Íþróttafélag Reykjavíkur
Stofnað 1907

Starfsskýrsla 2022-2023
og ársreikningur fyrir starfsárið 2022

Efnisyfirlit

SKÝRSLA AÐALSTJÓRNAR 6
Starfsárið 2022 – 2023 6
Íþróttaaðstaða ÍR ..... **Error! Bookmark not defined.**
FRJÁLSÍÞRÓTTADEILD ÍR 13
HANDKNATTLEIKSDEILD ÍR 25
JÚDÓDEILD ÍÞRÓTTAFÉLAGS 21
KARATEDEILD ÍR 26
KEILUDEILD ÍR 28
KNATTSPYRNUDEILD ÍR 33
KÖRFUKNATTLEIKSDEILD ÍR 36
SKÍÐADEILD ÍR 39
TAEKWONDODEILD ÍR 42
MAGNÚSARSJÓÐUR MENNTUNAR-OG AFREKSSJÓÐUR ÍR 44
LÖG ÍÞRÓTTAFÉLAGS REYKJAVÍKUR 51
Ársreikningur ÍÞRÓTTAFÉLAGS REYKJAVÍKUR 2021 ..... **Error! Bookmark not defined.**

ÁVARP FORMANNS ÍR

Síðasta ár var mjög viðburðarríkt, við vígðum nýjan frjálsíþróttavöll í maí með glæsilegu kastmóti, þar sem tveir af bestu kringlukösturum heims mættu og tóku þátt. Í lok ágúst vígðum við síðan stórglæsilegt íþróttahús þar sem bæði karfan og handboltinn geta æft á sama tíma, það er hægt að keppa á 3 völlum í einu í yngstu flokkunum, sem einfaldar allt mótahald til mikilla muna.

Það liggur í hlutarins eðli að það fylgja því byrjunarörðugleikar að taka svona mannvirki í notkun og við höfum ekki farið varhluta af þeim. Það er ótrúlega mikið af smáum og stórum verkefnum sem þarf að leysa og laga en það flækir aðeins málin að boðleiðirnar í þeim ferlum eru allar í gegnum Reykjavíkurborg og stundum eru þær frekar hægar, a.m.k. hvað okkur finnst. Þrátt fyrir það eigum við mjög gott samstarf við borgina og njótum mikils skilnings á okkar starfi. Við erum smám saman að klára það sem að okkur snýr varðandi húsið svo sem geymslur, merkingar og annað smálegt.

Við fjárfestum á árinu til að betrumbæta lyftingarsalinn hjá okkur, við viljum að hann sé í fremstu röð því það fer gríðarlega mikið afreksstarf fram í félaginu og það er markmið stjórnar að við séum að bjóða upp á bestu mögulegu aðstöðu fyrir okkar iðkendur sem völ er á. Þá erum við líka að taka hátíðarsalinn hérna í gegn. Það er búið að skipta út borðum og stólum og til sendur að mála hann og flikka verulega uppá hann. Það er samt ekki nóg að vera með frábæra aðstöðu, við þurfum að halda henni við, passa upp á hana og það byrjar allt hjá okkur sjálfum með því hvernig við göngum um hana. Því miður vantar aðeins upp á að umgengni sé í lagi. Við sem eldri erum þurfum að vera fyrirmynd fyrir yngri iðkendur. Ef meistaraflokkar félagsins ganga illa um þá er næsta víst að yngri iðkendur gera það líka. Þjálfarar þurfa líka að vera meðvitaðir um að fylgjast með sínum iðkendum og sjá til þess að þeir gangi vel um mannvirkin. Það eru allir ábyrgir í umgengni og við eigum ekki glæsileg mannvirki lengi ef umgengnin er ekki í lagi.

Þessa stundina erum við í viðræðum við Reykjavíkurborg um að byggja nýjan keilusal, sem yrði tengibygging á milli íþróttahússins og ÍR heimilisins. Allar keiludeildir í Reykjavík hafa samþykkt að keilusalurinn verði hjá ÍR auk þess sem keiludeild ÍR er með rúmlega 50% af iðkendum í Reykjavík. Það segir sig sjálft að þetta yrði gríðarleg lyftistöng fyrir keiludeild ÍR auk þess sem öll umgengni og skipulag koma til með að verða töluvert einfaldari hjá okkur við það að sameina byggingarnar.

Þegar við tókum nýtt íþróttamannvirki í notkun hérna í Skógarseli, þá yfirgáfum við efra Breiðholt og erum núna ekki með neina starfsemi í Austurbergi eða efra Breiðholti yfir höfuð. Öll okkar starfsemi var flutt hingað og verð ég að segja að það hefur reynst mjög vel. Bæði íþróttalega og líka hefur núningur við Leikni nánast horfið en töluverður tími stjórnar fór á sínum tíma í umræður um hver ætti og mætti hvað hérna í Breiðholtinu.

Það kostar mikla fjármuni að reka íþróttastarf í fremstu röð og er félagið því alltaf að leita leiða til að verða sér út um fjáraflanir til að standa straum af því. Við erum með nokkra fasta liði, sem gefa okkur tekjur og höfum við verið að bæta aðeins í flóruna þar. Helst ber að nefna viðburðarhald, sem nýtt mannvirki býður uppá. Því fylgir þó böggull skammrifi að við þurfum að vera klár í að manna þær stöður sem þarf til. Ef ekki reynist áhugi fyrir því hjá deildum að taka þátt, þá er erfitt að halda þessa viðburði hjá okkur, en þetta eru öruggir og auðveldir peningar að sækja fyrir þær deildir sem vilja taka þátt. Þorrablótið er samt okkar lang stærsta fjáröflun og er að gera okkur kleift að viðhalda Magnúsarsjóði sem styrkir okkar afreksfólk og þetta árið settum við líka pening til hliðar til að betrumbæta hátíðarsalinn eins og ég hef áður

minnst á.

Það hafa orðið töluverðar breytingar á starfsmannahaldi á árinu. Hrafnhild lét af störfum sem framkvæmdastjóri í október en hún átti að koma úr fæðingarorlofi núna í apríl og ljóst var að það yrði erfitt að finna einhvern, sem myndi fylla það skarð. Í framhaldinu fórum við í þá vegferð að finna nýjan framkvæmdastjóra og ég held ég geti fullyrt að við séum gríðarlega heppin að hafa náð að ráða hana Hafdísi í hennar stað. Þá hætti rekstrarstjórinn okkar hann Jakob líka en hann var starfsmaður hérna eins lengi og elstu menn muna og í hans stað réðum við Erlend Ísfeld sem er er mikill ÍR-ingur og ég held að flestir þekkja. Að lokum lét Kiddi vallarstjóri af störfum en hann gerði gríðarlega góða hluti hérna á svæðinu og þegar þessi orð eru skrifuð, þá er verið að finna mann í hans stað, en með öllum þeim breytingum á svæðinu erum við meira að leita að aðila sem gæti verið einhvers konar umsjónarmaður mannvirkja. Við þökkum þeim öllum fyrir vel unnin störf og óskum nýjum starfsmönnum góðs gengis.

Áfram ÍR!

Vigfús Þorsteinsson (Fúsi), formaður ÍR

Skýrsla Aðalstjórnar Íþróttafélags Reykjavíkur

Starfsárið 2022 – 2023

AÐALSTJÓRN OG STARFSEMI

Aðalfundur ÍR var haldinn 5. apríl 2022 í ÍR-heimilinu, Skógarseli 12. Kosið var í aðalstjórn sem hér segir: Vigfús Þorsteinsson, formaður, aðrir meðlimir í aðalstjórn eru Guðbrandur Einarsson, Auður Sólrún Ólafsdóttir, Ólafur Gylfason, Guðmundur Óli Björgvinsson, Hlynur Elísson og Sigurður Gunnar Kristinsson. Stjórn skiptir með sér verkum þannig að Auður Sólrún er varaformaður, Hlynur Elísson gjaldkeri og Guðmundur Óli Björgvinsson ritari. Ólafur Gylfason, Guðbrandur Einarsson og Sigurður Gunnar Kristinsson eru meðstjórnendur.
Ómar Kristjánsson frá KPMG er endurskoðandi félagsins.
Á starfstíma stjórnar á liðnu starfsári voru haldnir 22 bókaðir stjórnarfundir.

STARFSFÓLK ÍR

Á liðnu starfsári störfuðu eftirfarandi starfsmenn hjá félaginu í Skógarseli: Hrafnhild Eir R. Hermóðsdóttir starfaði sem framkvæmdastjóri fram í apríl 2022 en fór þá í barneignarleyfi. Eyjólfur Örn Snjólfsson tók þá við sem framkvæmdastjóri félagsins á meðan. Hrafnhild sagði upp starfi sínu á meðan hún var í barneignarleyfi og var starfið þá auglýst. Hafdís Hansdóttir var síðan ráðin sem framkvæmdastjóri og hóf störf þann 8. desember 2022 og stuttu síðar lét Eyjólfur af störfum.

Bjarki Stefánsson tók við stöðu íþróttastjóra hjá félaginu í febrúar 2022. Kristín Jóhannsdóttir hefur gegnt starfi bókara frá janúar 2021, Jakob Hallgeirsson gegndi stöðu rekstrarstjóra mannvirkja fram að hausti og í október var Erlendur Ísfeld ráðinn í stöðuna. Kristinn Bjarnason gegndi stöðu vallarstjóra út febrúar og verið er að ganga frá ráðningu á nýjum starfsmanni fyrir umsjón á vallarsvæðinu.

Auk þessara starfsmanna starfa 11 starfsmenn við húsvörslu í öllum íþróttahúsum félagsins sem eru ÍR-heimilið í Skógarseli, Fjölnotahús í Skógarseli, Parkethúsið í Skógarseli og íþróttahús Breiðholtsskóla og Seljaskóla.

Starfsmenn íþróttahúsa ÍR:

Breiðholtsskóli: Björn Þorláksson, Salma Becic og Valdimar Stefán Hólmsteinsson.

ÍR-heimili, fjölnotahús og parkethús: Cristina Adina Alexa, Agripina Rocio Ndong Olinga Nchama (Nadja), Denis Nezirovski, Haraldur Trausti Jónsson fram til 1. Apríl og Þorri Þorvaldsson.

Seljaskóli: Elísabet Benediktsdóttir, Zdravko Boloban og Montaser M S Abuhassira.

Einnig störfuðu á annað hundrað manns við þjálfun hjá deildum, við sumarstörf á völlum og sumarnámskeiði félagsins.

Auk starfsmanna félagsins starfaði á vegum deildanna mikill fjöldi sjálfboðaliða í margvíslegum verkefnum fyrir félagið. Starfsemi félagsins byggist á sjálfboðaliðastarfi sem er undirstaða félagsins og grundvöllur fyrir því að halda úti þróttmiklu íþróttastarfi. Nánast öll störf innan deilda ÍR eru leyst af sjálfboðaliðum. Sjálfboðaliðar sinna allri stjórnsetu og skipa nefndir innan deilda félagsins. Einnig sjá sjálfboðaliðar um mótahald og önnur verkefni sem falla til og sérsambönd gera kröfur um. Sjálfboðaliðar eru því hjartað í félaginu

FUNDIR MEÐ DEILDUM OG AÐALFUNDIR DEILDA

Tveir fundir voru haldnir með formönnum og gjaldkerum deilda . Á fundunum er farið yfir ýmis atriði er snú að félaginu líkt og lög félagsins, skráningu og innheimtu æfingagjalda, rekstur, nýtingu og umgengni í mannvirkjum, ásamt því sem er efst á baugi hverju sinni

Aðalfundir deilda ÍR voru haldnir á tímabilinu 22. mars til 13. apríl 2023.

REKSTUR FÉLAGSINS OG DEILDA

Rekstur félagsins gekk í heildina vel en rekstur deilda er misþungur. Það var mörgum fagnaðarefni að til varð ný fjáröflunarleið með því að leigja parkethúsið út til stórviðburða og taka þátt í vinnu í kringum það. Handknattleiks- og körfuknattleiksdeild munu fyrir næsta tímabil setja upp LED skilti í parkethúsinu sem verða seldar auglýsingar á og ljóst að það þarf að hafa alla anga úti til ná inn fjármagni í rekstur deildanna. Öflugt íþróttastarf krefst tíma og peninga og mikilvægt að halda vel á spöðunum hvað þessi mál varðar.

REKSTUR ÍÞRÓTTAHÚSA OG VALLA

ÍR sér um rekstur íþróttahúsa tveggja skóla, Seljaskóla og Breiðholtsskóla auk mannvirkja og valla í Skógarseli. Þar eru ÍR-heimilið, fjölnotahús, parkethús, vallarhús frjálsíþróttavallar auk gervigrass og grassvæða. Síðasta vor var nýr frjálsíþróttavöllur tekinn í notkun og síðasta haust fluttu bæði handknattleiksdeild og körfuknattleiksdeild ÍR stærsta hlutann af sinni starfsemi í Skógarselið þegar parkethúsið var tekið í notkun. Þar að auki er í húsinu lyftingasalur sem er vel nýttur og þar er gaman að sjá þegar íþróttafólk úr mismunandi deildum æfir saman undir sama þaki en það hefur ekki sést í lengri tíma.

Rekstur íþróttahúsanna gengur eftir atvikum vel, í mörg horn er að líta í stórum og nýjum byggingum unnið er þétt í að það sem eftir er sé klárað. Nýting húsanna er sérlega góð og mikið líf er á ÍR svæðinu alla daga.

IÐKENDUR OG ÆFINGAGJÖLD

Skráðir iðkendur árið 2022 voru 2.271 í þeim tíu íþróttagreinum sem félagið býður upp á.

Skráður iðkendafjöldi var sem hér segir:

Fimleikar 100
Frjálsíþróttir 312
Handknattleikur 440
Júdó 50
Karate 77
Keila 194
Knattspyrna 651
Körfubolti 326
Skíði 42
Taekwondo 79

Að auki var eftirfarandi starfsemi í gangi á vegum aðalstjórnar ÍR:

- Um 260 börn tóku þátt í íþróttaverkefni ÍR og leikskólanna í Breiðholti

- 278 börn tóku þátt í Sumargamni ÍR, sumarnámskeið 6-9 ára barna.

- Á bilinu70-80 eldri borgarar mæta tvisvar í viku í verkefnið „Hreyfing eldri borgara“.

SUMARNÁMSKEIÐ ÍR

Sumarnámskeið á vegum aðalstjórnar ÍR var rekið með sambærilegum hætti árið 2022 og verið hefur undanfarin ár. Námskeiðið heitir ,,Sumargaman ÍR” og samanstóð af sex vikulöngum námskeiðum fyrir börn á aldrinum 6-9 ára. Umsjónarmenn sjá um að viðhalda fjölbreyttri dagskrá þar sem farið er í ýmsar vettvangsferðir um höfuðborgarsvæðið ásamt því að leika og stunda íþróttir á ÍR svæðinu. Einnig standa deildir félagsins fyrir ýmsu sumarstarfi en árið 2022 var knattspyrnudeild og keila með námskeið í sínum greinum.

ÞORRABLÓT ÍR 2022

Þorrablót ÍR var loksins haldið aftur árið 2022 í nýju húsnæði félagsins í Skógarseli. Metaðsókn var á blótið en um 800 manns skemmtu sér konunglega á fyrsta blótinu í nýja íþróttahúsinu.

Miklar þakkir fara til sjálfboðaliða á vegum deilda ÍR, en án þeirra hefði ekkert Þorrablót átt sér stað.

HAUSTBALL ÍR 2022

Í tengslum við vígslu parkethússins var haldinn ÍR dagurinn og síðar haustball til að fagna vígslu nýs íþróttahúss. Var ástæðan ekki síst til að auka stemninguna í hverfinu og í félaginu enda langt síðan nokkuð slíkt var leyfilegt vegna Covid. Úr varð heljarinnar ball sem um 200 manns sóttu og var þetta gríðarlega góð prufukeyrsla á húsinu sem stuttu síðar var leigt út fyrir fyrsta viðburð.

ÍÞRÓTTAAÐSTAÐA ÍR

Parkethús ÍR

Nú í haust var tekið í notkun nýtt og glæsilegt parkethús sem hefur gjörbylt aðstöðunni fyrir ÍR. Húsið er keppnishúss handbolta og körfubolta í meistaraflokkum ásamt því að verða æfinga- og íþróttamiðstöð yngri iðkenda í fleiri greinum.

Íþróttahúsið samanstendur af íþróttasal með parketi og hliðarbyggingu, samanlagt um 4180m2. Íþróttasalur er um 2380m2 að innanmáli með svölum hringinn og hliðarbygging er á tveimur hæðum með ýmsum fylgirýmum. Íþróttasalur er fyrir keppni í handbolta og körfubolta, með útdraganlegum áhorfendabekkjum fyrir 800 áhorfendur í sætum.

Með tveimur uppdraganlegum skiptitjöldum er hægt að skipta salnum niður í tvo misstóra eða þrjá jafnstóra hluta til æfinga. Hægt er að halda stóra samkomu í íþróttasalnum þar sem er borinn fram matur fyrir um 1000 manns í sætum.

Á efri hæð hússins er stór forsalur með afgreiðslu, aðstöðu fyrir veitingasölu, starfsmannaaðstöðu ásamt snyrtingum, geymslu og tæknirými. Frá forsal er innsýn um glugga að íþróttasal og frá honum er einnig útsýni um stóra glugga sem snúa að knattspyrnuvöllum/útisvæðum norðvestan hússins.

Á neðri hæð hliðarbyggingar norðvestur eru búningsherbergi með snyrtingum og sturtu- og þurrkaðstöðu, tvö og tvö fatarými fyrir hverja sturtu-/þurrkeiningu. Á hæðinni eru einnig búningsherbergi kennara/dómara með fataskipta-, snyrti- og sturtuaðstöðu.

Húsið byggist upp að og tengist nýbyggðu fjölnotahúsi ÍR og er ýmis aðstaða samnýtt milli húsanna, svo sem snyrtingar, starfsmannaaðstaða, þvottahús og fleira. Stigi og lyfta í fjölnotahúsi þjóna einnig parkethúsinu.

Fjölnotahús ÍR

Þar sem veturnir eru ekki alltaf léttir hér á landi er okkur afar mikilvægt að hafa fengið fjölnotahúsið sem státar af hálfu knatthúsi og svæði til æfinga í frjálsum íþróttum.

Það liggur í hlutarins eðli að það eru knattspyrnu – og frjálsíþróttadeild sem nýta gervigras og tartanið að stærstum hluta en einnig hefur skíðadeildin nýtt sér þessi svæði þegar lokað hefur verið í fjallinu ásamt því að aðrar deildir hafa möguleika að nýta sér aðstöðuna fyrir sínar æfingar.

Allar deildir sameinast svo í lyftingasalnum, sem hefur verið gríðarlega vel sóttur frá því að hann var opnaður og var bætt töluvert í búnað í salnum á þessu ári

Frjálsíþróttavöllur ÍR

Það var erfið fæðing að koma nýjum frjálsíþróttavelli í gagnið en hann var síðan vígður 10. maí og vígslumót vallarins var síðan Vormót ÍR þann 29. maí

Völlurinn er hinn glæsilegasti með 8 brautum fyrir 100m spretthlaup og 110m grindahlaup. Sex brautir eru fyrir langhlaup, þar af eru tvær innstu brautirnar upphitaðar sem gerir iðkendum, sem og skokkurum úr hverfinu, kleift að hlaupa við frábærar aðstæður að vetrarlagi.

Hægt er að stunda hástökk, kúluvarp og spjótkast á tveimur svæðum. Kastplattar fyrir kúluvarp og sleggju- og kringlukast eru upphitaðir.

Vatnsgryfja fyrir hindrunarhlaup er að vestanverðu og stangarstökk, langstökk og þrístökk er staðsett milli grassvæðis og hlaupabrautar næst vallarhúsi.

Umhverfis völlinn liggur 3m breið upphitunarbraut með gervigrasi.

Við völlinn stendur glæsilegt vallarhús með stórum geymslum, salernum, fundarherbergi, veitingasölu og tímatökuherbergi.

Þessi völlur hefur gjörbreytt aðstöðunni fyrir okkar frjálsíþróttafólk sem hefur æft í langan tíma við frekar daprar aðstæður í Laugardal.

SAMSTARFSSAMNINGAR OG STYRKIR

Á árinu náðist tímamótasamningur við CCEP en í janúar 2023 undirrituðu ÍR og CCEP styrktarsamning til 3ja ára. Í samningnum má finna afsláttarkjör og beina styrki til félagsins og á móti tryggjum við CCEP gott auglýsingapláss og vekjum athygli á þeirra vörum.

MAGNÚSARSJÓÐUR

Árið 2022 var ekki úthlutað úr Magnúsarsjóði en hluti af hagnaði Þorrablótsins var lagt inn í sjóðinn og hann þannig styrktur um 1,5 milljónir.

31. VERÐLAUNAHÁTÍÐ ÍR

Verðlaunahátíð ÍR var haldin með hefðbundnu sniði þann 27. Desember. Íþróttafólk félagsins var þar heiðrað ásamt því að íþróttakona og íþróttakarl ÍR fyrir árið 2022 voru valin. Einnig voru veittar viðurkenningar fyrir framúrskarandi þáttöku í sjálfboðastarfi fyrir félagið.

Tilnefningar deilda til íþróttakonu og íþróttakarls ÍR árið 2022:

Frjálsíþróttakarl ÍR: Guðni Valur Guðnason
Frjálsíþróttakona ÍR: Guðbjörg Jóna Bjarnadóttir
Handknattleikskarl ÍR: Dagur Sverrir Kristjánsson
Handknattleikskona ÍR: Karen Tinna Demian
Keilukarl ÍR: Hafþór Harðarson
Keilukona ÍR: Linda Hrönn Magnúsdóttir
Knattspyrnukarl ÍR: Jörgen Pettersen
Knattspyrnukona ÍR: Sandra Dögg Bjarnadóttir
Körfuknattleikskarl ÍR: Collin Pryor
Körfuknattleikskona ÍR: Anika Linda Hjálmarsdóttir
Karatekarl ÍR: Jakub Kobiela
Karatekona ÍR: Mia Duric
Skíðamaður ÍR: Stefán Gíslason
Skíðakona ÍR: Signý Sveinbjörnsdóttir
Taekwondokarl ÍR: Sveinn Logi Birgisson
Taekwondokona ÍR: Aino-Katri Elina

Úr hópi tilnefndra íþróttamanna þóttu Guðni Valur Guðnason og Guðbjörg Jóna Bjarnadóttir skara fram úr og hlutu þar með titilinn íþróttakarl og íþróttakona ÍR árið 2022. Guðni Valur vann til sömu verðlauna árið 2021.

Þá fékk Andrea Kolbeinsdóttir sérstaka viðurkenningu frá ÍR fyrir að hafa verið útnefnd íþróttakona Reykjavíkur. Andrea er sigursælasti hlaupari kvenna á Íslandi á þessu ári. Andrea er Íslandsmeistari í víðavangshlaupi, náði frábærum árangri á Heimsmeistaramótinu í utanvegahlaupum og náði öðru sæti í alþjóðlegu fjallahlaupi í Sviss.
Nanna Hólm frá Keildudeild ÍR fékk HM-merki fyrir þáttöku sína með landsliði Íslands í keilu á Heimsmeistarmótinu í Keilu.
Keildudeild ÍR veitti Adam Pawel Blaszczak viðurkenningu fyrir sinn fyrsta 300 leik. Það hefur verið gert undanfarin ár að verðlauna keilara innan ÍR með Kristalspinna. Náði Adam þessum merka áfanga í úrslitum á RIG 3.febrúar 2022 og það í beinni útsendingu á RÚV

Guðni Valur Guðnasson, Íþróttakarl ÍR 2022
Guðni Valur Guðnason átti frábært ár hann kastaði lengst 65.27 metra á þessu ári. Er það stigahæsta frjálsíþróttaafrek Íslendings á þessu ári. Guðni Valur er Íslandsmeistari í kringlukasti og kúluvarpi 2022. Guðni Valur er í 24. sæti á heimslista Alþjóða frjálsíþróttasambandsins í kringlukasti. Guðni Valur keppti til úrslita í kringlukasti á Evrópumeistaramótinu í München og varð 11 sem er frábær árangur. Guðni Valur bætti einnig árangur sinn í kúluvarpi á árinu 2022 og var með lengsta kast ársins á Íslandi í kúluvarpi, bæði innanhúss og utanhúss.

Guðbjörg Jóna Bjarnadóttir, Íþróttakona ÍR 2022
Guðbjörg Jóna átti mjög gott ár þar sem hún bætti Íslandsmetið í 60 metra hlaupi innanhúss á árinu á tímanum 7.43 sek. Guðbjörg varð Íslandsmeistari í 60 metra hlaupi innanhúss á árinu. Guðbjörg sigraði í 200m hlaupi á Reykjarvíkurleikunum á tímanum 24.05 sek. og hún keppti á Heimsmeistaramótinu innanhúss í Belgrad og var þar á góðum tíma 7.47 sek. Guðbjörg var með stigahæsta afrek Íslendings í frjálsum íþróttum í kvennaflokki á árinu 2022 og var það fyrir 200m hlaup á Reykjarvíkurleikunum.

Sjálfboðaliðar heiðraðir
Alls voru 18 sjálfboðaliðar heiðraðir fyrir óeigingjarnt starf í þágu félagsins á undaförnum árum, en hver deild tilnefnir sérstaklega þá sem vert er að heiðra hverju sinni. ÍR þakkar öllum þessum sjálfboðaliðum fyrir framúrskarandi störf í þágu félagsins og vonar að þeir verði hluti af ÍR samfélaginu um ókomna tíð.

Silfurmerki ÍR 2022
Bjarni Amby Lárusson – Frjálsíþróttadeild
Einar Vilhjálmsson - Frjálsíþróttadeild
Þór Gunnarsson - Frjálsíþróttadeild
Robert Bentia - Fimleikar
Þórhallur Hálfdánarson - Keila
Atli Már Gunnarsson - Körfuknattleiksdeild
Kristján Pétur Andrésson - Körfuknattleiksdeild
Fjóla Lýðsdóttir - Körfuknattleiksdeild
Brynjar Már Bjarnason – Körfuknattleiksdeild

Ísak Máni Wiium - Körfuknattleiksdeild
Engilbert Ólafur Hafberg Friðfinnsson - Knattspyrnudeild
Margrét Jónsdóttir - Knattspyrnudeild
Runólfur Þór Ástþórsson - Knattspyrnudeild
Auður Sólrún Ólafsdóttir – Knattspyrnudeild

Gullmerki ÍR 2022
Hilmar Sigurjónsson – Körfuknattleiksdeild
Davíð Hansson Wiium – Körfuknattleiksdeild.
Eyjólfur Þórður Clausen – Knattspyrnudeild
Guðmundur Jóhann Kristófersson – Keila

Kristalpinni Keiludeildar ÍR
Adam Pawel Blaszczak

FRJÁLSÍÞRÓTTADEILD ÍR

SKÝRSLA STJÓRNAR STARFSÁRIÐ 2022 - 2023

AÐALFUNDUR OG SKIPAN STJÓRNAR

Aðalfundur frjálsíþróttadeildar ÍR var haldinn í Laugardalshöll 31. mars 2022. Fríða Rún Þórðardóttir var kjörinn formaður, önnur í stjórn voru kjörin Ása Kristjánsdóttir, Ásta Ósk Stefánsdóttir, Hrönn Þorgeirsdóttir, Jökull Úlfarsson og Óðinn Björn Þorsteinsson. Hrönn er ný í stjórn.

ÆFINGAR OG ÚTBREIÐSLA

Á árinu var fjöldi skráðra einstaklinga í deildinni er alls um 430 sem er fjölgun úr 355 frá árinu á undan og getum við vel við unað en vitað er að eitthvað vantar upp á að allir 20 ára og eldri í iðkendur í frjálsum séu skráðir í Sportablerkerfið.
Þessir einstaklingar skiptast sem hér segir:

Frjálsar íþróttir um 312 iðkendur
Fimleikar og parkour um 90 iðkendur er mest var á haustönn en við bættist krílahópur, 5-7 ára
Hlaupahópur um 25-30 iðkendur

Í frjálsíþróttum var boðið upp á æfingar fyrir iðkendur 14 ára og yngri í Breiðholti yfir vetrartímann, alls fjóra æfingahópa.

Laugardalshöllin var fullnýtt að venju fyrir meistaraflokk og yngri hópa alveg niður í 1. – 2. bekk. Hins vegar voru áfram miklar lokanir vegna viðburða í Laugardalshöll sem leiðar til þess að æfingarfalla niður eða raskast og hefur það mikil áhrif á starfið. Sérstaklega mikil áhrif fyrst á haustin þegar æfingar eru að fara af stað og nýir að byrja eða nýir að prófa. Hin Reykjavíkurfélögin eru í svipaðri stöðu og hefur FÍRR átt mörg samtöl og tölvupóst samskipti vegna þessa en lítið þokast áfram eins og með að kaupa þann búnað sem lofað var fyrir lyftingaaðstöðuna í Laugardalshöll sem er mikið notuð. Gamla Laugardalshöllin komst í notkun á nýjan leik eftir leka tjónið sem þar varð og hefur það mögulega minnkað eitthvað þá daga sem okkur var úthýst. Annars þá hefur samvinna í Laugardalshöll sjaldan verið betri sem er jákvætt. Við fáum auðvitað líka fjáraflanir út úr teppalögnunum en það er ljóst að fleiri hendur verða að koma að því en verið hefur.

Hlaupahópur ÍR (fyrrum ÍR skokk) heldur úti æfingum frá ÍR heimilinu auk þess að nota nýja völlinn æfinga og þau hafa verið öflug að vanda en Ása er þar forseti eins og sl. ár.

Eins og verið hefur undanfarin ár hafa nokkrir íþróttamenn annarra félaga æft með deildinni og þá einkum að vetrarlagi og er þetta alltaf kærkomin viðbót við okkar íþróttafólk og ÍR hefur haft þann sið að bjóða alla sem vilja æfa með okkur velkomna í hópinn án þess að fara fram á nokkuð sem snýr að skildu um félagaskipti eða þvíumlíkt.

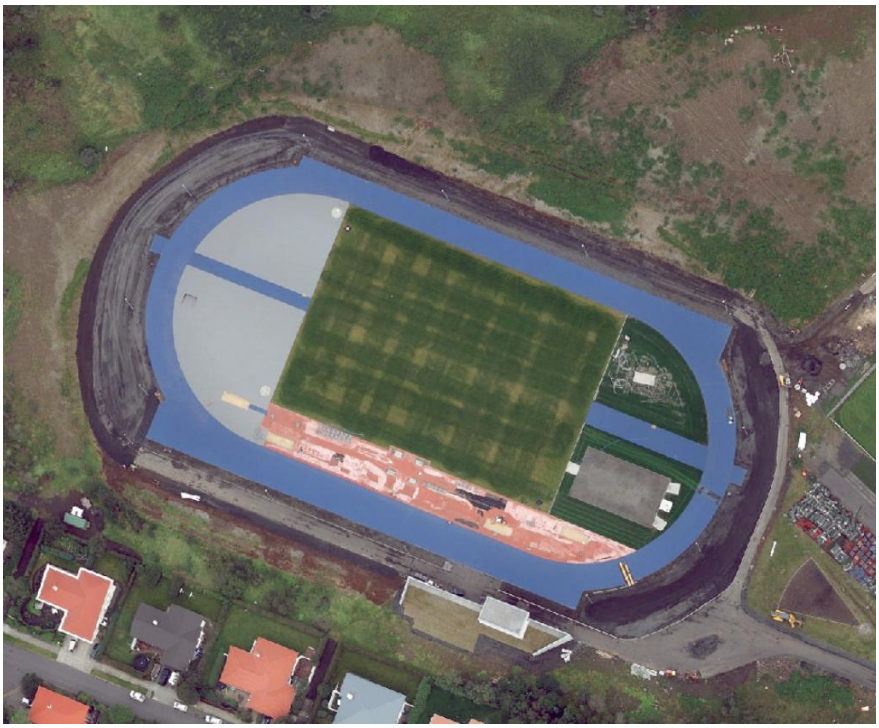
Nokkur fjöldi ÍR-inga var við nám í Bandaríkjunum en af um 13 manna hópi þar eru 7 ÍR-ingar, eða 55% auk þess sem að afreksmaðurinn okkar hann Hlynur Andrésson býr og æfir á Ítalíu.

Nýi ÍR völlurinn okkar var tekinn í formlega notkun í vor og voru æfingar á honum allt vorið og fram á haust enda aðstaðan frábær. Ekki er hægt að skilja við umræðu um völlinn, án þessa að geta þess að tartanið er ekki 100% fullkomið allan hringinn, en í beygju tvö eru lofbóluskemmdir sem þarf að finna leið til að gera við og er verktakinn þar ábyrgur og með málið í ferli.

Sumaræfingar voru alveg niður í 4. bekk, þó með sniði námskeiða hluta sumarsins og tókst það mjög vel. Æfingar hjá 5.-6. Bekk hafa sjaldan verið öflugri en sá hópur æfði með 14 – 15 ára hópnum og var sú samlegð farsæl og mun halda áfram. Fjölnir æfði eingöngu á ÍR vellinum en Ármenningar tóku kastaðstöðuna í Laugardal upp á sína arma ef svo má segja og reyndu að æfa á tartanbrautinn í Laugardal en þeir voru þó farnir að koma töluvert á ÍR völlinn einnig enda brautin í Laugardal ónýt.

Hlaupahópar, aðrir en okkar eigin, sækja í aðstöðuna auk fólks sem kemur og æfir á brautinni. Skipulagt samtal á milli ÍR og ÍBR er hafið um mönnun á vellinum. Eðlilegt er að sú staða sé ekki mönnuð af ÍR að öllu leiti þar sem um umfangsmikið starf er að ræða svo ekki sé minnst á þrif virka daga og um helgar eftir fjölmenn mót. Ekki er hægt að skilja við þessa umræðu nema að þakka sérstaklega honum Kidda sem var starfsmaður á vellinum og lyfti með okkur grettistaki við að gera Vígslumótið mögulegt, auk þess sem hann smíðaði og útfærði fyrir okkur og með okkur ýmsan búnað sem gerði völlinn að því sem hann er í dag, takk Kiddi.

Vormót ÍR varð að vígslumóti vallarins og fór það vel fram. Mörg mót voru haldin á vellinum enda lang besti völlurinn á höfuðborgarsvæðinu. Það er ljóst að ásamt iðkendunum okkar, sjálfboðaliðum og velunnurum er völlurinn okkar flaggskip sem mun skapa ótæmandi tækifæri á komandi árum. Það er hins vegar mikið hagsmunamál að honum sé vel við haldið, þar sé starfsmaður sem er öllum hnútum kunnugur og hefur hjarta fyrir íþrótt sem er ekki bundin við stimpilklukku.



Mynd 1 Sigurlaug Jökulsdóttir, Emilía Ólöf Jakobsdóttir, Emilía Rikka Rúnarsdóttir, Katrín Hulda Tómasdóttir (Jökull Úlfarsson)

FIMLEIKAR OG PARKOUR

Í fimleikum og parkour fara meira og minna allar æfingar fram í Breiðholtsskóla. Aðstöðumálin eru verulega farin að hamla okkur en sem betur fer kemst framhaldshópur vikulega í Fylki og keppnishópur tvisvar sinnum. Annars værum við ekki með þessa iðkendur hjá okkur lengur, það er alveg ljóst, þær væru búnar að yfirgefa uppeldisfélagið og haldin á önnur mið. Það er líka ljóst að eftir því sem iðkendur stækka og eflast verður sífellt verra fyrir þau að lenda á dýnunum í Breiðholtsskóla, þær eru ekki hannaðar fyrir það. Við það að brottfall verður í keppnishópnum missum við fyrirmyndirnar auk þess sem ástríða þjálfaranna bíður hnekki, því það er ekki gaman að ala upp íþróttafólk fyrir önnur félög.

Viðræður eru í gangi við borgina um aðstöðu í efra Breiðholti en okkur þykir það ekki fýsilegur kostur þar sem ÍR greinarnar eru allar komnar niður í Skógarsel og þar er hjarta félagsins með öllum þeim kostum og samlegðar áhrifum sem það hefur í för með sér.

Æfingar fyrir krílahóp (5-7 ára) eru vikulega á sunnudögum, grunnhópurinn (7-9 ára) æfir tvisvar í, viku, framhaldshópurinn (10-12 ára) fjórum sinnum í viku, þar af vikulega í Fylkishöllinni, og keppnnishópurinn (10-13 ára) æfir fimm sinnum í viku, þar af tvisvar í Fylki. Tvær af þessum æfingum eru dansæfingar og fara þær fram á hörðu gólfinu í Breiðholtsskóla, sem gerir það að verkum að móment í dansinum sem „krefjast“ harðari lendingar eru ekki æfð og aðeins framkvæmd í keppni. Keppnishópurinn tekur þátt í 2-3 mótum á hvorri önn. Árangurinn hefur verið ágætur, en aðstöðuleysi er farið að hamla verulega þegar komið er upp í eldri aldursflokka en við erum þakklát fyrir að ná í lið.

Parkouræfingar eru tvisvar í viku og þar eru öll tól og tæki Breiðholtsskóla og okkar notuð til að skapa fjölbreytni og viðhalda iðkendafjölda.

Þjálfarar

Óðinn Björn Þorsteinsson var yfirþjálfari frjálsíþróttadeildar og hefur einnig verið með

umsjón með yngri flokkum eftir fráfall Brynjars Gunnarssonar vor 2021. Líkt og áður er áhersla lögð á að þjálfarahópurinn sé skipaður menntuðum íþróttafræðingum og reynslumiklu fólki en þeim til aðstoðar hafa verið yngri þjálfarar sem hafa flestir æft frjálsar íþróttir árum saman hjá deildinni.

Mynd 2. Gunnar Páll Jóakimsson, þjálfari, sjálfboðalið og eldhugi. (Jökull Úlfarsson)

Þjálfarar yngri flokka 2022

Eftirtaldir þjálfarar voru að störfum fyrir deildina í mismiklum mæli: Andri Már Hannesson, Árni Haukur Árnason, Bjarni Anton Theodórsson, Bergur Ingi Pétursson, Dagur Einarsson, Elísabet Rut Rúnarsdóttir, Guðbjörg Jóna Bjarnadóttir, Guðni Valur Guðnason, Gunnar Páll Jóakimsson, Óðinn Björn Þorsteinsson og Þórdís Gísladóttir.

Þjálfarar meistaraflokks 2022

Bergur Ingi Pétursson (sleggjukast), Benjamín Jóhann Johnsen (stangarstökk), Einar Þór Einarsson (sprettir), Einar Vilhjálmsson (spjótkast), Jón Oddsson (stökk), Kristín Birna Ólafsdóttir (grindahlaup), Martha Ernstsdóttir (millivegalengdir, langhlaup), Pétur Guðmundsson (kúluvarp, kringlukast), Óðinn Björn Þorsteinsson og Þórdís Gísladóttir (hástökk).

Fimleikar og parkour

Fríða Rún Þórðardóttir hafði umsjón með fimleikunum líkt og undanfarin ár. Þjálfarar deildarinnar voru Elvira Ginijantulina (fimleikar, parkour), Bjarney Hulda Brynjarsdóttir (fimleikar), Marín Mist Magnúsdóttir (dansþjálfun), Robert Bentia (fimleikar), Rúnar Winship (parkour).

Einn þjálfari, Marin Mist sótti námskeið hjá FSÍ til að öðlast réttindi til að vera með liðinu í keppni.

ÍR skokk

Valur Þór Kristjánsson sá um þjálfun hlaupahóps ÍR og Fjóla Guðmundsdóttir kona hans hélt vel lukkað byrjendanámskeið sem mikilvægt er að halda til streitu til að stuðla að nýliðum og farsælli inngöngu nýrra iðkenda í hópinn sem er algert lykilatriði til að nýir haldi áfram og dragi með sér enn fleiri.

ÁRANGUR Í KEPPNI

Meistaramót Íslands innanhúss

ÍR-ingar höfnuðu í öðru sæti í heildarstigakeppninni á **Meistaramóti Íslands, aðalhluta innanhúss** eftir sigur árið á undan. Mótið var haldið í Laugardalshöll 254 keppendur tóku þátt og voru ÍR ingar 28 talsins, stigastaðan var 69 – 37 FH í vil. ÍR sigraði hafnaði einni í öðru sæti í kvennakeppninni en þriðja sæti karlaflokki. Alls hlutu ÍR-ingar 17 verðlaun; 8 gull, 4 silfur og 5 brons. Niðurstaðan var 10 verðlaunum minna en árið á undan og er mikilvægt, að þó svo að starfið snúist ekki aðeins um afrek, að rýna stöðuna og bera nú saman árið í ár og hvernig málin eru að halda áfram að þróast.

ÍR hafnaði í fimmta sæti á MÍ 15 – 22 ára innanhús sem fór fram í Reykjavík. Alls hlaut liðið 150 stig sem var meira en helmingi færri stig en árið á undan. Í stigakeppni einstakra aldursflokka sigraði ÍR í flokki 18-19 ára pilta, 20-22 ára pilta og stúlkna 15 ára. Alls náðu ÍR ingar í 26 verðlaun (65 árið 2021), þar af 10 gullverðlaun, 10 silfur og 6 brons.

ÍR átti tvo keppendur á **MÍ í fjölþrautum**, þau Dag Fannar Einarsson sem varð 2. í karlaflokki og Eir Chang Hlésdóttir sem einnig hafnaði í 2. Æsti í flokki stúlkna 15 ára.

Mynd 3 ÍR ingar á góðri stund (Mynd Marta María B. Siljudóttir/FRÍ)

ÍR hafnaði í öðru sæti í heildarstigakeppninni á **Meistaramóti Íslands innanhúss 11 – 14 ára**, með 518 stig á móti 534 stigum HSK/Selfoss. ÍR sigraði í piltaflokki 11 ára og 12 ára og stúlknaflokki 13 ára. Alls unnu ÍR-ingar til 23 verðlauna (21 2021); 6 gull, 7 silfur og 8 brons.

Á MÍ masters innanhúss í Hafnarfirði í byrjun mars hafnaði ÍR í 4. sæti í stigakeppninni með 11 verðlaun; 9 gull og 2 silfur.

BIKARKEPPNIR FRÍ

ÍR hafnaði í öðru sæti í Bikarkeppni FRÍ innanhúss á eftir FH en það munaði 9 stigum þegar upp var staðið en bæði kvenna- og karlaliðið hafnaði í öðru sæti á eftir FH. Alls hlutu ÍR-ingar 12 verðlaun; 8 gull, 1 silfur og 3 brons.

Í **Bikarkeppni FRÍ 15 ára og yngri innanhúss**, þar sem ÍR var mótshaldari, fagnaði ÍR A 2. sætinu aðeins 3 stigum á eftir HSK/Selfoss. ÍR A stúlkur sigruðu örugglega með 11 stiga mun á HSK/Selfoss en piltarnir höfnuðu í 3. sæti. Alls hlutu ÍR-ingar 12 verðlaun; 3 gull, 7 silfur og 2 brons. Mjög jákvætt var að senda tvö lið til keppni og gefa þannig fleiri möguleika á að keppa á þessu snarpa og skemmtilega móti.

ÍSLANDSMÓTIÐ Í 5KM GÖTUHLAUPI

Andrea Kolbeinsdóttir, 1. sæti.
Jökull Bjarkason, 3. sæti.

REYKJAVÍKURMARAÞON 20.8

Andrea Kolbeinsdóttir, íslandsmeistari í maraþoni kvenna

EVRÓPUMÓT MASTERS, BRAGA PORTÚGAL 24.2 – 27.2

Mynd 4 ÍR ingarnir Fríða Rún Þórðardóttir og Þórólfur Ingi Þórólfsson (Mynd Marta María B.

Af fjórum keppendum átti ÍR 3. Skúli Guðbjörnsson keppti í 60m hlaupi í 65 ára flokki og varð 21. Hafsteinn Óskarsson keppti í 400m og hafnaði í 4. Sæti og varð svo einnig 4. í 800m í æsispennandi keppni þar sem rétt munaði um 30/100 að hann kæmist á pall. Fríða Rún Þórðardóttir varð í 3. Sæti í 8 km víðavangshlaupi og 4. sæti í 1500m og 3000m.

https://www.european-masters-athletics.org/files/results/BRAGA2022.pdf

MEISTARAMÓT ÍSLANDS UTANHÚSS

ÍR sigraði í heildarstigakeppninni á Meistaramóti Íslands utanhúss 11 – 14 ára sem haldið var á Akureyri. Hlaut liðið 777 stig, 7 sigum meira en lið HSK/Selfoss en þessi tvö lið voru með um 300 stiga yfirburði á næstu lið. Árið á undan hafnaði ÍR í 3. sæti og því var gleðin mikil, þrátt fyrir að mótið sjálft hafi verið með nýju sniði og ýmsir vankantar sem sníða þarf af. Til að mynda biðu 11 ára stúlkur í hátt í 2 klst eftir niðurstöðum úr stigakeppni sem síðan fór þannig að þær töpuðu naumlega á fjölda sigra, þeim til mikilla vonbrigða. ÍR sigraði í stúlknaflokki 13 ára og 14 ára. Alls hlutu hinir 26 ÍR-ingar; 50 verðlaun (helmingi fleiri en árið á undan); 16 gull (4 x fleiri en 2021), 18 silfur og 16 brons.

ÍR átti tvo keppendur á Meistaramót Ísland í fjölþrautum, Dag Fannar Einarsson sem sigraði með 6.286 stig og Reyni Zoega sem varð 4. með 5099 stig

MÍ í 10000m á braut var haldið samliða og þar varð Helga Guðný Elíasdóttir í 3. sæti.

ÍR var mótshaldari á **MÍ 15-22 ára** og var það fyrsta MÍ mótið sem haldið var á ÍR vellinum. ÍR sendi 35 keppendur til leiks en liðið hafnaði í öðru sæti í heildarstigakeppninni eins og árið á undan, ÍR hlaut 286 á móti 334 stigum HSK/Selfoss. ÍR sigraði í pilta- og stúlknaflokki 20-22 ára eins og árið á undan. Alls hlutu ÍR-ingar 50

verðlaun (66 2021); 25 gull (10 færri en 2021), 17 silfur og 8 brons.

MÍ utanhúss aðalhluti var haldinn í Hafnarfirði og átti ÍR 39 keppendur. FH hafði betur í stigakeppninni hlaut 79,5 stig á móti 51,5 stigum ÍR. ÍR sigraði með einu stigi í karlakeppninni en ÍR konur urðu í 2. sæti. Alls unnu ÍR-ingar 22 verðlaun (37 2021); 12 gull, 6 silfur og 4 brons.

55. BIKARKEPPNIR FRÍ

ÍR hafnaði í öðru sæti í Bikarkeppni FRÍ utanhúss á eftir FH, með 20 stigum minna. Bæði kvenna- og karlaliðið hafnaði í öðru sæti á eftir FH. Alls hlutu ÍR-ingar 16 verðlaun; 5 gull, 6 silfur og 5 brons

Í **Bikarkeppni FRÍ 15 ára og yngri utanhúss**, hafnaði ÍR í 2. sætinu tæpum 10 stigum á eftir HSK/Selfoss. Lið ÍR stúlkna og pilta höfnðu bæði í öðru sæti. Alls hlutu ÍR-ingar 17 verðlaun; 4 gull, 7 silfur og 6 brons. Aðeins 5 lið tóku þátt sem er umhugsunarvert.

FIMLEIKAR

Keppt var á Bikarmóti í Gerplu í 4. flokki, 13. mars annars vegar í stökkfimi og hins vegar hópfimleikum. Í stökkfimi hafnaði liðið í 3. sæti og hlaut silfur á trampolíni. Í hópfimleikahlutanum varð liðið í 22. sæti og munaði þar mestu um dansinn en eins og áður segir er mjög erfitt að æfa hann við þær aðstæður sem liðið býr við. Liðið keppti svo á vormóti í 4. flokki á Selfossi 21.5, þar hafnaði liðið í 5. sæti og hlaut brons á trampolíni. Í hópfimleikahluta keppti ÍR í C deild og varð í 4. sæti yfir heildina, sigraði á trampolíni og varð í 2. – 3. sæti á fiber. Dansinn dró liðið niður. Vorönninni lauk í Stjörnunni þar sem keppt var í 3. flokki en þar kepptu 6 af 8 upp fyrir sig um flokk. Liðið hafnaði í 7. sæti en 2. – 3. sæti á trampolíni. ÍR tók þátt í einu móti á haustönn, í stökkfimi yngri og gekk vel, liðið hafnaði í 2. sæti í heildina og sigraði á trampolíni.

ERLEND MÓTAÞÁTTTAKA

Norðurlandamót innanhúss

Hlynur Andrésson, 5. sæti í 3000m, Guðni Valur Guðnason, 5. sæti í kúluvarpi, Elísabet Rut Rúnarsdóttir, 5. sæti í lóðkasti og Guðbjörg Jóna Bjarnadóttir 7. sæti í 200m en á mótinu átti ÍR 4 af 6 keppendum Íslands.

Evrópubikarkeppni í köstum í Leira í Portúgal

Þar varð Elísabet Rut Rúnarsdóttir þriðja í sleggjukasti í U23 ára flokki með 64.20m og Guðni Valur Guðnason 4. í kringlukasti með 62.50 m

Á HM innanhúss í Belgrad keppti Guðbjörg Jóna Bjarnadóttir í 60m og hafnaði í 42. sæti

Í Berlínar hálfmaraþoni varð Hlynur Andrésson 19. Á bætti sinn besta árangur í 1:03,05 klst

Norðurlandamót í fjölþrautum

Dagur Fannar Einarsson, 7. Sæti, 5999 stig

Smáþjóðaleikar á Möltu 11.6.

Dagur Andri Einarsson, 200m 3. sæti

Sæmundur Ólafsson, 800m 9. sæti
Tiana Ósk Whitwort, 100m 3. sæti, 200m 2. sæti
Hildigunnur Þórarinsdóttir, langstökk, 7. sæti
Elísabet Rut Rúnarsdóttir, sleggjukast, 2. sæti

NM baltic 16.7, af 6 keppendum Íslands átti ÍR 5.

Erna Sóley Gunnarsdóttir, sigurvegari í kúluvarpi
Sigursteinn Ásgeirsson, 6. sæti í kúluvarpi
Tiana Ósk Whitworth, 4. sæti í 100m, 6. sæti í 200m
Guðrún Karítas Hallgrímsdóttir, 3. sæti í sleggjukasti
Elísabet Rut Rúnarsdóttir, 4. sæti í sleggjukasti

European Youth Festival, 25.7

Arnar Logi Brynjarsson, 15. sæti í 100m

EM utanhúss í Munchen, 15.8

Guðni Valur Guðnason, 11. sæti í kringlukasti
Erna Sóley Gunnarsdóttir, 22. sæti í kúluvarpi

ÍSLANDSMET Á ÁRINU

Elísabet Rut Rúnarsdóttir	Sleggjukast (4 kg)	65,35 m (5.6)
Erna Sóley Gunnarsdóttir	Kúluvarp (4 kg) utanhúss	17.29 m (26.3)
Gruðjörg Jóna Bjarnadóttir	60m innanhúss	7.43 sek (15.1)
Hlynur Andrésson	10 km götuhlaup	29.24 mín (9.1)

Mynd 5 Erna Sóley og Hlynur sett bæði Íslandsmet á árinu 2022 (Mynd Marta María B. Siljudóttir/FRÍ)

VIÐURKENNINGAR

Eftirfarandi íþróttamenn fá viðurkenningar á aðalfundi 4. apríl 2022 fyrir árangur sinn á árinu 2022. Við hlið þeirra standa þjálfarar deildarinnar sem hafa lagt sitt af mörkum til að glæsilegur árangur náðist.

Frjálsíþróttakona ÍR	Guðbjörg Jóna Bjarnadóttir
Frjálsíþróttakarl ÍR	Guðni Valur Guðnason
Besti kvensprett/grindahlaupari ÍR	Guðbjörg Jóna Bjarnadóttir
Besti karlsprett/grindahlaupari ÍR	Birgir Jóhannes Jónsson
Besti kvenmilli/langhlaupari ÍR	Andrea Kolbeinsdóttir

Besti karlmilli/langhlaupari ÍR	Hlynur Andrésson
Besti kvenstökkvari ÍR	Hildigunnur Þórarinsdóttir
Besti karlstökkvari ÍR	Dagur Fannar Einarsson
Besti kvenkastari ÍR	Erna Sóley Gunnarsdóttir
Besti karlkastari ÍR	Guðni Valur Guðnason
Besti fjölþrautarmaður ÍR	Dagur Fannar Einarsson
Besta fjölþrautarkona ÍR	Brynja Rós Brynjarsdóttir
Mestu framfarir	
Efnilegasti íþróttamaður ÍR 15 – 17 ára	Sóley Kristín Einarsdóttir
Efnilegasti íþróttamaður ÍR 11 – 14 ára	Júlía Mekkín Guðjónsdóttir

Viðurkenningar á uppskeruhátíð ÍR

Guðbjörg Jóna Bjarnadóttir, íþróttakona ársins
Guðni Valur Guðnason, íþróttakarl ársins

Aðrar viðurkenningar, Uppskeruhátíð FRÍ

Erna Sóley Gunnarsdóttir var valin frjálsíþróttakona ársins hjá FRÍ

Erna átti frábært ár, setti Íslandsmet utanhúss þar sem hún varpaði kúlunni 17,29 metra. Hún varð Norðurlandameistari U23 og svæðismeistari innan-og utanhúss í Bandaríkjunum þar sem hún stundar nám. Hún keppti á sínu fyrsta stórmóti þegar hún tók þátt á Evrópumeistaramótinu sem fór fram í Munchen.

Besta afrekið:
Guðni Valur Guðnason, viðurkenning fyrir besta afrekið, 1157 stig fyrir 65,27m í kringlukasti

Besta spretthlaupsafrek (Jónsbikar):

Guðbjörg Jóna Bjarnadóttir – stigahæsta afrek í spretthlaupi; 24,05sek í 200m innanhúss.

Fjölþrautarkarl ársins

Dagur Fannar Einarsson – Besti árangur karla í þraut.

Þjálfari ársins

Pétur Guðmundsson – Þjálfari Guðna Vals og Ernu Sóleyjar.

Hvatningarverðlaun unglingaþjálfara

Bergur Ingi Pétursson – Tekur að sér þjálfun á íþróttamönnum óháð hvaða félagi þau eru í.

Götuhlaupari ársins og langhlaupari ársins karla

Hlynur Andrésson – Sigur í hálfmaraþoni í Reykjarvíkurmaraþoninu í mjög krefjandi aðstæðum og besti árangur í 10km götuhlaupi frá upphafi í Valencia.

Utanvegahlaupari ársins og langhlaupari ársins

Andrea Kolbeinsdóttir – Besti tími sögunar hjá konum í Laugavegshlaupinu og brautarmet kvenna, jafnframt eina konan sem hefur hlaupið undir fimm tíma. Íslandsmeistari í maraþoni kvenna 2022. Frábær árangur á HM í utanvegahlaupum.

Hópur ársins

EM Munchen: Erna Sóley, Guðni Valur, Pétur.

MÓT OG VIÐBURÐIR Á VEGUM ÍR 2022

Árið 2022 náðist að koma mótafyrirkomulagi í réttan farveg eftir hrakfarir Covid faraldurs. Samkvæmt Þór, móta forriti FRÍ, hélt ÍR 18 smærri mót á tímabilinu og að auki fimm mót með hinum Reykjavíkur-félögunum sem var gott stökk upp á við eftir Covid árin, aðalleg voru þetta kastmót á ÍR vellinum.

ÍR hélt síðan samkvæmt venju Brons- og Silfurleika að haustinu, 107 Víðavangshlaup ÍR og Gamlárshlaup ÍR. Í Víðavangshlaupinu, sem jafnframt var Íslandsmótið í 5 km götuhlaupi eins og árin á undan, luku 423 keppni (376 árið 2021) og í Gamlárshlaupinu 838 keppendur.

Inga Dís Karlsdóttir stýrði ásamt samstarfsmönnum Víðavangshlaupi ÍR af miklum myndarskap sem og Gamlárshlaupinu sem eru gríðarlega mikilvægir póstar í ÍR starfinu, ekki síst til að halda í þessa áralöngu hefð sem þessir viðburðir eru í íslensku íþrótta- og menningarlífi. Kann deildin Ingu Dís, hennar gengi og sjálfboðaliðum hinar bestu þakkir fyrir að standa alltaf vaktina okkur til heilla.

Stórmót ÍR var ekki haldið vegna takmarkana (495 keppendur tóku þátt 2021)

Vormót ÍR, vígslumót, nýja ÍR vallarins 29.5

81 keppandi tók þátt í mótinu (sem féll niður 2021 vegna samkomu takmarkana) en keppt var í fjölmörgum greinum fullorðinna auk greina í flokkum 14 og 15 ára. ÍR ingar voru að vonum atkvæðamestir með 36 verðlaun en keppendur komu frá FH, Fjölni, Breiðablik, UFA, KFA, Hetti og Ármanni auk þess sem keppendur frá USA mættu til leiks en þeir tóku einnig þátt í Afmælismóti FRÍ á Selfossi daginn áður. Fínar aðstæður voru á mótinu og litu 45 bætingar dagsins ljós. Byrjað er að halda skrá utan um vallarmet á vellinum og er vert að þakka Gunnari Páli Jóakimssyni sérstaklega fyrir það.

12. Bronsleikar 8.10: 270 keppendur (204 2021), frá 9 félögum, 78 bætingar litu dagsins ljós.

25. Silfurleikar 17.11: 358 keppendur frá 13 félögum, og yfir 400 bætingar litu dagsins ljós. Féllu niður 2021)

Mynd 6 Á vígslumóti IR vallarins. Frá vinstri; Margrét Héðinsdóttir, Þráinn Hafsteinsson, Martha Ernstsdóttir, Þórdís Gísladóttir, Dagur B. Eggertsson, Pétur Guðmundsson, Jón Þ. Ólafsson. (Jökull Úlfarsson)

SJÁLFBOÐALIÐAR

Frjálsíþróttadeild ÍR vill koma á framfæri þökkum til þeirra fjölmörgu sjálfboðaliðum sem koma að starfi deildarinnar á einn eða annan hátt. Án þeirra væri ekki hægt að halda þessu mikla starfi gangandi.

FJÁRMÁL

Fjármál deildarinnar settu stóran svip á starf stjórnarinnar á árinu líkt og undanfarin ár. Deildinn hlotnuðust einhverjir Covid styrkir sem skiptu virkilegu máli þar sem verulegt tekjutap var vegna þeirra viðburða sem féllu niður eða skertust.

Rekstrartekjur deildarinnar námu 48.5 milljónum, samanborið við 52.1 milljón árið á undan. Rekstrargjöld voru nokkuð sambærileg eða 40.971.000 2022 samanborið við 39.395.000 2021. Risastór póstur í rekstrargjöldum eru kostnaður vegna mótahalds sem fór 2.24 milljónum í 4.8 milljónir!

Heildartekjur deildarinnar á árinu 2022 námu 48.5 milljónum samanborið við 52.1 milljón 2021 námu (49.6 milljónir á árinu 2020).

Tap ársins nam 3.56 milljónum samanborið við hagnaður 2021 upp á 1.215 þúsund kr.

Eignir deildarinnar í árslok 2022 námu 7.1 milljón samanborið við 9.8 milljónir 2021. Eigið fé deildarinnar í árslok 2022 er neikvætt upp á 2.28 milljónir samanborið við jákvætt eigið fé upp á 7.79 milljónir 2021. Skuld við aðalstjórn og skammtímaskuldir námu tæpum 850 þúsund krónum 2022 en voru tæpar 2 milljónir 2021. Eiginfjárhlutfallið er 32,1 % en var 79,2% 2021 og 53,2% í árslok 2020.

FRAMTÍÐARSÝN

Í ársskýrslu stjórnar vegna 2021 var talað um aðstöðumál en þá var fyrsta árið sem knatthúsið með hlaupabrautunum var í fullri virkni. Þá var talað um tækifærin þar, og hefur sú aðstaða virkilega komið sér vel, ekki aðeins til að halda út starfi í okkar aðal hverfi Breiðholtinu, heldur hefur líka þurft að flytja æfingar þangað þegar Laugardalshöll er lokuð. Einnig getur þessi innanhúss aðstaða skipt sköpum ef að illa viðrar á utanhússmótum og veita þarf keppendum afdrep til upphituna.

Með vellinum liggja mörg tækifæri fyrir iðkendur okkar og til fjölgunar á þeim, en einnig fyrir deildina er snýr að tekjuöflun.

Endurtekið úr síðustu ársskýrslu: Fimleikadeildin býr við þröngan húsakost sem veldur því að erfitt er að halda úti æfingum til langframa þegar iðkendur eldast og eflast og kröfur á mótum verða sífellt strangari. Vonandi skýrast línur varðandi nýtt fimleikahús í Breiðholti á næstu mánuðum svo starfsemi deildarinnar geti vaxið og dafnað.

Eins og sést framar í þessari skýrslu þá eigum við marga iðkendur í fremstu röð og við sjáum líka að mjög stór hópur af upprennandi afreksfólki skipar okkar yngri flokka nú. Við getum skapað þessum iðkendum góðar aðstæður með góðum þjálfurum og góðri aðstöðu á nýjum velli í Skógarseli og betra aðgengi að Laugardalshöll yfir innahúss tímann og þar þurfum við að ná eyrum borgaryfirvalda varðandi aðgengi. Við lendum ítrekað í því að iðkendum okkar er úthýst, eina húsi Reykjavíkurborgar sem er sérhannað fyrir frjálsar íþróttir, þegar rafíþróttamót, sýningar og árshátíðir eru haldnar, eitthvað sem aðrar íþróttagreinar lenda ekki í. Þetta hefur valdið deildinni erfiðleikum og brottfalli úr yngri hópum.

Framundan eru áskoranir varðandi fjölgun iðkenda en undanfarin tvö ár hefur iðkendum deildarinnar fækkað, m.a. vegna Covid. Næstu árin munu einkennast af áframhaldandi vinnu við fjölgun iðkenda og farsælli rekstur deildarinnar og það snýst meðal annars um að verða sjálfbærari er snýr að móta- og hlaupahaldi.

Stóra áskorunin okkar á starfsárinu er að styrkja fjárhaginn, því það að reka deild með 2 milljóna króna launaútgjöld hverjum mánuði auk þess kostnaðarauka sem fram undan er af hálfu FRÍ, bæði er snýr að hækkun á nefskatti per iðkanda og kostnaðarþátttöku deildarinnar en nú mun kostnaður okkar af hverjum landsliðsmanni hækka úr 45.000 kr í 70.000 kr á meðan mótframlag ÍBR mun væntanlega standa í stað. Hægt er að horfa til þeirra viðburða sem deildin heldur, en þá er alltaf erfiðara og erfiðara að manna og hluti innkomunnar fer svo að sjálfsögðu til iðkendanna sem eru að safna sér fyrir æfinga- og keppnisferðum.

Kynning á frjálsum og að lyfta þeim á hærra „level“ er á stefnuskrá FRÍ sem sameiginlegt verkefni íslenskra frjálsíþróttafélaga og við hjá ÍR munum taka þátt í þeirri vinnu frjálsum og okkur til heilla. Við sem störfum í frjálsum vitum hversu frábær íþróttin okkar er því þar situr enginn á bekknum, Íslendingar vita þetta líka því engin íþróttagrein er vinsælli á Ólympíuleikum en einmitt frjálsíþróttir, bæði á vellinum og heima í stofu.

F.h. stjórnar frjálsíþróttadeildar ÍR,

Fríða Rún Þórðardóttir, formaður

HANDKNATTLEIKSDEILD ÍR

SKÝRSLA STJÓRNAR HANDKNATTLEIKSDEILDAR ÍR FYRIR KEPPNISTÍMABILIÐ 2022 - 2023

Inngangur

Á aðalfundi 2022 voru kjörin í stjórn Elín Freyja Eggertsdóttir formaður, Jón Kristinn Björgvinsson, Ásdís Ólafsdóttir, Ólafur Haukur Hansen og Vilhjálmur Ólafsson. Gekk stjórnarstarfið vel, haldinn var að meðaltali einn stjórnarfundur í mánuði auk þess sem stjórnin hafði samskipti nánast daglega um ýmis mál á samskiptamiðlum. Það hefur verið mikill samhugur í stjórn, jákvæðni og sameiginleg sýn á starfið og framtíðina. Iðkendum hefur haldið áfram að fjölga og þegar þetta er skrifað eru meistaraflokkur karla að vinna hörðum höndum af því að halda sér uppi í Olísdeildinni og meistaraflokkur kvenna í góðri stöðu til að komast í umspil um sæti í Olísdeildinni. Nýtt íþróttahús var tekið í notkun í ágúst og er húsið hið glæsilegasta. Það var stór áskorun að samnýta húsið með körfuknattleiksdeildinni og hafa komið hin ýmsu verkefni til að leysa á báða bóga. Auglýsingamál voru af skornum skammti þar sem LED auglýsingaskilti voru ekki komin í byrjun tímabils en á vordögum rættist úr því og eru þau komin í hús, en ekki eru þau tilbúin til að hægt sé að selja auglýsingar. Þessi seina gangur olli því að ekki tókst að selja mikið af auglýsingum í byrjun tímabils. Það sem hefur hjálpað er hversu leikmenn meistaraflokkana hafa verið iðnir við að taka þátt í fjáröflunum og sjálfboðaliðar hafa náð að selja auglýsingar til einstaklinga og fyrirtækja sem höfðu áður stutt við félagið. Í Janúar ákvað stjórnin að ráða Kristinn Björgúlfsson í framkvæmdarstjóra starf til sex mánaða. Ástæðan er sú að það verður að gera starf deildarinnar aðgengilegra og ná utan um allt það sem þarf að gera þannig að rekstur deildarinnar verði faglegur og skilvirkur. Við trúum því að með því að hafa starfsmann sem sér um að semja við leikmenn og sinna daglegum rekstri handknattleiksdeildarinnar verði mun skipulagðara og meiri yfirsýn muni skila sér í öflugri handknattleiksdeild sem skilar sér betur til iðkendanna. Í ár höfum við átt í erfiðleikum með að virkja sjálfboðaliða og staðreyndin er sú að alltof fáir bera þungan af starfinu sem gerir allt utanumhald mun erfiðara.

Það er von okkar að það eigi eftir að breytast og fleiri sjálfboðaliðar taki þátt í starfi deildarinnar á komandi mánuðum.

Meistaraflokkur karla

Við lok krefjandi keppnistímabils 2022/23 var ljóst að meistaraflokkur karla myndi spila í efstu deild á komandi leiktíð. Margir ungir og öflugir ÍRingar hafa fengið dýrmætt tækifæri til þess að þroska og þróa sinn leikstíl. Á tímabilinu hefur Bjarni Fritzson haldið utan um þjálfun flokksins auk Bjarka Stefánssonar. Leikmaður meistaraflokks karla var kjörinn Dagur Sverrir Kristjánsson.

Meistaraflokkur kvenna

Meistaraflokkur kvenna var í baráttu um að komast upp í Olísdeild á síðasta tímabili en endaði á að tapa fyrir Gróttu í spennandi umspilsleikjum. Mjög mikill efniviður er til staðar í félaginu sem var til grundvallar í uppbyggingu á síðasta tímabili. Sólveig Lára Kjærnested var ráðin þjálfari liðsins, Sigfús Páll Sigfússon henni til aðstoðar og Hallgrímur Jónasson sá um markmannsþjálfun. Auk þess var styrktarþjálfun efld

verulega. Í ár var sérstaklega ánægjulegt hversu margir nýjir leikmenn bætust í hópinn og styrktu liðið. Þegar þetta er skrifað er meistaraflokkur kvenna í verulega góðri stöðu með að komast í umspil um sæti í Olísdeildinni. Umgjörð leikja hefur eflst þrátt fyrir að það séu þeir sömu sem sjá um utan umhaldið. Leikmaður meistara flokks kvenna var kjörin Karen Tinna Demian.

BUR

Almennt

Barna- og unglingastarfið hefur verið á fínu róli undanfarið ár. Iðkendafjöldi yngri flokka er 285 iðkendur samanborið við 290 á sama tíma í fyrra. Í haust tóku við flutningar í nýja húsið okkar í Skógarselinu. Markmið okkar í upphafi tímabils var að láta okkar yngri flokka æfa sem allra mest þar og búa til nýjan heimavöll. Þjálfarahópur yngri flokka skipa ýmist reynslumiklir þjálfarar og ÍR-ingar sem hafa verið lengi í kringum starfið en einnig eru ungir og efnilegir þjálfarar að fá að spreyta sig. Það er mikilvægt fyrir okkur að búa okkur til þjálfara sem eru ÍR-ingar og vilja gera vel fyrir félagið sitt.

Iðkendaátök

Í haust var farið í árlegt Softball mót grunnskólanna en mótið náði methæðum í ár. 52 lið skráðu sig til leiks og um 400 krakkar úr öllum skólum hverfisins mættu og tóku þátt. Í aðdraganda og vikuna eftir mótið var frítt að koma og prófa handboltaæfingar en oftar en ekki koma fjölmargir krakkar að prófa á því tímabili. Mótið var haldið í samtarfi við Dominos en þeir veittu sigurvegurum mótsins og flottustu búningum pizzuveislu fyrir allan árganginn í skólanum. Í janúar mánuð var farið í árlegt átak samhliða stórmóti hjá Íslenska landsliðinu. Farið var inn í bekki í skólunum og kynnt að í Janúar yrði frítt að prófa fyrir alla nýja iðkendur, í kjölfarið var plakötum dreift í alla skóla Breiðholts.

Árangur

Með öflugri þjálfun í yngstu flokkunum hefur frambærilegum árgöngum fjölgað. Margir flokkar hjá okkar keppa oftar en ekki í 1.deild í Íslandsmótinu sem er styrkleikamerki fyrir starfið og eykur líkurnar á því að við náum að framleiða fleiri frambærilega leikmenn sem gætu spilað fyrir meistaraflokkana okkar í framtíðinni. Sem dæmi áttum við ÍR-ingar fjóra árganga í Bikarúrslitum sem voru spiluð í Laugardalshöllinni í frábærri umgjörð. Einnig áttum við 11 fulltrúa í yngri landsliðshópum sem komu saman til æfinga í mars mánuði.

Framtíðarsýn

Það eru mikil tækifæri til staðar til þess að vera með topp yngri flokka starf. Með tilkomu Skógarsels er aðstaðan okkar orðin ein sú allra besta hérlendis. Það er mikilvægt að halda áfram öflugri þjálfun og iðkendasöfnun í allra yngstu flokkunum til þess að vera betur í stakk búin þegar iðkendnum fer að fækka í eldri flokkum eins og algengt er. Við þurfum þó að virkja fleiri foreldra og mynda sterkara BUR í kringum það góða starf sem við höfum búið til.

.

.

JÚDÓDEILD ÍR

Ársskýrsla 2022

Fráfarandi stjórn :

Formaður: Gísli Fannar Egilson (gislifannar94@gmail.com)
Varaformaður: Ásgeir Ásgeirsson (asgeirerlendur@internet.is)
Gjaldkeri: Haukur Þór Haraldsson (haukur.haraldsson@reykjavik.is)
Ritari: Magnús Sigurjónsson (magnussi@mmedia.is)
Meðstjórnandi: Aleksandra Lis (aleksandralis3450@gmail.com)
Meðstjórnandi: Arnar Þór Sigurðsson (arnarlarsen@gmail.com)
Meðstjórnandi: Felix Exequel Woelflin (felix.e.woelflin@gmail.com)

Starfsemin og æfingar

Árið byrjaði vel á vorönn. Mikil aðsókn var í prufutíma og héldu einhverjir áfram. Flestir hættu þó þar sem þeim þótti vont að lenda á gólfinu sem er allt of hart og þó nokkrir iðkendur meiddust. Á haustönn þurfti Felix að hætta þjálfun hjá deildinni þar sem ekki gekk að sinna fullri vinnu, 50% háskólanámi, þjálfun hjá deildinni og fjölskyldu. Farið var í vinnu við að finna nýjan þjálfara sem gekk fram og til baka í einhvern tíma. Gísli sá aðallega um þjálfun á haustönn. Við gerðum tilraunir til þess að æfa samhliða Karate hópnum og gekk það illa. Allt of mikill hávaði berst á milli og truflar það einbeitingu iðkenda og finna þjálfarar fyrir aukinni þreytu eftir slíkar æfingar. Þetta er lítill salur, sérstaklega lítill í samanburði við fjölnotahúsið og körfu-/handboltahúsið, og berst hávaði mikið á milli helminga. Mikið brottfall var í deildinni á haustönn.

Við höfum sett meiri vinnu og peninga í að efla starf deildarinnar en meiri hluti starfsins er unnin í sjálfboðavinnu. Við finnum fyrir því að deildin getur ekki stækkað í þeirri aðstöðu sem henni býðst hjá ÍR. Deild sem eitt sinn hafði 130-150 iðkendur á erfitt með að halda í 30-40 iðkendur í dag. Deildin hafði náð 130-150 iðkenda fjölda eftir fyrstu þrjú árin sem hún starfaði og var framtíðin björt þá. Nú er komin áratugur síðan dýnurnar sem æft er á voru komnar á sinn tíma og hefur öll fjöðrun farið úr þeim. Þær eru grjótharðar og hafa iðkendur á öllum aldri kvartað undan því að æfa íþróttina á þeim og vilja ekki láta henda sér á þær. Iðkendur sem eru 11-13 ára hætta vegna meiðsla. Eldri iðkendur duga yfirleitt um 2-3 æfingar og urðum við því að fella niður þann hóp.

Við höfum sótt í styrki til þess að setja upp fjaðrandi gólf í kjallara ÍR heimilisins og fengum einn úthlutaðann upp á 300.000kr sem rennur út sumarið 2023. Fjaðrandi gólf kostaði um 2.000.000 kr í allan salinn eða 1.000.000 kr í hálfan salinn fyrir nokkrum árum þegar við gerðum kostnaðaráætlanir.

Þjálfari frá tae-kwon-do deildinni ætlaði að skoða hvernig fjöðrunin í júdógólfi er hjá Júdófélagi Reykjavíkur til þess að meta hvort slíkt undirlag væri í lagi undir þau. Ekkert hefur orðið af því. Það munar því hvort deildin getur haldið minni mót innan félagsins eða ekki. Mótahald hefur ekki verið hjá félaginu í yfir áratug en þau hafa mikil jákvæð áhrif á starf deilda/félaga. Við verðum að geta farið að halda mót og boðið upp á aðstöðu við hæfi ef við eigum að sjá einhverja von um áframhaldandi starf innan félagsins.

Mikil vinna hefur verið lögð í uppbyggingarstarf sl. tvö ár eftir það brottfall sem varð vegna þeirrar minnkunar á æfingaplássi við komu lyftingarsalarins á jarðhæð ÍR-heimilisins. Á fyrstu árum deildarinnar var æft í öllum salnum á jarðhæð ÍR-heimilisins og voru þá töluvert fleiri í deildinni, eða rúmir 130 iðkendur eftir fyrstu þrjú ár deildarinnar í starfi.

Áður þurfti að leggja dýnur niður og taka þær aftur upp að loknum æfingadegi og þurftu þjálfarar því að mæta 30-45 mín fyrr og vera lengur í lok dags en það er þar að auki slítandi og hvimleið vinna. Það var því stórt skref fyrir deildina og þjálfara að fá að hafa fastar dýnur í hálfum salnum. Aftur á móti er hálfur salur of lítill og hefur iðkendafjöldinn borið vitni um það.

Síðar, þegar lyftingarsalurinn var öðru megin við æfingapláss júdódeildarinnar og tae-kwon-do eða karate hinu megin við æfingaplássið minnkaði iðkendafjöldi allverulega í deildinni. Þetta litla æfingapláss sem hafði verið komið okkur í var langt í frá vinsælt og fældi verulega frá og þá sérstaklega þegar læti voru í lyftingarsalnum. Með von um bjartari tíma var reynt að halda iðkendum innan deildarinnar en gekk það erfiðlega. Kórónuveiran skall síðan á heiminn og var það til þess að deildin dó nánast alveg.

Júdódeildin hefur þurft að þrauka ansi margt og hefur hún fengið lítin stuðning frá félaginu í gegnum þessi harðindi sem hefur verið þröngvað upp á deildina. Erfiðlega hefur gengið að halda iðkendum innan deildarinnar vegna meiðsla sem koma upp við að falla á ónýtt gólf og ekki er hægt að æfa júdó af neinu viti í ÍR-heimilinu vegna gólfsins. Dýnurnar sem æft er á eru ónýtar og liggja þær á hörðu gólfi. Venjulega er æft á nýrri dýnum undirlagi sem gefur eftir þegar fallið er á gólfið. Fjölmargir iðkendur hafa verið að meiðast á æfingum þó reynt sé að fara varlega.

Fjaðrandi undirlag og júdódýnur sem eru í lagi eru lykilatriði fyrir íþróttina, líkt og

gras/gervigras fyrir fótboltann eða parketgólf fyrir körfubolta og handbolta. Ekki sjáum við þær deildir þurfa að standa undir kostnaði af undirlagi við hæfi fyrir sína íþrótt en það hafa verið viðbrögðin sem júdódeildin hefur fengið að sjá frá félaginu þegar óskað hefur verið eftir bættri aðstöðu sl. ár. Þ.e.a.s. að deildin verði að safna fyrir nýju gólfi líkt og deildin keypti inn þær júdódýnur sem notaðar eru í salnum niðri en hafa síðan verið notaðar af fleiri deildum og hópum. Oft hefur verið komið að dýnunum þar sem þær eru beyglaðar og búið að ganga illa um þær. Júdódeildin getur ekki eytt fjármagni í dýnur þegar aðrir hópar ganga illa um dýnurnar og endingartími þeirra styttur verulega.

Klefamál

Það vantar ekki áhugann á íþróttinni hjá krökkum í hverfinu en erfitt er að halda þeim vegna lélegrar æfingaaðstöðu, þá sérstaklega þegar horft er til kvenkyns iðkenda deildarinnar. Klefamál hafa verið algjörlega til skammar frá upphafi deildarinnar og tala fyrrum og núverandi kvenkyns iðkendur um hversu leiðinlegt það sé að mæta á æfingu og fá engan klefa til að skipta um föt og fara í sturtu. Nokkrar af fyrrum iðkendum deildarinnar segja þetta vera eina af aðalástæðum þess að þær hættu að stunda íþróttina. Sú óvissa sem það var um hvort þær myndu fá klefa eða ekki og þurfa að skipta um föt inni á salerni frammi í anddyri og að komast ekki í sturtu að lokinni æfingu dró verulega úr viljanum til að mæta á æfingar. Klefinn er reglulega tekin undir fótboltann þegar leikir eru og hefur fótboltadeildin þá 5 klefa til afnota á meðan Júdódeildin hefur einn klefa til afnota sem er notaður af fleiri deildum. Einnig hefur umgangur í ÍR heimilinu verið slæmur. Fótboltaiðkendur ganga inn á takkaskóm sem skilur eftir sig slóð og iðkendur hjá Júdódeildinni labba á tánum á skítnum.

Keppni

Júdódeildin hefur efnilega iðkendur innan deildarinnar en iðkendurnir æfa nú hjá öðrum félögum eða hafa hætt vegna aðstöðunnar. Við sjáum fram á að þau muni flytja sig um félag innan skamms ef þau geta ekkert farið að æfa hjá félaginu.

Matthías vann einnig til verðlauna á erlendum vettvangi en hann lenti í öðru sæti á sterku móti í Finnlandi. Deildin átti einnig fjölmarga keppendur á árinu á öðrum mótum sem stóðu sig margir vel. Deildin leggur ekki áherslu á keppni en býður áhugasömum upp á það að taka þátt í keppni ef vilji er fyrir því hjá iðkendum deildarinnar.

Nokkrir hjá deildinni náðu á pall á íslandsmóti og var besti árangurinn hjá Matthíasi Stefánssyni sem náði 2. sæti á norðurlandamótinu. Eftir mótið varð hann frá vegna meiðsla sem eftir var árinu.

Deildin átti einnig nokkra keppendur á árinu á öðrum mótum sem stóðu sig margir vel. Deildin leggur ekki áherslu á keppni en býður áhugasömum upp á það að taka þátt í keppni ef vilji er fyrir því hjá iðkendum deildarinnar.

Mynd 2Matthías í 2. sæti á Norðurlandamótinu í júdó 2022

Deildin átti að halda Reykjavíkurmeistaramót í ár en hefur því miður ekki aðstöðu til þess og þurfti því að biðja annað félag um að halda mótið. Þetta finnst okkur hjá júdódeildinni miður þar sem mótahöld og keppnir á heimavelli skapa góðar minningar fyrir krakkana sem æfa hjá deildinni. Einnig hefur sú hefð dáið að halda innanfélagsmót í kringum jólin en við hjá deildinni viljum einnig geta tekið upp á því á ný. Við hjá júdódeild ÍR vonumst til þess að nýtt undirlag verði sett upp og nýjar júdódýnur keyptar inn svo að deildin geti farið að halda mót á ný sem allra fyrst.

Fjármál

Deildin var rekin með um 300.000 króna tapi í ár. Stjórnin ákvað að setja meiri pening í starfið til að efla þjálfarateyma deildarinnar og átti deildin vel efni á því. Þá hafa fimm þjálfarar verið að starfa reglulega hjá deildinni í ár. Gjaldkeri deildarinnar passar vel upp á peninga deildarinnar og kemur með góð ráð þegar kemur að fjármálum deildarinnar. Júdódeild ÍR hefur átt fyrir öllum útgjöldum og skuldbindingum deildarinnar.

Framtíðarsýn

Það sem heldur deildinni gangandi er sú framtíðarsýn að fá æfingaaðstöðu fyrir deildina í nýju húsi sem á að byggja á næstu árum. Einnig höldum við í vonina að sett verði upp fjaðrandi gólf og að nýjar dýnur verði keyptar inn. Júdódeildin hefur reynt að safna peningi fyrir þessu og hefur deildinni tekist að fá 300.000kr upp í fjaðrandi gólf sem er um fimmtán prósent þess sem þarf fyrir fjaðrandi gólf í allan salinn á jarðhæð ÍR heimilisins. Það gengur því ekki nógu vel fyrir deildina að safna fyrir þessu gólfi og er deildin ekki í neinni stöðu til að vera að standa fyrir slíkum kostnaði eftir öll þau ár sem hefur verið þrengt að deildinni samhliða erfiðum uppákomum á borð við kórónuveirufaraldurinn.

Við sjáum nýja húsnæðið í hillingum og vonumst til að geta verið svolítið útaf fyrir okkur svo við getum haft æfingar oftar í viku og að aðrir æfingahópar séu ekki að trufla æfingar hjá okkur. Við sjáum ekki fram á vöxt fyrr en deildin kemst í betri aðstöðu. Mikið liggur á að fá gólf sem er í lagi og ef aðstöðumál verða bætt gerum við ráð fyrir að deildin muni vaxa hratt og geta orðið öflugri og stærri en hún var áður.

KARATEDEILD ÍR

Ársskýrsla 2022 - 2023

Stjórn

Ekki var starfandi stjórn fyrir Karate deildina síðasta vetur. Aðalþjálfari deildarinnar Aron Ahn Ky Huynh sá um starfsemi deildarinnar og Kristín á skrifstofu ÍR sá um greiðslu reikninga. Karate deildin er með mjög virka síðu á Facebook þar sem samskipti og upplýsingagjöf til foreldra fer fram. Þátttaka foreldra í starfinu þarf hins vegar að vera meiri á komandi starfsári, bæði vantar stjórn og almennt sjálfboðaliða í öll þau verk sem tilheyra starfandi íþróttadeild.

ÍR er minnsta karate-félag landsins en hefur náð góðum árangur bæði í innlendamót og erlendamót einnig á deildin 3 landsliðsmenn þau: **Jakub Kobiela**, **Adam Ómar Ómarsson** og **Dunja Dagný Minic**. Þau kepptu á alþjóðlegu mót Opna Sænska, Smáþjóðameistaramót og Norðurlandameistaramót

Starfandi eru 4 flokkar: 5-7 ára, 8-11 ára og 12-17 ára, 17 ára og eldri. Æfingarnar fara nú alfarið fram í ÍR heimilinu en ekki einni í undirheimum í kjallara Austurbergs eins og áður. Það er mikil ánægja með þessa breytingu og gott húsnæði ýtir undir möguleika til vaxtar.

Framtíðarsýn: mikill vilji er til að fjölga iðkendum og náðist t.d aukning með auglýsingum í frístundaheimilum grunnskólanna í Breiðholti. Karate deildin tók þátt í kynningardegi ÍR í ágúst og sýndu þar listir sínar og hlaut mikið lof fyrir.

Fjármál deildarinnar standa betur en árið á undan, tekjur voru 6,2 mkr 2022 og jukust um tæp 8% milli ára og er helsta skýringin styrkur frá ríkissjóð upp á rúmar 500 þúsund vegna áhrifa covid faraldursins á rekstur deildarinnar árið á undan.

Helsti árangur ÍR í karate á árinu 2022:

Erlend mót 2022

Dags	Nafn	Flokkur	Mót	Árangur
9.4.2022	Adam Ómar Ómarsson	13 ára kk	Opna Sænska	Kata 1. sæti
	Jakub Kobiela	13 ára kk	Opna Sænska	Kata 2. sæti
24.11.2022	Adam Ómar Ómarsson	14-15 ára kk	Smáþjóða-meistaramót	Kata 3.sæti

Innlend mót 2022

Dags	Nafn	Flokkur	Mót	Árangur
26.2.2022	Prince James Caamic	13 ára kk	Grand Prix 1	Kata 1. sæti
	Prince James Caamic	13 ára kk	Grand Prix 1	Kumite 2.sæti
	Dunja Dagný Minic	14-15 ára kvk	Grand Prix 1	Kata 3.sæti

	Dunja Dagný Minic	14-15 ára kvk	Grand Prix 1	Kumite 2.sæti
	Daren Uzo	14 ára kk	Grand Prix 1	Kumite 3.sæti
2.4.2022	Adam Ómar Ómarsson	13 ára kk	ÍM unglinga	Kata 1. sæti
	Prince James Caamic	13 ára kk	ÍM unglinga	Kata 2.sæti
	Jakub Kobiela	14 ára kk	ÍM unglinga	Kata 3.sæti
3.4.2022	Hópkata krakka	9 ára og yngri	ÍM barna	Kata 2.sæti
	Helen Chau Nguyen	9 ára stúlkna	ÍM barna	Kata 1.sæti
	William Minh Pham	8 ára og yngri pilta	ÍM barna	Kata 1.sæti
	Viktoría Wernersdóttir	8 ára og yngri stúlkna	ÍM barna	Kata 2.sæti
7.5.2022	Adam Ómarsson	13 ára kk	ÍM barna	Kata 1.sæti
	Prince James Caamic	13 ára kk	Grand Prix 2	Kata 2.sæti
	Prince James Caamic	13 ára kk	Grand Prix 2	Kumite 2.sæti
	Jakub Kobiela	14-15 ára kk	Grand Prix 2	Kata 3.sæti
	Mia Djuric	14-15 ára kvk	Grand Prix 2	Kumite 2.sæti
6.11.2022	Jakub Kobiela	14-15 ára kk	Grand Prix 3	Kata 1.sæti
	Adam Ómarsson	13 ára kk	Grand Prix 3	Kata 3.sæti

KEILUDEILD ÍR

Skýrsla keiludeildar ÍR fyrir árið 2022

Lögð fram á aðalfundi keiludeildar í ÍR heimilinu 30. mars 2023.

Stjórn keiludeildar

Starfandi stjórn keiludeildar ÍR tók við eftir aðalfund 6. maí 2022. Stjórn keiludeildarinnar var þannig skipuð á árinu: Valgerður Rún Benediktsdóttir var kjörin formaður á aðalfundi, Svavar Þór Einarsson var varaformaður, Unnar Óli Þórsson var ritari, Halldóra Íris Ingvarsdóttir var gjaldkeri, Böðvar Már Böðvarsson, Geirdís Hanna Kristjánsdóttir og Jóhann Ágúst Jóhannsson voru meðstjórnendur.

ÁHERSLUR STJÓRNAR 2022

Áherslur stjórnar fyrir kjörtímabilið voru eftirfarandi:

1. Aðstöðumál keilunnar

Stjórn keiludeilar hélt áfram að vinna að aðstöðumálum keilunnar en það hefur lengi legið fyrir að aðstaða keiluíþróttarinnar á höfuðborgarsvæðinu er með öllu óviðundandi eins og nánar er farið yfir í ársskýrslu keiludeildar fyrir árið 2021. Aðalstjórn ÍR hefur sýnt þessari stöðu mikinn skilning og unnið að því að fá keilusal á ÍR svæðið í viðræðum sínum við Reykjavíkurborg. Er þar horft til þess að keilusalur komi í tengibyggingu á ÍR svæðinu. Eftir viðræður ársins er stjórn keiludeildar nokkuð bjartýn á að það fari að draga til tíðinda í málinu árið 2023.

2. Fjölgun iðkenda

Stjórn lagði áframhaldandi áherslu á fjölgun iðkenda. Haldið var sumarnámskeið í keilu og útbúnir einblöðungar með auglýsingu fyrir æfingar sem liggja frami í Egilshöll. Vel gekk að fjölga í yngri flokkum og þurfti deildin m.a. að fjölga þjálfurum til að anna eftirspurn.

3. Fjölga þátttakendum í starfi deildarinnar

Skortur á sjálfboðaliðum innan íþróttahreyfingarinnar er víða vandamál og hefur það verið krefjandi verkefni hjá keiludeildinni einnig. Stjórn gerði átak í að bjóða keilurum inn á facebook hóp fyrir ÍR-keilara, auglýsti eftir bakvarðasveit og bauð umbun fyrir mótaumsjón. Merkir stjórn nokkurn árangur af þessum aðgerðum þó vel megi gera betur.

4. Aukið utanumhald og yfirsýn

Gert var átak í að uppfæra félagatal, bæta fjárhagsáætlun og uppfæra reglur deildarinnar sem skilar sér í betri yfirsýn, bættri upplýsingagjöf og auknu jafnræði.

5. Reyna alla styrkjamöguleika

Stjórn var einhuga um að reyna alla styrkjamöguleika sem í boði eru. Sótt var um styrki fyrir um 2,5. m.kr. og fékk deildin styrki fyrir um 700 þúsund m.a. til að kaupa búnað fyrir börnin, styrkja þjálfara til menntunar, styrkja afrekskeilara til landsliðsferða og til að fjölga konum í keilu.

6. Aukin þjálfun fyrir deildarspilara

Stjórn lagði áherslu á að auka þjálfun fyrir almenna deildarspilara með sérstökum æfingum á laugardögum. Það mæltist ágætlega fyrir en hefði mátt vera betur nýtt að mati stjórnar.

ÁRANGUR ÍR KEILARA ÁRIÐ 2022

Keiludeild ÍR er sú fjölmennasta á landinu og sendir deildin því fjölmörg lið og einstaklinga til keppni í hinum ýmsu mótum. Á yfirstandandi tímabili sendir ÍR 21 lið til keppni í deildum KLÍ, 15 karlalið og 6 kvennalið sem í keppa um 90 deildarspilarar. Þar að auki keppa fleiri keilarar f.h. ÍR í einstökum mótum. Hér að aftan er farið yfir helsta árangur ÍR keilara árið 2022.

1. Liðakeppni

ÍR-PLS urðu Íslands-, deildar- og bikarmeistarar karlaliða árið 2022.

ÍR-TT varð í 2. sæti í Íslands-, deilar- og bikarkeppni kvennaliða 2022.

2. Einstaklingskeppni

Hafþór Harðarsson varð Íslandsmeistari einstaklinga í karlaflokki og **Linda Hrönn Harðardóttir** varð Íslandsmeistari einstaklinga í kvennaflokki. Einar Már Björnsson varð í 3. sæti og Ástrós Pétursdóttir í 2. sæti

Hafþór varð einnig Reykjavíkurmeistari einstaklinga og **Bára Ágústsdóttir** varð í 2. sæti í kvennaflokki á sama móti. Bára varð svo Reykjavíkurmeistari einstaklinga með forgjöf og **Herdís Gunnarsdóttir** varð í 2. sæti.

Adam Pawel Blaszczak var sigurvegar á RIG og Hafþór Harðarsson varð í 2. sæti.

Hafdís Eva Laufdal Pétursdóttir varð Íslandsmeistari einstaklinga með forgjöf og varði þar með titil sinn frá árinu 2021. Elva Rós Hannesdóttir sæti og Halldóra Íris Ingvarsdóttir í 3. sæti. Þá varð Arnór Ingi Bjarkason í 2. sæti í karlaflokki.

Gunnar Þór Ásgeirsson og Linda Hrönn Magnúsdóttir sigruðu Íslandsmeistaramót para.

ÍR á einnig fulltrúa í landsliðum Íslands í keilu. Hafþór Harðarsson og Gunnar Þór Ásgeirsson kepptu með landsliðinu á Evrópumóti karlalandsliða í Helsinki. Alexandra Kristjánsdóttir, Hafdís Eva Laufdal Pétursdóttir, Elva Rós Hannesdóttir og Hinrik Óli Gunnarsson kepptu með U21 landsliðinu á Evrópumóti unglinga í Frakklandi. Hinrik Óli tók einnig þátt í Evrópumóti ungmenna. ÍR átti einnig 18 fulltrúa á Evrópumóti öldunga þar sem Linda Hrönn Magnúsdóttir nældi í brons í B flokki. Linda Hrönn keppti einnig á Evrópumóti landsmeistara í Tékklandi.

ÍR ungmenni stóðu sig einnig vel á árinu. Adam Geir Baldursson varð í 1. sæti í 1. flokki pilta, Elva Rós Hannesdóttir varð í 2. sæti í 1. flokki stúlkna. Hinrik Óli Gunnarsson varð í 1. sæti í 2. flokki pilta og Hafdís Eva Laufdal Pétursdóttir varð í 1. sæti í 2. flokki stúlkna. Í 3. flokki varð Tristan Máni Nínuson í 3. sæti . Í 4. flokki varð Gottskálk Ryan Guðjónsson í 2. sæti og Viktor Snær Guðmundsson í 3. sæti pilta og Bára Líf Gunnarsdóttir í 2. sæti stúlkna.

Meistarakeppni ÍR, uppskeruhátið ÍR keilarar, var einnig haldin á árinu. Það voru þau Gunnar Þór Ásgeirsson og Guðbjörg Harpa Sigurðardóttir sem sigruðu sinn flokk en Kristján Þórðarsson vann forgjafarflokkinn.

KEILARAR ÍR 2022

Hafþór Harðarson og **Linda Hrönn Magnúsdóttir** voru valin keilarar ÍR árið 2022 en þau voru einnig valin keilarar ársins hjá Keilusambandi Íslands.

Hafþór hefur um árabil verið einn fremsti keilari landsins. Hann varð á árinu Íslandsmeistari einstaklinga í keilu í sjötta sinn, Reykjavíkurmeistari einstaklinga í fimmta sinn og varð í öðru sæti á Reykjavíkurleikunum. Þá er hann Íslands-, deilda- og

bikarmeistari með liði sínu ÍR-PLS. Hafþór varð einnig í þriðja sæti á Íslandsmeistaramóti para og í þriðja sæti á Íslandsmeistaramóti í tvímenningi.
Linda varð Íslandsmeistari einstaklinga á árinu í fyrsta sinn. Hún varð einnig Íslandsmeistari para. Þá varð hún ásamt liði sínu ÍR-TT í öðru sæti í deildarkeppni 1. deildar og í öðru sæti á Íslandsmeistaramóti og bikarkeppni liða. Linda varð einnig í þriðja sæti í sínum flokki á Evrópumóti öldunga (ESBC).

MÓTAHALD ÍR Á ÁRINU 2022

Keiludeild ÍR heldur úti **Pepsi Max mótum** sem haldin eru flesta sunnudaga yfir keppnistímabilið. Þar nýtur deildin stuðnings frá Ölgerð Egils Skallagrímssonar sem gefur verðlaunin og hefur gert í áraraðir. Þökkum við þeim kærlega fyrir.

Þá hélt deildin **páskamót ÍR** í samstarfi við Samkaup og þakkar deildin þeim kærlega fyrir stuðninginn. Þá hélt deildin fyrrgreint Meistaramót ÍR á árinu en jólamót deildarinnar var fellt niður vegna 30 ára afmælismóts Keilusambands Íslands sem haldið var í desember.

ÚTBREIÐSLA, KYNING OG MIÐLUN

Heimasíða keiludeildarinnar er undir heimasíðu ÍR www.ir.is/keila. Þar má finna helstu upplýsingar um starfsemi deildarinnar og fréttir. Keiludeildin er einnig með síðu á Facebook og lokaða hópa fyrir félagsmenn, stjórn, keiluþjálfara, æfingahópa keilukrakkanna og foreldrafélagið svo einhver dæmi séu tekin.

BARNA- OG UNGLINGASTARF OG ÞJÁLFUN

Barna- og ungmennastarfið er veigamikill þáttur af starfsemi keiludeildar ÍR en um 30 börn stunda æfingar hjá deildinni.

Iðkendum er skipt upp í tvo æfingahópa, grunn- og framhaldshóp. Grunnhópur æfir tvisvar sinnum í viku og framhaldshópur æfir þrisvar sinnum í viku. Undanfarin ár hefur deildin einnig haldið úti starfi fyrir 1. og 2. bekk sem kallast ÍR-ungar en vegna aðstöðuleysis og mönnunarvanda féllu þær æfingar niður árið 2022.

Þjálfarar deildarinnar eru þau Jóhann Ágúst Jóhannsson yfirþjálfari, Adam Pawel, Geirdís Hanna Kristjánsdóttir, Guðmundur Jóhann Kristófersson, Halldóra Íris Ingvarsdóttir, Hörður Ingi Jóhannsson, Laufey Sigurðardóttir, Stefán Claessen og Þórarinn Már Þorbjörnsson.

Við deildina starfar einnig **foreldrafélag** en tilgangur þess er meðal annars að efla félagslíf iðkenda, halda utan um fjáraflanir og efla félagsandann hjá deildinni.

Undanfarin ár hefur keiludeildin **boðið deildarspilurum upp á þjálfun** um helgar þegar það eru lausar brautir. Keiludeildin greiðir þjálfara, en keilarar sem mæta á æfingar þurfa annað hvort að vera með árskort eða leigja brautir fyrir æfingar.

AÐ LOKUM

Að mati stjórnar keildudeildar gekk starfið ágætlega árið 2022 og árangur ÍR keilara góður. Rekstur deildarinnar var með hefðbundnu sniði og fjármál stöðug eins og sjá má í ársreikningi.

Það verður hins vegar að nást árangur í aðstöðumálum ef keilan á að ná að vaxa sem íþrótt, bæði hvað varðar iðkendafjölda og barna-, unglinga og afreksstarf. Það felast miklir möguleikar í uppbyggingu keiluaðstöðu enda er keila svo sannarlega íþrótt fyrir alla. Bindur stjórn því miklar vonir við að það dragi til tíðinda í aðstöðumálum árið 2023.

Stjórnin þakkar því öllum sem hafa lagt hönd á plóg við að halda starfi deildarinnar gangandi og skorar jafnframt á fleiri til að gefa sér tíma til að taka þátt í starfi deildarinnar.

Stjórn keiludeildar ÍR

KNATTSPYRNUDEILD ÍR

ÁRSSKÝRSLA STJÓRNAR 2022 - 2023

Stjórn knattspyrnudeildar var kjörin á aðalfundi deildarinnar 28. mars 2022. Þar var Magnús Þór Jónsson kjörinn formaður, Hans Henttinen var kjörinn gjaldkeri og aðrir stjórnarmenn voru Atli Guðjónsson, Auður Sólrún Ólafsdóttir, Stefán Arnar Harðarson og Margrét Jónsdóttir.

Á aukaaðalfundi sem haldin var 24. október 2022 var kosin ný stjórn knattspyrnudeildar sem er skipuð eftirfarandi aðilum: Axel Kári Vignisson formaður, Margrét Sveinsdóttir varaformaður, Ari Viðarsson gjaldkeri, Atli Þór Jóhannsson ritari, Helga Dagný Bjarnadóttir meðstjórnandi, Auður Sólrún Ólafsdóttir meðstjórnandi og Jónatan Hróbjartsson meðstjórnandi.

Barna- og unglingaráð hefur líkt og undanfarin ár verið virkt og er skipað eftirfarandi aðilum: Runólfur Þór Ástþórsson, Linda Hrönn Gylfadóttir, Sandra Ómarsdóttir, Elías Már Guðnason, Íris Elíasdóttir og Jóhannes Guðni Jónsson.

Meistaraflokkur karla

Meistaraflokkur karla lék í 2. deild Íslandsmótsins líkt og síðastliðin ár. Markmið liðsins var að komast upp í næstu deild fyrir ofan en sú varð ekki raunin og liðið lauk keppni í 6. sæti deildarinnar. Árangur liðsins í bikarkeppni KSÍ vakti athygli líkt og árið á undan en liðið komst alla leið í 16-liða úrslit en laut þar í lægra haldi fyrir úrvalsdeildarliðið FH.

Arnar Hallsson byrjaði tímabilið sem þjálfari liðsins en sagði af sér um mitt tímabil. Eyjólfur Héðinsson tók tímabundið við ásamt Arnari Steini Einarssyni sem var aðstoðarþjálfari liðsins áður en Árni Freyr Guðnason tók til starfa og stýrði liðinu út tímabilið. Liðið endaði tímabilið af krafti sem gefur góð fyrirheit fyrir komandi sumar. Árni Freyr Guðnason stýrir nú liðinu ásamt Jóhanni Birni Guðmundssyni.

Meistaraflokkur kvenna

Meistaraflokkur kvenna lék sömuleiðis í 2. deild Íslandsmótsins og var aðeins hársbreidd frá því að komast upp úr deildinni. Deildin var með nýju sniði þar deildinni var skipt í efri og neðri hluta eftir 11 leiki. Á þeim tímapunkti voru stelpurnar í 4. sæti deildarinnar og aðeins tveimur stigum frá toppnum. Þær tóku þ.a.l. þátt í úrslitakeppni efri hluta deildarinnar og eygðu von um að komast upp um deild. Það tókst því miður ekki en liðið lauk keppni í 4. sæti en það munaði tveimur stigum á þeim og liðinu í 2. sæti. Stelpurnar féllu úr leik í fyrstu umferð bikarkeppninnar.

Þorleifur Óskarsson og Engilbert Ólafur Hafberg Friðbergsson stýrðu liðinu sumarið 2022 í sameiningu en Engilbert ákvað að snúa sér að öðru eftir tímabilið. Ómar Atli Sigurðsson var nýlega ráðinn sem aðstoðarþjálfari flokksins og mun vera Þorleifi til aðstoðar á komandi tímabili.

Yngri flokkar

Starf yngri flokka hefur gengið vel sl. ár og fjöldi iðkenda hefur aukist talsvert milli ára sem er mjög ánægjulegt. Á árinu 2021 var meðaltal iðkenda í knattspyrnu 352 einstaklingar en á árinu 2022 var meðaltalið komið upp í 438 einstaklinga. Hér er aðeins um að ræða krakka í yngri flokkum en séu meistaraflokkar félagsins teknir inn í myndinni þá eru iðkendur knattspyrnudeildar tæplega 500 talsins.

Í dag höldum við úti flokkum á öllum aldursbilum hjá strákunum en hjá stelpunum hefur því miður ekki enn tekist að halda úti liði í 2. flokki og við höldum nú úti sameiginlegu liði með Fram í 3. flokk. Við bindum vonir við að okkur takist að brúa bilið milli meistaraflokks og 3. flokks á allra næstu árum enda er öflugur hópur stelpna að koma upp á næstunni sem munu vonandi að lokum vera meginuppistaða meistaraflokks.

Fjármál

Rekstur deildarinnar hefur gengið ágætlega þrátt fyrir að smá tap hafi verið á rekstrinum árið 2022. Enn gætir afleiðinga af Covid faraldrinum sem hafði mikil áhrif á allan rekstur deildarinnar en það hefur gengið hefur vel að greiða niður skuldir deildarinnar á sl. mánuðum. Þar má m.a. þakka fleiri tækifærum í fjáröflunum með komu bættrar aðstöðu. Með nýja knatthúsinu hefur knattspyrnudeildinni verið gert kleift að halda mót yfir vetrartímann sem er gulls ígildi fyrir deildina í heild sinni. Fyrsta Bakarameistaramótið var haldið haustið 2022 og vonir standa til að þar sé kominn árlegur viðburður sem komi til með að verða enn glæsilegri á þessu ári. Þá hafa verkefni vegna útleigu á nýja parkethúsinu að sama skapi verið góð viðbót við fjáraflanir deildarinnar enda heilmikil vinna í boði hvert sinn sem húsið er leigt út.

Aðstaða

Þrátt fyrir mikla uppbyggingu á svæðinu okkar í Skógarseli og glæsilegt knatthús þá er aðstaða knattspyrnudeildar að verða komin að þolmörkum. Húsin sem hafa risið á sl. árum á svæði ÍR eru staðsett þar sem áður var að finna gríðarstórt svæði sem knattspyrnudeild nýtti til æfinga og keppni. Uppbyggingunni er ekki lokið en sem stendur hefur ekki verið lokið við grassvæði sem eiga að koma á ÍR-svæðinu. Þá hefur kattspyrnudeild hefur ekki frjálsan aðgang að knatthúsinu þar sem öllum félögum Reykjavíkur er úthlutað tímum þar af ÍBR. Gervigrasið okkar er komið til ára sinna enda er nýting þess langt umfram það sem mælt er með til að grasið standist kröfur. Grasvöllurinn okkar hefur að sama skapi mátt muna sinn fífil fegurri en meistaraflokkar félagsins hafa ekki spilað þar síðan árið 2020 vegna slæms ásigkomulags. Hann nýtist þó til æfinga en þar sem um er að ræða náttúrulegt gras þá er aðeins hægt að nýta hann í um þrjá mánuði á ári.

Samhliða mikilli aukningu iðkenda hjá knattspyrnudeild er nauðsynlegt að hlúa vel að aðstöðu deildarinnar en sem stendur er varla rúm fyrir frekari aukningu vegna aðstöðuleysis. Að mati undirritaðs gæti lausnin falist í því að setja gervigras á gamla grasvöllinn til að sá völlur nýtist allt árið um kring.

Árið framundan

Framtíðin er björt og stjórn knattspyrnudeildar hlakkar til komandi tímabils. Núverandi stjórn hefur ekki verið lengi við störf en við eigum það öll sameiginlegt að vilja skapa eitthvað gott fyrir félagið okkar. Það er mikilvægt að halda áfram að efla starf yngri flokka enn frekar félagsins svo það góða starf sem hefur farið fram sl. ár nýtist til framtíðar. Það er stefna deildarinnar að halda úti meistaraflokkum þar sem uppaldir ÍR-ingar eru í lykilhlutverkum og til þess að það geti gerst þarf að hlúa vel að grunninum. Þetta helst engu að síður allt saman í hendur þar sem það er ekki síður mikilvægt að halda úti öflugu starfi í meistaraflokki svo krakkarnir í yngri flokkunum hafi fyrirmyndir til að líta upp til og geti látið sig dreyma um að spila einn daginn fyrir félagið sitt í meistaraflokki.

Að lokum vill stjórn knattspyrnudeildar koma á framfæri þökkum til þeirra sjálfboðaliða og styrktaraðila sem hafa lagt hönd á plóg síðastliðið ár með von um áframhaldandi samstarf á komandi tímabili.

f.h. stjórnar knattspyrnudeildar ÍR
Axel Kári Vignisson formaður knattspyrnudeildar.

Körfuknattleiksdeild ÍR

Skýrsla stjórnar 2022 – 2023

Stjórn Körfuknattleiksdeildar ÍR á tímabilinu 2022-2023 var þannig skipuð: Formaður Steinar Þór Guðjónsson, varaformaður Guðmundur Óli Björgvinsson, Magnús Már Vignisson, gjaldkeri, Elvar Guðmundsson, Pétur Hólmsteinsson og Brynjar Karl Karlsson.

Fjáröflunarráð skipuðu:
Herbert Arnarson, Hjálmar Sigurþórsson, Hilmar Sigurjónsson, Jóhannes Karl Sveinsson, Sveinbjörn Claessen, Haukur Þór Haraldsson og Ari Rafn Vilbergsson.

Barna- og unglingaráð skipuðu:
Davíð Wiium, formaður, Davíð Bjarnason, Þorsteinn Ingi Garðarson og Sigurður Gíslason.

Kvennaráð skipuðu:
Fríða Torfadóttir formaður, Jóhanna Dýrunn Jónsdóttir, Fjóla Lýðsdóttir, Jóna Rut Jónsdóttir og Kristþóra Gísladóttir.
Kvennaráð skipuðu:
Fríða Torfadóttir formaður, Fjóla Lýðsdóttir, Aðalbjörg Hafsteinsdóttir, Karen Sigurðardóttir, Kristján Pétur Andrésson og Kolfinna Birgisdóttir.

STARFSEMIN:

Stjórnin hittist annað slagið á fundum þegar þurfa þótti en að öðru leyti fóru samskipti stjórnar fram í gegnum síma, tölvupósta og samfélagsmiðla

BÚNINGAMÁL:

KKD ÍR spilaði undir merkjum Jako.

FJÁRMÁL:

Fjárhagsleg staða deildarinnar hefur verið erfið þetta keppnistímabil. Útgjöld hafa sífellt aukist í viðleitni deildarinnar til að reyna að halda sæti sínu í efstu deild í körfuknattleik sem verður sífellt dýrara. Er svo komið að þrátt fyrir að fjáröflun hafi gengið vel á tímabilinu og nettó aukning hafi átt sér stað frá síðasta tímabili þá er samkeppnin og fjáraustur annarra liða með þeim hætti að reynt hefur verulega á fjárhagsmódel deildarinnar bæði karla og kvennamegin. Nokkrir styrktaraðilar hafa dregið úr styrkjum en aðrir hafa komið í staðinn. Fjáröflunarráð, leikmenn og sjálfboðaliðar hafa unnið þrekvirk og þakkar stjórn fyrir þeirra óeigingjörnu störf.

Helstu stuðningsaðilar deildarinnar eru Bón- og þvottastöðin, Dufland, KPMG, Netbifreiðasalan, Frágangur ehf., Kjötvinnslan Esja, Samkaup/Nettó, Tryggingamiðstöðin, Landslög og Toyota. Aðkoma styrktaraðila deildarinnar er forsenda þess að geta haldið upp metnaðarfullu starfi hjá Körfuknattleiksdeild ÍR.

MEISTARAFLOKKUR KARLA:

Ísak Wium hefur verið þjálfari meistaraflokks karla síðan á síðasta tímabili. Tókst honum að manna nokkuð gott lið með góðri blöndu af reyndum og ungum leikmönnum. Fyrir tímabilið var sett sú stefna að ekki þýddi lengur að keppa við

fjárhagslega burði ýmissa annarra liða og var stefnan sett á að vera með samkeppnishæft lið þó þannig að pláss væri fyrir unga uppalda leikmenn sem gætu fengið einhvern tíma á gólfinu í efstu deild. Liðinu tókst samt sem áður ekki að halda sér uppi sem að mati stjórnar fólst að hluta í ótrúlegri meiðslasögu á tímabilinu auk þess sem leikir töpuðust ítrekað naumlega. Þrátt fyrir þetta munaði mjög litlu að liðið næði að halda sér uppi en aðeins einum sigurleik munaði þegar upp var staðið. Stjórnin er þó stolt af því að uppaldir leikmenn í hóp voru langflestir hjá félaginu af öllum liðum í deildinni og er það von stjórnarinnar að þessir leikmenn komi til með að vera burðarstólpar í því að koma félaginu aftur upp í efstu deild þar sem það á heima.

MEISTARAFLOKKUR KVENNA:

Ari Gunnarsson byrjaði með liðið en hætti eftir aðeins þrjá leiki. Við tók langt og erfitt tímabil þar sem reynt var að finna þjálfara fyrir liðið. Að lokum tók Sigurbjörg Rós Sigurðardóttir við liðinu en hún kom úr leikmannahópnum. Liðið hafði ekki heppnina með sér hvað erlendan leikmann sem var leikstjórnandi liðsins. Leikmaður var meiddur þegar hann kom og sýndi aldrei sínar bestu hliðar. Evrópskur leikmaður sem kom einnig var hins vegar frábær leikmaður. Liðið átti skiljanlega erfitt uppdráttar vegna þjálfaraleysis en barðist hetjulega. Nokkrir leikir töpuðust naumlega þ.á.m. leikur á móti Val en að lokum endaði liðið með þrjá sigurleiki.

YNGRI -FLOKKAR:

Yngriflokkastarfið hefur gengið vel þessu ári.

Iðkendur eru u.þ.b. 230 talsins.

Helst stendur yngriflokkastarfinu fyrir þrifum of lítið pláss í íþróttahúsum. Með fjölgun iðkenda í yngri flokkum og stofnun kvennadeildar þrengist um deildina í þeim húsum sem ÍR hefur haft til umráða. Í sumar verður vonandi bragabót á þessu ástandi þegar nýtt íþróttahús við Skógarsel verður tekið í notkun. Stjórnin leggur þó áherslu á að núverandi ástand er svo óviðunandi að stjórnin sér ekki fyrir sér að félagið geti með nokkru móti minnkað þörf fyrir tíma í þeim íþróttahúsum sem nú eru fyrir hendi.

Stjórn Körfuknattleiksdeildar ÍR vill koma á framfæri þökkum til allra þeirra sjálfboðaliða sem hjálpuðu til í starfinu í vetur með von um farsælt samstarf á næsta ári.

Fjöldi yngri flokka leikmanna í æfingahópi landsliða hefur aldrei verið meiri en á þessi tímabili.

FULLTRÚAR ÍR Í LANDSLIÐUM Á ÞESSU ÁRI:

U15

Bjarni Jóhann Halldórsson
Fatima Rós Joof
Hannes Gunnlaugsson
Ísak Elí Eiríksson
Tómas Beliunas

U18

Birkir Máni Daðason
Elma Finnlaug Þorsteinsdóttir
Leó Curtis
Lúkas Aron Stefánsson

Magnús Dagur Svansson
Óskar Víkingur Daviðsson
Stefán Orri Davíðsson

Það er mikill kraftur í starfinu eins og fram hefur komið hér að ofan og mikilvægt að vel sé haldið á spilum og horft fram á veginn. Framtíðin er björt.

Steinar Þór Guðjónsson, formaður Körfuknattleiksdeildar ÍR.

SKÍÐADEILD ÍR

Skýrsla stjórnar starfsárið 2022-2023

Skíðadeild ÍR hefur verið í farsælu samstarfi með skíðadeild Víkings nú um margra ára skeið en deildirnar reka saman skíðaskála og halda úti skíðaæfingum fyrir börn og unglinga í Bláfjöllum. Deildirnar héldu saman úti öflugu starfi veturinn 2022-2023 þrátt fyrir áskoranir sem sköpuðust vegna sérlega erfiðra veðurskilyrða þennan veturinn.

Í nóvember voru veitt verðlaun til Reykjavíkurmeistara í alpagreinum fyrir veturinn 2022 og áttu ÍR ingar nokkra fulltrúa á verðlaunapalli. Sigurður Sveinbjörnsson, brons í stórsvigi 10 ára, Gabríel Máni Rebekku Sturluson vann til bronsverðlauna í stórsvigi 13 ára, Margrét Björt Magnúsdóttir fékk silfur í stórsvigi 12 ára, Kristinn Logi Auðunsson vann til silfurverðlauna í svigi fullorðinna, Signý Sveinbjörnsdóttir vann silfur í stórsvigi fullorðinna auk þess sem Signý varð Reykjavíkurmeistari í svigi og alpatvíkeppni fullorðinna.

Skíðamót Íslands fór fram á Dalvík mánaðarmótin mars/apríl, við ÍR-ingar áttum fjóra keppendur á mótinu sem stóðu sig með mikilli prýði. Signý Sveinbjörnsdóttir sem hefur átt afar góðu gengi að fagna vetur hélt uppteknum hætti og hafnaði í 2. sæti í svigi og 4. sæti í stórsvigi auk þess að verða íslandsmeistari í flokki 18-20 ára kvenna í svigi, stórsvigi og alpatvíkeppni. Auður Björg Sigurðardóttir hafnaði í 3. sæti í svigi í flokki 18 -20 ára kvenna. Stefán Gíslason hafnaði í 3. sæti í svigi, 2. sæti í stórsvigi og í 2. sæti í alpatvíkeppni flokki 16-17 ára karla.

Skíðamót Íslands er jafnframt lokamót Bikarkeppni SKÍ. Bikarmeistari kvenna árið 2023 er ÍR-ingurinn Signý Sveinbjörnsdóttir sem einnig er Bikarmeistari í flokki 18-20 ára. Stefán Gíslason hafnaði í 4. sæti í karlaflokki og 2. sæti í flokki 16-17 ára. ÍR hafnaði í 2. sæti í keppni félaga í Bikarkeppninni SKÍ eftir mikla og spennandi keppni.

Vetrarólympíuhátíð Evrópuæskunnar (EYOF2023) fór fram í janúar í Tarvisio á Ítalíu. Á mótinu kepptu unglingar fæddir 2005-2006 í margvíslegum vetraríþróttum. Skíðasamband Íslands sendi 17 keppendur á leikana. ÍR-ingurinn Stefán Gíslason keppti á EYOF í svigi og stórsvigi og var Stefán Íslandi til sóma ásamt félögum sínum úr öðrum liðum. Stefán kláraði allar ferðirnar sínar á mótinu og endaði í 64. sæti af 100 keppendum í svigi og í 55. sæti af 100 keppendum í stórsvigi.

Í september hófust svo þrekæfingar hjá öllum aldurshópum og var mikill hugur og bjartsýni í hópi iðkenda, foreldra og þjálfara. Var skipulögð fjölskyldu og æfingaferð til Wagrain í Austurríki í byrjun janúar. Mikill áhugi var fyrir ferðinni og samtals tóku um 130 manns þátt í ferðinni að iðkendum, þjálfurum og foreldrum meðtöldum.

Andrésar Andarleikar munu fara fram í næstu viku og er mikil eftirvænting meðal iðkenda að taka þátt í þessum viðburði sem er stærsti viðburðir hvers vetrar meðal yngri iðkenda.

Við þökkum þjálfurum, iðkendum og foreldrum fyrir samstarfið á árinu,
Stjórn skíðadeildar ÍR starfsárið 2022- 2023

Stefán Gíslason á vetrarólympíuhátíð æskunnar og Signý Sveinbjörnsdóttir með verðlaunagripi af landsmóti á Dalvík

Sigríður Dröfn Auðunsdóttir, Auður Björg Sigurðardóttir og Signý Sveinsbjörnsdóttir (tv). Þjálfarar bregða á leik á Andrésar andarleikum (th)

Flottur hópur keppenda á Andrésar andarleikum

TAEKWONDODEILD ÍR

ÁRSSKÝRSLA 2022

Aðalfundur 2023 haldinn 22.03.2023. Stjórn deildarinnar var svo skipuð fyrir starfsárið 2022:

Formaður: **Guðrún Guðmundsdóttir**
Gjaldkeri: **Jóhann V Gíslason**
Meðstjórnandi: **Arnar Bragason**

Skýrsla stjórnar

Árið 2022 sá svipaðan fjölda í iðkendum eftir að hægt var að byrja að æfa aftur í sjálfum æfingahúsnæðinu. Þó var aukning þannig í ákveðnum hópum að það þurfti að bæta við fjórðu æfingunni til að skipta stærsta hópnum upp.

Haldið var eitt Vinamót með nokkrum öðrum félögum þar sem notast var við round robin úrsláttaaðferðir og slíkt. Þátttaka á það mót var framar öllum vonum og kepptu flestir í bæði formum og bardaga. Það mót var ekki á vegum TKÍ.

Æfingargjöld voru hækkuð 2021 og eru nú 27.000 fyrir alla hópa. Hins vegar þarf að hækka gjaldið enn frekar því farið var í kostnaðarsöm kaup á dýnum fyrir æfingahúsnæðið og launakostnaður þjálfara orðin hærri.

Þörf var á að kaupa nýtt æfingargólf og plan var að bíða eftir breytingum á aðstöðu með byggingu fimleikahús / bardagahallar en þar sem enn er ekki komin staðsetning né frekari uppbygging á þeirri aðstöðu þá var það mat stjórnar að ekki væri hægt að bíða lengur þar sem gólfefni var orðið verulega ábótavant.

Gömlu dýnurnar voru þannig að mikil slysahætta var orðin og voru nokkrir iðkendur sem nefndu að hafa orðið fyrir óhöppum / minni háttar slysum útaf gömlu dýnunum.
Stjórnin þakkar Jónum Transport hf fyrir stuðning við innkaupin á dýnunum en fyrirtækið sá um flutninginn sem stuðning við deildina.

Rekstrarafkoma deildarinnar er svipuð og undanfarið ár. Kostnaður jókst vegna fleiri kennslustunda fyrir þjálfara.

Iðkendafjöldi var ca. 70-75 vor á vorönn og 85 á haustönn og eru ÍR ungar inni í þeirri tölu. Auglýsingamiðum var dreift í upphafi anna sem fyrr.

Arnar Bragason er aðalþjálfari TKD ÍR, 4.dan. Hann fækkaði þjálfun hjá sér úr tveim dögum í einn dag og við tók Sveinn Logi Birgisson, 1.dan. Áherslan hjá þeim er kyorugi (bardagi). María G. Sveinbjörnsdóttir, 3.dan, hefur haldið áfram með sína tíma þar sem áherslan er á poomsae (listform).

Æfingarhóparnir fóru úr þrem í fjóra á haustönn 2022. Byrjendur 6-8 ára, byrjendur 9-12 ára, framhaldshópur 6-12 ára, og 13 ára og eldri (byrjendur/framhald). Þá er ótalið ÍR-unga æfingar sem eru tvisvar sinnum í viku. Þátttaka í þeirri dagskrá var ágæt.
Þátttaka á þeim fjórum mótum sem voru haldin var nokkuð góð í poomsae en ekki eins góð í kyorugi.

Árangur á mótum 2022

Bikarmót 1 - 26.feb. 2022	Flokkur	Árangur
Aino-Katri Karinen	Undir 50 - B konur	Gull í formi
Libardo Antonio Lugo Moreno	Undir 30 ára (18-30) C karlar	Gull í formi
Angeline Kwanda	Undir 50 ára (41-50), C konur + undir 40 ára (31-40)	Gull í formi
Jakob Mál Ólasson Paz	Junior (15-17), C karlar	Gull í formi
Angeline Kwanda og Libardo Antonio Lugo Moreno	Pör Junior (15-17), C karlar og konur, + Pör yfir 30 (31+), C karlar og konur	Gull í formi
Óli Már Hrólfsson	Undir 50 - B karlar	Silfur í formi
Jasmin El Mouzzati	Cadet (12-14) B konur	Silfur í formi
Aino-Katri Karinen - Óli Már Hrólfsson	Para undir og yfir 17 B sameinað	Silfur í formi
Jasmin El Mouzzati	Pör Cadet (12-14) B	Silfur í formi
Anna Suryati Tjhin	Undir 50 ára (41-50), C konur + undir 40 ára (31-40)	Silfur í formi
Angeline Kwanda	Hópar C junior senior +	Silfur í formi
Júlía M Daníelsdóttir	Minior (10-11) C konur	Silfur í formi
Aleksandra Sól Aleksandarsdóttir	Minior (10-11), C konur	Brons í formi
Viktor Jónsson	Minior (10-11), C karlar	Brons í formi
Hekla Fold Jónsdóttir og Júlía M Daníelsdóttir	Pör Minior (10-11) C konuar	Brons í formi

Aðeins var keppt í formum á bikarmóti TKÍ sem haldið var í 26. febrúar 2022.

Íslandsmót í tækni/formum 2022	Flokkur	Árangur
Aino-Katri Karinen	Undir 50 - A konur	Silfur í formi
Eiríkur Kort Daxx Annetts, Kristófer Þorri Magnússon og Mikael Þór Santi Mikaelsson	Lið Cadet - B karlar	Brons í formi

Íslandsmót í bardaga 2022	Flokkur	Árangur
Sveinn Logi Birgisson	Senior - A -68k - karla	Gull í bardaga

Bikarmót 1 - bardaga - okt. 2022	Flokkur	Árangur
Viktor Jónsson	Minior - A - 30k - karla	Silfur í bardaga

Taekwondo maður og kona ársins 2022 voru þau:
Sveinn Logi Birgisson og *Aino-Katri Karinen*

Helstu verkefni næsta árs/ára eru aðstöðumálin, aukning iðkenda og virkjun fleiri iðkenda/aðstandenda til starfa fyrir deildina. Mikilvægt er að deildin sendi bæði keppendur í poomsae og kyorugi á mót TKÍ. Verkefni þjálfara er því að hvetja iðkendur í þátttöku í þessum tveim keppnisgreinum.

Fyrir hönd stjórnar
Guðrún Guðmundsdóttir (formaður)

MAGNÚSARSJÓÐUR
MENNTUNAR-OG AFREKSSJÓÐUR ÍR

1. gr. Sjóðurinn heitir Magnúsarsjóður menntunar- og afrekssjóður Íþróttafélags Reykjavíkur en hann varð til með gjöf frá Magnúsi Þorgeirssyni ehf. í tilefni af 100 ára afmæli ÍR þann 11. mars 2007, en sjóðurinn er í vörslu aðalstjórnar ÍR.

2. gr. Markmið sjóðsins er að:
1. Veita afreksfólki í öllum deildum innan ÍR styrk vegna æfinga og/eða keppni og búa þeim sem besta aðstöðu til að stunda íþrótt sína.
2. Veita styrk til þess íþróttafólks sem valið er til æfinga eða keppni sbr. 3. gr.
3. Veita þjálfurum og leiðbeinendum sem starfa á vegum ÍR styrk til að sækja viðurkennd þjálfaranámskeið og/eða aðra menntun sem eflir þá í starfi. Stuðningur við þjálfara til endurmenntunar er hvetjandi fyrir viðkomandi m.a. til að halda áfram vinnu sinni fyrir félagið.

3.gr. Úthlutun – skilyrði. Aðeins þeir aðilar sem iðka eða þjálfa innan vébanda ÍR geta sótt um í sjóðinn. Til þess að fá styrk úr sjóðnum verður íþróttafólk innan ÍR að hafa sannað sig í sinni íþróttagrein hjá félaginu og verða um leið að sýna þann áhuga sem þarf til að ná auknum árangri og vinna af heilum hug fyrir félagið. Í einstaklingsíþróttum þarf iðkandinn að hafi unnið til verðlauna á Íslandsmóti eða öðrum sambærilegum mótum í sínum aldursflokki. Iðkandi í hópíþrótt þarf a.m.k. að vera í æfingahópi meistaraflokks, eða vera í landsliðsúrtaki í sínum aldursflokki. Þjálfarar þurfa að búa að góðum faglegum grunni, mikilli reynslu og sýna mikinn áhuga og metnað á þjálfun.

4. gr. Stjórn sjóðsins er skipuð þremur aðilum, en það eru: Fulltrúi Magnúsar Þorgeirssonar ehf., gjaldkeri aðalstjórnar ÍR og framkvæmdastjóri ÍR. Verkefni stjórnar er að ákvarða styrkveitingar úr sjóðnum og hafa eftirlit með nýtingu styrkveitinga ásamt því að sjá um kynningarstarfsemi sjóðsins í samvinnu við aðalstjórn ÍR. Stjórnarmenn sjóðsins skila árlegri skýrslu til aðalstjórnar ÍR og gera grein fyrir úthlutun sjóðsins.

5. gr. Stofnfé sjóðsins eru þrjár milljónir króna. En það er Magnús Þorgeirsson ehf. sem gefur eina milljón og tvær milljónir koma frá aðalstjórn ÍR. Tekjur af frístundakorti Reykjavíkurborgar til ÍR verða einnig notaðar í þetta verkefni en það er u.þ.b. ein milljón á ári.

Reykjavík 6. febrúar 2008

F.h. aðalstjórnar ÍR.
Hörður Heiðar Guðbjörnsson framkvæmdastjóri ÍR
F.h. gnúsar Þorgeirssonar ehf Leifur Magnússon stjórnarformaður.

SJÓÐURINN – SKIPAN OG FJÁRMAGN

Menntunar- og afrekssjóður ÍR er í vörslu aðalstjórnar að upphæð 3.000.000 kr. Sjóðurinn er styrktur er af afkomendum Magnúsar Þorgeirssonar en um samstarfsverkefni er að ræða. Tveir stjórnarmenn koma frá ÍR og einn frá afkomendum Magnúsar, kosnir til eins árs í senn. Reynt verður að fá styrktaraðila til að styrkja sjóðinn enn frekar og standa straum af kostnaðinum sem afreksstefnunni fylgir. Tekið er við frjálsum framlögum á reikning 0115-15-380526, kt: 670169-1549. Einnig mun sjóðurinn eflast við ýmiskonar söfnunarfé og með sjóðnum skapast svo vaxtatekjur. Tekjur sem verða til vegna frístundakorts, sem rennur til aðalstjórnar ÍR, verða einnig notaðar í þetta verkefni.

Markmið sjóðsins

Markmið sjóðsins er þverfaglegt, að fjármagna afreksstefnu ÍR, styrkja unga, efnilega og framúrskarandi ÍR - inga á aldrinum 14-22 ára til frekari þjálfunar og menntunar, skapa þeim toppaðstæður og rétta umgjörð sem og greiða leið þeirra aðila sem fara í keppnisferðir með landsliðum. Einnig að standa fyrir sameiginlegum þjálfunar og menntunarnámskeiðum innan félagsins, veita þjálfurum víðtæka aðstoð inn á æfingar og styrkja þjálfara á námskeið innanlands sem erlendis, allt til að gera góða þjálfara enn betri. Stuðningur við þjálfara til endurmenntunar er hvetjandi fyrir viðkomandi m.a. til að halda áfram vinnu sinni fyrir félagið.

Kynning

Samantekt upplýsinga um sjóðinn verður inni á heimasíðu ÍR. Þar verður sérstaklega tekið fram hvenær sækja má um í sjóðinn og hvenær niðurstöðu megi vænta. Einnig verða þar sérstök eyðublöð sem skylt er að útfylla þegar sótt er um. Hægt er að sækja um í sjóðinn tvisvar sinnum á ári (apríl/október). Fyrst er hægt að sækja um í sjóðinn í september 2008. Stjórnum deilda er send tilkynning með góðum fyrirvara og hvattar til að sækja um fyrir iðkendur, þjálfara og nýjungar á sviði afreksíþrótta. Að loknu verkefni, uppgjöri og skýrsluskilum er styrkurinn greiddur. Fréttatilkynning mun vera send þegar úthlutanir úr sjóðnum liggja fyrir sem og annað fréttnæmt tengt afreksstefnunni.

Hluti af afreksstefnu ÍR er eftirfarandi:

- Sjá þjálfurum ÍR fyrir sem bestri aðstöðu til að ná framúrskarandi árangri með iðkendur sína í sinni grein.
- Sjá þjálfurum ÍR og þá iðkendum þeirra fyrir sérþjálfun reyndra fagþjálfara innan Frjálsíþróttadeildar ÍR, þar sem unnið er í líkamlegum þáttum s.s. styrk, samhæfingu, liðleika, hreyfimynstri, kraftþjálfun, úthaldsþjálfun, hlaupastíl og hraðaþjálfun, ásamt ráðgjöf og erindum í formi fyrirlestra. Hver deild sér um að útfæra ýmsa þætti sem lúta að tækni í viðkomandi íþróttagrein.
- Sjá iðkendum ÍR fyrir góðum mælingum á líkama en Gáski Sjúkraþjálfun framkvæmir slíkt gegn vægu gjaldi. Fengin er ítarleg mynd á líkamsástandi viðkomandi með t.a.m. göngugreiningu, hlaupagreiningu, liðleikamælingu, stökkkraftsmælingu, stöðugleikamælingu liðamóta bæði mekkaníska og stafræna og stöðu fótleggja og hryggjar. Einnig geta þjálfarar fengið erindi og verklega kennslu í fyrstu meðferð eftir bráð meiðsli, ökklatognunum, hnémeiðslum, ofþjálfun, vöðvatognunum og álagsmeiðslum og þá sérstaklega í nára og læri en þau eru hvað algengust.
- Sjá þjálfurum ÍR fyrir kennslu og einstaklingsráðgjöf í íþróttasálfræði þar sem m.a. er farið í ákjósanlegt hugarástand fyrir keppni, undirbúning fyrir keppni, spennustjórnun, mikilvægi athygli og einbeitingar, notkun skynmynda, sjálfsskoðun, jákvæða hugarorku og hópefli. Haukur Ingi Guðnason íþróttasálfræðingur er með það að markmiði að kenna þjálfurum aðferðir sem þeir geta nýtt til að bæta frammistöðu iðkenda sinna.
- Sjá þjálfurum ÍR fyrir kennslu og ráðgjöf í næringarfræði þar sem farið er í almenna næringarfræði, fræðslu um fæðubótarefni og fleira sem viðkemur réttu mataræði og uppbyggingu líkamans. Fríða Rún Þórðardóttir er næringarfræðingur ÍR.

Úthlutun – skilyrði

Aðeins þeir aðilar sem iðka eða þjálfa innan vébanda ÍR geta sótt um í sjóðinn. Til þess að fá styrk úr sjóðnum verður íþróttafólk innan ÍR að hafa sannað sig í sinni íþróttagrein hjá félaginu og verða um leið að sýna þann áhuga sem þarf til að ná auknum árangri og vinna af heilum hug fyrir félagið.
Í einstaklingsíþróttum þarf iðkandinn a.m.k. að hafa unnið til verðlauna á Íslandsmóti eða öðrum sambærilegum mótum í sínum aldursflokki. Verður einnig tekið mið af lágmörkum einstakra sérsambanda, líkt og FRÍ er með, til að gæta jafnræðis og jafnvægis í vali einstaklinga. Iðkandi í hópíþrótt þarf a.m.k. að vera í æfingahópi meistaraflokks, helst að vera í landsliðsúrtaki í sínum aldursflokki. Þjálfarar þurfa að búa að góðum faglegum grunni, mikilli reynslu og sýna mikinn áhuga og metnað á þjálfun. Eins og fram hefur komið er unnið þvert á félagið þannig að öllum deildum stendur til boða að taka þátt.

LÖG ÍÞRÓTTAFÉLAGS REYKJAVÍKUR

Samþykkt á aðalfundi ÍR 23. maí 2018

I. Nafn, heimili og tilgangur

1. gr.
Félagið heitir Íþróttafélag Reykjavíkur, skammstafað ÍR. Heimili þess og varnarþing er í Reykjavík.
2. gr.
Tilgangur félagsins er iðkun hverskonar íþrótta, sem landslög heimila, og að efla áhuga almennings á gildi íþrótta.

Markmið félagsins eru meðal annars:

- Að bjóða öllum aldurshópum upp á uppbyggilegt og öflugt íþróttastarf í öruggu umhverfi, þar sem lögð er áhersla á manngildi og jafnrétti, ásamt því að styrkja og efla iðkendur til framtíðar.
- Að bjóða upp á fjölbreytt úrval íþrótta fyrir félagsmenn á öllum aldri í einstaklings- og hópíþróttum, með heilbrigði og vellíðan að leiðarljósi.
- Að efla áhuga félagsmanna og almennings á heilsurækt og íþróttaiðkun.
- Að skapa öllum félagsmönnum vettvang til að leggja sitt af mörkum fyrir félagið og taka þátt í starfi þess eins og kostur er.

Tilgangi sínum og markmiðum hyggst félagið ná með stofnun og starfrækslu íþróttadeilda, einni í hverri grein, eftir því sem félagsmenn kunna að óska, undir sameiginlegri aðalstjórn félagsins. Aðalstjórn skal aðstoða við stofnun nýrra deilda og gildir stofnfundur, sem haldinn er eftir reglum aðalfunda deilda.

Innganga nýrra deilda í félagið skal borin upp til endanlegs samþykkis á næsta aðalfundi félagsins eftir stofnun hennar eða á sérstökum aukaaðalfundi, sbr. 5. mgr. 8. gr.

3. gr.
Félagsmerkið er skammstöfunin með hvítum stöfum á bláum skildi. Nærri brún skjaldarins er hvít rönd. Blár litur merkisins er Pantone 286 C.

Hlutföll merkisins eru breidd á móti hæð 1 á móti 1,6, hlutföll gullins sniðs. Innbyrðis hlutföll einstakra litaflata eru einnig í hlutföllunum 1 á móti 1,6. Hæð skjaldarins á móti bogformi í neðri hluta hans er í hlutföllunum 1 á móti 1,6. Íhvolfur bogi efst í skildinum á móti samsíða hliðum hans deilist í hlutföllunum 1,4 á móti 1. Við félagsmerkið er deildum leyfilegt að bæta við sérmerki íþróttagreinar sinnar, sem þarf þó samþykki aðalstjórnar félagsins.

4. gr.
Aðallitir á búningum félagsins eru hvítur og blár (sem næst blár Pantone 286) og skulu búningarnir auðkenndir með merki félagsins.

5. gr.
Allir skráðir iðkendur íþrótta hjá ÍR teljast vera félagsmenn. Hið sama gildir um þá sem sitja í aðalstjórn félagsins eða stjórnum einstakra deilda. Einnig getur hver sá sem þess óskar orðið félagi í ÍR. Iðkendur og stjórnarmenn deilda teljast vera félagar í viðkomandi deild félagsins. Heimilt er að ganga í fleiri en eina deild. Enn fremur er heimilt að gerast félagi, án þess að vera skráður í sérstaka deild. Úrsögn úr félaginu skal tilkynna skriflega deildarstjórn, eða aðalstjórn, ef félagi er ekki meðlimur deildar. Félagsmenn teljast félagsmenn þar til þeir sjálfir segja sig úr félaginu. Aðalstjórn getur þó vikið félagsmanni úr félaginu, sbr. 10. gr.

6. gr.

Árgjald félagsmanna, 18 ára og eldri, skal ákveðið á aðalfundi félagsins. Aðalstjórn skal sjá um innheimtu þess og skal árgjald hvers greiðanda þess renna til þeirrar deildar sem hann er skráður í, en í aðalsjóð félagsins ef greiðandinn er ekki skráður í sérstaka deild.

Sérhverri deild félagsins er heimilt að innheimta af öllum iðkendum hennar sérstök æfingagjöld. Þessi gjöld skulu standa undir kostnaði vegna æfinga og þátttöku í keppni á vegum deildarinnar.

Greiðandur æfingagjalda skulu vera undanþegnir greiðslu árgjalds til félagsins. Heimilt er að ákveða á aðalfundi félagsins að aðrir, svo sem stjórnarmenn í félaginu og starfsmenn þess, séu undanþegnir greiðslu árgjalds.

Halda skal rafræna félagaskrá á vegum aðalstjórnar og skal hún vistuð með tryggum hætti.

II. Aðalfundur félagsins

7. gr.

Aðalfundur félagsins skal haldinn fyrir apríllok ár hvert. Til aðalfundar skal boða á tryggilegan hátt með minnst viku fyrirvara. Aðalfundur er lögmætur ef minnst helmingur skráðra kjörinna fulltrúa samkvæmt kjörbréfi mætir. Hverri deild ber að skila kjörbréfum yfir fulltrúa sína við upphaf aðalfundar.

Aðalstjórn skal skipuð sjö einstaklingum. Formaður skal kjörinn sérstaklega og skriflega, ef fleiri en ein uppástunga kemur fram. Aðrir stjórnarmenn skulu kosnir í framhaldi af því. Stjórnin skiptir sjálf með sér verkum sem hér segir: varaformaður, ritari, gjaldkeri og meðstjórnendur.

Dagskrá aðalfundar skal vera svo:

1. Kosning þriggja manna kjörbréfanefndar.
2. Kosning fundarstjóra og fundarritara.
3. Skýrsla stjórnar um starfsemi ársins.
4. Lesnir og skýrðir endurskoðaðir reikningar.
5. Lagabreytingar.
6. Ákveðin árgjöld.
7. Lögð fram starfs- og fjárhagsáætlun næsta starfsárs.
8. Kosinn formaður.
9. Kosnir aðrir stjórnarmenn.
10. Kosnir tveir skoðunarmenn.
11. Önnur mál.

Á fundinum ræður meirihluti atkvæða, séu ekki önnur undantekningarákvæði í lögum þessum. Falli atkvæði jafnt skal kosning endurtekin og fáist þá ekki úrslit ræður hlutkesti. Að öðru leyti gilda almenn fundarsköp um framkvæmd aðalfundar félagsins.

8. gr.

Allir lögmætir félagsmenn hafa rétt til fundarsetu, málfrelsi og tillögurétt á aðalfundi félagsins. Atkvæðisrétt á aðalfundi hafa:

1. Stjórn félagsins.
2. Fulltrúar deilda, kjörnir á aðalfundum þeirra, einn fyrir hverja 50 félaga í deildinni, þó aldrei færri en einn og aldrei fleiri en sjö.

3. Kjörnir skoðunarmenn aðalreikninga félagsins.
4. Fyrrverandi formenn félagsins.

Enginn getur farið með fleiri en eitt atkvæði á aðalfundi.

Aðalfundur hefur æðsta vald í öllum málum félagsins, þegar undan er skilið ákvæði um fasteignakaup, sölu og veðsetningu, sbr. 5. mgr. 10. gr.

Aðalstjórn er skylt að halda aukaaðalfund félagsmanna, sem til skal boðað með sama hætti og aðalfundar, ef krafa um slíkt kemur fram frá meirihluta deildarstjórna, enda tilkynni þær um leið fundarefni það sem þær óska að rætt verði. Aukaaðalfundur hefur sama vald og aðalfundur, nema þar fara ekki fram lagabreytingar og ekki heldur stjórnarkosning nema þess sé sérstaklega krafist af hálfu meirihluta deildarstjórna og þess sé getið í fundarboði. Auk þess getur aðalstjórn boðað til aukaaðalfundar án þess að krafa komi fram um það frá stjórnum deilda. Aðalstjórn er skylt að boða til aukaaðalfundar er stjórnin verður óstarfhæf, svo sem ef meirihluti kjörinna stjórnarmanna hefur vikið úr stjórn.

9. gr.

Reikningsár félagsins og deilda skal vera almanaksárið og skulu reikningar hafa borist kjörnum skoðunarmönnum félagsins fjórum vikum fyrir aðalfund. Reikningar félagsins skulu vera aðgengilegir félagsmönnum í viku fyrir aðalfund.

III. Stjórn félagsins

10. gr.

Aðalstjórn fer með æðsta vald félagsins milli aðalfunda. Henni ber að efla félagið og gæta hagsmuna þess út á við sem heildar. Hún hefur umráð yfir eignum félagsins og ræður starfsemi þess í stórum dráttum í samráði við deildarstjórnir. Aðalstjórn skipar trúnaðarmenn í nefndir félagsins og á vegum þess, nema þá sem um getur í 13. gr.

Aðalstjórn er heimilt að ráða starfsmenn til félagsins og starfrækja skrifstofu. Starfsmenn starfa í umboði aðalstjórnar að þeim verkefnum sem stjórnin felur þeim í samræmi við tilgang félagsins.

Aðalstjórn er heimilt að skipa sérnefndir til að starfa að tilteknum verkefnum. Slíkum nefndum skal ávallt sett erindisbréf sem kveður á um viðfangsefni, tímamörk, valdsvið og fjárheimildir. Starfstímabil nefndanna skal ekki vera lengra en fram að næsta aðalfundi félagsins, nema ný aðalstjórn ákveði að framlengja starfstíma þeirra. Á fyrsta fundi sínum eftir aðalfund skal aðalstjórn ákvarða hvort starfstími sitjandi nefnda skuli framlengdur.

Alla sjóði félagsins og peningaeignir skal ávaxta í banka, sparisjóði eða viðurkenndum verðbréfamarkaði.

Kaup, sala og veðsetning fasteigna félagsins er bundin samþykki aðalstjórnar, enda hafi Formannafélagið, sbr. 20. gr., gefið samþykki sitt.

Aðalstjórn einni er heimilt að víkja mönnum úr félaginu, telji hún að framkoma þeirra hafi verið vítaverð og félaginu til vansa. Þrátt fyrir ákvæði 5. gr. geta þeir sem vikið er úr félaginu ekki öðlast aðild að því aftur nema með samþykki aðalstjórnar.

Formaður boðar til stjórnarfunda eða felur öðrum að boða til þeirra í sínu umboði. Stjórn félagsins er ályktunarbær ef meirihluti kjörinna stjórnarmanna er viðstaddur fund hennar, þó að því tilskyldu að fjögur atkvæði þarf að lágmarki til ályktunar.

11. gr.

Aðalstjórn félagsins skal halda fundi svo oft sem þurfa þykir. Rita skal fundargerðir vegna funda aðalstjórnar og skulu þær varðveittar með tryggum hætti.

Aðalstjórn félagsins skal halda fundi með formönnum hinna einstöku deilda þegar tilefni gefst til og eigi sjaldnar en tvisvar á ári fundi með öllum formönnum deilda saman. Á fundum þessum skulu deildarformenn gefa skýrslu um starfsemi deildanna og stjórn félagsins gefa skýrslu um starfsemi og áform á vegum félagsins.

12. gr.

Aðalstjórn félagsins er skylt að hafa eftirlit með fjárreiðum deilda og er heimilt að krefja stjórnir deilda um rekstraryfirlit og greiðslustöðu þegar ástæða þykir til. Aðalstjórn hefur á hverjum tíma rétt til að skoða bókhald og fjárreiður deilda. Aðalstjórn getur tilnefnt sérstakan trúnaðarmann sem kynnir sér fjárhag og stöðu deildar og getur komið með fyrirmæli um úrbætur ef þurfa þykir. Aðalstjórn skal að öðru leyti ákveða með hvaða hætti þessum ákvæðum verður framfylgt.

Allar mikilsháttar og verulegar fjárhagsskuldbindingar og samninga ásamt fjárhagsáætlunum skal bera undir samþykki aðalstjórnar. Verði misbrestur á þessu firrir félagið sig allri ábyrgð á skuldbindingunni og eru þá þeir einstaklingar sem hana framkvæmdu persónulega skuldbundnir. Aðalstjórn áskilur sér þá rétt til þess að hafa afskipti af stjórnun viðkomandi deildar. Aðalstjórn getur sett nánari reglur um þetta, þar sem meðal annars sé skilgreint hvaða fjárhagsskuldbindingar teljist mikilsháttar og verulegar og hvort þær veigamestu skuli jafnframt háðar samþykki aðalfundar félagsins.

IV. Aðalfundir deilda

13. gr.

Aðalfundi deilda skal halda fyrir marslok ár hvert. Kosningarétt og kjörgengi hafa allir félagar deildarinnar sem orðnir eru 18 ára. Til aðalfundar skal boðað með viku fyrirvara á tryggilegan hátt. Er hann lögmætur ef 15 skráðir félagar deildarinnar mæta, eða 50% þeirra, séu þeir færri en 30. Dagskrá aðalfundar skal vera svo:

1. Kosning fundarstjóra og fundarritara.
2. Skýrsla stjórnar um starfsemi deildarinnar.
3. Lesnir og skýrðir rekstrar- og efnahagsreikningar fyrir síðasta almanaksár.
4. Lögð fram starfs- og fjárhagsáætlun fyrir næsta starfsár.
5. Kosinn formaður.
6. Kosnir aðrir stjórnarmenn.
7. Kosnir fulltrúar og varafulltrúar á aðalfund félagsins.
8. Ákveðin æfingagjöld.
9. Önnur mál.

Almenn fundarsköp gilda um framkvæmd aðalfunda deilda.

14. gr.

Stjórn deildar skal skipuð fimm eða sjö einstaklingum. Skal formaður kjörinn sérstaklega og skriflega ef fleiri en ein uppástunga kemur fram. Aðrir stjórnarmenn skulu kosnir í framhaldi af því. Stjórnin skiptir sjálf með sér verkum sem hér segir: varaformaður, ritari, gjaldkeri og meðstjórnendur.

Stjórnin er kjörin til eins árs í senn. Þeir sem fá flest atkvæði ná kjöri. Falli atkvæði jafnt skal kosning endurtekin og fáist ekki niðurstaða þá ræður hlutkesti.

Deildarstjórn skal vinna að eflingu þeirrar íþróttagreinar, er deildin hefur verið stofnuð til, svo sem með því að kynna starfsemi deildarinnar og tryggja að upplýsingar um hana séu aðgengilegar.

15. gr.

Vanræki deild að halda aðalfund eða ef af einhverjum öðrum ástæðum tekst ekki að halda aðalfund fyrir tilskilinn tíma, sbr. 13. gr., skal aðalstjórn félagsins boða til fundarins.

Ef stjórn deildar verður óstarfhæf að mati aðalstjórnar, til dæmis vegna þess að meirihluti stjórnarmanna hefur látið af störfum, er aðalstjórn heimilt að boða til aukaaðalfundar deildarinnar þar sem ný stjórn skal kjörin.

Ef viðamiklir annmarkar eru á stjórnun deildar að mati aðalstjórnar, svo sem ef fjármálastjórn er verulega ábótavant eða stjórn deildarinnar starfar ekki í samræmi við lög eða stefnu félagsins, er aðalstjórn heimilt að víkja stjórn viðkomandi deildar frá störfum. Skal aðalstjórn þá taka við störfum deildarstjórnar þar til hægt er að halda aukaaðalfund deildarinnar og kjósa nýja stjórn hennar. Við þessar aðstæður skal aðalstjórn boða til aukaaðalfundar deildarinnar svo fljótt sem verða má.

Aðalstjórn sér um framkvæmd funda sem haldnir eru samkvæmt ákvæðum þessarar greinar og eru þeir þá lögmætir óháð því hversu margir félagar í deildinni mæta.

V. Stjórnir deilda

16. gr.

Stjórnir deilda hafa hver um sig sérstakan fjárhag, ráða íþróttakennara, þjálfara og starfsmenn og ákveða laun þeirra, annast daglegan rekstur deildanna, sjá um íþróttamót, er hverri grein heyra til, svo og þátttöku félaga í deildinni í mótum þeim, er ákveðin er þátttaka í. Deildir eru þannig sjálfstæðar, með þeim takmörkunum sem fram koma í öðrum ákvæðum laga þessara, svo sem 12. og 18. gr., og hafa tekjur af félagsgjöldum sínum, mótum þeim er þær halda, svo og eftir öðrum fjáröflunarleiðum, er deildarstjórnir ákveða í samráði við aðalstjórn félagsins.

Skrá skal upplýsingar um ársstarfið, fundi, keppnir og annað sem deildin tekur sér fyrir hendur. Skila skal starfsskýrslu deildar fyrir liðið almanaksár ásamt reikningum fyrir sama tímabil til stjórnar félagsins í mars ár hvert til birtingar í ársskýrslu félagsins.

Stjórnir deilda skulu gæta þess að allt sem framkvæmt er í nafni deildarinnar eða félagsins sé í samræmi við tilgang og markmið félagsins og að ekkert sé gert sem rýrir orðspor þess.

Samstarfssamningar deilda við önnur íþróttafélög eru háðir samþykki aðalstjórnar.

17. gr.

Halda skal rafræna skrá yfir alla félaga deildarinnar í samráði við aðalstjórn félagsins sem ber ábyrgð á félagatalinu, sbr. 6. gr.

18. gr.

Við rekstur deilda skal hafa ráðdeild að leiðarljósi og gæta þess vandlega að stofna ekki til fjárhagslegra skuldbindinga umfram það sem fjárhagsstaða deildarinnar leyfir og tekjur hennar geta staðið undir.

Uppgjörstímabil deilda miðast við almanaksárið.

Aðalstjórn skal setja deildum nánari reglur um fjárreiður, þar með talið um fjárhagsáætlanir, bókhald og uppgjör, og er stjórnum deilda skylt að fylgja þeim reglum. Um aðkomu aðalstjórnar að stjórnun einstakra deilda vísast að öðru leyti til 12. gr.

VI. Önnur ákvæði

19. gr.

Heiðursfélaga má kjósa og skal þeim afhent heiðursfélagaskjal og stórkross ÍR í stjörnu. Heiður þessi er sá æðsti er félagið veitir. Aðalstjórn félagsins kýs heiðursfélaga. Heiðursfélagar hafa öll réttindi félagsmanna, eru gjaldfríir, en verða að hafa náð fimmtugsaldri.

Eftirfarandi heiðursmerki má veita og skal þá fara eftir sömu reglum og gilda um kosningu heiðursfélaga að undanskildu ákvæði um að hafa náð fimmtugsaldri og því að vera gjaldfríir.

1. ÍR merki úr gulli, fyrir vel unnin störf í þágu félagsins, svo og öðrum sem sérstök ástæða þykir til að heiðra.
2. ÍR merki úr silfri fyrir vel unnin störf í þágu félagsins.
3. ÍR merki úr gulli með Ólympíuhringjum skal veita öllum félögum ÍR, sem þátt taka í keppni á Ólympíuleikum.
4. ÍR merki úr gulli, auðkennt viðkomandi keppni, skal veita þeim félögum ÍR, sem taka þátt í heimsmeistarakeppni hinna ýmsu íþróttagreina.

Heimilt er að veita hverri deild fyrir sig leyfi til að hafa eitt sérstakt heiðursmerki. Skal merkið og reglur fyrir veitingu þess, háð samþykki aðalstjórnar. Að öðru leyti hefur deildin öll umráð yfir veitingu þess.

Aðalstjórn getur sett verklagsreglur um veitingu þeirra viðurkenninga sem getið er um í þessari grein, þar á meðal um viðmið sem notast skuli við þegar heiðursfélagar eru valdir og gullmerki og silfurmerki eru veitt.

20. gr.

Formannafélag ÍR er skipað fyrrverandi formönnum og núverandi formanni félagsins. Félagið starfar sjálfstætt og setur sér eigin starfsreglur, nema þar sem til þess vísast á öðrum stað í lögum þess, sbr. 5. mgr. 10. gr.

21. gr.

Deildir verða ekki lagðar niður eða sameinaðar öðrum íþróttafélögum nema með samþykki aðalfundar félagsins eða sérstaks aukaaðalfundar, sbr. 5. mgr. 8. gr. Hætti íþróttadeild störfum, skal afhenda eignir og skjöl hennar aðalstjórninni. Taki deildin ekki aftur til starfa innan fimm ára, skulu eignirnar renna í sjóð aðalstjórnar félagsins. Verðlaunagripir og verðmæt skjöl skulu vera í vörslu aðalstjórnar.

22. gr.

Lögum þessum verður einungis breytt á aðalfundi félagsins, og þarf til þess samþykki ¾ hluta atkvæðisbærra fundarmanna.

Tillögur um lagabreytingar, sem óskast teknar fyrir á aðalfundi, skulu hafa borist aðalstjórn fyrir 15. janúar ár hvert. Tillögur til lagabreytinga skulu kynntar stjórnum allra deilda innan félagsins eigi síðar en 1. febrúar ár hvert.

Tillögur til lagabreytinga skulu tilkynntar með aðalfundarboði og skulu aðgengilegar félagsmönnum sjö dögum fyrir aðalfund.

23. gr.

Með þessum lögum eru öll eldri lög félagsins úr gildi fallin.

24. gr.

Lög þessi öðlast þegar gildi.