voru að glíma við, en góðar æfingar og trú leikmanna, þjálfara og allra þeirra sem stóðu nálægt hópnum gerði okkur kleift að færa okkur á rétta braut.“

**Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili?** „Ég hugsa að það sé bikarhelgin, þar sem við stóðum okkur ekki nógu vel og töpuðum bikarúrslitaleiknum.“

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fótbolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** „Það lítur út fyrir mér, horfði bara á liðin utan frá, að liðin hafi sýnt mikla samstöðu og að markmiðin hafi verið skýr sem leiddi til þess að einstaklingar tóku ábyrgð og bættu sig með hverjum leik sem varð til þess að þær uppskáru að lokum.“

**Markmið fyrir þetta tímabil?** „Vinna þá titla sem eru í boði, þroskast sem leikmenn og njóta þess að spila handbolta saman.“

**Besti stuðningsmaðurinn?** „Lovísa er nýjasti og besti stuðningsmaðurinn núna. En mamma, pabbi, Ugly systir og vinir mínir hafa stutt mig gríðarlega gegnum árin.“

**Erfiðustu samherjarnir?** „Magnús Óli og Róbert Aron eru leiðinlega góðir.“

**Erfiðustu mótherjarnir?** „Atli Már Báruson og svo á ég líka í erfiðleikum með hávaxna línumenn.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Maksim Akbachev þjálfaði mig lengi ásamt því að

ráða mig til þess að vera sjá um gistiheimilið sitt í hans fjarveru. Var þá titlaður hóteltjóri eitt sumar.“

**Vandræðalegasta atvik?** „Ætli það sé ekki þegar við tókum þátt í EHF Cup tímabilið 2017/2018. Við kepptum við liðið Balatonfüredi í Ungverjalandi. Báðir leikir voru spilaðir úti, við töpuðum fyrri með 5 og vorum að tapa seinni með fleiri mörkum þegar ég, sem hafði ekkert spilað, átti að fara inn á völlinn og spila nokkrar mínútur. Þegar Gulli Þjálfaði sagði mér að gera mig kláran og ég fór úr peysunni kom í ljós að ég var ekki í keppnistreyjunni, heldur æfingabólnum sem ég hafði hitað upp í. Þá þurfti Guðni liðstjóri að hlaupa inn í klefann og ná í keppnistreyjuna sem ég hafði gleymt á snaganum svo ég gæti spilað. Ég endaði á að spila bara nokkrar sekúndur og hef síðan alltaf hitað upp í keppnistreyjunni.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** „Elín Rósa Magnúsdóttir sem kom til liðsins í sumar lofar góðu.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** „Minn helsti sendingarfélagi Benedikt Gunnar Óskarsson, mér finnst að fólk mætti fylgjast vel með honum.“

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val?** „Þeir líta hrikalega vel út, ég sé marga leikmenn, bæði karla og kvennamegin, sem eiga eftir að ná langt.“

**Fyrirmynd þín í handbolta?** „Ólafur Stefánsson og Frakkinn Bertrand Gille.“

**Draumur um atvinnumennsku í handbolta?** „Já það er alltaf draumur að vinna við það sem manni finnst skemmtilegast að gera, hvort sem það er handbolta eða eitthvað annað. En ég er bara spenntur að



sjá hvert ákvarðanir mínar leiða mig í lífinu.“

**Landsliðsdraumar þínir?** „Það hefur alltaf verið draumur að spila fyrir landið mitt, vonandi rætist það.“

**Uppáhalds erlenda fótbolta- og handboltafélagið?** „Borussia Dortmund í fótbolta og Veszprém KC í handbolta.“

**Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi?** „Frábærir þjálfarar sem eru tilbúnir að leggja mikið traust á alla sína leikmenn.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** „Að vera tilbúinn að leggja mikið á sig. Að gera eitthvað vel krefst mikillar vinnu og ef þú ert tilbúinn að leggja á þig og gerir það vel, þá ættirðu að ná langt, sama með hvaða hæfileika þú fæðist.“

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** „Með því að skapa meiri stemningu í kringum leiki. Það er fullt af fólki í Hlíðum og miðbæ sem ég held að væru tilbúnari að mæta á leiki ef það væri flottari umgjörð. Gæti legið í því að hafa stærri stuðningssveit á leikjum, atriði í hálfleik, sölu á góðum bjór, kaffi eða ís.“

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** „Kaupa nýja hátalara og setja upp sturlað hljómflytningskerfi ásamt því að bæta við skjám við fyrir ofan völlinn, eins og hjá sumum stórlíðum, þar sem kæmu upp myndir af leikmönnum þegar þeir væru kynntir inn, skora eða fá 2 mínútur.“

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-enda?** „Varla hægt að finna betri aðstöðu á Íslandi fyrir íþróttir og skemmtanir. Íþróttasalir, útivellir, hátíðarsalir og klefar upp á 10.“

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** „Vil sjá þá halda áfram að leggja mikla áherslu á yngri flokka.“

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

„Mögulega með því að fá innflytjendur meira inn. Kynna fyrir þeim félagsstarfið held ég að gæti hjálpað til.“

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** „Titlarnir hjá meistaraflokkum kvennaliðanna eru sögulegir en svo fannst mér fallett að heiðra Hjalta Geir þegar hann vann til verðlauna á Ólympíuleikunum.“

**Besta kvikmynd?** „*The Godfather* eða *Inception*.“

**Einkunnarorð/kjörorð?** „Reyni bara að hafa gaman og njóta þeirra aðstæðna sem ég er í hverju sinni.“



## Uppfull af skemmtilegum minningum

### Fjórði flokkur kvenna tók þátt í Partille Cup í Svíþjóð

Fyrsta stopp á leið út var Joe and The Juice, held það hafi ekki verið ein stelpa í liðinu sem fékk sér ekki „joe“ þegar við komum upp á flugvöll. Við vorum allar frekar spenntar og að sjálfsögðu allar klæddar í stíl eins og öll önnur lið sem voru að fara að keppa á Partille. Þegar við lentum í Danmörku fórum við beint í rútu sem keyrði okkur til Gautaborgar. Rútuferðin tók jafn langan tíma og flugið og var ferðalagið heill dagur frá Reykjavík til Gautaborgar sem gerði það að verkum að nokkrar okkar sofnuðu í rútnni og þær sem höfðu smá svefngalsa í sér ákváðu að hrekkja allar þær sem höfðu náð að sofna með því að hella vatni yfir þær og emja svo úr hlátri. Þetta einkenni ferðina frekar mikið, skemmtileg, stríðni, hláturmikil og uppfull af skemmtilegum minningum.

Það var ótrúlega skrítíð að spila úti á gervigrasi. Boltinn varð allur út í gúmmí, sem gerði það að verkum að erfitt var að spila eins og við vorum vanar að gera. Dómararnir dæmdu líka allt öðruvísi heldur en hérna heima. Okkur gekk ekkert frábærlega þar sem við bæði lentum í mjög erfiðum riðli og svo vorum við bara

alls ekki vanar að spila við svona aðstæður en höfðum þó á endanum bara mjög gaman af þessu. Veðrið var lítið að vinna með okkur og var oft rok. Svo var mikil rigning annan daginn og sem betur fer fengum við einn sólardag en okkur til ólukku vorum við að keppa þann dag og var mikill hiti. Seinna þann dag fórum við allar saman út að borða og „túristuðumst“ aðeins um borgina. Maturinn þarna var líka öðruvísi og sumar mjög ósáttar, en morgunmaturinn var samt mjög góður og urðu McDonald's ferðirnar kannski þrisvar sinnum of margar.

Svo þegar að maður er í útlöndum þá er fátt annað betra en að fara að versla, við nýttum ódýra verðið og stóðum okkur með þrýði. Auðvitað þegar maður er í Gautaborg er farið í Liseberg og eyddum við þar heilum degi í langflestum tækjunum, mæli einfaldlega með að allir kíkji allavega einu sinni á ævinni í þetta tívoli þar sem einkennist af trufluðum rússíbönnum. Þrátt fyrir það að okkur gengi ekki endilega vel í handboltanum sjálfum þá hefði ég ekki verið til í að sleppa og held að allar stelpurnar í liðinu séu sam-mála mér um það.

# Kröftugt kvennakvöld Vals á sögulegu ári kvennaliða félagsins

Kvennakvöld Vals var haldið í byrjun október og var ágætis mæting og gríðarlega góð stemning þar sem margar kynslóðir Valskvenna skemmtu sér konunglega saman. Í undirbúningshópi var öflugur hópur og þar á meðal fulltrúar frá öllum þremur sigursælu kvennaliðum félagsins á þessu ári, í körfubolta, handbolta og fótbolta. Anna Steinsen var veislustjóri og á borðum voru dýrindis veitingar og mörg skemmtiatriði í boði. Þemalitir kvöldsins voru rauður og gull í tilefni af sögulegum árangri kvennaliða félagsins sem öll lönduðu Íslandsmeistaratitli á árinu auk þess að vinna nánast alla titla sem voru í boði í þessum íþróttagreinum. B Sig og fjöllistahópurinn DJ RIB, RAB og RUB sáu um að halda uppi fjörinu. Meðfylgjandi eru myndir sem fanga vel stemninguna á kvennakvöldinu. Ljós. Baldur Þorgilsson.







# Allir titlar kvennadeildanna eftirminnilegastir

**Áslaug Edda Kristjánsdóttir er 14 ára  
og leikur körfubolta með 9. flokki**

**Nám?** „Ég er í 9. bekk í Hlíðaskóla.“

**Hvað ætlar þú að verða?** „Mig langar að verða hagfræðingur og hef þegar hafist handa við að skipuleggja það.“

**Af hverju Valur?** „Því ég bý í hverfinu og Valur er auðvitað langbesta liðið.“

**Uppeldisfélag í körfubolta?** „Valur.“

**Eftirminnilegast úr boltanum?** „Þegar við fórum í körfuboltabúðir til Englands í sumar og ég kynntist fullt af krökkum alls staðar að úr heiminum sem allir eru að spila körfubolta.“

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fótbolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** „Þær settu sér góð markmið og lögðu hart að sér til þess að ná þeim með góðum stuðningi félagsins.“

**Markmið fyrir þetta tímabil?** „Leggja mig alla fram á æfingum og fara upp um riðil með liðinu.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „David hjá Val eða Nick O’Leary í körfuboltabúðum í Englandi.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** „Helena Sverris.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** „Nicholas Schlitzer.“

**Draumur um atvinnumennsku í körfubolta?** „Mig langar að komast á háskólastyrk til Bandaríkjanna.“

**Uppáhalds erlenda körfuboltafélagið?** „Philadelphia 76ers.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** „Setja sér góð markmið og leggja hart að sér til að ná þeim.“

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-enda?** „Liðinu okkar finnst best að æfa í 3. sal, stemningin er skemmtilegust þar og skapið okkar léttast.“

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** „Í ár þegar kvennadeildirnar unnu alla titlana.“

**Besta bók?** „Anna í Grænuhlíð og Bækur duftsins“ eftir Philip Pullman.“

**Einkunnarorð/kjörorð?** „Þetta reddast.“

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

## Stelpudagur Vals

Var haldinn haustið 2019 og tókst í alla staði vel



# 102 REYKJAVÍK.IS

FASTEIGNASALAN  
**TORG**  
Ab. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

Smyrilshlíð 3 og 5 | Valshlíð 4 og 8 | Fálkahlíð 2 og 4

- Sælureitir þar sem borgarlífið og náttúran mætast
- Öll þjónusta í göngufæri

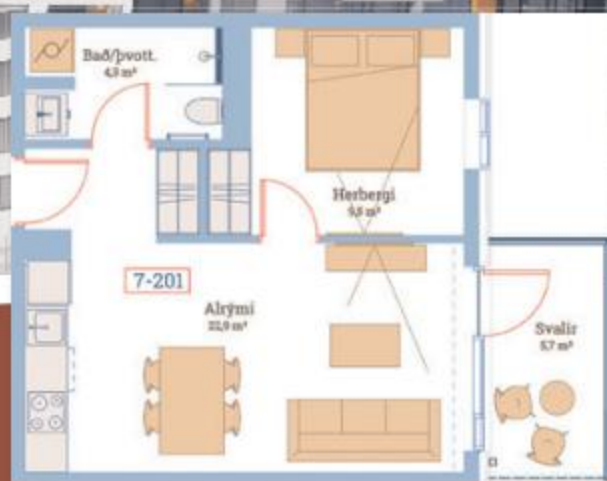
**SÝNUM  
DAGLEGA**

## NÝR ÁFANGI KOMINN Í SÖLU!

Valshlíð 4 og 6 og Smyrilshlíð 3.

Mikið úrval af eignum!

NÝTT Í SÖLU  
Verð frá:  
**39.5 mkr.**



### Fálkahlíð 2, íbúð 201

Verð: 39.5 milljónir - 2ja herb. - 49,6 m<sup>2</sup>  
Stæði í bilageymslu fylgir

Staðsetning hússins er einstök í hjarta hins nýja pósnúmers 102. Hægt er að njóta alls þess sem miðbærinn hefur upp á að bjóða án þess að búa mitt í skarkalanum. Húsið er í jaðri útivistarsvæðanna í Öskjuhlíð og Nauthólsvík, í göngufæri við báða háskólana, sem og örstutt frá Landspítala-háskólasjúkrahúsi.

Fullbúin ípróttastaða er innan Hlíðarendasvæðis. Þá er einnig stutt í verslunarkjarna eins og Kringluna. Lögð er megin áhersla á litlar og meðalstórar vandaðar íbúðir, innréttaðar á hagkvæman og þægilegan máta. Húsin liggja umhverfis garð í miðjunni og þar undir er tveggja hæða bílakjallari. Húsin skýla garðinum fyrir ys og þys og skapa ró og næði fyrir börn og fullorðna til að njóta útiveru í grænum garðinum.

## Vandaðar íbúðir í 102 Reykjavík

- Glæsilegar 2ja, 3ja, 4ra og 5 herbergja íbúðir
- Vandaðar ítalskar innréttingar, fataskápar ná upp í loft, innbyggður ísskápur og uppþvottavél fylgja
- Tveggja hæða bílakjallari, bílskúrar fylgja stórum íbúðum.
- Afhending fyrstu eignar áætfl. Jan/feb 2020
- Sjá nánar á: [www.102reykjavik.is](http://www.102reykjavik.is)

## HRINGIÐ Í SÖLUMENN

**Porgeir**  
Fasteignasali  
gsm: 696 6580



**Hrönn**  
Fasteignasali  
gsm: 692 3344



**Sigurður**  
Fasteignasali  
gsm: 898 6106



**Hafdis**  
Fasteignasali  
gsm: 820 2222





# 2019

---

## VALSKONUR BRUTU BLAÐ

---

Í fyrsta sinn í sögunni hampa þrjú kvennalið sama félags Íslandsmeistaratitlum;  
í handbolta, körfubolta og fótbolta. Árið 2019 hefur sannarlega verið  
ár Valskvenna. Við erum óendanlega stolt af árangrinum og óskum liðunum  
og öllum sem að þeim standa hjartanlega til hamingju með árangurinn!

Áfram Valur!





*Meistaraflokkur kvenna í körfuknattleik 2019. Neðsta röð frá vinstri: Heather Butler, Hallveig Jónsdóttir, Guðbjörg Sverrisdóttir, Dagbjört Dögg Karlsdóttir og Arnar Heiðardóttir. Miðjuröð frá vinstri: Elísabet Bjarnadóttir, Tanja Árnadóttir, Dagbjört Samúelsdóttir, Simona Podesvova, Kristín María Matthíasdóttir, Marín Matthildur Jónsdóttir, Darri Freyr Atlason og Guðný Þóra Guðnadóttir. Efsta röð frá vinstri: Svali Björgvinsson, Grímur Atlason, Guðrún Ásta Halldórsdóttir, Elísabet Thelma Róbertsdóttir, Bergþóra Holton Tómasdóttir, Helena Sverrisdóttir, Aníta Rún Árnadóttir, Ásta Júlía Grímsdóttir, Guðlaugur Ottesen Karlsson, og Lárus Blöndal. Ljós: Ruth Ásgeirsdóttir.*

# Einstakt í sögu kvennaíþróttanna hjá Val

## Ársskýrsla körfuknattleiksdeildar 2019

Þjálfarar meistaraflokkanna á yfirstandandi tímabili eru þeir sömu og undanfarin ár. Ágúst Björgvinsson þjálfar karlaliðið áttunda árið í röð og Darri Freyr Atlason – þjálfar kvennaliðið sína þriðju leiktíð. Tímabilið hefur farið vel af stað og þegar þetta er ritað situr kvennaliðið eitt á toppi úrvalsdeildarinnar en karlaliðið í 10. sæti. Bæði lið eru komin áfram í bikarum og bjartir tímar framundan í körfunni í Val.

Í stjórn deildarinnar sitja Svali Björgvinsson, formaður, Einar Jón Ásbjörnsson, Grímur Atlason, Kristjana Magnúsdóttir, Lárus Blöndal, Sveinn Birkir Björnsson og Sveinn Zoega. Sem fyrr eru stjórninni innan handar traustir aðilar sem hjálpa til við fjáröflun, umsjón leikja o.fl. Stjórnin vill koma á framfæri þökkum til eftirtaldrá aðila: Bjarna Sigurðssonar, Ragnars Þórs Jónssonar, Steindórs Aðalsteinssonar, Torfa Magnússonar, Elísa-

betu Thelmu Róbertsdóttur og Guðrúnar Ástu Halldórsdóttur. Þessir aðilar ásamt fleirum, leggja hönd á plóg og er það ómetanlegt fyrir körfuknattleiksdeildina og Val að hafa svona trausta aðila til að hjálpa til við að láta allt ganga upp. Hér á eftir verður farið yfir síðasta leikár.

### Meistaraflokkur kvenna

Árið 2019 er einstakt í sögu kvennaíþróttanna hjá Val. Meistaraflokkur kvenna í körfuknattleik náði þeim einstaka árangri að vinna alla titla og bikara sem voru í boði á árinu. Þær urðu deildar-, Íslands- og bikarmeistarar auk þessa að vinna titilinn „Meistari meistaranna“ og Reykjavíkurmótið. En það voru ekki aðeins körfuknattleikskonur sem voru sigursælar á árinu því meistaraflokkur kvenna í handknattleik varð deildar-, Íslands- og



*F.v Heather Butler, Chantel Pagel og Simona Podesvova. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafs.*





**Meistaraflokkur karla í körfuknattleik 2019.** Fremsta röð frá vinstri: Austin Magnus Bracey, Ástþór Atli Svalason, Benedikt Blöndal fyrirliði, Snjólfur Björnsson og Frank Aron Booker. Miðröð frá vinstri: Szymon Nabakowski, Bergur Ástráðsson, Pavel Ermolinskij, Ragnar Ágúst Nathanaelsson, Illugi Auðunsson, PJ Alawoya, Ágúst Sigurður Björgvinsson þjálfari og Sævaldur Bjarnason aðstoðaðþjálfari. Aftasta röð frá vinstri: Sigurður Páll Stefánsson, Illugi Steingrímsson, Arnaldur Grímsson, Pálmi Þórsson og Egill Jón Agnarsson. Ljósmynd: Ruth Ásgeirsdóttir.

bikarmeistari og meistaraflokkur kvenna í knattspyrnu Íslandsmeistari. Árið 2019 var því sannkallað kvennaár hjá Val.

Valskonur áttu frábært ár undir stjórn Darra Freys Atlasonar. Í Geysisbikarnum lögðu Valskonur lið Hamars, Keflavíkur og Snæfells á leið sinni í úrslitaleikinn í Laugardalshöllinni. Í bikarúrslitum mættu þær Stjörnunni og höfðu betur 90-74 og höfðu þar með unnið fyrsta titilinn í sögu kvennakörfunnar hjá Val. Valsliðið var á mikilli siglingu í Domino's deildinni og vann alla leiki sína frá miðjum nóvember og fram að úrslitakeppni. Í undanúrslitum mættu þær KR og þurfti fjóra leiki til að skera úr um hvort liðið færi í úrslit (3-1). Í úrslitum mættu stelpurnar stöllum sínum úr Keflavík og unnu þá rímu 3-0 og þar með fyrsta Íslandsmeistaratitilinn í kvennakörfunni hjá Val.

Það ríkir mikil gleði með þennan einstaka árangur og hófst þessi vegferð fyrir 12 árum, eða árið 2007, þá var meistaraflokkur kvenna endurvakinn hjá félaginu þegar leikmenn Íþróttafélags Stúdenta (ÍS) skiptu yfir í Val og Valur tók sæti í efstu deild en ÍS var samhliða lagt niður. Það hafa margir komið við sögu á þessari vegferð, leikmenn, þjálfarar og sjálfboðaliðar og kann Valur þeim öllum þakki fyrir framlag þeirra.

Ekki urðu miklar breytingar á liði Vals fyrir yfirstandandi tímabil en Bergþóra Holton og Ásta Júlía Grímsdóttir yfirgáfu liðið og þökkum við þeim fyrir þeirra framlag og vonumst til að sjá þær báðar aftur í Valsbúningi. Nýir leikmenn sem bættust við eru Sylvía Rún Hálfðánardóttir, Lea Gunnarsdóttir og Kiana Johnson. Fimm leikmenn voru valdir í A-landslið Íslands, þær systur Guðbjörg og Helena Sverrisdætur, Dagbjört Dögg

Karlsdóttir, Hallveig Jónsdóttir og Sylvía Rún Hálfðánardóttir.

### Meistaraflokkur karla

Liðið er nú að leika sitt þriðja tímabil í röð í efstu deild, Domino's deild karla. Það hefur verið stífgandi hjá liðinu undanfarin ár og enduðu strákarinnir í 9. sæti deildarinnar á síðasta tímabili, einu sæti frá úrslitakeppninni. Nokkrar breyt-



Systurnar Guðbjörg og Helena Sverris með körfuboltabikara ársins 2019. Ljósmynd: Ruth Ásgeirsdóttir.



Fyrsta Íslandsmeistaratitli Vals í körfuknattleik kvenna ákafllega fagnað. Ljósmynd Guðlaugur Ottesen Karlsson.

ingar hafa orðið á liðinu frá síðasta tímabili en þó er enn þéttur kjarni leikmanna frá fyrra ári. Markmið undanfarinna ára var að tryggja sæti í úrvalsdeild en fyrir yfirstandandi tímabil er markmið sett hærra þó að upphaf tímabilsins hafi ekki gengið eins vel og væntingar stóðu til. Erlendir leikmenn liðsins hafa valdið vonbrigðum og hefur þurft að skipta út þremur leikmönnum þegar þetta er skrifað sem hefur haft nokkur áhrif á gengi liðsins. Eftir nfu leiki hefur liðið unnið þrjá leiki en væntingar eru um að liðið smelli betur saman eftir því sem líður á leiktíðina og fleiri stig skili sér á Hlíðarenda.

Fyrir tímabilið fengu Valsmenn mikinn liðsstyrk þegar Pavel Ermolinskij, sigursælasti körfuboltamaður Íslands og sexfaldur Íslandsmeistari með KR, gekk til liðs við Val. Pavel var að leita að nýrri áskorun á körfuknattleiksvellinum og sá tækifæri í því að taka þátt í því uppbyggingarstarfi sem er í gangi að Hlíðarenda. Einnig gekk Frank Aron Booker til liðs við félagið, en hann er sonur Frank Bookers sem lék með Val árin 1991–1994 og er enn einn ástsælasti og eftirminnilegasti körfuknattleiksmaður Vals. Einnig eru komnir Pálmi Þórsson frá Tindastóli og Philip B. Alawoya en hann varð Íslandsmeistari með KR 2017. Farnir eru Oddur Birnir Pétursson, Sigurður Dagur Sturluson, Gunnar Ingi Harðarsson og Þorgeir Blöndal og þökkum við þeim fyrir þeirra framlag undanfarin ár.

## Lokahóf meistaraflökkanna

Í lok tímabils var árlegt lokahóf meistaraflökkanna haldið í Lollastúku og gerðu leikmenn, þjálfarar og aðstandendur liðanna sér gláðan dag. Á lokahófinu voru sem fyrr kosnir bestu leikmenn, bestu varnarmenn og þeir leikmenn sem hafa tekið mestum framförum. Að lokum voru veittar viðurkenningar fyrir að hafa náð þeim áfanga að spila 50, 100 og 250 leiki fyrir meistaraflökkana.

### Meistaraflökkur kvenna

**Leikmaður ársins:** Helena Sverrisdóttir.

**Besti varnarmaðurinn:** Dagbjört Dögg Karlsdóttir.

**Mestar framfarir:** Ásta Júlía Grímsdóttir.

### Meistaraflökkur karla

**Leikmaður ársins:** Ragnar Ágúst Nathanaelsson.

**Besti varnarmaðurinn:** Illugi Steingrímsson.

**Mestar framfarir:** Ástþór Atli Svalason.

### Viðurkenningar vegna leikjafjölda 250 meistaraflökksleikir fyrir Val:

Guðbjörg Sverrisdóttir.

### 100 meistaraflökksleikir fyrir Val:

Austin M. Bracey.  
Dagbjört Samúelsdóttir.  
Dagbjört Dögg Karlsdóttir.  
Bergþóra Holton.

### 50 meistaraflökksleikir fyrir Val:

Kristín María Matthíasdóttir – yfir 50 leikir fyrir Val.  
Ásta Júlía Grímsdóttir – yfir 50 leikir fyrir Val.

*F.h. körfuknattleiksdeildar, Svali Björgvinsson formaður.*

## Yngri flokkar Vals í körfuknattleiksdeild

### MB 6–7 ára og byrjendaflokkur. Drengir.

**Fjöldi iðkenda:** 41.

**Þjálfari:** Pálmar Ragnarsson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Hafa verið duglegar að mæta á meistaraflökksleiki og leiða leikmenn inn á. Pizzakvöld og ýmislegt fleira.

**Þátttaka í mótum:** Tóku þátt í fjórum minniboltamótum þar sem ekki er leikið til sigurs. Sambíómóti Fjölnis, Jólamóti Vals og Norðuráls, Póstmóti Breiðabliks og Stjörnustríði Stjörnu-

unnar. Drengirnir sýndu miklar framfarir á milli móta, öðluðust góða reynslu og skemmtu sér vel.

**Besta við flokkinn:** Mikið af flottum liðsfélögum í hópnum, fagna hver öðrum og hjálpa þegar illa gengur. Mæta á æfingar til að leggja sig fram. Öflugir íþróttastrákar sem sýndu flott tilþrif á mótum.

**Helstu markmið:** Byggja upp öflugan, fjölmennan og áhugasaman hóp um körfubolta. Allir tekið miklum framförum.

**Annað:** Framtíðin á Íslandi er björt með svona mikið af flottum börnum að æfa. Flottar fyrirmyndir í meistaraflökku karla og kvenna og hver veit nema þessir strákar verði þar líka eftir nokkur ár.

### MB 6–7 ára og byrjendaflokkur. Stúlkur

**Fjöldi iðkenda:** 48.

**Þjálfari:** Pálmar Ragnarsson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Hafa verið duglegar að mæta á meistaraflökksleiki og leiða leikmenn inn á. Pizzakvöld og ýmislegt fleira.

**Þátttaka í mótum:** Tóku þátt í fjórum minniboltamótum þar sem ekki er leikið til sigurs. Sambíómóti Fjölnis, Jólamóti Vals og Norðuráls, Póstmóti Breiðabliks og Stjörnustríði Stjörnuunnar. Stúlkurnar lögðu sig allar fram, sýndu mikla baráttu og tilþrif og mátti sjá miklar framfarir hjá þeim á milli hvers einasta móts.

**Besta við flokkinn:** Áhugi á körfubolta skín úr hverju andliti á æfingu. Alltaf mættar til að leggja sig fram, verða betri og hafa gaman. Taka vel á móti nýjum stelpum. Allar tekið miklum framförum.

**Helstu markmið:** Byggja upp öflugan, fjölmennan og áhugasaman hóp um körfubolta.

**Annað:** Framtíðin á Íslandi er björt með svona mikið af flottum börnum að æfa. Flottar fyrirmyndir í Íslandsmeistaraliði Vals og hver veit nema þessar stelpur verði þar líka eftir nokkur ár.

### Minnibolti 8–9 ára kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 8–9.

**Þjálfari:** Kristjana Björk .

**Þættir sem auka liðsheild:** Samvinna og gleði, utan sem innan vallar.

**Þátttaka í mótum:** Sambíómót Fjölnis, Valsmótið, Póstmót Breiðabliks, Nettómótið í Reykjanesbæ, Stjörnustríð Stjörnu-



Minnibolti 6–7 ára drengja.



Minnibolti 6–7 ára stúlkna.

**Besta við flokkinn:** Áhugasamar stelpur sem leggja sig fram á æfingum sem sýnir sig í miklum framförum í vetur. Góðir félagar og glaðar og skemmtilegar stelpur.

**Helstu markmið:** Kynna undirstöðuatriði í körfubolta. Koma vel fram við alla og aldrei að gefast upp.

**Annað:** Skemmtilegt hvað stelpurnar í kvennakörfunni unnu marga titla í vetur. Það sýnir hvað kvennakarfa hefur eflst og gefur stelpunum mikið til að stefna að. Helena Sverrisdóttir tók nokkrar æfingar í vetur með stelpunum. Skemmtilegt fyrir stelpurnar að fá landsliðsmannskju sem þær líta upp til að þjálfra þær. Gaf stelpunum mikið pepp og vonandi eiga þær eftir að feta í hennar fótspor og ná langt í körfuboltanum.

### Minnibolti 8–9 ára karla

**Fjöldi iðkenda:** 30.

**Þjálfarar:** Finnur Freyr Stefánsson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Eins og alltaf á þessum aldri var leikgleðin í fyrirrúmi og skemmtu strákarnir sé vel, bæði inn á vellinum en ekki síður á milli leikja. Það má aldrei gleyma að íþróttir snúast ekki eingöngu um frammistöðu á vellinum heldur líka um þau sambönd sem myndast á milli liðsfélaga. Íþróttir kenna okkur hvernig á að vinna saman í hópi, hjálpast að og taka á verkefnum í sameiningu og ekki skemmir fyrir að geta

farið í eitt stykki eltingaleik þegar langt er á milli leikja.

**Þátttaka í mótum:** M.a. mót hjá KR, Stjörnunni og á Nettómótið og Norðurálsmót Vals í desember.

**Besta við flokkinn:** Hvað strákarnir eru hressir og skemmtilegir og það einkenndi tímabilið.

**Helstu markmið:** Bæði læra körfubolta og ekki síður að læra að æfa íþróttir, þ.e.a.s að leggja sig fram á æfingum, einbeita sér og fylga fyrirmælum. Strákunum óx ásmegin á öllum þessum vígstöðvum og var gaman hversu mörg ný andlit létu sjá sig á æfingunum í vetur.

**Annað:** Strákarnir í 8 og 9 ára hópnum eru, einsog aðrir sem æfa hjá Val, framtíð félagsins og verðandi kyndilberar þeirrar gilda sem félagið stendur fyrir. Með dugnaði og metnaði geta þessir flottu strákar náð langt í körfubolta en ekki síður á öðrum sviðum lífsins.

### Minnibolti 10 ára karla

**Fjöldi iðkenda:** 21.

**Þjálfari:** Ágúst Björgvinsson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Nokkurnum sinnum um veturinn var hist borðuð pizza og farið sama á meistaraflokksleiki, bæði karla ogn kvenna, bikarúrslit og úrslitakeppnin stóðu upp úr.

**Þátttaka í mótum:** Flokkurinn tók þátt í öllum fjórum Íslandsmótum og var með fjögur lið á öllum mótum. Einnig Actavís móti Hauka. Töluverðar framfarir voru milli móta.

**Besta við flokkinn:** Í flokknum eru margir ótrúlega flottir og duglegir strákar sem eru vel studdir af mjög flottum foreldrum.

**Helstu markmið:** Markmið er að kveikja áhuga á körfubolta sem mun vonandi vaxa og dafna með tímanum.

**Annað:** Hópurinn er ótrúlega flottur.

### Minnibolti 11 ára karla

**Fjöldi iðkenda:** 7.

**Þjálfari:** Sævaldur Bjarnason.

**Þættir sem auka liðsheild:** Tekið þátt í pizzakvöldum, bingó og verið góð mæting á leiki meistaraflokks.

**Þátttaka í mótum:** Tvö lið skráð á Íslandsmót með hjálp frá strákum í MB 10 ára sem spiluðu í B- og C-riðli og miklar framfarir. Enduðu á skemmtilegri ferð í síðustu umferð til Akureyrar.

**Besta við flokkinn:** Flottir strákar sem hafa vilja til að bæta sig, eru mjög duglegir að æfa og æfa flestir aukalega.

**Helstu markmið:** Bæta sig frá degi til dags, hafa gaman og njóta að spila körfu.

### MB 10–11 ára kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 12.

**Þjálfari:** Víkingur Goði Sigurðarson.

**Þættir sem auka liðsheild:** Allir heilsa alltaf öllum á hverri einustu æfingu, hrósæfingar. Æfingaferð á Flúðir. Horfa saman á meistaraflokksleiki.

**Þátttaka í mótum:** Íslandsmót í MB 10 og 11 ára.

**Besta við flokkinn:** Skemmtilegur hóp-



Minnibolti 8–9 ára drengja.



Minnibolti 8–9 ára stúlkna.



Minnibolti 10–11 ára stúlkna.



Minnibolti 10 ára drengja.



Minnibolti 11 ára drengja.



7-9. fl. kvk. besti liðsfélaginn Alma Eggertsdóttir.



7. fl. kk. ástundun og áhugi Ragnar Örn Pétursson.



7. fl. kk. besti liðsfélaginn Baldur Frosti Sveinbjörnsson.



8-9 fl. kvk. Besti liðsfélaginn Sara Líf Boama.



8-9 fl. kvk. Ástundun og Áhugi Ingunn Erla Bjarnadóttir.



8. fl. kk. ástundun og áhugi Björgvin Hugi Ragnarsson.



8. fl. kk. Besti liðsfélaginn Finnur Tómasson.



9-10. fl. kk. ástundun og áhugi Símon Tómasson.



9-10. fl. kk. besti liðsfélaginn Tómas Orri Ingvaldsson.



Drengjafl. Ástundun og áhugi Ástþór Atli Svalason.



Drengjaflokkur Besti liðsfélaginn Eiríkur Friðjón Kjartansson.

ur af stelpum sem vilja bæta sig í körfubolta. Miklar vinkonur til framtíðar.

**Helstu markmið:** Læra undirstöðuatriði í körfubolta. Fá áhuga á íþróttinni til framtíðar. Mynda liðsheild.

### 7.-8. og 9. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 22.

**Þjálfari:** David Patchell.

**Þættir sem auka liðsheild:** Keila fyrir jól og bíó á vorin. Einnig hafa verið haldnar pizzuveislur og vakin athygli á afmælisdögum stelpnanna.

**Þátttaka í mótum:** Það eru fáar stelpur í hverjum flokki og á tímabilinu var erfitt að fullmanna lið á mótum en þrátt fyrir það var árangur flokksanna framfarir vonum og t.d. tókst að halda 8. flokki áfram í B deildinni eftir sigur í C deildinni fyrir á tímabilinu. Það fjölgaði í flokknum sem hélt sér áfram í B-deild eftir mjög góðan lokahluta tímabilsins og grunnur hefur verið lagður að velgengni í framtíðinni.

**Helstu markmið:** Fjölga iðkendum,

verða betri sem leikmenn, njóta körfuboltans og vinna deildina.

**Annað:** Stefnan tekin á þátttöku í Eurocamp Portsmouth með 12 stelpur.

### Viðurkenningar 7. flokki kvenna

**Besti liðsfélaginn:** Alma Eggertsdóttir.

**Ástundun og áhugi:** Natalía Líf Árnadóttir.

### Viðurkenningar í 8.-9. flokki kvenna.

**Besti liðsfélaginn:** Sara Líf Boama.

**Ástundun og áhugi:** Ingunn Erla Bjarnadóttir.

### 7. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 14.

**Þjálfari:** Sævaldur Bjarnason.

**Þátttaka í Íslandsmótum:** Eitt lið skráð á Íslandsmót, spiluðu í C- og D-riðli og enduðu svo á flottu róli þar sem strákarnir unnu alla sína leiki í síðustu umferð.

**Þættir sem auka liðsheild:** Þátttaka í félagslegum viðburðum, pizzakvöld, bingó og meistaraflokksleikir.

**Besta við flokkinn:** Fjölgun í hópnum, fjörugir og skemmtilegir strákar með metnað fyrir að æfa vel og vera duglegir.

**Helstu markmið:** Að bæta sig jafnt og þétt og vera betri í enda tímabilsins en byrjun.

### Viðurkenningar

**Besti liðsfélaginn:** Baldur Frosti Sveinbjörnsson.

**Ástundun og áhugi:** Rangar Örn Pétursson.

### 8. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 16.

**Þjálfari:** Friðrik Stefánsson.

**Þátttaka í Íslandsmótum:** Tvö lið skráð á Íslandsmóti: A-lið endaði í 3. sæti allra liða. B-lið endaði í 3. sæti B-liða.

**Þættir sem auka liðsheild:** Að lið sé með skýr markmið og viti hvert það er að stefna.

**Besta við flokkinn:** Alltaf góð stemning þegar strákarnir hittast. Mikil leikgleði inni á vellinum.



7-9. fl. kvenna.



8. fl. karla.



9.-10. fl. karla.



Drengjaflokkur.

**Helstu markmið:** Að fá frábæra stemningu á æfingum. Leikmenn setji sér viðeigandi markmið og vinni í þeim. Hvetja til aukaæfingar því það skilur þá góðu frá þeim bestu.

### Viðurkenningar

**Besti liðsfélaginn:** Finnur Tómasson.  
**Ástundun og áhugi:** Björgvin Hugi Ragnarsson.

### 9.-10. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 9.

**Þjálfari:** Þorgrímur Guðni.

**Þátttaka í mótum:** Keppt var heima og að heiman í fyrsta sinn í þessum árgangi. Það gekk ágætlega fyrir sig, það kom þó of oft fyrir að fyrsti leikhlutinn eða fyrri hálfleikurinn væri slakur og vantaði oft herslumuninn á að ná að klára suma leikina. Skemmtilegir sigrar unnust inn á milli. Síðasta leiknum lauk með comeback sigri á toppliðinu þar sem sigurkarfan kom í lokin.

**Þættir sem auka liðsheild:** Keilufærð og út að borða, skiptir engu máli hver vann í keilunni. Tölvuleikjakvöld.

**Besta við flokkinn:** Hressir strákar sem eru frábærir félagar.

**Helstu markmið:** Heilt yfir náðu leikmenn að aðlaga skóla að æfingum. Inni á vellinum tóku menn sín opnu skot. Það kom í bylgjum hvernig gekk að tala saman inni á vellinum.

### Viðurkenningar

**Besti liðsfélaginn:** Tómas Orri Ingvaldsson.

**Ástundun og áhugi:** Símon Tómasson.



Einarsbikarinn  
Ásta Júlía Grímsdóttir.



Valsari Ársins  
Einar Friðjón Kjartansson.



Stúlknaflokkur, bestu liðsfélagarnir Tanja Kristín Árnadóttir og Elísabet Thelma Róbertsdóttir

### Drengjaflokkur

**Fjöldi iðkenda:** 6.

**Þjálfari:** Finnur Freyr Stefánsson.

**Þátttaka í Íslandsmótum:** Kannski ekki eftir væntingum. Eftir veturinn stendur hópur körfuboltamanna sem náði stórstígum framförum.

**Þættir sem auka liðsheild:** Vinnusemi og samheldni.

**Besta við flokkinn:** Tekið miklum framförum á tímabilinu.

**Helstu markmið:** Undirbúa þennan hóp til að fara úr því að vera yngri flokks leikmenn í að vera klárir að æfa/spila með meistaraflokki.

### Viðurkenningar

**Besti liðsfélaginn:** Eiríkur Friðjón Kjartansson.

**Ástundun og áhugi:** Ástþór Atli Svalason.

### Stúlknaflokkur

**Þjálfari:** Helena Sverrisdóttir.

**Þátttaka í Íslandsmótum:** Tóku þátt í

Íslands- og bikarkeppni KKÍ. Duttu út í 8-liða í bikarnum gegn bikarmeisturum Kef. Stóðu sig ágætlega í deildinni, unnu Hauka í 8-liða úrslitum og lentu svo í hörku leik sem tapaðist síðan á móti Keflavík í fjögurra liða úrslitum.

**Þættir sem auka liðsheild:** Ferð á Ísafjörð til að keppa en ákveðið að fara deginum áður og njóta saman í Bolungarvík. Ótrúlega skemmtileg helgi.

**Besta við flokkinn:** Samheldinn og líttill hópur sem tóku vel á öllu mótlæti sem bar á í vetur og voru alltaf tilbúnar að leggja sig fram.

**Helstu markmið:** Fara í fjögurra liða úrslit og það tókst.

### Viðurkenningar

**Besti liðsfélaginn:** Tanja Kristín Árnadóttir og Elísabet Thelma Róbertsdóttir.

**Einarsbikarinn:** Ásta Júlía Grímsdóttir  
**Valsari Ársins:** Eiríkur Friðjón Kjartansson

# Liðsmyndir yngri flokka í körfuknattleik 2019



*Minnibolti 6–7 ára stúlkna í körfuknattleik: Frá vinstri: Tanja Kristín Árnadóttir, Elma Birgisdóttir, Erna Sigríður Guttormsdóttir, Guðrún Lóa Gunnarsdóttir, Alexandra Elísabet Stefaníudóttir, Sigurbjörg Sól Daðadóttir, Saga Ísaksdóttir, Hugrún Katla Birgisdóttir, Júlíana Elsa Lemacks, Eyðís Anna Thorstensen, Erika Zotes, Nóa Zotes og Pálmar Ragnarsson þjálfari.*



*Minnibolti 6 ára drengja í körfuknattleik: Frá vinstri: Hermann, Markús, Viktor, Jakob, Haukur, Benas, Móri, Elvar, Aron, Sigurður, Tómas, Arnar, Guðmundur, Arnar, Rex, Einar, Tinni, Víkingur, Bjartur, Árni Björn, Einar, Kjartan, Kári, Rúnar, Kári, Gunnlaugur.*



**Minnibolti 8–9 ára stúlkna í körfuknattleik:** Aftasta röð frá vinstri: Bergdís Sævarsdóttir, Anna María Tómasdóttir, Sigrún Björnsdóttir, Ástríður Eysteinsdóttir, Úlfhildur Andradóttir, Hekla, Elísabet Eva Valdimarsdóttir, Viktoría Jónsdóttir, Rún Sveinbjörnsdóttir og Kára Kjartansdóttir. Næsta röð frá vinstri: Dögg Óskarsdóttir, Ronja Konráðsdóttir, Eyja Gardarsdóttir, Hugrún Kristinsdóttir, Helga Haraldsdóttir, Bryndís Solomon, Freyja Erlendsdóttir og Natalía Brynjólfsson. Fremsta röð frá vinstri: Elísabet Ösp Einarsdóttir, Saga Forstholt, Ylfa Guðlaugsdóttir og Nína Gísladóttir.



**MB 8 ára karla í körfuknattleik:** Efri röð frá vinstri: Ísak Marvin Louis, Birkir Björnsson, Hartmann R. de C. L. Hreinsson og Þorgeir Goði Loftsson. Neðri röð frá vinstri: Kolbeinn Sindri Káráson, Hilmir Hrafn Árnason, Dominik Kazlauskas Ágústsson og Christian Stefán Hover.



*Minnibolti 10 ára stúlkna í körfuknattleik: Frá vinstri: Sigrún Katla, Gabriela Björk Piech, Gabriela Dimitrova, Úlfhildur, Áshildur Herdís Gunnlaugsdóttir, Bergdís og Líney Edda Jónsdóttir.*



*Minnibolti 10 ára drengja í körfuknattleik: Efri röð frá vinstri: Pálmi Þórsson þjálfari, Gabriel K. Ágústsson, Einar Páll Axelsson, Óðinn Eiríksson. Neðri röð: Dominik K. Ágústsson og Ólafur Ari Gíslason.*





**Minnibolti 11 ára stúlkna í körfuknattleik:** Frá vinstri: Berta María Porkelsdóttir, Ingibjörg Sigrún Svaladóttir og Svanborg Soffía Hjaltadóttir. Neðri röð frá vinstri: Áshildur Herdís Gunnlaugsdóttir og Emma Cortes Ólafsdóttir.



**MB 11 ára drengir í körfuknattleik:** Aftari röð frá vinstri: Ágúst S. Björgvinsson þjálfari, Karl Noah, Pröstur Flóki Klemensson, Kristján Þórarinn Davíðsson, Bjartur Leo Þórisson, Elías Páll Einarsson, Gabriel Kazlauskas Ágústsson, Tómas Gauti Guðmundsson, Ísleifur Auðar Jónsson, Jóhannes Jökull Prastarson, Viktor Örn Ragnheiðarson og Halldór Geir Jensson aðstoðaðþjálfari. Fremri röð frá vinstri: Bjarki Fannar Róbertsson, Styrmir Stephensen, Ágúst Bartoszek, Páll Gústaf Einarsson, Bjartur Einarsson, Arnór Bjarki Halldórsson, Stormur Kilja Traustason, Jökull Logi Sigurjónsson og Hilmir Freyr Erlendsson. Á myndina vantar Hilmar Sigtryggsson, Ólaf Má Zoéga, Óðin Kjalar Þórhallson og Óðin Pankaraz Guðbjörnsson. Mynd: Þórir Jensson.



*7. og 8. flokkur kvenna í körfuknattleik: Anna Ásmundsdóttir, Puríður Helga Ragnarsdóttir, Alma Eggertsdóttir, Ásthildur Helgadóttir, Blædís Birta Sigurðardóttir, Natallía Marín B. Hlynisdóttir, Margrét Bára Birgisdóttir og Rúnar Ólason þjálfari.*



*7.–8. flokkur karla í körfuknattleik: Efri röð frá vinstri: Anton Mario Boama, Dagur Árni Sigurjónsson, Baldur Frosti Sveinbjörnsson, Luis Emmanuel Valle, Tómas Davidsson, Kristján Elvar Jónsson, Ragnar Örn Pétursson, Dagur Örvarsson. Fremri röð frá vinstri: Flóki Kjartansson Narby, Bjartur Þór Björnsson, Uni Nils Gunnlaugsson, Ketill Axelsson, Ásbjörn Hlynur Benediktsson, Rhemark Páll Ybanez og Alexander Gíslason. Á myndina vantar Galdur Þorsteinsson, Höskuld Ragnarsson, Kjartan Tuma Jónsson, Véstein Viktorsson og Þorstein Pétursson.*



**9.–10. flokkur kvenna í körfuknattleik:** Efri röð frá vinstri: Matthildur Peta Jónsdóttir, Sunna Hauksdóttir, Sara Jónsdóttir, Katrín Nótt Birkisdóttir, Ísabella Daníelsdóttir, Salka Grímsdóttir, Helga Diljá Jörundsdóttir, og Áslaug Edda Kristjánsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Ástrós Aþena Sigursveinsdóttir, Hekla Margrét Árnadóttir, Ingunn Dagmar Ólafsdóttir, Sara Líf Boama, Ingunn Erla Bjarnadóttir og Júlía Birna Ólafsdóttir.



**9.–10. flokkur karla í körfuknattleik:** Efri röð frá vinstri: Sigurður Hrafn Ragnarsson, Eysteinn Auðar Jónsson, Björgvin Hugi Ragnarsson, Örlygur Máni Elvarsson, Hrannar Davíð Svalason, Finnur Tómasson og Jóhannes Ómarsson. Neðri röð frá vinstri: Arnaldur Pálmason, Andre Stefán Medina, Aron Dagur Hansen Hafþórsson, Óðinn Þórðarson, Tómas Davíð Thomasson, Vilhjálmur Bjarki Ragnarsson, Karl Kristján Sigurðarson. Þjálfari er Friðrik Þjálfí Stefánsson. Á myndina vantar Tind Kormásson, Breka Sindrason og Martein Heiðarsson.



*Stúlknaflokkur í samstarfi við Fjölni í körfuknattleik: Frá vinstri: Elva, Diljá Lárusdóttir, Fanndís Sverrisdóttir, Mira Kamallakahrán, Tanja Árnadóttir, Arna Heiðarsdóttir, Stefanía og Lea Gunnarsdóttir. Á myndina vantar Elísabetu Róbertsdóttur.*



*Drengjaflokkur í körfuknattleik: Frá vinstri: Egill Agnar Jónsson, Arnaldur Grímsson, Sigurður Einarsson, Símon Tómasson, Kjellin, Breki Örvarsson, Tómas Orri Ingvaldsson. Á myndina vantar Thor Haaker, Ásthórn Svalason og Jóhannes Einarsson.*

**BÍLALEIGA  
AKUREYRAR**  
— Höldur —

**Europcar**



# Veldu góða þjónustu



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



**Bílaleigubílar heima og erlendis**  
Aðalnúmer 461 6000 • [www.holdur.is](http://www.holdur.is)



Ljósmynd: Svali Björgvinnsson.

# Í fótspor Jordan

**Strákarnir í 10. flokki í körfubolta fóru síðastliðið sumar í vel heppnaða æfingaferð til Bandaríkjanna ásamt drengjunum í 8. flokki**

Áfangastaðurinn var Háskólinn í Norður-Karólínu (UNC) sem er staðsettur í háskólabænum Chapel Hill en frægasti nemandi UNC fyrr og síðar er Michael Jordan sem spilaði með liði skólans 1981 til 1984. Hópurinn samanstóð af 16 strákum og þremur fararstjórum, þeim Svala Björgvinnssyni, Ágústi Björgvinnssyni og Tómasi Edwardssyni.

Við flugum til Washington og eftir að hafa komist klakklaust í gegnum vegabréfaeftirlitið lögðum við af stað í átt að Norður-Karólínu. Að sjálfsögðu var byrjað á því að stoppa á McDonald's þar sem fyrstu en ekki síðustu borgarar ferðarinnar voru snæddir. Eftir langþráða næturgistingu í Virginíu var haldið til Chapel Hill, háskólasvæðið í Duke skoðað og Jordan safnið heimsótt. Daginn eftir var fyrsta æfingin en hún var í

íþróttasal háskólans í Duke, við tókum vel á því enda gott að komast í loftkældan sal þegar hitinn úti var yfir 30°. Eftir æfinguna slöppuðum við af í vatnsrenni-brautagarði og svo var skyndibitamenn-ingin könnuð nánar en það tæki langan tíma að telja upp alla þá staði sem voru heimsóttir í ferðinni.

Á þriðja degi var komið að búðunum sem byrjuðu á æfingu í keppnissal UNC, Dean Smith Center sem tekur yfir 21.000 manns í sæti en þar æfðum við eldri drengirnir allan tímann. Á fyrstu æfingunni kepptum við í stinger við m.a. Cole Anthony sem er einn af efnilegustu körfuboltamönnum Bandaríkjanna í dag og mun fara í nýliðavalið 2020. Aðalþjálfari búðanna var Roy Williams, einn sigursælasti þjálfari UNC, en lið skólans hefur orðið háskólameistari þrisvar

sinnum undir hans stjórn. Coach Williams eins og hann er kallaður hitti okkur nokkrum sinnum í búðunum og ræddi mikið um rétt hugarfar í íþróttum. Æfingar byrjuðu snemma á morgnana og voru með hléum fram á kvöld, þannig að ekki var mikill tími fyrir annað. Búðunum lauk síðan með æfingamóti þar sem hart var barist við heimamenn en flestir þátttakendur í búðunum voru Bandaríkjamenn.

Eftir að búðunum lauk var aftur haldið til Washington, þar var farið í mikla skoðunarferð og helstu kennileiti Washingtonborgar skoðuð. Síðustu aurnum var svo eytt í verslunarmiðstöð nokkrum tímum fyrir brottför.

*Strákarnir í 10. flokki karla.*

# Mun meiri hraði í körfuboltanum í Ameríku

**Frank Aron Booker er 25 ára og leikur körfubolta með meistaraflokki**

**Hvað ætlar þú að verða?** „Communication.“

**Með hvaða liðum hefur þú leikið körfubolta?** „Í háskóla spilaði ég með University of Oklahoma, Florida Atlantic University og University of South Carolina. Sem atvinnumaður hef ég spilað í Pro B í Frakklandi fyrir lið sem heitir Evreux.“

**Hver er aðalmunurinn að leika körfubolta á Íslandi eða í Bandaríkjunum?** „Það er mun meiri hraði í leikmönnum í Ameríku.“

**Af hverju Valur?** „Vegna þess að ég hef ekki verið heima í langan tíma og mér fannst vera kominn tími fyrir mig að vera heima í svoltinn tíma og leyfa mömmu og íslensku fjölskyldunni minni að sjá mig spila. Einnig er þetta staðurinn sem pabbi spilaði og ég vildi halda þeirri hefð áfram.“

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** „Pabbi minn hann Frank Alonzo Booker spilaði körfu með Val.“

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum?** „Pau hafa alltaf stutt mig í öllu sem ég ákvað að spila. Hvort sem það var fótbolti, tennis eða körfubolti þá skiptir það ekki máli.“

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** „Ég verð að segja ég vegna þess að ég hef það mikið traust á sjálfum mér og guði að það er enginn í fjölskyldunni minni sem gæti toppað mig.“

**Af hverju körfubolti?** „Ég byrjaði fyrst í fótbolta en eftir því sem tíminn leið féll ég dýpra og dýpra í körfuboltann. Mér finnst svo gaman að spila, þegar ég er að

spila, þá er ég hvergi annars staðar en innan þessara fjögurra lína.“

**Eftirminnilegast frá körfuboltaferlinum?** „Að vinna Region Champoinship í framhaldsskóla og að fara í Sweet Sixteen með University of Oklahoma.“

**Markmið fyrir þetta tímabil?** „Að leggja mig allan fram og spila eins vel og ég get og reyna að verða besti leikmaðurinn sem ég get orðið. Mér finnst mjög mikilvægt að þetta sé líka skemmtilegt og ég vil reyna hjálpa liðinu mínu að fara í úrslitakeppnina og sjá hversu langt við getum tekið það.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Eitt árið var ég í háskóla í Suður-Karólínu með þjálfara sem heitir Frank Martin, hann dró fram það besta í mér. Hann er ekki aðeins körfuboltaþjálfari heldur lífsþjálfari. Honum er annst um lífið eftir körfuboltann og honum þykir mjög vænt um leikmenn sína eins og þeir séu fjölskyldan hans. Hann er strangasti þjálfari sem ég hef verið með en það var mjög gott fyrir mig og ég lærði mikið af honum. Ég er ennþá í sambandi við hann.“

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** „Ég horfi ekki svo langt til framtíðar, ég reyna að njóta þess sem er núna því það er gjöf frá guði.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** „Ég hef ekki farið á marga kvennaleiki en þeir sem ég hef farið á eru auðvitað Valsleikir. Kiana Johnson og Helena Sverrisdóttir eru uppáhalds leikmennirnir mínir í kvenna-deildinni.“



**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** „Ég myndi segja Pavel, hann er með mikla reynslu og hann getur spilað 1-5 og hann er mjög klár. Hann er sigurvegari.“

**Fyrirmynd þín í körfubolta?** „Fyrirmyndir mínar yrðu að vera Stephen Curry og pabbi minn. Draumurinn er auðvitað að spila í NBA.“

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** „Mér finnst mikilvægt að þjálfarinn sé strangur upp að vissu marki en á sama tíma hvetjandi. Góður í því að setja upp æfingar og myndklippur úr leikjum. Hann þarf að geta hlustað á leikmenn sína eftir öllu sem þeim býr í hjarta og rætt við þá á rólegum nótum.“

**Besta kvikmynd?** „Lion King.“

**Besta bók?** „Uppáhalds bækur eru Purpose Driven Life eftir Rick Warren og Jesus Calling eftir Sarah Young.“

**Einkunnarorð?** „Mitt kjörorð er: „Complaining about something will not fix the problem, but being positive and having faith that its God's timing, not yours.“ #Gods Timing.“



# Skemmtileg og lærdómsrík Þýskalandsferð

## Stór hópur stráka úr 3. flokki í handbolta fóru í æfingaferð til Þýskalands og fylgdust með úrslitaleikjum meistaradeildarinnar í handknattleik

Þann 25. maí klukkan 04:45 mættu 21 drengur úr 3. flokki karla í handbolta ásamt þjálfurum sínum þeim Heimi Ríkarðssyni og Antoni Rúnarssyni út í Valsheimilið því þeir áttu flug til Frankfurt í Þýskalandi um morguninn. Eftir landingu í Frankfurt voru teknir þrír nfu manna bílaleigubílar og ekið til Weinheim sem er í um klukkustundar fjarlægð frá vellinum.

Þar gistum við í fjórar nætur á DJH Hostel Weinheim sem var heimilislegt farfluglaheimili sem bauð upp á aðstöðu fyrir körfubolta, borðtennis, „fúsball“ og skák. Við nutum þess einnig að ganga um þennan rólega og fagra bæ og skoða okkur um. Þessa daga æfðum við í Kronau, Mannheim en til þess að komast þangað þá þurfti að aka í tæpan hálf tíma. Aðstaðan sem við nýttum til æfinga var sú sama og Rhein Neckar Löwen notar og aðstoðaði Eivör, eiginkona Alexanders Petersons, við að koma því í kring.

Við hittum handboltahetjurnar Alexander Petersson og Guðjón Val og veittu þeir verðlaun til sigurvegarans sem vann innbyrðis mót hjá okkur. Á meðan við dvöldum í Weinheim voru spilaðir æfingaleikir og var einn þeirra við 3. flokk heimamanna sem voru verðugir andstæðingar.

### Æfingar og skemmtilegir æfingaleikir

Einn daginn var hópnunum skipt upp þar sem einn hópur fór og spilaði á móti Mülheim- Kärlich sem hafa það fyrir reglu að tapliðið harpíxhrensar markteigana. Við Valsmenn gáfum ekkert eftir og unnum leikinn. Hins vegar spilaði hinn hópurinn gegn liði í Weinheim sem var skipað lögreglumönnum. Mátti ekki nota klístur í salnum sem var á efstu hæð bílastæðahúss með yfir 50 áhorfendum og á gólfi sem var eins sleipt og skautasvell. Það var erfitt að tapa þeim leik en að vissu leyti er gaman að rifja upp þessa lífsreynslu.

Eftirminnilegt er þegar við fórum eftir eina æfinguna í Kronau Mannheim til Heidelberg, fengum dásemdard blómkálssúpu, skoðuðum hinn sögufræga kastala og Heidelberg Thingstätte hringleikahúsið þar sem Hitler hélt eina af ræðum sínum.

Eftir veru okkar í Weinheim þá ferðuðumst við heilan dag norður á bóginn til Essen. Við gistum á hinu stórglæsilega Weber hóteli í Essen. Þar áttum við okkar síðustu æfingar og kepptum loks leik við yngra lið Bergischer Handball Club liðinu sem Arnór Þór Gunnarsson spilar með og endaði leikurinn með jafntefli.

### Mikil stemning í Köln í úrslitum meistaradeildarinnar

Þá var æfingum okkar lokið þetta sumarið en gamanið var rétt að byrja. Eftir veru okkar í Essen lá leið okkar til Kölnar og síðustu fimm dagana upplifðum við stemninguna í úrslitum meistaradeildarinnar í handbolta. Barcelona, RK Vardar, Veszprém KC og Kielce áttust við í Final 4 keppninni í æsispennandi leikjum sem endaði með sigri Vardar. Rosaleg ljósakerfi, æðisleg tónlist og umfram allt fallegur handbolti var til staðar þegar stigið var inn í Lanxess höllina.

Hópurinn nýtti líka síðustu dagana til þess að fara í búðir að versla og fóru nokkrir drengir saman í stóran og skemmtilegan skemmtigarð sem heitir Phantasialand. Þar með var ferð okkar lokið og við keyrðum aftur til Frankfurt og flugum heim.

Allir nutu sín í ferðinni því hún var vel skipulögð af þjálfurunum og skemmtileg lífsreynsla. Við vonum að sem flestir Valsarar prófi að minnsta kosti einu sinni að fara í álíka ferð til útlanda. Sérstaklega þeir sem njóta þjálfunar Heimis Ríkarðssonar.

*Tekið saman af strákunum í 3. flokki handbolta.*



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

Anthony Karl Gregory	Björn Haaker
Ari Reynir Halldórsson	Björn Ingi Sverrisson
Arna Grímsdóttir	Björn Zoëga
Arnar Guðjónsson	Borgar Erlendsson
Atli Sigurðsson	Bragi G Bragason
Ágúst Björgvinsson	Brynjar Harðarson
Ágúst Fannar Einþórsson	Brynjar Þór Níelsson
Ágúst Ögmundsson	Böðvar Bergsson
Árni Huldar Sveinbjörnsson	Concello ehf. Tryggingamiðlun
Árni Pétur Jónsson	Dagur Sigurðsson
Ásmundur Indriðason.	Davor Purusic
Baldur Þorgilsson	Edvard Skúlason
Baldvin Jónsson	Einar Njálsson
Battar – einkapjálfun í knattspyrnuv	Elín Rós Hansdóttir
Bára Bjarnadóttir	Eva Halldórsdóttir
Benedikt Steinþórsson Kroknes	Eyþór Guðjónsson
Bergþór Valur Þórisson	Friðjón Friðjónsson
Birgir Örn Friðjónsson	Friðrik Sophusson
Bílasala Guðfinns	Friðrik Þór Svavarsson
Bjarni Ákason	Gísli Friðjónsson
Bjarni Sigurðsson	Gísli Óskarsson
Björn Amby Lárusson	Gríma Huld Blængsdóttir
Björn Bragason	Grímur Atlason



# Góð stemning á þorrablóti Vals 2019



Þorrablót Vals var á þessu ári haldið í gamla íþróttasalnum og skemmtu gestir sér konunglega í vel skreyttum og uppsettum salnum. Gummi Ben sá um veislustjórn af mikilli röggsemi. Saga Garðars var með frábært uppistand. Fölbreyttur matur var á borðum frá Laugaási, bæði hefðbundinn þorramatur og einnig ýmsir aðrir réttir sem henta sumum betur. Geir Ólafs tók lagið við góðar undirtektir og Daddi diskó hélt uppi fjörinu á dansgólfinu. Ýmislegt annað var til skemmtunar, söngur glens og gleði eins og sést á svipmyndum frá þorrablótinu. Á næsta ári er stefnan sett á að fylla stóra íþróttasalinn. Áfram herra. Ljósmyndir: Guðni Ólgeirsson.







# Krefjandi og skemmtilegt mót í Ungverjalandi

## Þriðji flokkur karla í handbolta tók þátt í sterku handboltamóti í Ungverjalandi, Balaton Cup

Við vorum allir mættir, þreyttir en spenntir út í Leifsstöð rétt fyrir fimm að morgni en ferðinni var heitið til Balaton í Ungverjalandi. Þar vorum við strákarnir á leið á eitt sterkasta mót í Evrópu, Balaton Cup. Mikil eftirvænting ríkti í hópnum því mörg stór lið á borð við Fusche Berlin, Veszprém, Barcelona og Zagreb tóku þátt í þessu móti. Ferðin tók nokkuð langan tíma þar sem við þurftum að millilenda í London og flugum svo þaðan til Ungverjalands. Þegar við komum á hótelið í Balaton tóku fulltrúar Veszprém liðsins við okkur. Enginn okkar hafði komið til Ungverjalands áður og þetta var öðruvísi en allar hinar ferðirnar sem að við höfðum farið í. Menningin var tals-

vert frábrugðin hinum Evrópulöndunum sem að við höfðum heimsótt og þá sérstaklega að því leyti að það virtist enginn vera í bænum nema leikmenn og þjálfarar á mótinu. Okkur þótti þetta mjög furðulegt.

### Valsstrákarnir enduðu í 7. sæti

Við byrjuðum mótið á sterkum sigri gegn Celje Lasko. Næsti leikur var við ungverska landsliðið og töpuðum við naumlega þrátt fyrir ítrekaðar tilraunir dómara til að auðvelda heimamönnum leikinn. Allt fór í háloft eftir leikinn og voru mótshaldar allt annað en sáttir með dóm-gæslu leiksins og hvöttu okkur til að kæra

leikinn sem við gerðum ekki. Næsti leikur var gegn Dugo Selo frá Króatíu. Það var erfiður leikur gegn virkilega sterku liði sem átti svo eftir að vinna mótið og við töpuðum leiknum með nokkrum mörkum. Fjórði leikurinn okkar var gegn Izvidac Ljubuski og þar var komin smá þreyta í liðið og við spiluðum ekki okkar besta leik gegn ágætu liði. Eftir góða frammistöðu en ekki alveg nógu góð úrslit spiluðum við um 7. sæti og unnum þann leik þannig að við fórum sáttir heim eftir krefjandi en skemmtilegt mót.

*Eftir Stefán Pétursson og Bjart Ingvarsson, leikmenn flokksins.*

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

Grímur Sæmundsen

Gudmundur Kjartansson

Guðjón Harðarson

Guðlaugur Björgvinsson

Guðmundur Þorbjörnsson

Guðni Bergsson

Gunnar Kristjánsson

Gunnar Sigurðsson

Gunnar Svavarsson

Hafdís Alexandersdóttir

Hafrún Kristjánsdóttir

Halldór Einarsson

Halldór Eypórsson

Hallfríður Brynjólfsdóttir

Hanna Katrín Friðriksson

Hans B. Guðmundsson

Hans Herbertsson

Haraldur Daði Ragnarsson

**PARTÝBÚÐIN**

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

Faxafeni 11, Reykjavík, s. 534 0534





Stúlkur úr yngri flokkum Vals leggja blómsveig við brjóstmynd af séra Friðrik Friðrikssyni á 108 ára afmæli félagsins, 11. maí 2019. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafsson.

# Gjörvallur maðurinn, líkami sál og andi, þroskist jafnhliða

## Þorsteinn Haraldsson tók saman

Þegar Valur var 19 ára, árið 1930, fagnaði meistaraflokkur sínum fyrsta Íslandsmeistaratitli og piltarnir fóru í skemmtiferð í Vatnaskóg.

Á heimleið áttu þeir stund í kirkjunni að Saurbæ. Þar ávarpaði sr. Friðrik hópin að kvöldi dags 20. júlí 1930 og sagði m.a.: „Ekkert er eins heilnæmt fyrir líkama okkar og hressandi fyrir beinin eins og það að ganga á Guðs vegum. Þá verða okkar stúgír hans vegir. Mundu það ungi knattspyrnumaður. Íþrótt þín er göfug og fögur; og þú getur haft hana helgaða Drottni svo að vegir þínir á knattspyrnusvæðinu verði vegir Drottins. Þegar knattspyrnuvöllur K.F.U.M. var vígður, þá var sagt: „Yfir svæðinu markanna milli stendur letrað í stórum boga: „Helgað Drottni,“ og hið trúaða hjarta sér það ávallt.“ Mundu því til Drottins er þú leikur og leiktu svo að vitir að það sé sambóðið Drottni. Leiktu með kappi og fjöri, en leiktu með drengskap og fegurð. Leiktu með atorku og ósérhlífni, en leiktu með fullkomnu valdi á sjálfum þér; án eigingirni og yfirlætis. Gættu vel að sannleikanum og vandaðu orð þín og framkomu eins og þú værir á heilögum stað.

Það er mannlegt að vilja vanda sig þegar ótal augu hvíla á leik þínum, en mundu að einn er ávallt áhorfandi og það er Guð; reyndu að leika þannig að hann einnig geti glaðst af leik þínum.

Þetta veri þá sérstaklega í dag sagt við



þig sem hér ert á heilögum stað, þú meðlimur „Vals,“ knattspyrnufélags K.F.U.M. Þú mátt gleðjast yfir því að Valur hefur nú unnið drengilegan sigur eftir margra ára trúfast starf; þú mátt gleðjast yfir þeirri sæmd að þitt félag hefur fengið nafnbótina: „Besta knattspyrnufélag Íslands“ en mundu að vandi fylgir vegsæmd hverri og þú átt framvegis að keppa að því að Valur eigi þetta nafn með réttu og fái haldið því sem lengst. En það verður því aðeins að hver einstaklingur og félagið yfir höfuð muni eftir Drottni á vegum sínum og í íþróttastarfi. Þá mun það æ betur geta rækt þá skyldu sína að sýna hvernig helga má Guði líkamlega íþrótt; og þá verður þessi íþrótt ekki aðeins heilnæm fyrir líkamann og hressandi fyrir beinin heldur einnig göfgandi fyrir andann og menntandi fyrir sálina.“

Næsta ár 1931 fór Valur í sína fyrstu utanlandsför til Danmerkur og Séra Friðrik var fararstjórinn. En til þess að afla drengjunum fjár til fararinnar skrifaði hann bók, knattspyrnusögu sem heitir „Keppinautar“ og gaf þeim handritið – Þeir komu því á prent, seldu grimmt og högnuðust vel.

# Draumur að spila á stórmóti með landsliðinu

**Stiven Tober Valencia er 19 ára og leikur handknattleik með meistaraflokki**

**Nám?** „Stúdent, nátturufraeði- og lífræði- braut.“

**Maki?** „Díana Sif Ingadóttir.“

**Hvað ætlar þú að verða?** „Eitthvað tengt nátturufraeði, ekkert ákveðið.“

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** „Úfff, erfitt að segja, það er svo ófyrirsjáanlegt.“

**Af hverju Valur?** „Ég hef verið í Val frá æsku.“

**Uppeldisfélag í handbolta?** „Valur.“

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum?** „Bara á alla mögulega vegu, fjárhagslega, andlega, hafa stutt við mig upp og niður.“

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** „Held það sé bara ég skooo ...“

**Af hverju handbolta?** „Ég veit það ekki alveg, bara skemmtilegt og ég elti vini mína þeir voru flestir í handbolta.“

**Eftirminnilegast úr boltanum?**

„2. sætið á EM og vera valinn í lið mótsins á European Open.“

**Stærsta stundin með yngri landsliðum í handbolta?** „Fyrsta landsliðsverkefnið mitt á European Open, EM 2017.“

**Lýstu Valsliðinu í handbolta karla í stuttu máli, hvað einkennir það?** „Fagmenn.“

**Hvernig skýrir þú gengi Valsliðsins haustið 2019?** „Á uppleið.“

**Mestu vonbrigðin á síðasta tímabili?** „Að hafa ekki tekið einn titil.“

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fótbolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** „Glæsilegan, kvinnaliðin hjá Val eru sterk í öllum greinum.“

**Markmið fyrir þetta tímabil?** „Klára titil.“

**Besti stuðningsmaðurinn?** „Meistararnir á trommunum.“

**Erfiðustu samherjarnir?** „Ýmir og Lexi erfitt að komast þar á milli.“

**Erfiðustu mótherjarnir?** „Haukar.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Þjálfarar sem eru hættir að þjálfa mig Maxim og Heimir.“

**Mesta prakkarastrik?** „Sprengdi flugelda inni í Valsheimilinu eftir æfingu. Það var ekki tekið vel í það.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** „Benni Óskars.“

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val?** „Mjög fín sterk lið.“

**Fyrirmynd þín í handbolta?** „Uwe.“

**Draumur um atvinnumennsku í handbolta?** „Spila hjá Barca væri þægilegt.“

**Landsliðsdraumar þínir?** „Spila á stórmóti.“

**Uppáhalds erlenda handboltafélagið?** „Barca.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** „Polinmæði.“

**Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val?** „Valur hefur staðið sig frekar vel í því held ég.“

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

„Bara taka á því strax.“

**Hvernig er hægt að auka samstarf deilda í Val?** „Eina sem mér dettur í hug bara með að hafa sameiginlega viðburði.“

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



**hjá Val?** „Auglýsa leiki betur heldur en bara á skjá niðri í Val.“

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** „Stækka handboltaaðstöðuna og hafa kannski annað hús fyrir viðburði.“

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda?** „Hún er fín en vel þreytt að þurfa að æfa annars staðar útaf viðburðum í húsinu.“

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** „Sigursælli er það ekki bara og stækka nafnið út fyrir Ísland.“

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

„Skemmtiatriði hjá Óskari Bjarna á kvennakvöldinu.“

**Besta kvikmynd?** „Little man.“

**Besta bók?** „Ég les ekkert eðlilega lítið, annars bara Valsbókin.“

**Einkunnarorð?** „Allt gerist útaf ástæðu.“

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



# Fyrsta Íslandsmeistaratitli Vals í körfuknattleik kvenna fagnað á Hlíðarenda

Ljósmyndir Þorsteinn Ólafs









Darri Freyr Atlason fagnar Íslandsmeistaratitlinum með því að stökkva hæð sína í loft upp. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafsson.

# Vil skara fram úr í öllu sem ég geri

**Darri Freyr Atlason þjálfari kvennaliðs Vals í körfuknattleik hefur náð að byggja upp ógnarsterkt lið á Hlíðarenda á skömmum tíma og telur að núverandi lið geti orðið besta kvennakörfulið Íslandssögunnar**

Árið 2019 verður lengi í minnum haft hjá Valsmönnum og sérstaklega öllum kvennadeildum félagsins sem náðu þeim einstaka árangri að landa Íslandsmeistaratitli í öllum þremur vinsælustu boltagreinunum, þ.e. knattspyrnu, handknattleik og körfuknattleik og að auki bikarmeistaratitli í handbolta og körfubolta með fimm af sex stóru titlum ársins. Þetta hefur aldrei gerst í íþróttasögunni hér á landi að eitt félaglið lið eigi alla þessa titla á sama ári og Valsblaðinu er ekki kunnugt um sambærilegan árangur erlendis. Valsstelpurnar í körfunni urðu einnig deildarmeistarar og meistarar meistaranna á árinu og eru því handhafar allra titla í körfubolta og það sem er enn magnaðra er að þetta eru allt fyrstu titlar Vals í körfuknattleik kvenna sem reyndar á ekki langa sögu hjá félaginu og enga sigurhefð.

Núverandi körfuknattleikslíð kvenna hjá Val er ógnarsterkt um þessar mundir og hefur byrjað nýtt tímabil af krafti og er á toppnum í deildinni og erift að sjá annað lið veita stelpunum samkeppni í vetur þótt allt verði að ganga upp til að ná sama árangri og á síðasta tímabili. En Valsblaðinu lék forvitni á að ræða við ungan þjálfara liðsins, Darra Frey Atlason, sem er nú á sínu þriðja tímabili með Valsliðið og ræða um kvennakörfuna í Val. Við mæltum okkur mót í Valsheimilinu eina kvöldstund eftir æfingu hjá stelpunum og ræddum um kvennakörfuna í Val en byrjuðum á spjalli um íþrótt- og þjálfaraferil hans.

Darri Freyr er 25 ára og hefur þrátt fyrir ungan aldur mikla reynslu af þjálfun en áður en hann kom til Vals 2017 til að þjálfa kvennaliðið kom hann að yngri

flokka starfi KR í 10 ár. Hann þjálfaði auk þess kvennalið KR tímabilið 2015 til 2016 og var í kjölfarið valinn besti þjálfari 1. deildar af þjálfurum og leikmönnum deildarinnar. **Darri Freyr** er með B.S-próf í viðskiptafræði frá Háskóla Íslands og vinnur um þessar mundir samhliða þjálfun hjá sprotafyrirtækinu Lucinity og hann er í sambúð með Lilju Gylfadóttur og er ángæður með lífið og tilveruna. En hver er Darri Freyr?

## Í sannkölluðu gullaldarliði KR í yngri flokkum í körfubolta

„Ég kem úr körfuboltafjölskyldu og systir móður minnar Birna Valgarðsdóttir var landsleikjahæsti leikmaður Íslands áður en Helena mun stela því af henni í næsta landsliðsglugga ef mér reiknast rétt. Hún lék lengst af með Keflavík, í gullaldarliðum þeirra og segja má að hún sé mín fyrsta körfuboltafyrirmynd. Birna og þáverandi kærasti hennar Damon Johnson, sem er körfuboltaáhugafólki kunnur, ýttu á mig þegar ég var ungur að fara á æfingu í körfu og lá beint við að fara í KR en ég bjó í Vesturbænum.

Darri Freyr segist hafa verið í miklu gullaldarliði hjá KR í yngri flokknum með 1994 árgangnum sem voru nánast ósigrandi hér á landi. Í þessum hópi léku m.a. Martin Hermannsson, Matthías Sigurðsson, Oddur Rúnar og Kristófer sem er einu ári eldri en hann og margir af þeim eru í stóru hlutverki í dag í körfubolta. Hann telur að umhverfi eins og ríkir hjá KR ali af sér sigurvegara og að mikill metnaður sé í körfuknattleiksdeildinni sem smiti út frá sér. Sigurhefðin mótar hugarfar innan og utan vallar. „Að vera hluti af liði með framúrskarandi einstaklingum og læra að finna rétta hlutverkið í liðinu og sýna fórnfýsi fyrir liðsfélaga gildir bæði í íþróttum, vinnu og lífinu almennt,“ segir Darri Freyr og brosir.

## Erfið meiðsli og dvínandi áhugi á eigin afrekserli

Darri Freyr lék aðeins með meistaraflokki 17 ára og 18 ára en árið eftir ætlaði hann sér stærri hluti og komast í liðið en sleit þá krossband á æfingu. Eftir það þurfti hann að fara í endurhæfingu og undirbjó sig vel fyrir næsta tímabil en þá lenti hann í því óhappi að rífa liðþófa á fyrstu liðsæfingu og lenti í erfiðri endurhæfingu og var nokkra mánuði frá. Hann segist aldrei hafa náð sér alveg eftir þessi

meiðsli en tekur einnig fram að afar ólíklegt sé að hann hefði orðið framúrskarandi leikmaður í efstu deild á Íslandi. Darri hélt þó áfram að æfa og leika með KR liðinu og var hluti af hópnum í þremur Íslandsmeistratitlum KR.

## Fékk góðan skóla í þjálfun hjá KR

„Ég var aðstoðarþjálfari í yngri flokkum í KR með stráka og stelpur strax 12 ára og aðalþjálfari frá 15 ára aldri þá með 12- 13 ára stelpur og var þar við þjálfun í um 10 ár og það gekk bara vel. Ég held ég hafi þjálfað nánast alla yngri flokka áður en ég tók við kvennaliðinu hjá KR,“ sagði Darri. „Sumarið 2015 bauðst mér að taka við meistaraflokki KR í 1. deildinni. Ég myndi segja að þetta væri vendipunktur hjá mér þar sem ég vildi ekki vera leikmaður á sama tíma og ég þjálfaði meistaraflokk kenna og var ánægður með þá ákvörðun. Ég fékk þarna útgönguleið til að hætta að æfa körfubolta, laus við allt samviskubit og einbeita mér í staðinn að þjálfun en ég var ekkert á leiðinni að verða afreksmaður í körfubolta. Ég þjálfaði kvennaliðið hjá KR í eitt ár en kom því ekki upp í úrvalsdeild. Liðið hafði nýverið tekið ákvörðun um að fara niður um deild og ekki mikið um reynslumikla leikmenn. Á sama tíma höfðu Borgnesingar ákveðið að fjárfesta ríkulega í sínu liði sem var eina liðið með erlendan leikmann, og meira að segja tvo. Í sárabót var ég þó valinn þjálfari ársins í 1. deild 2016,“ segir Darri spóskur.

## Frábært að fá kvennakörfuna í Val til að blómstra

Darri Freyr kynntist Grími Atlasyni þegar dóttir hans var með meistaraflokki KR þegar Darri þjálfaði liðið í fyrstu deildinni. Hann segist hafa verið fljótur að grípa tækifærið þegar honum bauðst að þjálfva Valsliðið í efstu deild en hann skilur að ýmsum hafi þótt hann of ungur, einungis 23ja ára þegar hann byrjaði með liðið. Hann þakkar af mikilli hógværd fyrir móttökurnar á Hlíðarenda og einnig stelpunum fyrir að hafa tekið sér vel þrátt fyrir ungan aldur og reynsluleysi.

„Allir tóku mér vel á Hlíðarenda, bæði leikmenn, stuðningsmenn og stjórnarmenn og ég fann að mikill metnaður var til staðar í félaginu og aðstaðan og umgjörðin til fyrirmyndar. Allt þetta skapar umgjörð fyrir góðan árangur sem gerir hæfileikaríkum leikmönnum auð-



Darri Freyr Atlason kampakátur með Íslandsmeistaratitlinn í körfu kvenna. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafsson.

veldara að blómstra,“segir Darri léttur. „Fyrsta árið snerist um að búa til sigurmenningu hjá liðinu. Tímabilið endaði ekki eins og við vonuðumst til en þegar við horfum til baka erum við stolt af því að hafa leikið til úrslita í fyrsta skipti í sögu Vals. Ég horfi enn á oddaleikinn til að læra af honum til að gera ekki aftur sömu mistök og ég lærði mikið af þessari viðureign. Við vorum ótrúlega nálægt þessu,“ segir Darri hugsi. Darri segir að sá árangur hafi verið framar vonum og hann hafi verið stoltur af tímabilinu nema síðasta leiknum sem situr greinilega enn í honum. Þetta var að mati Darra sögulegt skref og mikilvæg lexía til að hvetja leikmenn til að leggja enn meira á sig til að ná markmiðum. Hlutverk þjálfara sé að vera undirbúnasti aðilinn í hópnum sem getur brugðist við aðstæðum og gefið öllum skýr hlutverk svo þeir fylgi sömu línu.

## Markmiðið að fá ártal á vegginn árið 2019

Darri segir að Valsliðið hafi sett sér það markmið fyrir síðasta tímabil að fá ártal á vegginn í Valsheimilinu. Hann segir að það hafi verið ánægjulegt að fá að vera hluti af því að breyta áherslum frá því að vera bara þátttakendur í það að verða sigurvegarar. Hann segist merkja hugarfar sigurvegara hjá öllum kvennaliðum Vals um þessar mundir og það hafi í raun ekki komið honum á óvart að sjá þennan einstaka árangur kvennaliðanna á árinu, þótt vitaskuld verði allt að falla með liðunum til þess að það takist. Hann segir það hjálpa að vera innan um aðra sigurvegara hjá félaginu sem hjálpast að við að halda merkjum á lofti. „Ég finn fyrir mikilli áherslu á gott kvennastarf hjá Val. Það er ekkert annað lið á Íslandi sem leggur svona mikla áherslu á góðan

árangur bæði hjá kvenna- og karlaliðum í þremur stærstu boltagreinunum“, segir Darri ákveðið.

## Þjartir tímar framundan á Hlíðarenda ef rétt er haldið á málum

Darri telur mikilvægt að byggja upp yngri flokka starfið í körfunni hjá Val og fjárfesta í yngri flokkunum. Hann segist vera ánægður með metnað félagsins í þeim efnum og síðan er mikilvægt að hans mati að yngri iðkendur hafi fyrirmyndir í meistaraflokksliðum félagsins, bæði karla og kvenna til að líta upp til og miða sig við. Hann telur að stelpurnar séu í góðum tengslum við yngri flokkana. Einnig segist hann hafa áhuga á því að tengja betur saman flokkana milli deilda sem allir tilheyri sama félagi.

## Ekki missa hungrið og ástríðuna

Þegar talið berst aftur að kvennaliðinu hjá Val í körfuboltanum sem vann allt sem var í boði á síðasta tímabili segir hann að mikilvægast núna sé að missa ekki hungrið og ástríðuna og auk þess þurfi liðið að setja sér ný og metnaðarfull markmið. „Arfleifð verður ekki byggð á einu ári og liðið þarf að ná viðvarandi góðum árangri yfir nokkurn tíma til að skrá sig almennilega í sögubækurnar og verða kallað besta kvennalið Íslandssögunnar. Við vorum klárlega besta liðið á síðasta tímabili og við viljum verða eitt af eftirminnlegustu liðum íslensks körfubolta,“ segir Darri ákveðinn að lokum.

Valsblaðið þakkar Darra Frey fyrir spjallið og óskar honum velfarnaðir í þjálfarastörfum fyrir félagið og Valsstelpunum áframhaldandi góðs gengis í körfuboltanum og væntir þess að Valur njóti krafta þessa kröftuga, metnaðarfulla en jafnframt jarðbundna og hógværa þjálfara.

## Fjölbreytt barnastarf í Sumarbúðum í borg

Það var æðislegt veður þetta sumarið og var það svo sannarlega nýtt í Sumarbúðum í borg. En ásamt því að nýta þá góða aðstæðu sem finnst á Valsvæðinu til að fara í skemmtilega leiki og prufa ýmsar íþróttir var mikið farið með hópinn að skoða spennandi staði í borginni. Í Öskjuhlíðinni var til dæmis farið í stóran ratleik þar sem krakkarnir þurftu að vinna saman til þess að klára hann. Þá fengu þeir í leiðinni að kynna flottu svæði sem er ekki hefðbundið borgarsvæði. Einnig var farið í ferðir á Árbæjarsafnið þar sem krakkarnir fengu að kynna því hvernig krakkar á þeirra aldri léku sér á árum áður. Að sjálfsögðu var síðan nýtt þetta frábæra veður til þess að fara í skemmtilegar sundferðir og í lok hvers námskeiðs var haldið spennandi og stórt grillpartý í Valsheimilinu. Sumarbúðirnar eru því flottur vettvangur fyrir börnin að læra alls kyns nýja hluti og upplifa eitthvað nýtt í öruggu og fjölbreyttu umhverfi. Þau fá að spreyta sig við alls konar verkefni og gera það í góðum félagsskap annarra barna. Með því að fást við slík verkefni saman læra þau betur að vinna með öðrum, að kynna nýjum félögum og að mynda góða liðsheild.

*Gunnar Guðmundsson stjórnandi Sumarbúða í borg tók saman.*



## Skólaleikar Vals 2019

### Eins og venja er þá var gríðarleg stemning á meðan Skólaleikunum stóð og mjótt var á munum allt til lokaprautar

Elleftu Skólaleikar Vals voru haldnir fimmtudaginn 21. mars þar sem krakkar á miðstigi hverfissskóla félagsins (5.–7. bekk) koma saman og etja kappi í ýmsum leikjum og þrautum í Origo-höllinni.

Fyrsta keppni dagsins var Dodgeball (skotbolti) þar sem Hlíðaskóli var aðgangsharðastur og fékk 15 stig af 18 mögulegum. Háteigsskóli fékk 11 en Austurbæjarskóli rak lestina með 10. Hlíðaskóli leiddi því með 4 stigum eftir eina grein og má segja að þau hafi með því sett tóninn.

Í körfuboltaskotkeppninni náði Háteigsskóli að saxa á forskot Hlíðaskóla með því að næla sér í 16 stig á móti 14 stigum Hlíðaskóla. Bodsíakeppnin fór fram á sama tíma og körfuboltaskotkeppnin en þar bar Hlíðaskóli aftur sigur úr býtum og jók forskotið á ný.

Fjórða greinin var bodhlaup sem skiptist upp í tvær umferðir. Í fyrri umferð er hlaupið með hefðbundið bodhlaupskefli en tvo körfubolta undir höndunum í þeirri seinni. Þar var mjög mjótt á mununum en aðeins munaði einu stigi á Austurbæjarskóla og Hlíðaskóla sem náði að tryggja sér sigur í síðasta hlaupinu.

Fyrir síðastu keppnina var Hlíðaskóli með þægilegt forskot á keppnauta sína og þurfti aðeins 8 stig úr reiptoginu til að tryggja sér sigur. Það fór svo að Hlíðaskóli náldi sér í 14 stig og tryggði sér þar með sigur á Skólaleikum Vals 2019. Austur-

bæjarskóli hífði sig uppfyrir Háteigsskóla í lokagreininni og endaði í öðru sæti.

Á þeim ellefu árum sem leikarnir hafa verið haldnir hefur Hlíðaskóli unnið sex sinnum, Austurbæjarskóli þrisvar og Háteigsskóli tvisvar.





# HVER ER AÐ SKOÐA GÖGNIN ÞÍN?

Sérfræðingar í öryggislausnum

Borgartúni 37, Reykjavík  
**origo.is**

**.origo.**



**Meistaraflokkur kvenna í knattspyrnu 2019.** Fremsta röð frá vinstri: Elín Metta Jensen, Elísa Viðarsdóttir, Sandra Sigurðardóttir, Margrét Lára Viðarsdóttir fyrirliði, Auður Sveinbjörnsdóttir Scheving, Ásgerður Stefanía Baldursdóttir og Guðný Árnadóttir. Miðjuröð frá vinstri: Pétur Pétursson þjálfari, Eidur Benedikt Eiríksson aðstoðarþjálfari, Ásta Árnadóttir sjúkraþjálfari, Ólöf Sigríður Kristinsdóttir, Dóra María Lárusdóttir, Guðrún Karítas Sigurðardóttir, Fanndís Friðriksdóttir, Stefanía Ragnarsdóttir, Vesna Elísa Smiljkovic, Karen Guðmundsdóttir, Jón Höskuldsson form. kvennaráðs og E. Börkur Edvardsson formaður stjórnar knattspyrnudeildar. Efsta röð frá vinstri: Jóhann Emil Elíasson, styrktarþjálfari, María Hjaltalín liðsstjóri, Thelma Björk Einarsdóttir, Málfríður Anna Eiríksdóttir, Mist Edvardsdóttir, Lillý Rut Hlynisdóttir, Hlín Eiríksdóttir, Hallbera Guðný Gísladóttir, Málfríður Erna Sigurðardóttir, Thelma G. Jónsdóttir liðsstjóri og Rajko Stanisic markmannsþjálfari. Ljós. Pétur Pétursson.

# Frábær árangur meistaraflokks kvenna en vonbrigði karlamegin

## Skýrsla knattspyrnudeildar Vals 2019

### Skipan stjórnar

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

### Starf stjórnar

Starf stjórnar var að venju yfirgripsmikið og erilsamt enda rekstur knattspyrnuliða í efstu deild verkefni sem hefur verið og er að stækka mikið. Kröfurnar aukast, félagið þarf að gangast undir viðamikilið leyfiskerfi, miklar kröfur eru uppi um aðbúnað, fjármál í stöðugri skoðun, flókið regluverk í kringum Evrópukeppni, aðstaða til knattspyrnuíðkunar ekki ásættanleg á Hlíðarenda, heimaleikir stækka enda

stærstu einstöku viðburður á vegum Vals ár hvert og starf knattspyrnudeildar það langstærsta innan félagsins.

### Meistaraflokkur kvenna – Íslandsmeistari 2019

Meistaraflokkur kvenna vann A-riðil Reykjavíkurmótsins með fádæma yfirburðum og markatölunni 34-3. Liðið vann fjóra fyrstu leikina en gerði 2-2 jafntefli við KR í lokaleiknum eftir að hafa leitt 2-0 í hálfleik. Fékk Valur 13 stig eftir fimm umferðir og varð Reykjavíkarmeistari 2019. Margrét Lára Viðarsdóttir varð markadrottning mótsins með 9 mörk. Þá sigraði Valur örugglega í A-riðli Lengjubikarsins, vann alla fimm leikina með yfirburðum. Markatalan var 20-5. Í undanúrslitunum vann liðið Stjörnuna 3-0 en tapaði úrslitaleiknum fyrir Breiðablik 3-1.

Íslandsmót kvenna hófst með góðum 5-2 sigri á Þór/KA 3. maí. Mótið einkenndist síðan af baráttu við Breiðablik allt til enda þar sem Valur leiddi keppnina lengst af og endaði sem Íslandsmeistari með 3-2 sigri á Keflavík í lokaumferðinni sem var æsispennandi. Liðið þurfti sigur í þeim leik og það tókst. Stærsti sigur liðs-

ins kom á móti HK/Víkingsi á Origo-vellinum 9. ágúst þegar liðið vann 7-0. Liðið vann 16 leiki og gerði tvö jafntefli, í bæði skiptin á móti Breiðabliki. Liðið vann með 50 stigum, tveimur fleira en Breiðablik og markatölunni 65-12. Hlín Eiríksdóttir og Elín Metta Jensen skoruðu báðar 16 mörk og Margrét Lára Viðarsdóttir 15 mörk. Sannarlega glæsilegur árangur góðrar liðsheildar.

Þátttaka Vals í Mjólkurbikarnum í ár varð því miður ekki eins og lagt var upp með. Liðið spilaði tvo leiki, báða á úti-völlum. Valur vann ÍBV 1-7, en tapaði naumlega fyrir Þór/KA 2-3.

Aðalþjálfari liðsins var sem fyrr Pétur Pétursson. Aðstoðarmaður hans var Eidur Benedikt Eiríksson. Markmannsþjálfari var Rajko Stanisic og sjúkraþjálfari Ásta Árnadóttir. Liðsstjórar voru María Hjaltalín og Thelma Guðrún Jónsdóttir.

Árangur meistaraflokks kvenna var frábær á tímabilinu. Liðið hefur á að skipa



Elín Metta Jenssen.  
Ljós. Þorsteinn Ólafsson.



Margrét Lára Viðarsdóttir fyrirliði.  
Ljósmynd: Þorsteinn Ólafsson.



**Meistaraflokkur karla í knattspyrnu 2019.** Neðsta röð frá vinstri: Bjarni Ólafur Eiríksson, Andri Adolphsson, Kristinn Freyr Sigurðsson, Sveinn Sigurður Jóhannesson, Haukur Páll Sigurðsson fyrirlíði, Hannes Þór Halldórsson, Lasse Petry, Einar Karl Ingvarsson og Ívar Örn Jónsson. Miðröð frá vinstri: Ólafur Jóhannesson þjálfari, Sigurbjörn Hreiðarsson aðstoðarþjálfari, Sebastian Starke, Valgeir Lunddal, Emil Lyng, Anton Ari Einarsson, Orri Sigurður Ómarsson, Ólafur Karl Finsen, Kaj Leo í Bartalsstovu, Kristófer Sigurgeirsson aðstoðarþjálfari, Halldór Eypórsson liðsstjóri og Jón Höskuldsson varaformaður. Aftasta röð frá vinstri: E. Börkur Edvardsson formaður knattspyrnudeildar, Rajko Stanisic markmannsþjálfari, Jóhann Emil Elíasson styrktarþjálfari, Patrick Pedersen, Kári Daníel Alexandersson, Kristinn Ingi Halldórsson, Sigurður Egill Lárusson, Birkir Már Sævarsson, Eiður Aron Sigurbjörnsson, Fannar Gauti Dagbjartsson liðsstjóri og Einar Óli Þorvarðsson sjúkraþjálfari. Ljósmynd. Pétur Pétursson.

öflugum leikmönnum, bæði sem komið hafa til félagsins á umliðnum árum og yngri leikmönnum sem koma úr góðu yngri flokka starfi félagsins. Á árinu voru gerðir leikmannasamningar við yngri uppald leikmenn. Þær eru Ólöf Sigríður Kristinsdóttir, Hildur Búadóttir, Katrín Rut Kvaran, Auður Sveinbjörnsdóttir Scheving, Anna Hedda Björnsdóttir Haaken og Emma Steinsen Jónsdóttir. Þær hafa fengið tækifæri með meistaraflokki Vals í mótum og á æfingum.

## Meistaraflokkur karla – vonbrigði 2019

Þjálfarateymi meistaraflokks karla var skipað þeim Ólafi Davíð Jóhannessyni aðalþjálfara, Sigurbirni Erni Hreiðarssyni og Kristófer Sigurgeirssyni aðstoðarþjálfurum, Rajko Stanisic markmannsþjálfara, Jóhanni Emil Elíassyni styrktarþjálfara, Einari Óla Þorvarðarsyni sjúkraþjálfara, Halldóri Eypórssyni og Fannari Gauta Dagbjartssyni liðsstjórum.

Óhætt er að segja að væntingar stjórnar, stuðningsmanna og knattspyrnu-samfélagsins fyrir keppnistímabilið 2019 hafi verið sanngjarnar og miklar fyrir árangri meistaraflokks karla Vals því miklu var tjaldað til í leikmannamálum, þjálfarateymi og allri umgjörð, niðurstaðan var hins vegar gríðarleg vonbrigði sem má ekki endurtaka sig og félagið verður að draga lærdóm af.

Eftirtaldir leikmenn gengu til liðs við félagið, Emil Sigvald Lyng, Lasse Petry, Gary Martin, Kaj Leo í Bartalsstovu, Garðar Bergmann Gunnlaugsson og Hannes Þór Halldórsson, einnig sneri Patrick Pedersen aftur um mitt sumar. Allt eru þetta frábærir knattspyrnumenn sem miklar vonir voru bundar við en meiðsli og óvæntar „óvelkomnar“ uppákomur urðu þess valdandi að einhverjir af okkar leikmönnum náðu ekki að blómstra þetta sumarið og árangurinn varð eftir því.

Viðvörunarbjöllur byrjuðu strax að hringja á undirbúningstímabilinu sem varð okkur erfitt og brösótt, liðinu gekk illa en komst þó í úrslitaleik Reykjavíkurmótsins sem tapaðist 5-3 á móti KR. Ekki byrjaði Lengjubikarinn vel en fyrsti leikurinn var á móti KA fyrir norðan og tapaðist 4-0. Leikurinn meistari meistaranna tapaðist í vítaspyrnukeppni á móti Stjórnunni eftir að leik lauk með markalausum jafntefli á Origo vellinum.

Fyrsti leikur á Íslandsmótsins var á heimavelli á móti Víkingum sem endaði 3-3 þar sem okkur tókst að jafna í þri-

gang, næsti leikur var bikarleikur á móti FH sem tapaðist 1-2 og ljóst að sumarið yrði okkur erfitt miðað við frammistöðuna úr þessum tveimur leikjum sem varð raunin og endaði liðið í 6. sæti sem var langt frá þeim væntingum sem til liðsins og þjálfara voru gerðar.

Evrópuleikir þetta tímabilið ollu vonbrigðum og vorum við töluvert á eftir þeim andstæðingum sem við mættum og áttum lítil sem engin tækifæri á að komast lengra áfram í keppinni.

## 2. flokkur karla og kvenna

2. flokkur Vals karla tók þátt í þremur mótum á tímabilinu undir stjórn þjálfaranna Matthíasar Guðmundssonar og Jóhanns Hilmars Hreiðarssonar. Flokkurinn tefldi fram tveimur liðum á þessu keppnistímabili. Fyrsta mótið var Reykjavíkumótið þar sem strákarnir stóðu sig vel þegar á heidina er litið. Svo tók við Íslandsmótið í B-deild og bikarkeppnin. B-deildin var mjög sterk á þessu tímabili og var jöfn og krefjandi. Íslandsmótið



**BOSE meistarar Vals 2019** eftir sigur á KR í úrslitaleik, 3-2. Aftari röð f.v. Halldór Eypórsson liðsstjóri, Heimir Guðjónsson þjálfari, Haraldur Árni Hróðmarsson, Srdjan Tufegdzic aðstoðarþjálfari, Jóhann Emil Elíasson styrktarþjálfari, Orri Sigurður Ómarsson, Valgeir Lunddal Friðriksson, Sverrir Páll Hjaltested, Aron Elf Sævarsson, Sigurður Egill Lárusson, Einar Karl Ingvarsson, Kári Daníel Alexanderson, Birkir Heimisson, Rasmus Christiansen, Ívar Örn Jónsson, Magnus Egilsson, Einar Óli Þorvarðarson sjúkraþjálfari. Fremri röð f.v. Aron Óskar Þorleifsson, Lasse Petry Andersen, Eiður Aron Sigurbjörnsson, Sveinn Sigurður Jóhannesson, Haukur Páll Sigurðsson, Patrick Pedersen, Sebastian Hedlund, Andri Adolphsson. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafsson.



Birkir Már Sævarsson.  
Ljósmynd. Þorsteinn Ólafsson.



2. flokkur karla í knattspyrnu 2019. Efri röð frá vinstri: Jóhann Hreiðarsson þjálfari, Ólafur Friðrik Briem, Tryggvi Gunnarsson, Kári Daníel Alexandersson, Gabríel Ölduson og Matthías Guðmundsson þjálfari. Neðri röð frá vinstri: Daði Kárason, Luis Carlos Cabrera, Ólafur Tryggvi Egilsson, Hrafn Daði Pétursson, Aron Óskar Þorleifsson, Patrik Írisarson Santos, Hrannar Snær Magnússon og Jón Örn Ingólfsson.

spilaðist þannig að tvö lið stungu hreinlega af í tíu liða deild önnur lið voru öll í fallbaráttu nánast fram að síðasta leik. Strákunum tókst að tryggja sitt sæti í deildinni þegar tvær umferðir voru eftir og enduðu í 5. sæti, sem er ásættanlegur árangur þegar tekið er inn í myndina hversu margir strákar á yngsta ári eru í flokknum.

2. flokkur Vals féll út í annarri umferð bikarkeppninnar á móti sterku liði Breiðabliks eftir að hafa slegið út ÍBV í Vestmannaeyjum í fyrstu umferð.

Strákarnir stóðu sig mjög vel á þessu tímabili, sýndu mikinn karakter og tóku miklum framförum sem lið og einstaklingar.

Stjórn, þjálfarar og leikmenn 2. flokks Vals vilja koma á framfæri sérstökum þökkum til Jónasar Guðmundssonar.

## 2. fl. kvenna – bikarmeistarar 2019

Þjálfarar flokksins voru Ranveig Karlsen og Kristján Arnar Ingason. Árangur liðsins í Íslandsmótinu var undir væntingum, en

liðið endaði í fjórða sæti með 15 stig og markatöluna 36-31. Vann liðið fimm leiki en tapaði sjö leikjum. Betur gekk í bikarkeppninni þar sem liðið vann alla leiki sína með yfirburðum og endaði sem bikarmeistari 2019. Í fyrstu umferð vann Valur Keflavík 11-0, þá HK/Víking 4-0, Breiðablik/Augnablik 3-2 og loks FH 3-0. Glæsilegur árangur, enda hefur flokkurinn á að skipa mjög efnilegum leikmönnum sem mun án nokkurs vafa bæta árangur sinn í Íslandsmótinu á næsta ári.

## Bjarni Ólafur Eiríksson og Halldór Eypórsson heiðraðir

Fyrir leik Vals og Stjörnunnar í ágúst voru Bjarni Ólafur, leikjahæsti leikmaður Vals frá upphafi, og Halldór Eypórsson, liðsstjóri til 20 ára, heiðraðir. Börkur Edvardsson formaður knattspyrnudeildar Vals afhenti þeim viðurkenningu fyrir frábært framlag til félagsins.

### Leikjahæsti leikmaður Vals.

Bjarni Ólafur Eiríksson er leikjahæsti leikmaður Vals í efstu deild frá upphafi. Hann lék sinn fyrsta leik með meistaraflokki Vals gegn Tindastóli árið 2000, fyrir 19 árum. Leikirnir í efstu deild eru orðnir 244 talsins samtals fyrir Val, 337 í meistaraflokki. Bjarni Ólafur lék um tíma sem atvinnumaður og á um 50 leiki að baki með Silkeborg í Danmörku og tæplega 100 leiki með Stabæk í Noregi. Hann á 21 landsleik að baki og hefur verið einn traustasti leikmaður Vals árum saman, frábær fyrirmynd og félagi. Bjarni Ólafur hefur skorað 13 mörk í efstu deild en 22 samtals fyrir meistaraflokk. Það lýsir honum best að hann hefur þrisvar verið valinn Valsmaður ársins, tvisvar sinnum valinn bestur í meistaraflokki og einu sinni efnilegastur. Knattspyrnudeild Vals óskaði Bjarna Ólafi til hamingju með glæsilegan keppnisferil.

### 20 ára starfsafmæli sem liðsstjóri fagnað

Halldór Eypórsson, eða Dóri liðsstjóri eins og Valsmenn þekkja hann, fagnaði 20 ára starfsafmæli sínu árið 2019 sem liðsstjóri meistaraflokks karla Vals í knattspyrnu. Dóri hefur



Bjarni Ólafur leikjahæsti leikmaður Vals frá upphafi og Halldór Eypórsson liðsstjóri til 20 ára heiðraðir. Börkur Edvardsson formaður knattspyrnudeildar Vals afhenti þeim viðurkenningu fyrir frábært framlag til félagsins.

sinn liðsstjórastarfinu af alúð og dugnaði öll þessi ár og setur aldrei fyrir sig þegar hlaupa þarf til með skömmum fyrirvara. Hann gerir bókstaflega allt fyrir félagið sitt. En Dóri er ekki eingöngu liðsstjóri, hann er einn mikilvægasti hlekkurinn í magnaðri liðsheild og menningu sem hefur einkennt Val og skilað mörgum titlum, frábærum minningum og vináttu. Valur þakkaði honum fyrir óeigingjarnt og frábært sjálfbodaliðastarf sl. 20 ár og hlakkar til áframhaldandi samstarfs a.m.k. næstu 20 árin.





**Bikarmeistarar 2. flokks kvenna í knattspyrnu 2019.** Efri röð frá vinstri: Kristján Arnar Ingason þjálfari, Emma Steinsen, Ólöf Sigríður Kristinsdóttir, Karen Guðmundsdóttir, Hildur Björk Búadóttir, Telma Sif Búadóttir, Elma Rún Sigurðardóttir, Katla Gardarsdóttir, María Björg Marinósdóttir, Signý Ylfa Sigurðardóttir og Hallgerður Kristjánsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Margrét Friðriksson, Guðrún Ólafía Þorsteinsdóttir, Elísabet Friðriksson, Edda Björg Eiríksdóttir, Auður Sveinbjörnsdóttir Scheving, Anna Henna Björnsdóttir Haaker, Elín Björt Einarsdóttir, Halldóra Sif Einarsdóttir og Ásdís Atladóttir.

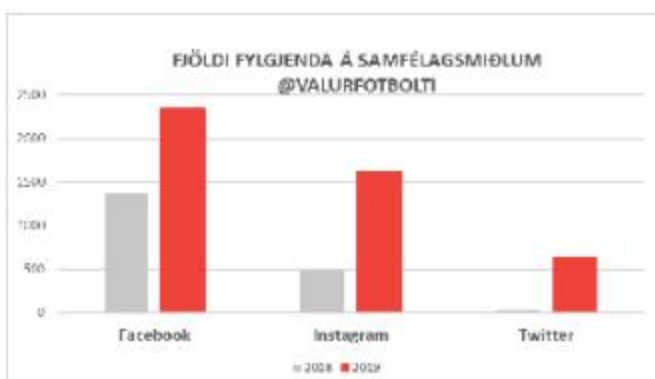
## Mannauður knattspyrnudeildar

Íþróttastarf á Ísland væri fátækt ef ekki hefðum við þann mannað sem felst í sjálfbodaliðum og fótoltinn í Val er sannarlega ríkur og þakklátur því fólki sem mætir og gefur sinn tíma til Vals. Stjórn knattspyrnudeildar Vals þakkar öllum þeim fjölmörgu sjálfbodaliðum og starfsfólki Vals sem lögðu á sig mikla vinna fyrir félagið sitt.

## Mikilvægi samfélagsmiðla

Vorið 2018 ákvað stjórn knattspyrnudeildar að auka sýnileika knattspyrnunnar á samfélagsmiðlum. Lagt var upp með að stækka @valurfotbolti miðlana á Facebook, Instagram og Twitter í þeim tilgangi að auka upplýsingagjöf og samtali milli deildarinnar og stuðningsmanna ásamt því að auka aðsókn á leiki. Jón Gretar Jónsson, Þorsteinn G. Hilmarsson og Hilmar Þorsteinsson höfðu umsjón með þessu verkefni.

Þetta var gert með því að auka upplýsingagjöf og færslur á miðlana fyrir hvern leik og á meðan leikjum stóð, s.s. stöðuuppfærslur. Einnig var aukinn kraftur settur í fagmennsku í kringum allt markaðsefni á vefnum, s.s. grafík, auglýsingar og leikmannakynningar. Þetta tókst með miklum ágætum og svo vel að eftir var tekið. Fylgjendahópurinn hefur vaxið umtalsvert á sl. tveimur árum auk þess sem umferð á miðlum fótoltans hefur stóraukist.



Stefna markaðsráðs knattspyrnudeildar Vals 2020 er að auka enn frekar áherslur á samfélagsmiðlana, stækka hóp þeirra sjálfbodaliða sem vinna í kringum þá og vera enn meira áberandi en áður.

## Hugmyndin að baki keppnistreyjunnar 2019

Í ársbyrjun 2019 var ákveðið að nýr Valsbúningur yrði tekinn í gagnid fyrir komandi tímabil. Nokkrar hugmyndir voru settar fram og fyrir valinu varð sérstaklega fallegur búningur með tilvísanir í sögu Vals. Aðalbúningurinn var hin hefðbundna rauða treyja með V mynstri sem tilvísun í vængi Vals. Skjöldurinn í Valsmerkinu var tekinn í burtu á treyjunni til að leyfa fálkanum að njóta sín enn frekar og var þetta einnig tilvísun í eldri merki Vals sem útfærð voru á þennan hátt. Að lokum var helsta breytingin að bláir sokkar voru notaðir við aðalbúninginn enn og aftur tilvísun í sögu Vals. Varabúningurinn vakti síðan mikla athygli og má segja að svarta og græna treyjan hafi slegið algjörlega í gegn og vakið verðskuldaða athygli.

## Metnaðarfullt og mikið starf framundan hjá knattspyrnudeild

Lærdóm verður að draga af liðnu tímabili hjá meistaraflokki karla og ljóst að við verðum að mæta betur undirbúnir, skipulagaðri, betur þjálfaðir, æfa mun meira og skilvirkara, taka skrefið framávið og leggja meira á okkur.

Stjórn knattspyrnudeildar réðst nú í haust í mikla rýnivinnu og skipaði starfsþóp sem, E. Börkur Edvardsson formaður, Jón Gretar Jónsson og Þorgrímur Þráinsson, fyrrum fyrirlíðar félagsins, veittu forstöðu. Markmiðið var að fara vel yfir afreksstarfið, þjálfun, utanumhald, mælingar, gæði og magn æfinga, og fleira sem snýr að meistaraflokkum Vals í knattspyrnu.

Sem afreksfélag á knattspyrnudeild Vals að standa fyrir fagmennsku á öllum sviðum; vera með vel menntaða þjálfara, leikmenn í góðu líkamlegu formi sem mælt verður, sérhæfðar æfingar miðað við líkamsástand, getu og stöðu leikmanna á vellinum og heiðarlega framkomu innan vallar sem utan.

Framúrskarandi árangur veltur á sterkri liðsheild sem samanstendur m.a af sameiginlegum markmiðum hópsins, skýru



Íslandsmeistarar meistaraflokks kvenna í knattspyrnu 2019 á uppskeruhátíðinni haustið 2019 með Siggú Beinteins. Ljósmynduð af Guðni Ólgeirsson.



*Elín Metta var valinn besti leikmaður meistara-flokks kvenna í knattspyrnu 2019. Bragi G. Bragason t. v. og Rósa María Sigbjörnsson t.h.*



*Andri Adolphsson var valinn besti leikmaður meistaraflokks karla í knattspyrnu 2019. Rósa María Sigbjörnsson t. v. og Bragi G. Bragason t.h.*

hlutverki hvers og eins, góðum sam-skiptum, uppbyggilegu hugarfari, ástríðu og samkennd, vinnusemi og sterkum persónuleikum.

Lykillinn að langtímaárangri fyrir Val er að þróa innan félagsins umhverfi þar sem leikmenn ná að blómstra, sterkir persónuleikar verða til, leiðtogar og fyrir-myndir, sem leiða aðra til velgengni.

Aðalþjálfarar meistaraflokks karla og kvenna eiga að vera í fullu starfi hjá félaginu en allir þjálfarar flokksins bera ábyrgð á mælingum, séræfingum og því sem lýtur að því að bæta leikmenn og liðsheildina á öllum sviðum. Aðstoðar-þjálfarar eiga að vera „sérfræðingar“ í leikgreiningu, varnarleik og sóknarleik og þjálfun markvarða.

Sjúkraþjálfari á að vinna með meistara-flokki, bæði fyrirbyggjandi og í endur-heimt og leikmenn hafa greiðan aðgang að að bæklunarlækni.

Leikmönnum stendur til boða að hitta fagaðila á sviði markmiðasetningar eins oft og þeim hentar þar sem farið er yfir einstaklingsmarkmið, markmið hópsins, metnað innan vallar sem utan og hvað það er að vera fyrirmynd.

Menntaður styrktarþjálfari á að vinna með þjálfurum hvað varðar líkamlegt atgervi leikmanna.

Aðbúnaður þjálfara og leikmanna að Hlíðarenda; tækjabúnaður, endurmenntun og fagmennska á að vera fyrsta flokks. Vinnuherbergi, búningasklefinn, heitir og kaldir pottar, hlaupamælar, boltar, áhöld, heimsókn til erlendra liða, þjálfaragráður, reglulegir samráðsfundir, allt þarf að vera fyrsta flokks og í anda afreksfélags.

Yfirþjálfari deildarinnar mætir á tvær, þrjár æfingar hjá meistaraflokki í hverri viku og fylgist sérstaklega með yngri leikmönnum og vinnur í styrkleikum þeirra og veikleikum í samvinnu við þjálfara meistaraflokks.

Leikmenn í 2. og 3. flokki fá reglulega tækifæri til að æfa með meistaraflokki og eru valdir af þjálfurum meistaraflokks, 2. flokks og yfirþjálfurum.

Stjórn knattspyrnudeildar skipar 3ja manna „fagræð“ í kringum meistaraflokkana sem stjórn og þjálfarar geta ráðfært sig við. Fagræðið fylgist með því sem tengist flokknum, skiptir með sér verkum, mætir reglulega á æfingar, er til staðar fyrir flokkinn (leikmenn), horfir á leiki og hjálpar til við að halda uppi 100% fagmennsku.

Reglulegir fyrirlestrar um markmiða-setningu, næringarfræði, mikilvægi svefnis, hvíldar og fleira eru í boði fyrir leikmenn.

Í lok hvers keppnistímabils fá leikmenn sérsniðna „æfingatöflu“ með því sem þeim ber að gera þangað til hópurinn kemur saman aftur.

Í upphafi hvers undirbúningstímabils er fundur með leikmönnum þar sem þjálfari segir frá því hvernig hann mun haga undirbúningstímabilinu. Þjálfararnir kynna séræfingar, styrktarþjálfari fer yfir hlutverk sitt og sjúkraþjálfari og fagræðið er með innlegg um markmiðasetningu, næringarfræði, hvíld/svefn og ráðlegg-ingar varðandi samfélagsmiðla. Stjórn knattspyrnudeildar kynnir störf sín.

Leikmenn sinna því sem getið er um í samningi varðandi þátttöku í starfi yngri flokkanna og sjálfbodaliðastarfi.

Þegar samið er við leikmenn hefur Valur ávallt forgang. Leikmenn mæta minnst 30 mínútum fyrir æfingu. Þjálf-arar stjórna því hvort æft sé tvisvar á dag og leikmönnum ber skylda til að mæta á séræfingar. Áður en Valur gerir samning við leikmenn gangast þeir undir læknis-sköðun og bakgrunnur þeirra er kannaður til hlítar. Þjálfarar, stjórn knattspyrnu-deildar og fagræðið funda mánaðarlega.

Öllum ber að kynna sér gildi Vals; ÁBYRGÐ, METNAÐUR, HEILBRIGÐI, LÍFSGLEÐI, því leikmenn og þjálfarar, og þeir sem með meistaraflokknum, eru ávallt fulltrúar félagsins, í viðtölum og hvar sem þeir bera niður fæti. Við látum aldrei kappið bera fegurðina ofurliði.

## Þakklæti

Knattspyrnudeild Vals þakkar sérstaklega þeim fjölmörgu samstarfsaðilum og bak-hjörllum deildarinnar fyrir knattspyrnu-sumarið 2019.

Sérstakt þakklæti fá þeir félagar Grímur Sæmundsen og Helgi Magnússon fyrir þeirra óþrjótandi starf, styrk og stuðning við knattspyrnuíðkendum Vals.

Frábærir samstarfsaðilar félagsins 2019 fá mikið þakklæti fyrir sumarið. Það verður frábært að vinna með þeim inn í framtíðina og að því metnaðarfulla verk-efni að vinna glæsta sigra á komandi árum.

*Með Valskveðju,  
E. Börkur Edvardsson formaður  
knattspyrnudeildar Val*



*Þjálfarateymi meistaraflokks kvenna með Íslandsmeistarabikarinn eftirsóttá 2019. Pétur Pétursson þjálfari t.h. og Eidur Benedikt Einarsson aðstoðarþjálfari t.v. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafs.*



*Margrét Lára Viðarsdóttir t. v. og Hallbera Guðný Gísladóttir t.h. á uppskeruhátíðinni haustið 2019. En Margrét Lára Viðarsdóttir ákvað eftir tímabilið að leggja skóna á hilluna.*



**8. flokkur karla í knattspyrnu.** Efri röð frá vinstri: Viktor Freyr Medina, Júlíus A. Björnsson Schmitz, Haukur Víðir Leósson, Birkir Henryk Valgarðsson, Snorri Franklín Bjarkason, Alexander Tinni Stefaníusson, Grímur Jóhannsson, Núi Hrafn Sólar Arngrímsson, Hjörtur Einarsson Kvaran og Birnir Axel Kjartansson. Miðröð frá vinstri: Brandur, Viktor Leví Gunnarsson, Hákon Hugi Björgvinsson, Vopni Gústavsson Alexander Kjartansson, Hrafn Dagur Benediktsson, Viktor Ingi Sigurkarlsson, Kristinn Carlos P. Audibert, Alexander Ari Kazberuk, Viktor Vífill Helgason, Þórður og Styrmir Páll Búason. Neðri röð frá vinstri: Sölvi Þór Kárason, Flóki Freyr Elísson, Eidur Sævar Árnason, Örlygur Kári Vatnsdal, Angantýr Helgi Guðmundsson, Davíð Þór Bjarnason, Eðvald Atli Ragnarsson, Hilmir Þór Hrafnkelsson, Óliver Antonsson og Jóakim Silva Moyle.

### 8. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 43.

**Þjálfarar:** Sossa, Sunna, Auður og Aðalbjörg.

Þættir sem unnið hefur verið í til að auka liðsheild hjá flokknum, s.s. sund, páskabingó, pylsupartý, jólaæfing og jólastund, jólabingó, pizzupartý, bangsaæfing, öskudagsæfing, búningaæfing, Halloween-æfing, blöðruæfing, heimsókn til Víkings og sameiginleg æfing.

**Skyldur sem Valsarar:** Flokkurinn var duglegur að leiða inn á í meistaraflokksleikjum og horfa á fyrirmyndirnar keppa. Meistaraflokksleikmenn kíktu í heimsókn á tímabilinu. Systurnar Hlín og Málfríður Eiríksdætur komu, kenndu margt og voru duglegar að svara spurningum.

**Þátttaka og árangur í mótum:** Krónumót HK, TVG Zimsen mótið, TM mót Stjörnuunnar, VÍS mót Þróttar, Cheerios mót Víkings, Síamótið og Arion banka mótið.

Besta við flokkinn og það að þjálfari hann: Flestir leikmenn voru duglegir að mæta á æfingar og yfir sumartímann fóru þær líka í Knattspyrnskóla Vals. Framfarir voru miklar og gleðin alltaf til staðar. Sannur Valsandi réð alltaf ríkjum.

### 8. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 40.

**Þjálfarar:** Aðalsteinn, Stefanía, Luis, Patrik og Diljá.

Þættir sem unnið hefur verið í til að auka liðsheild hjá flokknum: Krakkar sem æfa í 8. flokki eru flestir á 4. og 5. aldursári og því að taka sín fyrstu skref á knatt-

spyrnuvellingum. Það er því mikilvægt fyrir þjálfara og foreldra að kenna þeim rétta hegðun í hópíþróttum, t.d. sýna félögunum virðingu og kurteisi, vera hvetjandi og góðir hver við annan. Þannig er hægt að búa til góða liðsheild sem skilar sér í betri árangri og áhuga í íþróttum.

**Helstu markmið:** Að fara yfir helstu reglur leiksins, kenna þeim hvernig á að haga sér í hópíþrótt, efla hreyfifroskann með fjölbreyttum æfingum.

**Þátttaka í mótum:** Þar má nefna TM-mót Stjörnuunnar, VÍS-mót Þróttar og Arionbanka mót-Víkings. Öll mótin heppnuðust frábærlega og sýndu strákarnir frábær tilþrif inni á vellingum og voru félaginu til sóma.

Besta við flokkinn og það að þjálfari hann: Flestir leikmenn voru duglegir að mæta á æfingar og yfir sumartímann fóru þeir líka í Knattspyrnskóla Vals. Sannur Valsandi réð alltaf ríkjum og þeir láta aldrei kappið bera fegurðina ofurliði.

### 7. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 32.

**Þjálfarar:** Ranveig Karlson og Soffía Ámundadóttir. Einnig Sunna, Auður, Katla og Aðalbjörg.

Þættir sem unnið hefur verið í til að auka liðsheild hjá flokknum: Sund, pizzupartý, heimsókn til Víkings og sameiginleg æfing.

**Skyldur sem Valsarar:** Flokkurinn var duglegur að leiða inn á í meistaraflokksleikjum og horfa á fyrirmyndirnar keppa. Meistaraflokksleikmenn sem eru frábærar fyrirmyndir kíktu í heimsókn á tímabilinu og kenndu margt og voru duglegar að svara spurningum.

**Helstu markmið:** Hafa gaman og leggja sig alla fram á æfingum og í leik.

**Þátttaka og árangur í mótum:** Fjölnismót – æfingaleikir, VÍS-mót Þróttar, Síamótið og Arionbanka-mót Víkings.



**8. flokkur kvenna í knattspyrnu.** Efri röð frá vinstri: Ronja Margrétar Geirsdóttir, Auður Soffía Haraldsdóttir, Auður Gyðudóttir Gunnarsdóttir, Áróra Steinunn Dungal, Arna Sigrúnardóttir Lárusdóttir, Melkorka Anna Guðmundsdóttir, Unnur Ása Ármannsdóttir og Sara Marín Árnadóttir. Neðri röð frá vinstri: Steindís G. Fanneyjardóttir, Sunna líf fjalarsdóttir, Marta María Sveinsdóttir, Helga Júlía Ragnarsdóttir, Bryndís Örk Kjartansdóttir, Birta Guðmundsdóttir, Elín Þuríður Olavsdóttir og Málfríður Andradóttir.



**7. flokkur kvenna í knattspyrnu.** Efsta röð frá vinstri: Lilja Bragadóttir, Lilja Katrín Jónsdóttir, Sigurbjörg Sæmundsen, Katla Gunnarsdóttir, Antonía Barkardóttir, Eyvör Storm Sigfúsdóttir, Nikola Kostek, Matthildur H. Ragnarsdóttir, Dalrós María Mathiesen, Katla Guðnadóttir og María Erla Aronsdóttir. Miðjuröð frá vinstri: Ingibjörg Eva Árnadóttir, Natalie Rós Sulca, Stella Dís Scheving, Guðrún Dís Fjalarsdóttir, Bryndís Esja Arnarsdóttir, Emilía Ósk Antonsdóttir, Selma Ingólfsdóttir, Ylfa Danielsdóttir, Sigrún Björk Ragnarsdóttir, Hildur Finnsdóttir og Uglya Kormáksdóttir. Neðsta röð frá vinstri: Ylfa Margrét Fjalarsdóttir, Matthildur Rúna Hermannsdóttir, Athena Marín Eðvarðsdóttir, Mía Alexandra Friðriksdóttir, Freyja Kjartansdóttir, Elsa Karen Snorradóttir, Ásthildur Freyja Ívarsdóttir, Fanndís Hera Finnsdóttir, Iðunn Hrefna Daðadóttir, Charlotte Caillet Serra og Hrafnhildur Myrra Halldórsdóttir

### 7. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 80.

**Þjálfarar:** Arnar Steinn og fleiri.

Þættir sem unnið hefur verið í til að auka liðsheild hjá flokknunum. Flokkurinn var mjög samheldinn og einn liður í því að vinna með góða liðsheild var að halda gistinótt í Valsheimilinu í júní. Það gekk ljómandi vel og strákarnir fengu mikilvæga æfingu fyrir komandi gistimót.

Helstu markmið: Hafa gaman og leggja sig alla fram á æfingum og í leik.

Þátttaka og árangur í mótum: 7. flokkur Vals spilaði marga æfingaleiki og tók þátt á þó nokkrum mótum. Þar ber helst að nefna Norðurálmótið og sendu Valsarar 9. lið til leiks.

Besta við flokkinn: Strákarnir voru félaginu til sóma og höfðu virkilega gaman af. Mikill efniviður er í þessum tveimur árgöngum.

### 6. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** Rúmlega 30.

**Þjálfarar:** Kristján Arnar og Sveinn Þorkell.

Þættir sem unnið hefur verið í til að auka liðsheild hjá flokknunum. Meðal félagslega sem stelpurnar gerðu var að halda föndurdag og margt annað skemmtilegt.

Helstu markmið: Hafa gaman og leggja sig alla fram á æfingum og í leik.

Þátttaka og árangur í mótum: Flokkurinn tók þátt í mörgum mótum þetta árið, t.d. TM mótinu í Keflavík síðastliðið haust, Jólámóti Fjölnis, Íslandsbankamóti Gróttu, TM móti í Garðabæ, Lindex móti á Selfossi, Landsbankamóti á Sauðárkróki, Síamamóti í Kópavogi og einnig Hnátumóti KSÍ. Eldra ár spilaði með 5. flokki á Íslandsmótinu. Þessi hópur náði frábærum árangri í sumar og það sem

meira er þá fór þeim virkilega mikið fram fótbolta. Liðin áttu í erfiðleikum á mótum um haustið en þegar sumarið kom og þá sérstaklega í lok sumars þá voru liðin byrjuð að sigra nokkur þeirra og náðu t.d. Valur 1 og Valur 2 fimmta sæti á Hnátumótinu.

Besta við flokkinn: Það sem var skemmtilegast við þennan flokk var að þær voru eldhressar og alltaf tilbúnar að leggja sig fram.

### 6. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 82.

**Þjálfarar:** Eiður Ben, Birkir Már og fleiri.

Þættir sem unnið hefur verið í til að auka liðsheild hjá flokknunum. Mikil áhersla á aga í öllu sem flokkurinn gerir, gefa einstaklingnum tækifæri á að blómstra og vera hann sjálfur. Allar

**7. flokkur karla í knattspyrnu.** Efsta röð frá vinstri: Stormur Þórsson, Jón Birnir Nielsen, Grímur Orri Guðmundsson, Sigurjón Jaki Matthildarson, Víkingur Heiðar Þorsteinsson, Guðmundur Ísak Karlsson, Benjamín Loki Hover, Gústav Þór Elverdam Kjærnested, Einar Dagur Þorsteinsson, Víkingur Leó Birkisson, Goði Marinósson, Einar Dúi Arnarsson og Arnar Norðfjörð Sveinsson. Næst efsta röð frá vinstri: Pétur Yasu Kjartanson Terada, Lucas Ramos, Adrián Þór Diðriksson, Kári Ísleifur Íversen, Atli Már Veturliðason, Stefán Reynir Guigay, Matthías Snær Bjarnason, Jón Louie Freygang Thoroddsen og Sigurður Jóhann Hjartarson. Miðröð frá vinstri: Frosti Þorvaldson, Jóhannes Bronson, Daníel Bragi Þorrason, Bjarki Atlason, Halldór Sturlaugsson, Viktor Krummi Young, Steinar Dagur Pálsson, Sigurjón Jaki Matthildarson og Páll Ernir Vatnsdal. Næst neðsta röð frá vinstri: Elías Yuki Sveinbjörnsson Lura, Torfi Tryggvason, Rúnar Gylfi Eggertsson, Brynjar Martinus Ikelaar, Matthias Kári Jóhannsson, Orri Hallgrímur Hjálmarsson, Viktor Jökull Eðvaldsson, Logi Hrannarsson, Hilmir Ósmann Baldvinsson, Viktor Krummi Young, Sigurður Björn Patreksson, Kristinn Hlífur Ágústsson, Sindri Snær Ellertson Thors og Eldar Jóhannsson. Neðsta röð frá vinstri: Emil Orri Linduson, Stefán Hugi Magnússon, Hrafn Jóhannsson, Bastían Nói Ágústsson, Kolbeinn Hermannsson, Rafael Xavier Moyle, Kolbeinn Kjói Kjartansson, Jóhann Örn Jónsson, Bergþór Logi Rosario Sousa, Bjarmi Þór Ragnarsson og Jón Þór Jónsson Kjeld.





**6. flokkur kvenna í knattspyrnu.** Efri röð frá vinstri: Vera Larsdóttir, Hildur Högnadóttir, Eyja Garðarsdóttir, Lís Ingólfsdóttir, Anna Margrét Jónsdóttir Kjeld, Manda María Jóhannsdóttir, Hrafnhildur Thelía Þórhallsdóttir og Helena Emma Árnadóttir. Neðri röð frá vinstri: Sigríður Ragna Kjartansdóttir, Ísabella Anna Conger, Jóhanna Hilda Sigurjónsdóttir, Þórkatla Jabali, Sveinbjörg Lára Viggósdóttir, Alexandra Gunnarsdóttir, Kolbrá Eva Árnadóttir og Karen Emmý Einarsdóttir.

æfingar hafa snúist um keppni, þar sem leikmenn vinna saman sem ein heild. Allir leikmenn flokksins hafa sýnt mikinn áhuga á að æfa sig aukalega og hópuðust leikmenn fyrir og eftir æfingar í leikjum með bolta.

**Helstu markmið:** Að leikmenn gætu spilað þann leikstíl sem var æfður, t.d. að spila út frá markinu sínu og í gegnum miðjuna og að geta hápressað andstæðinginn allan leikinn og gætu brugðist hratt við þegar boltinn vannst. Allir leikmenn og foreldrar tóku mjög vel í það, leikmenn og foreldrar sýndu því líka mikinn skilning þegar mistök áttu sér stað.

**Þátttaka og árangur í mótum:** Flokkurinn tók þátt í ýmsum mótum. Stærstu mótin voru Vís mót Þróttar, Orkumótið í eyjum, Set mótið á Selfossi og Króksmótið á Sauðárkróki. Árangurinn var mjög góður, leikmenn tóku miklum framförum milli móta.

**Besta við flokkinn:** Besta við flokkinn er klárlega hversu móttækilegir allir leikmenn voru í gegnum allt ferlið. Leikmenn vilja koma á allar æfingar með gott hugarfar, hlusta og taka leiðbeiningum.

### 5. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** Tæplega 30 stelpur.

**Þjálfarar:** Kristján Arnar og Sveinn Þorkell.

Þættir sem unnið hefur verið í til að auka liðsheild hjá flokknum. Stelpurnar gerðu margt félagslegt eins og sundferðir, ísferðir voru með frábært skemmtiatriði út í Eyjum.

**Helstu markmið:** Verða betri í fótbolta og enn betri einstaklingar.

**Þátttaka og árangur í mótum:** Flokkurinn tók þátt í mörgum mótum og leikirnir sem þær spiluðu þetta tímabil orðnir ansi margir. TM mótið í Keflavík síðastliðið haust, RVK/Faxamótið, TM mótið í

Eyjum, Síamótið, Íslandsmótið. Stelpurnar áttu virkilega góð mót í sumar eins og t.d. á Síamótinu. Nokkrar stelpur á eldra ári fengu tækifæri með 4. flokki, það fjölgaði nokkuð í flokknum sem var virkilega ánægjulegt.

**Besta við flokkinn:** Þessar stelpur lögðu mikið á sig allan síðastliðinn vetur og uppskáru eftir því virkilega skemmtilegar og hressar stelpur sem gáfu allt í þetta.

### 5. flokkur karla.

**Fjöldi iðkenda:** 80.

**Þjálfarar:** Jóhann Páll og Kristján Daði, Arnar Páll, Þórhallur Valur, Aron Elí og Patrik.

Þættir sem unnið hefur verið í til að auka liðsheild hjá flokknum. Landsliðsmaðurinn Albert Guðmundsson kom í heimsókn og svo aukæfingar í Austó.

**Helstu markmið** voru að halda í stærð

**6. flokkur karla í knattspyrnu.** Efri röð frá vinstri: Ásgrímur Guðmundsson, Atli Freyr Haraldsson, Lucas Sindri Pompoulie, Viktor Tumi Helgason, Hrafn Hlynsson, Stefán Arnar Úlfarsson, Sigurður Ingvar Grímsson, Arnar Norðfjörð Sveinsson, Atli Þórsson, Sigurjón Gunnar Þorvaldsson og Sigurður Breki Geirsson. Næst efsta röð frá vinstri: Agape Isiagbon Izeke, Sigurður Ingvar Grímsson, Vilhjálmur Valtýr Kristjánsson, Jón Dýri Grétarsson, Andri Þór Winrow, Baldur Axelsson, Hilmar Þór Þorgeirsson, Aðalsteinn Sighvatsson, Styrmir Blöndal Ingvarsson, Leó Steinn Tómasson, Daniil Pugaciov og Frosti Þorvaldsson. Miðjuröð frá vinstri: Valur Björnsson, Victor Úlfar Farestveit, Pétur, Fálki Víðar Gunnarsson, Christian Stefán Hover, Helgi Steinar Heiðarsson, Tristan Bergman Einarsson, Árni Valur Fróðason, Ísak Marwin Lewis, Loki Kristjánsson og Stefán Arason. Næst neðsta röð frá vinstri: Björn Ingi Bragason, Leifur Ottó Þórarinnsson, Kári Halldórsson, Loki Þórsson, Jónas Baltasar Halldórsson, Marteinn Elías Bárðarson, Jóhann Patrik Puriðarson, Jónatan Vignir Guigay, Jakub Sokól og Þorvaldur Kristjánsson. Neðsta röð frá vinstri: Ari Dan Hallgrímsson, Orri Hallfríðar Þórisson, Ernir Sigfús Beck Pálsson, Sigmar Magni Jóhannsson, Jósef Ómarsson, Pétur Eiríksson, Haraldur Elí Sigurðsson, Tjörvi Franklín Bjarkason, Óliver Breki Arnarson, Steven Þorkell Ikelaar, Árni Dan Ármannsson og Patrik Bjarni Valgarðsson. Miðjuröð frá vinstri: Atli Hrafn Lárusson, Dawid Kostek, Andri Luke Snorrason, Bjarki Þórður Benediktsson, Steinþór Núi Árnason, Alexander Björnsson, Núi Kárason, Dagur Ármannsson, Mikael Aron Árnason, Gísli Dan Rúnarsson, Lucas Joshua Snædal Garrison og Práinn Gíslason. Neðsta röð frá vinstri: Kiljan Valur Valgerðarson, Víðir Jökull Valdimarsson, Hjálmtýr Pétursson, Úlfur Geir Rósinkranz, Dagur Thors, Loki Gunnar Rósinkranz, Killian Bjartur August Madegard, Ísak Helgi Björnsson, Þorsteinn Kári Erlendsson, Daníe Hjaltalín Héðinsson og Emil Nönnu Sigurbjörnsson.





**5. flokkur kvenna í knattspyrnu.** Efsta röð frá vinstri: Eva Guðrún Magnúsdóttir, Mia Maren Silvernail, Guðbjörg Zelda Marvinsdóttir, Ylfa Isabel Marcosdóttir, Arianna Rakel Almarsdóttir og Gerður María Sveindsóttir. Miðröð frá vinstri: Karítas Barkardóttir, Ása Kristín Tryggvadóttir, Auður Björg Ármannsdóttir, Aníta Björk Matthíasdóttir, Hulda Marín Jónsdóttir og Guðlaug Alexandra Snorraddóttir. Neðsta röð frá vinstri: Steinunn Jónsdóttir, Katrín Anna Kristjánsdóttir, Hekla Garðarsdóttir, Birna Björg Gunnarsdóttir, Sara Stardal Steinþórudóttir, María Ísabella Z Steinarsdóttir og Særún Erla Jónsdóttir.

hópsins og auka áhuga drengjanna á fótbolta, jafnt og að bæta sig sem fótbolta-menn.

Pátttaka og árangur í mótum: Flokkurinn tók þátt í fjölmörgum mótum og spilaði rúmar 10.000 mínútur af fótbolta þetta árið, Goðamót, Reykjavíkurmót, Ísey skyrbar mótið, Íslandsmót þar sem A-lið datt úr í undanúrslitum. Í sumar fór flokkurinn líka á N1 mótið og á Olísmótið, árangurinn þar var frábær, en þrjú lið enduðu á palli á N1 mótinu, Valur 1, Valur 5 og Valur 6. En á Olísmótinu enduðu öll lið á palli, ýmist í öðru eða fyrsta sæti.

Besta við flokkinn: Eiginleikar hópsins eru margir, það eru 80 stuðbolar í hópnum og var aldrei dauð stund, hópurinn hefur brennandi áhuga á fótbolta og mæting á æfingar í jólafrí, páskafrí og aukaæfingar á Austó er góður vitnisburður um það.

#### 4. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 53.

**Þjálfarar:** Soffía og Arnar Páll.

Þættir sem unnið hefur verið í til að auka liðsheild hjá flokknum: Margt félagslegt, s.s. sund, ströndin, bíó, út að borða, matarboð, borðað í Fjósinu, jólagleði í Fjósinu með 4.fl.karla. og öskudagsæfing.

Góðverk fyrir jólin í fyrra: Allar lögðu pening í sjóð og keyptu um 50 jólagjafir fyrir unglunga og settu undir jólatréð í Kringunni. Það var gaman að sjá gleðina og jólaandann sem kom með því að láta gott af sér leiða.

Skyldur sem Valsarar: Tóku oft til í áhaldageymslu og boltageymslu. Yfirleitt þarf tapliðið að gera það á æfingum. Tóku útisvæði Vals í gegn, sáu um dóm-gæslu fyrir yngri flokka og sáu um barna-gæslu fyrir meistaraflokksleikmenn.

Meistaraflokksleikmenn o.fl. kíktu í heimsókn á tímabilinu, t.d. Þorgrímur, Adda, Margrét Lára, Sandra, Elísa, Haukur Páll og Rasmus. Frábærar fyrirmyndir kenndu stelpunum margt og voru dugleg að svara spurningum.

Helstu markmið: Strax í upphafi setti flokkurinn sér markmið, reistu fjall og ætluðu á toppinn í lok tímabils. Flest öllum markmiðum var náð. Mikil áhersla var á hópefli og jákvæða upplifun.

Pátttaka og árangur í mótum: Jólamoðs-meistarar (Keflavíkurmót) | Faxaflóa-meistarar / Reykjavíkumeistarar, Rey Cup meistarar, unnu riðlana í Íslandsmóti og fóru í úrslitaleikina í A og B. C endaði í 3. sæti. Tóku á móti erlendum liðum frá USA og Englandi og léku við þau æfingaleiki og buðu í Pálnuboð eftir leik í Fjósinu. Gaman var að sjá stelpurnar blandast og ræða saman.

**5. flokkur karla í knattspyrnu.** Efsta röð frá vinstri: Kári Steinn Guðmundsson, Gunnlaugur Hrafn Birgisson, Guðmundur Kristján Haraldsson, Ísak Kristófer Rúnarsson, Þorsteinn Jökull Ívarsson, Óskar Sveinn Einarsson, Jón Jökull Úlfarsson, Árni Steinar Ólafsson, Caue Da Costa Olivera, Ágúst Leví Karlsson, Oliver Breki Eðvarsson og Benedikt Hróar Daðason. Röð 2 frá vinstri: Böðvar Stefánsson, Hrafnkell Tumi Ólafsson, Ólafur Kári Bjarnason, Starkarður Jónasson, Óli Gunnar Sveinarsson, Ólafur Ingi Bergmann Sveinsson, Jakob Yong Jónsson, Erling Hólm Ottason, Egill Eyþórsson, Steinar Yang Önnusson og Annel Máni Jóhannsson. Röð 3 frá vinstri: Kári Þorvaldsson, Jónas Ingi Bergsson, Bragi Þór Arnarsson, Friðrill Máni Þorvaldsson, Fannar Dagur Fjalarsson, Óðinn Gabríel Erlendsson, Jónas Thor Þórhallsson, Andreas Halldór Ingason, Grímur Ragnarsson, Haukur Norðfjörð Sveinsson, Samuel Tumi Olími Devos, Míó Magnason, Haraldur Elí Sigurðsson, Snorri Karl Veturlidason og Gunnar Ingi Stefánsson. Röð 4 frá vinstri: Mattías Kjeld, Sigurður Atli Ragnarsson, Darri Freyri Gíslason, Gunnar Jakobsson, Viktor Þór Lárusson, Kári Rúnar Valgeirsson, Eldar Zotes, Börkur Bruun, Ólafur Bragason, Arnaldur Orri Gunnarsson, Markús Orri Jóhannsson og Mikael Eiríksson. Neðsta röð frá vinstri: Birkir Hrafn Bjarnason, Flóki Skjaldarsson, Úlfur Oddsson, Bjartur Þórisson, Viktor Orri Oddsson, Bjarni Friðrik Gíslason, Óliver Friðriksson, Axel Reinhold Kristjánsson, Kjartan Úlfur Egilsson, Tristan Friðriksson, Kevin Kuklis, Theodór Bjarni Ásgeirsson, Alexander Elvar Young og Ægir Einarsson Hafberg.





**4. flokkur kvenna í knattspyrnu.** Efsta röð frá vinstri: Una Birna Lárusdóttir, Hafdís María Einarsdóttir, Ágústa María Valtýrsdóttir, Tinna Guðjónsdóttir, Jarún Jakobsdóttir, Katla Broét Björgvinsdóttir, Elísabet María J'Onsdóttir Kjeld, Laufey Halla Sverrisdóttir og Ingibjörg Xiang Ragnarsdóttir. Næst efsta röð frá vinstri: Iðunn Gróa Sighvatsdóttir, Karítas Embla Eiríksdóttir, Jóhanna Valfells, Apríl Emma Gunnsteinsdóttir, Selma Dís Scheving, Jakobína Björk Jónasdóttir, Díana Ásta Guðmundsdóttir, Hekla Gaukdóttir og Hrafnhildur Oddgeirsdóttir. Næst fremsta röð frá vinstri: Helga Nína Haraldsdóttir, Ísold Hallfríðar Þórisdóttir, Nína María E. Valgarðsdóttir, Ingibjörg Ellý Herbertsdóttir, Karólína Thoroddsen, Steinunn Lind Hróardóttir, Glódis María Gunnarsdóttir, Embla Guðný Jónsdóttir og Jenný Zoéga. Fremsta röð frá vinstri: Kadek Dharma Sól Dediksdóttir, Sólveig Ebba Jónsdóttir, Rakel Ágústa Stefánsdóttir, Steinunn Margrét Herberstdóttir, Svanhildur Dóra Haraldsdóttir, Guðrún Hekla Traustdóttir, Embla Dögg Aðalsteinsdóttir, Kolbrá Kristinsdóttir og Lilja Karen Sigurðardóttir.

Margir leikmenn fengu að fara á landsliðsæfingar og kynnast því metnaðarfulla starfi sem þar er. Landsliðsþjálfarinn var virkilega ánægður með þær og talaði um tæknilega góðar, með góðan leikskilning og mikil gæði.

#### 4. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 35–40.

**Þjálfarar:** Arnar Steinn, Halli Dan og Jóhann Páll.

Þættir sem unnið hefur verið í til að auka liðsheild hjá flokknum: Brunch, horfa á leiki og spjalla utan æfinga var einn liður í því.

Helstu markmið: Strákarnir tókust á við það krefjandi verkefni að spila í 4. flokki með hjálp þeirra sem höfðu áður reynslu af því. Mikill stígandi var í flokknum strax frá fyrstu mánuðum tímabilsins og góð æfingaaðsókn skilaði sér í

því að markmið flokksins náðust. Hluti af að ná þeim markmiðum var að efla liðsanda og fá strákana til þess að vinna saman og hafa gaman saman.

Þátttaka og árangur í mótum: Flokkurinn tók þátt í Reykjavíkurmóti (6. sæti) – Íslandsmóti (3. sæti B-Riðill) Rey Cup (5. sæti).

#### 3. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 22.

**Þjálfarar:** Ranveig og Arnar Páll.

Helstu markmið: Jói um styrktarþjálfun sem og endurheimt. Yfir veturinn var tekið þátt í Faxaflóa/Reykjavíkurmóti með A og B lið þar sem bæði lið enduðu sem meistara.

Þátttaka og árangur í mótum: Yfir sumartímamann var tekið þátt í bikarum þar sem A-liðið datt út í 8 liða úrslitum, endaði í 4. sæti á Reycup og í 4. sæti.

Annað: Í þessum hópi eru fimm leikmenn sem hafa spilað landsleik á þessu ári og hafa leikmenn tekið miklum og stöðugum framförum. Fjórir leikmenn voru í meistaraflokkshópi í sumar og tvær af þeim spiluðu leiki. Hópurinn æfði gríðarlega vel og sýndi mikinn metnað.

#### 3. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 30.

**Þjálfarar:** Halli og Halli.

Þættir sem unnið hefur verið í til að auka liðsheild hjá flokknum: Hópefli var stór partur af nálgun þjálfara og mikil áhersla lögð á samskipti leikmanna innan sem utan æfinga. Flokkurinn fór með jafnöldrum sínum í handboltanum á bikarleik Vals og Selfoss á Selfossi sem var stórskemmtilegt og sýnir félagsandann sem býr í hópnum.

Helstu markmið: Sumarið hófst á



**4. flokkur karla í knattspyrnu.** Efsta röð frá vinstri: 4. flokkur karla í knattspyrnu. Efsta röð frá vinstri: Styrmir Goði Sigfússon, Benedikt Jóel Elvarsson, Kolbeinn Högni Jónsson, Axel Daðason, Sigurbjörn Hrafn Hrafnhildarson, Heiðar Guðni Sveinarsson, Þórður Sveinn Einarsson, Snorri Már Friðriksson, Rigon Jón Kaleviqi, Jóel Kári Matthíasson, Helber Josua Catano Catano, Kristján Sindri Kristjánsson, Kjartan Miliáni Dahmane Sallé og Egill Agnar Benediktsson. Miðjuröð frá vinstri: Atli Hrafn Lárusson, Dawid Kostek, Andri Luke Snorrason, Bjarki Þórður Benediktsson, Steinþór Nói Árnason, Alexander Björnsson, Nói Kárason, Dagur Ármannsson, Mikael Aron Árnason, Gísli Dan Rúnarsson, Lucas Joshua Snædal Garrison og Þráinn Gíslason. Neðsta röð frá vinstri: Kiljan Valur Valgerðarson, Víðir Jökull Valdimarsson, Hjálmtýr Pétursson, Úlfur Geir Rósinkranz, Dagur Thors, Loki Gunnar Rósinkranz, Killian Bjartur August Madegard, Ísak Helgi Björnsson, Þorsteinn Kári Erlendsson, Daníe Hjaltalín Héðinsson og Emil Nönnu Sigurbjörnsson.



**3. flokkur kvenna í knattspyrnu.** Efsta röð frá vinstri: María Hlín Ólafsdóttir, Embla Björg Sigurðardóttir, Ylfa Sigurðardóttir, Elísabet Erlendsdóttir, Þórdís Daðadóttir, Mía Pálína Gunnarsdóttir, Steinunn Jenný Karlsdóttir, Freyja Sól F. Heldersdóttir og Laufey Steinunn Kristinsdóttir. Miðjuröð frá vinstri: Huguín Lóa Kvaran, Auður Ísold Hilmarsdóttir Kjerúlf, Ásgerður Káradóttir, Fjóla Rúnarsdóttir, Arngunnur Kristjánsdóttir, Sigríður Theódóra Guðmundsdóttir, Kristín Anna Smári, Birta Ósk Sigurjónsdóttir og Salka Mei Andrésdóttir. Neðsta röð frá vinstri: Katla Tryggvadóttir, Sigríður Birta Magnúsdóttir, Guðlaug Ásgeirsdóttir, Eva Stefánsdóttir, Bergljót Júlíana Kristinsdóttir, Fanney Inga Birkisdóttir, Embla Karen Bergmann Jónsdóttir, Valgerður Gríma Sigurjónsdóttir og Snæfríður Eva Eiríksdóttir. Á myndina vantar: Emblu Steindórsdóttur, Telmu Steindórsdóttur og Decca Jóhannesdóttur Huber.

æfingaferð til Vildbjerg Sportcenter í Danmörku. Þar var æft tvisvar á dag, FC Midtjylland heimsótt og unnið í félagslegum gildum. Hópurinn kom fíleflur inn í Íslandsmótið þar sem hann stóð sig með þrýði framan af en gaf því miður eftir og náði ekki markmiði flokksins sem var að komast upp um deild.

Þátttaka og árangur í mótum: Flokkurinn sendi tvö lið til keppni í Íslandsmóti og Reykjavíkurmóti og stóðu þau sig þrýðilega. Valur lenti í 2. sæti í Reykjavíkurmótinu og var veturinn virkilega skemmtilegur þrátt fyrir erfitt veður á köflum.

Annað: Drengirnir lögðu mikið á sig í sjálfboðaliðastarfi fyrir félagið. Leikmenn 3. flokks mönnum sjoðuvaktir á

öllum heimaleikjum meistaraflokks karla, dæmdu alla leiki 5. flokks og flesta hjá 4. flokki líka. Þjálfurunum þótti ánægjulegt að drengirnir komu alltaf vel fram innan sem utan vallar, í Valsheimilinu og á erlendri grundu og voru félaginu til sóma.

**Lollabikarinn 2019.**

Ásdís Atladóttir  
**Friðriksbikarinn í 3. flokki:** Hildur Björk Búadóttir og Benedikt Darri Gunnarsson.



Viðurkenningar á uppskeruhátíð yngri flokka. Frá vinstri: Benedikt Darri Gunnarsson 3. fl. Friðriksbikar, Ásdís Atladóttir 3. fl. Lollabikar og Hildur Björk Búadóttir 3. fl. Friðriksbikar.



**3. flokkur karla í knattspyrnu.** Fremsta röð frá vinstri: Björn Magnússon, Jón Ágúst Júlíusarson, Dagur Rökkvi Bergsson, Sölvi Högnason, Kristján Hjörvar Sigurkarlsson, Alexander Hraundal, Angel Stéfan Cabrera Solys, Ágúst Carl Guðmundsson og Gustavo Gramata De Almeida. Miðröð frá vinstri: Baldur Fannar Ingason, Bele Alomerovic, Ómar Atli Viggóson, Bragi Þór Valgarðsson, Jonathan Haile Kebede, Þórður Sveinn Einarsson, Snorri Már Friðriksson, Kári Stephensen og Davíð Steinn B Magnússon. Efsta röð frá vinstri: Norbert Szymczyk, Baldur Karl Björnsson, Helgi Valur Wedholm Gunnarsson, Govand Zeravan, Bjarmi Kristinsson, Friðrik Óskar Reynisson, Heimir Tjörvi Magnússon og Dagur Davíðsson.



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

Haukur Rúnar Magnússon

Helena Þórðardóttir

Helgi Benediktsson

Helgi I. Jónsson

Helgi Magnússon

Helgi Rúnar Magússon

Helgi Sigurðsson

Hera Grímsdóttir

Hilmir Elísson

Hlaðbær-Colas hf

Hörður Gunnarsson

Hörður Hilmarsson

Iðntré – Hermann Gunnarsson

Ingi Rafn Jónsson

Ingólfur A Magnússon

Ingólfur Friðjónsson

Ingvi Hrafn Jónsson

Jakob Sigurðsson

Jóhann B. Birgisson

Jói Útherji

Jón Garðar Hreiðarsson

Jón Gíslason

Jón Gunnar Bergs

Jón Gunnar Zoëga

Jón Halldórsson forseti Urriðans

Jón Höskuldsson

Jón Kristjánsson

Jón Pétur Jónsson

Jón S. Helgason

Jón Sigurðsson

Jónas Guðmundsson

Júlíus Jónasson

Karl Axelsson

Karl Guðmundsson

Karl Harry Sigurðsson

Karl Jónsson

Kjartan Georg Gunnarsson

KOM (Friðjón Friðjónsson)

Kristján Ásgeirsson

Kvan travel

Lárus Bl. Sigurðsson

Lárus Blöndal

Leifur Aðalgeir Benediktsson

Leonard, Kringlunni

Markús Máni Michaelsson Maute

Már B. Gunnarsson



# Íslandsmeistaratitli í knattspyrnu kvenna fagnað á Hlíðarenda

Ljósmyndir Þorsteinn Ólafs







Íslandsmeistarar 2019, Lillý Rut Hlynsdóttir og Guðný Árnadóttir. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafsson.

# Aætluðum að vinna titilinn í sumar

## Guðný Árnadóttir er 19 ára og leikur knattspyrnu með meistaraflokki

**ingunni að ná að landa titlinum í lok sumars?** „Tímabilið var mjög gott, manni fannst einhvern veginn eins og enginn gæti unnið okkur og að við ætluðum að vinna þennan titil í allt sumar. Tilfinningin að vinna hann var svo alveg mögnuð.“

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fótbolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** „Góð umgjörð hjá félaginu og góð lið sem búið er að byggja upp.“

**Markmið fyrir næsta tímabil?** „Við viljum auðvitað aftur vinna Íslandsmeistatitilinn og ekki væri leiðinlegt að komast lengra í bikarnum Ífka. Komast svo eins langt og við mögulega getum í Meistaradeildinni.“

**Besti stuðningsmaðurinn?** „Fjölskyldan.“

**Erfiðustu samherjarnir?** „Getur verið erfitt að eiga við Fanndísi í brassa.“

**Erfiðustu mótherjarnir?** „Franska landsliðið.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Orri Þórðarson hjá FH og svo Cober þjálfarinn minn hjá Sindra og núverandi þjálfari Grindavíkur.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** „Dóra María.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** „Hannes Þór.“

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val?** „Líst mjög vel á þær stelpur sem eru að koma upp í meistaraflokkinn hjá okkur, greinilega vel þjálfaðar og metnaðarfullar.“

**Draumur um atvinnumennsku í fótbolta?** „Draumurinn er að verða atvinnumaður og geta lifað á því einu að spila fótbolta og spila með einhverju af bestu liðum Evrópu.“

**Landsliðsdraumar þínir?** „Spila á stórmóti.“

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** „Áhugasamur, hvetjandi og vill ná því besta fram úr sínu liði.“

**Uppáhalds erlenda fótboltafélagið?** „Arsenal.“

**Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi?** „Skemmtileg og mjög svo góð blanda af gamla og nýja skólanum.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** Metnaður, vilji og að setja sér skýr markmið.“

**Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val?**

„Almennt tel ég jafnréttismálin í góðu lagi hjá Val en alltaf er eitthvað hægt að bæta eins og t.d. að liðin hafi sambærilega klefa og svo fara miklu meiri peningar í karlafótbolta almennt en það á ekki bara við um Val og því þarf að breyta alls staðar.“

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

„Auka fræðslu því fræðsla er besta forvörn.“

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** „Auglýsa leikina betur og að leikmenn séu duglegir að virkja yngri flokkana til að koma á völinn og þá fylgja foreldrarnir oft með.“

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** „Byggja knattþús.“

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda?** „Mjög flott aðstaða sem hefur allt til þess að leikmenn geti hámarkað árangur sinn.“

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** „Ég vil að Valur festi sig í sessi sem topp 3 lið í öllum deildum og flokkum.“

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

„Með metnaðarfullu starfi og góðri kynningu á starfinu.“

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** „Sigur kvennaliðanna í Íslandsmóti í fótbolta, handbolta og körfubolta.“

**Besta kvikmynd?** „The blind side.“

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

**Nám?** „Flensborgarskólinn í Hafnarfirði.“

**Hvað ætlar þú að verða?** „Atvinnumaður í knattspyrnu og annað starf á sviði íþróttá.“

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** „Spila fótbolta einhvers staðar úti í heimi og búin að ljúka háskólanámi.“

**Af hverju Valur?** „Metnaðurinn hjá félaginu til að gera vel og spennandi leikmannahópur fyrir mig að æfa og spila með.“

**Uppeldisfélag í fótbolta?** „Byrjaði hjá Sindra á Hornafirði og svo FH frá 13 ára aldri.“

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum?** „Pau hafa stutt mig eins mikið og þau geta mæta nánast á hvern einasta leik sama hvar hann er.“

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** „Móðir mín var afburðagóð í blaki.“

**Af hverju fótbolta?** „Foreldrar mínir muntuðu mér til að fara á fótboltaæfingu þegar ég var 6 ára því ég vildi ekki fara en eftir nokkrar æfingar var ekki aftur snúið.“

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** „Hef unnið til nokkurra verðlauna í frjálsum íþróttum.“

**Eftirminnilegast úr boltanum?** „Fyrsti U-17 landsleikurinn gegn Þýskalandi hér heima í úrslitakeppni EM.“

**Lýstu Valsliðinu í fótbolta kvenna í stuttu máli?** „Metnaðarfullt lið með skýr markmið og góða liðsheild.“

**Hver er lykillinn að velgengni Valsliðsins í fótbolta um þessar mundir?**

„Mikil samstaða innan liðsins og allir ákveðnir í að vinna að því sama.“

**Stutt lýsing á síðasta tímabili og tilfinningunni?**

# Yngri flokkar skili fleirum í meistaraflokk

## Valgeir Lúnddal Friðriksson er 18 ára og leikur knattspyrnu með meistaraflokki

**Nám?** „Er á afreksbraut í Borgarholts-skóla.“

**Hvað ætlar þú að verða?** „Atvinnumaður í fótbolta og svo langar mig að verða kírópraktor.“

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** „Á hátindi ferilsins á Spáni eða Englandi.“

**Af hverju Valur?** „Það voru nokkur félög sem sýndu mér áhuga en Valur er stórt metnaðarfullt félag sem vill vinna titla eins og ég hef verið að gera alla mína yngri flokka hjá Fjölni og kann ekkert annað svo það lá beint við að fara í Val. Og það að æfa með bestu leikmönnum landsins er góð reynsla fyrir mig og bætir mig sem fótboltamann.“

**Uppeldisfélag í fótbolta?** „Fjölnir.“

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** „Það er bara pabbi, Friðrik Lúnddal Gestsson, hann var í Val, '71 kynslóðin.“

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum?** „Mjög mikið með því að hvetja mig áfram og skutla mér á æfingar, fótboltanámskeið, morgunakademíur út um allan bæ. Þau hafa komið að horfa á mann í landsliðsverkefnum. Það er frábært að vera með svona gott bakland.“

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** „Frændi minn Aron Rafn, handboltamaður í Hamburg í Þýskalandi.“

**Af hverju fótbolti?** „Byrjaði 5 ára og það kom ekkert annað til greina, finnst mjög gaman í fótbolta.“

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** „Vann golfmót 2011 í Úthlíð, það er mitt helsta afrek í öðrum íþróttum.“

**Eftirminnilegast úr boltanum?** „Spilaði 12 leiki Pepsi deildinni með Fjölni 2018, 16 ára gamall. Fannst líka gaman að fá að æfa með Brøndby og Stoke í vor.“

**Þú varst valinn efnilegasti leikmaðurinn í meistaraflokki á uppskeruhátíðinni. Hvaða þýðingu hefur það fyrir þig; hvernig var tilfinningin?** „Auðvitað frábær tilfinning að fá þessa viðurkenningu.“

**Lýstu Valsliðinu í fótbolta karla í**

**stuttu máli, hvað einkennir það?** „Mikil gæði og reynsla. Valur vill spila boltanum hratt og keyra hratt á andstæðingana þegar tækifæri gefst til.“

**Gengi Valsliðsins í sumar; hvað viltu segja um það í stuttu máli?** „Meiðsli og óheppni með töpuðum stigum í lok nokkurra leikja.“

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fótbolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** „Svona árangur næst með góðum þjálfurum og góðum leikmannahópi. Jafnframt verður heppnin auðvitað að falla með liðunum.“

**Markmið fyrir næsta tímabil?** „Vera fastamaður í Val næsta sumar og vera valinn í U-21 landsliðið.“

**Besti stuðningsmaðurinn?** „Fjölskyldan mín.“

**Erfiðustu samherjarnir?** „Það er ekkert gaman að þurfa að dekkja Kristin Frey og Patrick Pedersen á æfingum.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Ólafur Páll Snorrason sem þjálfaði mig hjá Fjölni 2018 og gaf mér tækifærið í Pepsi deildinni.“

**Mesta prakkarastrik?** „Ætli það sé ekki þegar ég var rekinn úr áfanga í skólanum fyrir að svindla á prófi.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** „Hlín Eiríksdóttir því hún er einungis 19 ára en er samt að spila með A-landsliði kvenna.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** „Haukur Páll, fyrirliði, hann er góður leiðbeinandi og tók vel á móti mér þegar ég mætti í Val.“

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val?** „Mér líst vel á þá og auðvitað verður að fjölga í yngri flokkum félagsins, vinna sig uppí A-deild í öllum flokkum og skila fleiri leikmönnum upp í meistaraflokk.“

**Erfiðustu mótherjar?** „Aron Bjarnason, fyrrverandi leikmaður Blika og Steven Lennon.“



**Fyrirmynd þín í fótbolta?** „Cristiano Ronaldo.“

**Draumur um atvinnumennsku í fótbolta?** „Spila á Englandi og Spáni með góðum liðum.“

**Landsliðsdraumar þínir?** „Búinn að spila með öllum yngri landsliðum og draumurinn er að komast í U-21 og A-landsliðið.“

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** „Vera leiðbeinandi og segja það sem honum finnst. Finnst mjög gott að fá leiðbeiningar á meðan ég er svona ungur.“

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

**Hvernig líst þér á nýja þjálfarateymið?** „Mjög vel, er mjög spenntur fyrir að kynnast Heimi og Túfa, þeir eru með mikla reynslu sem ég á eftir að geta nýtt mér.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** „Vera jákvæður, æfa meira en hinir en mikilvægast af öllu er að setja sér markmið.“

**Hvað getur Valur gert til að vinna gegn fordómum, einelti og öðru ofbeldi?** „Fræðsla og kjósa t.d. 1–2 í hverum flokki sem passa uppá að öllum líði vel.“

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** „Með góðum úrslitum og sóknarbolta, það er það sem fólk vill. Svo þurfa að vera uppákomur fyrir leiki og með sterkan trommuslátt í leikjum. Þegar fólk fer á völinn vill það skemmtun.“

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** „Byggja strax innihöll svo maður þurfi ekki að æfa í snjógalla.“

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** „Efla yngri flokka starfsemi.“

**Besta kvikmynd?** „Grown ups, ekkert eðlilega myndin mynd.“

**Besta bók?** „Bókin hans Arons Einars (Aron, sagan mín).“

**Einkunnarorð?** „Hard work beats talent when talent doesn't work hard.“

**Hver stofnaði Val og hvenær?** „Nafni hans pabba, Séra Friðrik. Árið 1911.“



# Með geggjæðri liðsheild er allt hægt

## Hildur Björnsdóttir er 26 ára og leikur handknattleik með meistaraflokki

**Nám?** „Ég útskrifaðist sem íþróttifræðingur 2016.“

**Maki?** „Bjartur Guðmundsson.“

**Hvað ætlar þú að verða?** „Ég ætla verða betri í dag en í gær.“

**Af hverju Valur?** „Þegar Fylkir féll árið 2017 þá fannst mér komin tími á breytingu. Það höfðu nokkur lið samband og mér leist best á Val. Það sem heillaði mig var aðstaðan og liðið.“

**Uppeldisfélag í handbolta?** „Fylkir.“

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** „Ætli það sé ekki bara hann tengdapabbi minn, Guðmundur Helgi Magnússon. Hann er hluti af bekkjarfélögunum sem mæta á flest alla leiki hjá Val í öllum deildum og hjá báðum kynjum og láta vel í sér heyra.“

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í handboltanum?** „Þau hafa stutt mig alveg frá því að ég byrjaði í handbolta. Ég man ekki betur en þau hafi mætt á alla leiki hjá mér. Stuðningur þeirra er ómetanlegur og hefur gefið mér mikið í gegnum tíðina.“

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** „Hann er kannski ekki íþróttamaður en hann hefur sama metnað og kraft og þeir. Það er nefnilega aðeins einn í minni fjölskyldu sem hefur unnið það afrek að hjóla hringinn í kringum landið og það er hann faðir minn, Björn Bjarnason.“

**Af hverju handbolti?** „Ég prufaði held ég allar helstu íþróttagreinar landsins þegar ég var yngri en fann mig langbest í handboltanum. Svo voru flestar bekkjarystur mínar í handbolta sem ýtti frekar undir áhugann á boltanum.“

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** „Ég tók þátt í ballettsýningu þegar ég var lítil sem er afrek út af fyrir sig því ég er alls ekki góð að dansa. Svo er ég líka með bláa beltið í karate.“

**Eftirminnilegast úr boltanum:?** „Að sjálfsgöðu þegar við unnum þrennuna á seinasta tímabili, magnað afrek. Svo verð ég nú að nefna það þegar Fylkir sló Fram úr keppni í bikarnum og komst í Final4 í höllinni.“

**Lýstu Valsliðinu í handbolta kvenna í stuttu máli?** „Michael Jordan sagði einu sinni „Talent wins games, but teamwork

and intelligence wins championships.“

Hann orðaði þetta mjög vel og þetta passar mjög vel við Valsliðið í handbolta.“

**Hvernig skýrir þú velgengi Valsliðsins á síðasta tímabili?** „Liðsheildin var frábær. Það var enginn leikmaður stærri en liðið sem gerði karakter liðsins mjög góðan. Það æfðu allar af krafti og við stefndum allar saman að því að ná markmiðum okkar.“

**Hvernig lýsir þú síðasta tímabili í einni setningu?** „Með geggjæðri liðsheild er allt hægt.“

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fótbolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** „Með biluðum metnaði, góðum þjálfurum, góðri aðstöðu og frábærum liðsheildum. Þar að auki erum við með frábæra stuðningsmenn.“

**Markmið fyrir þetta tímabil?** „Bæta okkur sem lið sem skilar þá góðum árangri.“

**Besti stuðningsmaðurinn?** „Fjölskyldan mín.“

**Erfiðasti mótherjinn?** „Ætli ég fara ekki í klassíska svarið og segi ég sjálf.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Halldór Stefán sem þjálfaði mig í Fylki. Hann lyfti Fylki upp eftir erfiða tíma.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** „Ungu stelpurnar okkar eru að koma mjög sterkar til leiks svo það er erfitt að nefna bara einn leikmann.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki karla hjá Val?** „Ætli ég verði ekki að nefna mág minn, Arnór Snær Óskarsson.“

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í handbolta hjá Val?** „Mér líst mjög vel á yngri flokka Vals. Þeir eru að standa sig mjög vel og það er alltaf verið að birta fréttir af velgengni þeirra. Við erum með góða þjálfara sem eru að gera mjög góða hluti. Auk þess erum við með þvífikan fjölda í flestum flokkum og vonandi halda sem flestir áfram.“

**Fyrirmynd þín í handbolta?** „Þegar ég var yngri og var að spila fyrir utan leit ég mikið upp til Anju Andersen og skoðaði mikið af myndböndum af henni og æfði svo trixin hennar á æfingum. Heidi Løke kom svo sterk inn eftir að ég byrjaði að spila á Ínunni.“

**Draumur um atvinnumennsku í handbolta?** „Draumurinn minn var alltaf að komast út í atvinnumenskuna en eftir að ég eignaðist stelpuna mína breyttist framtíðardraumurinn minn.“

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** „Góður þjálfari er skipulagður og metnaðarfullur. Hann þarf að ná vel til leikmanna sinna og vera góður í mannlegum samskiptum. Hann þarf líka að vera með fjölbreyttar æfingar og hafa smá húnur í bland við alvarleikann.“

**Uppáhalds erlenda handboltafélagið?** „Kiel.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** „Ég held að það sé að finna eitthvað sem maður hefur metnað fyrir og finnst skemmtilegt. Svo er það þetta klassíska, mataræði, hreyfing og svo að vera jákvæður. Nei-kvæðni dregur mann niður og alla í kringum mann.“

**Hvernig finnst þér að hægt sé að auka jafnrétti kynja hjá Val?** „Kynjajafnrétti er að mestu mjög gott hjá Val. Það gæti hins vegar verið hægt að auka kynjajafnrétti í stjórn Vals. Það væri flott að sjá fleiri konur í stjórninni til að jafna kynjahlutfallið.“

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

„Byrjað strax í yngri flokkunum að kenna iðkendum að allir eru vinir. Kenna börnunum strax að það eru allir mismunandi og engir tveir eru eins. Sumir eru góðir í vörn og aðrir góðir í sókn til dæmis. Svo ættu allir þjálfarar að vera meðvitaðir um einelti og vera vakandi fyrir fyrstu ein kennunum, Valur gæti verið með viðbragðsáætlun sem allir þjálfararnir ættu að vera með á hreinu og hrinda af stað ef þá grunar eitthvað. Það væri einnig snið-

ugt að búa til Vinastefnu og kynna hana strax fyrir iðkendum.“

**Hvernig er hægt að auka samstarf deilda í Val?** „Hvetja yngri iðkendur til að æfa fleiri en eina íþrótt, það leiðir til aukins samstarfs mismunandi deilda innan Vals. Þjálfarar þurfa þá að passa að iðkendur geti æft margar íþróttagreinar án þess að það skarist á og passa að láta iðkendur ekki þurfa að velja á milli íþróttagreina of snemma.“

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** „Það væri hægt að nota samfélagsmiðla mun meira. Það væri einnig hægt að fá yngri flokkana til að leiða leikmenn inn á í öllum leikjum og fá þannig iðkendur til að verða áhugasama fyrir því að mæta á leiki. Svo væri hægt að fá stuðningsaðila til bjóða frítt á völlum og vona að fólkið sem mætir þá mæti aftur en til þess að fólk vilji mæta á leiki þurfa liðin að sýna gleði inn á vellinum og standa sig vel.“

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** „Afsala mér völdunum og leyfa lýðræðinu að ráða.“

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-enda?** „Aðstaðan á Hlíðar-enda er ein sú besta á landinu. Við erum með frábæran lyftingarsal og mjög góða búningaklefa. Þar að auki erum við með frábært starfsfólk sem vill allt fyrir mann gera.“

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** „Það væri gaman að sjá Val leggja meiri áherslu á yngri flokkana og reyna að byggja meistaraflokka félagsins að sem mestu leyti upp á uppöldum leikmönnum.“

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

„Valur státar af ansi mörgum þekktum íþróttamönnum og væri því þjóðráð að nýta þá. Þeir gætu farið í skólana og kynnt íþróttagreinar sem eru í boði í Val. Til að ná til eldri iðkenda væri hægt að nota samfélagsmiðla meira og til að ná til yngri iðkenda er hægt að hafa vanaæfingar þar sem allir mæta með vin á æfingu.“

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** „Að sjálf-sögðu er það árangur kvennadeilda Vals.“

**Besta kvikmynd?** „Ég er rosa mikill sökker fyrir rómantískum myndum eins og *Titanic* og *Notebook*.“

**Einkunnarorð?** „*I can accept failure, everyone fails at something. But I can't accept not trying*“ – Michael Jordan.

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

# Mikill heiður að fá Friðriksbikarinn

## Hildur Björk Búadóttir er 15 ára og leikur fótbolta með 3. flokki og fékk Friðriksbikarinn 2019

**Nám?** „Hagaskóli, 10. bekkur.“

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** „Vonandi að spila fótbolta í útlöndum og fyrir Ísland, ásamt því að vera í háskóla.“

**Af hverju Valur?** „Frábær aðstaða, geggjáðir þjálfarar og öll umgjörð félagsins til fyrirmyndar.“

**Uppeldisfélag í fótbolta?** „Valur.“

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum?** „Þau hafa alltaf stutt við bakið á mér og hafa verið mínir toppstuðningsmenn.“

**Af hverju fótbolti?** „Lang skemmtilegasta íþróttin.“

**Eftirminnilegast úr boltanum?** „Fyrsti landsleikurinn og fyrsta landsliðs-markið.“

**Þú fékkst Friðriksbikarinnna á uppskeruhátíðinni, hvaða þýðingu hefur það fyrir þig?** „Ég var mjög hissa því ég var á yngra ári en ótrúlega skemmtilegt og mikill heiður.“

**Markmið fyrir næsta tímabil?** „Bara að halda áfram að bæta mig og að fá að spila.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Soffía Ámundadóttir.“

**Athylisverðasti leikmaður í meistara-flokki kvenna hjá Val?** „Elín Metta Jensen.“

**Athylisverðasti leikmaður í meistara-flokki karla hjá Val?** „Sverrir Páll Hjaltsted.“

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val?** „Mjög vel, er ný hætt að þjálfarar 7. og 6. flokk kvenna, mjög góð umgjörð.“

**Landsliðsdraumar þínir?** „Komast í A-landsliðið.“

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** „Þjálfari sem er hress og skipulagður en samt smá strangur.“

**Uppáhalds erlenda fótboltafélagið?** „Barcelona.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** „Gera sitt allra besta alltaf og hafa í huga að þú getur alltaf orðið betri.“



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

„Það væri hægt að koma fræðslu inn í alla flokka frá byrjun og kynna þeim málið.“

**Hvernig er hægt að auka samstarf deilda í Val?** „Halda t.d. stóra atburði.“

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

„Mikilvægt að krökkum finnist gaman á æfingum svo að þau láti það berast.“

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

# Drífum í þessu, áfram stelpur og áfram strákar

**Valkyrjur er félag kvenna í Val sem leggur sérstaka áherslu á Jafnréttisstefnu Vals, bæði hvað iðkendur og stjórnun félagsins varðar**

Félagskonur eru um 140 talsins. Valkyrjur hafa komið að ýmsu á Hlíðarenda, bæði tengt þjónustu á leikjum í handbolta sem og fótbolta, fræðslufundum og skemmtunum, svo sem Kvinnakvöldi Vals sem var sérlega vel heppnað en þar mættu 160 konur. Þemalitir kvöldsins voru rauður og gull í tilefni af sögulegum árangri kvennaliða félagsins á árinu. Glæsilegur árangur hjá stelpunum.

**Valkyrjur vinna að markmiðum sínum með því að :**

- Vera vettvangur fyrir konur til að eiga samskipti sín á milli um málefni félagsins.
- Vera sýnilegt afl í innra starfi Vals.
- Beita sér fyrir því unnið sé í samræmi við jafnréttisstefnu Vals.
- Auka sýnileika kvenna og stuðla að fjölgun þeirra í stjórnun félagsins.
- Styrkja uppeldis- og forvarnarþátt íþróttanna meðal iðkenda innan félagsins.

Hreyfing gegnir mikilvægu hlutverki þegar bæta á líkamlega heilsu fólks. Börn og ungmenni sem stunda íþróttir eru almennt hraustari og eru yfirleitt betur í stakk búin til að takast á við krefjandi verkefni sem lífið býður upp á en þau börn og ungmenni sem stunda ekki íþróttir. Þetta eru flestir meðvitaðir um og að íþróttir geta styrkt námsgetu, aukið sjálfstraust og bætt andlega heilsu. Því er mikilvægt að taka vel á móti nýjum iðkendum og hlúa vel að öllum.



*Valkyrjur á ýmsum aldri skemmtu sér konunglega á kvinnakvöldi Vals 2019. Ljósmyndir: Baldur Þorgilsson.*



## Jafnréttisáætlanir

Samkvæmt jafnréttisstefnu Knattspyrnufélagsins Vals þá leggur félagið ríka áherslu á jafnrétti kynjanna hvað varðar aðstöðu, þjálfun og fjármagn.

Á vef Íþróttá – og Ólympíusambands Íslands eru leiðbeiningar um gerð jafnréttisáætlana. Markmiðið með þessum leiðbeiningum er að stuðla að auknu jafnrétti innan íþróttafélaga og aðstoð við gerð jafnréttisáætlana sem er mjög mikilvæg til að vinna markvisst að því að jafna stöðu kynjanna innan íþróttafélaga. Eins og allar góðar áætlanir þurfa jafnréttisáætlanir að vera formlega samþykktar og kveða á um markmið og aðgerðir sem hafa jafnrétti kynjanna að leiðarljósi.

Það verður áhugavert að fylgjast með þróun í þessum málum á næstu misserum. Við Valkyrjur viljum tilheyra lífs-gæða íþróttafélagi.

Höfum velt fyrir okkur hver einkunnarorð sér Friðriks Friðrikssonar hefðu verið til að stuðla að jafnrétti kynjanna. Hann hefði kannski bara sagt: *Drífum í þessu, áfram stelpur og áfram strákar*. Eða á rússnesku : *Potoropites, devcionki i mal-cishki! Vperiod!*

*Með bestu kveðjum,  
Stjórn Valkyrja*





# Eftirminnilegast að vinna Scania Cup

## Arnaldur Grímsson er 17 ára og leikur körfubolta með Val

**Nám?** „Menntaskólinn við Hamrahlíð.“

**Hvað ætlar þú að verða?** „Ég stefni á að verða atvinnumaður í körfubolta en ég sé hvað gerist.“

**Hvar sérðu þig eftir 10 ár?** „Að spila körfubolta úti í heimi.“

**Af hverju Valur?** „Pabbi minn hefur alltaf verið mikill Valsari og benti mér á að prófa körfubolta í Val.“

**Uppeldisfélag í körfubolta?** „Valur.“

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum?** „Pau styðja vel við mig og mæta á alla leiki sem ég er mjög þakklátur fyrir.“

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** „Nú auðvitað ég.“

**Af hverju körfubolti?** „Fjölskyldan mín dýrkar körfubolta og við fylgjumst með öllu sem tengist körfubolta.“

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** „Var markahæsti leikmaður á Shellmótinu 2010 með 18 mörk í 6 leikjum.“

**Eftirminnilegast úr boltanum?** „Þegar við (strákrnir í 10. flokki á sínum tíma) unnum Scania cup.“

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fótbolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** „Kvennaliðin hjá Val spila svo flottan bolta og eru svo góðar saman sem lið finnst mér.“

**Markmið fyrir þetta tímabil?** „Komast í U18 landsliðið og komast í úrslit með liðinu mínu.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Finnur Freyr Stefánsson.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflökki kvenna hjá Val?** „Kiana.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflökki karla hjá Val?** „Pavel.“

**Hvernig líst þér á yngri flokkana í körfubolta hjá Val?** „Mér líst mjög vel á þá og hversu vel það er haldið utan um þá.“

**Fyrirmynd þín í körfubolta?** „Giannis Antetokounmpo.“

**Draumur um atvinnumennsku í körfubolta?** „Það væri bara draumur að kom-

ast í atvinnumennsku, skiptir engu hvert það er.“

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** „Hann þarf að vera með aga og góða stjórn á hópnum.“

**Uppáhalds erlenda körfuboltafélagið?** „OKC (Oklahoma City Thunder).“

**Nokkur orð um núverandi þjálfarateymi?** „Þeir eru að standa sig vel og eru búnir að hjálpa mér mikið í gegnum árið.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** „Að hafa gaman af því að spila körfubolta og í öllu sem þú tekur þér fyrir hendur.“

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

„Með því að gera viðvart um svoleiðis.“

**Hvernig er hægt að auka aðsókn á leiki hjá Val?** „Að gera meiri stemningu í stúkunni.“

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?** „Ég myndi byggja nýtt körfuboltahús sem myndi banna allt harpíx.“



**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda?** „Aðstaðan er mjög góð en það mætti fá oftari tækifæri til að nota allan völlinn til að spila.“

**Hvernig viltu sjá Val þróast á næstu árum?** „Mig langar bara að halda uppi þessu samfélagi sem er búið að þróa því hér er æðislegt að vera.“

**Hvernig telur þú að hægt sé að fjölga iðkendum hjá Val í yngri flokkum?** „Með því að hafa góðan og jákvæðan þjálfara sem heldur vel utan um flokkinn.“

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** „Þegar systir mín í kvennaliðinu í körfubolta varð Íslandsmeistari.“

**Besta kvikmynd?** „Shawshank Redemption.“

**Einkunnarorð/Mottó?** „Þældu bara í sjálfum þér en ekki öðrum.“

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



Umsjónarmenn Getrauna Vals þeir Sverrir Guðmundsson og Tómas Sigurðsson en á milli þeirra er Pétur M. Sigurðsson. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafs.

## Tippleikur í Lollastúku

Konur og menn hittast á laugardagsmorgnum í Lollastúku til að tippa.

Tippleik nú á haustmánuðum lauk í desember og var Pétur M. Sigurðsson hlutskarpastur. Keppt er í tveimur deildum og voru veittar viðurkenningar fyrir þrjú efstu sætin sem BYKO gaf. Nýr tippleikur hefst í janúar og eru nýir félagar velkomnir.



**Meistaraflokkur kvenna í handknattleik 2019.** Efsta röð frá vinstri: Hlynur Morthens, Ragnildur Edda Þórðardóttir, Ísabella Eiríksdóttir, Alina Molkova, Anna Úrsúla Guðmundsdóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir, Díana Dögg Magnúsdóttir og Óskar Bjarni Óskarsson aðstoðarþjálfari. Miðröð frá vinstri: Ágúst Þór Jóhannsson þjálfari, Gerður Arinbjarnar, Heiðrún Berg Sverrisdóttir, Íris Ásta Pétursdóttir, Morgan Marie Porkelsdóttir, Hildur Björnsdóttir, Lovísa Thompson og Veigur Sveinsson. Neðsta röð frá vinstri: Elín Helga Lárusdóttir, Auður Ester Gestsdóttir, Chantal Pagel, Íris Björk Símonardóttir, Emelía Dögg Sigmarsdóttir, Sandra Erlingsdóttir og Ásdís Þóra Ágústsdóttir. Ljósmynd: Ruth Ásgeirsdóttir.

# 2019 ár meistaraflokka kvenna í Val

## Ársskýrsla handknattleiksdeildar 2019

### Meistaraflokkur kvenna

Meistaraflokkur kvenna átti hreinlega stórkostlegt tímabil árið 2018–2019 og urðu deildar-, bikar og Íslandsmeistarar. Þær sigruðu Fram í bikarúrslitum eftir að hafa slegið út ÍBV í undanúrslitum og spiluðu hreint út sagt frábæran úrslitaleik. Þær voru einnig í baráttu við Fram um deildarmeistaratitilinn og kláruðu þann erfiðasta titil með mjög góðri frammi- stöðu í nánast öllum leikjum vetrarins. Úrslitakeppnin endaði síðan á að Valur vann 3-0 og er með réttu hægt að segja að fáir hefðu spáð því áður en veturinn hófst eða fyrir rimmuna milli þessara liða. Hreint út sagt magnað ár og á lokahófi HSÍ var Ágúst Þór Jóhannsson valinn besti þjálfari tímabilsins, Íris Björk Símonardóttir besti markvörðurinn og fékk jafnframt Sigríðarbikarinn. Ágúst er á sínu þriðja ári með liðið og er nú í topp- baráttu við Fram þrátt fyrir að hafa misst marga lykilmenn frá því í fyrra. Með Gústa á síðasta ári voru aðstoðarþjálfarar þau Anna Úrsúla Guðmundsdóttir og Hlynur Morthens, sem einnig var mark-

mannþjálfari meistaraflokks félagsins. Björk Elín Guðmundsdóttir var liðsstjóri, Jóhann Emil Elfásson styrktarþjálfari og Veigar Sveinsson sjúkráþjálfari. Liðið tók þátt í EHF keppninni í ár og spilaði tvo leiki hér heima við Skuru frá Svþjóð. Liðið vann fyrri leikinn en tapaði seinni leiknum og datt út á markatölu en tveir leikmenn meiddust í fyrri leiknum, þær Ída Margrét og Arna Sif Pálsdóttir. Frábærir leikir fyrir hið unga Valslið sem fara í hinn fræga reynslubanka. Meistaraflokkurinn fór einnig í vel heppnaða æfingaferð til Spánar og æfði þar og spil-

aði við bestu aðstæður. Á lokahófi handknattleiksdeildar Vals var Íris Björk Símonardóttir valin besti leikmaðurinn, Ásdís Þóra Ágústsdóttir efnilegust og Anna Úrsúla Guðmundsdóttir mikilvægasti leikmaðurinn.

Það urðu þó nokkrar breytingar á liðinu fyrir yfirstandandi tímabil en Íris Ásta Pétursdóttir er hætt en hún hefur verið lykilmanneskja á sigurárum kvennaliðs Vals og er henni þakkað fyrir hreint út sagt frábær ár. Morgan Porkelsdóttir og Gerður Arinbjarnar eru líka hættar en Gerður spilaði þó tvo leiki fyrir meistara-



Hildur Björnsdóttir fyrirliði meistaraflokks kvenna í handknattleik með alla bikara liðsins á síðasta tímabili. Ljósmynd: Ruth Ásgeirsdóttir.



**Meistaraflokkur karla í handknattleik vorið 2019.** Efsta röð frá vinstri: Agnar Smári Jónsson, Ryuto Inage, Magnús Óli Magnússon, Stiven Tobar Valencia og Úlfar Páll Monsi Þórðarson. Miðröð frá vinstri: Guðni Jónsson, Snorri Steinn Guðjónsson þjálfari, Anton Rúnarsson, Ásgeir Snær Vignisson, Ýmir Örn Gíslason, Alexander Örn Júlíusson, Vignir Stefánsson og Guðlaugur Arnarsson þjálfari. Fremsta röð frá vinstri: Arnór Snær Óskarson, Sveinn Aron Sveinsson, Daníel Freyr Andrússon, Orri Freyr Gíslason, Einar Baldvin Baldvinsson, Þórgils Jón Svölu Baldursson og Róbert Aron Hosert. Ljósmynd. Baldur Þorgilsson.

flokkinn á meiðslatímabili haustins og er þeim einnig þakkað frábær ár en Gerður var að springa út sem frábær varnarmaður og góður línumaður og vonandi byrjar hún aftur. Morgan er uppalin hér í Val en vegna bakmeiðsla vildi hún taka sér pásu og einbeita sér að því að verða góð af meiðslum og setja námið í fyrsta sæti. Þær eru báðar alltof góðar til að hætta svona ungar. Chantal Pagel fór aftur heim til Þýskalands en hún átti ekki bara góð ár í Val sem markvörður heldur útbjó Chantal allar þær flottu auglýsingar sem notaðar voru í kynningar á Valsleikjum. Alína Molkova spilaði bara eitt ár hjá okkur og ákvað að fara að spila í Luxemborg, efnilegur leikmaður þar á ferðinni. Anna Úrsúla, sá mikil sigurvegari, fór í aðgerð í ágúst og vonandi náum við að fá hana aftur í Valsbúninginn enda fáir jafn

miklir baráttuleikmenn og sigurvegarar og hún.

Fyrir þetta tímabil kom Arna Sif Pálsdóttir frá ÍBV en hún er margreynd landsliðskona og hefur leikið mörg ár erlendis, hörkulnúmaður hér á ferðinni. Einnig komu tveir efnilegir leikmenn úr 2002 landsliðinu, þær Andrea Gunnlaugsdóttir, markvörður frá ÍBV og Elína Rósa Magnúsdóttir, miðjumaður frá Fylki, báðar mjög efnilegar og framtíðarleikmenn Vals. Valsliðið er því breytt á þessu tímabili og margir reynsluboltar farnir en samt eru þær í harðri toppbaráttu og hafa einnig náð að gefa ungum og efnilegum leikmönnum tækifæri. Teymið í kringum meistaraflokk kvenna er eins og í fyrra en Óskar Bjarni er aðstoðarþjálfari en hann var stundum á bekknum með liðinu í fyrra. Ágúst hefur verið ófeminn að gefa ungum leikmönnum tækifæri og eru fjórir leikmenn úr 3. flokki kvenna að fá margar mínútur með mfl. og ein úr 4. fl. kvenna, Lilja Ágústsdóttir sem enn er í 10. bekk og var valin besti leikmaður leiksins Valur- Haukar þann 30. nóvember. Framtíðin svo sannarlega björt kvenna- og karlamegin í Val.

### Meistaraflokkur karla

Hópurinn í meistaraflokki karla hefur líklega sjaldan verið sterkari en á síðastliðnu

tímabili og um áramótin 2018 var liðið á toppnum og að spila frábæran handbolta. Nýir leikmenn voru Róbert Aron, Agnar Smári og Daníel Freyr markvörður. Ef og hefði voru síðan því miður okkar helstu orð eftir tímabilið því Róbert Aron og Agnar Smári meiddust fljótlega eftir áramót, báðir komu þó inn í bikarvikuna en liðið var ekki í sama takti og fyrir jól og tapaði úrslitaleik bikarsins gegn FH. Rétt fyrir úrslitakeppnina í Íslandsmóttinu meiddist síðan Magnús Óli sem hafði þá verið valinn besti leikmaður Olís deildar-



Anna Úrsúla Guðmyndsdóttir í leik gegn Fram. Ljós. Baldur Þorgilsson.



Íris Björk Símonardóttir baráttujaxl.



Vignir Stefánsson. Ljós. Baldur Þorgilsson.

## Starfið er margt

Sem stendur er U-lið karla í 2. sæti Grill66 deildarinnar og U-lið kvenna í 6. sæti.

### Landsliðsfólk Vals

Ýmir Örn Gíslason tók þátt í sínu öðru stórmóti þegar hann spilað með A-landsliði Íslands á HM í Þýskalandi og hann er alltaf að fá stærra og stærra hlutverk í vörn liðsins. Kvennamegin hafa þær Díana Dögg, Lovísa Thompson, Sandra Erlingsdóttir, Arna Sif Pálsdóttir og Írís Björk Símonardóttir tekið þátt í verkefnum á vegum A-landsliðs kvenna sem og fyrirliðinn Hildur Björnsdóttir sem kom inn í leiki gegn Færeyjum nú í nóvember en þjálfari Færeyinga er einmitt Ágúst okkar Jóhannsson og markmannsþjálfari Hlynur Morthens.

Margir leikmenn í yngri flokkum félagsins spiluðu landsleiki á árinu og tóku þátt í stórmótum. Ásgeir Snær Vignisson spilaði með 21 árs landsliði Íslands á HM á Spáni. Arnór Snær Óskarsson, Tjörvi Týr Gíslason, Stiven Tobar Valencia og Ólafur Brim Stefánsson spiluðu með 19 ára landsliði Íslands á HM í Makedóníu. Benedikt Gunnar Óskarsson og Tryggvi Garðar Jónsson spiliuð með 17 ára landsliði á Opna Evrópumótinu í Svíþjóð og á Ólympíumóti Æskunnar í Azerbajk..... Ásdís Þóra Jóhannsdóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir, Elín Rósa Magnúsdóttir, Andrea Gunnlaugsdóttir, Guðlaug Embla Hjartardóttir og Hanna Karen Ólafsdóttir spiluðu með 17 ára landsliði Íslands á Ítalíu þar sem liðið tapaði gegn Tékkum í vítakeppni um að komast á HM á Kína 2020, frábært mót hjá þeim og grátlega nálægt því að komast áfram. Ásdís Þóra var síðan val-

innar af Seinni bylgjunni. Liðið vann UMFA í 8-liða úrslitum 2-0 en tapaði svo 3-0 fyrir Selfossi en spilaði frábæran bolta í fyrstu tveimur leikjunum en hið unga lið Selfoss reyndist of sterkt og endaði það með að vinna Hauka 3-1 í úrslitarimmunni. Margt var gott á síðasta tímabili þó að klárlega liðið hafi haft getu og hæfileika til að skila titli í hús.

Tveir ungir leikmenn fengu að spreyta sig með meistaraflokki karla, þeir Arnór Snær og Úlfar Páll, báðir uppaldir landsliðsstrákar. Á lokahófi handknattleiksdeildar Vals var Magnús Óli Magnússon valinn besti leikmaðurinn, Einar Baldvin sá efnilegasti og Ýmir Örn Gíslason sá mikilvægasti. Daníel Freyr Andrésón var valinn besti markvörður Olís deildar karla á lokahófi HSÍ og getur Hlynur okkar Morthens verið stoltur að eiga bestu markmenn í báðum deildum handboltans síðastliðið tímabil.

Litlar breytingar hafa orðið á meistaraflokki karla þessu tímabili en Inage fór aftur til Japan og Einar Baldvin var lánður til Selfyssinga og fyrirliðinn Orri Freyr Gíslason lagði skóna á hillina eftir mörg frábær ár með Val, uppallinn drengur sem skilaði mörgum glæstum titlum fyrir Val. Hreiðar Guðmundsson, einn af silfurdrengjunum okkar og Finnur Ingi Stefánsson, sem lék frábærlega með Val í nokkur ár, komu fyrir þetta tímabil, Hreiðar frá Gróttu og Finnur Ingi frá UMFA. Tveir ungir uppaldir landsliðsstrákar þeir Benedikt Gunnar og Tryggvi Garðar hafa fengið nokkrar mínútur á þessu tímabili. Meistaraflokkurinn er að rétta úr kútnum eftir mjög erfiða byrjun þar sem liðið tapaði fimm hörkuleikjum í röð á lokamínútum leikjanna en síðan þá hefur liðið unnið sjö leiki í röð, komist áfram í Challenge Cup eftir glæsta sigra á Bregenz frá Austurríki en tapaði þó fyrir Haukum í 16-liða úrslitum bikarsins sem var ansi sárt. Liðið hefur breiddina og hæfileika til að landa titli á þessu tímabili. Breytingar urðu á þjálfarateymi liðsins en þeir Snorri Steinn og Guðlaugur

Arnarsson þjálfuðu saman meistaraflokk karla í tvö tímabil en Snorri Steinn er nú aðalþjálfari og honum til aðstoðar Óskar Bjarni. Guðlaugi eru þokkuð þrjú frábær ár í Val, góður þjálfari og mjög stekur leiðtogi, sem skilur mikið eftir sig í Val. Með honum hætti tölfræðisnillingurinn Magnús Ingi Stefánsson. Liðsstjóri er Guðni Garðar Jónsson, sjúkrþjálfari Valgeir Viðarsson, markmannsþjálfari Hlynur Morthens og styrktarþjálfari Jóhann Emil Elfásson, frábært teymi sem er orðið ansi reynt í þessum bransa.

### Ungmennalið í næst efstu deild

Valur sendir ungmennalið í næst efstu deild karla og kvenna og þar fá framtíðarleikmenn félagsins að spreyta sig gegn góðum liðum, með góða umgjörð og þetta skref er hrikalega mikilvægt fyrir okkar leikmenn og stytir bilið í Olís deildina. Því fylgir alltaf einhver kostnaður að halda úti tveimur svona liðum en hver er kostnaðurinn þegar litid er til þess að „okkar leikmenn“ þroskast betur og eru fyrr klárir í alvöru leiki. Þjálfarar U-liðs karla eru þeir Heimir Ríkarðsson og Anton Rúnarsson og þjálfari U-liðs kvenna er Dagur Snær Steingrímsson.



Ungmennalið Vals leikur í næst efstu deild kvenna í handknattleik.



Alexander Örn Júlíusson.  
Ljósmynd: Baldur Þorgilsson.

inn í úrvalslið mótsins sem besti miðju-  
maðurinn og var einnig markahæst á mót-  
inu.

Arnar Daði Arnarsson og Jakob Lárus-  
son ákváðu báðir að fara frá Val eftir  
margra ára góða vinnu við ýmis störf og  
þjálfun í félaginu. Arnar Daði tók við mfl  
karla í Gróttu og Jakob Lárusson við mfl  
kvenna í FH. Við Valsmenn erum stoltir  
af þeim og óskum þeim góðs gengis og  
þökkum þá góðu vinnu sem þeir hafa  
gefið af sér til félagsins. Alltaf velkomnir  
heim drengir.

Yngri flokkar félagsins halda áfram að  
gera góða hluti og gott starf þar er farið  
að skila mörgum leikmönnum í mfl  
félagsins og jafnvel mörgum í önnur  
félög. Á síðasta tímabili var fjölgun í  
yngri flokkunum og er enn meiri á þess-  
ari önn og er svo komið að sumir flokkar  
eru orðnir alltof stórir fyrir húsakynni  
félagsins, sem er jákvætt vandamál.  
Stelpumegin er mikil gróska og eru að  
koma upp margir góðir árgangar, sem  
dæmi varð 3. fl. kvenna Íslandsmeistari í  
fyrri, undir stjórn Jakobs Lárusson og  
Dags Steingrímssonar og þar eru 5  
stelpur að fá að spila með mfl kvenna í  
ár, 6. fl. eldri og yngri (f. 2007 og f.  
2008) urðu einnig Íslandsmeistarar og í ár  
bætist við að þessir tveir árgangar hafa  
unnið tvö fyrstu mót vetrarins sem og  
2009 árgangurinn, en það enn mikilvæg-  
ara er að þarna eru um 30 stelpur í 6. fl.  
kvenna og um 30 í 5. fl. kvenna, frábært  
starf hjá þeim Sigríði Unni og Birni Inga  
er að skila sér. 4. flokkur karla varð  
bikarmeistari í fyrri og 3. fl. og 4. fl. töp-  
uðu báðir úrslitaleikjum um Íslands-  
meistaratítilinn. Við Valsmenn erum svo  
heppnir að eiga marga vel upp alda  
krakka sem dæma, hjálpa til við heima-  
leiki og vinna ótrúlega mikið fyrir deild-  
ina, ómetanlegt starf og bestu þakkir til  
þeirra og foreldra þeirra. Einnig erum við  
með marga snillinga að þjálfva yngri  
flokkana og margir með mikla reynslu og  
þekkingu sem skilar okkur góðum Vals-  
mönnum seinna meir.

## Stjórn handknattleiksdeildar Vals

Að venju var kostin stjórn og formaður er  
Gísli Gunnlaugsson, varaformaður er  
Teóðór Hjalti Valsson. Aðrir stjórnar-  
menn eru Jón Halldórsson, Svala Þor-  
móðsdóttir, Guðrún Gísladóttir, Haraldur  
Pétursson, Gunnar Freyr Sverrisson, Eva  
Gunnlaugsdóttir og Friðrik Hjörleifsson.

## Lokaorð

Handknattleiksdeild Vals er þeirrar gæfu  
aðnjótandi að eiga marga tryggja og öfl-  
uga sjálfboðaliða sem vinna ómetanlegt  
starf fyrir deildina. Þeir, ástamt  
styrktaraðilum, starfsmönnum félagsins,  
foreldrum, leikmönnum meistaraflokk-  
anna og yngri flokkanna eru færðar  
þakkir fyrir stuðninginn og vinnuna fyrir  
deildina og félagið í heild sinni. Bak við  
góð lið eru oftast mjög öflugir sjálfboða-  
liðar og stjórnarmenn og við í Val eigum  
marga slíka snillinga, bestu þakkir til  
allra og *Áfram hærra.*

Gísli Gunnlaugsson, formaður  
handknattleiksdeildar Vals

## Yngri flokkar

### 8. flokkur kvenna

Fjöldi iðkenda: 20.

Þjálfarar: Herdís og Lilja.

Þættir sem auka liðsheild: Fjölbreyttir  
leikir þar sem við lærum að vinna  
saman. Leiða meistaraflokk inn á fyrir  
leiki og vera partur af einhverju stærra.  
Læra að allar eru vinkonur, alveg sama  
í hvaða skóla þær eru.

Þátttaka í mótum: Tóku þátt í fjórum  
mótum. Enduðu á sumarmóti á Sel-  
fossi. Mini-mót hjá Gróttu með blönd-  
uðum liðum og veislu á eftir.

Besta við flokkinn: Kraftmiklar og fjör-  
ugar stelpur sem eru alltaf til í eitthvað  
skemmtilegt.



8. flokkur karla.

**Helstu markmið:** Læra grunnatriði í  
handbolta. Hafa gaman. Kynnast félag-  
inu Val og Hlíðarenda.

**Annað:** Á fyrstu æfingu mætti ein stelpa  
en voru 20 í lok vetrar. Gaman að sjá  
hópinn stækka og framfarirnar gífur-  
lega miklar frá byrjun vetrar.

### 8. flokkur karla

Fjöldi iðkenda: 17.

Þjálfarar: Anton Rúnars og Þorvaldur.

Þættir sem auka liðsheild: Jákvæðni,  
gleði og vinátta.

Þátttaka í mótum: Strákarnir tóku þátt í  
fjórum mótum yfir tímabilið og síðasta  
mótið var haldið á Selfossi á sumar-  
daginn fyrsta.

Besta við flokkinn: Hressir og skemmti-  
legir strákar sem eiga framtíðina svo  
sannarlega fyrir sér.

**Helstu markmið:** Búa til góðan hóp af  
strákum með virðingu, vináttu, gleði og  
stemningu.

### 7. flokkur kvenna

Fjöldi iðkenda: 22.

Þjálfari: Óskar Bjarni.

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

Þættir sem auka liðsheild: Leikrita- og  
brandaraæfingar. Foreldrabolti. Mæta  
saman á leiki.

Besta við flokkinn: Þetta mjög flottur  
hópur af skemmtilegum og efnilegum



8. flokkur kvenna.



7. flokkur karla.

stelpum, með mikinn metnað og eiga framtíðina fyrir sér í félaginu.

**Helstu markmið:** Bæta sig frá leik til leiks og frá hverju mótum. Lykilatriði að stelpurnar elski að vera í Val, koma á æfingar, mæta á meistaraflokksleiki og vera hluti af Valsfjölskyldunni. Það hefur tekist vel og stelpurnar verið frábærar á þöllum í meistaraflokksleikjum og leitt hetjurnar inn á fyrir leik. Þær hlupu síðan sigurhringinn með þeim þegar þær urðu Íslandsmeistarar.

#### 7. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 34.

**Þjálfari:** Einar Baldvin, Dýana Dögg og Herdís.

**Þættir sem auka liðsheild:** Skemmtilegar æfingar sem þjappa hópnum saman sem skilar sér í samheldni, gleði og skilningi.

**Þátttaka í mótum:** Strákarnir tóku þátt í fjórum mótum, enduðu á aðalmótinu –

gistimóti á Selfossi. Liðin stóðu sig frábærlega á öllum mótum og voru félaginu til sóma.

**Besta við flokkinn:** Áhuginn er alltaf til staðar, leikmenn eru mjög þrúðir og stilltir og alltaf til í að læra eitthvað nýtt. Þeir eru alltaf mættir klukkutíma fyrir æfingu og æfa sjálfir aukalega.

**Helstu markmið:** Bæta liðsheild fyrir komandi ár og auka áhuga á handbolta.

**Annað:** Allir hafa tekið miklum framförum. Þessir strákar hafa einnig verið 8. maðurinn á öllum leikjum meistaraflokks karla og kvenna.

#### 6. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 28.

**Þjálfari:** Sigríður Unnur og Björn Ingi, Óskar Bjarni þeim til aðstoðar.

**Þættir sem auka liðsheild:** Hittast mjög oft á leikjum og margar þekktust úr skóla. Pizzahittingur og fjör. Í aðalhlutverki sem fánaberar og kústastarfsmenn á leikjum meistaraflokks kvenna.

**Þátttaka í mótum:** Eldra ár: 1. sæti á Reykjavíkurmóti, 1. sæti á Íslandsmóti, Softballmeistarar HSÍ. Yngra ár: 1. sæti á Reykjavíkurmóti, 1. sæti á Íslandsmóti, Softballmeistarar HSÍ.

**Besta við flokkinn:** Frábærar, líflegar, metnaðarfullar og skemmtilegar stelpur sem finnst gaman að æfa, keppa, leika sér og hittast. Frábærar handbolta-stelpur.

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

#### 6. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 33.

**Þjálfarar:** Snorri Steinn og Herdís.

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

**Þátttaka í mótum:** Bæði lið spiluðu á fimm mótum, eldra ár með tvö lið og yngra ár með þrjú lið. Yngra árið varð Reykjavíkurmestari og lenti í 3. sæti á Íslandsmóti. Eldra árið var í baráttu milli 1. og 2. deildar allt tímabilið og endaði á topp 10 á Íslandsmóti. Softballmeistarar HSÍ.

**Besta við flokkinn:** Frábærir strákar þar sem blanda af hómor, keppnisskapi og metnaði skilaði sér í skemmtilegum vetri.

**Helstu markmið:** Læra að spila sem lið. Auka þekkingu og áhuga á handbolta. Bera virðingu fyrir samherjum, andstæðingum og dómurum. Langtíma-markmið að hætta að tuða í dómurum.

**Annað:** Góðir og metnaðarfullir strákar sem vilja stefna hærra. Ef þeir halda rétt á spilunum þá fara þeir langt.

#### 5. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 10 stelpur á yngri ári.

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

**Þættir sem auka liðsheild:** Mjög samstilltur hópur sem þó kom frá fjöl-



7. flokkur kvenna.



Íslandsmeistarar 2019 í 6. flokki kvenna, eldra ár: Efri röð frá vinstri: Sigríður Unnur Jónsdóttir, Viðja Dís Rögnvaldsdóttir, Arna Karitas Eiríksdóttir, Guðrún Hekla Traustadóttir, Sóley Sigurðardóttir, Katla Margrét Óskarsdóttir, Jóhanna Rún Steingrimsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Anna Margrét Alfredsdóttir, Vaka Sindradóttir, Katrín Björg Svavarsdóttir, Laufey Helga Óskarsdóttir og Ragnheiður Sara Morthens.



Íslandsmeistarar 2019 í 6. flokki kvenna yngra ár: Efri röð frá vinstri: Björn Ingi Jónsson, Eva Steinsen, Kristín Sara Arnardóttir, Snæfríður Sól Ingvadóttir, Yrsa Gunnlaugsdóttir, Sigríður Unnur Jónsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Þóra Bryndís Bragadóttir, Ísold Hallfríðar Þórisdóttir, Anna Margrét Alfredsdóttir og Laufey Helga Óskarsdóttir.

mörgum skólum. Leikmenn hittust oft á leikjum og mikið fyrir utan æfingar. Voru duglegar að æfa og hittast svo á ýmsum uppákomum.

**Þátttaka í mótum:** Fimm mót yfir veturinn, enduðu í 2. sæti á Íslandsmóti. Tóku þátt í breyttu fyrirkomulagi á Reykjavíkurmóti þar sem ekki var skipt í árganga heldur spiluðu bæði eldra og yngra ár saman. Deildu 1. sæti í sínum riðli með yngra ári Fram. Tóku þátt á Softballmóti HSÍ.

**Besta við flokkinn:** Frábærar, líflegar, metnaðarfullar og skemmtilegar stelpur sem ná rosalega vel saman, eru góðir liðsfélagar, góðir vinir og frábærar handboltastelpur.

**Helstu markmið:** Að vinna Fram (tókst ekki, 1 jafntefli í vetur) og gera betur en í fyrra (enduðu í fyrra í 3. sæti). En umfram allt hafa gaman og æfa meiri handbolta.

#### 5. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 10–14.

**Þjálfari:** Arnar Daði og Jakob.

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

**Þátttaka í mótum:** Tóku þátt í öllum fimm mótum ársins. Léku í öllum deildunum í vetur nema þeirri efstu. Mikil framför á milli móta.

**Besta við flokkinn:** Jákvæðir og áhugasamir.

**Helstu markmið:** Bæta sig sem einstaklinga, bæði innan sem utan vallar.

#### 4. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 14.

**Þátttaka í mótum:** Reykjavíkurmest- arar. Yngra ár: Deildarkeppni. 4. sæti. Úrslitakeppni, 4-liða úrslit. Eldra ár: Deildarkeppni. 4. sæti. Úrslitakeppni. 8-liða úrslit. Bikarkeppni 4-liða úrslit.

**Besta við flokkinn:** Samheldinn og metnaðarfullur hópur sem lagði sig fram í hvaða verkefni sem var. Stelpur sem eiga framtíðina fyrir sér.

**Helstu markmið:** Hafa gaman af því að spila og vinna leikina.

#### Viðurkenningar

**Besta ástundun:** Sunna Friðriksdóttir.

**Mestu framfarir:** Ylfa Guðrún Unnars- dóttir.

**Leikmaður flokksins:** Lilja Ágústsdóttir.

#### 4. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 20.

**Þjálfari:** Arnar Daði og Agnar Smári.

**Þættir sem auka liðsheild:** Jákvæðni, vinátta og traust.

**Þátttaka í mótum:** Eldra árið: Reykja- víkur-, deildar og bikarmeistarar. 2. sæti á Íslandsmóti.

**Yngra árið:** 4. sæti í 1. deild, dattu úr leik í undanúrslitum í Íslands- og bikarkeppni gegn Fram.

**Besta við flokkinn:** Metnaður, jákvæðni og keppnisskap.

**Helstu markmið:** Búa til góða einstak- linga bæði innan sem utan vallar.

#### Viðurkenningar yngra ár

**Besta ástundun:** Bárður Kjartansson.

**Mestu framfarir:** Daníel Örn Guð- mundsson.

#### Viðurkenningar eldra ár

**Besta ástundun:** Knútur Gauti Eymars- son Kruger.

**Mestu framfarir:** Dagur Fannar Möller.

**Leikmaður flokksins:** Tryggvi Garðar Jónsson.

**Maggabikarinn í 4. fl. karla kosinn af**



6. flokkur kvenna.



6. flokkur karla.

**leikmönnum flokksins:** Bárður Kjartansson.



5. flokkur kvenna.

### 3. flokkur kvenna

**Fjöldi iðkenda:** 15.

**Þátttaka í mótum:** Íslandsmeistarar 2019.

**Besta við flokkinn:** Flokkurinn á að skipa mörgum efnilegum stelpum sem geta náð langt í handboltanum, mikill metnaður einkennir flokkinn og vilji til að ná langt sem lið.

**Helstu markmið:** Mikilvægustu markmið vetrarins að bæta færni í handboltanum sem skilar sér í að fleirri stelpur eru að fá tækifæri með meistaraflokki, einnig var lögð áhersla á að hver og einn iðkandi finni verkefni fyrir sitt hæfi.

### Viðurkenningar

**Besta ástundun:** Ólöf María.

**Mestu framfarir:** Ída Margrét Stefánsdóttir.

**Leikmaður flokksins.** Ásta Þóra Ágústsdóttir.



3. flokkur kvenna, Íslandsmeistari í handknattleik 2019. Efri röð frá vinstri. Dagur Snær Steingrímsson, Ugly Þuríður Svölu Baldursdóttir, Daníela Björg Stefánsdóttir, Þórunn Jóhanna Þórisdóttir, Auður Ester Gestsdóttir, Guðný Kristín Erlingsdóttir, Ólöf María Stefánsdóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir, Lilja Ágústsdóttir, Ásdís Þóra Ágústsdóttir, Vala Magnúsdóttir, Selma Özkan, Jakob Lárusson. Neðri röð frá vinstri: Karlotta Óskarsdóttir, Nina Remic, Alexandra Von Athena Gunnarsdóttir, Ísabella María Eriksdóttir, Jóhanna Katrín Ásgeirsdóttir, Hildur Ýr Jóhannsdóttir og Harpa Dögg Jóhannsdóttir.

### 3. flokkur karla

**Fjöldi iðkenda:** 36.

**Þjálfarar:** Heimir Ríkarðs, Anton Rúnars og Daníel Freyr.

**Þættir sem auka liðsheild:** Samvinna, leikgleði, styðja hvern annan, fögnuður, hjálpa hverjum öðrum, njóta þess að spila handbolta.

**Þátttaka í mótum:** Úrslit Reykjavíkurmóts. Fjögur lið í Íslandsmóti, þrjú lið í 8 liða úrslitum Íslandsmótsins. Valur 1 – deildarmeistarar í 1. deild, 2. sæti á Íslandsmóti. Valur 2 – deildarmeistarar í 2. deild. Valur 3 – 2. sæti í 2. deild.

**Besta við flokkinn:** Samheldinn hópur,





5. flokkur karla.

mikill metnaður og sterkir karekterar sem ætla sér alla leið.

**Helstu markmið:** Gera góða leikmenn að enn betri leikmönnum og framtíðarmönnum Vals og enn betri Völsurum.

**Annað:** Frábært tímabil hjá strákunum. Þeir hafa fórnað miklu til að gefa allt í handboltann og uppskeran eftir því. Frábærir strákar sem eiga svo sannarlega framtíðina fyrir sér. Farið í 10 daga æfingaferð til Þýskalands og á Final 4.

#### Viðurkenningar

**Besta ástundun:** Áki Hlynur Andrason.

**Mestu framfarir:** Stefán Pétursson.

**Leikmaður ársins í Valur 3:** Benedikt Gunnar Óskarsson.

**Leikmaður ársins í Valur 2:** Einar Þorsteinn Ólafsson.

**Leikmaður ársins í Valur 1:** Arnór Snær Óskarsson.

**Efnilegustu leikmenn yngri flokka Vals í handbolta 2018–2019:** Ásdís Þóra Ágústsdóttir og Stiven Tobar Valencia.



4. fl. kk. Maggabikarinn og besta ástundun yngri, Bárður Kjartansson.



4. fl. kk. yngri Mestu framfarir Daníel Örn Guðmundsson.



4. fl. kk. eldri besta ástundun Knútur Gauti Eymarsson Kruger.



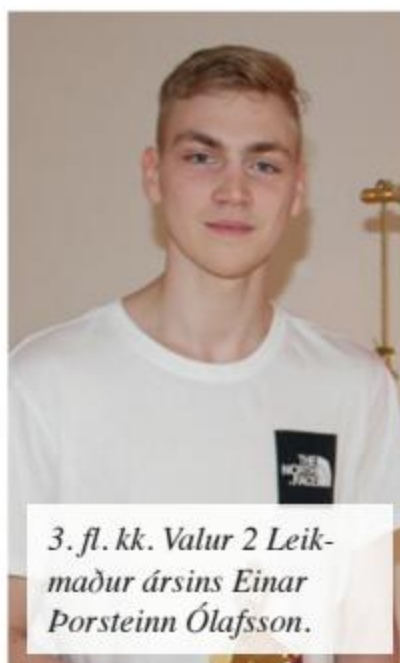
4. fl. kv. Besta ástundun Sunna Friðriksdóttir.



4. fl. kv. leikmaður flokksins Lilja Ágústsdóttir.



4. fl. kv. mestu framfarir Ylfa Guðrún Unnarsdóttir.



3. fl. kk. Valur 2 Leikmaður ársins Einar Þorsteinn Ólafsson.



3. fl. kk. Leikmaður ársins Valur 1 Arnór Snær Óskarsson.



3. fl. kk. Mestu framfarir Stefán Pétursson.



Efnilegasti leikmaður yngri flokka kk. Stiven Tobar Valencia.



3. fl. kv. Besta ástundun Ólöf María Stefánsdóttir.



3. fl. kv. leikmaður flokksins Ásdís Þóra Ágústsdóttir, Ásdís einnig efnilegasti leikmaður Valskvenna.



3. fl. kk. Besta ástundun Áki Hlynur Andrason.

# Liðsmyndir yngri flokka í handknattleik 2019



**3 og 4. flokkur kvenna í handknattleik.** Efri röð frá vinstri: Dagur Snær Steingrímsson, Lilja Ágústsdóttir, Nikolina Remic, Hafdís Hera Arnþórsdóttir, Þórunn Jóhanna Þórisdóttir, Guðlaug Embla Hjartardóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir, Elín Rósa Magnúsdóttir, Eva Sóldís Jónsdóttir, Karin Guttesen, Ylfa Guðrún Unnarsdóttir, Anna Karolina Ingadóttir, Lovísa Sigríður Hansdóttir, Ásdís Þóra Ágústsdóttir, Hanna Karen Ólafsdóttir og Herdís Hallsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Magnea Einarsdóttir, Harpa Dögg Jóhannsdóttir, Sunna Friðriksdóttir, Signý Pála Pálsdóttir, Andrea Gunnlaugsdóttir, Hildur Ýr Jóhannsdóttir, Hanna Steina Yin Pálsdóttir og Ingibjörg Fía Hauksdóttir. Á myndina vantar: Johönnu Haile Kebede, Karlottu Óskarsdóttur, Sölku Sól Traustadóttur og Vöku Sigríði Ingólfsdóttur.



**3. og 4. flokkur karla í handknattleik.** Efsta röð frá vinstri: Benedikt Gunnar Óskarsson, Óttar Ómarsson, Óðinn Ágústsson, Einar Þorsteinn Ólafsson, Erlendur Guðmundsson, Jóel Bernburg, Tryggvi Garðar Jónsson, Þorgeir Arnarsson og Þorgeir Sólveigar Gunnarsson. Miðröð frá vinstri: Anton Rúnarsson, þjálfari, Bárður Kjartansson, Ísar Máni Birkisson, Ásgeir Theodór Jónsson, Tómas Sigurðarson, Ísak Logi Einarsson, Dagur Fannar Möller, Knútur Gauti Eymarsson Krüger, Jónas Hákon Kjartansson, Andri Finnsson, Áki Andrason, Bjartur Ingvason, Kristófer Valgarð Guðrúnarson, Sigurður Bjarni Thoroddsen, Hlynur Freyr Geirmundsson og Heimir Ríkarðsson þjálfari. Neðsta röð frá vinstri: Jóhannes Jóhannesson, Govand Zeravan, Stefán Pétursson, Hinrik Örn Jóhannesson, Haraldur Helgi Agnarsson, Jón Sigfús Jónsson, Finnbogi Steingrímsson og Daníel Örn Guðmundsson. Á myndina vantar Breka Hrafn Valdimarsson, Stefán Arnar Árnason, Dag Mána Ingvason, Þorvald Þorvaldsson og Ólaf Stefánsson þjálfara.



**5. flokkur kvenna í handknattleik.** Efsta röð frá vinstri: Arna Karitas Eiríksdóttir, Þórhildur Þorsteinsdóttir, Sóley Sigurðardóttir, Benedikta Prastardóttir, Erla Sif Leósdóttir, Sólveig Þórmundsdóttir, Silja Borg Kristjánsdóttir og Kristbjörg Erlingsdóttir. Miðjuröð frá vinstri: Sigríður Unnur Jónsdóttir þjálfari, Kristina Phuong Anh Nguyen, Jóhanna Rún Steingrimsdóttir, Ragnheiður Sara Mortens, Katla Margrét Óskarsdóttir, Sigdís Eva Bárðardóttir, Elísabet María Hafstein, Katla Sigurþórsdóttir, Rebekka Rún Örvarsdóttir og Björn Ingi L. Jónsson þjálfari. Neðsta röð frá vinstri: Laufey Helga Óskarsdóttir, Iðunn Ólöf Berndsen, Vaka Sindradóttir, Sigurborg Katla Sveinbjörnsdóttir, Katrín Björg Svavarsdóttir, Þórunn Mínerudóttir og Oddný Mínerudóttir. Á myndina vantar: Guðrínu Heklu Traustadóttur, Indönu Karitas Helgadottur, Snæfríði Sól Valdimarsdóttur og Success Osas Izekor.



**5. flokkur karla í handknattleik.** Efri röð frá vinstri: Óskar Bjarni Óskarsson, Úlfur Kári Ásgeirsson, Höskuldur Tinni Einarsson, Hrafn Þorbjarnarson, Þórður Sveinn Einarsson, Jökull Otti Þorsteinsson, Reginn Thoroddsen Friðriksson, Dagur Ármannsson, Auðunn Páll Gestsson, Örn Kolur Kjartansson, Jóhann Ágústsson og Herdís Hallsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Baldur Smáráson, Daníel Thor Kristjánsson, Atli Dagur Kristjánsson, Hjálmtýr Pétursson, Hilmar Már Ingason, Eron Thor Jónsson, Loftur Snær Orrason og Logi Finnsson.



**6. flokkur kvenna í handknattleik.** Efsti röð frá vinstri: Sigríður Unnur Jónsdóttir þjálfari, Ingibjörg Sigrún Svaladóttir, Yrsa Gunnlaugsdóttir, Hrafnhildur Markúsdóttir, Ester Elísabet Guðbjartsdóttir, Kristín Sara Arnardóttir, Eva Steinsen Jónsdóttir, Stefanía Guðrún Birgisdóttir, Sigrún Erla Þórarinsdóttir og Björn Ingi L. Jónsson þjálfari. Miðjuröð frá vinstri: Jenný Magnúsdóttir, Kristín Ósk Halldórsdóttir, Laufey Helga Óskarsdóttir, María Ævarsdóttir, Tinna Karen Sigurjónsdóttir, Snæfríður Sól Ingvadóttir, Sylvía Dröfn Stefánsdóttir, Ísold Hallfríðar Þórisdóttir, Hekla Hrunð Andradóttir, Milena Lilja Piech, Sólrún Una Einarsdóttir, Heiða Margrét Erlingsdóttir og Lára Daníela Kristjánsdóttir. Neðsta röð frá vinstri: Gabríela Sif Ívarsdóttir Larota, Ylva Björg Jóhannsdóttir, Eydís Anna Hannesdóttir, Gerður María Sveinsdóttir, Ylfa Karen Guðbjörnsdóttir, Ísabella Magnadóttir, Hildur Helga Benediktsdóttir, Arnbjörg Þorbjarnardóttir og Pura Bryndís Bragadóttir. Á myndina vantar Önnu Margrétu Alfreðsdóttur, Örnunni Sif Jónsdóttur, Bergdísu Lilju Aradóttur, Birnu Ólafsdóttur, Björk Grímsdóttur, Lenu Líf Orradóttur, Sölku Steinarsdóttur, Sunnu Björk Thomasdóttur, Svanborgu Soffíu Hjaltadóttur og Þórhildi Salóme Guðrúnardóttur.



**6. flokkur karla í handknattleik.** Efsti röð frá vinstri: Díanu Dögg Magnúsdóttir þjálfari, Theodór Bjarni Ásgeirsson, Grímur Ragnarsson, Bjarki Snorrason, Bragi Þór Arnarsson, Hlynur Björn Eydal, Flóki Skjadarson, Logi Finnsson, Anton Máni Heldersson, Alexander Elvar Young, Ísak Kristófer Rúnarsson og Snorri Steinn Guðjónsson þjálfari. Miðröð frá vinstri: Mikeal Eiríksson, Bjarni Arnarsson, Andreas Halldór Ingason, Fannar Dagur Fjalarsson, Sigurður Atli Ragnarsson, Jóhann Ágústsson, Jónas Thor Þórhallsson, Starkarður Jónasson, Viktor Þór Lárússon, Þórhallur Árni Höskuldsson, Egill Eypórsson og Gunnar Ingi Stefánsson. Neðsta röð frá vinstri: Böðvar Stefánsson, Sigurður Kári Einarsson, Óli Gunnar Sveinsson, Darri Freyr Gíslason, Óskar Sveinn Einarsson, Hrafnkell Tumi Ólafsson, Haukur Norðfjörð Sveinsson, Friðrik Máni Þorvaldsson og Þorsteinn Jökull Ívarsson.



**7. flokkur kvenna í handknattleik.** Efri frá vinstri: Ólöf María Stefánsdóttir þjálfari, Iðunn Erla Helgadóttir, Anna Margrét Jónsdóttir Kjeld, Manda María Jóhannsdóttir, Móeiður Örnudóttir Dagsdóttir, Hrafnhildur Thelía Þórhallsdóttir. Neðri frá vinstri: Kría Sólveig Pétursdóttir, Embla Einarsdóttir, Kolka Jónasdóttir, Lilja Þórisdóttir Hraundal og Salka Björt Björnsdóttir.



**7. flokkur karla í handknattleik.** Efri frá vinstri: Marteinn Elías Bárðarson, Jakob Helgi Tómasson, Sævar Zakarías Birkisson, Róbert Gylfi Stefánsson, Theódór Máni Ragnarsson og Óðinn Eiríksson. Neðri frá vinstri: Þorsteinn Flóki Einarsson, Sigurjón Gunnar Þorvaldsson, Orri Hallfríðar Þórisson, Lucas Sinri Pampoulie, Sunny Songkun Tangrodjanakajorn, Ari Dan Hallgrímsson og Kristófer Jón Ægisson.



**8. flokkur kvenna í handknattleik.** Efri röð frá vinstri: Herdís Hallsdóttir þjálfari, Elsa Karen Snorradóttir, Ylfa Margrét Fjalarsdóttir, Guðrún Dís Fjalarsdóttir, Fanndís Hera Finnsdóttir, Emilía Ósk Antonsdóttir, Bryndís Esja Arnarsdóttir og Guðrún Marta Sveinsdóttir. Neðri röð frá vinstri: Matthildur S. Sindradóttir, Þórdís Lára Sigurðardóttir, Andrea Lind Ívarsdóttir Larota, Freyja Falksdóttir Krueger, Urður Helgadóttir, Thelma Bríet Ingimundardóttir og Bergþóra Katrín Benediksdóttir. Á myndina vantar: Kristínu S. Kristmundsdóttur, Sonju Sif Bjarnadóttur, Stelli Dís Scheving, Stelli Karólínu Kemp og Lilju Ágústsdóttur aðstoðarþjálfara.



**8. flokkur karla í handknattleik.** Efri röð frá vinstri: Anton Rúnarsson þjálfari, Óliver Jack Emilsson, Hannes Tryggvi Hilmarsson, Jóhannes Bronson, Arnar Norðfjörð Sveinsson, Kormákur Flóki Valgeirsson og Úlfur Sævarsson. Neðri röð frá vinstri: Stormur Þórsson, Víkingur Leó Birkisson, Róbert Vignir Ásgeirsson, Óliver Örn Jóhannsson, Halldór Sturlaugsson og Frosti Þorvaldsson.



# TVENNUNU TILBOÐ

TVÖFÖLD  
GLEÐI!

Þú sækir pizzu og stóran skammt af brauðstöngum og færð aðra pizzu sömu stærðar að auki.

# Eftirminnilegt og spennandi EM B handboltamót á Ítalíu

## Sex Valsstelpur fóru með U-17 ára landsiði Íslands og tóku þátt í Evrópumóti í B deild

Þann 2. ágúst héldum við af stað með U-17 ára landsiði kvenna í handbolta til Ítalíu þar sem kepptum á EM B deild. Ferðin byrjaði brösuglega þar sem þrjár okkar (Ásdís, Ída og Andrea) voru næstum búnar að missa af vélinni til München en það slapp fyrir horn. Þegar við lentum í München beið okkar fimm tíma millilending með tveggja tíma seinkun, alveg æðislegt. Við lentum í Fenyjum og við tók klukkutíma rútuferð til Lignano þar sem mótið fór fram. Við lifðum þetta allt af og vorum alsælar þegar við loksins komumst á leiðarenda, kl. eitt um nótt. Hótelherbergin sem blöstu við okkur þegar við komum minntu frekar á litla fangaklefa og rúmin voru eins og steypa, við létum það samt ekki á okkur fá og sváfum eins og englar.

### Háleit markmið um góðan árangur á mótinu

Við vorum með háleit markmið fyrir ferðina sem við settum okkur í sameiningu. Við vorum allar sammála um það að við vildum gera allt til að ná 1. sætinu á mótinu og fá þar með beinan þátttökurétt á HM í Kína 2020. Hins vegar vissum við að það yrði ekki auðvelt og að riðillinn okkar væri sterkur þar sem við lentum með Kosóvo, Tékklandi, Ísrael og Tyrklandi í riðli.

Fyrsti leikur var strax daginn eftir gegn Ísrael, en hann gekk erfiðlega til að byrja með en við lönduðum góðum fimm marka sigri. Næsti leikur var gegn Tyrklandi sem við vissum að væru töluvert erfiðari andstæðingur en Ísrael. Við vissum því að við þyrftum að spila töluvert betur en á móti Ísrael og enduðum á að vinna geggjafan 10 marka sigur. Daginn eftir fengum við verðskuldaðan frídag þar sem við fórum á léttu æfingu, ströndina og hittum foreldra. Mikilvægasti partur dagsins var hins vegar daglega sjúkráþjálfarachiði hjá Damma kóngi. Hann Adam, sjúkráþjálfari liðsins, sá til



Valsstelpur í landsliðinu frá vinstri: Guðlaug Embla Hjartardóttir, Ásdís Þóra Ágústsdóttir, Elín Rósa Magnúsdóttir, Ída Margrét Stefánsdóttir og Andrea Gunnlaugsdóttir. Á myndina vantar Hönnu Karen Ólafsdóttur.

þess að okkur leiddist ekki þegar það var frítími og sá um brandarahorn og fékk að heyra nýjasta slúðrið. Næsti andstæðingur voru Tékkar sem voru fyrir leikinn taplausar eins og við, því mátti búast við mjög erfiðum leik. Leikurinn var kaflaskiptur og tók gríðarlega á enda heitasti dagur mótsins. Við enduðum á að vinna enn einn leikinn og vorum því búnar að tryggja okkur efsta sætið í riðlinum og sæti í undanúrslitum. Kosóvo leikurinn skipti því engu máli en við vildum auðvitað sigrá þann leik. Ída, fyrirliði liðsins, sat á hliðarlínunni í þessum leik vegna smá misskilnings í Tékkaleiknum þar sem hún fékk næringarskort og þurfti að fá vökva í æð.

Andstæðingur okkar í undanúrslitum

var Pólland. Pólverjar byrjuðu leikinn mikið betur og voru komnar 4-0 yfir þegar við tókum leikhlé. Hægt og bítandi náðum við að minnka forskotið og staðan í hálfleik var 15-12 Póllandi í vil. Við byrjum seinni hálfleikinn af miklum krafti en Pólverjar héldu áfram 1-2 marka forskoti þar til á 56. mínútu þegar Ásdís lyfti sér upp fyrir utan og hamraði hann í skeytin og jafnaði í 22-22. Þetta kveikti heldur betur í okkur og drap neista Pólverja á sama tíma. Pólland sá ekki til sólar eftir það og skoraði einungis 1 mark á síðustu 4 mínútum leiksins gegn þremur mörkum hjá okkur. Leikurinn endaði 23-25 fyrir okkur. Mikil fagnaðarlæti brutust út á meðal stuðningsmanna okkar sem voru mættir með tennisþaða og





U-17 ára landslið Íslands með sex Valsstelpum í flottum hópi.

skóflur til að mynda sem mest læti. Jens, fyrirlíði stuðningsmanna sveitarinnar Bláa hafsins náði einnig að sannfæra tékknesku stuðningsmennina um að lána sér trommu til að það heyrðist almennilega í þeim. Þið getið því rétt svo ímyndað ykkur lætin sem mynduðust.

### Eftirminnilegur úrslitaleikur við Tékkna sem tapaðist í bráðabana í vítakeppni

Nú var komið að úrslitaleik gegn Tékklandi, enn og aftur. Þann leik leidum við mest allan tímann og náðum mest sjö marka forskoti sem rann þó út í sandinn. Tékkar voru sterkari á lokamínútunum og náðu að kreista fram jafntefli. Það var farið lóðbeint í vító eftir 60 mínútna leik. Eftir fimm vítaköst var jafnt og gripið var til bráðabana sem tapaðist og þar með fór draumurinn um HM í Kína í vaskinn á einu augnabliki. Tapið var gríðarlega sárt en samt sem áður tókum við silfrið og getum gengið sáttar frá borði og eins og flestir sögðu við okkur þá fer þetta víst beint í reynslubankann.

### Erfið heimferð

Heimferðin var engin dans á rósum líft og ferðin til Ítalíu. Brynja og Halldóra, liðsstjórnarnir okkar, voru næstum búnar að missa af vélinni vegna þess að beltið fyrir töskurnar bilaði og það átti eftir að tékka inn nuddbekkinn þannig að Halldóra þurfti að hlaupa með hann í odd size sem var hinu megin á flugvellingum og til þess að þær myndu ná fluginu þá fengu þær fylgd í gegnum flugvöllinn. Á endanum millilendum við í Danmörku og biðum í sex tíma á Kastrop. Við urðum fyrir miklum vonbrigðum að ekkert McDonalds var til staðar á flugvellingum en það eina sem var í boði á hótelinu þessa 10 daga sem á mótinu stóð var pasta með tómatsósu, bæði í hádegis- og kvöldmat. Eftir þessa sex klukkutíma stigum við inn í vél og fengum þá annan skell, ekkert sjónvarp í vélinni. Flest allar voru með dauða síma en þá var tekið upp á að fara í leiki og það var mikið spjallað. Við komumst sem betur fer á leiðarenda og lentum í Keflavík seint um nótt á sunnudegi. Bíóið var hins vegar ekki

alveg búið þar sem að eitthver aðili tók töskuna hennar Andreu með sér í gegnum tollinn og Andrea sat eftir með vitlausu tösku. Brynja drottning reddaði hins vegar máluðum og taskan skilaði sér á endanum.

### Ógleymanleg ferð og stoltar stelpur

Við erum allar sammála því að við munum seint gleyma þessari ferð. Við lærðum gríðarlega mikið á þessu móti sem við munum allar klárlega taka með okkur inn í framtíðina. Valsstelpur voru í miklum ham á mótinu og gaman er að segja frá því að þrjár stelpur úr Val fengu viðurkenningu MVP eða mann leiksins á meðan mótinu stóð, þær Ásdís Þóra, Elín Rósa og Andrea. Einnig var Ásdís valin miðjumaður mótsins og er á leið út í desember í boði EHF. Við erum allar gríðarlega stoltar að hafa verið partur af þessu frábæra liði.

*Valsstelpurnar Andrea Gunnlaugsdóttir, Ásdís Þóra Ágústsdóttir, Guðlaug Embla Hjartadóttir, Elín Rósa Magnúsdóttir og Ída Margrét Stefánsdóttir tóku saman.*



# Íslandsmeistaratitli í handknattleik kvenna fagnað á Hlíðarenda

Ljósmyndir Þorsteinn Ólafs





# Valsblaðið 80 ára (1939–2019)

Fyrsta Valsblaðið kom út í janúar 1939 og á forsíðu fyrsta tölublaðs var sá tónn gefinn að blaðið ætti að halda áhuga allra Valsmanna fyrir félaginu og starfsemi þess vakandi, jafnt sumar sem vetur. Lagt var upp með að blaðið væri sem allra fjölbreyttast, fróðlegast og skemtilegast, svo að allir sem það lesa hafi bæði gagn og gaman af.

Það er óhætt að fullyrða að Valsblaðið sé ómetanleg heimild um starfsemi félagsins og gefi auk þess inn-sýn í helstu baráttumál á hverjum tíma, sigra innan og utan vallar, tíðaranda hverju sinni. Fyrsta tölublaðið, 1939, var átta síður og 2. tölublað, 1940, var heldur stærra og svipað á þrítugsafmæli félagsins, 1941. Eftir það verður útgáfa blaðsins mjög stopul sem vætnanlega má rekja til ytri aðstæðna vegna seinni heimstyrjaldarinnar og þótt félagið hafi starfað óslitið þá hefur Valsblaðið orðið að víkja. Árið 1951 á fer-tugsafmælinu kemur næsta Valsblað út og eftir það verður aftur hlé til 1958 þegar Valsblaðið er í raun endurvakið af miklum krafti. Þar segir m.a. um endurreisn blaðsins: „Útgáfa þessa blaðs er einn liður í mikilli og markvissri sókn, sem stjórn félagsins hefur hafið á öllum sviðum félagslífsins og miðar að því að Valur megi á fimmtíu ára afmæli sínu 1961 vera félagslega sterkt í öllum flokkum sem og ríkt að íþróttasigrum í öllum greinum og aldursflokkum og sanna þar með, að starf félagsins um hálfu öld hafi verið til fyrirmyndar og til heilla fyrir æskulýð Reykjavíkur, og þess megi vænta um alla framtíð.“

Með endurreisn blaðsins var í raun mörkuð sú stefna sem haldist hefur allar götur síðan. Með nokkrum undantekningum þá hefur Valsblaðið komið út öll ár en útgáfa þess var þó nokkuð stopul á árunum 1971–1982. Frá 1983 hefur blaðið komið út árlega og fagnar árið 2019 80 ára afmæli og útgáfu 71. tölublaðsins. Hér verða ekki taldir upp þeir fjöl-mörgu sem lagt hafa sitt af mörkum til að gera útgáfu blaðsins mögulega en áhugavert væri að rýna betur í útgáfusögu blaðsins en öll tölublöð frá upphafi eru aðgengileg á timarit.is og öll blöðin frá 2003 eru aðgengileg á valur.is. Einnig eru öll tölublöð Vals-blaðsins frá upphafi til innbundin í vörslu Vals á Hlíðarenda.

Hjálagðar eru fróðleiks og skemmtunar nokkrar for-síður Valsblaðsins á afmælisárum þess frá upphafi en þar sem blaðið kom ekki út árið 1949 er forsíða þess frá 1951 birt í staðinn.

Guðni Olgeirsson ritstjóri Valsblaðsins tók saman.





## Pétur Sveinbjarnarson

23. ágúst 1945 - 23. desember 2019

Rétt áður en Valsbladið fór í prentum bárust þau sorgartíðindi að Pétur Sveinbjarnarson, fyrrverandi formaður Vals hefði látist á Þorláksmessu. Pétur stundaði knattspyrnu frá unga aldri og lék með yngri flokkum Vals. Pétur var formaður knattspyrnudeildar Vals 1976-1980, formaður Vals 1981-1988 og formaður framkvæmdanefndar um byggingu Friðrikskapelli 1989-1993. Á aldarafmæli félagsins árið 2011 var Pétur kjörinn heiðursfélagi Vals. Hans verður minnst í næsta Valsblaði.



HLÍÐARENDAKAUPIN.

# Framtíðarheimkynni Vals.

Íþróttahímili að Hlíðarenda.



Sumarið 1939 réðist félagið í að festa kaup á býlinu Hlíðarenda við Laufásveg, eða öðru nafni erfðafestulandinu Vatnsmýrarblettur 14, með íbúðarhúsi, fjósi, hlöðu og öðrum útihúsum, fyrir 30 þúsund krónur.

Landið er austast í Vatnsmýrinni, milli Eskihlíðar og hins nýja vegar, er liggur suður að hinu fyrirhugaða íþróttahverfi við Skerjafjörð, 5,09 ha. að stærð, að mestu ræktað tún. Lega þess er hin ákjósanlegasta, á fallegum stað, næstum miðja veginni milli miðbæjar og hins væntanlega leikvangs (stadions) sunnan Eskihlíðar.

Kaupin eru gerð til þess að tryggja félaginu framtíðar samastað, þar sem sameinuð verði öll starfsemi þess á einn stað, og við skapað okkur þau ytri skilyrði, sem við teljum nauðsynleg og bezt, til að ná þeim árangri, sem að er keppt með stofnun og starfi félagsins. Eiga þau sér í rauninni langa forsögu í hrakningum félagsins, frá einum velli til annars, sem það hefir rutt sér og lagað, til þess svo að tapa þeim jafnharðan aftur.

Fyrsti völlurinn var ruddur þegar á fyrsta ári félagsins, eða fyrir nær 30 árum, sunnarlega á „Melunum“, en þaðan varð félagið að þoka þegar á næsta ári, því það ár var byrjað á byggingu Loftskæptastöðvarinnar og henni einmitt valinn staður á hinu nýrudda svæði Vals, en vegsummerki hafa sést þar til skamms tíma. Var þegar ráðist í að ryðja nýjan völl, lítið eitt norðar, en friðurinn var jafn skammur, því yfir þveran völlinn var lögð járnbraut sú, sem notuð var við byggingu hafnarinnar.

Enn var byrjað á nýjan leik, nú nyrzt á Melunum, og naut félagið þess vallar um nokkurt skeið, eða þar til hann var tekinn undir „Nýja íþróttavöllinn“ árið 1926. Jafnframt fékk félagið inni á hinum nýja velli til jafns við hin félögin, og hefir svo verið síðan.

Var nú svipast um eftir hentugum stað undr vallarstaði til frambúðar fyrir félagið, en enginn sá staður fékkst, sem við höfðum augastað á. Var svo þar til árið 1932, að bæjarráð leyfði okkur að ryðja og nota melbarð það sunnan við Haukaland, sem rutt var árið 1935 og síðan gengið undir nafninu Valsvöllur.

Þó notast hafi verið við völl þenna fyrir meira en helming allra æfinga félagsins á undanförunum árum, getur hann ekki orðið neinn framtíðar samastaður, því landrými er lítið og óhentugt, en líklegt að bærinn þurfi fljótlega á því að halda fyrir annað.

Hrakningar þessir sýna, að við höfum verið svo óheppnir að velja staði, sem ómissandi þóttu til annara nota, eða svo vel í sveit komið, að allur almenningur yrði að njóta þess, en ekki eitt einstakt félag. Verðum við að vona, að með kaupunum á Hlíðarenda sé þessari hrakningasögu í vallarmálum félagsins lokið, og lokið með sköpun fullkominna ytri skilyrða til æfinga og öflugs félagslífs á eigin landi, svo vel hirtu, ræktuðu og skipulögðu, að allir verði sammála um, að landinu verði á engan hátt betur ráðstafað, og því aldrei af okkur tekið.

Eftir alla þessa hrakninga var ekki að undra, þótt við litum vonaraugum til hins fyrirhugaða íþróttahverfis sunnan Eskihlíðar,

einkum er stjórn Í.S.Í. og bæjarráð bundust samtökum um að hrinda málinu í framkvæmd með útvegum fjár og kaupum á landinu undir það. Enda bundum við allar vonir okkar í þessum efnum við hugsjón þessa og biðum fullir óþreyju þeirrar stundar, að undirbúningi yrði svo komið, að íþróttafélögin gætu tekið við og fullgert æfingavellina.

Töldum við sjálfsagt, að hverju því félagi, sem sýnt hefði með starfsemi sinni, að það væri lifandi og líklegt til frambúðar, yrði úthlutað skák, þar sem koma mætti fyrir grasvelli og malarvelli fyrir fullorðna og öðrum malarvelli fyrir 3. og 4. flokk. Skák þessi yrði síðan til fullra afnota fyrir félagið, svo lengi sem það teldist starfandi og starfhæft, annars skil að bænum, er þá notaði það til almenningsnota fyrir ófélagsbundna flokka eða afhenti það öðru félagi, sem kynni að hafa risið upp og með starfsemi sinni sýnt, að það væri verðugt þess, að taka við slíkum mannvirkjum.

Með þessu töldum við tryggt, að hvert félag myndi ástfóstri við sinn völl, meira en ef hann væri sameiginleg eign tveggja eða fleiri félaga, en af því leiddi meiri fórnfýsi um sjálfboðaliðsvinnu, ræktarsemi við staðinn og betri umgengni, auk þess sem teljast verður ófullnægjandi hverju félagi að hafa minni vallarráð en að framman getur, þó við slíkt hafi orðið að búa um all-langt skeið.

Samkvæmt þessum skoðunum okkar sóttum við til bæjarráðs um úthlutun á því minnsta vallarsvæði, sem við teljum hægt að komast af með til frambúðar, og samræmanlegt var skipulagsupp-

dráttum, strax og bæjarstjórn hafði látið leggja veg að og um landið og ræsa það fram, en tilkynntum jafnframt formönnum hinna félaganna, hvað við ætluðumst fyrir, svo þau gætu gert hið sama.

Þessari málaleitan okkar var ekki sinnt.

Missiri síðar, eða haustið 1938, endurnýjuðum við beiðnina og töldum nú, að með fyrri umsókn okkar og viðræðum við ýmsa íþróttaleiðtoga bæjarins væri mál þetta komið á þann rekspól, að úthlutun yrði framkvæmd strax, svo takast mætti að tæta mýrlendið, áður en frost legðust í jörð. Ef það tækist ekki, drægust framkvæmdir í málinu enn a. m. k. eitt ár, því sérfróðir menn telja ógerning að hefja vallargerð á því án þess að láta það hafa staðið tætt að minnsta kosti vetrarlangt. En því miður fékkst engin lausn á málinu. Þar við hefir setið þar til í haust, að bæjarstjórn lét tæta landið.

Var skoðanamunur svo mikill meðal íþróttafélaganna, um hvaða kröfur gera ætti til bæjarins í þessum efnunum, svo og hve mikið þau sjálf gætu af hendi leyst, og loks gerðar þær kröfur til bæjarins, að hann sá sér ekki fært að sinna málinu frekar.

Að fenginni þessari reynslu þótti okkur sýnt, að langt yrði að biða þess, að íþróttahverfið yrði tilbúið til notkunar, enda með öllu óvíst, að viðunanleg lausn á úthlutun þess fáist, svo að það borgi sig að binda starfsemi félagsins við það.

Við fórum því enn á ný að leita eftir stað, er við gætum eignast og byggt á til frambúðar. Varð fyrst fyrir okkur Hlíðarendi, sem verkfræðingar bæjarins höfðu áður bent á, að til mála kæmi undir íþróttasvæði. Leitum við þegar upplýsinga um hvort landið væri falt, en úr kaupum varð þó ekki fyrr en næsta vor, að ekkja Guðjóns heitins Guðlaugssonar bauð okkur land og hús til kaups með það góðum skilmálum, að við töldum okkur geta tryggt það, að eignin þyrfti ekki að verða félaginu fjárhagsleg byrði í framtíð-

inni, þó illa kynni að ára öðru hvoru. Varð því úr, að við réðumst í kaugin og undirrituðum samning þar um 10. maí 1939.

Þó kaupin hafi verið gerð, er takmarkinu ekki náð. Þau eru aðeins upphafið. Upphaf þess starfs, sem á að tryggja félaginu fagran og fullkominn samastað, þar sem unnt verði að einbeita allri orku félagsins að hinum eiginlegu verkefnum þess, íþróttaiðkunum, sakir fullkominna ytri skilyrða og efnalegs sjálfstæðis. Upphaf þess starfs, sem svo á að fegra staðinn, að ekki aðeins hver Valsungi, heldur hver einasti annar Reykvingur hafi yndi af að dvelja að Hlíðarenda í tómstundum sínum.

Hugsjónir okkar um fullkomnun staðarins í framtíðinni verða að vera háleitar og miklar. Við verðum að gera til hans meiri kröfur en nokkurntíma hafa verið gerðar hér á landi í þessum efnunum, svo miklar, að þær standist kröfur tímans um næstu 100 ár a. m. k. Með það fyrir augum og í samræmi við það verður hvert handtak að vinnast og hver hugsun að miðast.

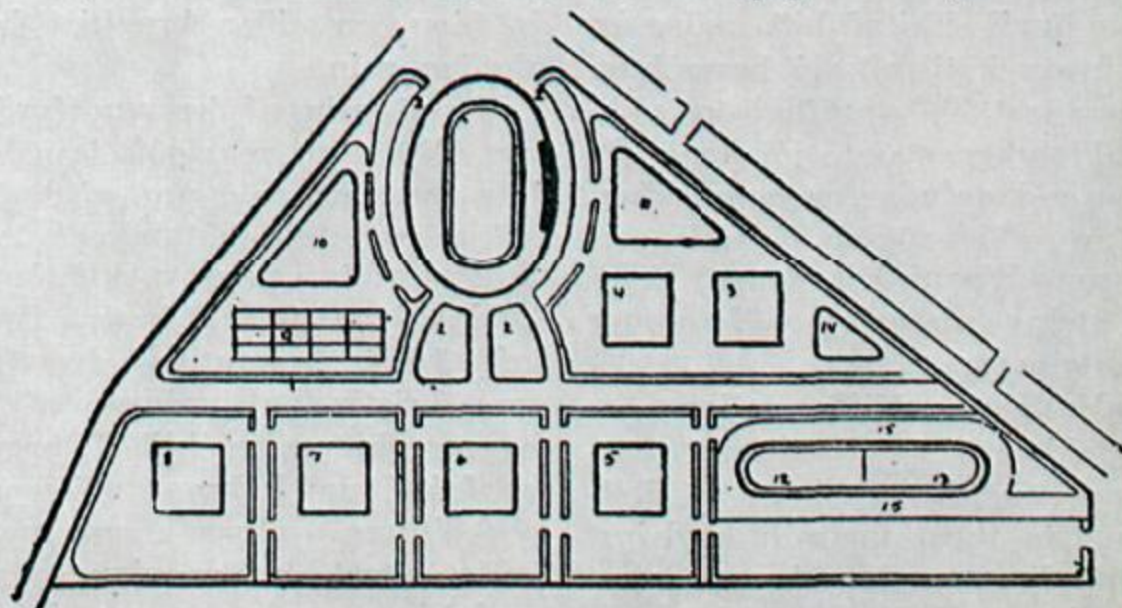
Að Hlíðarenda verðum við að byggja upp grasvöll af fullkomnuustu gerð, malarvelli honum til hlífðar, handboltavöll og tennisvelli, en á milli þeirra og allt í kring séu hinir fjölskrúðugustu og fegurstu gróðurreitir, sem geri hvort tveggja, að girða hvern reit og prýða og fegra staðinn. Þá verður að koma upp fimleikahúsi, búnings- og baðklefum, ásamt öllu tilheyrandi, skrifstofu, setu- og lesstofum, billiardstofum o. fl., auk

ibúðar fyrir væntanlegan framkvæmdarstjóra og kennara félagsins o. fl. o. fl. Allt þetta verður að vera svo vandað og vel frá gengið, að breytingar og viðhald verði aldrei teljandi.

Eg er sannfærður um, að allir, sem eitthvað hugsa um framtíð og framtíðarþarfir félagsins eru samála um, að þetta sé það, sem vinna beri að. Eg er jafn sannfærður um, að þetta megi takast, ef áhugi og fórnfýsi félagsmanna nær að beinast í þessa átt. Verkefnið er ærið og fjárförfin mikil, en hvort tveggja er yfirstiganlegt með samtaka hug og starfi.

Vitanlega verður slíkt stórvirki ekki unnið á fáum árum, af fá tæku og tiltölulega fámennu félagi, enda er Hlíðarendinn ekki aðeins keyptur fyrir yfirstandandi nútíð, heldur fyrir alla fyrirsjáanlega framtíð. Hér er mikilfengleg hugsjón til að vinna að, sem sameina á alla Valsunga, eldri og yngri, virka og óvirka, til sameiginlegra átaka og öflugs félagslífs. Í þeim efnunum þarf tæplega að örventa, því jafnan hefir vinnukraftur verið fyrir hendi, ef eitt hvort sértsakt verkefni beið úrlausnar.

Öll sjálfboðavinna í félaginu hefir orðið til þess að tengja hina starfandi Valsunga traustari vináttuböndum innbyrðis og við félagið. Hversu miklu meiri líkur eru þá ekki til þess, að hin mikla hugsjón, sem bundin er við Hlíðarenda, verði til að framkalla mikla fórnfýsi og tengja félagana fastari vináttuböndum við sitt gamla og góða félag.



Íþróttahverfið við Nauthólsvík.

En allar framkvæmdir kosta fe og okkar fyrirætlanir ekki hvað sikt. Af eigninni verður ekki krafist meira, en að hún standi undir afborgunum og vöxtum kaupverðs, einkum með tilliti til þess, að við höfum þegar tekið einn hektara undan af túninu til grasvallagerðar, — en það gerir hún. Okkur vantar hinsvegar fé til framkvæmda á framtíðarfyrirætlunum, til bygginga, framræslu, vallagerðar, girðinga, skrautgróðurs o. fl. Í þeim efnum verðum við að afla fjár með ýmsu móli og treystum við þar á stuðning allra vina okkar og velunnara, auk ýmislegs beins og óbeins stuðnings frá bæjarstjórn, sem alltaf hefir sýnt okkur og íprótt-

unum í heild fyllsta skilning. Til að standast fyrstu útborgun, kr. 5000,00, höfum við gefið út skuldabréf fyrir upphæðinni, hvert hljóðandi upp á 50 krónur, er innleysist á 10 árum og ætluð eru til að hjálpa okkur yfir erfiðasta hjallann, þar til við höfum haft tækifæri til sérstakra fjáraflana. Er það von okkar, að sem flestir félagar og velunnarar kaupí bréf þessi, ef þeir mega missa af 50 krónum um eins til tíu ára skeið. Yrði það til hins mesta stuðnings fyrir okkur, en kaupandinn fær nokkru hærri vexti en í sparisjóði.

Að endingu vil eg skora á alla Valsunga, eldri sem yngri, að leggjast á eitt um að styðja stjórn-

ina á allan hátt með ráðum, dáð, vinnu, fjáröflun og fjárframlögum til þessa mesta framtíðar- og framfaramáls í sögu félagsins, svo Valur þurfi ekki að bíða mörg ár, eða áratugi, til að sjá þessa hugsjón rætast. Tilkynnið aðstoð ykkar til einhvers úr stjórninni eða Hlíðarendanefndar en hana skipa: Ólafur Sigurðsson, Hólmgeir Jónsson, Bjarni Bjarnason, Baldur Steingrímsson og Jóhannes Bergsteinsson.

Valsungar! Hlíðarendinn er eign okkar allra. Bindumst samtökum um að gera hann að fullkornasta íbrottaheimi landsins. Mætið til vinnu þar, hvenær sem tími vinnst til.

O. S.

# JÓL 2019

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

**ALARK**

arkitektar ehf.

1. verðlaun í samkeppni um framtíð Orkuhússreits





*Valskórinn 2019: Frá vinstri: Sigrún Steingrimsdóttir, Hrafnhildur Ingólfssdóttir, Guðrún Sesselja Grímsdóttir, Anna Sigríður Jóhannsdóttir, Þorbjörg Sóley Ingadóttir, Þuríður Ottesen, Laufey Steingrimsdóttir, Guðbjörg B. Petersen, Björg Steingrimsdóttir, Jóhanna Gunnþórsdóttir, Þóra Sjöfn Guðmundsdóttir, Friðrik Rúnar Guðmundsson, Karitas Halldórsdóttir, Chris Foster, Jón Guðmundsson, Vala Helga Björnsdóttir, Baldur Dýrfjörð, Ólafur Sigurðsson, Björg M. Ólafsdóttir, Lilja Jónasdóttir, Guðmundur Frímansson, Halldór Einarsson, Bergþóra Þórhallsdóttir, Mínerva M. Haraldsdóttir, Helga Birkisdóttir, Nikulás Úlfar Másson, Þórarinn Valgeirsson, Sigurður Helgi Oddsson, píanóleikari. Fremst standa Bára Grímsdóttir, stjórnandi og einsöngvari á vortónleikum kórsins Kristján Jóhannsson. Ljósmynd: Þorsteinn Ólafs.*

# Hjá Valskórnum er aldrei „stöngin út“

**Það er gaman að eiga erindi á Hlíðarenda á mánudagskvöldum yfir vetrartímann til að syngja. Bílastæðin stútfull, húsin uppljómuð, unga fólkid baðað fljóðljósum við knattspyrnuíðkun og Gunnar að stússast í Fjósinu. Það er alltaf mikið um að vera á Hlíðarenda.**

Klukkan sjö eru ljós tendruð í Friðrikskapellu og Valskórinn hefur upp raust sína. Raddbönd hituð upp og tekist á við verkefni næstu tónleika. Stjórnandi kórsins undanfarin fimmtán ár, Bára Grímsdóttir, tónskáld og tónlistarmaður sver sig í ætt hina snjöllu og kröfuhörðu íþróttabjálfa félagsins og ætlast til árangurs. Hún leggur fyrir kórinn verkefni af ýmsu tagi. Sum virðast í fyrstu óárennileg ... tuttugu blaðsíðna tónverk í sex röddum eða tónverk eftir hana sjálfa þar sem allar raddir verða að stemma í viðkvæmum hljómunum. Stjórnandinn gefst ekki upp fyrr en allt smellur saman og kórfélagar kætast yfir hverju lagi sem „sigur“ vinnst á.

Vorið 2019 tefldi Bára svo fram einhverjum besta söngvara Íslandssögunnar, Kristjáni Jóhannssyni, til að syngja með kórnum. Það var ekki laust við að skjálfti færi um meðlimi Valskórsins er Kristján mætti á fyrstu æfinguna en einstök útgeislun og fagmennska tenórsins laðaði fram það besta í kórnum svo vortónleikarnir í Háteigskirkju urðu upplifun fyrir þá sem á hlýddu og mikilvæg reynsla fyrir kórfélaga.

Það er aldrei „stöngin út“ þegar Valskórinn er annars vegar og aldrei skotið framhjá, í versta falli er hlutum bjargað fyrir horn. Það er líka trú félaga að kórinn verði bara betri og þroskaðri með árunum.

Stærstu verkefni kórsins eru sem fyrr vor- og jólatónleikarnir. Það er einnig mjög ánægjulegt að syngja á adventukvöldi í Friðrikskapellu og við útnefningu íþróttamanns Vals á gamlársgögnum.

Valskórinn hefur starfað í öll þessi ár vegna þess að það er gaman að syngja, hitta frábæra félaga og takast á við skemmtileg verkefni.

*Áfram Valskórinn!*

**GGLAGNIR**<sub>ehf</sub>  
**PÍPULAGNINGAÞJÓNUSTA**  
Fossháls 27 110 Reykjavík  
stofnað 1988



# Frábærlega vel heppnað herrakvöld Vals

Gleðin var svo sannarlega við völd á afar vel heppnuðu og fjölmennu herrakvöldi sem haldið var í stóra íþróttasalnum á Hlíðarenda, föstudaginn 1. nóvember í glæsilegri umgjörð. Þar skemmtu sér margar kynslóðir Valsmanna sér konunglega saman, ýmsir af núverandi leikmönnum meistaraflokka Vals og gamlar kempur frá fyrri tímum ásamt fjölda almennra félagsmanna og stjórnarmanna frá ýmsum tímum auk fjölda gesta. Þorgrímur Þráinsson varaformaður Vals flutti skemmtilegt og hvetjandi ávarp og Svali Björgvinsson sá um að stýra veislunni á sinn einstaklega skemmtilega hátt. Logi Bergmann Eðsson var ræðumaður kvöldins og Eypór Ingi hélt uppi fjörinu fram eftir kvöldi með tónlistarflutningi. Maturinn var ekki af verri endanum eins og endranær og stelpurnar í handboltanum sáu um happdrætti. Á næsta ári er stefnt að enn glæsilegra og fjölmennara herrakvöldi. Ljósmyndir: Guðni Ólgeirsson.





# Lærdómsrík námsferð knattspyrnupjálfara til Kristianstad í Svíþjóð

Fimmtudag 24. október 2019 var farið af stað til Kristianstad. Knattspyrnupjálfarar voru 13 talsins og þar af voru 9 Valsþjálfarar sem fengu stuðning m.a. frá Fálkunum. Ferðin stóð til sunnudags 27. okt. Dagskráin var skipulögð af þjálfarateymi Kristianstad. Hún var þétt setin og lærdómsrík. Við hlustuðum á sex fyrirlestra og miklar umræður voru eftir hvern þeirra. Hér má sjá nöfn fyrirlesara og innihald fyrirlestra:



- Elísabet Gunnarsdóttir – Uppbygging, saga og þróun Kristianstadfélagsins og leikgreining og upplegg liðsins.
- Björn Sigurbjörnsson – Starf yngri flokka félagsins.
- Albert Þórir Sigurðsson – U 17 og U 19 starf félagsins.
- Kristín Hólm Geirsdóttir – Styrktar- og þrekþjálfun félagsins.
- Johanna B. Rasmussen – Afreksstarf félagsins.

Auk þess horfðum við á æfingar hjá U17, U19 og A liði félagsins:

Við vorum með í undirbúningi leiks A liðs Kristianstad – Rosengård. Horfðum á leikinn og greindum í umræðum á eftir. Ferðin var í alla staði lærdómsrík og áhugaverð. Allir þjálfarar lærðu mikið og umræður um íþróttina var fróðleg.

**Eftirtaldir þjálfarar fóru í ferðina:**  
Soffía Ámundadóttir, Katla Garðarsdóttir, Jóhann Páll Einarsson, Haraldur Árni Hróðmarsson, Páll Árnason, Júlíus Júlíusson, Bjarki Már Sverrisson, Sveinn Þorkell Jónsson, Theodór Sveinjónsson, Alexander Aron Davarsson, Arnar Páll Garðarsson og Eidur B. Eiríksson.



# Fjölbreytt starfsemi fulltrúaráðs Vals

Fulltrúaráðið sem stofnað var 1946 er skipað þeim sem stutt hafa við félagið til langs tíma, margir frá unga aldri og margir sem leitt hafa störf innan þess til fjölda ára, m.a. sem formenn deilda og félagsins. Nokkrir fundir eru haldnir þ.á m. jólafundur ráðsins þar sem útnefndur er nýr handhafi Friðrikshattsins. Það var vel við hæfi að taka upp afhendingu þessa ágæta hatts þar sem hattur sem hinir ungu stofnendur Vals var fyrsta viðurkenning sem veitt var innan félagsins þegar strákarnir keyptu og gáfu Sr. Friðriki forláta Stetson hatt. Fyrstur til að hljóta þessa viðurkenningu innan ráðsins var Elías Hergeirsson árið 2013, hans er nú sárt saknað úr okkar röðum. Fyrrum samstarfsmaður Ella í Héðni til áratuga og vinur, Róbert Jónsson hlaut Friðrikshattinn 2018 og var sannarlega vel að honum kominn. Stöðugt er vitnað í hið feikna árangursríka starf sem Róbert skiladi félaginu til áratuga og hann hefur



*Margrét Bragadóttir með Friðrikshattinn en hún hefur komið að fjölmörgum verkefnum fyrir Val í 40 ár.*



*Gunnar Gunnarsson sigurvegari í fyrsta skákmóti Vals fyrir 60 árin með Valshrókinn á skákmóti Vals 2019.*

## Friðrikshatturinn – viðurkenningar frá upphafi

2013 Elías Hergeirsson  
2014 Lárus Loftsson  
2015 Guðni Olgeirsson  
2016 Jóhannes Kr. Jónsson  
2017 Svanur Gestsson  
2018 Róbert Jónsson  
2019 Margrét Bragadóttir

sannarlega haldið áfram að styðja sitt félag með ráð og dáð. Um leið og félagar í ráðinu fylgjast vel með því sem er að gerast í félaginu er óhætt að segja að hin almenna stemning innan ráðsins sé að bera skuli fyrir virðingu fyrir fjármunum félagsins og mikilvægt að skapa sjálfbærni fjármuna. Tveir fundir með nokkurra mánaða millibili með Árna Pétri

Jónssyni formanni Vals voru vel heppnadir og mjög athyglisverðir. Mikilvægt er að félagið muni sem lengst njóta krafta Árna. Ekki eru ýkja mörg ár liðin frá þeim tíma þegar rekstur félagsins var virkilega þungur og ekki viljum við fara þangað aftur.

## Skákmót Vals

Skákmót Vals var endurvakið á árinu og þurfum við endilega að tryggja framtíð mótsins. Það var einstaklega ánægjulegt að Gunnar Gunnarsson hinn mikli skákmeistari og handhafi bikarsins fyrir sextú árum mætti og stóð sig vel þó ekki ynni hann bikarinn aftur. Á nýju ári þarf endilega að endurverkja bridgemótið og ekki síður golfmót félagsins sem bæði voru haldin í mörg ár. Drifmiklir áhugamenn um þessar greinar ættu endilega að bretta upp ermar og koma báðum á koppinn fræga.

*Halldór Einarsson, formaður fulltrúaráðs Vals, tók saman.*



*Lárus Loftsson og Halldór Einarsson hlýða á ávarp Margrétar Bragadóttur við afhendingu á Friðrikshattinum 2019.*



*Knattspyrnufélagið Hlíðarenda 2019. Efri röð frá vinstri: Jóhann Hrafn Jóhannsson, Trausti Freyr Birgisson, Andi Morina, Aðalsteinn Hilmarsson, Piotr Bujak og Alexander Lúðvígsson fyrirlíði. Neðri röð frá vinstri: Sveinn Ingi Einarsson, Gunnar Francis Schram, Eyþór Örn Porvaldsson, Haukur Ásberg Hilmarsson og Victor da Costa.*

# Erfitt tímabil hjá Knattspyrnufélaginu Hlíðarenda en samstarfið við Val að aukast

**Einhver sagði að í upphafi skyldi endinn skoða og það er því tilvalið að byrja á því að segja þér kærri lesandi að KH féll úr 3. deildinni sumarið 2019 og aftur niður í hylpdýpi 4. deildarinnar eftir tveggja ára veru í deild þeirra fjórðu bestu á Íslandi**

Árið var okkur ansi erfitt en vegna margvíslegra ástæðna áttum við erfitt með að ráða þjálfara eftir að Arnar Steinn varð „fyrrum þjálfari KH“ í annað skipti eftir að hafa þjálfað liðið í stuttan tíma eftir áramót. Úr varð að konungur félagsins, Hallgrímur Dan Daníelsson, tók við þjálfuninni. Leikmannahópurinn var mikið breyttur en enginn ástæða var til að örvænta. Við fengum m.a. Valsmanninn Hauk Ásberg aftur heim úr Haukum en því miður stoppaði hann stutt við áður en hann hélt utan aftur til Bandaríkjanna að sinna háskólanámi. Á endanum má segja að skortur á reynslu á meistaraflokksbolta hafi orðið liðinu að falli en í alltof mörgum leikjum vorum við klaufar á síðasta korterinu eða höfðum klúðrað dauðafæri eftir dauðafæri í 0-1 tapi á heimavelli.

Eins og áður spiluðu margir 2. flokks strákar með okkur sem fengu dýrmæta reynslu af karlmennskufótbolta en þeir sem halda að 3. deildin sé einhver bumbubolti þurfa nauðsynlega að uppfæra sig. Í deildinni eru margir þrælgóðir leikmenn og er þessi fótbolti mjög góður undirbúningur fyrir þá leikmenn sem ætla sér að ná eitthvað lengra í boltanum. Það er þó himinn og haf á milli 3. deildarinnar og 4. deildarinnar en við sem höldum einhverri umgjörð utan um félagið setjum stefnuna rakleiðis upp. Þrátt fyrir að gæðin séu minni er þó eitthvað heillandi við að spila í 4. deildinni á nýjan leik með úrslitakeppnisfyrirkomulaginu þar sem allt getur gerst og við horfum því með mikilli tilhlökkun til sumarsins.

Hallgrímur mun áfram þjálfa liðið en honum til aðstoðar hefur verið ráðinn Sveinn Ingi, goðsögn innan félagsins, sem mun verða spilandi aðstoðarþjálfari.

Við höldum áfram að auka samstarfið við Val sem er vel. Í ár sinntum við t.a.m. gæslu á einhverjum heimaleikjum félagsins, mönnuðum vaktir á grillinu með Fálkunum ásamt því að sinna almennu hlutverki okkar í dómgæslu á yngri flokkum. Ekkert af þessu KH ævintýri væri hægt án aðstoðar frá Val og við vonumst eftir því að samstarfið muni bara aukast á komandi árum.

*F.h. Knattspyrnufélagsins Hlíðarenda, Jóhann Skúli Jónsson (sjálfskipaður yfirmaður knattspyrnumála)*



# Verum leiðtogar og flottar fyrirmyndir

Það er ekkert mál að mæta á æfingar, nánast alla daga og fara síðan í sturtu, sáttur við að hafa mætt en meðvitaður um að maður hefði getað gert miklu betur. En ... það krefst sjálfsaga, 100% einbeitingar og vandaðs lífsstíls að mæta á æfingar með það að markmiði að ná einstökum árangri innan vallar sem utan sem við öll viljum. Við erum „íþróttamenn“ í rúmlega tvo klukkutíma á dag en hver erum við og hvernig högum við okkur þær 22 klukkustundir sem eru eftir af sólarhringnum? Það, hvernig við nýtum þær klukkustundir, endurspeglar með hvaða hugarfari við mætum á æfingu. Förum við í gegnum æfingu af skyldurækni eða erum við 100% einbeitt og meðvituð á öllum sviðum, allan sólarhringinn. Þarna skilur á milli sigurvegara og meðalmennsku. *Þú ert þinnar gæfu smiður.*

Þegar við einbeitem okkur að öllum LITLU HLUTUNUM sem bæta líf okkar finnum við hvernig sjálfstraustið eykst og við verðum sigurvegarar, leiðtogar og við spyrjum okkur ósjálfrátt: Hver er tilgangur minn í lífinu? Hvað þarf ég að gera daglega til að vera í „réttu flæði“, gera gagn og ná árangri og ekki síst, hvernig get ég hjálpað öðrum? Öllum er hollt að rýna reglulega í daglegar venjur og hreinlega sparka í rassinn á sjálfum sér. Við lítum í kringum okkur og horfum öfundaraugum á aðra blómstra en höldum samt áfram að borða kleinuhringi, hlífa okkur á æfingum, verja tímanum í vitleysu og vanrækja svefninn. Og margt annað. Enn og aftur:

## Litlir hlutir skapa stóra sigra!

Í velgengni er ekki síst mikilvægt að rýna í starfið, þjálfunina og allt sem tengist félaginu okkar. Ég horfi upp á þjálfara sem eru 100% einbeittir, leiðbeina, fadma og hlúa að iðkendum af alúð og stundum sé ég aðra sem virðast vera að þjálfa af skyldurækni.

Öll erum við mismunandi en við í Val eigum að standa fyrir eitthvað sérstakt, viðhalda aga, sýna auðmýkt, kunna að tapa, nýta tímann frábærlega, kenna samkennd, sýna vináttu, virðingu og svo mætti lengi telja.

## Litlu hlutirnir!

Við þurfum að temja okkur jákvæðar vinnureglur: að yfirgefa ekki æfingu fyrr en allir boltar eru fundnir, vesti tekin saman, rusl tínt upp. Ég hef verið talsmaður þess að yngri iðkendur taki í höndina á þjálfurum eftir æfingar, þakki fyrir sig. Ef við viljum halda áfram að vera afreksfélag og jafnframt ala upp einstaklinga sem standa sig vel innan vallar sem utan verðum við að vera á tánum, saman, og gera betur.

Við verðum öll fyrir mótlæti sem er þroskandi og reynsla mín er sú að mótlæti og meðbyr í íþróttum er besti skóli sem ég hef gengið í gegnum. Lífið er sem betur fer ekki alltaf dans á rósum. Við eigum að leggja okkur fram um að Valur verði áfram í fararbroddi á öllum sviðum. Takist okkur að leiðbeina yngri iðkendum fagmannlega og af alúð og með kærleika að leiðarljósi, vill enginn, aldrei nokkurn tímann, yfirgefa Hlíðarenda, jafnvel þótt einhver hverfi á braut tímabundið. Leggjum okkar fram um að blómstra áfram, saman.

*Þorgrímur Þráinsson*



# Fellamaður að austan verður Valsari

**Hvernig skyldi það vilja til að strákur austur á Fljótsdalshéraði gerist einlægur Valsari og það á tímum fyrir daga beinna sjónvarpsútsendinga, internetsins og þeirrar miklu miðlunar upplýsinga sem tíðkast nú til dags. Helsta heimildin var dagblaðið Tíminn. Valsmaðurinn Sigfús Guttormsson frá Krossi í Fellum settist niður og grufaði í gömlum minningum.**

Ég er Héraðsmaður í húð og hár. Ég ólst upp með foreldrum mínum og þremur systkinum á bænum Krossi í Fellahreppi á Fljótsdalshéraði. Í sveitinni er ungmennafélag sem heitir Huginn en þar var frekar lítið gert með íþróttir. Það var svo sem stutt yfir Lagarfljótið í Egilsstaði þar sem Höttur er en lengi framan af hafði ég ekki áhuga á íþróttum.

Þar kom þó að ég fékk áhuga á knattspyrnu. Ég hugsa að það hafi verið sumarið 1976 en þá var ég 11 ára. Ég fór að skoða íþróttasíður Tímans og heyrði úrslit lesin í Ríkisútvarpinu. Í framhaldinu fór ég að hugsa um með hvaða liði ég ætti að halda. Akranes kom upp í hugann því pabbi nefndi það lið en hann hafði einu sinni verið að vinna þar. En úr varð að ég fór að halda með Val. Ástæðan fyrir því var sú að heima á Krossi, þegar ég var að alast upp, var hundur sem hét Valur! Mér þótti mjög vænt um hundinn sem var ljós á litinn og fannst vel við hæfi að félagið mitt á Íslandi, fyrir utan Hugin í Fellum, skyldi vera Valur! Reyndar halda nokkrir á mínu reki úr Fellunum, til dæmis báðir bræður mínir, með Val en það var ekki út af hundinum.

Fyrstu árin var eini möguleikinn að fylgjast með liðinu sá að hlusta eftir úrslitum í útvarpinu eða lesa íþróttafréttirnar í Tímanum þegar blaðið kom í sveitina en blöðin komu einu eða tvisvar sinnum í viku. Í Tímanum sá maður myndir af leikmönnum Vals og annarra liða. Ég klippti myndirnar út í mörg ár og lífndi inn í stúlabækur. Einstöku sinnum var lýst leikjum í útvarpinu og ég man að Hermann heitinn Gunnarsson lýsti leikjum með Val. Gott ef ég á ekki eina upptöku einhvers staðar á segulbandi.

Haustið 1976 fór ég að halda með Liverpool eftir að bekkjarfélagi minn gaf mér mynd af Kevin Keegan. Ég verð



honum ætíð þakklátur fyrir að myndin skyldi vera af leikmanni Liverpool. Eftir það sökkta ég mér niður í ensku knattspyrnuna og hef verið á kafi í henni síðan. Hef fylgt Liverpool í gengum þykkt og þunnt og alltaf vonaði ég að Liverpool og Valur myndu mætast. Reyndar mætti Valur Hamburger SV sem hefur verið uppáhaldsliðið mitt í Þýskalandi frá því Kevin Keegan fór þangað frá Liverpool. En ég fór því miður ekki suður til að horfa á Kevin og félagi gegn Val á Laugardalsvöllinum eins og hefði verið gaman. Það var nú ekki verið að þvælast milli landshluta til að horfa á knattspyrnuleik á þeim árum. Sennilega þótt undarlegt ef ég hefði gert það.

Þó Liverpool og enska knattspyrman væri efst á blaði, og sé enn, fylgdist ég líka vel með Val. Ingi Björn Albertsson var fyrsta hetjan mín og Atli heitinn Eðvaldsson kom honum skammt að baki. Ég man að 1977 sá ég mörkin þeirra í sjónvarpinu þegar Valur vann Bikarkeppni KSÍ með því að leggja Fram 2:1 í úrslitum. Dálæti mitt á Inga Birni var líka tilkomið vegna þess að Albert Guðmundsson var faðir hans. Ég heillaðist mikið af Albert og sögu hans. Núna fyrr í sumar hitti ég Inga

Björn fyrst. Við vorum þá staddir á Keflavíkurflugvelli og ég var lengi að hafa mig í að ávarpa hann. Var reyndar hálf feiminn en hann tók mér vel og í stuttu máli sagði ég honum af því þegar ég byrjaði að halda með Val.

Þegar ég var í nám í Kennaraháskólanum í Reykjavík, en ég útskrifaðist úr honum vorið 1990, fór ég fyrst á leiki með Val. Eftirminnilegasti leikurinn var Evrópuleikur við Mónakó haustið 1988. Valur vann 1:0 á Laugardalsvöllinum og skoraði Atli sigurmarkið en hann var þá kominn heim eftir glæstan feril úti í Evrópu. Ég fylgdist ekki bara með Val í knattspyrnu heldur líka í hand- og körfuknattleik. Minnst í körfubolta og hef bara litið eftir úrslitum í þeirri íþrótt. Ég sá reyndar Val einu sinni leika við Hött á Egilsstöðum í næst efstu deild í körfubolta. Það er eini körfuboltaleikurinn sem ég hef séð Val spila. Leiðir Vals og Hattar hafa nokkrum sinnum legið saman í tveimur efstu deildum síðustu árin en Höttur hefur þrisvar sinnum komist upp í úrvalsdeildina.

Það gladdi mig mikið á síðustu leiktíð að kvennalið Vals skyldi vinna þrennu í körfubolta. Þar með hafði Valur unnið alla stærstu titlana í vinsælustu boltagreinunum þremur í karla- og kvennaflokki. Núna eru Valskonur Íslandsmeistarar í knattspyrnu, hand- og körfuknattleik. Slíkt hefur ekki áður gerst í sögu íslenskra íþróttar. Sögulegt afrek!

Á seinni árum stendur upp úr að vera á bikarúrslitaleiknum 2016 þegar Valur vann ÍBV 2:0. Reyndar varð ég að sleppa allra síðustu mínútunum vegna þess að ég þurfti að drífa mig út á flugvöll til að ná flugi til Egilsstaða. Það hefur verið gaman að sjá Val vinna titla nú síðustu árin í öllum boltagreinunum og vonandi vegnar félaginu vel áfram.



Tengsl Vals austur á Hérað eru kannski ekki mikil. Þorgrímur Þráinsson er þó búinn að koma í Egilsstaðaskóla í mörg ár og ég spyr hann alltaf helstu tíðinda úr Val. Á seinni hluta síðustu aldar kynntist ég svo Jóni Guðmundssyni, stórsöngvara í Valskórnum, sem þá var kennari á Hallormsstað. Hann hefur nokkrum sinnum farið með mig á Hlíðarenda og sýnt mér allt þar eftir að hann fluttist aftur suður.

Nokkrir Héraðsmenn, þó ekki margir, hafa komið við sögu hjá Val. Upp úr 1980 léku systurnar Hera og Védís Ármannsdætur með Val um tíma og eins Arney Magnúsdóttir og unnu þær nokkra titla. Þær, sem eru uppaldaðar á Egilsstöðum, urðu til dæmis allar Íslands- og bikarmeistarar með Val sumarið 1986. Gunnar Borgþórsson, fyrrum nemandi minn, þjálfaði kvennalið Vals árin 2011 og 2012. Af Austfirðingum voru þeir bræður frá Stöðvarfirði, Ívar og Jón Ingi Ingimarssynir um tíma hjá Val. Ívar, sem nú býr á Egilsstöðum, lék með Val 1994 til 1997.

Sem fyrr segir þá var draumur minn alltaf sá að Liverpool myndi mæta Val í Evrópukeppni en hann er líklega úr sögunni eftir að Meistaradeildin með sinni miklu misskiptingu varð til. Ég lék knattspyrnu með Hugin Fellum í mörg ár. Eitt ár í deildarkeppni en annars utan deilda. Síðustu sjö árin höfum við Huginsmenn leikið á Pollamóti Þórs á Akureyri en aldrei mætt Val eins og mig hefur langað til. En hver veit nema það eigi eftir að gerast?



Valsmaðurinn Sigfús Guttormsson t. h. með Jóni Guðmundssyni hefur haldið með Val frá 11 ára aldri og er enn eldheitur Valsari.



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

**BOSE**

**.origo.**



# Með þessa aðstöðu hljóta yngri flokkarnir að skila sér í meistaraflokk

## Benedikt Darri Gunnarsson er 16 ára og leikur knattspyrnu með 2. flokki og fékk Friðriksbikarinn á uppskeruhátíðinni í haust

Nám, skóli? „Kvennó.“

Af hverju Valur? „Valur er hverfisfélagið.“

Uppeldisfélag í fótbolta? „Valur.“

Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í fótboltanum? „Þau hafa alltaf stutt mig vel og mæta á alla leiki, gæti ekki beðið um meira.“

Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni? „Verð að segja ég.“

Af hverju fótbolti? „Hataði eiginlega allar aðrar íþróttir.“

Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum? „Mætti á eina æfingu í handbolta.“

Eftirminnilegasti úr boltanum? „Allar rútuferðirnar út á land seinustu árin.“

Markmið fyrir næsta tímabil? „Vinna Íslandsmótið.“

Eftirminnilegasti þjálfarinn? „Andri Fannar.“

Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val? „Elín Metta.“

Athyglisverðasti leikmaður í

meistaraflokki karla hjá Val? „Haukur Páll.“

Hvernig líst þér á yngri flokkana í fótbolta hjá Val? „Með þessa aðstöðu hljóta yngri flokkarnir að skila sér í meistaraflokk.“

Fyrirmynd þín í fótbolta? „Santi Cazorla og Andrei Arshavin.“

Hvað einkennir góðan þjálfara? „Sá sem leiðir sigurlið.“

Uppáhalds erlenda fótboltafélagið? „Arsenal.“

Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt? „Leggja hart að sér.“

Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir

þú gera? „Byggja innanhússhöll og stækka lyftingasalinn.“

Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðarenda? „Aðstaðan er frábær í Val gervi-grasið er frábært líka. Geggjaður staður til að horfa á enska boltann.“

Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati? „Þegar meistaraflokkur kvenna í fótbolta urðu Íslandsmeistarar.“

Besta kvikmynd? „Coach Carter.“

Besta bók? „Garðurinn.“

Einkunnarorð? „Margur er knár þótt hann sé smár.“

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

**HÓPBÍLAR**  
**25**  
ARA  
1995-2020

**Kolefnisjöfnun**  
Stærsti samningur sem gerður hefur verið við Kolvið.  
18.570 tré verða gróðursett fyrir HÓPBÍLA árið 2020.

**KOLVIÐUR**  
ICELAND CARBON FUND

# Titlarnir hjá meistaraflokki kvenna í körfuboltanum eftirminnilegastir

## Sara Líf Boama er 14 ára og leikur körfubolta með 9. flokki

**Nám?** „Er í Ölduselsskóla.“

**Hvað ætlar þú að verða?** „Markmið mitt er að verða atvinnukona í körfubolta.“

**Af hverju Valur?** „Þegar ég byrjaði að æfa körfubolta æfði ég með ÍR en þá var ég bara ein með strákunum. Bræður mínir voru að æfa körfubolta hjá Val svo pabbi fór með mig á nokkrar æfingar hjá Val og eftir það var ekki aftur snúið því þar kynntist ég frábærum liðsfélögum og skemmtilegu og klikkuðu persónuleikum þeirra.“

**Frægur Valsari í fjölskyldunni?** „Það er enginn frægur Valsari í fjölskyldunni en ég ætla mér að verða sú fyrsta.“

**Hvernig hafa foreldrar þínir stutt þig í körfuboltanum?** „Foreldrar mínir veita mér mikinn stuðning. Hjálpa mér að komast á æfingar og leiki, taka þátt í fjáröflunum og skemmtunum. Ég er mjög þakklát fyrir þau.“

**Hver er besti íþróttamaðurinn í fjölskyldunni?** „Besta íþróttakonan í fjölskyldunni minni er systir mín. Hún heitir Linda Líf Boama og komst í U19 í fót-boltanum í sumar. Hún er mjög góð og efnileg og mig langar að vera eins og hún.“

**Af hverju körfubolti?** „Ég lifi fyrir körfuboltann. Mér finnst hann mjög skemmtilegur og allt það sem tengist honum.“

**Helstu afrek í öðrum íþróttagreinum?** Ég stundaði fótbolta hjá Víkingi og gekk vel þar, komst meira að segja á úrtaksæfingar hjá KSÍ. Mér fannst mjög gaman í fótbolta en körfuboltinn er skemmtilegri.“

**Eftirminnilegast úr boltanum?** „Þegar

liðið mitt vann ÍR og við fórum upp um riðil í síðasta mótnu í fyrra. Það var mjög erfiður og stressandi leikur. Ég var komin með fjórar villur um miðjan þriðja leikhluta en ég náði að spila út restina af leiknum villulaust og við enduðum á að vinna leikinn. Geggjuð upplifun.“

**Hvernig skýrir þú einstakan árangur meistaraflokka kvenna hjá Val í fót-bolta, handbolta og körfubolta árið 2019?** „Valur leggur greinilega mikinn metnað í starfið, hefur fengið flotta leikmenn til félagsins sem leggja mikið á sig til að gera vel. Ég hlakka til að verða ein af þeim.“

**Eftirminnilegasti þjálfarinn?** „Ég hef haft þrjá þjálfara körfunni Guðbjörgu, Regínu og David og þau eru öll „mega cool“.“

**Athyglisverðasti leikmaður í meistaraflokki kvenna hjá Val?** „Ég á mér marga uppáhalds leikmenn í meistaraflokki kvenna hjá Val en eftir leikinn í kvöld (01.12.19) á móti KR þá fannst mér athyglisverðustu leikmennirnir vera Sylvía og Kiana. Sylvía er góð í að fara upp og klára en Kiana er mjög góð í að dríppla boltanum og skjóta.“

**Fyrirmynd þín í körfubolta?** „Helena Sverrisdóttir því hún er frábær leikmaður og yndisleg manneskja utan vallar. Ég hef alltaf litið upp til hennar.“

**Draumur um atvinnumennsku í körfubolta?** „Eins og kom fram hér að ofan þá langar mig að verða atvinnukona í körfubolta og draumurinn væri að spila í WNBA.“

**Hvað einkennir góðan þjálfara?** „Góður þjálfari er jákvæður, metnaðarfullur, klókur og skipulagður.“



**Uppáhalds erlenda körfuboltafélagið?** „Seattle Storm og Golden State Warriors.“

**Nokkur orð um núverandi þjálfara?**

„Núverandi þjálfarinn minn er David Patchel. Hann er mjög góður og ég hef lært mjög mikið af honum. Hann getur verið frekar klikkaður en alltaf jákvæður og hvetjandi.“

**Hvað er mikilvægast til að ná árangri í íþróttum og lífinu almennt?** „Til þess að ná árangri þarf að leggja mikið á sig, vera með jákvætt hugarfar, setja sér markmið og vinna fyrir hlutunum.“

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

„Vera vakandi, ræða um hlutina og vera tilbúin að fjalla um ástandið ef eitthvað svoleiðis atvik kemur upp.“

**Ef þú værir alvaldur í Val hvað myndir þú gera?**

„Ég myndi vera ákveðnari í að hvetja alla til að mæta á leiki hjá félaginu, sérstaklega hjá stelpunum/konunum, enda um brjáláða skemmtun að ræða. Ég myndi einnig bjóða upp á ball fyrir leikmenn sem eru fæddir á árunum 2004 – 2006 í öllum íþróttagreinum félagsins.“

**Nokkur orð um aðstöðuna á Hlíðar-enda?** „Flott aðstaða, flott hús.“

**Eftirminnilegasti viðburður eða atvik hjá Val á árinu að þínu mati?** „Titlarnir hjá meistaraflokki kvenna í körfuboltanum. Það var ótrúlega gaman að fylgjast með baráttu þeirra og sjá þær næla sér í alla þrjá bikarana. Þvílíkar hetjur.“

**Besta kvikmynd?** „Fast and the furious 8, allar Marvel myndirnar og Dirty dancing.“

**Besta bók?** „Vetrarfrí eftir Hildi Knútsdóttur.“

**Einkunnarorð?** „It is not how small you are, it's how big you play.“

**Hver stofnaði Val og hvenær?** „Allir segja að Séra Friðrik hafi stofnað félagið í maí árið 1911, vonandi er það rétt.“



## Sigurður H. Dagsson

Fæddur 27. september 1944

Dáinn 25. maí 2019

Einn ástsælasti íþróttamaður Knattspyrnufélagsins Vals, Sigurður H. Dagsson, hefur kvatt þessa jarðvist eftir erfið veikindi. Hann kvæntist 31. maí 1969 Ragnheiði Lárusdóttur og eignuðust þau þrjá syni. Lárus Blöndal, Bjarka og Dag sem nú er landsliðsþjálfari Japan.

Sigurður H. Dagsson er einn besti markmaður sem Ísland hefur eignast. Hann stóð á milli stanganna hjá Val á Hlíðarenda í mörg ár og varð bæði Íslands- og bikarmeistari með félaginu. Þá lék hann einnig marga Evrópuleiki með Val. Sigurður lék einnig 18 landsleiki fyrir Ísland á árunum 1966 til 1977.

### Þorgrímur Þráinsson skrifar:

Sumir einstaklingar rísa upp yfir aðra án þess að gera sér grein fyrir því og eru á allan hátt stærri og meiri en samferðamennirnir. Sigurður okkar Dagsson var einn af þessum einstaklingum. Þegar hann kom niður á Hlíðarenda hin síðari ár naut ég þess að fylgjast með því hvernig fólk nálgadist hann og Ragnheiði, eiginkonu hans, og kom fram við þau. Virðingin og aðdáunin var augljós, á báða bóga. Mér fannst eins og einn af Bítlunum væri mættur á svæðið; rokkari fótoltans, töffarinn sem þurfti ekki markmannshanska, hélt samt öllum boltum, grjótharður en samt kattliðugur og með flugheimild á milli stanganna. Það sem var einna mest heillandi við Sigga Dags var hlédrægnin. Hann þurfti enga athygli, lét lítið fyrir sér fara og gaf sviðsljósið eftir til annarra eins og sannur leiðtogi.

Það er ógleymanlegt þegar hann tók við meistaraflokki Vals í fótbolta á miðju tímabili árið 1983 þegar illa gekk, með gleðina og einfaldleikann að leiðarljósi. Og ekki síst húmorinn. Valur lék sannkallaðan fallbaráttuleik á heimavelli undir lok tímabils-

ins og fyrirsögn í DV á leikdegi var eftirfarandi: *Falli Valur fellur borgin*. Nýi þjálfarinn lét engan bilbug á sér finna, stappaði í okkur stálinu og stýrði liðinu upp í 5. sæti eftir erfiða fallbaráttu. Siggi Dags var hamingjusmiður, við dýrkuðum hann og dáðum og hefðum hlaupið á vegg fyrir hetjuna okkar.

Við í Knattspyrnufélaginu Val kveðjum Sigga Dags með söknuði og lútum höfði fyrir okkar ástkæra höfðingja sem snerti sál-arstrengi allra sem nutu návistar hans, og þeirra hjóna, í árána rás. Siggi Dags hafði auðmýkt og heiðarleika að leiðarljósi alla tíð, innan vallar sem utan, var einstök fyrirmynd og ástríkur fjölskyldumaður og vinur.

### Halldór Einarsson skrifar:

Sá mæti piltur Sigurður Dagsson kom stálpaður inn í Knattspyrnufélagið Val og lét fljótt til sín taka, fyrst sem handknattleiksmaður með óhemju stökkkraft og síðar sem markvörður sem átti eftir að gleðja knattspyrnuáhugamenn um margra ára skeið. Hinn fjaðurmagnaði Siggi með jötungripid sveif stanganna á milli og hjálpaði Val til stórra sigra. Í handboltanum var þetta orðað sem svo að þegar Siggi stökk upp fyrir framan varnar andstæðinga stukku þeir að sjálfsgöðu upp til varnar en meðan Siggi sveif ennþá rétt undir rjáfri húsanna voru allir varnarmennirnir lentir. En það var ekki aðeins á íþróttavöllunum sem Siggi heillaði, hann varð fljótt mikils metinn innan Vals og landsliðsins. Siggi féll fyrir Ragnheiði Lárusdóttur sem lék með Valsliðinu og landsliðinu í handknattleik og hamingjan hefur alla tíð geislað af þessu flotta pari. Knattspyrnufélagið Valur eignaðist þarna eitt sitt verðmætasta par sem gaf því lík- an ávöxt. Strákirnir þrír; Lárus, Dagur og Bjarki hafa allir átt glæstan íþróttuferill en einnig ferla í starfi fyrir félagið. Það hvílir sorg yfir Hlíðarenda og á meðal fjölda íþróttamanna annarra félaga sem kynntust Sigga og þeir varðveita nú góðar minningar. Það var ánægjuleg stund sem við eldri Valsmenn áttum með KR ingum í marsmánuði í Fjósinu að Hlíðarenda og Siggi naut sín vel innan um gömlu boltafélagana. Ragnheiður var einmitt í nefndinni sem sá um framkvæmdirnar á endurbyggingu þessarar fyrstu mannvirkja sem Valur eignaðist og getur stolt notið velheppnaðrar endurreisnar. Kvatt hefur afbragðs íþróttmaður og persónuleiki eftir erfið veikindi og hugheilar kveðjur eru hér sendar.

### Guðni Bergsson, formaður KSÍ segir:

Siggi Dags hafði yfir sér einhvern ljóma og stíl sem markmaður í þá daga þegar menn voru berhentir á milli stanganna. Þegar ungir menn fóru í markið á sparkvöllum á 7. og 8. áratugnum þá vildu þeir vera Siggi Dags eða Gordon Banks.

Siggi lék 18 landsleiki á árunum 1966–1977 og hlaut silfurmerki KSÍ. Ég man þó Sigga hvað best sem ungan þjálfara sem tók við Valsliðinu um mitt tímabil 1983 þegar ég var að stíga mín fyrstu spor í meistaraflokki félagsins. Siggi var þá réttur maður á réttum stað með góða blöndu af kunnáttu, ákveðni og léttleika sem einkenndi Sigga Dags alla tíð.

Og það er einmitt það sem maður hugsar til á þessari stundu. Félagsskapurinn, vináttan og þær ljúfu stundir í sigrum og ekki síður í mótlæti sem menn takast á við saman í íþróttum.

Eftir þetta ár og kynnin af Sigga var alltaf einhver taug okkar á milli þótt samskiptin væru ekki mikil. Alltaf var gott að hitta Sigga á vellinum og finna hlýjuna og léttleikann. Siggi Dags var bara flottastur innan vallar sem utan. [...] Blessuð sé minning Sigga Dags.



## Atli Eðvaldsson

Fæddur 3. mars 1957

Dáinn 2. september 2019

Atli Eðvaldsson er látinn langt fyrir aldur fram. Atli var einn ástsælasti leikmaður í sögu Vals og óhætt er að segja að fáir leikmenn hafi með hæfileikum sínum heillað íslenska knattspyrnuáhugamenn eins og Atli enda tóku þeir margir miklu ástfóstri við þennan brosmilda knattspyrnumann.

Atli hóf ungur að leika með Val og varð margfaldur Íslandsmeistari með sigursælum unglingsflokkum Vals. Strax í sínum fyrsta leik í meistaraflokki gegn KR árið 1974 var ljóst að stjarna var komin fram á sjónarsviðið. Atli var þá aðeins 17 ára gamall og skoraði glæsilegt mark sem enn er í minnum haft. Í Morgunblaðinu sagði: „Það fyrsta sem Atli gerði í sínum fyrsta meistaraflokksleik var að skora mark og það með miklum glæsibrag. Hann fékk knöttinn um 25 metra frá marki KR-inga og sendi knöttinn í netið með þrumuskoti – ekki slæm byrjun það.“

Atli lék með í sigursælum lið Vals til 1980 þegar hann hélt í atvinnumennsku



til Þýskalands. Atli varð tvisvar sinnum Íslandsmeistari með Val og þrisvar bikarmeistari og lék alls 93 deildarleiki og skoraði 31 mark. Lið Vals sem urðu Íslandsmeistarar 1976 og 1978 eru af mörgum talin bestu knattspyrnulið Íslandssögunnar. Sá leiftrandi fótbolti sem Valur lék á þessum árum var ekki síst vegna framgöngu Atla.

Knattspyrnufélagið Valur færir aðstandenum og öðrum ástvinum Atla innilegar samúðarkveðjur og þakkar fyrir þá miklu gleði sem hann færði Valsmönnum með framgöngu sinni innan vallar sem utan.

*Kveðja frá Knattspyrnufélaginu Val*

*Atli Eðvaldsson og Sigurður Dagsson voru báðir í Íslands- og bikarmeistaraliði Vals á árinu 1976. Í fremri röð f.v. Úlfar Nikulás Másson, Óttar Bjarki Sveinsson, Grímur Sæmundsen, Kristján Ásgeirsson, Sigurður Dagsson, Ingi Björn Albertsson fyrirlíði, Ólafur Magnússon, Hermann Gunnarsson, Alexander Jóhannesson, Albert Guðmundsson og Guðmundur Kjartansson. Í aftari röð f.v. Pétur Sveinbjarnarson formaður knattspyrnudeildar, Yuri Ilitchev þjálfari, Magnús Bergs, Atli Eðvaldsson, Guðmundur Þorbjörnsson, Kristinn Björnsson, Dýri Guðmundsson, Vilhjálmur Kjartansson, Halldór Einarsson, Bergsveinn Alfonsson, Ægir Ferdinandsson formaður Vals, Halldór Skaftason stjórnarmaður í knattspyrnudeild.*

garðinn frægan á árum áður með meistara-flokki Vals og landsliðinu.

Valsmenn kveðja góðan dreng og við vottum fjölskyldu hans okkar dýpstu samúð.

*Óskar S. Jóhannesson*

hann um tíma öryggisgæslu á heimaleikjum meistaraflokks karla og kvenna í knattspyrnu og öðrum tilfallandi verkefnum og naut sín vel við þau verkefni á Hlíðar-enda með ýmsum góðum félögum og vinum. Hann kaus að taka ekki að sér fleiri verkefni en hægt væri að sinna með góðu móti og var hann ákaflega traustur í því sem hann tók sér fyrir hendur og allt sem hann tók að sér vann hann vel og óaðfinn- anlega. Margs er að minnast frá þessum árum og alltaf var stutt í grínið hjá Höskuldi og jákvæðni. Hann var gæddur mörgum góðum kostum, var traustur, nákvæmur, ákveðinn og fylginn sér. Hann hlustaði af athygli á sjónarmið annarra og tók mið af þeim. Fótbolti átti hug hans allan og var Valur alltaf liðið hans og auk þess var hann mikill stuðningsmaður Manchester United.

Höskuldur og eiginkona hans Helena Þórðardóttir hafa búið um árabíl búið í Hlíðunum í Reykjavík, nánar tiltek- ið á fallegu heimili sem þau bjuggu fjöl- skyldu sinni í Suðurhlíðum. Börnin þeirra tvö Sveinn Skorri Höskuldsson og Sólveig Lóa Höskuldsdóttir byrjuðu ung að sækja æfingar hjá Knattspyrnufélaginu Val tóku þau hjónin strax virkan þátt í foreldrarstarfi og ýmsu sem tengist íþróttaiðkun barna og unglunga. Sveinn Skorri æfði aðallega knattspyrnu með yngri flokkum en Sól- veig Lóa hafði mestan áhuga á handbolta og hefur leikið með öllum yngri flokkum, ungmennaliðinu og meistaraflokki kvenna hjá Val í handbolta. Helena hefur á und- anförnum árum verið virkur sjálfbodaliði á Hlíðarenda og hefur hún einkum staðið vaktina í miðasölu á heimaleikjum ásamt góðum og samhentum hópi og vonandi á félagið eftir að njóta krafta hennar áfram.

Fyrir hönd knattspyrnudeildar Vals eru Höskuldi færðar alúðar þakkir fyrir tryggð hans og störf á vettvangi félagsins. Við



**Magnús Svavar  
Magnússon,**  
Fæddur 6. janúar 1954  
Dáinn 11. janúar 2019

Kær vinur úr yngri flokkum Vals, hann Maggi Magg er horfinn á braut. Við félagarnir urðum margfaldir B liðs meistarar með Val í gegnum flokkana. Maggi var afar leikinn og fær með boltann eins og hann átti kyn til. Hann spilaði oft en ekki á hægri kanti. Síðar þegar ÍR sendi lið í meistaraflokk í 3. deild árið 1975 eftir áratuga hlé spiludum við Maggi aftur saman næstu tvö árin með Melavöllinn sem heimavöll. Seinni árin fór Maggi að sækja herrakvöld Vals sem hann hafði mikla ánægju af. Þess má geta að Maggi var sonur Magnúsar Bergsteinssonar sem gerði



**Höskuldur  
Sveinsson**  
Fæddur 26. júlí 1954  
Dáinn 25. apríl 2019

Knattspyrnufélagið Valur naut krafta Höskuldar um langt árabíl, en fyrir utan þátttöku í almennu foreldrarstarfi var hann virkur sjálfbodaliði og starfaði m.a. á vettvangi barna- og unglingaráðs knattspyrnu- deildar félagsins þar sem hann sinnti starfi gjaldkera í um áratug. Höskuldur var mjög nákvæmur í öllum sínum verkum og því hentaði honum vel að vera gjaldkeri og stýra fjáröflun unglingaráðsins eins og rækjusölu og 17. júní-sölu sem hann sinnti alla tíð af alúð og mikilli samvirkusemi og skilaði miklum tekjum sem nýttust vel til að efla starf yngri flokka. Síðar annaðist

vottum Helenu Þórðardóttur eftirlifandi eiginkonu hans innilega samúð og einnig börnum þeirra, Sveini Skorra og Sólveigu Lóu. Minning um góðan mann og féлага lifir.

*Fyrir hönd Knattspyrnufélagsins Vals, Guðni Olgeirsson og Jón Höskuldsson.*



## Bergur Már Emilsson

Fæddur 10. ágúst 1976

Dáinn: 25. nóvember 2019

Bergur Már Emilsson lést mánudaginn 25. nóvember 2019 aðeins 43 ára að aldri. Bergur var uppalinn Valsmaður og lék með öllum flokkum félagsins í körfubolta, ásamt því að spila ungur fótbolta með Víkingi og handbolta í Val. Hann lék 130 leiki með meistaraflokki Vals og 27 yngri landsleiki fyrir Ísland. Það kom fljótlega í ljós að Bergur var mikið körfubolta- og leiðtogaefni. Hann var að jafnaði fyrirliði í sínum hópi og var annar af fyrirliðum í yngra landsliði Íslands í körfubolta (árg. 1976) sem náði frábærum árangri, m.a. í Tyrklandi 1993. Bergur var skynsamur, sterkur og góður skotmaður og traustur liðsmaður. Hann var jákvæður, kappsfullur og stútfullur af gamansemi. Hann var afar uppátækjasamur og því eftirsóknarvert að vera í kringum hann til að vera nærri gleðinni. Sögur af uppátækjum Bergs og litskrúðugar lýsingar hans á atburðum eru mikið skemmtiefni. Bergur þjálfaði einnig alla flokka Vals í körfubolta og snilligáfa hans til að ná til barna var mikil. Hann er einn af fáum sem gat með persónutöfrum sínum laðað til sín börn og fékk þau til að líða vel í íþróttum. Nú á síðustu dögum hafa margar Valsarar komið að máli við mig og sagt mér sögur af því hvernig Bergur fékk viðkomandi til að æfa íþróttir og mótaði hann þannig líf, feril og persónuleika þeirra. Erfitt er að þakka að fullu fyrir slíkt. Bergur starfaði einnig um hríð í Sumarbúðum í borg og var vinsæll meðal barnanna. Hann var með góða samskiptahæfileika og gat

bjargað sér úr ólíklegustu aðstæðum. Þegar öll sund virtust lokuð fann Beggi leið til að komast áfram og tala fólk til. Undirritaður þjálfaði Berg í áratugi og oft var mikil eftirvænting hjá mér að hitta Begga á æfingu til að segja honum frá einhverju smátviki eða skondnum aðstæðum. Til þess eins að fá viðbrögð hans. Þau gátu verið svo stór-sniðug. Bergur lifði í núinu og hafði takmarkaðar áhyggjur af fortíð eða framtíð. Hann var farinn að lifa í núvitund, nokkru áður en fræðimenn gerðu sér grein fyrir að slíkt fyrirbæri væri yfirhöfuð til. Bergur var einstakur eðaldrengur og þannig einstaklingar bæta lífsgæði allra.

Fyrir hönd Vals vil ég þakka Bergi og fjölskyldu hans fyrir alla þá miklu vinnu sem hann, Emil faðir hans og fleiri lögðu á sig fyrir félagið. Án þátttöku Bergs væri Valur fátækara og svipminna félag. Minning um einstakan dreng mun lifa með okkur um ókomna tíð. Ég veit og vona að þegar vinahópurinn hittist í ókominni framtíð munu sögur frá Begga vera sagðar. Þær eru einfaldlega of skemmtilegar til að gleymast. Við Valsmenn sendum fjölskyldu Bergs okkar dýpstu samúðarkveðjur.

Hvíl í friði kæri vinur – „við leikum allir saman, létt það verður gaman“.

*F.h. körfuknattleiksdeildar Vals, Svali Björgvinsson.*



## Elías Hergeirsson

Fæddur 19. janúar 1938

Dáinn 7. október 2019

Knattspyrnan á Íslandi á sínar hetjur, bæði innan vallar og ekki síst utan hans. Elías Hergeirsson eða Elli Hergeirs eins og hann var gjarnan kallaður, var einn af þessum hetjum sem báru uppi starfið í íslenskri knattspyrnu til svo margra ára. Elli byrjaði sem leikmaður með Val bæði í yngri flokkum og í meistaraflokki þar sem hann varð m.a. Íslandsmeistari árið 1956. Eftir að knattspyrnuferlinum lauk gerðist hann stjórnarmaður í Val og var m.a. formaður knattspyrnudeildar um fjögurra ára skeið. Einnig sat hann í stjórn Knattspyrnuráðs

Reykjavíkur áður en hann tók sæti í stjórn KSÍ árin 1987–1999, lengst af sem gjaldkeri.

Það var alltaf hægt að reida sig á Ella til hinna ýmsu starfa hvort sem það var sem stjórnarmanns eða grípa í flautuna þegar vantaði dómara í yngri flokkunum. Elli stökk þá til og reddaði hlutunum. Hann var með eindæmum búngóður og alltaf boðinn og búinn til starfa og gaf mikið af sér. Elli var ljúfur og hlýr maður sem auðvelt var að þykja vænt og við munum sakna hans nú þegar hann kveður okkur eftir erfild veikindi síðustu ára.

Elli skilaði góðu ævistarfi og vann hjá Vélsmiðjunni Héðni nánast allan sinn starfsferil, lengst af sem yfirbókari. Hann kom einnig víða við í félagsstörfum sínum eins og áður er getið. Fyrir þessi störf hlaut hann m.a. silfur- og gullmerki KSÍ ásamt heiðurskross ÍSÍ. Hann var þó fyrst og fremst fjölskyldumaður og hefur fjölskyldan fetað í fótspor hans og hafa m.a. dætur hans Margrét og Ragnheiður starfað í áratugi hjá Knattspyrnusambandi Íslands. Við öll hér á KSÍ og knattspyrnuhreyfingin í heild sinni þökkum á þessari stundu Ella fyrir hans mikla og góða starf fyrir knattspyrnuna í landinu. Það sem eftir stendur nú er minningin um góðan mann, féлага og vin sem við kveðjum með söknuði og virðingu.

Ég vil votta Valgerði Önnu eiginkonu Elíasar og börnum þeirra Hergeiri, Margrétu, Ragnheiði og Jónasi, barnabörnum og ástvinum hans öllum okkar innilegustu samúð.

Blessuð sé minning Ella Hergeirs.

*Guðni Bergsson formaður KSÍ*



## Friðjón B. Friðjónsson

Fæddur 4. september 1936

Dáinn 10. júlí 2019

Góður félagsmaður orðaði það svo á sínum tíma: „Valur er ekkert annað en ég þú og allir hinir.“ Og þannig er það með Val

eins og önnur íþróttafélög að einstaklingarnir valda öllu um þróun þeirra og velgengni. Nú kveðja Valsmenn einn sinn allra besta mann þegar Friðjón Björn Friðjónsson hefur lokið sinni jarðarvist. Friðjón bókstaflega fæddist inn í félagið sem sonur Friðjóns Guðbjörns-sonar sem var ötull í starfi fyrir félagið og í áratugi sá um fjárhagshliðina á Valsblaðinu sem komið hefur út linnulaust frá 1939. Friðjóni voru snemma falin trúnaðarstörf innan Vals, ekki síst sem laut að fjármálum, enda afar traustur maður og staðfastur og var af þeirri tegund manna sem ávinna sér virðingu þeirra sem hann umgengst. Það var sóst eftir Friðjóni og eftir að fastrí stjórnarsetu lauk hjá Val sat Friðjón í langan tíma sem gjaldkeri KSÍ og seinna í sama verkefni hjá Íþrótt- og Ólympíusambandi Íslands. Honum var sýnt þakklæti með fjölda heiðursveitinga, nú síðast með Fálkaorðunni 2014. Allt af lét hann málefni Vals sig miklu varða og var duglegur að sækja leiki, jafnvel eftir að heilsunni hafði hrakað verulega, var hann duglegur að mæta og naut þá styrkrar aðstoðar sona sinna Birgis og Friðjóns sem einnig hefur unnið fyrir félagið og var formaður knattspyrnudeildar um tíma. Mér er minnisstæð hringing frá Friðjóni fyrir örfáum árum eftir leik meistaraflokks Vals sem var heldur slakur. Segðu mér Halldór, kunna þessir drengir ekki lagið: „næsta mann hvar er hann“, og áfram heldur textinn: „það er líf og fjör í leikjum okkar Valsmenn...“. Friðjóni fannst leikmönnum hafa tekist afar illa í þessum leik og vildi að ég gengi í það að kenna leikmönnum þennan góða texta sem enn er í fullu gildi meira en hálfri öldað hann var saminn.

Þó að Friðjón væri traustur sem klettur þá sá hann hið spaugilega og brosti bara þegar við vorum í boði hjá sendiherra Íslands í Brussel í tengslum við tvo leiki í Evrópukeppni gegn Anderlecht. Spurningin snerist um það hvort við leikmennirnir mættum þiggja bjór tveimur dögum fyrir seinni leikinn og ég spurði Friðjón um leyfi fyrir okkar hönd og hann samþykkti að hver leikmaður mætti þiggja einn bjór til þess að skála fyrir sendiherranum. Það er skemmst frá því að segja að eitthvað klikkaði talningin og við fórum syngjandi frá sendiherranum en stóðum okkur flott í leiknum gegn hinu frábæra liði Anderlecht. Það var gaman að koma í heim-sókn í Héðin forðum þar sem Friðjón starfaði ásamt Elíasi Hergeirssyni og Róberti Jónssyni og þá var boðið í vindlareyk eins og gjarnan var í gamla daga. Friðjóni þótti



Friðjón Friðjónsson t.v. gaf Knattspyrnufélaginu Val árið 2018 Valsblaðið frá upphafi til 2016 innbundið í mörgum bindum. Gísli Friðjónsson t.h.

ótvírætt afar vænt um starfið í Val og sótti t.d. vel fundi fulltrúaráðsins meðan heilsan leyfði. Í öllum sínum störfum fyrir félagið naut hann stuðnings eiginkonu sinnar Svönu Runólfsdóttur sem ávallt sýndi félaginu vinarhug. Það var afar ánægjulegt þegar Gísli, bróðir Friðjóns, gaf félaginu endurgerðan járnfuglinn sem gerður var á sínum tíma af Sigurjóni Ólafssyni, enda varla talið fært að endurofna Fjósið, félagsheimili Vals án fuglsins sem horfið hafði einhverjum árum áður. Það var falleg stund við endurofnun Fjóssins á síðasta ári þegar Friðjón og fjölskylda færði félaginu, innbundin í skinnband, öll Valsblöðin frá 1939 sannarlega vitnisburður um ræktarsemi þessarar góðu fjölskyldu við gamla félagið sitt.

Samúðarkveðjur eru hér færðar fjölskyldu og vinum.

Halldór Einarsson, f.h. fulltrúaráðs Vals.



**Halldóra Kristín  
Magnúsdóttir**  
Fædd 25. júní 1957  
Dáinn 10. október 2019

Við bræðurnir viljum minnast frænku okkar Halldóru Kristínar Magnúsdóttur hér í

blaði okkar Valsmanna. Dóra var mikill Valsari og eigum við það henni að þakka að hafa gert okkur að sönnum Völsurum jafnvel þó að við höfum ekki búið í hverfinu á þeim tíma og faðir okkar hafi verið gallharður Frammari.

Dóra byrjaði ung að mæta á æfingar hjá Val og spilaði handbolta með félaginu um árabíl á sínum uppvaxtarárum eða allt þar til hún fluttist á Hvolsvöll og hóf sinn búskap þar. Við eigum góðar minningar frá þeim tíma þegar hún tók okkur með sér á æfingar og á leiki þar sem við hvöttum hana til dáða sem litlir guttar. Dóra lék mörg ár með meistarflokki Vals auk þess sem hún lék tvo A landsleiki í handbolta á meðan hún spilaði með félaginu. Íþróttirnar fylgdu henni alla tíð og eftir að hún fluttist til Hvolsvallar spilaði hún með Ungmennafélagi Selfoss og var í liði HSK á fjórum landsmótum. Á seinni árum spilaði hún blak með Dímon íþróttafélagi Rangárpings eystra.

Dóra lauk stúdentsprófi frá Menntaskólanum við Hamrahlíð og lauk kennarnámi í framhaldi af því. Hún hóf ung að starfa sem kennari á Hvolsvelli og síðari árin sem aðstoðarskólustjóri þar. Haustið 2010 fluttist hún til Suðurnesja og tók við starfi aðstoðarskólustjóra hjá Akurskóla í Innri-Njarðvík. Árið 2012 tók hún við sem skólustjóri hjá Grindavíkurbæ og starfaði þar allt til ársins 2017. Samhliða starfi og eftir starfslok sem skólustjóri vann Dóra ásamt sambýlismanni sínum Unnari Þór Bødvarssyni að úttektum á grunnskólum fyrir Menntamálastofnun.

Dóra lagði mikinn metnað í störf sín og enginn vafi er á því að krafturinn sem einkenni hana á handboltavellinum fylgdi henni í öllum hennar störfum enda var aldrei langt í keppnisskapið. Hún var mikill leiðtogi í öllu sem hún tók sér fyrir hendur og hafði alla tíð brennandi áhuga fyrir starfi sínu. Tengslin við Val voru henni mikils virði og hún studdi sitt félag af heilum hug alla tíð.

Við þökkum Dóru fyrir að leiða okkur í Valsfjölskylduna og minnumst hennar sem góðrar fyrirmyndar á allan hátt.

Magnús og Ari Gunnarssynir



# Ian Ross

## Minningarorð um magnaðan þjálfara

Ian Ross lést 9. febrúar 2019, aðeins 72ja ára að aldri. Ian, eða Roscoe, eins og hann var oftast kallaður, fæddist í Milton, Glasgow, 26. jan. 1947. Hann gerðist leikmaður með Liverpool FC 1963, aðeins 16 ára að aldri og skrifaði undir atvinnumannasamning tveimur árum síðar. Hann lék 69 leiki fyrir LFC, undir stjórn Bill Shankly, sem var mentor Roscoes í boltanum og lífinu. – Liverpool FC minntist með hlýhug leikmannsins sem var kallaður „skuggi keisarans“, Der Kaiser's Shadow, eftir að Roscoe tók Beckenbauer úr umferð í Evrópuleik 1971 og skoraði mark LFC í 1-1 jafntefli. 1972 var Ian seldur til Aston Villa fyrir metfé á þeim tíma. Hann lék yfir 200 leiki með Villa og var fyrirliði liðsins lengst af. Með Ian Ross innanborðs vann Aston Villa sig upp úr 3. deild í efstu deild og vann deildarbikarinn 1975.

Eftir nokkur ár sem leikmaður og/eða þjálfari í Peterboro, Wolves o.fl. kom Roscoe til Íslands 1984. Byrjunin hefði getað verið betri. Enginn sigur í fyrstu 6 leikjum og 1/3 af Íslandsmótinu búinn. En Ian og leikmönnum tókst að snúa við blaðinu og endaði Valsliðið í 2. sæti. 1985 varð Valur Íslandsmeistari, í 2. sæti á Íslandsmótinu 1986, á eftir Fram á markamun og svo aftur Íslandsmeistari 1987. Frábær árangur og talað er um þessi ár sem Roscoe-tímabilið í sögu Vals. 1988–90 þjálfaði Ian KR, sem var nálægt því að vinna bæði Íslandsmót og bikarkeppni undir hans stjórn. 1992–93 var Roscoe manager hjá Huddersfield Town og var þá hársbreidd frá því að fara upp með liðið. 1994 þjálfaði Ian Keflavík, en kláraði ekki tímabilið vegna fjölskylduvandræða heima á Englandi. Ian varð síðar þjálfari hjá Sunderland og knattspyrnustjóri hjá Berwick Rangers, en náði því miður ekki að festa rætur sem þjálfari eða stjóri í Bretlandi. Það var mikill missir fyrir knattspyrnuna því Ian Ross var frábær þjálfari sem naut þess að vinna með leikmönnum.

Ian hafði mikil áhrif á alla þá sem kynntust honum og unnu með honum og einnig aðra, s.s. íþróttafréttamenn, leik-



Ian Ross.

menn og forráðamenn annarra liða og fjölskyldur leikmanna. Karakterinn er ógleymanlegur, tilsvörin, ósérhlífirinn ... hann var algjör „nagli“, í stuttbuxum í öllum veðrum og gaf aldrei tommu eftir. Samskipti Roscoe við leikmenn voru einstök. Hann var snillingur í „man management“ löngu áður en menn vissu hvað það var. Síðar hafa Alec Ferguson, Jürgen Klopp o.fl. orðið meistarar á þessu sviði.

Pegar Roscoe kom til Íslands 1984 varð okkur strax mjög vel til vana. Við eyddum miklum tíma saman þau ár sem Ian þjálfaði Val. Mín fjölskylda varð hans fjölskylda á Íslandi og hans fjölskylda varð mín í Englandi. Hann var e.k. guðfaðir elstu dóttur minnar, Bryndísar og þeirra samband var einstakt. Það sem Roscoe skildi eftir sig hjá Val, sem og annars staðar þar sem hann þjálfaði, er ekki mælt í stigum eða titlum. Hann innprentaði sjálfsaga og liðsaga í leikmenn sína, því slíkt væri forsenda fyrir góðum árangri, innan sem utan vallar. Þegar ég sagði honum frá Drago-styttunni sem veitt var prúðasta liði Íslandsmótsins, því liði sem fékk fæst refsistig vegna gulra og rauðra spjalda, sagði hann: „Ég veit ekki hvort við vinnum titla, en við vinnum þessa Drago-styttu.“ Og það gekk eftir, öll fjögur árin sem Ian þjálfaði Val, auk þess sem ýmsir titlar fylgdu með. Roscoe var um margt einstakur maður, sannur sjentilmaður. Ég heimsótti bæði Anfield og Villa Park með honum, heimavelli Liverpool og Aston Villa. Þar þekkti hann alla og allir þekktu hann en ég tók eftir því að hann heilsaði öllum eins, burtséð frá því hvort viðkomandi var starfsmaður í miðasölu, ræstítæknir eða hvítflibba stjórnar- eða starfsmaður. Allir jafnir í hans huga.



Ian Ross í Valsheimilinu með Herði Hilmarssyni.

Roscoe er og verður mér og mínum ógleymanlegur.

*Guð blessi minningu Ian Ross.  
Hörður Hilmarsson*

## Minningarorð um Ian Ross frá nokkrum Valsmönnum

### Nikulas Úlfar Másson

Ian Ross var einstaklega fær þjálfari sem að miklu leyti byggðist á því hversu frábær mannþekkjari hann var. Það var hrein unun að fylgjast með því hvernig hann af sinni visku talaði við strákana á mismunandi máta, allt eftir því við hverju hver og einn gæti tekið og hvernig hið besta yrði fengið út úr hverjum og einum. Minning Roscoe mun svo sannarlega lifa með mikilli virðingu í Val.

### Guðni Bergsson

Roscoe gerði mikið fyrir okkur og félagið á sínum tíma. Hann leiddi þennan sterka hóp okkar af festu og við þroskuðumst sem lið og einstaklingar. Þetta voru frábærir tímar og við hugsum hlýtt til hans og fjölskyldunnar. Blessuð sé minning hans.

### Sævar Jónsson

Ian Ross hefur kvatt þessa jarðvist. Þessi maður hafði mikil áhrif á okkur sem þekktu hann og sem spiluðum fyrir Val á þeim árum sem hann þjálfaði okkur. Það sem mér fannst alltaf mesti kostur Roscoe var hreinskilni hans og hvernig hann á svo mjög einfaldan hátt kom því til skila sem hann krafðist af okkur innan sem utan vallar. Það skilaði ekki bara titlum til Vals heldur gerði hann okkur að betri mönnum.





*Valsliðið 1987, aftari röð f.v. Anthony Karl Gregory, Hilmar Sighvatsson, Guðni Bergsson, Guðmundur Baldursson, Guðmundur Hreiðarsson, Hafþór Sveinjónsson, Jón Grétar Jónsson, Bergþór Magnússon. Miðröð f.v. Hörður Hilmarsson aðstoðarþjálfari, Eggert Magnússon formaður knattspyrnudeildar, Ingi Björn Albertsson, Magni Blöndal Pétursson, Sævar Jónsson, Þorgrímur Þráinsson, Ámundi Sigmundsson, Ólafur Jóhannesson, Hilmir Ágústsson sjúkráþjálfari, Sævar Hjálmarsson liðsstjóri, Grímur Sæmundsen. Fremri röð f.v. Sigurjón Kristjánsson, Ingvar Guðmundsson, Ian Ross þjálfari, Valur Valsson og Njáll Eiðsson.*

### Sigurjón Kristjánsson

Roscoe var mér sem önnur föðurmynd, á eftir elsku pabba heitnum. Ég hef sjaldan upplifað svo sterkan þroska í mínu lífi eins og undir hans handleiðslu. Hversu mikilvægt það er að hafa fyrir sér góðar fyrirmyndir og ekki síst að hann/þið voruð ekki eingöngu að gefa af ykkur í fótboltalegum tilgangi, heldur og félagslegum og tilfinningalegum.

### Þorgrímur Þráinsson

Ian Ross er einn af fáum sem mótaði afstöðu mína til lífsins til frambúðar. Að vera sífellt á tánum, tilbúinn í hvað sem er. Hann sagði að það væru engar lyftur upp á topp, aðeins erfiður stigi með fullt af mótlati. En ef þú gefst ekki upp, kemstu alla leið. Ian Ross kenndi mér að bera virðingu fyrir Valsbúningnum, félaginu og öllum sem störfuðu í kringum Val. Hann var einstakur húmoristi, gerði grín að sjálfum sér en sigurvegari fram í fingurgóma og stóð með þeim sem lögðu sig fram.

Það er ógleymanlegt þegar hann kom inn í klefa fyrir æfingu, nýklipptur, hugsanlega eitthvað ósáttur við hana og sagði: „Sá sem minnst á klippinguna tekur tíu aukaspretti?“ Við litum hugsni hver á annan og ég sagði: „Roscoe hvaða klippingu?“

### Hilmir Ágústsson

Ross er einn af þessum sérstöku mönnum. Allir urðu betri menn fyrir að hafa þekkt hann.



*Valsmenn á minningarathöfn um Ian Ross. Efri röð frá vinstri: Róbert Jónsson, Þorsteinn Gíslason, Helgi R. Magnússon, Ólafur Már Sigurðsson, Ámundi Sigmundsson, Þorfinnur Hjaltason, Grímur Sæmundsen, Hilmar Sighvatsson, Ólafur Jóhannesson, Sævar Jónsson, Ingvar Guðmundsson, Magni Bl. Pétursson og Hörður Hilmarsson. Fyrir framan eru Nikulás Úlfar Másson og Bjarni Bjarnason. Ljósmynd: Guðni Olgeirsson.*



*KR ingar á minningarathöfn um Ian Ross. Frá vinstri: Þorfinnur Hjaltason, Gunnar Guðmundsson, Lúðvík Georgsson, Gunnar Oddsson og Gylfi D. Adalsteinsson. Ljósmynd: Guðni Olgeirsson.*

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

Oddný Sturludóttir	Svala Þormóðsdóttir
Ólafur Gústafsson	Svali Björgvinsson
Ólafur Már Sigurðsson	Svanur M. Gestsson
Ómar Sigurðsson	Sævar Hjálmarsson
Óskar Bjarni Óskarsson og fjölskylda	Theódór Hjalti Valsson
Óttar Felix Hauksson	Theódór Skúli Halldórsson
Páll Ragnarsson, Sauðárkróki	Torfi Magnússon
Páll Steingrímsson	Tómas H. Heiðar
Pétur Magnús Sigurðsson	Tranberg slf.
Pétur Sveinbjarnarson	Úlfar Másson
Reynir Vignir	Valdimar Grímsson
Sigtryggur Jónsson	Viðar Elísson
Sigurður Ásbjörnsson	Þorgrímur Þráinsson
Sigurður K. Pálsson	Þorsteinn Gíslason
Sigurður Lárus Hólm	Þorsteinn Gunnar Einarsson
Skúli Edvardsson	Þorvaldur Jacobsson
Smart Sólbaðstofa	Þórarinn G. Valgeirsson
Smári Þórarinsson	Þórir Erlendsson
Snorri Steinn Guðjónsson	Örn Kjærnested (Byggingafélagið Bakki)
Sonja Jónsdóttir	
Sólbaðstofan Smart	
Stefan Karlsson	
Stefán Hilmarsson	

**BYKO**

**Álklæddir timburgluggar**

**Timburgluggar**

**Svarre gluggar**

**Aldamótagluggar**

*Við hjálpum þér með*

**Stóru  
verkin!**

Fyrirtækjasvið BYKO vinnur af fagmennsku fyrir alla þá aðila sem koma að verklegum framkvæmdum. Framsækið og metnaðarfullt starfsfólk okkar er í fararbroddi hvað varðar tæknilegar heildarlausnir og nýjungar í byggingariðnaði.

Starfsmenn okkar aðstoða viðskiptavinum við efnisútreikninga ásamt því að útbúa tilboð í alla efnisþætti sem snúa að framkvæmdum.

Nánari upplýsingar að finna á vefsíðu okkar [www.byko.is](http://www.byko.is)

Við seljum alla grófa byggingavöru eins og timbur, stál, steinull, gips og múrefni ásamt því að veita ráðgefandi þjónustu við val á hentugu efni.

Sölumenn okkar leitast við að svara öllum spurningum sem brenna á viðskiptavinum okkar.



**SCHOMBURG**

**Paslode**  
POWERLINE

**VELUX**



**fischer**  
ANWANDUNGSLÖSUNEN

**brunnspan**

**BERGS**  
TIMBER

**BYKO-LAT**

**SIGA**  
1956

**Gyproc**  
SWISS-CEMENT

**Álgluggar**

**BYKO**

GERUM ÞETTA SAMAN

**BOSE**



**Þau eru  
mætt**

## **BOSE NOISE CANCELLING 700 HEYRNARTÓL**

Afburða hljóðeinangrun með 11 stillingum, 20 klst. rafhlöðu og frábærum hljóðnemum fyrir símtöl.

### **15% afsláttur**

af Bose vörum á [verslun.origo.is](https://verslun.origo.is) með kóðanum „**valur**“.  
Afsláttarkóðinn gildir út maí 2020.



[verslun.origo.is](https://verslun.origo.is) og söluaðilar um land allt

**origo.**

Borgartúni 37, 105 Reykjavík • Hvannavellir 14, Akureyri • 516 1000