*Jón H. Magnússon sleggjukastari tekur við sigurlaunum.*

laus um að ná því lágmarki sem FRÍ hafði sett fyrir þátttöku í leikunum. „Ég held þó varla að mér takist það á Laugardalsvellinum því að stökkbrautin þar er alltof laus í sér," hafði *Allt um íþróttir* eftir Jóni.

## Spurði hvort þeir ættu ekki sporléttan strák á olíustöð Shell

Nafni hans H. Magnússon setti nýtt Íslandsmet í sleggjukasti í undankeppni Reykjavíkurfélaganna fyrir Bikarkeppni FRÍ í byrjun ágúst, kastaði 54,40 m. Á sama móti vakti ungur drengur athygli í 5.000 m hlaupi, hljóp á 17:28,8 mín. Þetta var Sigfús Jónsson sem þarna hljóp sitt fyrsta hlaup en hann átti eftir að setja Íslandsmet í 5 km, 10 km og maraþonhlaupi. Upphafið að þátttöku hans í frjálsum er skemmtilega óvenjulegt.

„Það atvikaðist þannig að Karl Hólm skrifstofumaður hjá Skeljungi, formaður frjálsíþróttadeildar ÍR um árabil, hringdi í verkstjórann hjá Shell-olíustöðinni í Skerjafirði að morgni 1. ágúst 1968 og spurði hvort hann hefði ekki einhvern sporléttan strák sem gæti keppt í 5.000 metrum þá um kvöldið. Um var að ræða undanrásir vegna bikarkeppninnar milli ÍR, KR og Ármanns þar sem bara tvö lið úr Reykjavík áttu að fá að keppa í aðalkeppninni. Verkstjórinn spurði mig og ég var til í tuskið enda mikið í fótbolta á þessum árum. Mætti inn á Laugardalsvöll um kvöldið og fékk lánaða gaddaskó og hljóp á móti Halldóri Guðbjörnssyni en Ármann mætti ekki með mann. Var rúmlega 300 m á eftir Halldóri í mark sem þótti mjög gott af strák sem var að hlaupa í fyrsta sinn. Guðmundur Þórarinsson var erlendis og því varð Kalli að smala í liðið þetta kvöld. Upp úr þessu fór ég að æfa og keppti svo í bikarnum um hálfum mánuði síðar og hljóp þá 3.000 metra á 9:34 sem var mitt besta hlaup þá um sumarið," segir Sigfús um sín fyrstu skref á hlaupabrautinni. Þrátt fyrir gott framlag hans varð ÍR í aðeins fjórða sæti í Bikarkeppni FRÍ í þetta sinn.

Auk Sigfúsar var margt ungt fólk að hefja æfingar hjá ÍR um þessar mundir. Einn þeirra var að æfa fótbolta á Melavelli er hann varð á vegi Guðmundar Þórarinssonar og þeir tóku tal saman. Þetta var stór og stæðilegur piltur miðað við 13 ára aldur og leist Guðmundi vel á hann. Ekki var verra að hann sýndi áhuga á frjálsum og tók að mæta á æfingar. Með krafta í kögglum sýndi hann köstunum áhuga. Þarna var á ferðinni Óskar Jakobsson sem átti eftir að koma heldur betur við sögu síðar og vinna titilinn Íþróttamaður ársins fyrir afrek sín 14 árum seinna, 1982. Fyrstu keppni sína háði Óskar fyrir ÍR í drengjahlaupi Ármanns á fyrsta sunnudegi í sumri 1968. Annað ungt íþróttafólk var á hraðri uppleið. Elías Sveinsson setti þetta sumar sveinamet í hástökki, stökk 1,82 m, ennfremur sveinamet í fimmtarþraut, 2.423 stig og loks í tugþraut, 5.165 stig. Þá setti Friðrik Þór Óskarsson sveinamet í





langstökki, stökk 6,45 m. Þeir voru 16 ára og einu ári yngri var Ingunn Vilhjálmsdóttir sem stökk 1,52 m í hástökki og jafnaði Íslandsmet kvenna. Loks var Kristjana Guðmundsdóttir, síðar eiginkona Jonatans Motzfeldt, þjóðhöfðingja Grænlendinga, í sérflokki í kringlukasti kvenna með 34,24 m og Erlendur náði athyglisverðum árangri í tugþraut, 6.119 stigum.

Vonir Jóns Þ. um að komast til Mexíkó rættust á síðustu stundu, á síðasta móti og í síðasta stökki, því eftir að hafa stokkið 2,06 metra og sigrað á íþróttamóti í Bergen í ágúst var hann valinn til þátttöku í Ólympíuleikunum, öðru sinni. Sömu hæð stökk hann í Mexíkó og varð í 21.–28. sæti af 38 keppendum. Keppni á leikunum var erfið. Undankeppnin í hástökki hófst kl. níu að morgni og var keppendum skipt í tvo hópa, um 20 í hvorum. Langur tími leið milli tilrauna á hverja hæð, jafnvel allt að ein klukkustund. Erfitt var því að halda sér „heitum" í 3–4 stundir. Að keppa í hástökki er þó ekkert miðað við það að taka þátt í tugþraut. Þar stendur keppni yfir í tvo daga og getur tekið 10–12 klukkustundir hvorn dag.

## Barna- og unglingahlaupin soguðu efnilega unglinga til ÍR

Árið 1969 var um margt markvert og líklega upphafið að einhverju meira hjá ÍR. Þetta ár vann ÍR titilinn besta frjálsíþróttafélag Reykjavíkur, fékk 236 stig en KR 221½ og Ármann 135½. Um sumarið vann unga fólkið í deildinni mörg frábær afrek. Hæst bar ný Íslandsmet Erlends í bæði kringlukasti, 56,24 m, og sleggjukasti, 57,01 m, auk þess sem hann náði næstbesta árangri Íslendings frá upphafi í kúluvarpi, 17,14 m, eða 40 sm lengra en Huseby náði lengst. Elías Sveinsson setti drengjamet í þrístökki án atrennu, 9,54 m, einnig í hástökki, 1,88 m, og í stangarstökki, stökk 3,50 m.

Sigfús Jónsson setti drengjamet í 10 km hlaupi, fékk tímann 33:51,8 mín., og hinn 14 ára gamli Óskar Jakobsson átti eftir fyrsta sumarið í keppni sex piltamet í kastgreinum, fjögur með mismunandi þungum kúlum í kúluvarpi og tvö í spjótkasti. Jón Þ. Ólafsson kórónaði svo hina jákvæðu sveiflu í deildinni með því að sigra í hástökki í landskeppni í Álaborg í Danmörku; stökk 2,04 m og sigraði m.a. sænska Norðurlandamethafann Bo Jonsson sem hafði stokkið 2,18 m það sumar. Erlendur tók þátt í Evrópumeistaramóti, sem haldið var í Aþenu um haustið, en náði sér ekki á strik.

Þegar upp var staðið voru tveir íslenskir frjálsíþróttamenn á skrá yfir 100 bestu afrekin í heiminum í hverri grein. Þar staðfestist enn hvað afrekin bötnuðu ár frá ári. Erlendur var annar þessara, var í 86. sæti í kringlukastinu með met sitt, 56,24 metra.

Upp úr áramótunum 1968–69 efndi ÍR að frumkvæði Guðmundar Þórarinssonar til barna- og unglingahlaupa í Hljómskálagarðinum sem kennd voru við

*Sigfús Jónsson, margfaldur Íslandsmethafi í langhlaupum. Sigfús sló Íslandsmet Kristjáns Jóhannssonar í 10.000 m hlaupi 1974. Hann hljóp svo á 30:10,0 árið 1976, en það met stendur enn.*

*Guðmundur Ólafsson í Víðavangshlaupi Íslands. Hann er einn þeirra fjölmörgu keppnismanna sem síðar hafa starfað ötullega fyrir félagið. Guðmundur sinnti um áratugaskeið gjaldkerastörfum, fyrst í frjálsíþróttadeild og síðan í aðalstjórn.*

garðinn; Hljómskálahlaup ÍR. Var þetta nýjung í starfi frjálsíþróttafélaga í landinu og naut strax mikilla vinsælda. Áður en yfir lauk skiptu ungmennin hundruðum sem þar tóku þátt. Þar stigu margir sín fyrstu skref í frjálsíþróttum sem áttu eftir að láta að sér kveða fyrir ÍR eða önnur félög í borginni eða byggðarlögum í nágrenni hennar. Guðmundur efndi einnig til hlaupa í Vatnsmýrinni og síðar í Breiðholti (Breiðholtshlaup ÍR). Tóku einnig mörg hundruð ungmenna þátt í þessum hlaupum. Naut þessi nýjung strax vinsælda og varð fyrirmynd álíka hlaupa um land allt.

Meðal margra ÍR-inga sem byrjuðu í frjálsum í Hljómskálahlaupi ÍR má nefna Lilju Guðmundsdóttur og Ágúst Ásgeirsson 1969 og Gunnar Pál Jóakimsson sem fylgdi sér yngri bróður, Birgi, í hlaup 1972. „Biggi var að fara að keppa í Hljómskálahlaupinu og ég fór með honum. Hann hljóp og stóð sig vel. Ég hafði áhuga á að gera meira en að dútla einn í sundi og fótbolta, svo ég talaði við Guðmund Þórarinsson eftir hlaupið. Hvatningin frá honum ýtti mér svo af stað. Ég hljóp meira að segja þá strax um daginn Hljómskálahlaupið eftir að allir hinir voru búnir, einn, í uppháum fjallgönguskóm sem ég var í. Ég mætti síðan í einhver hlaup þá um vorið og endaði á að keppa í drengjaflokki í Víðavangshlaupi Íslands, þar sem ég lenti í miðjum hóp," segir Gunnar Páll um upphaf sitt í frjálsum sem er án nokkurs vafa býsna líkt byrjun margra annarra sem Hljómskálahlaupið dró til sín.

## Þáttur Guðmundar Þórarinssonar

Margir ágætir menn störfuðu í frjálsíþróttadeildinni á seinni helmingi nýliðinnar aldar. Á engan er þó hallað þótt haldið sé fram að frjálsíþróttadeild ÍR hefði ekki átt þeirri velgengni að fagna á þessum árum og áratugum sem raun varð ef hins óeigingjarna og fórnfúsa starfs Guðmundar Þórarinssonar hefði ekki notið við. Var hann aðalþjálfari deildarinnar um nær hálfrar aldar skeið. Framlag hans verður seint fullþakkað. Skin og skúrir skiptust á í starfi deildarinnar og minnstu munaði reyndar að ÍR yrði að sjá á eftir Guðmundi því hann var ekki búinn að starfa lengi er hann sagði starfi sínu upp!

Í bréfi til frjálsíþróttadeildarinnar í janúar 1969 kvartar hann undan því að kaupgreiðslur til sín hafi verið óreglulegar og legið niðri um tíma. „Það er mér vel ljóst að við svo búið má ekki lengur búa, og þar sem erfitt getur verið fyrir deildina að segja samningnum við mig lausum með það í huga að ná nýjum og hagstæðari samningi fyrir deildina við mig síðar vil ég hjálpa til með því að segja hér með lausum samningi mínum um þjálfun hjá frjálsíþróttadeild ÍR, frá og með 1. maí næstkomandi.

Með þessu vil ég opna félaginu leið til þess að koma þessu máli í betra lag og mun starfa áfram eins og hingað til allt þar til 1. maí, en eftir þann tíma mun ég hætta kennslu nema til komi nýir samningar," skrifaði Guðmundur. Tók





hann fram að hann hefði haft mikla ánægju af því að starfa fyrir ÍR og frjálsíþróttamenn félagsins og sagðist vona að það væri álit félagsins að hann hefði unnið fyrir því kaupi sem um var samið í upphafi.

Guðmundur segist hvorki hafa heyrt hósta né stunu frá deildinni er hann skrifar henni á ný tveimur mánuðum seinna. Þar skýrði hann frá því að hann væri með í höndum atvinnuboð frá þremur aðilum og hann yrði brátt að taka afstöðu til þeirra. Yrði félagið því að ljúka málum gagnvart sér fyrir 10. apríl, „annars gæti það orðið of seint". Afrit sendi Guðmundur aðalstjórn félagsins og lét Gunnar Sigurðsson, formaður ÍR, málið til sín taka. Lyktir þess – góðu heilli – urðu þær að Guðmundur hélt áfram starfi hjá ÍR eins og ekkert hefði í skorist. Og það var ekki neitt smáhlutverk sem hann axlaði. Hann hélt starfinu gangandi gegnum sætt og súrt og var eiginlegur framkvæmdastjóri deildarinnar. Í fjölda ára sá hann auk þjálfunar um allan rekstur deildarinnar og bókhald, sá einnig um sölu knattspyrnugetrauna og varði til þess drjúgum tíma. Skilaði sú natni deildinni tekjum sem munaði um. Þá var Guðmundur manna duglegastur að standa fyrir mótum og eru til dæmis ófá Íslandsmetin sem sett voru á kastmótum sem hann stóð fyrir árum saman síðsumars og á haustin. Sú mikla gróska sem var í starfinu meðan hans naut við hefði tæpast komið til ef Guðmundur hefði ekki verið drjúgur við að finna upp á og hrinda í framkvæmd nýjum verkefnum fyrir íþróttafólkið, svo sem með unglingahlaupunum og kastmótum ÍR.

*Fræknar stúlkur í upphafi ferilsins með þjálfara sínum Guðmundi Þórarinssyni. Frá vinstri: Þórdís Gísladóttir, Ásta B. Gunnlaugsdóttir, María Guðjohnsen, Ingunn Einarsdóttir og Guðmundur.*

## Erlendur hótar að ganga úr ÍR

Ekki blés heldur byrlega er einn mesti afreksmaður ÍR, Erlendur Valdimarsson, ritaði stjórn félagsins bréf um miðjan janúar 1970 og lýsti löngun sinni til að fara úr félaginu. Kvaðst hann „orðinn mjög leiður" á deyfð innan félagsins. „Þó aðallega hjá frjálsíþróttadeildinni ef hægt er að kalla þetta deild. Því hún hefur verið stjórnlaus síðan sumarið 1968 er Karl Hólm sagði af sér. Og þar sem áframhald ætlar að verða á stjórnleysinu og enginn áhugi sýnilegur hjá eldri félögum um að drífa upp frjálsíþróttadeildina mun ég hætta keppni fyrir ÍR og ganga yfir í Ármann," sagði Erlendur. Bréfið skaut mönnum skelk í bringu og Gunnari Sigurðssyni formanni þótti nógur missirinn að þurfa að sjá á eftir bestu sundmönnunum úr félaginu þremur árum áður. Lýsti Erlendur þó löngun sinni til að

*Erlendur Valdimarsson, íþróttamaður ársins árið 1970.*

vera helst í ÍR og tók Gunnar fegins hendi mánaðar fresti sem bréfritari gaf til að bæta ástandið ef hann ætti að vera áfram í ÍR. Greip Gunnar til sinna ráða og er skemmst frá því að segja að fljótlega tóku nýir menn við stjórn deildarinnar. Öllum til léttis og ánægju kaus svo Erlendur að vera um kyrrt í félaginu.

Gleðilegri ákvörðun hefði hann ekki getað tekið frá sjónarhóli ÍR því svo glæsilega átti hann eftir að afreka á þessu hinu sama ári og þeim næstu. Af ýmsum góðum árangri ÍR-inga 1970 bar afrek Erlendar hæst. Bætti hann met sitt í kringlukasti hvað eftir annað. Byrjaði með því að kasta 57,26 á 17. júní-mótinu og síðar sveif kringlan 58,16 metra á fimmtudagsmóti FRÍ á Melavelli fjórum vikum seinna. Hann linnti ekki látum fyrr en kringlan hafði lent handan 60 metra múrsins, eða við 60,06 m. Var það á síðasta móti ársins. Minnstu munaði að Erlendur missti af því. „Aldrei þessu vant hafði ég hvílt mig í fjóra daga. Mótið átti að hefjast klukkan hálffjögur en ég hafði lagt mig fyrir það og vaknaði ekki fyrr en það átti að hefjast, klukkan hálffjögur. Ég hentist með látum út á völl og kom þangað þegar mótið var að hefjast. Ég gat lítið hitað mig upp en tók þó nokkur prufuköst og var alveg úti á þekju til að byrja með. En svo fór ég að átta mig og kastið kom. Mér er þetta minnisstætt því mér fannst ég vera svo þungur og syfjaður þegar þetta átti sér stað," sagði Erlendur ári seinna við tímaritið *Íþróttir fyrir alla*.

## Erlendur útnefndur íþróttamaður ársins 1970

Erlendur bætti einnig met sitt í sleggjukasti í 58,62 m og sýndi snerpu sína og stökkfimi með því að stökkva 1,90 m í hástökki sem eflaust fáir eða engir kringlukastarar á heimsmælikvarða gátu leikið eftir. Það gerði Erlendur á meistaramóti Íslands en ÍR átti þrjá fyrstu menn. Sömu hæð stökk Elías Sveinsson og varð annar en Jón Þ. sigraði með 2,03 m. Erlendur hlaut um áramótin einhverja mestu viðurkenningu sem íþróttamaður gat hlotið fyrir árangur sinn er hann var útnefndur íþróttamaður ársins á Íslandi 1970 af samtökum íþróttafréttamanna.

Á meistaramóti Íslands vann Sigfús Jónsson sinn fyrsta meistaratitil með sigri í 5 km hlaupi á sínum besta tíma, 15:42,2 mín. Ágúst Ásgeirsson bætti sig einnig mikið og varð þriðji á 16:52,4 mín. Erlendur var í stuði og setti meistaramótsmet bæði í kringlukasti (52,54) og sleggjukasti (54,14). Elías var í örri framför og setti drengjamet í hástökki, 1,95 m, og í stangarstökki, 3,60 m, um sumarið. Sömuleiðis setti Friðrik Þór Óskarsson drengjamet í langstökki, 6,99 m, og í þrístökki, stökk 14,32 m. Erlendur og Jón Þ. fóru við fjórða mann í keppnisför til Noregs og Svíþjóðar og létu víða að sér kveða. Sigruðu í sínum greinum á Voss-leikunum og settu báðir vallarmet. Erlendur kastaði 54,12 metra og vann norska methafann Iver Hole. Jón Þ. stökk 2,02 við slæmar aðstæður og bætti vallarmetið sem var 1,89 m og hafði staðið frá árinu 1929



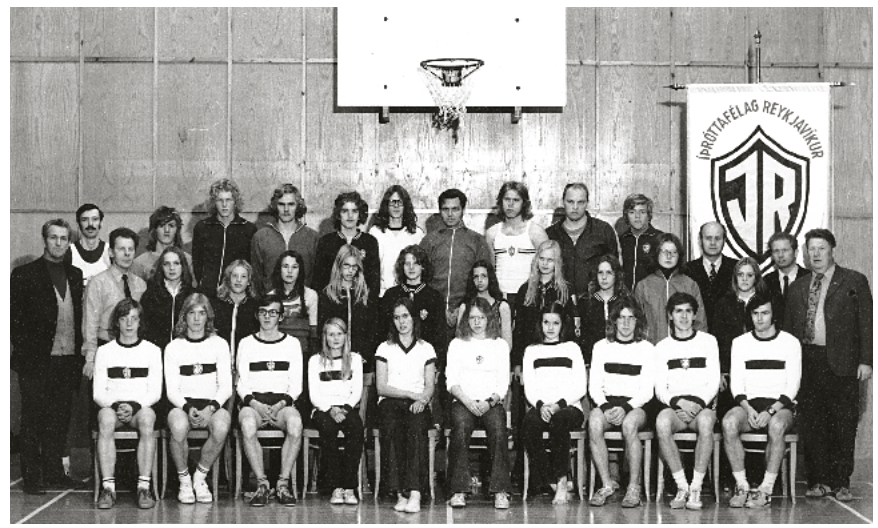


eða í 41 ár. Daginn eftir héldu þeir til Florø skammt frá Bergen og þar setti Erlendur Íslandsmet í sleggjukasti, 58,62 metra, sem var nýtt vallarmet. Eldra metið átti hann sjálfur og var það 58,16, sett fyrr í ferðinni. Erlendur setti líka vallarmet í kringlukasti, 53,10 metra, en gamla metið var 40,60 m. Jón Þ. vann hástökkskeppnina, stökk 2,03 og sló vallarmet norska methafans Sletten sem var 2,01 m. Var þetta síðasta keppnisferð Jóns til útlanda því skömmu seinna lagði hann skóna á hilluna. Um þetta leyti hafði hann stokkið 200 sinnum yfir 2,00 metra í hástökkinu innanhúss og utan.

## Sneru við framkvæmdaröðinni og Jóni var nóg boðið

Jón æfði vel veturinn 1969–70, meðal annars vegna gefinna loforða um endurbætur hástökksbrautarinnar á Laugardalsvellinum á komandi sumri. Hafði hann um árabil barist fyrir þeim betrumbótum. Undirstrikaði Jón styrk sinn með því að stökkva 2,10 metra í firmakeppni innanhúss á Hálogalandi sem frjálsíþróttadeildin efndi til og hafði nokkrar tekjur af. Hæðin var jöfn utanhússmetinu og hugði Jón því gott til glóðarinnar um sumarið.

Evrópubikarkeppni fór fram á Laugardalsvellinum í júní. Nokkrum dögum fyrir hana hafði Jón af því fregnir að búið væri að umturna stökkbrautum á vellinum og verið væri að ljúka ásetningu gerviefnis á þær. Þakklátur í huga flýtti hann sér inn í Laugardal til þess að sjá dýrðina eigin augum. Og mikið rétt, gerviefni var komið á allar stökkbrautirnar. Nema hástökksbrautina. Sem borgaryfirvöld höfðu þó ákveðið að byrjað skyldi á. Hástökkssvæðið aftan við syðra markið var óhreyft, þar var áfram rauðamalarsallinn hviki úr Rauðhólunum. Vallarstjórnendur höfðu snúið framkvæmdaröðinni við. Þetta varð til þess að Jón ákvað að leggja skóna á hilluna um haustið, sagði vallaryfirvöld hafa hjálpað sér til að hætta keppni.




*Hópmynd frá ÍR-húsinu við Túngötu 1972. Efsta röð frá vinstri: Jón Þ. Ólafsson, Óskar Jakobsson, Snorri Jóelsson, Finnbjörn Finnbjörnsson, Sigurður Pétur Sigmundsson, Þórir Óskarsson, Jón H. Magnússon, Hörður Hákonarson, Erlendur Valdimarsson, Ásgeir Þór Eiríksson. Miðröð frá vinstri: Jóel Sigurðsson, Marteinn Guðjónsson, Lilja Guðmundsdóttir, Ásta B. Gunnlaugsdóttir, ópekkt, Björk Eiríksdóttir, ópekkt, María Guðjohnsen, Fanney Óskarsdóttir, Una Þóra Magnúsdóttir, Ingunn Vilhjálmsdóttir, Hákon Bjarnason, Bjarney Árnadóttir, Ágúst Björnsson, Guðmundur Þórarinsson. Fremsta röð frá vinstri: Gunnar Páll Jóakimsson, Jón Sævar Þórðarson, Ágúst Ásgeirsson, Anna Haraldsdóttir, Ingunn Einarsdóttir, Svanbjörg Pálsdóttir, Guðbjörg Sigurðardóttir, Magnús Geir Einarsson, Sigfús Jónsson, Friðrik Þór Óskarsson. Mynd: Ljósmyndastofa Þóris.*

Við félagi sínu sneri hann þó ekki baki, jafnmiklir ÍR-ingar eru vandfundnir. Þess vegna varð hann við kalli félaga sinna tveimur árum seinna um að taka þátt í Bikarkeppni FRÍ árið 1972. „Því gat ég ekki neitað. Ég sigraði í keppninni, stökk 2,00 m. Þá var komið gerviefni á hástökkssvæðið. Það vó á móti æfingarleysinu, en hefði mátt koma fyrr," segir Jón. Naut hann þeirrar ánægju að vera með í fyrsta sigri ÍR í Bikarnum en þarna hófst sú sigurganga sem stóð óslitin í 16 ár.

*Bikarliðið 1972: Frá vinstri: Ágúst Ásgeirsson, Finnbjörn Finnbjörnsson, Sigfús Jónsson, Friðrik Þór Óskarsson, Elías Sveinsson, Jón Þ. Ólafsson, Fanney Óskarsdóttir, Ásta B. Gunnlaugsdóttir, Kristjana Guðmundsdóttir, Magnús Geir Einarsson. Fyrir framan: Lilja Guðmundsdóttir, Bjarney Árnadóttir og Ingunn Einarsdóttir.*

## ÍR drottnar í frjálsum á tímabilinu 1970–90

Áttundi áratugur nýliðinnar aldar var tvímælalaust áratugur ÍR í frjálsíþróttum. Í upphafi hans var að myndast og eflast góður kjarni upprennandi íþróttamanna, hörkugóðs liðs, sérstaklega í karlaflokki. Fremstur í flokki keppenda var Erlendur Valdimarsson en Elías Sveinsson og Friðrik Þór Óskarsson voru komnir í fremstu röð einnig. Unnu þeir allir sigur í landskeppni sem háð var við Íra sumarið 1971, Erlendur í sleggjukasti (54,89), Elías í hástökki (1,93) og Friðrik í þrístökki (14,45).

ÍR var með áberandi besta frjálsíþróttaliðið allt fram undir 1990 og hópur afreksmanna þess mjög stór. Væri það líklega efni í heila bók að fjalla ítarlega um það tímabil, svo mörg voru Íslandsmetin sem ÍR-ingar settu á þessu tímabili, hvað þá meistaratitlarnir. Með elju og ástundun við æfingar undir leiðsögn Guðmundar voru framfarir félagsmanna miklar og mörg og mikil afrek unnin. Árið 1971 varð Elías þriðji Íslendingurinn til að stökkva 2 m í hástökki, 19 ára gamall. Ágúst Ásgeirsson bætti árangur sinn verulega, hljóp 800 m undir 2:00 mín. og komst í fremstu röð hlaupara hér á landi. Sigfús Jónsson keppti lítið þetta ár en þeir félagar höfðu þá þegar sett sér það takmark að komast í fremstu röð. Friðrik Þór var annar besti þrístökkvari landsins og þriðji bestur í langstökki. Óskar Jakobsson bætti á árinu 32 ára gamalt sveinamet Gunnars Huseby í kringlukasti, kastaði 56,80 m. Lét ÍR nú fastar að sér kveða í Bikarkeppni FRÍ og var nær sigri en áður.

Veldi KR í keppninni var nú nær lokið en UMSK hafði þó betur og gat þakkað sigurinn fyrst og fremst miklu sterkara kvennaliði en ÍR gat teflt fram. Dugði ekki alveg til annars góður árangur kastaranna Kristjönu Guðmundsdóttur og Hólmfríðar Björnsdóttur og hástökkvarans Ingunnar Vilhjálmsdóttur. Ljóst var þó af framförum ÍR-inga að eingis væri spurning um hvenær þeir tækju bikarinn en ekki hvort.

Árið 1972 mun lengi skipa sérstakan sess í sögu ÍR því þá vann félagið í fyrsta sinn sigur í Bikarkeppni FRÍ. Og það með yfirburðum; var 20 stigum á undan næsta liði, sigurliði fyrra árs, UMSK. Munaði mikið um Ingunni Einarsdóttur sem keppti í fimm greinum auk boðhlaups og sigraði í tveimur þeirra. Vísir var ekki ánægður með árangur keppenda, allra síst þeirra sem voru á leið á Ólympíuleikana í München nokkrum dögum seinna. „Það var enginn ólympíusvipur á Bikarkeppninni" sagði í fyrirsögn Vísis. Blaðinu þótti árangur keppenda yfirleitt slakur.

„Kannski vakti það mesta athygli að Jón Þ. Ólafsson sem flestir héldu heillum horfinn mætti þarna og vippaði sér yfir 2 metra eins og að drekka vatn. Þar með færði hann ÍR-liðinu verðmæt stig sem áttu sinn þátt í að vinna að yfirburðasigri ÍR," sagði Vísir. „Þetta er hægt, mæta æfingalaus og stökkva 2 metra, það sama og maður gerði í fullri æfingu mót eftir mót. Það er enginn vafi á að aðstaðan er allt önnur í hástökkinu eftir að malbikið var lagt," sagði Jón við blaðið eftir keppnina. Þar skírskotaði Jón til uppstökkssvæðisins sem hann hafði um langt árabil reynt að fá betrumbætt, en það var látið ógert þar til hann var hættur keppni. Fyrir ÍR og félaga hans fyrr og síðar var þó ánægjulegt að Jón skyldi hafa dregið fram stökkskóna og verið með í fyrsta sigurliði ÍR í Bikarkeppninni.

## Ungir hlauparar láta að sér kveða

Önnur tímamót urðu 1972 því þá hófu Íslendingar þátttöku í Kalottkeppninni svonefndu en þar var um að ræða keppni norskra, sænskra og finnskra liða sem skipuð voru keppendum sem heima áttu norðan 64. breiddargráðu. ÍR átti níu keppendur í liðinu sem sent var til Mo í Rana í Noregi. Erlendur sigraði í kringlukasti og varð annar í sleggjukasti. Jón H. Magnússon keppti þarna í sinni síðustu landskeppni, varð sjötti af átta keppendum. Friðrik Þór Óskarsson setti unglingamet í þrístökki, stökk 15,00 metra slétta og náði öðru sæti. Ágúst Ásgeirsson var í sigursveit Íslands í 4 x 400 m boðhlaupi og setti persónuleg met bæði í 800 metrum (1:53,9) og fór í fyrsta sinn undir fjórar mínútur í 1.500 m hlaupi, hljóp á 3:58,7 mín.

Það sýndi styrk félagsins á þessum tíma að það átti og sex keppendur í landsliði unglinga sem háði keppni við danska unglingalandsliðið í Reykjavík í júlí. Friðrik Þór vann tvöfaldan sigur, í langstökki með 6,92 m og í þrístökki með 14,37 m. Ágúst, sem tók miklum framförum á árinu, var fyrirliði íslenska liðsins. Vísir sagði í umfjöllun um keppnina að sem slíkur hefði hann farið undan með góðu fordæmi. Með skemmtilega útfærðu 800 metra hlaupi vann hann sigur á hlaupurum sem áttu allir betri tíma en hann. Fylgdi þeim eftir 500 metra en setti þá á mikinn sprett sem Danirnir áttu ekki svar við. Ágúst var einnig í sveit þeirri er vann sigur í 4 x 400 m boðhlaupi.

Fleiri ungir hlauparar úr ÍR tóku að láta að sér kveða. Í millivegalengdahlaupum kvenna skiptust Lilja Guðmundsdóttir og Ragnhildur Pálsdóttir Stjörnunni á að bæta Íslandsmetið í 800 metra hlaupi. Háðu þær skemmtilega keppni – sem Unnur Stefánsdóttir HSK blandaði sér líka í – á meistaramótinu. Lilja vann hið tvísýna hlaup á nýju meti, 2:20,2 mín. sem stóð fram á næsta ár. Á þessu móti setti Ingunn Einarsdóttir met í 400 m, var naumt frá því að hlaupa fyrst vegalengdina undir 60 sekúndum, tíminn var 60,1 sek.

*Sveit ÍR sem setti tvö Íslandsmet 27. júní árið 1976 í Gateshead á Englandi, í 4 x 800 m og 4 x 1.500 m boðhlaupi. Frá vinstri: Gunnar Páll Jóakimsson, Ágúst Ásgeirsson, Hafsteinn Óskarsson og Sigfús Jónsson.*

Erlendur Valdimarsson nálgaðist enn frekar þá bestu í heiminum er hann bætti Íslandsmet sitt í kringlukasti í 60,82 metra. Var það langt yfir lágmarki því sem sett hafði verið til þátttöku á Ólympíuleikunum í München. Þar kastaði hann 55,38 m sem nægði því miður ekki til að komast í úrslitakeppnina.

Óskar Jakobsson var þetta sumar orðinn 17 ára gamall og tekinn að stælast mjög. Hann vakti mikla athygli á unglingameistaramóti Íslands með því að kasta karlaspjótinu 62,80 metra. Létu blöðin í ljós þá skoðun að þarna væri loksins kominn fram kastari sem líklegur væri til að ná meti Jóels.

ÍR-ingar voru ekki aðeins öflugir á frjálsíþróttavellinum heldur voru þeir einnig einráðir í víðavangshlaupum í byrjun áttunda áratugarins og lengi upp frá því, bæði í Víðavangshlaupi ÍR og Víðavangshlaupi Íslands. Ekki bara í flokkum karla og kvenna heldur einnig í unglingaflokkum. Þar voru atkvæðamest framan af Lilja Guðmundsdóttir og þeir Ágúst og Sigfús en síðar komu fleiri við sögu, s.s. Gunnar Páll Jóakimsson, Júlíus Hjörleifsson og Hafsteinn Óskarsson. Sigfús var nálægt því að vinna Víðavangshlaup ÍR bæði 1970 og 1971 en varð annar. Ágúst vann hins vegar hlaupið 1972 fyrstur ÍR-inga frá 1964. Var það upphafið að langri velgengni hans í hlaupinu en enginn hefur unnið hlaupið oftar en alls kom hann sjö sinnum fyrstur að marki á árunum 1972–1981.

Lilja Guðmundsdóttir braut blað er hún varð árið 1972 fyrst kvenna til að rjúfa 60 sek. múrinn í 400 m. Íslandsmet að sjálfsögðu, hljóp á 59,3 sek. eftir hörkukeppni við Ingunni Einarsdóttur sem átti gamla metið og hljóp á 60,2 sek. Ingunn endurheimti metið aftur um haustið er hún bætti met Lilju um sekúndubrot. Ágúst var mikið í sviðsljósinu sumarið 1973 og háði mörg einvígi við Halldór Guðbjörnsson í 800 og 1.500 m hlaupum. Fleiri hlauparar voru að koma fram í millivegalengdahlaupum. Júlíus Hjörleifsson bætti árangur sinn verulega og var mikil keppni á milli þeirra Ágústs í 800 metrunum á meistaramótinu og skildi aðeins sekúndubrot þá að. Um haustið hljóp Gunnar Páll Jóakimsson í fyrsta sinn undir tveimur mínútum í 800 m. Átti ÍR allt í einu þrjá menn undir því viðmiði en hafði engan átt nær allan nýliðinn sjöunda áratuginn. Fjölhæfur piltur, Ásgeir Þór Eiríksson, var í mikilli framför og setti 13 piltamet á árinu, og það meðal annars í jafnólíkum greinum sem kúluvarpi og 3.000 m hlaupi.

ÍR vann annan sigur sinn í Bikarkeppni FRÍ 1973. Erlendur var maður keppninnar, vann sigur í kúluvarpi, kringlukasti og sleggjukasti þar sem hann setti Íslandsmet 60,04 m. Í Evrópubikarkeppni karla í Brussel varð hann annar bæði í sleggjukasti (58,70) og í kringlukasti (56,60) og var eini Íslendingurinn sem komst á verðlaunapall í keppninni.

## Ágúst færði Íslandi stig á EM og Sigfús tók met Kristjáns í 10 km

Öðru sinni eignuðust ÍR-ingar keppanda á Evrópumeistaramóti innanhúss er Ágúst Ásgeirsson var sendur til keppni í Gautaborg 1974. Varð hann sjötti í 1.500 m hlaupi á nýju Íslandsmeti 3:55.6 mín., sem var rúmum tveimur sekúndum betra en hann átti best utanhúss. Var hann á þessum tíma við nám í Englandi, ásamt Sigfúsi, en þar gátu þeir æft við mun betri aðstæður en þeir voru vanir sem varð til þess að þeir áttu eftir að bæta árangur sinn mjög mikið. Komust þeir fljótt í kynni við einn fremsta hlaupaþjálfara Breta, Gordon Surtees, sem liðsinnti þeim og síðar fleiri Íslendingum.

Árangur Ágústs í Gautaborg gladdi mjög ÍR-inginn Örn Eiðsson sem orðinn var formaður Frjálsíþróttasambandsins. Örn hringdi í Ágúst og þakkaði honum mjög að hafa orðið meðal sex fyrstu því með því hefði hann unnið stig fyrir Ísland á EM, hin fyrstu innanhúss. Sem Ágúst svaraði að hefði ekki verið ýkja erfitt því fleiri luku ekki hlaupi! „Skiptir ekki máli," sagði Örn að bragði, „þú vannst stig og þau eru jafngóð fyrir því."

Í apríl staðfesti Sigfús hversu vel hann hefði notað hinar góðu aðstæður til æfinga sem langhlauparar höfðu í Englandi er hann stórbætti Íslandsmetið í 10 km hlaupi, hljóp á 30:56,0 mín. á meistaramóti Suður-Englands á Crystal Palace-leikvanginum í London. Bætti hann met ÍR-ingsins Kristjáns Jóhannssonar frá 1957 um 40 sekúndur en það var 31:37,4. Ágúst veitti Sigfúsi félagsskap í hlaupinu framan af og kom í mark á 31:19,0 mín., einnig undir gamla metinu. Sigfús átti eftir að sneiða væna sneið af metinu fjórum mánuðum seinna er hann fór í keppnisferð til Sovétríkjanna í ágúst ásamt Ágústi og Óskari Jakobssyni.

Bætti hann metið í 30:30,0 mínútur á alþjóðlegu móti í Moskvu og hafði því bætt met Kristjáns um rúma mínútu á árinu. Ágúst náði sínum besta tíma í 1.500 m í Moskvu, hljóp á 3:51,4 mín., og Óskar setti persónulegt met í kúluvarpi, 15,65 m.

## Sigfús og Ágúst nálgast metin

Sigfús sýndi í byrjun maí að hann myndi ekki láta metið í 5 km hlaupi í friði. Á meistaramóti ensku háskólanna, sem fram fór í Birmingham, hljóp hann vegalengdina á 14:57,4 mín. Var það þriðji besti tími Íslendings og í fyrsta sinn sem Sigfús fór undir 15 mínútur. Hann hljóp mjög vel í Birmingham, hélt jöfnum og góðum hraða hlaupið út og varð fimmti. Ágúst keppti í 1.500 metra hlaupi. Varð hann annar í sínum riðli og komst þar með í úrslitahlaupið, sem fram fór rúmlega tveimur stundum seinna. Varð þar fjórði og var fyrir vikið valinn til að keppa fyrir ensku háskólana gegn liði velskra háskóla og liði Suður-Englands á Crystal Palace í byrjun júní. Í því hlaupi stórbætti hann árangur sinn, hljóp á 3:51,9 mín., sem var annar besti tími Íslendings frá upphafi og innan við fimm sekúndur í metið. Með frammistöðunni var Ágúst valinn einnig til að keppa fyrir ensku háskólana gegn úrvalsliðum skoskra og írskra háskóla hálfum mánuði seinna en varð að afþakka það boð.

## Keppi ekki á Melavellinum

Á sama tíma og frjálsíþróttavellir með gerviefni á brautum spruttu upp um allar jarðir var fimmtugur Melavöllurinn enn aðalathvarf reykvískra frjálsíþróttamanna árið sem minnst var 1100 ára byggðar í landinu. Aðgangur að Laugardalsvelli var enn takmarkaður. Það einkennilega var að íþróttamenn þurftu jafnvel sjálfir að standa í þrasi til að knýja á um úrbætur. Eins og áður segir háði Jón Þ. Ólafsson margra ára baráttu fyrir betri aðstöðu fyrir hástökkvara og sá ekki ávöxt af því fyrr en hann hafði fengið sig fullsaddan á mótlætinu og hætt keppni. Aðstaðan sem einn mesti afreksmaður áttunda áratugarins, Erlendur Valdimarsson, bjó við var vart boðleg heldur. Og að því kom að hann lét ekki bjóða sér hana lengur til keppni.

Ákvað hann að keppa ekki á Vormóti ÍR 1974 af þessum sökum. „Ástæðan er einfaldlega sú, að ég sé ekki neinn tilgang með því að keppa hér í kringlukastinu og kasta upp í bárujárnið," sagði Erlendur. „Sennilega mun ég ekki keppa framar á Melavellinum, enda aðstaðan hér engan veginn boðleg," bætti hann við. Staðið hafði styr um árabil vegna kastaðstöðunnar á Melavellinum. Ekki lagaðist það eftir að Erlendur fór að ná 60 metra köstum því jafnmiklar líkur voru þá orðnar á því að kringlan lenti í bárujárnsgirðingunni og á vellinum, eða í miklum ruslahaug sem búið var að hlaða upp á kastsvæði vallarins. Af þeim sökum voru afföll á kringlum mikil hjá Erlendi. „Það er mikil nauðsyn á því að bæta aðstöðu okkar kastaranna til æfinga og keppni. Við fáum ekki að æfa á Laugardalsvellinum og kastsvæðið sem verið er að koma þar upp virðist eiga nokkuð langt í land með að verða tilbúið," sagði Erlendur. Blaðið sagði að íslenskir afreksmenn í frjálsíþróttum væru ekki það margir að hægt ætti að vera að búa þeim bærilega aðstöðu til æfinga og keppni.

Erlendur náði snemma árs lágmarki til þátttöku á Evrópumeistaramótinu í Róm, en ákvað að fara samt ekki þar sem hann var ekki ánægður með árangurinn á mótum um sumarið. Seint í ágúst náði Erlendur hins vegar risakasti í keppni á Snæfellsnesi, kringlan flaug 64,32 metra. Sá árangur skipaði honum í fremstu röð í heiminum en ekki breytti Erlendur samt ákvörðun sinni og sat af sér EM. Hann bætti um haustið met sitt í sleggjukasti, kastaði 60,74 m.

## Jón Sævar og Óskar skoskir meistarar

Júlíus Hjörleifsson og Lilja Guðmundsdóttir bjuggu nú í Norrköping í Svíþjóð. Bárust strax um veturinn fréttir af góðum árangri er þau sigruðu í víðavangshlaupum þar úti. Um vorið héldu þangað þrír ÍR-ingar til æfinga og keppni, Óskar Jakobsson, Gunnar Páll Jóakimsson og Jón Sævar Þórðarson. Öll bættu þau árangur sinn á mótum þar ytra og í júlí setti Lilja Íslandsmet í 800, m 2:15,1 mín. Þrír hinir framangreindu héldu svo til móts við félaga sína í keppnisför til Englands í júnímánuði, en þangað fóru 15 ÍR-ingar og höfðu Sigfús og Ágúst undirbúið komu þeirra. Keppt var víða í Norður-Englandi og Skotlandi. Á skoska meistaramótinu unnu tveir ÍR-ingar meistaratitil, Jón Sævar Þórðarson í hástökki með 1,90 m og Óskar Jakobsson sem sigraði í kringlukasti með 47,16 m. Guðni Halldórsson, Þingeyingur, var með í för og varð meistari í kúluvarpi með 15,53 m. Óskar varð annar á persónulegu meti, varpaði 15,08 m. Hann hlaut einnig silfur í spjótkasti, kastaði 60,74 m. Ágætur árangur náðist einnig á skoska unglingameistaramótinu og komust þrír ÍR-ingar þar á verðlaunapall, Ásgeir Þór Eiríksson, Óskar Thorarensen og Helgi Þór Helgason.

Ingunn Einarsdóttir var í miklum ham og setti alls átta Íslandsmet um sumarið. Margbætti Íslandsmetið í 400 m hlaupi og einnig metin í 200 m og 100 m grindahlaupi. Í Kalott-keppninni einni og sér setti hún Íslandsmet í 100 m, 200 m og 100 m grindahlaupi og var ásamt Lilju í sveitinni sem setti met í 4 x 400 m boðhlaupi. Einna mesta athygli innanlands vakti Óskar Jakobsson er hann bætti 25 ára gamalt met Jóels Sigurðssonar í spjótkasti um 77 sm, kastaði 67,76 metra. Snorri sonur Jóels stórbætti sig í keppninni, kastaði 62,50 m og varð annar. Með þessu rættust aðeins tveggja ára gamlir spádómar fjölmiðla um arftöku Óskars sem methafa í spjótinu. Hann bætti metið um 5 sentimetra í Kalott-keppninni, sem fram fór í Svíþjóð. Í henni setti Sigfús Jónsson persónulegt met er hann varð þriðji í 5 km hlaupi

*Ingunn Einarsdóttir var ein styrkasta stoð kvennaliðs ÍR á áttunda áratugnum. Hún var margfaldur Íslandsmeistari og methafi.*

á 14:45,6 mín. Var þetta í fyrsta sinn í árafjöld sem langhlaupari kemst á verðlaunapall á stóru móti.

Árið 1975 einkenndist af miklum framförum fremsta keppnisfólks félagsins og breiddin í þeim hópi jókst. Sextán ÍR-ingar kepptu í landsliðinu á árinu og segir það sína sögu. Óskar Jakobsson var í mikilli framför, setti Íslandsmet í spjótkasti, 75,80 m og setti stefnuna á að komast á Ólympíuleikana að ári í þeirri grein. Hann setti einnig unglingamet í kringlukasti, 54,44 m, og í kúluvarpi, 16,86 m. Lilja Guðmundsdóttir setti tíu Íslandsmet á árinu og met hennar í 800 og 1.500 metrum – 2:08 mín. og 4:34,0 mín. – voru mjög nálægt ólympíulágmarkinu.

## Sigfús beit á jaxlinn og náði metinu í 5 km

Sigfús Jónsson og Ágúst Ásgeirsson komu mjög við sögu á árinu. Þeir kepptu í 10 mílna götuhlaupi í Amsterdam sem haldið var í tilefni 700 ára afmælis borgarinnar. Af á þriðja hundrað keppenda varð Sigfús í 28. sæti og Ágúst í 40. sæti en fjölmargir heimsfrægir langhlauparar voru meðal keppenda. Í maí sigraði Ágúst hinn fræga enska hlaupara Brendan Foster í 800 m hlaupi; varð fyrstur útlendinga til að leggja hann að velli á hans heimavelli, í Gateshead. Ágúst náði þeim áfanga á árinu að hlaupa 1.500 m undir 3:50 mínútum. Það gerði hann á skoska meistaramótinu er hann varð þriðji á 3:49,3 mín. Rúmum tveimur stundum áður hljóp hann á 3:52,0 í undanrásum. Þá hljóp hann 3.000 m hindrunarhlaup í fyrsta sinn undir 9 mín., eða á 8:58,4 í Kalottkeppninni og varð þriðji.

Á skoska meistaramótinu féll Íslandsmetið í 5 km hlaupi er Sigfús bætti það um sex sekúndur, hljóp á 14:26,2 mín. Sigfús fór í hlaupið með því takmarki að slá met, enda mikil þátttaka í því af hálfu góðra hlaupara. Hann var gjarn á að setja upp áætlun um millitíma og fékk félaga sína til að segja til hvernig gengi í samræmi við planið. Slíku fylgir sú hætta að menn slaki á ef tímar eru betri en plan. Ágústi fannst áætlun Sigfúsar of varfærin miðað við þá æfingu sem hann taldi hann vera í. Stefnan var á meðalhraða yfir meti alla leið en síðan skyldi þess freistað að ná metinu með miklu meiri hraða á lokahring. Í hvert sinn sem Sigfús hljóp framhjá gaf Ágúst honum upp að hann væri nokkurn veginn á áætlun þótt hraðinn væri í raun nokkru meiri. Sigfús eygði því möguleika eftir því sem á leið; beit á jaxlinn og hljóp af einstakri grimmd. Gaf svo allt í lokahlaupið og fyrir vikið var ekki metið bætt um einhver sekúndubrot heldur sex sekúndur.

Vorið 1975 tilkynnti Erlendur Valdimarsson að hann ætlaði ekki að keppa undir merki ÍR á komandi keppnistímabili. Keppti hann síðan í keppnum sumarsins undir merki Skautafélags Reykjavíkur. Var söknuður að honum en við brottförinni varð ekkert gert og skilnaður fór friðsamlega fram. Félagaskiptin mæltust hins vegar misvel fyrir í fjölmiðlum. Sérstaklega þótti dagblaðinu Vísi þau misráðin og gerði að umfjöllunarefni en skrif þau voru alveg að frumkvæði blaðsins og hafði ÍR ekkert með þau að gera. Enda fór svo að Erlendur sneri aftur og fékk Ágúst Ásgeirsson líklega aldrei ánægjulegri upphringingu í tíð sinni sem formaður frjálsíþróttadeildar ÍR en er Erlendur hringdi og tjáði honum löngun sína að koma aftur í hóp sinna gömlu félaga. Um það þurfti ekki að hafa mörg orð svo sjálfsagt og ánægjulegt var það.

## Þórdís kemur til skjalanna og vekur athygli 14 ára gömul

Á sama tíma og breiddin jókst meðal fremstu keppnismanna félagsins tók yngra fólk miklum framförum og bankaði á dyrnar. Snorri Jóelsson komst í landsliðið í spjótkasti og bætti árangur sinn í tæpa 64 metra. Þórdís Gísladóttir vakti mikla athygli, stökk 1,64 m í hástökki aðeins 14 ára gömul. Hún varð í öðru sæti í Kalottkeppninni og í þriðja sæti á Kalle Anka-leikunum í Svíþjóð. María Guðjohnsen kom frá Bandaríkjunum um sumarið, sigraði í 100 m á MÍ og hljóp beint inn í landsliðið. Júlíus Hjörleifsson, sem æfði í Svíþjóð eins og Lilja, bætti árangur sinn stöðugt, hljóp 800 m á 1:54,8 mín. og 1.500 m á 3:56,3 mín. Gunnar Páll var einnig í góðri framför og hljóp 800 m á 1:56,8 mín. Ekki var langt síðan það hefði verið besti tími Íslendings en dugði aðeins í þriðja sætið í greininni á afrekaskrá ÍR árið 1975. Vakti það athygli í Bikarkeppninni að ÍR gat skipt lengri hlaupunum á milli þeirra Júlíusar, Gunnars Páls, Ágústs og Sigfúsar og sigruðu þeir allir auðveldlega. Félagið vann keppnina fjórða árið í röð og það bæði í karla- og kvennakeppninni.

Í Kalottkeppninni voru ellefu ÍR-ingar í liði Íslands og komust sex þeirra á verðlaunapall. Lilja Guðmundsdóttir sigraði tvöfalt, í 800 m á 2:14,7 mín. og í 1.500 m á 4:44,6 mín. Þórdís varð önnur í hástökki sem fyrr segir, stökk sömu hæð og sigurvegarinn, 1,62 m. Friðrik Þór vann langstökkið með 6,86 m og þrístökkið með 15,17 m. Óskar Jakobsson var annar í spjótkasti með 71,10 m. Ágúst Ásgeirsson varð svo annar í 800 m á 1:54,3 í tvísýnni keppni og þriðji í 3.000 m hindrun. Ingunn Einarsdóttir náði öðru sæti í 400 þrátt fyrir litla æfingu, hljóp á 59,6 sek. Hún reiknaði ekki með neinum árangri þegar hún fór að vera með aftur á mótum eftir uppskurð veturinn áður. Hún keppti aðallega í 400 m og bætti sig stöðugt. Í september keppti hún á nokkrum mótum í Svíþjóð og öllum á óvart bætti hún Íslandsmet sitt í 400 m í 57,6 sek.

Árið 1976 var mjög hagstætt ár í íslenskum frjálsíþróttum. Sjaldan voru sett eins mörg ný Íslandsmet í flokki fullorðinna og þá og árangurinn var yfirleitt jafnbetri en áður. Vera kann að Ólympíuleikarnir í Montreal hafi haft sitt að segja en stór hópur keppnismanna stefndi að þátttöku í þeim. Ólympíuhaustið buðu ÍR-ingar enska hlaupaþjálfaranum Gordon Surtees,

*Þórdís Gísladóttir. Ljósmyndari: Hafsteinn Óskarsson.*

*Bókarhöfundur, Ágúst Ásgeirsson, margfaldur meistari og methafi í millilengdahlaupum.*

sem að framan er nefndur, til landsins til að fræða íslenska þjálfara og keppnismenn sem hann lét m.a spreyta sig í brekkum á skíðasvæði ÍR í Hamragili. Var koma hans eitt dæmi þess af mörgum hvað ÍR-ingar hafa verið duglegir að fá færa sérfræðinga til að miðla félagsmönnum sínum og annarra félaga af þekkingu sinni og leiðbeina hér á landi. Átti Gordon eftir að koma hingað aftur þeirra erinda.

## Ágúst breskur meistari þegar þorskastríðin risu hvað hæst

Ágúst sýndi að mikils mætti vænta af honum á ólympíuári þegar hann varð breskur meistari í 2.000 m hindrunarhlaupi innanhúss 24. janúar 1976. Hálfum mánuði áður hafði hann orðið annar í sömu grein á stórmóti í sama íþróttahúsi, sem var gamalt flugskýli á herflugvelli í Cosford við Wolverhampton. Þá hljóp hann á 5:43,0 en á meistaramótinu mun hraðar, eða á 5:38,8 mín. Var fyrrverandi heimsmethafi í greininni, Ron McAndrew, meðal þeirra sem Ágúst sigraði í hlaupinu.

„Það voru allir bestu hindrunarhlauparar Breta meðal keppenda að Dennis Coates undanskildum," sagði Ágúst í viðtali við Morgunblaðið. Búist var við að Andrews sigraði þar sem hann var sagður í mjög góðri æfingu. „Hlaupið gekk þannig fyrir sig að ég hélt mér í miðjum hóp til að byrja með, en þegar um 400 metrar voru eftir af hlaupinu sá ég að Andrews gerði tilraun til þess að hrista hina af sér með því að auka ferðina. Ákvað ég þá að freista þess að fylgja honum eftir og færði mig upp í annað sætið. Um 100 metra frá marki er síðasta hindrunin og var ég rétt á eftir Andrews þegar að henni kom. Mér heppnaðist að fara vel yfir þá hindrun og hljóp síðan sem ég ætti lífið að leysa og tókst að vinna sigur, sem kom ef til vill ekki síst mér sjálfum á óvart." Andrews varð 0,8 úr sekúndu á eftir og þriðji maður á 5:40 mín.

Sjónvarpað var beint frá keppninni og sögðu skólafélagar Ágústs er hann sneri heim um kvöldið að keppnin í hindrunarhlaupinu hefði vakið töluverða athygli sjónvarpsmanna sem áttu þó erfitt með að bera hið íslenska nafn hans fram. Hefði þulurinn fjallað um frammistöðu Andrews og verið búinn að bóka honum sigur þegar „skeggjaði karlinn frá Íslandi skaust fram úr", eins og hann orðaði það.

Hlaup þetta fór fram sömu daga og þorskastríð Íslendinga og Breta á Íslandsmiðum stóðu hvað hæst. Sama dag settist Geir Hallgrímsson forsætisráðherra til viðræðna um lausn fiskveiðideilunnar við breskan starfsbróður sinn, Harold Wilson, í London. Markaði sá fundur upphafið að friði í þeirri deilu.

## Íslands- og ÍR-met í 10 km sett í þriðja sinn í Sovétríkjunum

Nokkrum dögum seinna meiddist Ágúst á æfingu og missti næstum mánuð úr en náði sér á strik með vorinu. Í lok





apríl var hann orðinn góður á ný og bætti Íslandsmetið í 3.000 m hlaupi um fimm sekúndur í 8:17,6 mín. Hann æfði í Bretlandi af miklum krafti ásamt Sigfúsi Jónssyni með Ólympíuleikana sem takmark. Þeir félagar fóru í keppnisferð til Sovétríkjanna ásamt Lilju Guðmundsdóttur og kepptu á miklu móti í Sotsíj við Svartahaf undir forystu Svavars Markússonar, sem enn átti metið í 1.500 metra hlaupi. Sigfús var í hörkuformi og bætti met sitt í 10.000 metrum um 20 sekúndur; var skammt frá því að rjúfa 30 mínútna múrinn, hljóp á 30:10,0 mínútum 12. maí. Mætti ætla að langhlauparar úr ÍR hafi kunnað sérlega vel við sig í Sovétríkjunum því þetta var í þriðja skiptið sem Íslandsmet – og um leið ÍR-met – var sett í 10 km þar í landi. Fyrstur gerði það Kristján Jóhannsson árið 1957 og síðan Sigfús tvisvar, 1974 og 1976.

Eftir þetta ágæta afrek svo snemma sumars áttu flestir von á því að Sigfús myndi bæta met sitt í 5 km hlaupinu og sigrast á 30 mín. múrnum í 10 km. En einhvern veginn náði Sigfús sér ekki á strik það sem eftir lifði sumars og bætti ekki árangur sinn. Ágústi tókst ekki eins vel upp á mótinu, hljóp 1.500 m á 3:50,2 mín. og 3.000 hindrun á 9:15,4 mín. Lilja bætti Íslandsmet sitt í 1.500 m í 4:31,6 mín. og var aðeins 1,6 sek. frá ólympíulágmarki. Því náði hún og gott betur um miðjan júní með því að bæta metið um rúmar fimm sekúndur og hlaupa á 4:26,2 á móti í Svíþjóð.

Þórdís Gísladóttir náði lágmarkinu sem sett hafði verið í hástökki fyrir leikana þegar hún stökk 1,73 m í Norðurlandabikarkeppni kvenna í Finnlandi. Framfarir Þórdísar voru örari en menn

*Bikarlið 1976: Aftari röð frá vinstri: Ágúst Björnsson, Ásgeir Þór Eiríksson, Friðrik Þór Óskarsson, Sigfús Jónsson, Gunnar Páll Jóakimsson, Guðmundur Þórarinsson, Björk Eiríksdóttir, Óskar Thorarensen, Jón Sævar Þórðarson, Sumarliði Óskarsson, Svanbjörg Pálsdóttir, Anna Alfreðsdóttir, Haukur Clausen. Fremri röð frá vinstri: Hafsteinn Óskarsson, Ágúst Ásgeirsson, Lilja Guðmundsdóttir, Ingunn Einarsdóttir, Þórdís Gísladóttir.*

þekktu til. Aðeins tveimur árum eftir að hún hóf æfingar náði hún ólympíulágmarki, 15 ára gömul. Þótt Sigfús virtist eiga mikið inni náði hann ekki að bæta tíma sinn til að hljóta náð fyrir augum Ólympíunefndar Íslands.

Sigfús var í hörkuæfingu þetta ár en var óheppinn með mót. FRÍ sendi þá Ágúst til keppni í Papendal við Arnhem í Hollandi í byrjun júní þar sem reynt skyldi við lágmörk. Ágúst tryggði sér farseðil til Montreal með því að hlaupa á 3:45,8 mínútum og bæta 16 ára gamalt Íslandsmet Svavars Markússonar sem var 3:47,1 mín. Tæpast var mönnum bjóðandi að hlaupa 10 km í hitabylgjunni sem var í Hollandi og tilraun Sigfúsar því fyrirfram vonlítil. Önnur tilraun síðar í Englandi misheppnaðist þar sem hann fékk enga keppni.

*Óskar Jakobsson keppti á Ólympíuleikunum 1976 í spjótkasti og á ÓL 1980 í kringlukasti og kúluvarpi, þar sem hann komst í úrslit. Hann náði lágmarki á ÓL 1984 í kúluvarpi en meiddist rétt fyrir leikana.*

Tillaga stjórnar FRÍ til ólympíunefndar um að hann yrði valinn þrátt fyrir það til keppni í Montreal náði ekki fram að ganga. Var það einkennilegt því nefndin valdi nokkra aðra til fararinnar sem ekki voru með lágmörk. Aðstæður í Montreal voru heppilegar til langhlaupa, sólin náði vart niður á yfirbyggðan völlinn og hitastig að staðaldri bærilegt, rétt rúmar 20 gráður. Því er ekki ólíklegt miðað við æfingu Sigfúsar að Íslandsmetið í 10 km hefði fallið þar og hann því leikið sama leik og Kristján Jóhannsson í Helsinki tæpum aldarfjórðungi áður. Í stað Zatopeks var annar risi á ferð, Lasse Viren frá Finnlandi.

## Lilja og Ágúst settu daglega met fjóra keppnisdaga í röð í Montreal

Fjórir ÍR-ingar völdust til keppni í Montreal. Lilja, Þórdís, Ágúst og Óskar Jakobsson. Fimmti ÍR-ingurinn var í hópnum, Guðmundur Þórarinsson sem var þjálfari íslenska hópsins. Lilja keppti í 800 og 1.500 m hlaupum og setti Íslandsmet í báðum, hljóp á 2:07,26 mín. í 800 og 1.500 á 4:20,27 mín. Gömlu metin átti hún sjálf. Ágúst setti einnig Íslandsmet í báðum sínum greinum. Hljóp 1.500 m á 3:45,47 og bætti eigið met um nokkur brot og sló met Kristleifs Guðbjörnssonar í 3.000 m hindrunarhlaupi um hálfa þriðju sekúndu, hljóp á 8:53,95 mín. Lilja og Ágúst settu metin fjóra keppnisdaga í röð og var Lilja fyrri til. Varð Ágúst því síðastur Íslendinga til að setja Íslandsmet í frjálsíþróttakeppni Ólympíuleikanna í 20 ár eða fram á leikana í Atlanta 1996. Óskar Jakobsson keppti í spjótkasti og kastaði 72,78 m. Hann hafði í byrjun júní bætt eigið met um sex sentimetra og kastað 75,86 metra á móti í Vesterås í Svíþjóð. Þar með hafði hann á tveimur árum bætt met Jóels Sigurðssonar um 8,81 m. Þórdís, sem var yngsti keppandinn í frjálsíþróttum á leikunum í Montreal og næstyngst allra keppenda á þeim, varð fyrir því að fella byrjunarhæðina í hástökki, 1,70 m. Ingunn Einarsdóttir var ekki valin til keppni á leikunum en hún setti á annan tug Íslandsmeta þetta sumar og árangur hennar í 100 m grindahlaupi – 13,9 sek. – var með því besta sem gerðist á Norðurlöndunum. Þegar Lilja setti Íslandsmet í 3.000 m um haustið áttu þær Ingunn öll Íslandsmet í landskeppnisgreinum í hlaupum.

Kalottkeppnin fór fram á Íslandi í fyrsta sinn og var stór hluti liðsins úr ÍR eða tugur keppenda. Fimm þeirra komust á verðlaunapall, Ingunn, Lilja, Þórdís, Ágúst og Sigfús, þar af þær tvær fyrstnefndu á efsta þrep. Í landskeppninni við Íra og Skota í Edinborg í ágústlok unnu tveir ÍR-ingar sigur. Ágúst vann hindrunarhlaupið á 9:04,0 mín. og Friðrik Þór langstökkið með 6,93 m. Fimmta árið í röð vann ÍR svo Bikarkeppni FRÍ og jafnaði þar með við KR-inga sem unnu mótið fyrstu fimm árin sem það fór fram. Eftir það setti ÍR met árlega því félagið vann keppnina ellefu ár í röð til viðbótar.





## Lilja meistari í mörgum löndum

Eftir tvö mögur ár í víðavangshlaupi Íslands vann ÍR þriggja, fimm og 10 manna sveitakeppni karla. Gunnar Páll Jóakimsson varð í öðru sæti og Ágúst Ásgeirsson þriðji og Hafsteinn Óskarsson vann drengjaflokkinn. Lilja Guðmundsdóttir dvaldist nú í Svíþjóð við æfingar og keppni en þar ílentist hún og stofnaði um síðir fjölskyldu. Hún hélt lengi tryggð við ÍR og kom heim ár hvert til keppni. Hún byrjaði árið vel, vann þau glæsilegu afrek að verða bæði finnskur meistari og norskur innanhúss á einni viku í lok febrúar. „Ég var nú alls ekki bjartsýn á góðan árangur fyrir mótið, því mér hefur aldrei gengið vel innanhúss. Þá ákvað ég ekki nema með þriggja daga fyrirvara að taka þátt í þessu móti og hafði tekið erfiðar æfingar eiginlega of nálægt mótinu til að gera mér stórar vonir. En ég er að sjálfsögðu ánægð með að hafa unnið, og er ég þó ánægðari með tímann og að hafa bætt Íslandsmetið um 7,8 sekúndur því þetta bendir allt til þess að sumarið verði betra en áður hefur verið.“ Þannig mælti Lilja í samtali við bókarhöfund sem blaðamann á Morgunblaðinu eftir norska innanhússmeistaramótið sem fram fór í Ekebergshallen í Ósló. Tíminn, 2:09,9 mínútur, var aðeins 2,6 sekúndum lakari en hún náði á Ólympíuleikunum í Montreal sumarið áður.

Þótt hlaupið legðist vel í Lilju leit hún brautina hálfgerðu hornauga eftir að hún komst að því að hún var aðeins 165 metra löng en ekki 200 eins og hún hafði búist við. Um keppnina og hlaupið sagði Lilja annars: „Við vorum sjö sem hlupum þetta hlaup, þar á meðal stelpa sem á 2:04 utanhúss. Ég tók forystu í hlaupinu strax í startinu og fann að hinar vildu ekki leiða hlaupið. Ég varð því að hlaupa alveg upp á eigin spýtur en fann þó alltaf að mér var fylgt eftir. Mér fannst ég hlaupa létt og vel. Þegar svo 20–30 metrar voru eftir í markið þá kemur ein norsk upp að hliðinni á mér. Einhvern veginn tókst mér þó að bæta við því í markinu var ég aðeins á undan. Fékk ég 2:09,9 en sú er varð önnur fékk 2:10,0. Ég get ekki sagt annað en ég hafi orðið hissa. Bæði átti ég ekki von á að sigra og ekki hvarflaði að mér að ég gæti náð þessum tíma í 800 metrum á þessum árstíma. Ég hef þó trú á því að ég geti gert betur en þetta og ef allt gengur vel ætti næsta sumar að verða mjög gott,“ sagði Lilja.

Hún gerði það ekki endasleppt því tæpri viku seinna var hún mætt til leiks á finnska meistaramótinu í Åbo. Sigraði einnig í 800 metrunum þar og varð þriðja í 1.500 metra hlaupi. Bætti metið frá Noregi og hljóp á 2:09,72 mínútum.

„Ekki gekk ég sigurviss til leiks í Åbo því ég vissi að finnskar stúlkur voru betri en norskar. Ég var bara hörð og ákveðin í að reyna allt hvað ég gæti og bæta tímann frá í Noregi því ég þóttist hafa engu að tapa en allt að vinna. Í stuttu máli gekk hlaupið svipað fyrir

*Lilja Guðmundsdóttir átti glæsilegan feril sem millivegalengdahlaupari á áttunda áratugnum. Ljósm.: Friðrik Þór Óskarsson.*

sig og í Noregi. Ég tók strax forystu og hljóp vel, því fyrstu 400 metrarnir voru á 62,5 sek. án þess að ég fyndi nokkuð fyrir því. Mér fannst ég vera létt og hélt áfram að pressa þær sem fylgdu eins og ég gat. Það var því engin eftir þegar 600 metrar voru búnir. Þá var ég laus frá þeim sem fylgdu eftir og í markinu skildu um 6 metrar. Það var skemmtilegt að ná betri tíma en í Noregi, en verst var að vita ekki að vallarmetið var ekki nema ½ sekúndu betra en ég náði, þ.e. 2:09,2 mín. Við vorum 10 í hlaupinu í Finnlandi og sú sem varð önnur hljóp á 2:10,6 en á best utanhúss um 2:05 mín. Ég hef að vísu sigrað hana áður í Kalottkeppnunum en hún heitir Aila Wirkberg. Hún kvartaði um eftir hlaupið að byrjunarhraði minn hefði sprengt hana."

Daginn eftir keppti Lilja í 1.500 metrum og slóst við tvær finnskar stúlkur um sigurinn. „Það var hörkukeppni en ég hafði þó ekki við þeim tveimur fyrstu. Ég er þó mjög ánægð með tímann því ég var þreytt eftir fyrri daginn." Hún tók forystu um miðbik hlaupsins og freistaði þess að hrista keppinautana af sér en missti tvo þeirra fram úr sér á lokahringnum. Hafði sett markið á 4:30 mínútur en gerði gott betur, hljóp á 4:27,38 mínútum. Íslandsmetið steinlá, var 4:57 mín.

Að sigra á meistaramótum Noregs og Finnlands er ekki lítið afrek þegar haft er í huga að almennt eru frjálsíþróttir á hærra stigi í þessum löndum en á Íslandi. Telja verður líklegt að Lilja hefði einnig getað orðið sænskur meistari í 800 metrum, hefði keppni á vegalengdinni ekki fallið niður vegna dræmra skráninga í mótið því að finnskar og norskar stúlkur voru talsvert sterkari en sænskar í millivegalengdahlaupum. Þegar upp var staðið hafði Lilja náð öðrum besta tíma á Norðurlöndum í 800 m.

## ÍR fyrst íslenskra félaga til að keppa í Evrópukeppni í víðavangshlaupum

ÍR-ingar brutu eina ferðina enn blað í sögu frjálsíþrótta er þeir tóku fyrstir íslenskra félaga þátt í Evrópukeppni félagsliða í víðavangshlaupum. Mótið fór fram í Palencia á Spáni og greiddu mótshaldarar ferðir og uppihald að mestu. Fyrir ÍR kepptu í þessu hlaupi Sigfús, Ágúst, Gunnar Páll og Hafsteinn. Sigfús varð fremstur þeirra félaga, í 49. sæti, Ágúst 62., Hafsteinn í 67. og Gunnar Páll í 68. ÍR-sveitin varð í 16. sæti í liðakeppninni en lið frá 17 löndum tóku þátt.

Á þessu ári hrinti Ágúst, sem nýkjörinn formaður frjálsíþróttadeildarinnar, af stað útgáfu blaðs deildarinnar er hlaut nafnið Þess skal getið sem gert er. Það heiti hafði verið notað á stöku dreifibréfi deildarinnar áður. Kom blaðið út tvisvar þetta ár og síðan reglulega um árabil og stöku sinnum eftir það.

Utanhússtímabilið var vart hafið er ÍR-ingar fóru að láta til sín taka. Ingunn Einarsdóttir varð fyrst íslenskra kvenna til að hlaupa 100 m á innan við 12 sek. er hún rann skeiðið á 11,8 sek. á Vormóti HSK á Selfossi í lok maí. Í lok maí setti Lilja Guðmundsdóttir Íslandsmet í 1.500 metra hlaupi og fór í fyrsta sinn undir 4:20 mínútur. „Jú ég er ánægð með þetta hlaup og að hafa farið undir 4:20. Ég var ekki alltof bjartsýn fyrir hlaupið því ég hef átt við smámeiðsl að stríða og verið í meðhöndlun vegna þeirra. En ég fékk góða keppni og var dregin vel áfram, og nú er ég bjartsýn á að hlaupa undir 4:15 í sumar." Þannig mælti Lilja við bókarhöfund í samtali við Morgunblaðið. Hún hljóp á 4:19,3 mínútum í Kil við Karlstad og bætti metið sem hún setti á Ólympíuleikunum í Montreal árið áður um eina sekúndu. Tíma þennan átti Lilja ekki eftir að bæta og 30 árum seinna er það enn næstbesti árangur Íslendings frá upphafi.

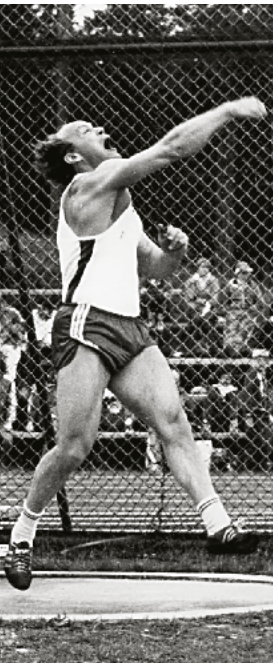
Á mótinu vann Gunnar Páll sinn riðil 800 metra hlaupsins á 1:53,9 mín., sem var persónulegt met. Leiddi hann hlaupið frá upphafi til enda. Á miklu frjálsíþróttamóti í Ostrava í Tékkóslóvakíu snemma í júní hljóp Ágúst 1.500 metra á 3:47,9 mín. Var það þá þriðji besti tími hans. Í Bratislava þremur dögum seinna bætti Ágúst sig í 800 metra hlaupi um 1,8 sekúndur með því að hlaupa á 1:51,7 mín. Þremur dögum seinna var hann svo innan við sekúndu frá Íslandsmeti sínu í 1.500 frá í Montreal er hann hljóp á 3:46,35 mín. og varð fjórði á Junispelen í Stokkhólmi. Hann hljóp svo viku seinna á 3:48,3 á móti í Vesterås.

## Erlendur maður landskeppninnar

Íslendingar lögðu Dani að velli í kastlandskeppni karla og unglinga á Laugardalsvellinum viku af júní. Gerðu þeir sér lítið fyrir og unnu allar greinarnar fjórar í karlaflokki. Þrjár þeirra unnu Erlendur Valdimarsson og Óskar Jakobsson sem vann spjótið með 72,08 kasti án þess þó að nýta atrennuna. Dönum var bókaður sigur í sleggjukasti, en Erlendur var jafnan maður fyrir sínu og lét sig aldrei baráttulaust. Hann hafði betur allt frá upphafi til enda og kastaði meira en þremur metrum lengra en betri Daninn, 56,72 var besta kast Erlends. Þessi var óvæntasti sigurinn í landskeppninni og gáfu fjölmiðlar Erlendi einkunnina „maður mótsins".

Evrópubikarkeppni karla og kvenna fór samtímis fram í Søllerød við Kaupmannahöfn í júní. Íslenska kvennalandsliðið varð í þriðja sæti – á eftir norsku stúlkunum og þeim portúgölsku en á undan hinum grísku. Með því tryggði liðið sér rétt til þátttöku í næstu umferð keppninnar í Dublin þar sem andstæðingar þeirra voru m.a. austur-þýska landsliðið sem skipst hafði á við það rússneska að sigra í þessari keppni fram að þessu.

Ingunn Einarsdóttir, Lilja Guðmundsdóttir og Þórdís Gísladóttir áttu einna stærstan þátt í að íslenska liðið komst áfram. Þær stóðu sig frábærlega og settu allar Íslandsmet, Lilja í 800 m, Þórdís í hástökki og Ingunn í 400 m



*Erlendur Valdimarsson í kringlukasti. Hann var fjölhæfur íþróttamaður og átti lengi Íslandsmet í kringlukasti, sleggjukasti og á enn met í lóðkasti.*

en auk þess jafnaði hún met sitt í 100 m og var í báðum boðhlaupssveitum Íslands sem settu sitt metið hvor.

Álagið á Ingunni í keppninni var mikið og áframhaldandi þátttaka í keppninni fyrst og fremst henni að þakka því þrátt fyrir meiðsli fór hún í 4 x 400 metra boðhlaupið þar sem sigur vannst yfir grísku stúlkunum. Ingunn vann tvenn gullverðlaun, í 100 m grindahlaupi á 14,38 sek. og í 400 m á nýju Íslandsmeti 55,3 sek. Hún varð síðan önnur í 100 m á 11,8 sek. – tókst ekki vel upp í startinu og gaf þá eftir en dró keppinautana síðan uppi og tapaði á sjónarmun. Hún varð einnig önnur í 200 m á 25,22 sek.

## „Í fyrsta skipti sem ég hef grátið af kvölum“

„Þetta er í fyrsta skipti sem ég hef grátið í 200 metra hlaupi,“ sagði Ingunn við Morgunblaðið eftir það hlaup. Fáeinum mínútum áður hafði hún sigrað í 100 m grindahlaupi og tognaði þá lítilsháttar í nára, svo hún var stórkvalin í 200 m, þó að hún næði þar öðru sæti. „Jú, jú, ég er hæstánægð með árangurinn hingað til,“ bætti Ingunn við. „Þrjú met í gær eða það er að segja jöfnun í 100 m með 11,8 þar sem ekki var rafmagnsklukkutaka, met í 400 metrunum og met í boðhlaupinu, svo maður getur ekki kvartað. En þetta er heldur mikið álag, svo að núna eftir 200 metrana er ég alveg búin og treysti mér ekki í boðhlaupið, eins og ég er í náranum núna. En maður á víst aldrei að segja aldrei, ætli maður sjái ekki til hvernig þessu reiðir af og hvernig stigakeppnin þróast,“ sagði Ingunn. Og nokkru síðar hljóp hún sprettinn sinn í 4 x 400 m boðhlaupinu þar sem þær urðu á undan grísku stúlkunum.

Lilja sigraði með glæsibrag í vel útfærðu 800 m hlaupi á nýju Íslandsmeti, 2:06,2 mín. Hún varð síðan önnur í 1.500 m. Hún átti 800 metra hlaupið frá upphafi, tók forystu strax og var orðin 30 metrum á undan þeim næstu eftir 300 metra og hélt góðu forskoti alla leið í mark og bætti Íslandsmet sitt um sekúndu, eða úr 2:07,3 mínútum í 2:06,2 mín. Norsk stúlka varð önnur á 2:08,3 mín. Þórdís átti við ramman reip að draga í hástökkskeppninni en náði öðru sæti. Íslandsmetið varð einnig að láta undan síga er hún stökk 1,76 m. Var mikil spenna meðan Þórdís stökk því það stóð og féll með árangri hennar hvort íslenska kvennaliðið kæmist áfram í næstu umferð keppninnar, að hún næði öðru sætinu. Þórdís brást ekki vonum, sýndi sína annáluðu keppnishörku í þetta sinn sem oftar, krækti óvænt í annað sætið í mótslok og gulltryggði liðinu sæti í milliriðil Evrópubikarsins.

## „Er að læra á gervibrautir“

Í karlakeppninni voru yfirburðir Erlends slíkir í kringlukasti, sem hann vann með 57,16 m, að öll gild köst hans voru lengri en köst næsta manns, Danans Hedegård. Erlendur varð svo þriðji í sleggjukasti með 57,70 m. Óskar Jakobsson vann spjótkastið





með 74,74 m og þar varð Dani einnig annar. Sigfús Jónsson komst á verðlaunapall í 10 km, varð í þriðja sæti á 31:15.7 mín. Hann lét eiga sig að fylgja Íra og Portúgala sem fóru greitt í byrjun. Daninn reyndi það hins vegar en varð að sleppa þeim frá sér og varð brátt mjög þungur. Það sá Sigfús, fór fram úr honum og bætti við sig ferðina svo Dananum tókst ekki að fylgja honum eftir. Var þetta í fyrsta sinn í rúman áratug að íslenskur langhlaupari leggur danskan í landskeppni fullorðinna.

Friðrik Þór varð þriðji í þrístökki með 15,30 m og annar í langstökki með 7,37 m. „Þetta er í fyrsta skipti sem ég stekk 7 metra á gervibraut. Það gerði gæfumuninn að ég er búinn að vera hér úti í Kaupmannahöfn í hálfan mánuð og æfa sérstaklega á svona brautum, svo að maður er að læra á hana,“ sagði Friðrik um stökk sitt. Setti hann persónulegt met. Var þó óheppinn að stökkva ekki lengra en hann gerði tvö fyrstu stökkin ógild. Hið fyrra var upp á 7,50 en hann fór hárfínt fram yfir á plankanum og með naumindum að merki um það sæist. Hann nældi í annað sætið í næstsíðasta stökki með 7,37 en helsti keppinautur hans frá Írlandi stökk 7,36 í sömu umferð. „Það er mikill munur að stökkva á þessum tartanbrautum þegar maður er kominn upp á lag með það. Maður nær miklu meiri hraða í atrennunni en síðan er bara að kunna að nýta sér það og það er að koma núna hjá mér,“ sagði Friðrik.

Hann hafði ekki keppt í þrístökki í rúmt ár eftir að hafa meiðst í hásin í þrístökki vorið 1976. Eftir langstökkið í Søllerød reyndi hann að stökkva þrístökk og fór vel yfir 14 m. Hann afréð að taka þátt í þrístökkinu seinni daginn – eftir miklar tilfæringar. Sérstakur hæll var settur í skóinn og fóturinn reifaður. Í fyrsta stökki fór Friðrik 14,70 án þess að taka á og setti því fullan kraft í annað stökkið. Eitthvað varð undan að láta og þegar hann lenti eftir uppstökkið logverkjaði hann í fótinn svo hann veinaði af sársauka. En stökkinu lauk Friðrik og það mældist 15,30 m. Fleiri urðu stökkin ekki og varð nokkur bið á að hann keppti aftur í þrístökki. Var þetta næstlengsta stökk Friðriks Þórs til þessa í þrístökki þótt ekki fengist það viðurkennt vegna meðvinds.

Í Kalottkeppninni voru ÍR-ingar sigursælir. Ingunn vann þrjá sigra, í 100 m, 400 m og í 100 m grindahlaupi, og var í öðru sæti í 200 m. Friðrik Þór sigraði í langstökki eftir harða keppni við hinn þekkta finnska þrístökkvara Pentti Kuukasjärvi en þeir höfðu háð marga harða keppni í gegnum árin. Lilja vann 1.500 m á 4:29,0 mín. og var önnur í 800 m. Óskar Jakobsson vann góðan sigur í spjótkasti á hinum þekkta sænska spjótkastara Leif Lundmark, kastaði 76,32 m. Óskar varð í þriðja sæti í kringlukastskeppninni. Í 800 m var Gunnar Páll Jóakimsson í öðru sæti á 1:51,9 mín. Þórdís Gísladóttir vann sigur í hástökki með 1,75 m.

## Stefán Þór slær í gegn aðeins 14 ára að aldri

Árangur ÍR-inga á MÍ var mjög góður. Athygli vakti öruggur sigur Þorvaldar Þórssonar í 110 m grindahlaupi á 14,9 sek. og sigur Gunnars Páls Jóakimssonar í 800 m eftir hörkubaráttu við Jón Diðriksson. En senunni stal 14 ára ÍR-ingur, Stefán Þór Stefánsson, sem stökk 1,90 metra. Aðeins 14 ára gamall gerði hann sér lítið fyrir og sigraði í hástökkinu þótt margir reyndir kappar væru meðal keppenda. Uppskera ÍR-inga á mótinu var glæsileg því þeir unnu 15 Íslandsmeistaratitla. Þar af vann Ingunn fjóra.

*Fyrstu þrír í hástökki á Meistaramóti Íslands 1977: Í fyrsta sæti varð Stefán Þór Stefánsson sem stökk 1,90 metra og setti piltamet aðeins 14 ára gamall. Annar varð Þráinn Hafsteinsson, HSK og þriðji Guðmundur Rúnar Guðmundsson, FH.*

Yfirburðasigur vannst í Bikarkeppni FRÍ. Setti ÍR stigamet, hlaut 160,5 stig. Hjálpaðist allt að til að gera sigurinn svo stóran. Margir komu skemmtilega á óvart. Til dæmis fylgdi 12 ára gömul hnáta, Bryndís Hólm, óhikað þeim bestu eftir í 1.500 m og varð þriðja. Ingunn var atkvæðamikil og sigraði í fjórum greinum. Sigurvegari í kringlukasti var ÍR-ingur, Hulda Halldórsdóttir. Hulda var nýtt nafn í frjálsíþróttum, geysikröftug stúlka og setti hún ÍR-met á árinu í kúluvarpi og kringlukasti. Var langt síðan ÍR hafði átt frambærilegan kúluvarpara í kvennaflokki, en Björk Eiríksdóttir og Svanbjörg Pálsdóttir höfðu jafnan staðið sig vel í spjótkasti.

Þórdís Gísladóttir var valin til keppni í Evrópumeistaramóti unglinga í Donetsk í Sovétríkjunum. Komst hún í úrslitakeppnina og varð þar í 14. sæti með 1,70 m. Stefán Þór Stefánsson keppti á Kalle Anka-leikunum í Svíþjóð og sló í gegn. Sigraði í hástökki, stökk 1,90 m og setti nýtt leikjamet. Hann varð annar í 100 m grindahlaupi á 14,9 sek. en hafði hlaupið á 14,7 sek. í undanrásum.

## Glæsilegum ferli Ingunnar lýkur óvænt

Þrír ÍR-ingar, Sigfús Jónsson, Ágúst Ásgeirsson og Hafsteinn Óskarsson, voru í landsliði Íslands sem árið 1978 tók í fyrsta sinn þátt í heimsmeistarakeppni í víðavangshlaupum en mótið fór fram í Glasgow í Skotlandi. Ingunn Einarsdóttir var sterk á innanhússmótunum veturinn 1977–78. Setti Íslandsmet í langstökki, 5,80 m, sem var lengra en utanhússmetið og varð þrefaldur Íslandsmeistari. Var hún ásamt Lilju Guðmundsdóttur valin til keppni á Evrópumeistaramótinu innanhúss á Ítalíu. Þar voru þær nokkuð frá sínu besta, en eftir mótið fór Ingunn í æfingabúðir í Formia á Suður-Ítalíu ásamt Jóni Sævari Þórðarsyni og fleirum til að undirbúa sig sem best fyrir keppnistímabilið.

Það var því mikið áfall þegar Ingunn fann þar fyrir meiðslum sem reyndust vera brjósklos í baki. Varð hún að gangast undir uppskurð um sumarið. Með því lauk eiginlega glæsilegum keppnisferli hennar en Ingunn reyndist mikill félagi og drjúgur liðsmaður alla tíð eftir að hún fluttist til Reykjavíkur frá Akureyri.

Óskar Jakobsson hélt áfram að bæta sinn árangur og kastaði hann kringlunni í fyrsta sinn yfir 60 m og það vel eða 62,64 m á Reykjavíkurleikunum. Hann bætti sig einnig stöðugt í kúluvarpi 1978, varpaði 18,73 m. Hann vakti mikla athygli er hann setti snemma árs 1978 Íslandsmet í hástökki án atrennu. Stökk 1,76 m og bætti hin frægu met Vilhjálms Einarssonar og Jóns Þ. Ólafssonar frá 1961 og 1962 um einn sentimetra. Óskar var og tekinn að ógna veldi Erlends Valdimarssonar. Og gott betur því hann var farinn að leggja hann að velli í keppni. Met Erlends stóð þó traustum fótum áfram.

## Óskar náði fjórða besta árangri í heiminum – en utan keppni

Óskar var geysiöflugur á mótum sumarsins 1978 og sigraði m.a. kappa eins og Tékkann Ludvik Danek, fyrrverandi heimsmethafa í kringlukasti og ólympíumeistara 1972, og Norðmanninn fræga, Knut Hjeltnes. Danek lagði hann í móti á heimavelli Tékkans í Prag nokkrum dögum fyrir Evrópumeistaramótið. Á móti á Laugardalsvelli um miðjan ágúst náði Óskar fjórða lengsta kringlukasti í heiminum það sumar. Gallinn var bara sá að það var aukakast eftir keppni við Bandaríkjamanninn Mac Wilkins sem hér freistaði þess að setja heimsmet.

Wilkins kastaði 70,02 metra á Laugardalsvelli sem var besti heimsárangurinn. Óskar varð annar með 61,52. Hann tók svo nokkur aukaköst að keppni lokinni og í einu þeirra flaug kringlan lengra en nokkru sinni áður hjá honum. Kastið mældist 66½ metri. Hefði það verið í keppni var um fjórða besta árangur í kringlukasti í heiminum að ræða. Sannarlega góður árangur sem sýndi hvað í Óskari bjó. Við Morgunblaðið vildi hann þó ekki miklast af afrekinu og benti á að vindurinn hefði fleytt kringlunni vel.

Wilkins leist vel á Óskar og sagði hann stórkostlegt efni. „Eitt það mesta sem ég hef komist í kynni við. Að vísu skortir hann tækni. Óskar á hæglega að geta kastað 68–69 metra í framtíðinni með einbeitni við æfingar og samviskusemi," sagði hinn knái gestur í viðtali.

Hápunkti náði Óskar á Evrópumeistaramótinu í Prag í byrjun september. „Ég verð að vera bjartsýnn á að komast í aðalkeppnina, en til þess þarf ég að kasta 61 metra. Ég óttast mest að það verði rigning, en þá gengur mér yfirleitt illa. Þá mega taugarnar ekki gefa sig, en þetta er mitt fyrsta

stórmót erlendis í kringlukasti og það má lítið út af bera í þessum þremur köstum sem maður fær í undankeppninni," sagði Óskar daginn fyrir keppni við blaðamann Morgunblaðsins sem viðstaddur var mótið. Áhyggjur hans af veðráttunni reyndust ástæðulausar og hann stóð fyrir sínu. Kastaði 60,96 m og komst í úrslit. Í lokakeppninni varð hann svo ellefti með 59,44 m. Með því uppfyllti hann þær vonir sem við hann voru bundnar á EM. Þar gerðist það í fyrsta skipti í 28 ár að tveir Íslendingar komust í úrslit. Óskar var að margra áliti maður framtíðarinnar í köstunum og þótti gott hjá honum að komast í úrslitakeppnina á fyrsta stórmótinu í kringlukasti.

Sá ánægjulegi atburður gerðist að Erlendur Valdimarsson gekk aftur í ÍR eftir þriggja ára dvöl í öðrum félögum. Taldi hann sig þar eiga helst eiga heima og í raun best að vera. Hann kom seint upp um sumarið en var aðeins 12 cm frá lágmarki fyrir EM. Skömmu síðar flaug kringlan langt yfir það lágmark eða 61,50 m. Aftur var háð kastlandskeppni við Dani en Ísland sigraði í þeirri keppni. Erlendur og Óskar stóðu sig með ágætum og unnu tvöfaldan sigur í kringlukastinu.

Í Kalottkeppninni átti ÍR níu keppendur. Óskar sigraði með yfirburðum í kringlukasti og varð þriðji í kúluvarpi og sleggjukasti. Lilja sigraði tvöfalt, bæði í 800 m og 1.500 m. Friðrik Þór náði stóru stökki í þrístökkinu, 15,70 m, en var óheppinn því vindur var rétt yfir leyfilegum mörkum, eða 2,1 m/s. Var þetta lengsta stökk Friðriks nokkru sinni og aðeins metra frá frægu Íslandsmeti Vilhjálms Einarssonar. Dugði stökkið þó aðeins til annars sætis. Hann varð einnig annar í langstökki og var í sigursveit Íslands í 4 x 100 m boðhlaupi. Sigfús varð þriðji í 10 km og var það í þriðja sinn sem hann kemst á pall í Kalottkeppninni en enginn annar Íslendingur hefur komist á verðlaunapall í mótinu í 5 km og 10 km. Gunnar Páll Jóakimsson varð í öðru sæti í 800 m á 1:51,3 mín. og var í sigursveit Íslands í 4 x 400 m boðhlaupi. María Guðjohnsen komst tvisvar á pall, varð önnur í 100 m grindahlaupi og þriðja í langstökki.

Gunnar Páll bætti sig heilmikið í sinni aðalgrein þetta sumar, 800 m hlaupi. Var hann aðeins sekúndubroti frá Íslandsmeti í hlaupi í Þýskalandi í júlí en meiddist síðan. Þá stórbætti Hafsteinn Óskarsson árangur sinn, hljóp á 1:54,40 mín., tveimur dögum eftir að hafa hlaupið erfitt hindrunarhlaup í sinni fyrstu landskeppni, í Kalott. Sigfús Jónsson keppti á árinu í fyrsta sinn í maraþonhlaupi og stórbætti Íslandsmetið, hljóp á 2:38.19 klst. í Windsor í Englandi.

ÍR vann 1978 sigur í Bikarkeppni FRÍ sjöunda árið í röð. Vegna fjarveru Ingunnar óttuðust sumir að kvennaliðið væri ekki nógu sterkt til að sigur ynnist í keppninni. Sá ótti reyndist ástæðulaus. Þórdís og Lilja unnu sigur í tveimur greinum hvor og Hulda Halldórsdóttir og Björk Eiríksdóttir sína hvor og þar sem karlaliðið var mjög sterkt var sigur ÍR í keppninni aldrei í hættu. Sá ljóður var á verðlaunaafhendingunni í mótslok að FRÍ varð að fá að láni bikar sem ÍR hafði unnið til eignar árið áður og afhenda hann. Hafði sambandinu láðst að útvega nýjan bikar til keppninnar. Um haustið ákvað Óskar Jakobsson að taka boði frá háskólanum í Austin í Texas um skólavist eftir að hafa fengið boð frá fleiri skólum í Bandaríkjunum. Átti hann enn eftir að eflast sem keppnismaður, aðallega í kúluvarpi og kringlukasti. Fór svo um síðir að Óskar settist að í Bandaríkjunum.

Langt var síðan spretthlaupari í ÍR hafði látið verulega að sér kveða. Það voru því góðar fréttir þegar Guðlaugur Þorsteinsson jafnaði Íslandsmetið í 50 m í Baldurshaga undir stúku Laugardalsvallar, 5,7 sek. í desember, og var það nýtt met unglinga. Þetta haust hóf finnskur hlaupari, Mikko Häme, nám í íslensku við Háskóla Íslands. Hann gekk í ÍR og var jafnan í fremstu röð í víðavangshlaupum. Var karlasveit ÍR í víðavangshlaupum ósigrandi í öllum hlaupum á þessum árum. Þannig vann félagið til dæmis 3, 5 og 10 manna sveitakeppni í karlaflokki víðavangshlaups Íslands 1979.

## Lilja bætir sænskum titlum í safnið

Lilja Guðmundsdóttir varð ekki einungis norskur og finnskur meistari í hlaupum innanhúss árið 1977. Hún bætti sænskum titlum í safnið með sigri í 800 og 1.500 metra hlaupum á sænska meistaramótinu í lok janúar 1979 í Skandinaviumhöllinni í Gautaborg. Með því hafði hún orðið meistari í fjórum löndum, Íslandi, Noregi, Finnlandi og Svíþjóð, og er það líkast til einsdæmi. „Ég er mjög ánægð með þennan árangur, ekki síst með að verða tvöfaldur sænskur meistari," sagði Lilja í viðtali við bókarhöfund eftir mótið.

Lilja sigraði fyrst í 1.500 m hlaupinu sem háð var á laugardeginum. „Landsliðskonan Katarina Jönnö leiddi í byrjun og fór frekar hægt. Ég tók forystu eftir að hlaupið var hálfnað en þegar um 400 metrar voru eftir skaust önnur landsliðskona, Liz Hjalmarsson, fram úr. En ég spretti fram úr henni fljótt aftur og börðumst við harðri baráttu um sigurinn á síðustu 300 metrum hlaupsins. Ég hlaut 4:30,2 mínútur en Liz 4:30,5. Og verð ég að segja að ég er mjög ánægð með tímann því hlaupið var hægt af stað," sagði Lilja. Daginn eftir fór svo 800 metra hlaupið fram. Um það sagði hún: „Ég tók forystu strax í upphafi hlaupsins og varð aldrei vör við keppinauta mína."

Í lok apríl fór fram nýstárlegt hlaup á vegum frjálsíþróttadeildarinnar, sólarhringsboðhlaup ÍR. Hlupu ÍR-ingar boðhlaup í 24 tíma stanslaust og reyndu að leggja að baki sem flesta kílómetra. Tóku 79 manns þátt í hlaupinu og hlupu samtals 424.511 km. Veður var

*Friðrik Þór Óskarsson í langstökki á Laugardalsvelli. Friðrik var fjölhæfur íþróttamaður og einn besti stökkvari landsins frá 1967 til 1992. Hann keppti í Bikarkeppni FRÍ í 25 ár samfellt og sigraði oftast í sínum greinum, þrístökki og langstökki.*

gott en jörð varð alhvít um nóttina en fölin hvarf svo um morguninn. Fyrir hlaupið var safnað áheitum og voru undirtektir ágætar, m.a. var knúið dyra í húsum í Breiðholti. Innheimta gekk þó aftur á móti ekki eins vel. Tekjur voru samt þó nokkrar og þessi viðburður skemmtileg tilbreyting í starfinu.

Fimm ÍR-ingar kepptu í Evrópubikarkeppni karla í Lúxemborg sumarið 1979. Óskar Jakobsson sigraði í tveimur greinum, spjótkasti með 72,36 m og í kringlukasti með 58,54 m. Friðrik Þór Óskarsson stóð sig einnig mjög vel, sigraði í þrístökki með 15,29 m og var annar í langstökki með 7,33 m. Þetta var mjög gott sumar hjá Þórdísi Gísladóttur. Í Evrópubikarkeppni kvenna jafnaði hún met sitt sem var 1,76 m og á Reykjavíkurleikunum stuttu seinna bætti hún metið í 1,78 m. Þórdís keppti á Evrópumeistaramóti unglinga í Bydgoszcz í Póllandi. Stökk 1,78 m í undankeppninni og komst í úrslit en þar varð hún í 13. sæti með 1,75 m.

Í Kalottkeppninni í Bodø í Noregi kepptu sex ÍR-ingar og sigruðu í fjórum greinum. Óskar Jakobsson og Erlendur Valdimarsson urðu í tveimur fyrstu sætunum í kringlukasti með 56,08 m og 55,10 m. Óskar varð annar í kúluvarpi með 18,41 m. Erlendur vann sleggjukastið með 57,84 m. Ágúst Ásgeirsson vann sigur í 3.000 m hindrunarhlaupi á 9:05,56 mín. Loks sigraði Þórdís í hástökki, stökk 1,74 m. Friðrik Þór varð þriðji í þrístökki með 15,32 m og Gunnar Páll þriðji í 800 m á 1:51,7 mín. Ísland tapaði naumlega fyrir Ítalíu í kastlandskeppni þetta sumar en Óskar og Erlendur stóðu vel fyrir sínu eins og áður. Óskar vann spjótkastið með 70,40 m. Hann keppti loks á heimsleikum stúdenta á ólympíuleikvanginum í Mexíkó og stóð sig frábærlega á því mikla móti. Komst hann í úrslit í báðum greinum og var nálægt því að komast á verðlaunapall. Varð fimmti í kúluvarpinu með 19,25 m og sjöundi í kringlukasti með 54,98 m.

## Sækja vestur um haf til æfinga og náms

Þrátt fyrir gríðarlega mikla endurnýjun í kvennaliði ÍR vann félagið öruggan sigur í Bikarkeppni FRÍ. Af konunum höfðu aðeins Þórdís Gísladóttir og Bryndís Hólm áður keppt í bikarnum. Allir stóðu þó fyrir sínu og sigur ÍR áttunda árið í röð var öruggur. ÍR hafði ekki bara öflugu liði karla og kvenna á að skipa því félagið sigraði örugglega í bikarkeppni fyrir 16 ára og yngri sem haldin var í fyrsta sinn þetta sumar.

Ný tilraun til fjáröflunar var reynd í mars 1980 er frjálsíþróttadeildin gekkst fyrir svokölluðu Reykjavíkurboðhlaupi í samvinnu við Dagblaðið. Var þetta um leið tilbreyting í starfinu. Voru hlaupnir fimm 30 km hringir um hverfi Reykjavíkur. Þrettán hlauparar hlupu 5 km í senn, flestir tvisvar. Þeir lögðu þessa 150 km á innan við 10 klst. sem hafði verið takmarkið í upphafi.





Deildinni bættist góður liðstyrkur þegar Þorsteinn Þórsson tugþrautarmaður, bróðir Þorvaldar Þórssonar, og Oddný Árnadóttir spretthlaupari gengu í ÍR. Átti Oddný eftir að koma mjög við sögu á næstu árum og setja mörg met í 100, 200 og 400 metra hlaupum auk boðhlaupa.

Verulega hafði aukist um þetta leyti að íþróttamenn færu til æfinga og náms í Bandaríkjunum. Þeir hröktust ekki beint undan ráðríki veturs konungs en sóttu þó í mun betra veðurfar og aðstæður til undirbúnings keppnistímabilinu. Voru sex ÍR-ingar í þessu skyni framan af árinu 1980 í Kaliforníu, Erlendur Valdimarsson, Gunnar Páll Jóakimsson, Þorvaldur Þórsson, Guðlaugur Þorsteinsson, Þráinn Hafsteinsson og Þórdís Gísladóttir. Flest þeirra voru þar næstu árin í námi. Þórdís var mjög sigursæl á mótum þar og í Kanada. Vann hún sigur á þremur stærstu mótunum í Kanada um veturinn, m.a. kanadíska innanhússmeistaramótinu, og bætti Íslandsmet sitt utanhúss í 1,80 m. Fimmtán ÍR-ingar fóru í maí til Englands í æfinga- og keppnisferð. Fararstjórar voru Guðmundur Þórarinsson þjálfari og Ágúst Ásgeirsson. Hafði hópurinn aðsetur í Durham þar sem Ágúst og Sigfús Jónsson voru við nám á árum áður en aðrir flokkar frá ÍR höfðu gist þann bæ á þeim tíma. Margir úr þessum hópi komu við sögu er ÍR vann um sumarið sigur í Bikarkeppni FRÍ níunda sinn í röð. Vann félagið þar með þriðja bikarinn til eignar. Sum þeirra voru einnig í sigurliðinu sem vann Bikarkeppni FRÍ 16 ára og yngri annað árið í röð.

## Óskar næstur Vilhjálmi

Óskar Jakobsson var sigursæll í keppni fyrir skóla sinn í Texas og var í fremstu röð á bandarísku afrekaskránni í kringlukasti og kúluvarpi. Þegar kom að bandaríska háskólameistaramótinu 1980 þar sem margir bestu íþróttamenn heims voru samankomnir þótti Óskar líklegur til að keppa um verðlaun. Sú varð raunin því Óskar varð annar í kúluvarpinu með 20,21 m og þriðji í kringlukasti með 61,14 m. Hann hélt áfram að bæta sig er heim kom og kastaði kringlunni 63,24 m á Hátíðarmóti FRÍ; átti aðeins einn metra eftir í Íslandsmet Erlends. Það stóðst þó frekari atlögur Óskars og þetta reyndist um síðir verða besti árangur hans í kringlukasti. Hann var valinn til keppni á Ólympíuleikunum í Moskvu og stóð sig vel í kúluvarpinu. Náði lágmarki inn í úrslitin í undankeppninni, varpaði 19,60 metra. Í sjálfum úrslitunum varpaði hann 19,07 og varð ellefti. Lengra hafði ÍR-ingur ekki náð á Ólympíuleikum frá því Vilhjálmur hreppti silfrið í Melbourne. Óskari var létt með þessum árangri því honum hafði ekki tekist vel upp í kringlukastinu sem fram fór áður, þar gerði hann öll köst sín þrjú ógild.

Óskar varð framar í röðinni á Evrópumeistaramótinu innanhúss í Grenoble í Frakklandi 1981. Náði sjöunda sæti, varpaði 19,13 m. Óskar var í stuði um sumarið

*Þorsteinn Þórsson undirbýr sig fyrir kúluvarp. Þorsteinn á ÍR-met í tugþraut og var ein styrkasta stoð félagsins í bikarsigrum. Ljósmynd Hafsteinn Óskarsson.*

og á móti í júní var hann við sitt besta í kringlu, kastaði þrisvar yfir 62 metra, lengst 62,92. Í Evrópubikarkeppninni í Lúxemborg stuttu seinna vann Óskar yfirburðasigur í kringlukastinu með 60,66 m og var eini ÍR-ingurinn sem vann sigur í því móti.

*Englandsferð ÍR 1980. Aftari röð frá vinstri: Íris Grönfeldt, UMSB, Ástdís Sveinsdóttir, Guðrún Harðardóttir, Oddný Árnadóttir, Guðmundur Þórarinsson, þjálfari, Hjördís Árnadóttir, UMSB, Hafliði Maggason, Magnús Heiðarsson, Jóhann Már Jóhannsson, Stefán Þór Stefánsson og Hermundur Sigmundsson. Fremri röð frá vinstri: Tinna Kristín Gunnarsdóttir, Margrét Dröfn Óskarsdóttir, Ingibjörg Sigurþórsdóttir, Bryndís Hólm og Sigríður Valgeirsdóttir.*

Ágúst Ásgeirsson sigraði með yfirburðum í Víðavangshlaupi Íslands þetta ár og voru ÍR-ingar í þremur fyrstu sætunum því næstir voru þeir Gunnar Páll Jóakimsson og Sigfús Jónsson. Sem gestur keppti ÍR-ingurinn Mikko Häme og varð í öðru sæti. ÍR sigraði í 4 og 10 manna sveitakeppni karla. Í drengjaflokki varð Gunnar Birgisson í öðru sæti og Agnar Steinarsson þriðji. Í piltaflokki varð Svali Björgvinsson í öðru sæti. Dágóð uppskera en athygli vakti að ÍR vann engin verðlaun í kvennaflokkum. Veturinn 1980–81 var í fyrsta sinn reynt að efla þátttöku í víðavangs- og götuhlaupum með sérstakri stigakeppni. Voru ÍR-ingar í þremur efstu sætunum. Mikko Häme vann með 145 stigum, Ágúst hlaut 144 og Gunnar Páll 138 stig.

Þorvaldur Þórsson sýndi til hvers hann væri líklegur í grindahlaupi er hann hljóp á 14,7 sek. og var aðeins broti frá Íslandsmeti í 110 m í byrjun júní, Skömmu síðar fór hann undir metið, hljóp á 14,5 sek. en meðvindur var aðeins yfir mörkum.

## Oddný slær í gegn með Íslandsmetum á MÍ 1981

Oddný Árnadóttir tók skjótum framförum og sló í gegn á meistaramótinu 1981 er hún setti sín fyrstu Íslandsmet, í 100 og 200 m hlaupi, 12,22 sek. og 24,63 sek. Mikil keppni var í 200 metra hlaupinu á fyrsta degi mótsins, Oddný var sterkust á síðustu metrunum, komst fram úr Íslandsmethafanum og hafði sigur. Keppni var einnig tvísýn í 100 metra hlaupinu daginn eftir en aftur reyndist Oddný öflugust á lokametrunum í úrslitunum, hljóp á 12,18 en meðvindur var aðeins of mikill. Setti hún metið klukkustund áður í undanrásum. Í Bikarkeppni FRÍ seinna um sumarið, er ÍR vann tíunda sinni, bætti hún metið í 100 m í 12,00 sek. og hljóp ágætt 400 m hlaup sem benti til að þar gæti hún náð meti um síðir. Á Reykjavíkurleikunum setti Þórdís Gísladóttir nýtt vallarmet í hástökki, stökk 1,83 m. Hún stökk margoft yfir 1,80 á árinu og var orðin örugg með þá hæð.

Ekkert lát virtist ætla að verða á framförum ÍR-inga og það var eins og afrek eins hvettu aðra til frekari dáða. Þannig hafði það verið um langt árabil en eitthvað hafði þó dregið úr





endurnýjuninni, eða allavega hraða hennar. Ljóst var í byrjun níunda áratugarins að komið var að sólarlagi á keppnisferli margra burðarása undanfarins hálfs annars áratugar. Nýir afreksmenn félagsins létu þó áfram til sín taka. Kvað sérstaklega að Oddnýju og einnig Bryndísi Hólm sem voru drjúgar á níunda áratugnum. Af „gömlum“ afreksmönnum kvað enn mikið að Óskari Jakobssyni en nú var kúluvarpið orðið hans aðalgrein.

## Risakast Óskars í Texas og Þorvaldur bætir grindahlaupsmetin í Kaliforníu

Árið 1981 var vart byrjað þegar Óskar varpaði kúlunni í fyrsta sinn á ferlinum yfir 20 metra innanhúss. Sú vegalengd vafðist ekki lengur fyrir honum, hvorki innanhúss né utan, því hann varpaði aftur yfir 20 metra eða einum sentimetra betur. Á fjórum innanhússmótum bandarískra háskóla í röð vann hann kúluvarpið, en á því fimmta, sjálfu háskólameistaramótinu um miðjan mars, varð hann fjórði með 19,37 metra kasti. „Ég fór með þá von í brjósti að verða í einu af þremur efstu sætunum, en það tókst ekki. Ég er sennilega enginn innanhússkastari, betur gengur utanhúss, og það skiptir öllu máli hvernig ég stend mig á utanhússmeistaramóti bandarískra háskóla í sumar,“ sagði Óskar við Morgunblaðið eftir mótið í Pontiac í Michiganríki.

Hann hafði ástæðu til bjartsýni þótt við væri að eiga menn sem varpað hefðu yfir 20,50 metra á mótum vetrarins því í lok febrúar hafði Óskar náð risakasti er hann varpaði 20,39 metra í Austin í Texas. Bætti Óskar sig um 18 sentimetra en athyglisvert var að þetta var hans fyrsta mót utanhúss og venjan var sú að kúluvarparar jafnt sem aðrir frjálsíþróttamenn þyrftu nokkur mót áður en þeir kæmust í sitt besta form. Af þessu mátti ráða að Óskar ætti eftir að bæta sig talsvert þegar frá liði.

„Ég átti ekki von á þessu svona á fyrsta móti, auk þess sem ég hef ekki getað æft af fullum krafti síðustu vikurnar vegna meiðsla í janúar. Hef samt æft vel í allan vetur og ég fékk góða keppni, auk þess sem áhorfendur hvöttu mig mikið. Það munaði mörgum sentimetrum,” sagði Óskar, sem keppti á heimavelli og var vel studdur af skólafélögum sínum og öðrum áhorfendum. Hann sigraði á mótinu en annar varð einn af bestu kúluvörpurum Bandaríkjanna í seinni tíð, Bishop Dologewitz, með 20,14 m. Aðspurður hvort þetta þýddi ekki að hann myndi varpa kúlunni um eða yfir 21 metra um sumarið sagði hann að byrjunin væri betri en hann ætti von á og yki sér vonir um betri árangur. „Maður verður að halda sig á jörðinni og ég held mig við mitt fyrra takmark, að varpa milli 20,70 og 20,80 metra í sumar,“ sagði Óskar. Hann vann einnig kringluna á mótinu, kastaði 59,46 metra.

## Hljóp á milli þriggja greina í Los Angeles og vann þær allar

Eftir þetta var undantekning ef kúlan flaug ekki yfir 20 metra. Og und-

antekning ef hann stóð ekki á efsta sæti verðlaunapalls í mótslok. Viku seinna varpaði hann 20,01 í utanhússkeppni 11 bandarískra háskóla í borginni Laredo í Texas. Vann kringluna einnig með 57,40 metra kasti. Hálfum mánuði seinna, þriðju helgina í mars og þá fjórðu sem hann keppti í röð, var Óskar í stuði í Los Angeles í keppni milli háskólans í Austin í Texas og Kaliforníuháskóla í Los Angeles (UCLA). Hann vann þrefaldan sigur, varpaði kúlu 19,50 metra, kastaði spjóti 76,08 metra og kringlunni 59,46 m. Lagði þar m.a. að velli Einar Vilhjálmsson sem varð annar með 75,60 en hann sló met Óskars í spjótkastinu árið áður. „Kúluvarpið og spjótkastið fóru fram á sama tíma. Ég flýtti mér með þrjú köst í kúluvarpinu, skipti þá um skó

*Óskar Jakobsson í kringlukasti. Hann var einstaklega fjölhæfur kastari á heimsmælikvarða og ÍR-methafi í hástökki án atrennu (1,76 m).*

í flýti og var með í spjótinu síðustu þrjár umferðirnar. Byrjaði á að kasta 71 metra, þá komu 76,08 metrar, en í síðustu umferðinni gerði ég ógilt. Og vart voru þessar greinar búnar þegar ég varð að hefja keppni í kringlukasti,“ hafði Morgunblaðið eftir Óskari að móti loknu. „Mér finnst ég eiga talsvert meira inni í kringlukastinu, þetta er í þriðja skiptið sem ég er rétt undir 60, vona að úr þessu fari að rætast.“

Það tókst um síðir því á miklu móti í Austin fyrstu helgina í apríl sveif kringlan 61,10 metra hjá Óskari og kúlunni varpaði hann 20,02 metra. Vann hann seinni greinina. „Þetta var mikið mót og árangur góður. Ég varð að sætta mig við annað sætið í kringlukastinu, bandaríski háskólameistarinn frá í fyrra sigraði með 64 metra kasti. Ég náði mínu besta í ár og vonandi er maður á uppleið. Kúluvarpið vann ég örugglega,“ sagði hann. Enn á ný lét Óskar til sín taka á móti í skólabæ sínum, Austin, í byrjun maí, varpaði 20,28 metra, sem var hans næstbesta. Á hátíðsdegi verkalýðsins hafði hann og varpað 20,57 metra á stórmóti í Austin, Texas Invitational, og var það skólamet. „Þetta virðist vera að koma hjá mér aftur. Vonandi verð ég í miklu stuði á bandaríska háskólameistaramótinu í byrjun júní,“ sagði Óskar eftir mótið. Hann átti góða seríu, varpaði 20,04 í fyrstu tilraun, náði sömu lengd í þeirri næstu og í þeirri þriðju kom lengsta kastið.

Nú fékkst kærkomið hlé frá keppni og framundan var aðalmótið, utanhússmeistaramót háskólanna í Provo í Utahríki. Þar tókst Óskari sérdeilis vel upp að því leyti að hann setti persónulegt met enn eina ferðina í kúluvarpinu. Varpaði 20,61 metra og hafði því bætt





árangur sinn um tæpan hálfan metra það sem af var ári. „Ég er ánægður með að bæta mig en vonaðist eftir betra sæti. Keppnin var gífurlega hörð,“ sagði Óskar við Morgunblaðið. Hann varð fjórði í Provo eftir tvísýna keppni við fremstu kúluvarpara Bandaríkjanna og heimsins. Sigurvegari varð Dean Crouser með 20,84 metra, annar Mike Lehmann með 20,83 og þriðji Kevin Atkins með 20,64 metra. Var Óskar því aðeins þremur sentimetrum frá bronsverðlaunum. Crouser sigraði einnig í kringlukasti en þar varð Óskar sjötti með 60,12 metra. Í undankeppninni tveimur dögum fyrir úrslitakeppnina varpaði Óskar kúlunni 20,44 metra sem var þá næstbesti árangur hans. Árangur Óskars, sem var 27 ára, í úrslitakeppninni var sjötta besta afrek Norðurlandabúa frá upphafi, en meðal þeirra sem framar stóðu var Hreinn Halldórsson með þriðja besta kastið. Heim kominn um sumarið vann Óskar enn einn keppnissigur er hann vann kúluvarpið í landskeppni Íslands og Wales í Reykjavík um miðjan júlí, varpaði 20,06 metra.

Árið eftir komst Óskar eina ferðina enn á verðlaunapall á bandaríska háskólamótinu, sem fram fór í Houston í Texas, varð þriðji í kringlukasti og fjórði í kúluvarpi. Náði sínu besta á árinu í báðum greinum, kastaði kringlunni 62,50 metra og varpaði kúlunni 20,37 m. Hafði hann því samtals átta sinnum orðið í einu af sex efstu sætum á háskólameistaramótunum sem gefur sérstaka sæmdarnafnbót, „All American“. Hafði hlotið silfurverðlaun í kúluvarpi og tvisvar brons í kringlu. Frá Houston hélt Óskar til Edmonton í Kanada og keppti þar ásamt skólabróður sínum Einari

*Hvítasunnuferð austur í Pétursey 1983: Aftari röð frá vinstri: Hafsteinn Óskarsson, Katrín Einarsdóttir, Birgir Þ. Jóakimsson, Sigurður Magnússon, Guðrún Harðardóttir, Bryndís Hólm, Tinna Gunnarsdóttir, Guðlaug Sturlaugsdóttir, Ágúst Hallvarðsson, Eva Sif Heimisdóttir, Ingólfur Kolbeinsson og Guðbjörg Lilja Svansdóttir. Fremri röð frá vinstri: Jóhann Már Jóhannsson, Hafliði Maggason, Kolbrún Sævarsdóttir, Sigríður Valgeirsdóttir, Margrét D. Óskarsdóttir, Garðar Sigurðsson og Friðrik Þór Óskarsson. Liggjandi: Stefán Þór Stefánsson. Ljósm.: Friðrik Þór Óskarsson.*

Vilhjálmssyni á heimsleikum stúdenta í lok júní. Hreppti hann fjórða sætið í kúluvarpi sem telst gott sæti þótt hann hafi verið langt frá sínu besta, varpaði 19,41 metra. Kúluvörpurunum tókst ekki sérlega vel upp því sigurvegarinn varpaði aðeins 30 sm lengra og þriðji maður 20 sm lengra. Einar varð einnig fjórði, í spjótkastinu; hvort tveggja góður árangur hjá þeim.

## Þórdís setti Íslandsmet og varð bandarískur meistari

Þórdís Gísladóttir er að öðrum konum ólöstuðum einhver mesta afrekskona sem ÍR hefur af sér alið. Íþróttinni kynntist hún í þríþraut FRÍ og Æskunnar og framfarirnar voru óvenjuskjótar. Bætti hún Íslandsmetið í hástökkinu hratt og mikið og hafði aðeins 15 ára gömul náð lágmarki til

*Þórdís Gísladóttir. Margfaldur methafi og meistari, einkum í hástökki þar sem hún stökk hæst 1,88 metra. Auk þess varð hún bandarískur háskólameistari í greininni.*

keppni á Ólympíuleikunum í Montreal. Vann hún margan góðan sigurinn á ferli sínum en líklega ber þar einna hæst sigur hennar á bandaríska háskólameistaramótinu í frjálsum íþróttum vorið 1982. Mótið fór fram í bænum Provo í Utahríki, á svipuðum slóðum og íslenskir vesturfarar námu land einni öld áður. Sigraði Þórdís í þessari miklu keppni á nýju Íslandsmeti, stökk 1,86 metra. Sjálf átti hún gamla metið, sem var 1,85, sett í Memphis í Tennessee árið áður en hún dvaldist um árabil við nám í Alabama í Bandaríkjunum.

Þessi frammistaða Þórdísar kom þægilega á óvart því henni hafði ekki gengið alltof vel með stökkhæðir þetta vor, stökk yfirleitt 1,75–1,80 metra á mótum utanhúss. Á svæðismeistaramóti skólasvæðis hennar hálfum mánuði áður varð hún t.a.m. í öðru sæti með 1,77 m. „Flugtak“ hennar í Provo var því bæði ánægjulegt og þótti lofa góðu um framhaldið. Keppnin var mjög hörð, fjórar efstu stúlkurnar stukku allar sömu hæð, en Þórdís sigraði þar sem hún hafði notað fæstar tilraunir. Ekki amalegur árangur þegar haft er í huga að bandaríska háskólameistaramótið þótti þegar á heildina var litið með sterkari mótum í heiminum. Keppnin var álíka hörð árið áður en þá varð Þórdís fimmta en stökk sömu hæð og silfurverðlaunahafinn.

Miklir fagnaðarfundir urðu á Keflavíkurflugvelli þegar Þórdís sneri heim eftir mótið og veturinn. Foreldrar, systir, ættingjar og vinir, og framámenn í frjálsíþróttum fögnuðu árangrinum með henni við heimkomuna. „Þetta gekk vel, fór alltaf yfir í fyrstu tilraun. Og í þeirri fyrstu við 1,89 vantaði örlítið upp á að ráin sæti eftir. En þá skall skyndilega á mikið óveður með miklu skýfalli, svo fresta varð keppninni. Hírðumst við í tjaldi á meðan og þegar þráðurinn var tekinn upp að nýju gekk ekkert upp, hvorki hjá mér né öðrum.

Mér hafði ekki gengið of vel í síðustu keppnunum fyrir þetta mót, en mér fannst ég alltaf eiga meira inni, og var staðráðin í að standa mig. Allir höfðu spáð sænsku stúlkunni Susanne Lorentzon sigri, hún var nýbúin að stökkva 1,89 og átti 1,92 frá í fyrra. Hún þurfti þó tvær tilraunir við bæði 1,80 og 1,83 og komst ekki yfir 1,86 fyrr en í þeirri þriðju og hlaut þriðja sætið. Mér finnst ég geta stokkið hærra, og nú er bara að vona að vel gangi í þeim mótum sem framundan eru,“ sagði Þórdís við heimkomuna. Hún var eini íþróttamaður skóla síns sem sigraði á mótinu.

## Þórdís aftur bandarískur meistari og reyndi síðar við Norðurlandamet

Árið eftir, í mars 1983, gerði Þórdís sér lítið fyrir og bætti bandaríska háskólameistaratitlinum innanhúss í afrekasafn sitt. „Jú, ég er í sjöunda himni, en það grætir mig þó að hafa ekki stokkið hærra, því ég átti tvær góðar tilraunir við 1,90. Snerti rána hárfínt og felldi,“ sagði Þórdís við bókarhöfund eftir að hafa unnið annan meistaratitil sinn í Bandaríkjunum. Í leiðinni bætti hún innanhússmet sitt um tvo sentimetra. Var Íslandsmetið innanhúss orðið betra en utanhússmetið, sem var 1,86 m, en það setti Þórdís árið áður er hún varð bandarískur háskólameistari utanhúss. Metaðsókn var að mótinu, sem fram fór í borginni Pontiac í Michiganríki, áhorfendur voru 15.060.

„Við vorum átta sem stukkum yfir 1,83 metra í undankeppninni á fimmtudag og úrslitin fóru síðan fram á laugardag. Mér leist ekki of vel á aðstæður því stokkið var á trégólfi, en ég var ákveðin í að standa mig sem best. Ég hef oft átt góðar tilraunir við 1,88 á innanhússmótum í vetur, en þorði vart að láta mér detta í hug að ég kæmist þá hæð þarna þar sem aðstæður voru ekki sem bestar,” sagði Þórdís. Hún sigraði með yfirburðum því keppinautar hennar stukku ekki hærra en 1,83 metra. Sjálf fór hún yfir allar stökkhæðir í fyrstu tilraun. Óskar Jakobsson keppti í kúluvarpi á mótinu fyrir skóla sinn og hafnaði í sjöunda sæti með rétt rúma 19 metra.

Viku seinna var Þórdís aftur á ferð og setti aftur Íslandsmet, utanhúss. Munaði þá engu að Ísland eignaðist sitt fyrsta Norðurlandamet í frjálsíþróttum um langt árabil. Var hún tvívegis aðeins hársbreidd frá því að stökkva yfir 1,92 metra í hástökki og setja Norðurlandamet. Það heppnaðist ekki en Íslandsmet utanhúss sá allavega dagsins ljós, 1,87 metrar. „Það var ansi gremjulegt að hún skyldi ekki fara yfir 1,92 m því tvisvar var hún komin alla leið, en krækti í bæði skiptin í rána með hælnum,” sagði Þráinn Hafsteinsson um keppnina en þau Þórdís voru í hópi margra íslenskra frjálsíþróttamanna í Alabama.

## Þriðji titill Þórdísar og íslenskir frjálsíþróttamenn láta að sér kveða

Þetta var fyrsta utanhússmót Þórdísar á árinu og því ekki slæm uppskera að setja strax met. Hið fyrra átti hún einnig en það var 1,86 metrar, sett er hún varð bandarískur háskólameistari í fyrra. Þráinn sagði að Þórdís hefði beðið um hækkun í 1,90 metra eftir að hún stökk 1,87 en fyrir einhver mistök var hækkað í 1,92 metra. Komst Þórdís ekki að því fyrr en í lok keppninnar þegar mælt var að nýju. Hún sigraði með yfirburðum á mótinu, sem fram fór í Gainesville á Flórída.

Allt er þegar þrennt er og það á við um Þórdísi. Sumarið 1983 vann hún þriðja háskólatitilinn í röð með sigri á utanhússmótinu sem fram fór í Houston í Texas. Það var mikið Íslendingamót því Einar Vilhjálmsson vann spjótkastið og Óskar Jakobsson varð þriðji í kringlukasti og fjórði í kúluvarpi. „Það er erfitt að koma til svona móts og þurfa að verja titil. Það var mikil pressa á mér, en gaman að sigra aftur og ánægðust er ég að þessu skuli lokið,“ sagði Þórdís við bókarhöfund eftir mótið. Hún stökk 1,87 metra og

*Guðmundur Þórarinsson. Ljósm.: Hafsteinn Óskarasson.*

*Þorvaldur Þórsson, Íslandsmethafi í 400 metra grindahlaupi. Hann átti einnig Íslandsmet í 110 metra grindahlaupi.*

jafnaði Íslandsmet sitt. Tvær aðrar stúlkur stukku jafnhátt en Þórdís fór yfir í fyrstu tilraun og vann á því.

„Ég fór alltaf yfir í fyrstu tilraun, en keppinautarnir felldu bæði á 1,84 og 1,87. Við byrjuðum á 1,78, síðan 1,81, þá 1,84 og loks 1,87. Ég átti síðan mjög góða fyrstu tilraun við 1,90 og það var grátlegt að sjá rána falla, ég fór vel yfir en strauk hana með hælunum á niðurleiðinni.“ Mótið fór fram í byrjun júní og var stökk Þórdísar hið hæsta hjá konu á Norðurlöndunum það sem af var ári. „Eftir sigurinn var mér dengt upp á svið fyrir framan urmul af blaða-, útvarps- og sjónvarpsmönnum og spurð spjörunum úr. Þeir undruðust mjög hvernig Íslendingur gætu farið að því að vinna þrjá meistaratitla og fannst mikið til um frammistöðu okkar Íslendinganna á mótinu,“ sagði Þórdís og virðist frammistaða hennar og annarra íslenskra frjálsíþróttamanna hafa verið góð landkynning vestra. Þess má svo geta að hún var ekki fjarri því að vinna fjórða titilinn á háskólamótinu vorið 1984, stökk 1,84 og varð í öðru sæti en sigurvegarinn stökk 1,86 m.

Maður Þórdísar, Þráinn, keppti um toppsætin í tugþraut. Varð á endanum fimmti með sama stigafjölda og sá er varð fjórði, eða 7.709 stig. Var hann aðeins 25 stigum frá bronsverðlaunum, 31 frá silfrinu og 101 frá gulli. Var Þráinn í miklu stuði seinni daginn, hlaut fleiri stig en fyrri daginn, sem er sjaldgæft í þraut, og vann sig úr 10. sæti í það fimmta.

Árið eftir sagði Þórdís skilið við félagið um stundarsakir vegna flutnings og vinnu á yfirráðasvæði HSK. Eftir nokkra útivist sneri hún síðar aftur í ÍR og átti eftir að reynast aftur ómetanlegur liðsmaður. Til marks um glæsilegan árangur hennar á löngum og farsælum keppnisferli stökk Þórdís á 137 mótum 1,80 metra eða hærra. Þær Vala Flosadóttir eru einu íslensku konurnar sem stokkið hafa hærra en 1,80 m í hástökki.

## Þorvaldur bætir grindahlaupsmetin

Þorvaldur Þórsson fór að láta verulega til sín taka á 75. aldursári ÍR. Á fyrsta móti, í Westwood í Kaliforníu í byrjun mars, bætti hann sig um tvö sekúndubrot og jafnaði hann 25 ára gamalt Íslandsmetið í 110 metra grindahlaupi, 14,6 sek. Það met átti hann eftir að bæta nokkrum sinnum það ár og hið næsta, hljóp best á 14,36 sek. „Ég er tiltölulega sáttur við þetta á fyrsta móti, bæti mig bæði í 110 og 400 metra grindahlaupum. Naga mig þó í handarbökin yfir því að hafa ekki náð metinu í 110 metrunum. Vonandi fellur það síðar því við hlupum upp í örlítinn mótvind,“ sagði Þorvaldur.

Kortéri seinna var hann á ferð í 400 metra grindahlaupi, hljóp á 52,80 sek. og bætti sig um rúma sekúndu. „Þetta virðist lofa góðu og ég er bjartsýnn. Það hillir undir metin og vonandi krækir maður í þau,“ sagði Þorvaldur. Þær vonir hans áttu eftir að rætast og um síðir lét Íslandsmetið í lengri grindinni undan áhlaupum hans, því kom hann niður í 51,38 sek. á móti í Santa Barbara í Kaliforníu vorið 1983.

Í byrjun apríl 1982 var Þorvaldur vel upplagður og útlit fyrir að metið í 110 grind félli. Hljóp hann á 14,2 sek í San Jose en meðvindur mældist aðeins of mikill. Vindinn sagði hann allt eins há sér fremur en auka hraða. „Ég þarf þá alltaf að bremsa niður til þess að hlaupa ekki inn í grindurnar. Þá var úrhelli, brautirnar blautar og hálar. Ég verð því bara að vona að þessi tími náist brátt við betri aðstæður,“ sagði Þorvaldur.

## Íslandsmet Oddnýjar bar hæst á afmælismóti ÍR

Oddný færði félagi sínu góða gjöf á 75 ára afmælismóti ÍR í lok júní, setti met í bæði 100 metra og 400 metra hlaupum. „Stórgóður árangur Oddnýjar Árnadóttur ÍR á afmælismóti ÍR í Laugardalnum á laugardaginn yljaði viðstöddum í nepjunni sem þar var,“ sagði Morgunblaðið. Hún bætti eigið met í 100 metrunum um átta hundruðustu í 11,92 sek. og í 400 metrunum um 15 hundruðustu, í 54,97 sek. Hún hljóp einkum 100 metrana vel, náði góðu viðbragði, hraðaði sér vel út úr blokkunum og spretti síðan rösklega úr spori alla leið í mark. Afrek Oddnýjar bar hæst á afmælismótinu. Árangur hennar í 100 metrunum var að verða sæmilegur á alþjóðlegan mælikvarða, einkum þó norrænan. Hún var að komast í ágæta æfingu og framundan var Norðurlandabikarkeppni í Reykjavík. Brást hún ekki vonum, háði harða keppni við bestu spretthlaupakonur Norðurlanda og var aðeins rúmum metra á eftir tveimur þeirra í mark í þriðja sæti á sínum besta tíma í 100 metra hlaupi, 11,72 sek. Meðvindur var aðeins of mikill til að afrekið teldist löglegt. Oddný setti einnig sinn besta tíma í 200 metrum, 24,23 sek., en vindur var einnig yfir mörkum þá.

Bryndís Hólm boðaði og hvað koma skyldi hjá henni með 5,97 metrum í langstökki. Var hún vel yfir gildandi Íslandsmeti en meðvindur reyndist yfir mörkum. Í kringlukastinu háðu þrír risar sentimetrastríð. Óskar varð hlutskarpastur með 58,78 metra, Erlendur kastaði 57,96 og Vésteinn Hafsteinsson 57,88 metra. Sögulegt varð mótið m.a. að því leyti að tveir Íslendingar stukku í fyrsta sinn yfir 5,00 metra í stangarstökki á einu og sama mótinu. Sigurður T. Sigurðsson KR sigraði með 5,15 metra stökki og Kristján Gissurarson, sem síðar gekk til liðs við ÍR, stökk 5,00 slétta og rauf fimm metra múrinn í fyrsta skipti.

## Íslandsmetið gefur undan atlögum Bryndísar

Íslandsmetið, sem var 5,78 metrar, stóðst á endanum ekki atlögur Bryndísar sem bætti það þrisvar um sumarið. Stökk fyrst 5,80 metra, síðan setti hún tvö met á þremur dögum, stökk 5,90 á fimmtudegi í Stokkhólmi í byrjun ágúst og 5,98 metra í Norðurlandakeppni unglinga í Bærum í Noregi á laugardeginum þar á eftir. Varð hún í öðru sæti í því

*Bryndís Hólm, síðar fréttamaður, í langstökki á Valbjarnarvelli á níunda áratugnum. Hún hóf keppni í Bikarkeppni FRÍ aðeins 12 ára að aldri. Hún átti Íslandsmet í langstökki um árabil og var mjög fjölhæf íþróttakona.*

móti gegn sterkustu unglingum allra Norðurlandanna. Bryndís vann loks glæsilegan en kannski óvenjulegan sigur í Kalottkeppninni í lok júlí.

*Bikarlið 1984: Aftasta röð frá vinstri: Guðmundur Þórarinsson, Hafsteinn Óskarsson, Gunnar Birgisson, Gísli Sigurðsson, Óskar Thorarensen, Þorvaldur Þórsson, Friðrik Þór Óskarsson, Hafliði Maggason, Birgir Þ. Jóakimsson, Jóhann Björgvinsson og Heimir Svavarsson. Miðröð frá vinstri: Gunnar Páll Jóakimsson, Hrönn Guðmundsdóttir, Oddný Árnadóttir, Þórdís Gísladóttir, Margrét D. Óskarsdóttir. Fremsta röð frá vinstri: Garðar Sigurðsson, Guðbjörg Svansdóttir, Eva Sif Heimisdóttir, Dóra Björnsdóttir, Guðrún Ásgeirsdóttir.*

Henni gekk allt í mót framan af þeirri keppni og gerði fyrstu fimm stökkin ógild. Sigurstökkið og hið eina gilda í keppninni af hennar hálfu kom svo í sjöttu og síðustu umferð, er hún sveif 5,95 metra.

Bryndís hafði margsinnis stokkið yfir sex metra þegar keppnistímabilið 1983 rann upp en ætíð í aðeins of miklum meðvindi til að fá árangurinn viðurkenndan sem met. Á það var endi bundinn í Kalott-keppninni sem fram fór í Alta í Norður-Noregi, lengst fyrir norðan heimskautsbaug, aðra helgi í júlí. Stökk Bryndís þar 6,11 metra og bætti metið, sem hún setti árið áður og hafði jafnað fyrr um sumarið 1983, um 13 sentimetra.

„Ég er í mjög góðu formi um þessar mundir og ég hef sett mér það markmið að stökkva yfir 6,20 metra í sumar," sagði Bryndís eftir Kalott-keppnina. „Ég hef verið að stökkva 5,90 til 6 metra á æfingum og ég lofa því að þetta er bara byrjunin hjá mér því ég er í góðri æfingu. Atrennan var góð hjá mér og aðstaðan frábær, ég fann það strax í fyrsta stökkinu mínu, sem ég gerði reyndar ógilt, að ég væri í miklu stuði. Það stökk var örugglega yfir 6,20 metrar," sagði Bryndís sem stökk 30 sm lengra en næsti keppinautur.

Minnstu munaði að hún næði þeirri lengd þremur vikum seinna í landskeppni sex þjóða úti í Edinborg í Skotlandi. Gerði hún sér lítið fyrir og stökk 6,17 metra á Meadowbank-leikvanginum og sigraði. Sló hún keppinautana eiginlega út af laginu með því að ná þeim árangri í fyrsta stökki. Bætti metið um sex sentimetra og lagði alla andstæðinga sína að velli en á mótinu áttust við lið N-Íra, Ísraels, Lúxemborgar, Skotlands, Wales og Íslands.

Á þessu ári, 1983, kom hópur frjálsíþróttamanna frá bænum St. Augustin í Þýskalandi hingað til lands á vegum ÍR. Ári seinna endurguldu ÍR-ingar heimsóknina með því að fara til St. Augustin til æfinga og keppni 1984. Sú ferð heppnaðist í alla staði vel og féllu mörg persónuleg met í ferðinni. Þessum samskiptum var komið á að tilstuðlan Hannos Rheineck, mikils Íslandsvinar sem um áratuga skeið greiddi götu fjölda íslenskra frjálsíþróttamanna í Þýskalandi.





## Oddný fimmta á fyrsta HM innanhúss og þriðja besta á Norðurlöndum utanhúss

Þótt hún hafi sett góð met og verið iðin við metaslátt árin á undan var árið 1985 líkast til mesta afreksár Oddnýjar Árnadóttur. Ekki þurfti að bíða eftir fréttum af henni fram á sumar því hún var annar tveggja íþróttamanna sem sendir voru til keppni á fyrsta heimsmeistaramótinu í frjálsum innanhúss, sem fram fór í París í janúar. Oddný var í góðri æfingu og var ekki að sökum að spyrja; ágætt Íslandsmet sá dagsins ljós, 56,94 sek. Þótti það vita á gott fyrir sumarið.

Þótt um HM hafi verið að ræða var þátttaka í þessu fyrsta móti gloppótt. Mættu til dæmis aðeins sex konur á vettvang til að hlaupa 400 metrana í París. Var því bara um eitt úrslitahlaup að ræða. Sigurvegari varð Diane Dixon frá Bandaríkjunum á 53,35 sek. en Oddný varð í fimmta sæti í hlaupinu, sekúndu á eftir keppanda í fjórða sæti. Skilaði einn keppandi sér ekki í hlaupið. Þetta sæti Oddnýjar var það besta af hálfu Íslendings á móti af þessu tagi allt þar til Vala Flosadóttir bætti um betur rúmum áratug seinna.

## Oddný þriðja besta á Norðurlöndum

Oddný bætti margoft Íslandsmetið í 400 metra hlaupi um sumarið og lagaði það verulega. Á móti í Noregi náði hún þriðja besta árangri á Norðurlöndum er hún bætti met sitt úr 54,90 í 54,64 sek. á svonefndu Byrkjelo-móti. Samt var í fyrstu litið framhjá henni er valið var í úrvalslið Norðurlandanna sem keppa skyldi við Sovétríkin í Ósló um miðjan júlí. Valdar voru fimm

*Oddný Árnadóttir fagnar bikarsigri 1986. Oddný var margfaldur methafi og meistari í hlaupum frá 100 metrum til 800 metra. Hún á að baki marga frækna og eftirminnilega sigra í Bikarkeppni FRÍ. Aðrir á myndinni frá vinstri: Una Valsdóttir, Inga Þórarinsdóttir, Óskar Jakobsson, Guðbjörg Lilja Svansdóttir, Friðrik Þór Óskarsson og Eva Sif Heimisdóttir.*

konur til keppni í 400 og 4 x 400 m en Oddný reyndist ekki í þeim hópi, svo sérkennilegt sem það mátti nú vera, þar sem hún var þá sú þriðja besta á Norðurlöndunum.

„Það var ekki alltof gott að hlaupa, sterkur vindur á móti í lokin, en það var ánægjulegt að setja metið," sagði Oddný eftir hlaupið við bókarhöfund. Hún varð þriðja í hlaupinu, á eftir sterkri tékkneskri hlaupakonu og áströlsk kona var rétt á undan henni. Oddný vann hins vegar bestu norsku stúlkurnar. Fjórða varð norski methafinn Astrid Bruun á 55,10 sek. og norsk stúlka sem hlaupið hefur á 54,69 í ár varð sekúndu á eftir Oddnýju í mark.

*Margrét Dröfn Óskarsdóttir var lengi ÍR-methafi í kringlukasti (44,20 m). Hún sigraði margsinnis í Bikarkeppni FRÍ. Ljósm.: Hafsteinn Óskarsson.*

Oddný setti aftur met á móti í Gautaborg í Svíþjóð nokkrum dögum seinna, bætti nýja metið um sekúndubrot og hljóp á 54,53. Með þessu undirstrikaði hún öryggi sitt og styrk og átti það m.a. þátt í að val á keppendum í Norðurlandaúrvalið gegn Sovétríkjunum var endurskoðað og hún kölluð til liðs við það. Þrátt fyrir að vera með þriðja besta árangurinn varð þó ekki úr að hún yrði einn fulltrúa Norðurlandanna í sjálfu 400 metra hlaupinu, heldur keppti hún í 4 x 400 metra boðhlaupi á Bislett. Í því undirstrikaði hún styrk sinn og stöðu með því að ná langbesta millitíma norrænu hlauparanna í kvennaboðhlaupinu. Hljóp rúma 400 metra á fyrsta spretti á röskum 54 sekúndum. Millitími hinna var jafnan um 56 sekúndur tæpar.

## Tók ÍR og Bikarinn fram yfir sterkasta mót í heimi

Hlaup Oddnýjar í keppninni og tvö Íslandsmet hennar fyrir viðureignina við Sovétríkin vakti eftirtekt mótshaldara Grand Prix-mótsins á Bislett tíu dögum seinna. Buðu þeir henni að hlaupa í aðalhlaupi 400 metra kvenna á því. Það var gríðarleg viðurkenning fyrir Oddnýju því um var að ræða eitt mesta frjálsíþróttamót heims ár hvert og stórstjörnur sóttust jafnan í að fá að keppa þar og komust oft færri að en vildu. Stóð hún því frammi fyrir því að velja milli stórmótsins á Bislett eða Bikarkeppni FRÍ sem haldin var sömu helgi á malarbrautum aðalleikvangsins í Laugardal.

Oddný kaus frekar að keppa með félögum sínum í bikarnum en stórmótinu í Ósló. Átti hún sem fyrr drjúgan þátt í að veldi ÍR-inga í keppninni stóð óhaggað. Var í sérflokki í spretthlaupunum þremur og náði einum besta tíma sem náðst hefur í 400 m hlaupi á malarvellinum. Þær Bryndís Hólm voru fimm sinnum á efsta þrepi verðlaunapalls hvor, í sínum þremur einstaklingsgreinum hvor og báðum boðhlaupunum. Mikil breyting hafði orðið á liði ÍR og nú var aðeins einn keppandi eftir af því liði sem vann fyrsta sigur ÍR í keppninni árið 1972, Friðrik Þór Óskarsson. Þó bar svo við að Jón H. Magnússon, fyrrverandi Íslandsmethafi í sleggjukasti, var kallaður til keppni. Hann vann sleggjukastið í fyrstu Bikarkeppni FRÍ, árið 1966, en Erlendur Valdimarsson hafði leyst hann af hólmi 1972. Jón varð í öðru sæti að þessu sinni og sýndi með því gott fordæmi, 47 ára að aldri. Vannst 14. sigurinn í keppninni í röð og enn sem komið var storkaði enginn veldi ÍR-inga í bikarnum. Virtist fátt ætla að stöðva þá enn um sinn. Sigruðu þeir með miklum yfirburðum, hlutu 35 stig umfram næsta félag. Urðu stigahæstir bæði í karlaflokki og kvennaflokki keppninnar.

Áfram keppti Oddný um nokkurra ára skeið og árið eftir, 1986, tvíbætti hún Íslandsmet sitt í 400 metrunum. Þegar upp var staðið í árslok var hún í sjöunda sæti á afrekaskrá Norðurlandanna í þeirri grein. Var áfram ein helsta afrekskona Íslands og félagi sínu afar drjúg.





Meðal góðra sigra hennar var að hún vann öruggan sigur í 400 metrunum á Smáþjóðaleikunum á Kýpur árið 1989. Líklega gleymist henni þó – svo og mörgum ÍR-ingum sem á horfðu – sprettur hennar í 1.000 metra boðhlaupinu í Bikarkeppni FRÍ það ár. Um var að ræða síðustu grein keppninnar. ÍR hafði verið í toppslagnum í stigakeppninni allt mótið en aldrei náð efsta sætinu. Sá möguleiki var þó fyrir hendi í boðhlaupinu. Allt varð þó að ganga upp og ÍR-sveitin að sigra. Mikið lá við en sveitin – með Oddnýju í fylkingarbrjósti – brást ekki vonum. Sigraði í hlaupinu og færði félaginu bikarinn í 17. sinn.

Jóhann Már Jóhannsson var helsti spretthlaupari ÍR-inga á níunda áratugnum. Hann jafnaði m.a. Íslandsmetið í 60 m hlaupi innanhúss árið 1986 og vann marga góða sigra fyrir ÍR í spretthlaupum. Í millivegalengdum voru landsliðsmennirnir Kristján Skúli Ásgeirsson, Bessi Jóhannesson og Garðar Sigurðsson í mikilli framför. Sighvatur Dýri Guðmundsson og Steinar Friðgeirsson voru sigursælir í götuhlaupum og margfaldir Íslandsmeistarar og eiga þeir ÍR-metin í hálfmaraþon- og maraþonhlaupi.

Að því kom að endi var bundinn á einmuna sigurgöngu ÍR-inga sem unnu bikarinn 17 sinnum á 18 árum. Átti hlaupið eftirminnilega eftir að verða hið síðasta til að færa ÍR bikarinn, a.m.k. í bili. Var það kannski táknrænt að um þessar mundir hafði Guðmundur Þórarinsson orðið að draga sig í hlé í þjálfuninni. Hann hafði verið límið í starfseminni og jafnan stuðlað að því að stöðug endurnýjun ætti sér stað í röðum keppenda félagsins. Aðstæður voru hins vegar orðnar breyttar og síharðnandi keppni úr öllum áttum um ungt fólk, bæði af vettvangi íþróttanna og afþreyingar hvers konar. Þrátt fyrir batnandi aðstæður til æfinga og keppni var keppnislið ÍR – þótt oft væri það gott – ekki nógu öflugt eftir þetta til að vinna bikarinn. Síðasta áratuginn hefur mikil uppbygging átt sér stað í Breiðholtinu, en hitann og þungann af henni hefur Þráinn Hafsteinsson borið. Hefur hann með liðsinni góðra manna, ekki síst konu sinnar Þórdísar Gísladóttur, fyrrum afrekskonu ÍR, lagt þar góðan grunn að framtíðarveldi í frjálsíþróttum. Er ekki að efa að um síðir kemur að því að ÍR vinnur Bikarkeppni FRÍ á ný.

## Gunnlaugur fer fyrir öflugum ungum hástökkvurum

Ungir og efnilegir hástökkvarar komu fram í ÍR á níunda áratugnum og voru til alls líklegir; Einar Kristjánsson, Gunnlaugur Grettisson og Jóhann Ómarsson. Að því kom að hin ágætu met sem Jón Þ. Ólafsson setti á árum áður létu undan síga. Gunnlaugur reið á vaðið og bætti innanhússmet Jóns um einn sentimetra er hann stökk 2,12 metra skömmu fyrir jólin 1987. „Jón Þ. var og er alltaf í miklu uppáhaldi hjá mér enda meistarinn óþreytandi í að mæta og starfa á mótum á þessum tíma og var gríðarlega hvetjandi við okkur.

*Oddný Árnadóttir, ÍR-methafi í 100, 200 og 400 m hlaupum.*

Við vissum auðvitað um afrek hans og bárum mikla virðingu fyrir honum," sagði Gunnlaugur við bókarhöfund.

Hann var í góðri æfingu þennan vetur og til alls líklegur. Fyrstu helgina í janúar stökk hann 2,08 m á norska innanhússmeistaramótinu í Ósló og viku seinna vann hann til silfurverðlauna á skoska innanhússmótinu í Glasgow með 2,10 metra stökki. Þar gerði hann tilraunir við nýtt met og var nærri því að fara yfir 2,15 metra. „Ég hefði átt að komast yfir þessa hæð en krækti ökklanum í rána," sagði hann. Sú hæð vafðist ekki fyrir honum hálfum mánuði seinna, á breska innanhússmeistaramótinu í Cosford á Englandi.

*Lið ÍR hefur oftast íslenskra félaga tekið þátt í Evrópubikarkeppni í víðavangshlaupi félagsliða. Hér eru þeir Sighvatur Dýri Guðmundsson, Bessi Húnfjörð Jóhannesson, Kristján Skúli Ásgeirsson og Garðar Sigurðsson eftir keppni.*

Þar smeygði Gunnlaugur sér yfir 2,15 metra og bætti því metið frá því skömmu fyrir jól um þrjá sentimetra. Húsfyllir var í flugskýlinu fræga þar sem mótið fór fram og átti íslenski stökkvarinn hug og hjarta þeirra því þeir hvöttu hann til dáða. „Áhorfendur hjálpuðu mér við að setja metið," sagði Gunnlaugur í samtali við Morgunblaðið eftir að Íslandsmet hans var orðið staðreynd. Stökkhæðin dugði til bronsverðlauna á mótinu en tveir aðrir stukku sömu hæð og Gunnlaugur sem taldist fimmti þar sem hinir notuðu færri tilraunir í keppninni en hann. „Það var skemmtilegt að stökkva þarna og gaman að setja met. Þarna kepptu nokkrir öflugir strákar, Jeff Parson, Dalton Grant og fleiri. Þegar ég fór yfir 2,15 var mikil stemning í salnum enda hafði öllum leikjum í enska boltanum verið frestað vegna veðurs og mótið í beinni útsendingu um allt Bretland. Það jók á stemninguna að sett var upp sérsniðin fimmtarþraut fyrir Daley Thompson á mótinu," sagði Gunnlaugur við bókarhöfund.

## Setti met í „keppni" við heimsmethafann

Gunnlaugur var fullur bjartsýni þegar hér var komið sögu og sagðist eftir metstökkið í Cosford stefna enn hærra. „Ég stefni að því að stökkva yfir 2,22 metra utanhúss í sumar og komast á Ólympíuleikana í Seúl," sagði hann við Morgunblaðið. Þær vonir rættust því miður ekki. Árið áður, 1987, hafði hann jafnað besta árangur Jóns Þ. utanhúss, stökk 2,10 metra á móti í Danmörku. Og gerði sig þá þegar líklegan til að gera atlögur að Íslandsmetinu, sem komið var í 2,12 metra. Það sló Gunnlaugur snemma sumars á ólympíuárinu 1988, stökk 2,15 metra á móti í Schwechat í Austurríki 15. júní 1988. Þar við sat því hærra stökk hann ekki. Gunnlaugur hafði fengið nokkra keppni frá félaga sínum Jóhanni sem stökk 2,08 metra innanhúss þennan sama vetur og setti unglingamet. Átti það fyrir Jóhanni einnig að liggja að stökkva ekki hærra utanhúss.

Gunnlaugur var litríkur keppnismaður og setti svip á margt mótið. Var djarfur og opinskár og ófeiminn við að bjóða mönnum birginn og stefndi hátt. Íslandsmet ætlaði hann að setja fyrr og síðar og skoraði methafann Unnar Vilhjálmsson á hólm í Bikarkeppni FRÍ árið 1987 í samtali við DV. „Þetta kemur þegar Unnar mætir á staðinn. Það er kominn tími til að fólk fái að sjá almennilega keppni í hástökki hér á landi. Það eru líklega 20 ár síðan það hefur átt sér stað. Við höfum verið að stökkva hálfgerðar dömuhæðir að undanförnu en það verður að breytast. – Þú mátt hafa það eftir mér að ég ætla að negla Unnar á Bikarmótinu," sagði Gunnlaugur hvergi banginn og glotti við tönn. Hann er 21 árs og greinilega til alls líklegur í framtíðinni," sagði í DV.

Við bókarhöfund sagði Gunnlaugur að menn hefðu ekki verið alveg sáttir við það að „einhverjir guttar" væru með svona yfirlýsingar. „En ég hef aldrei verið feiminn við það. Við unnum svo auðvitað Bikarinn og ég vann Unnar. Þegar ég stökk 2,15 úti var ég búinn að vera með Þórdísi Gísla og Þráni Hafsteins í Noregi en fór svo einn á mótaflakk. Ég keppti á Grand Prix-móti í Bratislava þar sem Bubka setti heimsmet í stöng, 6,05 metra, og reynt var við heimsmet í hástökki. Eftir það fékk ég svo far með kúbanska landsliðinu til Schwechat í Austurríki og fór 2,15 á móti þar. Ég „keppti" meðal annars við heimsmethafann Sotomayor frá Kúbu. Það var reyndar svolítið fyndið að þegar ég var að fagna því að hafa sett Íslandsmet og hoppaði úr dýnunni og fagnaði því að hafa siglt yfir 2,15 þá var Sotomayor að hefja leik á sömu hæð. Maður gleymdi því aldrei að það var langt í land þegar maður fagnar meti en aðrir eru að hefja keppni. Sotomayor setti svo heimsmet síðar um sumarið," sagði Gunnlaugur.

*Gunnlaugur Grettisson setti Íslandsmet í hástökki (2,15 m) árið 1988.*

## Einar Karl í himinhæðir

Nýtt Íslandsmet hans stóð ekki eins lengi og met Jóns áður, fyrrnefndur Einar Kristjánsson, farinn í annað félag, bætti það í 2,16 m. Enn eitt stökkvaraefnið kom svo fram á tíunda áratugnum og lét fljótt að sér kveða. Þar er um að ræða Einar Karl Hjartarson. Sá átti heldur betur eftir að breyta stöðu mála því hann bætti utanhúss-

*Kvennalið ÍR keppti fyrst íslenskra liða í Evrópubikarkeppni félagsliða. Myndin er tekin í Schwechat, Austurríki, árið 1990. Aftasta röð frá vinstri: Hulda Pálsdóttir, Martha Ernstsdóttir, Bryndís Hólm, Bryndís Ernstsdóttir, Arnheiður Hjálmarsdóttir og Jónas Egilsson, form. frjálsíþrd. ÍR og fararstjóri. Miðröð frá vinstri: Hrefna Frímannsdóttir, Margrét Dröfn Óskarsdóttir, Mekkin Bjarnadóttir, Kristín Ásta Alfredsdóttir, Oddný Árnadóttir og Guðrún Ásgeirsdóttir. Fremsta röð frá vinstri: Gunnar Páll Jóakimsson, þjálfari, Viktor Guðmundsson, fararstjórn, Friðrik Þór Óskarsson, fararstjórn, og Stefán Þór Stefánsson, þjálfari.*

metið um síðir í 2,25 metra og innanhússmetið í 2,28 m. Er hann eini Íslendingurinn sem stokkið hefur hærra en nafni hans. Aðeins 18 ára gamall bætti Einar Karl metið, fyrst í 2,17 metra og síðan 2,18 árið 1998. Verður hans betur getið síðar.

Vettvangur Íslandsmets Gunnlaugs í hástökkinu, Schwechat, rétt hjá Vínarborg í Austurríki, kemur öðru sinni við sögu frjálsíþróttadeildar ÍR tveimur árum seinna, eða 1990. Fór þar fram Evrópukeppni félagsliða og tók kvennalið ÍR þátt í keppninni. ÍR braut þá sem margoft áður blað í sögu frjálsíþrótta á Íslandi með því að taka fyrst liða þátt í þessari keppni. Mótið var geysisterkt og varð ÍR í 21. sæti af 22 liðum er tóku þátt. Martha Ernstsdóttir náði bestum árangri ÍR-kvenna en hún varð í 7. sæti í 3.000 m hlaupi og var eini ÍR-ingurinn er náði að vera meðal tíu fyrstu í sinni grein.

## Friðrik Þór keppir 25 ár í röð í Bikarkeppni FRÍ

Merkileg tímamót urðu á ferli Friðriks Þórs Óskarssonar í Bikarkeppni FRÍ árið 1992. Það var 25. árið í röð sem hann tók þátt í keppninni og 24. skiptið í röð sem hann keppti í þrístökki í mótinu. Af því tilefni var honum afhentur silfurskjöldur frá ÍR í viðurkenningarskyni. Friðrik vann á þessu tímabili langstökkið sjö sinnum en þrístökkið 13 sinnum. Þá var hann oftast í boðhlaupssveitum sem nokkrum sinnum fögnuðu sigri í mótinu. Friðrik keppti í 4 x 100 metra boðhlaupi í fyrstu bikarkeppni sinni, 1968, en í þrístökkinu árið eftir. Vakti athygli að hann stökk þá 14,63 metra og varð annar.

Friðrik var einstaklega áhugasamur um ÍR og ósérhlífinn til keppni og starfa bæði innan vallar sem utan. Hann er með fyrstu tölvuforriturum landsins og færni hans á því sviði hefur orðið til þess að hann hefur lagt gífurlegt starf af mörkum í áratugi við vinnslu úrslita á íþróttamótum, bæði vallarmótum sem víðavangs- og götuhlaupum. Þá tölvuvæddi hann afrekaskrá Frjálsíþróttasambands Íslands (FRÍ) og hefur um langt árabil haldið utan um hana. Verða störf þessi seint metin að verðleikum.

## Einar Vilhjálmsson til liðs við ÍR

Einar Vilhjálmsson hafði verið einn allra fremsti spjótkastari heims í tæpan áratug er hann gekk til liðs við ÍR fyrir keppnistímabilið 1991.





Það var hann áfram en segja má að óheppni hafi elt Einar þegar kom að stórmótum á borð við álfu- og heimsmeistaramót og Ólympíuleika. Hann stóð sig afburðavel á mótum fyrsta sumarið sem hann keppti fyrir ÍR, en því miður komu meiðsli í veg fyrir að hann gæti beitt sér þegar mest á þurfti að halda; á heimsmeistaramótinu í Tókýó 1991. Einar komst örugglega í úrslit í spjótkasti sem telst gott en miðað við styrk hans um sumarið hefði hann átt að vera í baráttu um sex efstu sætin. Í úrslitakeppninni ágerðust hins vegar meiðsli í hné svo hann varð að hætta fljótlega keppni og hafnaði í níunda sæti. Var hann fluttur beint af brautinni á sjúkrahús þar sem hann gekkst undir skurðaðgerð. Einar átti 13. lengsta kast ársins 1991 en hið virta bandaríska frjálsíþróttarit Track & Field News mat hann samt níunda besta spjótkastara heimsins það ár vegna frammistöðu hans á mótum.

Einar jafnaði sig hægt og bítandi af meiðslunum og væntingar voru gerðar til hans er komið var að Ólympíuleikunum í Barcelona árið eftir. En sem oft áður lék lánið ekki við Einar á leikunum. Aðeins vantaði herslumun á að hann kæmist í úrslit, varð 14. í undankeppninni og því aðeins tveimur sætum og tæpum metra frá aðalkeppninni. Kastlengd hans í undankeppninni hefði dugað til sjöunda sætis í úrslitunum daginn eftir er margir kastaranna voru talsvert frá sínu besta. Einar var hins vegar í miklum ham rétt eftir leikana; eins og losnað hefði um einhverja spennu. Þremur dögum eftir lok þeirra varð hann annar og rétt á eftir ólympíumeistaranum í spjótkasti á Grand Prix-móti í Mónakó. Hálfum mánuði seinna setti hann svo tvö Íslandsmet á aðeins sex dögum í síðustu viku ágústmánaðar.

Einar kastaði 86,70 á fyrra mótinu og 86,80 á því seinna (Flugleiðamótinu). Þar vann hann sigur eftir mikið einvígi við öflugan Hvít-Rússa, Vladímír Sasímovítsj, silfurmanninn frá HM árið áður og fv. heimsmeistara unglinga. Einar vann og örugglega Sigurð Einarsson sem orðið hafði fimmti í Barcelona. Sasímovítsj kastaði 85,88, Sigurður 82,90 og Úzbekinn Víktor Zajtsev 81,98. Hann sigraði á Friðarleikunum í Seattle tveimur árum áður og voru þeir Sasímovítsj tveir bestu kastarar Samveldis sjálfstæðra ríkja, eins og Sovétríkin voru nefnd fyrst eftir að kommúnisminn leið þar undir lok.

Efasemdir komu fram í fjölmiðlum um ágæti fyrra mets Einars. Hann var því ánægður með seinna metið og sagðist ánægður með að með því hafi verið tekinn af allur vafi varðandi hið fyrra. „Nú er keppnistímabilinu lokið hjá mér og þetta var punkturinn aftan við i-ið," sagði hann við bókarhöfund. Einar sagðist hafa mætt hálfálúraður til mótsins og upphitunin gengið illa. Rakti hann það til fjölmiðlaumræðu um meintan vafa á gildi fyrra metsins. „Fyrsta kastið, 78,34, var í samræmi við tilfinninguna en Sasímovítsj kast-

*Einar Vilhjálmsson fagnar Íslandsmeti sínu innilega í Laugardalnum eftir að hafa þeytt spjótinu 86,80 m.*
*Ljósm.: Mbl./ Kristinn.*

aði næstur, 83,52 metra, og það kveikti í mér," sagði Einar. Hann lengdi sig í 81,36 í annarri umferð en Hvít-Rússinn lét kné fylgja kviði og bætti tveimur metrum við fyrsta kastið, spjótið sveif 85,68 í öðru kasti. Það dugði þó ekki til að slá Einar út af laginu, hann bætti sig í 84,60 metra í þriðju umferð og metkastið kom í þeirri fjórðu, 86,80 m. Við því átti Sasímovítsj ekki svar.

*Danmerkur- og Svíþjóðarferð unglinga 1991. Aftari röð frá vinstri: Hjalti Sigurjónsson, Bragi Thoreid, Þorsteinn Geir Jónsson, Óskar Finnbjörnsson, Jóhannes Már Marteinsson og Anton Sigurðsson. Fremri röð frá vinstri: Sonja Stefansson, Hrund Finnbogadóttir, Hildur Ingvarsdóttir, Ásdís María Rúnarsdóttir, Kristín Á. Alfreðsdóttir, Þorbjörg Jensdóttir og Friðrik Þór Óskarsson, fararstjóri.*

„Mér fannst kastið heppnast vel og hafði strax á tilfinningunni að það yrði lengra en hið næsta á undan sem var 84,60. Vonaði innst inni er spjótið sveif út yfir völlinn að metið fyki og gleðin var mikil þegar það lá fyrir," sagði Einar. Spjótkastið var hápunktur Flugleiðamótsins og árangurinn eins og hann gerðist bestur á stærstu alþjóðamótum.

Metkastið í Laugardal í ágústlok 1992 átti eftir að reynast lengsta kast Einars með nýjustu útgáfu spjótanna. Var það sjöunda lengsta kast ársins og er 35. afrekið frá upphafi vega árið 2006, 14 árum seinna. Hann hélt áfram æfingum og keppni út árið 1996 og freistaði þess að ná lágmarki til keppni á Ólympíuleikunum 1996. Meiðsl háðu Einari hins vegar og héldu honum frá keppni. Varð hann til að mynda að láta sér nægja að horfa á Íslandsmeistaramótið – eitt síðasta tækifærið til að ná lágmarki. Hefði ekki verið amalegt fyrir hann að ná lágmarki þar en á mótinu 15 árum áður, 1981, hafði Einar einmitt sett sitt fyrsta Íslandsmet í spjótkasti.

Til marks um sigursæld Einars Vilhjálmssonar á mótum um víða veröld má nefna að hann varð bandarískur háskólameistari í spjótkasti tvö ár í röð, 1983 og 1984. Á fyrra mótinu náði hann fimmta lengsta kasti í heiminum, 89,98, sem var nýtt mótsmet. Ekki bjuggust mótshaldarar við svo löngum köstum því það tók þá 15-20 mínútur að ná máli á kast Einars.

## Martha náði góðum árangri á alþjóðlegan mælikvarða

Martha Ernstsdóttir var yfirburðakona í langhlaupum á Íslandi og náði mjög góðum árangri á alþjóðamælikvarða á tíunda áratugnum. Setti hún margsinnis Íslandsmet í 5 og 10 km hlaupum, hálfu og heilu maraþoni. Einna hæst ber frammistöðu hennar á heimsmeistaramótinu í hálfmaraþonhlaupi. Varð hún í 15. sæti í hlaupinu árið 1996 í 30 gráðu hita í Palma á Mallorca. Þess má geta að einungis átta sekúndum á undan henni varð hin fræga hlaupakona Zola Budd. Þremur árum áður varð Martha í 18. sæti í hlaupinu og tveimur árum





áður í því 17. Skömmu fyrir keppnina á Mallorca setti hún Íslandsmet í greininni í Reykjavíkurmaraþoni, 1:11,40 klst., sem enn stendur. Var það þá 10. besta afrek Norðurlandakonu á vegalengdinni frá upphafi. Líklegt er að þetta met hennar og metin í 5 og 10 km og maraþoni standi óhögguð í nánustu framtíð.

Eitt besta ár Mörthu á hlaupabrautinni var 1994 en þá setti hún metin í 5 og 10 km. Á styttri vegalengdinni fékk hún tímann 15.55,91 mín. á alþjóðlegu frjálsíþróttamóti í Hechtel í Belgíu í byrjun ágúst. Fyrra met hennar var 16.07,96 en reyndar hljóp hún á 15:53,5 í blandaðri keppni karla og kvenna á móti í Þýskalandi 1991. Í Evrópubikarkeppni í Dublin fyrr um sumarið 1994 setti Martha met í 10 km, 32:47,40 mín., sem enn stendur. Var það 60. besta afrekið á heimslista ársins sem taldist mjög gott vegna gríðarlegs fjölda keppenda í langhlaupum. Það var og 16. besti tími 27 skráðra keppenda á Evrópumeistaramótinu í Helsinki um sumarið. Þar var hún hins vegar rúmlega hálfri mínútu frá metinu frá í Dublin tveimur mánuðum áður. Rétt eftir mótið bætti hún hins vegar eigið Íslandsmet í hálfmaraþoni um 25 sekúndur, hljóp á 1:12,01 klst. „Markmiðið var að bæta metið og það tókst. Það er alltaf jafngaman að keppa í þessu hlaupi. Ég hefði kannski getað bætt tímann enn meira ef ég hefði fengið meiri keppni, ég var nær ein allan tímann og það er alltaf erfitt að keppa við klukkuna," sagði Martha sem var að keppa í Reykjavíkurmaraþoninu í 9. skipti.

Í hlaupinu setti önnur ÍR-kona met í maraþonhlaupi. Anna Jeeves bætti eigið met um rúmlega fjórar mínútur, hljóp á 2.58,02 klst. Með því varð hún fyrst íslenskra kvenna til að hlaupa maraþon á innan við þremur klukkustundum. „Þetta var mjög gaman en aðeins erfiðara en í fyrra, enda fór ég hraðar núna. Ég ætlaði að reyna við Íslandsmetið en bjóst ekki við að bæta það svona mikið. Veðrið var hreint frábært og jafnvel betra en í fyrra þótt það hafi verið gott þá. Ég hef æft mjög vel og kem því vel undirbúin fyrir þetta hlaup," sagði Anna.

Í vertíðarlok skrapp Martha til Frankfurt í Þýskalandi og prófaði maraþonhlaup í fyrsta sinn. Með þeim ágætum að hún varð sjöunda af 3.000 konum á mjög þokkalegum tíma, 2:39,00 klst. Tveimur árum seinna, 1996, tók Martha þátt í Amsterdam-maraþoninu ásamt nokkrum ÍR-ingum. Stóð hún sig með miklum sóma, varð í öðru sæti í þessu mikla hlaupi og stutt frá sínum besta tíma, hljóp á 2:39,33 klst. Martha sneri sér úr þessu meir að keppni í maraþonhlaupi og bætti metið niður í 2:35:15 klst. haustið 1999. Hafði hún hlaupið aðeins einni sekúndu hægar um vorið og með þessum árangri var hún valin til keppni á Ólympíuleikunum í Sydney árið 2000. Þjálfari Mörthu frá 1988 var Gunnar Páll Jóakimsson en hann þjálfaði millilengda- og langhlaupara félagsins fram til ársins 2000.

*Martha Ernstsdóttir í hálfu maraþonhlaupi á Akureyri á tíunda áratugnum. Martha er Íslandsmethafi í langhlaupum frá 5 km upp í maraþonhlaup. Hún náði árangri á alþjóðamælikvarða í brautarhlaupum, götuhlaupum og víðavangshlaupum. Martha á langan keppnisferil að baki og er enn að.*

Martha freistaði þess að ná ólympíulágmarki í maraþonhlaupi í Rotterdam 28. apríl 1996. Hún hljóp mjög vel fyrri hluta hlaupsins en vantaði að lokum örlítið upp á að ná lágmarkinu en setti engu að síður glæsilegt Íslandsmet og hljóp á 2:38.05 klst.

## ÍR-konur öflugar í Evrópukeppni félagsliða í víðavangshlaupum

Martha lagði áherslu á víðavangshlaup veturinn 1994–95 og stóð sig með ágætum í þremur sterkum alþjóðlegum hlaupum í stigahlaupakeðju Alþjóða frjálsíþróttasambandsins (IAAF) í janúar 1995. Keppti hún um verðlaun í þeim öllum en beið lægri hlut á endaspretti. Varð í 5. sæti í Belfast, 8. sæti í Portúgal og 6. sæti á Spáni. Vakti frammistaða hennar athygli og tekið var t.d. við hana langt sjónvarpsviðtal eftir hlaupið á Spáni.

Kvennalið ÍR naut góðs af styrk Mörthu á víðavangi því hvað eftir annað leiddi hún það til sigurs í sveitakeppni víðavangshlaups Íslands sem gaf rétt til þátttöku í Evrópukeppni félagsliða. ÍR-liðið stóð sig nokkrum sinnum með miklum ágætum í þeirri keppni. Hæst ber þó mótið í Newport í Wales í febrúar 1997 þar sem sveitin náði 13. sæti af 21. Munaði mest um frammistöðu Mörthu sem varð 12. í hlaupinu af rúmlega 100 keppendum. Var hún í mikilli keppni um fremstu sæti allt hlaupið. Auk hennar voru í sveitinni systir hennar Bryndís, Anna Jeeves, Hulda Pálsdóttir og Gerður Rún Guðlaugsdóttir. Sæti sveitarinnar er hið sama og árið áður en þá voru mun færri félög með í keppninni en í Wales.

Liðið náði einnig þokkalegum árangri 2001, varð í 16. sæti af 19. liðum en mótið var sérlega sterkt þar sem það var einnig Grand Prix-mót í víðavangshlaupum. Margir sérlega sterkir hlauparar voru því mættir til leiks, m.a. afrískir. Því taldist það mjög góður árangur hjá Fríðu Rún Þórðardóttur að verða í 51. sæti af 112 í hlaupinu. Sveitin var eins skipuð og 1997 að öðru leyti en því að nú var Fríða Rún komin í stað Mörthu og Gígja Gunnlaugsdóttir í stað Huldu. ÍR hafði unnið sveitakeppni karla í víðavangshlaupi Íslands og tók karlasveit ÍR því einnig þátt í mótinu, sem fram fór í Vilamoura í Portúgal, en rak lestina, varð í 23. sæti. Karlasveitin tók einnig þátt fyrir Íslands hönd í Evrópukeppni félagsliða í janúar 1983 í Lyon í Frakklandi, þar sem Hafsteinn Óskarsson, Gunnar Birgisson, Sighvatur Dýri Guðmundsson og Stefán Friðgeirsson kepptu. Einnig keppti sveit ÍR í febrúar 1988 í hlaupinu, en þá fór það fram í Cluzone, rétt norðan við Mílanó á Ítalíu. Þar höfðu ÍR-ingar keppt tvisvar áður í þessu móti. Sveitina 1988 skipuðu Bessi Jóhannesson, Kristján Skúli Ásgeirsson, Garðar Sigurðsson og Gunnar Páll Jóakimsson, sem jafnframt var þjálfari sveitarinnar. Helgina áður tóku þrír hinir fyrstnefndu þátt í miklu víðavangshlaupi í Portúgal fyrir 23 ára og yngri hlaupara.





## ÍR-ingar eignast heimsmethafa – Svíar reyna að kaupa hann til að skipta um borgararétt

Um áramótin 1994/95 gekk 16 ára stúlka í ÍR. Hún átti eftir að láta mikið að sér kveða á frjálsíþróttavellinum næstu árin. Hér er um að ræða Völu Flosadóttur sem með tímanum varð Evrópumeistari í stangarstökki kvenna, silfurkona á heimsmeistaramóti og bronsverðlaunahafi á Ólympíuleikunum í Sydney árið 2000. Það voru Svíum mikil vonbrigði að Vala skyldi ekki gerast sænskur borgari og keppa undir merkjum Svíþjóðar en þar í landi bjó hún vegna náms foreldra sinna. Samkvæmt heimildum bókarhöfundar lögðu sænskir íþróttafrömuðir hart að henni að keppa fyrir Svíþjóð. Áætlanir um að hún tæki upp sænsk borgararétt-indi voru á prjónunum. Landsþjálfari sænska frjálsíþróttasambandsins bauð Völu oftlega sæti í sænska landsliðinu, meðal annars formlega. Lofaði hann henni jafnvirði einnar milljónar íslenskra króna greiðslu fyrir að skipta um borgararétt. Norðurlandamet hennar í stangarstökki, 3,82 metrar, í byrjun janúar 1996 varð til að auka pressuna á hana, ekki síst þar sem framundan var Evrópumeistaramót innanhúss í Stokkhólmi. Og einnig vonin um að stangarstökk yrði, a.m.k. sem sýningargrein, á Ólympíuleikunum í Atlanta á komandi sumri. Var fullyrt við Völu að hún fengi 10.000 sænskar krónur fyrir hvert met sem hún setti sem sænskur borgari og var setning Norðurlandametsins notuð sem tilefni til að ítreka það við hana. „Frábærlega háfleyg Vala“ sagði í fyrirsögn Skånska Dagbladet í Malmö daginn eftir metið. Þar var sagt að mögulegt væri að hún keppti á Ólympíuleikunum í Atlanta. „Hún er enn sem komið er íslenskur borgari,“ var haft eftir Lasse Jonsson, forsvarsmanni hins sænska íþróttafélags hennar, MAI. Blaðið skýrði frá áformum um að gerast sænskur ríkisborgari en lætur í ljós efasemdir um að þau nái fram að ganga fyrir leikana í Atlanta. Téður Jonsson tók þátt í tilraununum. Hann hélt því statt og stöðugt að Völu að stangarstökk kvenna yrði sýningargrein á Ólympíuleikunum í Atlanta og sænsk íþróttayfirvöld myndu bjóða henni þangað væri hún sænskur borgari.

Það bætti ekki úr skák að á sama tíma og Vala var beitt miklum þrýstingi af hálfu sænskra íþróttaforystumanna lét íslenska frjálsíþróttasambandið hana nær afskipta. Hafði bókarhöfundur milligöngu í janúar 1996 um að breyting yrði þar á.

Góður árangur hinnar ungu frjálsíþróttakonu ytra vakti ekki síður athygli hér heima. Íslendingar vildu Völu eiga og styrkveiting fyrir milligöngu Ólympíunefndar Íslands gerði í einni svipan út um tilraunir Svía til að eigna sér hana. „Frjálsíþróttastjarna MAI [íþróttafélagsins í Malmö sem hún keppti fyrir] stefnir ekki bara hátt, heldur fær hún styrk frá æðstu stöðum,“ sagði í Sydsvenska Dagbladet um styrkveitinguna frá Ólympíusamhjálpinni. Blaðinu þótti hún athyglisverð í ljósi

*Vala Flosadóttir setti heimsmet unglinga á sínu fyrsta ári sem ÍR-ingur árið 1995. Ljósm.: Sigurjón Guðjónsson.*

þess að stangarstökk var ekki á dagskrá Ólympíuleikanna í Atlanta á komandi sumri. „Ég er hreykin yfir þessum styrk," segir Vala við blaðið. „Hún er ofurefni sem MAI reyndi hægt og bítandi að fá til að gerast sænskur borgari," segir blaðið og bætir því við að nú átti menn sig á hversu treglega Vala tók í það. „Betra að vera stór á Íslandi en týnast í fjöldanum í Svíþjóð," sagði blaðið drambsamlega.

Strax á fyrsta ári sínu í ÍR setti Vala heimsmet unglinga í stangarstökki innanhúss en hún stökk 3,76 metra snemma á fyrsta ári í röðum ÍR-inga. Heimsmet fullorðinna kvenna var á þeim tíma 4,14 metrar. Utanhúss stökk hún 3,81 metra á móti í Reykjavík sem var Norðurlandamet. Tók engar stangir með sér í þá heimsókn og fékk á síðustu stundu stöng að láni og náði 17. besta stökki í heiminum það ár.

## Fyrsti Evrópumeistari sögunnar í stangarstökki kvenna

Hún tók örum framförum undir leiðsögn pólsks þjálfara í Malmö, Stanislaws Szcryba, og árið eftir sló hún öllum við og varð Evrópumeistari í stangarstökki innanhúss föstudaginn 8. mars 1996. Með því varð Vala fyrst kvenna til að vinna Evrópumeistaratitil í stangarstökki og jafnframt fyrst íslenskra íþróttakvenna til að vinna Evrópumeistaratitil í íþróttum.

Með sigurstökkinu, 4,16 metrum, setti Vala jafnframt heimsmet og Evrópumet unglinga innanhúss þriðja sinni, Norðurlandamet kvenna og unglinga og Íslandsmet kvenna og unglinga. Hin alþjóðlega fréttastofa *Reuters* sendi yfirlitsfrétt um mótið út um heimsbyggðina undir fyrirsögninni „Íslenskur táningur vinnur fyrsta stangarstökkstitilinn". Í inngangi fréttarinnar sagði: „Íslenski táningurinn Vala Flosadóttir ávann sér sess í sögu frjálsíþróttanna á Evrópumeistaramótinu innanhúss er hún óvænt vann fyrstu stangarstökkskeppni kvenna sem háð er á helstu meistaramótum heims. Flosadóttir er jafnframt fyrsta íslenska konan til að vinna gullverðlaun á Evrópumeistaramóti innanhúss og fyrsti íslenski íþróttamaðurinn til að vinna grein á mótinu frá 1977. Eftir að hafa tryggt sér gullið með 4,10 metra stökki hélt hún áfram og setti unglingaheimsmet, 4,16 metra, og hreppti titil sem talið var að myndi falla í skaut Danielu Bartovu frá Tékklandi sem setti 10 sinnum utanhússmet í þessari nýju grein í fyrra." Eftir Völu hafði svo fréttastofan: „Ég er alsæl með sigurinn og eina svekkelsið er að stangarstökkið skuli ekki vera grein á Ólympíuleikunum því ég væri alveg til í að fara til Atlanta í sumar." Alþjóðafrjálsíþróttasambandið hafði viðurkennt greinina en framkvæmdaraðilar í Atlanta vildu hana ekki á dagskrá leikanna.

Vala var öryggið uppmálað alveg frá byrjun mótsins, en hún hóf keppni þegar ráin var komin í 3,60 m. Hún fór yfir hverja hæðina á fætur annarri, alltaf í fyrstu tilraun en á sama tíma voru helstu keppinautar hennar að skreiðast yfir í annarri eða þriðju tilraun. Þetta kveikti von í brjósti manna um að ef til vill væri Ísland að eignast Evrópumeistara á nýjan leik eftir margra ára bið. Þegar hún var orðin ein eftir í keppninni lét hún hækka í 4,23 og gerði þrjár tilraunir til að bæta Evrópumetið um einn sentimetra.

„Ég var dálítið taugatrekkt í upphituninni og í upphafi keppninnar en síðan hvarf það eftir því sem líða tók á og mér leið mjög vel. Þegar ég fór yfir 4,10 ákvað ég að láta fyrst hækka í 4,16 því ef ég næði þeirri hæð yrði ég í þriðja sæti á heimslistanum. Síðan var auðvitað ekkert annað að gera en að reyna við Evrópumet, en ég var orðin of þreytt til að ná því," sagði Vala eftir keppni. Eftir að heimsmet unglinga var fallið í fyrstu tilraun freistaði Vala þess að setja nýtt Evrópumet, 4,23 metra. Átti góðar tilraunir við þá hæð en tókst ekki að komast yfir.

Ástæða þótti til að fagna Völu og þessum árangri hennar og samsæti henni til heiðurs var því haldið er hún kom til Íslands um vorið. Margir ÍR-ingar fögnuðu í Skógarselinu og voru henni veittar viðurkenningar félagsins og gjafir við það tækifæri. Um haustið kom Vala aftur upp og tók þátt í vel heppnaðri kynningu ÍR á frjálsíþróttum í skólum borgarinnar, aðallega í Breiðholti. Kviknaði þá áhugi margra fyrir íþróttinni enda ekki amalegt að fá leiðsögn Evrópumeistara og heimsmethafa unglinga sem sýndi krökkunum auk þess verðlaun sín og áritaði fyrir þá myndir af sér.

Síðsumars á móti í Bordeaux í Frakklandi stökk Vala svo 4,17 metra og með því endurheimti hún heimsmet unglinga utanhúss. Árangurinn var jafnframt Evrópumet unglinga, Norðurlandamet unglinga og fullorðinna og Íslandsmet í sömu flokkum. Stökkið kom henni á óvart. „Þetta gekk hálfbrösuglega. Það voru engar sterkar stelpur með og því var byrjað í tveimur metrum. Ég gat ekki hitað upp og byrjaði því í 2,40 – og komst yfir í annarri tilraun! Síðan gekk þetta vel og ég fór vel yfir methæðina," sagði Vala um metið við Morgunblaðið.

Hún varð með stökkinu í Bordeaux í sjötta sæti á heimslista ársins 1996 og hafði engin íslensk kona náð svo langt á heimsafrekaskrá sem Vala, en hún var aðeins 18 ára. Og sem meira er, á hinu mikla alþjóðamóti í Stokkhólmi í byrjun júlí lagði hún m.a. að velli heimsmethafann Emmu George frá Ástralíu og hina bandarísku Stacy Dragila, sem átti eftir að setja heimsmet síðar meir.

Vala átti eftir að bæta við sig mörgum blómum því aftur stóð hún á verðlaunapalli á Evrópumeistaramótinu 1998 en varð að gera sér bronsverðlaun að góðu þar. Árið eftir, 1999, gerði hún gott betur og krækti í silfurverðlaun á sjálfu heimsmeistaramótinu innanhúss, sem fram fór í Japan. Tvisvar sinnum setti hún heimsmet fullorðinna innanhúss árið 1998, stökk 4,42 metra í fyrra skiptið og 4,44 í hið síðara. Hún átti erfitt uppdráttar á HM

utanhúss 1998 og EM 1999 en allt gekk upp þegar á hólminn var komið á Ólympíuleikunum í Sydney þúsaldarárið, eins og síðar verður rakið.

*Steinar Friðgeirsson á langan feril að baki í fremstu röð langhlaupara, sérstaklega í utanvegahlaupum og götuhlaupum. Hann á ÍR-metið í maraþonhlaupi. Ljósm.: Hafsteinn Óskarsson.*

## Þórdís snýr aftur eftir nokkurra ára fjarvistir

Þrátt fyrir góðan vilja þeirra sem í því sjálfboðastarfi standa að halda úti íþróttastarfsemi vilja stundum verða lægðir í starfseminni. Ástæðan getur verið ónóg endurnýjun í keppnishópum og/eða deyfð í unglingastarfi. Árið 1994 var svo komið að félagið gat ekki teflt fram liði í Bikarkeppni 16 ára og yngri þar sem ekkert strákalið var fyrir hendi. Sárara var þó er félagið féll í fyrsta sinn úr efstu deild Bikarkeppni FRÍ þetta sumar. Meginástæður þess voru kynslóðaskipti í kvennaliðinu. Eldri og reyndari keppniskonur höfðu verið að falla út og skortur á 16–20 ára stúlkum til að taka við keflinu af þeim, sérstaklega þó í kastgreinum og spretthlaupum. Dvölin í annarri deild var eins stutt og hægt er, ÍR vann hana árið eftir og komst aftur í hóp þeirra bestu. Tveimur árum seinna hafði liðið eflst svo mjög að það var talið geta velgt sigurvegurum undanfarinna ára, FH, undir uggum. ÍR-ingar voru raunsærri og höfðu sett sér það markmið tveimur árum fyrr að ná a.m.k. þriðja sæti í aðalkeppninni og það gekk eftir. Í kvennaflokki hafnaði ÍR í þriðja sæti en í öðru sæti í karlaflokki.

Fimmtán ára stúlka, Guðný Eyþórsdóttir, varð stigahæst ÍR-inga í keppninni. Mikið mæddi á hinni ungu afrekskonu. Af átta keppendum í grein varð hún önnur í 100 m hlaupi, þriðja í 200 og 400 m og fjórða í langstökki. Auk þess lykilmanneskja í báðum boðhlaupssveitum ÍR sem urðu báðar í þriðja sæti. Stefán Guðjónsson, Martha Ernstsdóttir, Þórdís Gísladóttir og Vésteinn Hafsteinsson unnu eftirminnilega sigra í sínum greinum. Þórdís var nú „komin heim“ á ný eftir nokkurra ára fjarvistir og keppti á ný í bikarkeppninni fyrir sitt gamla félag. Var þetta í 21. skipti sem hún var meðal keppenda í bikarnum en ekki það síðasta. Hún sigraði að vanda í hástökki en tók auk þess þátt í boðhlaupi og 100 m grindahlaupi.

## ÍR komið til að vera á toppnum

Þriðja sætið var sem fyrr segir hlutskipti ÍR og sagði Þráinn Hafsteinsson þjálfari að þar með hefði settu marki verið náð. „Þegar við féllum í aðra deild fyrir tveimur árum settum við okkur það markmið að vinna aðra deildina árið eftir og ná þriðja sæti í fyrstu deild árið eftir og það tókst. Þannig að ég er sáttur í sjálfu sér,“ sagði Þráinn við Morgunblaðið í mótslok. „Við eigum eftir að ala upp sterkari hóp og það kemur með tímanum og því eru nokkrar greinar veikar hjá okkur ennþá. En við erum með ungt lið sem stóð sig vel og sérstaklega var frammistaða Guðnýjar Eyþórsdóttur góð, en hún keppti í mörgum greinum þrátt fyrir ungan aldur. Nú er það ljóst að við ÍR-ingar erum komnir til þess að vera á toppnum.“





Við blasti 1994 að gera þyrfti átak í því að ná fram fjölgun ungra iðkenda í félaginu. Var m.a. gert átak í þjálfunarmálum og Þráinn Hafsteinsson ráðinn yfirþjálfari haustið 1994. Auk hans starfaði fjöldi manns að þjálfuninni og hefur verið svo allar götur síðan. Starfsemi varðandi yngri flokka var efld og fór hún fram í Mjódd í Breiðholtinu, í Laugardalnum og ÍR-húsinu við Túngötu í Vesturbænum. Bar þetta starf fljótlega ávöxt og innan nokkurra ára voru upp úr því sprottnir keppnismenn í fremstu röð í landinu í flestum greinum.

Það var ekki aðeins að Vala Flosadóttir yrði Evrópumeistari innanhúss í stangarstökki árið 1996 og setti í leiðinni heimsmet unglinga. Hún setti einnig íslenskt stúlknamet í hástökki, stökk 1,82 metra í Norðurlandakeppni unglinga í Noregi í september sama ár. Bætti hún 17 ára gamalt met Þórdísar Gísladóttur um tvo sentimetra.

## Aðstaða til æfinga í frjálsíþróttum vígð á ÍR-svæðinu við Skógarsel

Sumarið 1996 bötnuðu skilyrði til æfinga í frjálsíþróttum mjög er vígður var og tekinn í notkun nýr frjálsíþróttavöllur á ÍR-svæðinu við Skógarsel. Hann var fyrst og fremst hugsaður fyrir æfingar og minni mót. Hlaupabrautin var 85 m með átta aðskildum brautum, stökkbrautum fyrir langstökk, þrístökk og hástökk og spjótkastsbraut. Allar voru þær lagðar gerviefni. Þá var og góð aðstaða gerð til kastæfinga. Með vellinum rættist langþráður draumur ÍR-inga að geta boðið upp á góða frjálsíþróttaaðstöðu í félagshverfi sínu, Breiðholtinu. Þessi aðstaða hefur nýst vel allar götur síðan og þar farið fram

*Eftir Evrópubikarkeppni félagsliða kvenna í víðavangshlaupi 1997. Eins og sjá má var hér um sannkallað víðavangshlaup að ræða en þess háttar hlaup hafa ekki verið mikið stunduð á Íslandi hin síðari ár. Frá vinstri: Hulda Pálsdóttir, Martha Ernstsdóttir, Anna Jeeves, Bryndís Ernstsdóttir og Gerður Rún Guðlaugsdóttir.*

æfingar yngri félagsmanna. Ólafur Guðmundsson, besti kringlukastari landsins í lok fjórða áratugar nýliðinnar aldar og fram á þann fimmta, var viðstaddur vígsluna. Við það tækifæri afhenti hann ÍR til varðveislu áletraða kringlu sem félagið hafði gefið honum í viðurkenningarskyni fyrir Íslandsmet í kringlukasti upp úr 1940.

Sú var tíðin að ÍR átti bestu spretthlaupara landsins og Íslandsmet ÍR í 4 x 100 metra boðhlaupi stóð áratugum saman. Á árinu átti ÍR-ingur aðild að Íslandsmeti í þeirri grein, landssveitarmeti, 41,19 sek., sem enn stendur. Þar er um að ræða Jóhannes Má Marteinsson sem leiddi sveitina heim í Evrópubikarkeppni landsliða í Oordegem í Belgíu í júní 1996.

*Jóhannes Már Marteinsson, ÍR-methafi í 100 m hlaupi.*

## Vésteinn jafnar þátttökumet í Ólympíuleikum

Kringlukastarinn Vésteinn Hafsteinsson var orðinn liðsmaður ÍR er hann var valinn til þátttöku á Ólympíuleikunum í Atlanta í Bandaríkjunum 1996. Voru það fjórðu leikar hans í röð en aðeins tveir íþróttamenn höfðu náð þeim áfanga áður að keppa á fernum leikum. Annar þeirra var fyrrverandi sundkappi ÍR, Guðmundur Gíslason. Vésteinn keppti fyrst árið 1984 í Los Angeles, síðan í Seúl 1988 og í Barcelona 1992. Hann var eini ÍR-ingurinn sem náði lágmarki til keppni í Atlanta. Og óhress með árangurinn á EM og HM næstu tvö árin á undan ætlaði „Big V“ – eins og hótelstarfsmenn í Atlanta kusu að kalla hann þar sem þeim fannst erfitt að segja Vésteinn Hafsteinsson – sér stóra hluti.

„Ég ætla mér í úrslit – annars væri ég ekki hérna,“ sagði Vésteinn við Morgunblaðið. Hann hafði æft hjá fyrrverandi heimsmethafanum John Powell um veturinn. Hins vegar meiddist hann um veturinn í fyrsta skipti alvarlega á ferlinum. Gat af þeim sökum ekki kastað kringlu frá marslokum og fram í maí og heldur ekki hlaupið eða hoppað, aðeins stundað lyftingar. Hafði þrátt fyrir mótlætið tekist að ná ólympíulágmarki. „Nú er ég líklega í kringum 40. sæti á heimslistanum og enginn býst við að maður geti neitt. Ég hef hins vegar trú á að ég geti gert góða hluti, ætla að fara alveg brjálaður í mótið og kýla á það!“ sagði Vésteinn. Á átta mótum fyrir leikana kastaði hann að meðaltali sextíu og hálfan metra. Gerði hann sér því talsverðar vonir um að komast í úrslit. Þær vonir rættust því miður ekki. Vésteini tókst ekki vel upp á leikunum, kastaði 56,30 og hafnaði í 32. sæti. Þar með lauk hann löngum ferli í fremstu röð kringlukastara í heiminum. Gerðist Vésteinn þjálfari hjá frjálsíþróttadeildinni að leikunum loknum ásamt því að sjá um kynningu á íþróttinni fyrir deildina í höfuðborginni.

Árla vetrar 1996 lést Guðmundur Þórarinsson, íþróttakennari, þjálfari og forystumaður í frjálsíþróttum um áratuga skeið. Hann þekktu allir sem nálægt frjálsíþróttum komu og reyndar miklu fleiri enda aðsópsmikill og fylginn sér í því sem hann tók sér fyrir hendur. Framlag hans til frjálsíþrótta verður seint metið að fullu en baráttuandi hans mun lengi lifa með ÍR. Lagði hann grunn að miklu veldi ÍR í frjálsum og mestum sóma er minning hans sýnd með því að halda áfram að efla það starf sem hann lagði grunninn að og í þeim anda sem hann starfaði. Guðmundar var minnst daginn sem hann hefði orðið áttræður, 24. mars 2004, með því að stofnaður var minningarsjóður í hans nafni. Fyrstu stjórn sjóðsins skipuðu Jón Þ. Ólafsson, formaður, Gunnar Páll Jóakimsson, Bryndís Hólm og Kristín Ingibjörg Guðmundsdóttir. Sjóðnum er ætlað að styrkja frjálsíþróttastarf á allan hátt og er ekki eingöngu hugsaður fyrir ÍR-inga. Á stofnfundinn mættu á þriðja hundrað manns. Fyrstu styrkþegar sjóðsins voru Kristín Birna Ólafsdóttir ÍR, Einar Daði Lárusson ÍR og Björgvin Víkingsson FH.

## Vel heppnað alþjóðlegt afmælismót og Vala brýtur hvert blaðið í sögunni af öðru

Í tilefni 90 ára afmælis ÍR stóð frjálsíþróttadeildin fyrir veglegu alþjóðlegu afmælismóti innanhúss í janúarlok í Laugardalshöllinni. Mótið heppnaðist einstaklega vel en undirbúningur allur var á herðum bræðranna Vésteins og Þráins Hafsteinssona. Til keppni kom m.a. Evrópumeistarinn í stangarstökki utanhúss, Daniela Bartova, til að etja kappi við Völu Flosadóttur. Eitthvað varð undan að láta í átökunum sem lauk með því að Vala setti heimsmet unglinga en Bartova Evrópumet. Þórdís Gísladóttir gerði sér lítið fyrir og sigraði góða andstæðinga í hástökki. Var frábær stemningin í Höllinni, enda nær 700 áhorfendur sem hvöttu keppendur óspart til dáða. Þar á meðal voru forseti Íslands og borgarstjóri Reykjavíkur ásamt fleirum sem boðið var sérstaklega til mótsins. Mótið var ÍR mikill vegsauki því umfjöllun í fjölmiðlum fyrir og eftir mótið var mikil og m.a. bein útsending frá því í ríkissjónvarpinu.

Á heimsmeistaramótinu innanhúss skömmu seinna náði Vala þeim frábæra árangri að verða áttunda í stangarstökkinu, stökk þó lægra en áður eða 4,00 metra. Náði engu að síður með sætinu besta árangri sem íslensk kona hefur náð á heimsmeistaramóti í frjálsíþróttum frá upphafi. Á EM unglinga um sumarið vann Vala silfurverðlaun, líka með 4,00 m stökki. Hún varð þar með fyrsti Íslendingurinn til að vinna til verðlauna á Evrópumeistaramóti unglinga.

## Guðný í úrslit í 100 m á Ólympíudögum Evrópuæskunnar

Jóhannes Már Marteinsson og Guðný Eyþórsdóttir voru mjög vaxandi spretthlauparar á þessum tíma en Guðný stóð sig frábærlega vel í Bath í Englandi 1995 er hún komst í úrslit 100 metra hlaupsins á Ólympíudögum Evrópuæskunnar, aðeins 14 ára gömul. Var hún þar að keppa við sér þremur árum eldri stúlkur. Hún komst aftur í úrslit tveimur árum seinna, í Lissabon í Portúgal, og varð áttunda. Guðný og Jóhannes Már kepptu á danska innanhússmeistaramótinu í byrjun mars 1997 og urðu bæði í öðru sæti í 60 metra hlaupi. Jóhannes í karlaflokki en Guðný í flokki 15–18 ára stúlkna. Bæði slógu svo rækilega í gegn á Smáþjóðaleikum sem fram fóru í Reykjavík um sumarið. Guðný vann sigur í 100 m hlaupinu, varð þriðja í 200 m og í sigursveit Íslands í 4 x 100m boðhlaupi. Jóhannes Már varð annar í 100 m hlaupi karla og í sigursveit Íslands í 4 x 100m boðhlaupi. Þá gerði önnur ung frjálsíþróttakona í ÍR, Guðbjörg Lilja Bragadóttir, sér lítið fyrir og vann bronsverðlaun í hástökki í Norðurlandakeppni unglinga 20 ára og yngri í Svíþjóð þetta sumar. Hún var 18 ára og setti persónulegt met, stökk 1,69 metra.

*Nokkrir af lykilmönnum ÍR-liðsins á seinni hluta níunda áratugarins. Fremstir eru Vésteinn Hafsteinsson og Jóhannes Már Marteinsson. Fyrir miðju er Guðný Eyþórsdóttir og henni á vinstri hönd er Bryndís Ernstsdóttir. Aftast frá hægri eru Guðbjörg Lilja Bragadóttir, Sigtryggur Aðalbjörnsson, Óðinn Þorsteinsson og Stefán Guðjónsson.*

Vésteinn Hafsteinsson náði þeim áfanga á árinu að keppa í Bikarkeppni FRÍ tuttugasta sinni og var honum færð viðurkenning deildarinnar í tilefni af því. Átti hann sinn þátt í að tryggja ÍR öruggt þriðja sæti í bikarnum sumarið 1997. Skömmu eftir bikarinn skrifaði Sunna Gestsdóttir undir félagaskipti yfir í ÍR og var keppnisliðinu að henni mikill styrkur árið eftir. Þá mættu aftur til keppni landsliðskonurnar Martha Ernstsdóttir og Þórdís Gísladóttir sem báðar fóru í barneignarfrí sumarið 1997. Urðu báðar m.a. Íslandsmeistarar í sínum greinum 1998.

## Metjöfnun Völu var hápunkturinn

Sakir þess hversu afmælismótið tókst vel var ákveðið að endurtaka leikinn 1998 undir nafninu „Stórmót ÍR“ í janúar. Stóð það rækilega undir nafni og tókst frábærlega vel, enda alþjóðlegar stórstjörnur á hverju strái. Fremstir í flokki fóru Tékkarnir Tomas Dvorak, heimsmeistari í tugþraut, og Robert Zmelik, heimsmeistari innanhúss og Ólympíumeistari árið 1992. Við þá og Jón Arnar Magnússon keppti og Chris Huffins, einn besti tugþrautarmaður heims. Þá atti tékkneska konan Daniela Bartova, margfaldur heimsmethafi, kappi við Völu Flosadóttur. Mótið vakti gríðarlega athygli og sjónvarpshorf mældist 35% sem þótti mjög gott á slíkum mælikvarða.

Aðeins vantaði hársbreidd á að Evrópumetið í stangarstökki yrði bætt í Laugardalshöllinni annað árið í röð. Og Vala undirstrikaði að þar var á ferðinni frábær keppnismaður. Hún kunni vel við sig í Höllinni þegar áhorfendur voru með á nótunum. Hún jafnaði fyrst Norðurlanda- og Íslandsmet sitt, 4,20 m, og lét síðan slag standa ásamt Bartovu og lét hækka upp í 4,35 m, sem var tilraun við Evrópumet innanhúss. Vantaði aðeins herslumun á að Vala færi yfir í 2. tilraun. Það tókst ekki en hún sýndi að ekki var langt í land og að hún væri til alls líkleg á Evrópumeistaramótinu á Spáni rúmum mánuði seinna, þar sem hún hafði titil að verja.

Tilraunir Bartovu við 4,35 m voru enn betri, en hún hafði haft orð á því fyrir keppnina að hún ætlaði að reyna við heimsmet. Eins og hjá Völu vantaði ekki nema herslumun í annarri tilraun, Bartova fór yfir og allt virtist í lagi. En er hún var að fagna og hneigja sig fyrir áhorfendum andartaki eftir að hún hafði lent á dýnunni breyttist gleðin í sorg. Sláin féll og var metið því úr sögunni. Gárungar sögðu að munað hefði gegnumtrekk í Höllinni.

## Vala setur heimsmet, missir það í hálfa klukkustund en endurheimtir aftur

Aðeins tæpum hálfum mánuði seinna lét Vala heldur betur fyrir sér finna á móti í Bielefeld í Þýskalandi. Ritaði nafn sitt gullnu letri í íslenska frjálsíþróttasögu, eins og Morgunblaðið komst að orði, er hún setti heimsmet í stangarstökki innanhúss, 4,42 metra. Bætti hún tveggja daga gamalt met Bartovu hinnar tékknesku um einn sentimetra og hafði þar með bætt Íslands- og Norðurlandamet sitt um 22 sentimetra. „Það var ólýsanlegt að fara yfir, lenda í dýnunni og sjá rána á sínum stað fyrir ofan mig,“ sagði Vala eftir mótið.

Hún var fyrsti íslenski frjálsíþróttamaðurinn sem setur heimsmet í ólympískri keppnisgrein. „Ég er þakklát fyrir að verða fyrsti Íslendingurinn til þess að ná þessum áfanga,“ sagði Vala en heimsmetið setti hún í fyrstu tilraun við 4,42 m. „Mér tókst að einbeita mér afar vel og hafði fulla trú á að ég gæti farið yfir og það tókst. Stökkið var mjög gott, hraðinn í atrennunni var góður og ég fór yfir án þess að koma við rána. Það má segja að þetta hafi gerst sjálfkrafa og yndislegt var það,“ sagði hún við Morgunblaðið. Um þrjú þúsund áhorfendur voru á mótinu og að sögn Völu veittu þeir henni gríðarlegan stuðning. „Ég hef aldrei verið á móti þar sem hefur verið önnur eins stemning og áhorfendur vel með á nótunum.“

„Vala sýnir mikinn andlegan styrk og er orðin örugg í keppni. Vala Flosadóttir vekur hvarvetna athygli þar sem hún stekkur á stöng. Hún er hávaxin, fljót, íþróttamannslega byggð og í henni býr hinn íslenski kraftur,“ sagði sænska *Aftonbladet* eftir að hún setti heimsmetið í Bielefeld.

Átta dögum seinna var Vala aftur á ferðinni, nú á sænska innanhússmeistaramótinu í Eskilstuna í Svíþjóð. Keppnin í stangarstökkinu var óvenjuleg að því leyti að meðan hún stóð yfir missti Vala heimsmet sitt frá í Bielefeld en endurheimti það aftur með því að stökkva 4,44 metra í Eskilstuna 14. febrúar. Með því bætti hún hálfrar klukkustundar gamalt met Danielu Bartovu um einn sentimetra.

„Þetta var ótrúlegt og tilfinningin var jafnvel enn betri en þegar ég setti heimsmetið í Bielefeld fyrir viku. Ég fór yfir í annarri tilraun og kom aðeins við rána á niðurleið. Ég lá síðan á dýnunni og horfði á hana titra fyrir ofan mig, en hún hætti því og hékk uppi og heimsmetið var mitt aftur,“ sagði Vala við Morgunblaðið. „Þegar ég var búin að stökkva yfir byrjunarhæðina var tilkynnt í hátalarakerfinu að Bartova hefði bætt heimsmetið mitt um einn sentimetra. Ég hugsaði til hennar og klappaði fyrir henni. Þessar fréttir voru um leið mikil hvatning fyrir mig að ná metinu aftur. Ég var ákveðin í að endurheimta metið og lét hækka í 4,44 eftir að ég hafði stokkið auðveldlega yfir 4,30 metra,“ sagði Vala. Hún felldi á uppleið í fyrstu tilraun. Í þeirri næstu fór hún vel yfir en kom aðeins við rána á niðurleið. Hún titraði aðeins á okunum en hékk uppi og Vala gat fagnað heimsmeti öðru sinni á átta dögum. Sagði Vala að biðin á dýnunni meðan ráin titraði hefði verið erfið en léttir að sjá hana tolla uppi. „Það var yndislegt að upplifa það að setja heimsmet aftur. Ég missti metið í hálfa klukkustund,“ sagði Vala sem tveimur dögum seinna varð tvítug.

*Vala Flosadóttir á Stórmóti ÍR í Laugardalshöll.*

„Þessi árangur gefur mér aukið sjálfstraust fyrir Evrópumeistaramótið sem fram fer í Valencia á Spáni í lok mánaðarins. Þar verður hörkukeppni og ég er næstum viss um að heimsmetið fellur þar. Hvort það verður ég eða einhver önnur sem bætir það skal ósagt látið. Ég lofa engu, geri ávallt mitt besta," bætti Vala við. Eftir að metið var fallið í Eskilstuna fór hún beint í viðtal við sænska ríkissjónvarpið og daginn eftir átti hún að mæta í sérstakan þátt sem sænska stöðin *TV-4* gerði um hana.

## Heimsmetið lagt að veði í harðri keppni á EM í Valencia

Vala náði frábærum árangri á EM innanhúss í Valencia á Spáni, en þar mætti hún til leiks sem Evrópumeistari, Evrópumethafi og heimsmethafi. Náði hún 3. sæti eftir harðvítuga keppni um sigur sem lauk með nýju heimsmeti. Keppnin um verðlaun var geysihörð og ekki útséð fyrr en í blálokin hvernig færi. Vala lagði heimsmet sitt undir og varð á endanum af því, Anzhela Balakhonova frá Úkraínu bætti það um sentimetra og sigraði. Hún tók þá áhættu að byrja seint og kom því óþreytt til keppni þegar aðrir keppendur voru búnir að brenna nokkrum kröftum. Hún notaði aðeins sjö stökk til þess að tryggja sér gullið, á sama tíma og Vala varð að nota 14 stökk til þess að fá brons með 4,40 m. Tékkinn Daniela Bartova varð önnur, stökk jafnhátt og Vala, en notaði færri tilraunir til að ná þeirri hæð. Þegar allar þrjár höfðu farið yfir 4,40 metra var ráin hækkuð í 4,45 m og tilraunir hafnar við nýtt heimsmet. Heimsmethafinn Vala reyndi fyrst og var sú tilraun hennar best. Var hún komin yfir en snerti rána á niðurleið svo hún féll. Svipað gerðist í annarri umferð. Bartova átti í sömu erfiðleikum en Balakhonova fór yfir í fyrstu tilraun og þar með var titillinn hennar.

Vala sýndi mikið keppnisskap og gaf hvergi eftir fyrr en í fulla hnefana. Hún gat borið höfuðið hátt þótt á eftir heimsmetinu sæi og Evrópumeistaratitillinn rynni henni úr greipum. Gerði sitt besta en það nægði ekki að þessu sinni. „Þessi tvítuga ljóshærða stúlka sem var á hvers manns vörum á Evrópumótinu er ljósið sem lýsir upp íslenskt íþróttalíf, öðrum fyrirmynd utan vallar sem innan," skrifaði blaðamaður Morgunblaðsins sem fylgdist með keppninni í Valenciu.

Í tilefni hins góða árangurs Völu og heimsmeta hennar bauð ríkisstjórnin henni upp til að fagna með henni hinum miklu afrekum. Af því tilefni var í vikunni eftir EM sett upp svonefnt Stökkmót ÍR. Í því tóku þátt auk Völu m.a. Anzhela Balakhonova, nýbakaður Evrópumeistari og heimsmethafi. Einnig var keppt í hástökki karla þar sem Einar Karl Hjartarson fékk verðuga keppni jafnaldra sinna frá Norðurlöndum. Mótið fékk frábærar undirtektir og áhorf á beina útsendingu á SÝN var ótrúlegt eða 45%.

## Vala lagði nýbakaðan meistara og methafa

Í stangarstökkinu reyndu þrír af fremstu stangarstökkvurum heims með sér. Og áhorfendur að þessum stórviðburði í íþróttalífinu héldu hvað eftir annað í sér andanum er heimsmethafinn Balakhonova og stolt íslensks íþróttalífs, Vala, gengu óhikað fram og lögðu til atlögu við nýtt heimsmet, 4,46 m. Lítið vantaði á að það tækist en metið stóðst átökin. Vala sigraði í einvíginu, stökk 4,36 m, nýbakaður heimsmethafi og Evrópumeistari varð að sætta sig við 4,31 m og Eszter Szemeredí frá Ungverjalandi stökk 4,26 m. Aldrei hafði kona stokkið hærra í stangarstökki hér á landi en Vala gerði í annarri tilraun við 4,36 m. Áður hafði Daniela Bartova, Tékklandi, stokkið 4,31 m í janúar árið áður er hún bætti Evrópumetið um 1 sm. Um leið bætti Vala sinn fyrri árangur hér á landi um 16 sm og náði fjórða besta stökki ferilsins. Var það góður endir á keppnistímabilinu innanhúss hjá þessari ungu íþróttakonu sem unnið hafði hug og hjarta þjóðarinnar með einstökum árangri.

Á Evrópumeistaramóti utanhúss 1998 í Búdapest gekk Völu ekki eins vel. Hafnaði hún í níunda sæti með 4,15 m sem voru bæði henni og áhugamönnum og stuðningsmönnum nokkur vonbrigði. Óánægja með 9. sætið á EM var til marks um þær miklu kröfur sem gerðar voru til Völu og hvað hún var framarlega í heiminum í íþrótt sinni. Árangur hennar var næstbesti árangur sem íslensk kona hafði náð frá upphafi á EM. Frá Búdapest hélt Vala beint til Danmerkur til að keppa á Norðurlandamóti unglinga. Þar sigraði hún með glæsibrag, stökk 4,00 m.

Einar Karl Hjartarson var orðinn einn af fremstu hástökkvurum Evrópu í flokki unglinga og ávann sér rétt til keppni á mótinu en gat ekki verið með vegna meiðsla.

## Einar Karl setur hástökksmet og frændi Óskars góður í kringlu

Einar Karl var aftur á móti annar tveggja íslenskra keppenda á HM unglinga í borginni Annecy í Frakklandi í lok júlí. Þar stóð hann sig afar vel, setti Íslandsmet í undankeppninni. Stökk 2,18 metra og bætti met gamals ÍR-ings og nafna, Einars Kristjánssonar, um tvo sentimetra. Hann var einn af aðeins fjórum keppendum sem komust inn í úrslitin á HM með því að stökkva yfir tilskilda hæð. Í úrslitunum tókst honum ekki eins vel upp. Sannaði sig engu að síður að hann væri meðal fremstu unglinga í hástökki í heiminum, stökk 2,10 metra og hafnaði í 11. sæti. Afrek Einars Karls skipuðu honum framarlega á alþjóðlega afrekalista í hans aldursflokki. Hið sama var að segja um afrek Óðins Björns Þorsteinssonar, bróðursonar Óskars Jakobssonar, í kringlukasti. Var Óðinn í 20. sæti á Evrópulista í flokki 19 ára og yngri sumarið 1998 þótt aðeins 17 ára væri. Árið eftir bætti Óðinn Björn sig enn frekar og setti Íslandsmet í drengjaflokki, kastaði kringlunni 54,72 metra sem var 20. besti árangur 18 ára unglings frá upphafi í öllum heiminum.

*Einar Karl Hjartarson*

*Einar Karl Hjartarson að stökkva til sigurs á landsmóti UMFÍ á Sauðárkróki árið 2004. Hann er Íslandsmethafi í hástökki 2,25 m úti og 2,28 m inni. Ljósm.: Sigurjón Guðjónsson.*

Svo öflug var starfsemi frjálsíþróttadeildarinnar orðin að aðeins fjórum árum eftir að lið ÍR féll niður í aðra deild var það komið í harða keppni um sigur í Bikarkeppni FRÍ árið 1998. Munaði þar um að straumur ágætra íþróttamanna hafði verið í félagið í lok fyrra árs og byrjun þessa. Fremstur meðal jafningja var Einar Karl Hjartarson sigurvegari á ólympíumóti Evrópuæskunnar í Portúgal 1997, en auk hans má nefna Sigmar Vilhjálmsson spjótkastara Einarssonar, Daníel Smára Guðmundsson, Unnstein Grétarsson, Ólaf Símon Ólafsson, Jóhann Hauk Björnsson og Stefán Má Ágústsson. Háðu ÍR-ingar tvísýna keppni við FH-inga um sigur í heildarkeppninni, en urðu að sætta sig við annað sætið. Kvennaliðið vann glæsilegan sigur í sínum flokki og karlaliðið varð í öðru sæti.

Af framangreindum keppendum, að Einari Karli frátöldum, átti Unnsteinn einna lengstan keppnisferil. Náði hann góðum árangri, sérstaklega í 400 metra grindahlaupi og reyndist jafnan drjúgur liðsmaður þegar kom að Bikarkeppni FRÍ. Í því móti sem og öðrum voru og drjúgir á þessum árum og síðar þeir Sigtryggur Aðalbjörnsson, sem stökk tæpa 15 metra í þrístökki, og Sverrir Guðmundsson stangarstökkvari, sem hæst stökk 4,60 m og var lengi í keppni um verðlaunasæti á mótum.

## Kom óheppni í veg fyrir sigur í Bikarkeppni FRÍ 1998?

Skakkaföll í fyrstu grein mótsins, 400 m grindahlaupi kvenna, og dómsúrskurður þar sem keppandi ÍR, Sunna Gestsdóttir, var dæmd úr leik fyrir að stíga út fyrir braut sína, gerði keppnina mun erfiðari en ella hefði orðið fyrir allt liðið. Sunna kom þriðja í mark og hefði dómur ekki komið til og öll önnur úrslit verið óbreytt hefði aðeins munað þremur stigum að lokum á FH og ÍR en ekki 10, 236:226. Þá varð ÍR fyrir því að spretthlauparinn Jóhannes Már Marteinsson tognaði á lokakaflanum í 200 m hlaupinu á laugardag. Hann hafði unnið góðan sigur í 100 metrum og virtist á góðri leið með að ná öðru eða þriðja sæti í 200 en féll niður í það sjötta við tognunina.

Þrátt fyrir að sigur ynnist ekki að þessu sinni var frammistaða ÍR sú besta frá því það vann lokasigur sinn í keppninni árið 1989 eða í áratug. Var þetta og fyrsti sigur í flokki kynja frá árinu 1990 er kvennaliðið vann einnig. Vésteinn Hafsteinsson þjálfari sagði það hafa verið vonbrigði að markmiðið að vinna bikarinn hefði ekki náðst. Óheppni hefði gert keppnina erfiðari en ella. Vésteinn keppti í kringlukasti fyrir ÍR og vann sigur. Sagðist hafa átt von á því, „af gömlum vana“, og þrátt fyrir að hafa bara „trimmað“ í kringlukasti um sumarið.

„Að auki heiti ég því að keppa aldrei framar í bikarkeppni, en ég hef tekið þátt í henni í tuttugu og eitt skipti. Ég er búinn með kvótann. Við eigum unga kastara hjá ÍR, sem halda merkinu á lofti,“ sagði Vésteinn við Morgunblaðið.





Vala Flosadóttir kvaðst hafa orðið fyrir vonbrigðum með niðurstöðu Bikarkeppninnar. „Við stefndum vissulega á sigur, en komum bara brjáluð til leiks á næsta ári,“ sagði hún. Vala hætti eftir að hafa stokkið fjóra metra í keppninni og sigrað, enda buðu aðstæður ekki upp á mikil afrek í greininni, mjög kalt var og blautt. Meðal helstu tíðinda í keppninni var að ungur og efnilegur kastari úr ÍR, Guðleif Harðardóttir, sló Íslandsmetið í sleggjukasti kvenna. Kastaði 41,46 m í næstsíðasta kasti sínu. Undirstrikaði það í lokakastinu sem mældist aðeins einum sm styttra, 41,45 m. Bætti hún ársgamalt met um 10 sm. Guðleif hafði oft höggvið nærri metinu í mótum sumarsins áður en það féll. Hún bætti einnig árangur sinn verulega í kringlukasti. Kastaði lengst 41,17 m sem var næstbesti árangur ÍR-ings frá upphafi. Einungis félagsmet Margrétar Óskarsdóttur, sem lengi var félaginu drjúg á níunda og tíunda áratugnum, var betra.

## B-liðið vann sig upp í 1. deild

Það var til marks um gróskuna í starfi frjálsíþróttadeildar ÍR árið 1998, aðeins nokkrum árum eftir þó nokkra deyfð, að félagið sendi B-lið sitt til keppni í 2. deild Bikarkeppni FRÍ. Var það að mestu skipað ungu og efnilegu fólki úr unglingaflokki. Liðið gerði sér lítið fyrir og náði öðru sæti og vann sér þannig rétt til að keppa í 1. deild árið eftir. Stefndi því í að ÍR yrði með tvö lið í 1. deild í Bikarkeppni FRÍ 1999. Ef úr því hefði orðið hefði það orðið í fyrsta skipti í sögu bikarkeppninnar að tvö lið frá sama félagi kepptu í efstu deildinni. ÍR varð eina ferðina enn í öðru sæti í keppninni það ár. Uppistaðan í B-liðinu voru unglingar sem síðar um sumarið unnu sigur í stigakeppni MÍ 15–18 ára. Var það fyrsti sigur í sögu félagsins í þessu móti en til þess voru sendir 38 keppendur eða fleiri en nokkru sinni. Til marks um efniviðinn í félaginu á þessum tíma sigruðu ÍR-telpur í flokki 13 ára og urðu í öðru sæti í flokki 14 ára telpna á MÍ 12–14 ára. Stór hluti þessara ungmenna tók þátt í keppnisferð til Helsingjaborgar í Svíþjóð í júlí, en þangað lögðu 48 ÍR-ingar leið sína. Keppt var á þremur mótum, þar af tveimur stórum alþjóðlegum unglingamótum. Ferðin, sem hafði verið í undirbúningi í tæpt ár, heppnaðist mjög vel. Á annað hundrað persónuleg met voru sett í ferðinni, glæstir sigrar unnir og heim kom hópurinn með mikið safn verðlaunapeninga.

Í vetrarbyrjun fóru 13 langhlauparar félagsins í frægðarför norður að Hrafnagili í Eyjafirði til keppni í Víðavangshlaupi Íslands. ÍR-ingar höfðu talsverða yfirburði í mótinu. Kepptu þeir í sjö flokkum hlaupsins og átti ÍR fyrsta mann í mark í fimm þeirra auk þess sem félagið vann sveitakeppni karlaflokks og kvennaflokks. Daníel Smári Guðmundsson vann karlaflokkinn, Bryndís Ernstsdóttir kvennaflokkinn, Stefán Ágúst Hafsteinsson drengjaflokk, Gígja Gunnlaugsdóttir meyjaflokk og Rakel Ingólfsdóttir telpnaflokk.

*Unnsteinn Grétarsson grindahlaupari og burðarás ÍR-liðsins í nokkur ár í hörkukeppni við Björgvin Víkingsson FH í 400 m grindahlaupi. Ljósm.: Sigurjón Guðjónsson.*

*Fríða Rún Þórðardóttir keppniskona til margra ára og unglingalandsliðsþjálfari að undirbúa sig fyrir keppni. Hún á langan keppnisferil að baki og er enn í fremstu röð. Ljósm.: Sigurjón Guðjónsson.*

Meðal efnilegra frjálsíþróttamanna ÍR 1998 og 1999 var ungur Hornfirðingur, Vigfús Dan Sigurðsson. Hann setti um hundrað Íslandsmet í kastgreinum í yngri flokkum, þar af tugi sem ÍR-ingur. Hann gerði nokkurra ára hlé á æfingum og keppni en hefur tekið þráðinn upp að nýju og keppir fyrir ÍR á ný.

## Vala hársbreidd frá gullinu á heimsmeistaramótinu innanhúss 1999

Vala Flosadóttir sá til þess að árið 1999 var með þeim viðburðaríkustu í sögu frjálsíþróttadeildar ÍR er hún vann til silfurverðlauna á heimsmeistaramótinu innanhúss í Maebashi í Japan í byrjun mars. Stökk hún 4,45 metra sem átti eftir að reynast hennar mesta hæð innanhúss. Með stökkinu bætti hún Norðurlandamet sitt um einn sm. Vala var reyndar aðeins hársbreidd frá því að verða heimsmeistari og vinna gullverðlaunin. Hún hafði forystu á lokasprettinum þegar keppnin hafði snúist upp í einvígi hennar og Nöstju Ryshich frá Þýskalandi um sigurinn. Báðar fóru 4,45 og Vala stóð betur að vígi, fór yfir þá hæð í fyrstu tilraun. Ryshich náði hins vegar að lyfta sér yfir 4,50 metra í þriðju og síðustu tilraun. Sú hæð var Völu um megn þótt litlu hafi munað í tveimur tilraunum af þremur. Var annað sætið besti árangur íslensks frjálsíþróttamanns á heimsmeistaramóti. Vala hafði með því bætt á sig fleiri afreksblómum og voru þó mörg fyrir. Og aldrei áður hafði þurft að stökkva hærra til þess að vinna gullverðlaun á stórmóti, fram að mótinu í Maebashi hafði sigurvegari á stórmóti stokkið hæst 4,45 metra.

En hvernig leið Völu þegar hún sá að gullverðlaunin voru runnin úr greipum hennar? spurði Morgunblaðið hana. „Auðvitað voru það pínulítil vonbrigði, en það var ekki aðalmálið. Ég vann silfrið og stóð mig vel, þannig að ég er virkilega ánægð. Þetta er besti árangur minn á ferlinum," sagði Vala og taldi þetta vera stærri stund en sigurinn á Evrópumeistaramótinu tveimur árum áður. „Þetta var lengsta og erfiðasta keppni sem ég hef tekið þátt í. Alls vorum við úti á vellinum í nærri fimm tíma auk upphitunar og því var maður orðinn lúinn þegar líða tók að lokum. Eigi að síður voru tilraunir mínar við 4,50 metra í lagi þar sem annað stökkið var best. Það vantaði ekki mikið upp á að ég færi yfir."

Vala fór sem sagt ekki tómhent frá þessu stórmóti en auk silfurpeningsins þyngdist pyngja hennar af annars konar silfri. Auk hefðbundinna verðlaunapeninga voru annars konar peningar í boði á mótinu, harður gjaldeyrir. Fékk Vala jafnviði rúmlega einnar milljónar króna í verðlaun fyrir annað sætið í stangarstökkinu. Ryshich fékk hins vegar 2,6 milljónir fyrir sigurinn og þriðja sætið gaf 525 þúsund krónur.

## Íslandsmet Einars Karls hápunkturinn

Einar Karl Hjartarson var hetjan á stökkmóti á Akureyri um miðjan mars. Tvíbætti hann Íslandsmetið í hástökki, stökk fyrst 2,17 og lyfti sér síðan glæsilega yfir 2,20 metra með góðum stuðningi áhorfenda. „Þetta var alveg frábært. Ég er búinn að reyna stíft við Íslandsmetið að undanförnu og það tókst núna, eða loks í þriðju tilraun við 2,17. Þá var ég kominn í mikið stuð og áhorfendur voru svo góðir að ég gat ekki brugðist þeim," sagði Einar Karl í sigurvímu við Morgunblaðið. Urðu heimsfrægar hetjur að sætta sig við að hverfa í skugga hins 18 ára Húnvetnings úr ÍR. Hann stefndi hátt í Íþróttahöllinni á Akureyri. Er hann reyndi við nýtt Íslandsmet, 2,17 metra, lyftu áhorfendur honum bókstaflega yfir rána í þriðju tilraun með gríðarlegum stuðningi. Þeir hvöttu hinn unga stökkvara áfram til dáða og ætlaði því allt um koll að keyra er Íslandsmet í hástökki innanhúss hafði litið dagsins ljós á Akureyri. „Einar var í skýjunum, áhorfendur trylltir, stemningin mögnuð og menn vildu meira. Þegar ráin var hækkuð í 2,20 metra var Einar ekkert að tvínóna við hlutina heldur vippaði sér yfir í fyrstu tilraun og eflaust hefur stuðningur áhorfenda gefið honum einhverja millimetra. Hvílíkur fögnuður!" sagði í frásögn blaðsins. Einar reyndi síðan þrisvar við 2,22 en sú hæð varð að bíða þar til síðar.

Nokkrum dögum seinna lagði hann afburða hástökkvara og heimsmeistarann í sjöþraut, Sebastian Chmara frá Póllandi, að velli á stökkmóti ÍR í Laugardalshöll. Hæðirnar voru þó ekki eins miklar og á Akureyri. Báðir stukku 2,11 metra í fyrstu tilraun en felldu 2,15 í þrígang. Þá þurfti umstökk til að útkljá hvor hlyti fyrsta sætið. Reyndu fyrst við 2,15 en felldu báðir, þá var lækkað í 2,13 og aftur féll ráin. Þá var farið í 2,11 metra og Einar Karl fór yfir og tryggði sér sigur. Á mótinu vann „hin síunga" Þórdís Gísladóttir hástökk kvenna, stökk 1,74 metra, á 38. aldursári.

Einar Karl sýndi það strax á Stórmóti ÍR í janúarlok 1999 að hann væri til alls líklegur því þar tókst hann á við tvo ágæta norska stökkvara og einn breskan, m.a. Norðmanninn Steinar Hoen, Evrópumeistarann utanhúss frá 1994, sem stokkið hafði 2,36 metra. Hoen vann sigur á ÍR-mótinu og stökk 2,24 en Einar Karl varð annar með 2,15 metra. Sömu hæð stökk hann við fábrotnar aðstæður í Kringlunni nokkrum dögum áður er þar fór fram kynning á frjálsíþróttum.

## Vala kom fram hefndum og varð Evrópumeistari öðru sinni

„Ég þurfti bara að stökkva hærra, það er ekkert flóknara en það," sagði Einar Karl eftir að hann hafði gert þrjár misheppnaðar tilraunir við nýtt Íslandsmet, 2,20. Metið var 2,16 m og yljaði Einar áhorfendum með miklu keppnisskapi. Stökk Hoens var það hæsta sem stokkið hefur verið innanhúss hér á landi. Einar Karl bætti svo Íslandsmet sitt í hástökki utanhúss í 2,22 m um sumarið og sýndi enn að hann var í allra fremstu röð hástökkvara í yngri aldursflokkum. Á Stórmóti

ÍR beið Vala Flosadóttir lægri hlut í einvígi við Anzhelu Balakhonovu frá Úkraínu, stukku þær 4,10 og 4,20 metra. Fjöldi erlendra stjarna keppti ásamt fremstu keppnismönnum Íslands. Áhorfendur voru nálægt 1.200 og höfðu aldrei verið fleiri á frjálsíþróttamóti innanhúss. Sýnt var frá því í beinni útsendingu RÚV á besta útsendingartíma og fékk mótið um 50% áhorf sem er með því besta sem íþróttaviðburðir mælast með.

*Íslandsmeistarar í boðhlaupum 1999 (4 x 800 og 4 x 1.500): Burkni Helgason, Stefán Ágúst Hafsteinsson, Stefán Már Ágústsson, Arnaldur Gylfason og Gunnar Karl Gunnarsson. Arnaldur á besta tíma Íslendings (4:49:28) í „Laugavegshlaupinu" frá Landmannalaugum í Þórsmörk. Ljósm.: Gunnar Páll Jóakimsson.*

Einvígi þeirra Völu Flosadóttur og Nöstju Ryshich frá Þýskalandi á HM innanhúss í Japan var ekki eina stórmótsrimma þeirra á árinu. Þær tókust einnig á um sigur á Evrópumeistaramóti unglinga 22 ára og yngri í lok júlí í Gautaborg. Þá hafði Vala betur og sneri dæminu frá HM við. „Þetta var yndislegur sigur og virkilega mikilvægur, ekki síst í ljósi þess að mér tókst að vinna Nöstju Ryshich sem vann mig naumlega á HM innanhúss í vetur," sagði Vala. Þar með hampaði hún Evrópumeistaratitli öðru sinni, stökk 4,30 metra, 5 sentimetrum hærra en Ryshich. Hún sagði sigurinn gefa sér byr í seglin fyrir heimsmeistaramótið. Vala fór yfir allar hæðir í fyrstu tilraun. Þegar upp í 4,30 metra var komið voru þær Ryshich einar eftir. Sú var á undan í stökkröðinni og hafði fellt í tvígang 4,30 er Vala fór yfir í öðru stökki. Ryshich hugðist þá ná frumkvæði með því að nota þá einu tilraun sem hún átti eftir á 4,30 metra til þess að fara yfir 4,35 metra. Það tókst ekki og gullverðlaunin voru Völu sem gerði tilraun við nýtt Íslandsmet utanhúss, 4,40 metra, en tókst ekki.

Sigurinn á EM unglinga reyndist ekki sú lyftistöng sem Vala hafði vonast eftir á heimsmeistaramótinu utanhúss í Sevilla tæpum mánuði seinna. Hún var frekar óánægð með árangur sinn á HM en hún hafnaði í 12. sæti með 4,25 metra, var talsvert undir eigin væntingum og annarra.

„Ég var alveg hrikalega óánægð með mig í gærkvöldi, en nú daginn eftir er ég aðeins að jafna mig og sé að það þýðir ekkert að gráta þetta, heldur horfa á árið í heild því á árinu hafa verið frábærir áfangar eins og silfrið á HM innanhúss og Evrópumeistaratitill 23 ára og yngri. Ég viðurkenni það hins vegar fúslega að mér leið mjög illa eftir að ég hafði lokið keppni, ég hafði ætlað mér mun meira en raun varð á," sagði Vala daginn eftir keppnina við Morgunblaðið.

Hún átti í vandræðum frá byrjun og virkaði ekki eins örugg og oft áður.





Felldi byrjunarhæðina, 4,00 metra, í tvígang áður en hún fór yfir í þriðju tilraun og í sömu erfiðleikum átti hún með aðrar hæðir. Stökk á kröftum fremur en tækni og sagði niðurstöðuna mikil vonbrigði eftir erfiðar æfingar sem hún hafði lagt á sig til að standa vel að vígi á mótinu. Sagðist bara þurfa að leggja enn harðar að sér til að halda í við þær bestu. Kvaðst þurfa að æfa meira og betur en hún hefði gert, létta sig aðeins og æfa og styrkja hugann enn frekar til þess að vera tilbúin í átökin við þær bestu á stærstu mótum. „Á næsta ári eru Ólympíuleikar og þá verður keppt í stangarstökki kvenna í fyrsta sinn. Þar ætla allir að leggja sig fram og ég mun ekkert gefa neitt eftir þar," sagði Vala. Flestum er víst kunnugt um árangur hennar á leikunum í Sydney á þúsaldarárinu.

## Óvenjuleg ákvörðun hjá Mörthu og deildarstjórnin án formanns!

Martha Ernstsdóttir tók nokkuð óvenjulega en líklega skynsamlega ákvörðun er hún ákvað að hætta við þátttöku í maraþonhlaupi á HM í Sevilla. Þegar ljóst var hvert stefndi með veðurfar um hálfum mánuði fyrir mót ákvað hún að fara hvergi; treysti sér ekki til þess að keppa í þeim mikla hita sem vænta mátti mótsdagana. Reiknað var með að hitinn gæti orðið allt að 40 gráður í Sevilla er maraþonhlaupið færi fram en hún hafði unnið sér rétt til þátttöku í því. Hún hafði keppt í hálfmaraþonhlaupi í Svíþjóð um sumarið í 28 stiga hita. Var tveimur sekúndum frá sínu besta en komst þá að því að það ætti ekki við hana að hlaupa í svo miklum hita, hvað þá enn meiri eins og búast mátti við á HM.

*Þráinn Hafsteinsson og Þórdís Gísladóttir yfirþjálfarar deildarinnar frá árinu 2000. Þau hafa byggt upp mikið og gott unglingastarf sem skilar sér vel á 100 ára afmæli félagsins.*

Um haustið 1999 hætti Jón Sævar Þórðarson sem þjálfari hjá ÍR og Þráinn Hafsteinsson einnig. Kúbverjinn Alberto Moreno Borges tók við sem aðalþjálfari meistaraflokks. Sú óvenjulega staða kom upp á aðalfundi frjálsíþróttadeildarinnar í desember 1999 að kosinn var hópur manna í stjórn án þess að formannskosning færi fram. Skyldi reynt að finna hann úr hópnum en er verkaskipting skyldi ákveðin á fyrsta fundi vildi enginn takast á við formannsembættið og var því ákveðið að stjórnin yrði án formanns. Þrátt fyrir það gekk starfsemin sinn vanagang en formið komst í samt lag aftur haustið 2000 er deildinni var kosinn formaður á næsta aðalfundi. Hið sama haust tóku hjónin Þráinn Hafsteinsson og Þórdís Gísladóttir við umsjón þjálfunar yngri flokka félagsins. Allar götur síðan hafa þau verið kjölfesta í starfi deild-

arinnar og þjálfun. Má segja að þau hafi borið merki félagsins í sama anda og Guðmundur Þórarinsson áður og framlag þeirra gríðarlega mikið.

Á þúsaldarárinu efndi ÍR fjórða árið í röð til stórmóts í Laugardalshöll snemma árs. Tókst það einstaklega vel sem fyrr. Meðal keppenda voru fremstu frjálsíþróttastjörnur Íslands og erlendir keppendur voru tólf, þrír fjölþrautarmenn, fjórir hástökkvarar, þrír stangarstökkvarar og tveir sprett- og grindahlauparar. Kunnastir þeirra voru þrír Tékkar: Fjölþrautarmaðurinn Roman Sebrle og stangarstökkvararnir Daniela Bartova og Pavla Hamackova, nýbakaður Evrópumeistari kvenna innanhúss. Skömmu fyrir mótið stökk Vala 4,40 metra á móti í Landau í Þýskalandi og sigraði. Eftir að hún hafði stokkið yfir sigurhæðina lét hún hækka í 4,50 metra og átti þrjár ágætar tilraunir við þá hæð en hafði ekki erindi sem erfiði. Það þótti lofa góðu fyrir EM í Gent í Belgíu en þar varð Vala að gera sér 4,30 metra að góðu og fjórða sæti. Hamackova sigraði óvænt og stökk 4,40 m.

## Einhver mesti árangur íslenskrar íþróttasögu

Heitið hafði verið á Völu að bætti hún Evrópumetið myndi hún aka frá Laugardalshöllinni á nýrri bifreið sem stóð á gólfi hallarinnar meðan mótið fór fram. Evrópumetið var 4,56 m og því talsvert stökk fyrir Völu til að ná því. Ekki fór þó svo að hún æki burt á bílnum góða. Stemningin var góð og það var gaman í Höllinni. Vala var nærri því að fara yfir 4,50 á mótinu, sem orðið hefði nýtt Íslands- og Norðurlandamet, en felldi naumlega. Stökk hún 4,38 m og varð önnur á eftir Bartovu, rétt eins og á ÍR-mótunum 1997 og '98. Vann hins vegar nýbakaðan Evrópumeistara, Hamackovu.

Vala hafði á mótum vetrarins stokkið átta eða níu sinnum yfir 4,30 en sumarið áður komst hún aðeins einu sinni yfir þá hæð. Sagði það ætti að létta sér ólympíusumarið sem framundan var. „Ég er sterkari og hraðari auk þess sem ég hef breytt tækni nokkuð sem ég tel að eigi enn frekar eftir að skila sér í framtíðinni. Ég er sífellt að vinna í því að bæta mig á sem flestum sviðum. Árangurinn í vetur undirstrikar að ég er á réttri leið og hef verið að gera rétta hluti á æfingum," sagði Vala við Morgunblaðið eftir mótið sem var hið síðasta innanhúss fyrir Ólympíuleika.

Árangur hennar utanhúss um sumarið 2000 er einhver sá mesti í íslenskri íþróttasögu og við áramót kusu íþróttafréttamenn hana Íþróttamann ársins. Flest annað féll í skuggann en aðrir ÍR-ingar náðu þó góðum árangri. Næstur Völu gekk Einar Karl Hjartarson sem bætti Íslandsmet sitt í hástökki í 2,24 metra. Og meðal góðra sigra hans stóð Einar á efsta þrepi verðlaunapallsins á Norðurlandamóti unglinga sem fram fór í Borgarnesi í ágúst. Fjórða árið í röð varð ÍR svo í öðru sæti í Bikarkeppni FRÍ.





Einar Karl ætlaði sér að komast á Ólympíuleikana í Sydney og var ekki fjarri því að ná lágmarki. Á Stórmóti ÍR felldi hann ólympíulágmarkshæðina, 2,25 m, naumlega eftir að hafa farið yfir 2,21 í annarri tilraun. Í janúarlok gerði Einar sér lítið fyrir og stökk 2,24 metra í Laugardalshöll. Þar vantaði aðeins einn sentimetra upp á farseðilinn til Sydney. Og með stökkinu jafnaði hann besta afrek sem náðst hafði í hástökki innanhúss hér á landi; afrek Norðmannsins Steinars Hoen frá árinu áður. Á ÍR-mótinu bætti Írinn Brendan Reilly um betur og stökk 2,28 m. Árangur hans var sá besti sem náðst hafði í hástökkskeppni hér á landi. Svíinn Patrick Sjöberg hafði áður stokkið 2,26 m utanhúss í Evrópubikarkeppninni sem fram fór á Valbjarnarvelli sumarið 1985.

## Vala, þú getur þetta!

Seint mun geislandi bros Völu Flosadóttur, eftir að hún fór yfir hverja hæðina af annarri í stangarstökkinu á Ólympíuleikunum í Sydney, líða þeim úr minni sem fylgdust með keppninni. Hvorki þeim sem viðstaddir voru né þeim sem á útsendingar sjónvarps horfðu. Það var eins og hið breiða og innilega gleðibros umlykti leikvanginn og heima í stofu. Menn hrifust með og hvöttu hana ósjálfrátt er hún var að slást um verðlaun og lagði til atlögu við hverja hæðina af annarri. Hún virtist þá hvísla einhverju að sjálfri sér; fara ef til vill með einhverja þulu til að létta sér leikinn. En hvað var hún að segja? „Vala, þú getur þetta!" var allt og sumt sem hún sagði ítrekað við sjálfa sig fyrir hvert stökkið á fætur öðru uns hún var með bronsverðlaunin í höndum. Það hreif og það dugði; jákvætt hugarfar getur létt mönnum erfiðið á ögurstundu sem þessari.

*Vala Flosadóttir að stökkva á Ólympíuleikunum í Sydney í Ástralíu árið 2000.*

„Þessi orð blésu henni þann kraft, þann styrk sem þurfti til að vinna stórkostlegt afrek, eitt hið mesta í sögu landsins á sviði íþrótta að minnsta kosti," skrifaði Ívar Benediktsson blaðamaður Morgunblaðsins sem viðstaddur var hina sögulegu stund í Sydney. Og hann hélt áfram: „Vala stökk 4,50 metra og bætti eigið Íslands- og Norðurlandamet um 14 sentimetra. Aðeins heimsmethafinn og heimsmeistarinn Stacy Dragila frá Bandaríkjunum og heimamaðurinn Tatiana Grigorieva stukku hærra, 4,60 og 4,55. Það var svo sannarlega hátíðarstund fyrir hina fáu Íslendinga sem voru meðal rúmlega 112.000 áhorfenda á ólympíuleikvanginum og hjá fáum var meiri gleði og stolt. Ekki einasta var þarna keppt í úrslitum kvenna í fyrsta sinn og Íslendingurinn á meðal keppenda, heldur vann Vala hug og hjarta áhorfenda strax með geislandi framkomu og frábærri frammistöðu á ólympíuleikvanginum.

Fyrst íslenskra kvenna í úrslitum á Ólympíuleikum gekk Vala öruggum skrefum fram á sviðið, sýndi fumlausa frammistöðu og uppskar samkvæmt því, bronsverðlaun, mesta íþróttaafrek sem Íslendingur hefur unnið frá því Bjarni Friðriksson vann bronsverðlaun í júdó á leikunum 1984. Og það sem meira er, á ný varð Ástralía staðurinn; þar vann Vilhjálmur Einarsson Íslendingsins mesta afrek er hann vann silfurverðlaunin í þrístökkskeppni á Ólympíuleikunum í Melbourne fyrir 44 árum, afrek sem lengi hefur staðið upp úr í íslenskri íþróttasögu. Hér eftir verður nafn Völu Flosadóttur skráð gullnu letri í Íslandssöguna. Stundin sem hún steig upp á verðlaunapallinn og tók við verðlaunum sínum og íslenski fáninn blakti við hún líður þeim löndum hennar sem viðstaddir voru aldrei úr minni. Ísland var sýnilegt milljónum manna um allan heim, þökk sé Völu Flosadóttur, ásýnd eyjunnar í norðri gat ekki verið glæsilegri. Gleði 280.000 manna eyþjóðar endurspeglaðist í hetjunni."

## Öryggið uppmálað í úrslitakeppninni

Vala var vel upplögð í Sydney og virtist njóta sín frammi fyrir rúmlega hundrað þúsund áhorfendum í stúkum vallarins. Svo skemmtilega vill til að hún var fimmtugasti íslenski frjálsíþróttamaðurinn sem valdist til keppni á Ólympíuleikum. Öryggið uppmálað renndi hún sér yfir hverja hæðina af annarri. Meðan keppinautarnir virtust eiga í basli var allt eitthvað svo auðvelt og öruggt hjá henni. Gamall og sigurstranglegur keppinautur féll fljótt úr leik, Anzhela Balakhonova frá Úkraínu, Evrópumeistari og methafinn og silfurhafinn frá HM árið áður, féll fyrst úr. Aðrir skæðir keppinautar Völu dugðu lengur, s.s. Stacy Dragila frá Bandaríkjunum, Daniela Bartova frá Tékklandi, heimamaðurinn Tatiana Grigorieva og Þjóðverjarnir Nicola Humbert og Yvonne Buschbaum, sem varð heimsmeistari innanhúss 1999 eftir mikla keppni við Völu. Að því kom að nýtt Íslands- og Norðurlandamet, 4,40 m, sá dagsins ljós og ekkert lát virtist ætla að verða á. Það bætti hún með einu öruggu stökkinu enn í 4,45 og loks fór hún hárfínt yfir 4,50.

Verðlaun voru þá í augsýn og Vala leyfði sér að veifa til áhorfenda sem veitt höfðu henni stuðning. Því þótt Bartova, Dragila og Grigorieva færu einnig yfir 4,50 stóð Vala þeim öllum fremri vegna þess að hún hafði aldrei fellt. Breikkaði því bros hennar til muna þegar hún fór þá hæð sem aðrar í fyrstu tilraun. Hærra fór hún ekki en er hún reyndi við 4,55 í þriðja og síðasta sinn var bronsið orðið hennar. Voru þá allir keppinautarnir úr leik nema Grigorieva og Dragila sem fóru yfir þá hæð.

Ævintýri gerðust í Sydney og Vala var komin á verðlaunapall á Ólympíuleikum, fyrst íslenskra kvenna. Hún hafði ekki aðeins unnið mikið persónulegt afrek og skráð nafn sitt um ókomin ár í íslenska íþróttasögu. Íslenska þjóðin fylgdist með keppninni af hrifningu og stóð á öndinni af spenningi. Fólk þyrptist að sjónvarpstækjum á vinnustöðum, heimilum og veitingahúsum. Fögnuður þess varð mikill þegar ljóst varð að Vala hlyti bronsverðlaunin. Hið unga ljósa man vann hug og hjarta landa sinna og gladdi þá með hinu frábæra afreki sínu, fallegri framkomu og hógværð. „Íslendingar eru svo sannarlega stoltir af Völu Flosadóttur," sagði í forystugrein Morgunblaðsins og endurspeglaði hún tvímælalaust viðhorf landa hennar.

## „Stór stund fyrir íslenskt íþróttalíf"

Viðbrögð forseta Íþrótta- og ólympíusambands Íslands, Ellerts B. Schram, sem var viðstaddur keppnina, þótti blaðinu lýsa vel þeim hughrifum, sem Íslendingar urðu fyrir við árangur Völu. „Ég er nánast orðlaus. Þetta er stór stund fyrir íslenskt íþróttalíf. Hér voru yfir eitt hundrað þúsund áhorfendur á stærsta kvöldi frjálsíþróttakeppninnar og okkar stúlka var svo sannarlega í sviðsljósinu með sitt fallega bros og mikla keppnisskap. Það var hreint stórkostlegt að sjá Völu lyfta sér yfir hverja hæðina á fætur annarri og vera öryggið uppmálað. Ég held að þetta sé eitthvert mesta afrek sem íslenskur íþróttamaður hefur unnið," sagði Ellert.

*Vala Flosadóttir (l.t.v.) á verðlaunapalli á Ólympíuleikunum í Sydney í Ástralíu árið 2000, ásamt Dragila (í miðjunni) og Grigorievu.*

Eftir að hafa orðið fyrsti Evrópumeistari sögunnar í stangarstökki kvenna á EM innanhúss 1996 hafði hún haldið sínu striki þótt ekki hafi lífið alltaf verið dans á rósum frekar en hjá öðrum afburða

íþróttamönnum. „En elja, þolinmæði og einstakt keppnisskap hefur sýnt að hún er best þegar mest á reynir. Brons á EM innanhúss 1998 og tvö heimsmet á sama ári, silfur á HM innanhúss í Japan 1999, gull á EM unglinga í fyrra og silfur tveimur árum áður svo fátt eitt sé upptalið. Það er ekki hægt að biðja um glæsilegri afrekaskrá hjá 22 ára gamalli stúlku sem sagði heimsbyggðinni að keppni lokinni að hún væri þjóð sinni þakklát fyrir að hafa veitt sér tækifæri til þess að keppa fyrir hennar hönd á Ólympíuleikum. Sú hin sama þjóð og sendi hana á að vera stolt og þakklát fyrir að eiga hetjuna, Völu Flosadóttur, fyrir dóttur. Vala, þú gast það," skrifaði Ívar Benediktsson frá Sydney.

Frammistaða Völu og annarra íslenskra íþróttamanna á Ólympíuleikunum í Sydney var talin myndu virka sem vítamínsprauta á íþróttalífið í landinu. Fyrir þá, sem mundu gullöld frjálsíþróttanna á Íslandi um miðja 20. öldina, voru leikarnir vísbending um að Clausensbræður, Finnbjörn Þorvaldsson, Gunnar Huseby, Torfi Bryngeirsson og Vilhjálmur Einarsson hefðu eignast verðuga arftaka.

## Ætlaði að sýna ömmu og afa verðlaunapeninginn

Hátíðarstemning var á Keflavíkurflugvelli er Vala kom til landsins nokkrum dögum eftir leikana. Tók Björn Bjarnason menntamálaráðherra á móti henni ásamt forkólfum í íþróttaforystunni og félögum hennar úr ÍR. „Þarna voru margir krakkar úr ÍR komnir og ég fékk veglegar móttökur. Ég er ÍR-ingur og lít á mig sem slíkan þótt ég búi í Svíþjóð," sagði Vala við Morgunblaðið sem skrifaði um heimkomuna. Í farteskinu hinnar ungu konu, sem Svíar vildu fá til að gerast sænskur ríkisborgari og keppa fyrir Svíþjóð, var verðlaunapeningurinn góði frá Sydney sem hún sýndi stolt. Peningurinn sem hún vildi ekki vinna fyrir Svíþjóð því hún var Íslendingur fyrst og síðast og ekki kom til greina annað en að keppa fyrir Íslands hönd, eins og áður er vikið að. Römm var sú taug … og hann ætlaði hún að fara með austur til Egilsstaða nokkrum dögum seinna og sýna ömmu sinni og afa.

## Hugurinn vildi lengra en lappirnar ekki

Það voru Mörthu Ernstsdóttur gífurleg vonbrigði að þurfa að hætta í maraþonhlaupinu í Sydney. Eftir um 16–17 kílómetra gerðu gömul meiðsl vart við sig og fæturnir vildu ekki lengra. Lítt fyrir það gefin að gefast upp á slíku móti þrjóskaðist hún við. Og er hún hugðist loks gefa eftir og stoppa eftir 25 km skárust áhorfendur í leikinn. Bókstaflega ýttu henni áfram og hvöttu hana til dáða. „Áhorfendur vildu bara ekki að ég hætti," sagði Martha við Morgunblaðið eftir hlaupið. Hélt hún áfram spölkorn í viðbót og þótt hugurinn vildi lengra vildu lappirnar það ekki eftir 27 km. Það var henni mjög erfið ákvörðun að hætta. „Þetta eru mér gríðarleg vonbrigði," sagði Martha. Hugurinn stóð til þess





að standa sig betur þar sem þetta var fjórða tilraun hennar til að ná lágmarki á Ólympíuleika og hafði ekki tekist fyrr en nú.

Þátttaka Mörthu í leikunum í Sydney var einstök að því leyti að hún var fyrsta íslenska móðirin til að taka þátt í frjálsíþróttakeppni Ólympíuleika. Hinar íslensku konurnar átta sem tekið höfðu þátt voru ekki búnar að eignast barn þegar þær kepptu en Martha átti tvo drengi er hún hljóp í Sydney. Martha er og fyrsti Íslendingurinn sem tekur þátt í maraþonhlaupi á Ólympíuleikum.

Undirbúningur hennar fyrir leikana var nokkuð óvenjulegur því til að búa sig undir keppni svaf hún tæpa tvo síðustu mánuðina í sérútbúnu súrefnistjaldi, meðal annars í ólympíuþorpinu. Í því mátti stilla súrefnismagnið rétt eins og upp til fjalla væri. Tilgangurinn var að fjölga rauðum blóðkornum til þess að auka súrefnisflæði í líkamanum og búa hann betur undir álag eins og maraþonhlaup. Áhrifin af því að sofa í tjaldinu áttu að vera þau sömu og að æfa í mikilli hæð. Jók Martha smám saman við „hæðina" með því að þynna loftið af súrefni sem inn í tjaldið kom með sérstakri dælu. Tíu dögum fyrir keppni í Sydney var hún þannig „við æfingar" í 4.100 metra hæð yfir sjávarmáli er hún svaf í ólympíuþorpinu. Í kjölfar leikanna dró Martha úr eigin æfingum en hefur þess meira komið að starfi frjálsíþróttadeildar ÍR á undanförnum árum. Á þeim tíma hefur hún ásamt manni sínum, Jóni Oddssyni, lagt mikið af mörkum til þjálfunar hjá deildinni.

## Einar Karl með þeim bestu í hástökkinu

Þann skugga bar á starf frjálsíþróttadeildarinnar í upphafi nýrrar aldar, 2001, að ekki reyndist unnt að afla nægra auglýsinga- og styrktartekna til að halda boðshluta Stórmóts ÍR í Laugardalshöll sem verið hafði árviss atburður undangengin fjögur ár. Opinn hluti mótsins var hins vegar haldinn og var þátttaka í barna- og unglingaflokkum meiri en nokkru sinni fyrr. Hvað árangur ársins varðar bar hæst frammistöðu Einars Karls Hjartarsonar sem bætti Íslandsmet sín í hástökki í 2,28 m innanhúss og í 2,25 m utanhúss. Það met setti hann með sigri á Smáþjóðaleikunum í San Marínó í byrjun júní; bætti gamla metið um þrjá sentimetra. Þremur vikum seinna náði hann fínum árangri í Evrópubikarkeppninni á Kýpur, stökk þá 2,21 og sigraði einnig. Einar reyndi þar við 2,26 m en felldi þá hæð naumlega.

Honum mistókst hins vegar þegar síst skyldi, á Evrópumeistaramóti unglinga í Amsterdam 10 dögum seinna. Reyndi í þrígang við byrjunarhæðina, 2,12 metra, en tókst ekki að komast yfir. Einar Karl átti þriðja besta árangur þeirra sem skráðir voru til leiks og kann því að hafa farið á mis við verðlaun með óheppni sinni í þetta sinn. Fyrirfram var reiknað með að hann blandaði sér í keppni um verðlaun á mótinu.

*Jóhanna Ingadóttir, ÍR, methafi í þrístökki, ein besta þrístökks- og langstökkskona landsins í upphafi nýrrar aldar. Ljósm.: Sigurjón Guðjónsson.*

Einar Karl var einn fjögurra frjálsíþróttamanna sem náðu lágmarki fyrir heimsmeistaramótið, sem fram fór í Edmonton í Kanada í ágúst. Þar setti hann sér það markmið að bæta Íslandsmetið, 2,25 metra, og komast í úrslit. Sú von hans rættist ekki en hann varð að gera sér að góðu að stökkva 2,20 metra og verða í 20. sæti af 25 þátttakendum í undankeppni hástökksins. Einar Karl sagði að markmiðið hefði ekki verið of háleitt, hann hefði getuna til að ná þeim hæðum sem að væri stefnt, það hefði bara ekki gengið upp að þessu sinni. Kvað hann kapp sitt ef til vill hafa verið fullmikið er út á völlinn var komið. Eftir því var tekið að hann var með hvíta hnéhlíf á vinstra hné í keppninni. Ekki var það þó vegna einhverra eymsla heldur hjátrúar hans. „Ég hef notað hana í keppni síðan ég setti Íslandsmetið innanhúss síðastliðinn vetur, 2,28 metra. Ég vonast til þess að hún færi mér gæfu," sagði Einar Karl við Morgunblaðið.

Auk ágæts árangurs hástökkvarans unga á árinu bætti Guðleif Harðardóttir eigið Íslandsmet í sleggjukasti tvisvar, fyrst í 48,02 m og síðan í 48,26 m, í

*ÍR-ingar í keppnisferð í Gautaborg 2002. Aftasta röð: Þórdís Gísladóttir þjálfari, Einar Karl Hjartarson, Sigurður Ingi Arnarson, Vilhjálmur Atlason, Oddur Guðmundsson, Kári Kolbeinsson, Þórir Einarsson, Sandra Pétursdóttir, Hilmar Ólafsson, Jóhanna Sigmundsdóttir, Orri Guðmundsson (HSK), Þóra Kristín Pálsdóttir, Sigurður Helgi Magnússon, Hildur Kristín Stefánsdóttir, Þóra Guðfinnsdóttir, Birna Þórisdóttir, Fanney Björk Tryggvadóttir, Bergrós Arna Jóhannesdóttir, Jón Arnar Magnússon (Breiðablik), Sverrir Guðmundsson (þjálfari), Þráinn Hafsteinsson (þjálfari).*
*Miðröð: Ásdís Eva Lárusdóttir, Októvía Edda Gunnarsdóttir, Sunna María Einarsdóttir, Stefanía Óskarsdóttir, Vala Flosadóttir, Guðrún Selma Sigurjónsdóttir, Soffía Felixdóttir, Helga Þráinsdóttir, Þóra Ágústsdóttir.*
*Fremsta röð: Helgi Hákonarson, Ólafur Konráð Albertsson, Kristjana Ósk Kristjánsdóttir Howard, Guðmunda Pálmadóttir, Áki Dagsson, Brynjar Gunnarsson, Vignir Már Lýðsson. Ljósm. Felix G. Sigurðsson.*





Evrópukeppni landsliða á Kýpur. En eftir afburðaárið 2000 og þau næstu á undan mætti Vala Flosadóttir mótlæti í keppni 2001. Náði sér aldrei á strik á keppnistímabilinu, hafði hæst farið 4,22 fyrir HM eða 28 sm lægra en árið áður. Ekki tók hún heldur flugið í Edmonton; varð í 22. sæti í undankeppninni af 27 þátttakendum, stökk 4,15 metra. Komst Vala því ekki í úrslit í fyrsta sinn á stórmóti á ferlinum. Mikið rót hafði verið á högum hennar undanfarið ár, þ.á m. tvenn þjálfaraskipti. „Hún var ekkert lík þeirri Völu sem stökk inn í hug og hjarta svo margra á Ólympíuleikunum í Sydney," sagði blaðamaður Morgunblaðsins sem fylgdist með HM í Edmonton og leikunum í Sydney árið áður. Stemnings- og keppniskonan Vala fann ekki taktinn sem hún hafði vonast eftir í Edmonton.

Vala var sprækari á fjórða Evrópumeistaramótinu innanhúss, sem fram fór í Vínarborg 2002. Var aðeins hársbreidd frá sæti í úrslitum, hafnaði í níunda sæti, stökk 4,30 metra, en stökkva þurfti yfir 4,35 til þess að komast í úrslitin. Í þriðju og síðustu tilraun laumuðu tveir keppendur sér yfir þá hæð og fram úr Völu, þ.á m. Evrópu- og heimsmeistarinn Hamackova. Galt Vala þess að aðeins átta bestu komust í úrslitin en ekki tólf eins og verið hafði regla á stórmótum í frjálsíþróttum. Var þetta í fyrsta sinn sem Vala komst ekki í úrslit í stangarstökki á EM innanhúss. Hún vann gullið í Stokkhólmi sex árum áður og bronsið í Valencia tveimur árum seinna og í fjórða sæti þúsaldarárið. Skömmu fyrir EM í Vínarborg árið áður sigraði Vala í stangarstökki á danska meistaramótinu innanhúss. Bætti þeim titli í safnið en áður hafði hún orðið sænskur meistari. Hún sigraði einnig í stangarstökki í Evrópubikarkeppni landsliða í Tallinn í Eistlandi í júní.

Það sannaðist einu sinni sem oftar sumarið 2002 að hæfileikar til íþróttaárangurs geta verið mönnum í blóð bornir. Það mætti allavega ætla þegar litið er til sigurs Helgu Þráinsdóttur í hástökki 13 ára telpna á miklu alþjóðlegu unglingamóti,Världsungdomsspelen, í Gautaborg í júlí. Hún átti ekki langt að sækja hæfileikana í hástökki þar sem móðir hennar er Þórdís Gísladóttir, mesti hástökkvari Íslands í kvennaflokki fyrr og síðar, og faðir Þráinn Hafsteinsson. Á mótinu sigraði annar ÍR-ingur, Brynjar Gunnarsson, í spjótkasti 13 ára pilta. Mótið er eitt sterkasta unglingamót sem haldið er ár hvert á Norðurlöndunum.

## Vala og Fríða Rún sænskir og danskir meistarar innanhúss

Eftir nokkuð rólegt ár lét Vala Flosadóttir til sín taka á ný 2003. Fyrst með því að vinna sigur í fimmtarþraut innanhúss á sænska meistaramótinu í Gautaborg. Setti hún Íslandsmet í greininni, 3.607 stig, enda líklega fyrsta íslenska konan til að keppa í greininni í samræmi við alþjóðlegar reglur. Hún hljóp 60 m grindahlaup á 9,70 sekúndum, stökk 1,67 m í hástökki,

*Kristín Birna Ólafsdóttir setti Íslandsmet í sjöþraut 2006 og er fremsta frjálsíþróttakona ÍR-inga í dag. Ljósm.: Sigurjón Guðjónsson.*

varpaði kúlu 12,27 m, stökk 5,29 m í langstökki og hljóp 800 metra á 2:29,34 mínútum. Öðrum sigri bætti Vala svo í safnið er hún vann stangarstökkið í Evrópubikarkeppni landsliða í Árósum í júní.

Auk sigurs Völu á sænska innanhússmótinu sigraði Fríða Rún Þórðardóttir í 3.000 metra hlaupi á danska meistaramótinu innanhúss, sem fram fór í Málmey í Svíþjóð í febrúar. Fríða Rún vann einnig sigur í 5.000 metra hlaupi á Smáþjóðaleikunum á Möltu í júní. ÍR átti reyndar fyrstu tvær konur í hlaupinu því Martha Ernstsdóttir varð önnur í því. Ungur og efnilegur stangarstökkvari sem vildi feta í fótspor Völu, Fanney Björk Tryggvadóttir, komst í úrslit í stangarstökki á Ólympíudögum æskunnar í París í júlí og varð tíunda. Loks hlaut Kristín Birna Ólafsdóttir, ung fjölþrautarkona í mikilli framför, bronsverðlaun í sjöþraut í flokki 18–19 ára á Norðurlandameistaramóti unglinga í fjölþrautum sem fram fór í Reykjavík í ágúst. Annað árið í röð varð ÍR í fjórða sæti samanlagt í Bikarkeppni FRÍ. Eftir nokkur góð ár átti Einar Karl Hjartarson við meiðsli að stríða nær allt keppnistímabilið utanhúss 2003. Besti árangur hans á árinu var 2,23 m sem hann náði á bandarísku háskólamóti innanhúss.

## Kristín Birna bætir 21 árs gamalt Íslandsmet

Kristín Birna Ólafsdóttir er í hópi nýrrar kynslóðar frjálsíþróttamanna sem alist hafa upp hjá ÍR undanfarin ár. Að loknu stúdentsprófi hélt hún til náms í Bandaríkjunum og skiluðu góðar aðstæður til æfinga og keppni sér fljótt. Á móti í Azusa í Kaliforníu vorið 2006 bætti hún 21 árs gamalt Íslandsmet í sjöþraut. Kristín hlaut 5.402 stig, bætti Íslandsmetið um 198 stig. Hún hljóp 100 m grindahlaup á 14,14 sek., stökk 1,65 m í hástökki, varpaði kúlu 10,13 m, hljóp 200 m á 25,12 sek., stökk 5,83 m í langstökki, kastaði spjóti 32,59 m og hljóp loks 800 m á 2:13,75 mínútum. Besti árangur Kristínar fyrir mótið var 5.086 stig og hún bætti því árangur sinn um 316 stig en skorti aðeins 63 stig til að tryggja sér þátttökurétt á Evrópumeistaramótinu sem fram fór í Gautaborg síðar um sumarið.

Afar sjaldgæft, ef ekki einsdæmi, er að menn hljóti nákvæmlega sama stigafjölda í tveimur þrautum, hvað þá í röð. Það henti þó Kristínu Birnu því á svæðismeistaramóti háskóla í frjálsíþróttum í Provo í Utah snemma í maí jafnaði hún fjögurra vikna gamalt met sitt. Varð hún önnur í þrautinni og aðeins 16 stigum á eftir sigurvegaranum. Annað ÍR- og Íslandsmet var sett á sama leikvangi er Þórdís Gísladóttir varð bandarískur háskólameistari í Provo 1982. Á fyrri keppnisdegi hljóp Kristín Birna 100 m grind á 14,11 sek., sem var besti tími þrautarinnar, stökk 1,64 m í hástökki, varpaði kúlu 10,99 metra og hljóp 200 m á 25,41. Seinni daginn stökk Kristín Birna 5,72 m í langstökki, kastaði spjóti 33,82 metra og kom fyrst í mark í 800 m hlaupi á 2:14,66 mínútum.





## Markmiðið að vera sterkasta frjálsíþróttafélag landsins á afmælisárinu

Undanfarin ár hefur starfsemi frjálsíþróttadeildar ÍR eflst og dafnað. Gróska hefur verið í starfinu og ungu íþróttafólki farið mjög fram. Félagið hefur átt um fjórðung allra keppnismanna sem valist hafa í sérstaka úrvalshópa Frjálsíþróttasambandsins. Hafa unglingar úr ÍR á undanförnum árum valist til keppni á heimsmeistaramótum ungmenna, Ólympíuhátíð Evrópuæskunnar og Norðurlandamótum unglinga. Aðeins hefur vantað upp á að ÍR ynni Bikarkeppni FRÍ á ný; félagið hefur á undanförnum árum þótt eiga möguleika en hæst náð öðru sæti. Starfið

*Íslandsmeistarar 15–22 ára á Laugarvatni 2004. Fremsta röð frá vinstri: Haraldur Gísli Sigfússon, Áki Dagsson, Vignir Már Lýðsson, Brynjar Gunnarsson, Andri Róbertsson, Ólafur Konráð Albertsson, Hanna Þráinsdóttir,Hildur Kristín Stefánsdóttir, Þóra Guðfinnsdóttir.*
*Önnur röð frá vinstri: Darri Kristmundsson, María Ósk Felixdóttir, Sara Björk Lárusdóttir, Íris Atladóttir, Helga Þráinsdóttir, Ásdís Eva Lárusdóttir, Soffía Felixdóttir, Guðmunda Pálmadóttir, Birna Þórisdóttir, Kristjana Ósk Kristjánsdóttir, Þóra Kristín Pálsdóttir, Bergrós Arna Jóhannesdóttir.*
*Þriðja röð frá vinstri: Hafdís Ósk Pétursdóttir, Sveinbjörn Jónsson, Jóhanna Ingadóttir, Kristín Birna Ólafsdóttir, Soffía Theodóra Tryggvadóttir, Fanney Björk Tryggvadóttir, Vilhjálmur Atlason, Sandra Pétursdóttir, Birta Þórhallsdóttir, Októvía Edda Gunnarsdóttir, Agnes Eir Magnúsdóttir, Ásdís Magnúsdóttir, Helga Björt Bjarnadóttir.*
*Fjórða röð frá vinstri: Stefán Halldórsson, Felix Sigurðsson, Aðalbjörg Björnsdóttir, Lýður Sigurðsson, Álfheiður Vilhjálmsdóttir, Lilja Jónasdóttir, Páll Ólafsson, Jón Oddsson, Þórir Óskarsson, Kristín Þórsdóttir, Heimir Þórisson, Heiður Þórisdóttir, Ásta Ásdís Sæmundsdóttir, Þráinn Hafsteinsson, Þórdís Gísladóttir.*
*Efsta röð frá vinstri: Bjarni Hákonarson, Hákon Bjarnason, Gunnar Gunnarsson, Svanhildur Hauksdóttir, Helga Jensen, Pétur Kolbeinsson og Arnar Pétursson, Þórhallur Jónsson og Magnús Björnsson.*

hefur eflst á undanförnum árum og í heildina séð var árið 2005 eitt besta ár frjálsíþróttadeildarinnar um langt árabil. Iðkendafjöldi hefur vaxið stöðugt og greiddu 370 iðkendur t.a.m. æfingagjöld 2005.

Árið áður, eða 2004, varð kvennalið ÍR hlutskarpast í stigakeppni Meistaramóts Íslands og ÍR í öðru sæti samanlagt. ÍR varð Íslandsmeistari félagsliða á MÍ 15–22 ára bæði innan- og utanhúss 2004 og átti stigahæsta liðið í flokkum 15–16 ára meyja, 17–18 ára stúlkna og 19–22 ára ungkvenna bæði innan- og utanhúss, svo og í flokki 13 ára telpna og 15–16 ára sveina utanhúss. Sex ungir ÍR-ingar settu 13 Íslandsmet á árinu og alls unnu liðsmenn deildarinnar 84 Íslandsmeistaratitla. Þá varð ÍR í þriðja sæti í Bikarkeppni FRÍ 2004, sigraði í Bikarkeppni 16 ára og yngri. Þá kepptu ÍR-ingar í fyrsta skipti á Landsmóti UMFÍ, undir merkjum ÍBR, og sigruðu í fjórum greinum. Á þessu ári var farin fjölmennasta keppnisferð til útlanda í sögu deildarinnar í tengslum við Världsungdomsspelen í Gautaborg. Í hópnum voru 55 ÍR-ingar, þar af 46 keppendur, allir nema einn á aldrinum 13–17 ára. Einn þeirra, Einar Daði Lárusson, gerði sér lítið fyrir og vann sigur í 80 m grindahlaupi 14 ára pilta á mótinu. Þar er á ferð efni í afreksmann sem vísast á eftir að láta mjög að sér kveða á næstu árum og bera hróður ÍR víða.

*ÍR-ingar taka virkan þátt í öldungastarfinu, ekki hvað síst í kastgreinum. Hér eru samankomnir sterkir kastarar á miðjum níunda áratugnum. Frá vinstri: Ólafur Unnsteinsson, Jón Þ. Ólafsson, Þorsteinn Löve, Elías Sveinsson, Jón H. Magnússon, Björgvin Hólm, Jón Ö. Þormóðsson og Erlendur Valdimarsson.*

## Þrautseigir ÍR-ingar láta að sér kveða í öldungaflokki

Von er til þess að með nýrri frjálsíþróttahöll í Laugardal – sem jafngildir byltingu til æfinga yfir haust- og vetrarmánuðina – eigi geta ÍR-inga eftir að batna enn frekar. Á árinu starfaði 21 þjálfari hjá frjálsíþróttadeildinni undir yfirstjórn Þráins Hafsteinssonar. Auk þess að sinna eigin liðsmönnum tók hún að sér þjálfun iðkenda nokkurra félaga úti á landi og knattspyrnumanna úr Reykjavík. Meðal nýrra þjálfara og liðsmanna ÍR er Pétur Guðmundsson, Íslandsmethafi í kúluvarpi. Auk þess að þjálfa efnilega kastara félagsins áformaði hann einnig að keppa fyrir félagið.

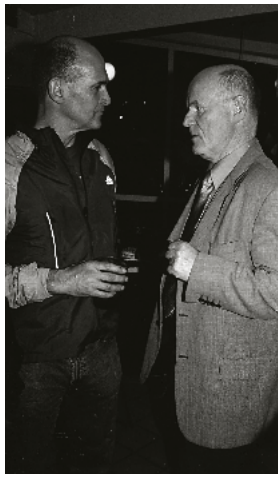
ÍR-ingar hafa löngum lagt áherslu á að höfða til almennings og iðkenda sem stunda íþróttir sér til heilsubótar. Eru Víðavangshlaupið og önnur almenningshlaup til marks um það. Í þessum anda hefur Skokkhópur ÍR verið starfandi frá 1994. Í fyrrahaust taldi hópurinn um 70 manns og er meðal öflugustu skokkhópa landsins. Gunnar Páll Jóakimsson hefur verið þjálfari hópsins um árabil. Þótt meginmarkmið skokkhópsins sé að liðsmenn skokki sér til heilsubótar hafa ÍR-skokkarar tekið þátt í fjölmörgum hlaupum innanlands og utan, m.a. stærstu maraþonhlaupum heims. Breiddin hefur verið mikil og innan um verið harðir keppnismenn sem náð hafa góðum árangri í eldri aldursflokkum, m.a. hafa tveir þeirra unnið Norðurlandameistaratitla í 45 ára flokki. Sigurjón Sigurbjörnsson í 1.500 metra hlaupi utanhúss árið 2001 á 4:33,19 mín. og Hafsteinn Óskarsson í 1.500 innanhúss 2006 á 4:24,96 mín. Hafsteinn varð annar í 800 metrum á sama móti.

Fleiri liðsmenn ÍR hafa staðið sig með ágætum á Norðurlanda-, Evrópu- og heimsmeistaramótum í frjálsíþróttum öldunga á undanförnum áratugum. Einna duglegastir við að sækja þau hafa verið Jón H. Magnússon, Jón Ögmundur Þormóðsson, Stefán Hallgrímsson og Fríða Rún Þórðardóttir. Auk þeirra hafa Marteinn Guðjónsson, Elías Sveinsson, Jón Þ. Ólafsson og Valbjörn Þorláksson verið atkvæðamiklir og sigursælir á Íslandsmóti öldunga. Jón H. vann í fyrra tvenn gullverðlaun á Evrópumeistaramóti öldunga í 70 ára flokki. Fríða Rún vann silfurverðlaun í 1.500 metrum og brons í 800 í flokki 35-40 ára á heimsmeistaramóti öldunga sem fram fór í San Sebastian á Spáni sumarið 2005. Þar hafði Stefán heimsmeistaratitil að verja í tugþraut í flokki 55–59 ára en svo óheppilega vildi til að hann féll í 110 m grind og hlaut engin stig. Varð engu að síður í öðru sæti og kom heim með silfur af mótinu. Og með smáheppni hefði Stefán náð að sigra í annað sinn í röð á heimsmeistaramóti í tugþraut.

Stefán, Íslandsmethafi í tugþraut á árum áður, er gamalreyndur í stórmótum öldunga og hafði unnið fjölda heims-, Evrópu- og Norðurlandatitla í fjölþrautum þegar hér var komið sögu. Auk verðlaunanna í San Sebastian varð hann þetta árið einnig Evrópumeistari innanhúss í fimmtarþraut. Þau Fríða Rún kepptu einnig á HM öldunga innanhúss í Linz í Austurríki í mars í fyrra. Eina ferðina enn varð Stefán heimsmeistari, í flokki 55–59 ára. Fríða Rún keppti í flokki 35–40 ára og varð þriðja í 3.000 m hlaupi, komst því einnig á verðlaunapall.

## Fólkið á bak við tjöldin ómissandi

Svo sem af lestri frjálsíþróttasögu ÍR má ráða hafa liðsmenn deildarinnar af miklum og mörgum og merkilegum afrekum að státa allt frá því ÍR hóf fyrst íslenskra íþróttafélaga iðkun og ástundun frjálsíþrótta hér á landi árið 1907. En þegar fjallað er um íþróttaafrek og keppni má ekki gleyma því að á bak við góðan árangur íþróttamanna ÍR í 100 ár liggur ómæld vinna hundraða fórnfúsra einstaklinga sem setið hafa í stjórn deildarinnar hverju sinni og haldið hafa utan um og hlúð að starfsemi hennar. Án þeirra mikla framlags hefði ÍR aldrei náð þeim



*Stefán Hallgrímsson (t.v.), heimsmeistari öldunga í tugþraut, með Ómari Ragnarssyni, spretthlaupara á sjöunda áratugnum.*

árangri sem orðið hefur. Í virðingarskyni við allt þetta fólk skal hér getið formanna frjálsíþróttadeildar ÍR frá upphafi vega.

Formlega varð ÍR ekki deildaskipt félag fyrr en árið 1947. Formlega var þó starfandi frá árinu 1927 sérstök nefnd í félaginu, „útiíþróttanefnd“, sem hafði frjálsíþróttirnar alveg á sinni könnu. Á fimmta áratugnum var nafni hennar breytt í frjálsíþróttanefnd ÍR Frá upphafi var sjálfstæði og forræði útiíþróttanefndarinnar rétt eins og um sérstaka deild væri að ræða í félaginu. Því var um formbreytingu að ræða en ekki efnis þegar lög félagsins voru löguð að raunverulegri starfsemi félagsins 26. febrúar 1947 og deildaskipting tekin upp.

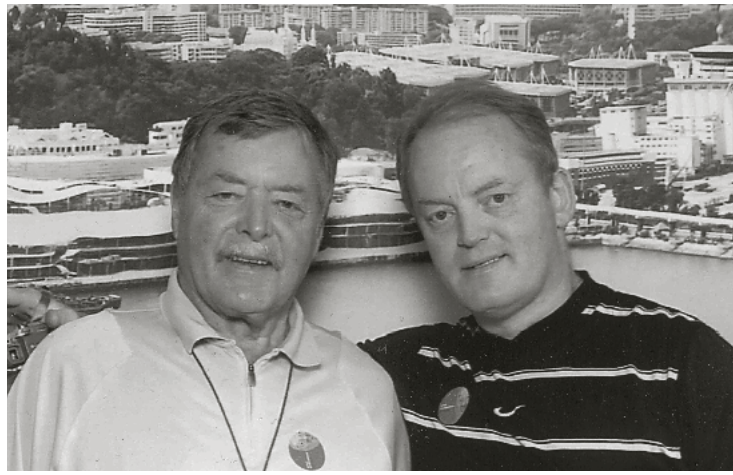
Fyrsti formaður útiíþróttanefndarinnar var Jón Kaldal og gegndi hann því hlutverki samfellt til 1934 og svo aftur 1936–38. Aðrir formenn nefndarinnar voru Guðmundur Sölvason 1934–36, Guðmundur Sveinsson 1936 og aftur 1938–40, Gunnar Steindórsson 1940–41, Gunnar Hjaltason 1941–42, Gunnar Sigurðsson 1942–43, Gunnar Steindórsson 1943–45, Vignir Steindórsson 1945–46, Sigurgísli Sigurðsson 1946, Ingólfur Steinsson 1946–47, Sigurður Steinsson 1947. Ingólfur Steinsson varð aftur formaður deildarinnar 1947–49, en eftir það eru bækur félagsins óljósar í rúman áratug um hverjir gegndu því starfi. Eftir því sem næst verður komist voru það Örn Eiðsson 1949–51, Örn Clausen 1951–53, Helgi Einarsson 1953–54, Örn Eiðsson 1954–56, Kristján Jóhannsson 1956–57, Björgvin Hólm 1957–58, Bjarni Linnet 1959–60, Vilhjálmur Einarsson 1960–62, Kjartan Jóhannsson 1962, Jón Þ. Ólafsson 1963 og Þorgrímur Einarsson 1963–65. Eftir það eru formenn Karl Hólm 1965–68, Ágúst Björnsson 1969–71, Ágúst Ásgeirsson 1971–73, Ágúst Björnsson 1974–77, Ágúst Ásgeirsson 1977–79, Sigurður Erlingsson 1979–81, Gunnar Páll Jóakimsson 1981–82, Jóhann Björgvinsson 1982–87, Sigurður Erlingsson 1987–88, Jóhann Björgvinsson 1988, Jónas Egilsson 1988–90, Ástdís Sveinsdóttir 1990–92, Jónas Egilsson 1992–93, Katrín Atladóttir 1993–95, Friðrik Þór Óskarsson 1995–96, Gylfi Magnússon 1995–98, Kjartan Rolf Árnason 1998–99, formannslaus stjórn sinnti starfinu 1999–2000, Stefán Halldórsson 2000–05 og Margrét Héðinsdóttir frá 2005.

*Íslandsmeistarar innanhúss 15–22 ára 2006 í nýju frjálsíþróttahöllinni í Laugardal.*
*Efri röð frá vinstri: Ingi Garðarsson, Ármann Óskarsson, Steinar Thors, Snorri Sigurðsson, Bergrós Arna Jóhannesdóttir, Benedikt Oddsson, Helga Þráinsdóttir, Vignir Már Lýðsson, Heimir Þórisson, Helgi Björnsson, Vilhjálmur Atlason, Þóra Kristín Pálsdóttir, Einar Daði Lárusson, Brynjar Gunnarsson, Guðmunda Pálmadóttir, Sara Björk Lárusdóttir, Kristjana Ósk Kristjánsdóttir, Ásdís Magnúsdóttir, Soffía Felixdóttir, Ásdís Eva Lárusdóttir, Erna Dís Gunnarsdóttir.*
*Fremri röð frá vinstri: Kristborg Anna Ámundadóttir, Arna Ómarsdóttir, Hulda Þorsteinsdóttir, Sólveig Spilliaert og Alda Grave. Ljósm.: Felix G. Sigurðsson.*





Árið 2005 var gjöfult þegar á árangurinn í keppni er litið. ÍR-ingar unnu 66 Íslandsmeistaratitla í frjálsum og átta ungir keppendur settu 17 Íslandsmet. Eins og árið áður unnu þeir stigakeppni MÍ 15 til 22 ára bæði innanhúss og utan, svo og Bikarkeppni 16 ára og yngri. Er því framtíðin björt hjá frjálsíþróttadeild ÍR. Árið 2006 fögnuðu frjálsíþróttamenn ÍR einnig góðum árangri. Fjórir 14 og 15 ára liðsmenn deildarinnar fóru í einhverja lengstu keppnisferð unglinga. Voru þeir sendir til keppni fyrir hönd Reykjavíkurborgar á Borgaleika unglinga (International Children's Games) sem fram fóru í Bangkok í Taílandi í lok ágúst. Til mótsins völdust Hulda Þorsteinsdóttir, Arna Ómarsdóttir, Snorri Sigurðsson og Ása Marta Sveinsdóttir. Tveimur árum áður fóru einnig fjórir unglingar frá ÍR til keppni á sama móti en þá fór það fram í Cleveland í Bandaríkjunum.



*Feðgarnir og afreksmennirnir Vilhjálmur Einarsson og Einar Vilhjálmsson í Melbourne haustið 2006 þar sem þeir tóku þátt í hátíðahöldum þar sem þess var minnst að 50 ár voru liðin frá Ólympíuleikunum þar í borg.*

## Silfur Vilhjálms 50 ára

Síðastliðið ár, 2006, var uppskeran og góð og mikil fjölgun iðkenda. Meðal annars urðu ÍR-ingar Íslandsmeistarar á MÍ 15–22 ára. ÍR sigraði í stigakeppni í sveina- og meyjaflokki, varð í öðru sæti í drengjaflokki, þriðja sæti í ungkvennaflokki, fjórða sæti í ungkarlaflokki og

sigraði svo í heildarstigakeppninni. Þá vann kvennalið ÍR óvænt stigakeppni félagsliða á meistaramóti fullorðinna sem fram fór í áttugasta skipti á árinu 2006. Karlaliðið náði þriðja sæti og í samanlagðri stigakeppni hafnaði ÍR í öðru sæti á eftir FH.

*Einar Daði Lárusson hefur sett fjölda meta í sveinaflokki og er einn efnilegasti frjálsíþróttamaður ÍR á 100 ára afmælisári félagsins.*

Í vetrarbyrjun var þess minnst að 50 ár voru liðin frá því ÍR-ingurinn Vilhjálmur Einarsson vann silfurverðlaun í þrístökki á Ólympíuleikunum í Melbourne árið 1956. Vilhjálmi til heiðurs var haldið „silfurmót“ í frjálsíþróttahöllinni nýju í Laugardal fyrir keppendur 16 ára og yngri; framtíðarfólk frjálsíþróttanna. Metþátttaka var í mótinu, eða 450 þátttakendur, og hafa þeir aldrei verið fleiri á innanhússmóti. Þar af voru keppendur ÍR 130 og er það mesti fjöldi sem ÍR hefur sent í eitt og sama mótið frá upphafi vega, utanhúss sem innan. Þar fékkst staðfest að kröftugt uppbyggingarstarf frjálsíþróttadeildar ÍR undanfarinn áratug hefur borið ávöxt. Hefur það verið stefna deildarinnar að ÍR verði sterkasta frjálsíþróttafélag landsins á 100 ára afmælisárinu, 2007. Við þau aldahvörf í starfi félagsins er ásetningur þjálfara og forystumanna í frjálsíþróttadeildinni eflaust sá að ÍR verði áfram í fylkingarbrjósti í frjálsíþróttastarfi í landinu, svo sem verið hefur allt frá stofnun félagsins.