



Sveitarfélagið  
**ÁRBORG**

**Eftirtaldir hafa hlotið tilnefningu í kjöri íþróttakonu og íþróttakarls  
Árborgar 2016**

**Íþróttakona Árborgar 2016**

- |                                    |                            |
|------------------------------------|----------------------------|
| 1. Elín Holst                      | hestaíþróttir              |
| 2. Fjóla Signý Hannesdóttir        | frjálsar íþróttir          |
| 3. Guðrún Hulda Sigurjónsdóttir    | frjálsar íþróttir fatlaðra |
| 4. Gyða Dögg Heiðarsdóttir         | mótokross                  |
| 5. Heiðrún Anna Hlynsdóttir        | golf                       |
| 6. Hrafnhildur Hanna Þrastardóttir | handbolti                  |
| 7. Ingibjörg Erla Grétarsdóttir    | taekwondo                  |
| 8. Kata Gunnvör Magnúsdóttir       | akstursíþróttir - Torfæra  |
| 9. Krístrún Rut Antonsdóttir       | knattspyrna                |
| 10. Margrét Lúðvígsdóttir          | fimleikar                  |

**Íþróttakarlar Árborgar 2016**

- |                              |                              |
|------------------------------|------------------------------|
| 1. Andrew James Pew          | knattspyrna Umf. Selfoss     |
| 2. Arnar Freyr Óskarsson     | knattspyrna Árborg           |
| 3. Aron Emil Gunnarsson      | golf                         |
| 4. Ástgeir Rúnar Sigmarsson  | handknattleikur íþf. Mílan   |
| 5. Bergur Jónsson            | hestaíþróttir                |
| 6. Brynjar Logi Halldórsson  | taekwondo                    |
| 7. Egill Blöndal             | júdó                         |
| 8. Elmar Darri Vilhelmsson   | mótorcross                   |
| 9. Elvar Örn Jónsson         | handknattleikur Umf. Selfoss |
| 10. Guðmundur Ingi Arnarsson | akstursíþróttir - Torfæra    |
| 11. Kristinn Þór Kristinsson | frjálsar íþróttir            |
| 12. Ólafur Aron Einarsson    | íþróttir fatlaðra            |
| 13. Ríkarð Atli Oddsson      | fimleikar                    |

# Tilnefning til íþróttakonu Árborgar 2016

**Nafn:** Elín Holst

**Félag:** Hestamannafélagið Sleipnir

**Íþróttagrein:** Hestamennska

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Hún vann fjórgang og Tölt T2 á Íslandsmóttinu á Selfossi (þó ekki fengi hún nafnbótina Íslandsmeistari þar sem hún er norskur ríkisborgari).

Hún var í 2 sæti á Reykjavíkurmestarmóttinu í fjórgang. Var með efsta hest Sleipnis í B-Flokk og í úrslitum B-flokks gæðinga á Landsmóttinu á Hólum. Allt þetta vann hún á Gæðingnum Framma frá Ketilstöðum.

Hún fékk svo afhenta „fjöðrina“ á Íslandsmóttinu sem er viðurkenning frá félagi tamningamanna og þykir mikil viðurkenning.

# Tilnefning til íþróttakonu Árborgar 2016

**Nafn:** Fjóla Signý Hannesdóttir

**Félag:** Ungmennafélag Selfoss

**Íþróttagrein:** Frjálsar íþróttir

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Á árinu 2016 náði Fjóla Signý Hannesdóttir þrýðis árangri á frjálsíþróttavellinum og hefur hún verið smám saman að nálgast sitt fyrra form. Hún náði til dæmis þeim frábæra árangri að vinna til silfurverðlauna í 400m grindarhlaupi og bronsverðlauna í 100m grindarhlaupi kvenna á Meistaramóti Íslands í sumar. Fjóla Signý keppti á tveimur mótum í Svíþjóð á árinu og hreppti á þeim báðum þriðja sætið í 400m grindahlaupi.

Fjóla fór svo fyrir bikarliði HSK/Selfoss sem náði þeim frábæra og eftirtektarverða árangri að hafna í þriðja sæti í Bikarkeppni FRÍ. Þar fór Fjóla á kostum og náði til að mynda öðru sæti í 100m grindahlaupi kvenna og náði sínum besta tíma á árinu í greininni. Einnig var hún frábær í því að hvetja samherja sína áfram og gaf þeim góð ráð og aukakraft. Svo sannarlega frábær leiðtogi og fyrirmynd fyrir hið unga og efnilega lið HSK/Selfoss.

## Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:

### Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:

Fjóla Signý hefur verið ein öflugasta frjálsíþróttakona landsins síðust ár. Hún hefur helgað sig íþróttinni, tileinkað sér heilbrigðan og góðan lífstíl og verið yngri iðkendum mikil hvatning og góð fyrirmynd.

Fjóla hefur sýnt af sér einstakan dugnað og eljusemi og sannað það að allt er hægt ef viljinn er fyrir hendi. Hún hefur lent í ýmiskonar meiðslum, veikindum og skakkaföllum en alltaf stendur Fjóla upp aftur með jákvæðnina og dugnaðinn að vopni

# Tilnefning til íþróttakarls og konu Árborgar 2016

**Nafn:** Guðrún Hulda Sigurjónasdóttir

**Félag:** Íþróttafélagið Suðri

**Íþróttagrein:** Frjálsar og lyftingar

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Hulda tók þátt á yfir 20 mótum á árinu.

Tók þátt á EM lenti þar í 9.sæti með 9,7

Íslandsmet í flokki þroskahamlaðra kvenna í kraftlyftingum, á Íslandsmóti ÍF í Reykjanesbæ.

Hún var valin í Ólympíuliðið í ár en það var beðið fram á síðustu stundu að ákveða hvort hún færi en því miður fór ekki svo í ár.

Hún bætti sig í sleggju um 5 metra, setti 4 sinnum Íslandsmet í sleggjukasti. Bætti sig um 3 metra í spjótkesti.

Einnig setti hún nokkur HSK met á árinu.

## Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:

Hulda hefur alla tíð verið mjög virkur félagsmaður í Suðra, aðstoðað stjórn félagsins og tekið að sér verkefni í þágu félagsins. Hún er mikil og góð fyrirmynd í alla staði.

## Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:

Hulda setur sér markmið og vinnur markvisst að því að ná þeim. Hún hefur náð gífurlegum framförum í íþróttinni sinni og er enn að vaxa og dafna.

Á næsta ári stefnir hún að því að ná lágmarki til að fara á HM í London og æfir hún markvisst og af fullum krafti til að ná því markmiði. Hún mun fara í æfingabúðir í Portúgal og 1-3 opin mót erlendis.

Hulda tekur þátt á nánast öllum mótum sem hún getur, bæði fyrir fatlaða og ófatlaða, og hefur hún náð úrslitum á mótum með ófötludum.

Hulda mætir vart á mót nema að slá nokkur Íslandsmet og þetta ár var ekki frábrugðið fyrri árum en hún sló allnokkur Íslandsmet eins og sjá má hér að ofan ;)

# Tilnefning til íþróttakonu Árborgar 2016

**Nafn:** Gyða Dögg Heiðarsdóttir

**Félag:** Mótorgrossdeild Umf. Selfoss

**Íþróttagrein:** Mótorgross

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Gyða Dögg er 17 ára og býr í Þorlákshöfn. Gyða byrjaði að stunda mótorgrossæfingar 2011 og keppti það ár í sinni fyrstu keppni á unglingslandsmóttinu á Egilsstöðum og uppskar sigur í sínum flokki.

Árið 2012 byrjaði hún að keppa á Íslandsmóttinu og var það sama ár kosin nýliði ársins af MSÍ (Mótorhjóra- og snjósleða íþróttasamband Íslands).

2013 varð hún Íslands- og unglingslandsmótsmeistari í 85cc kvenna.

2014 varð hún önnur á Íslandsmeistaramótti og unglingslandsmótsmeistari í 250cc flokki.

Árið 2015 varð hún Íslandsmeistari í kennaflokki og akstursíþróttakona ársins.

Gyða Dögg varði titilinn í sumar og varð krýnd Íslandsmeistari í kvennaflokki í motocrossi auk þess að vera valin akstursökumaður ársins 2016 af MSÍ.

## Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:

Gyða Dögg var þjálfari ungu kynslóðarinnar í sumar hjá motocrossdeild Umfs.

Gyða keppir og æfir box samhliða motocrossinu.

Gyða er róleg, þrúð og skemmtileg stelpa, en þegar hún setur á sig hjálminn þá breytist hún í villidýr sem erfitt er að sigra.

## Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:

# Tilnefning til íþróttakonu Árborgar 2016

**Nafn:** Heiðrún Anna Hlynsdóttir

**Félag:** Golfklúbbur Selfoss

**Íþróttagrein:** Golf

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Heiðrún er golfkona ársins hjá Golfklúbbi Selfoss fyrir árið 2016.

Heiðrún spilaði á Íslandsbankamótaröð GSÍ í sumar og stóð sig mjög vel.

Heiðrún endaði á mótaröðinni í 4.sæti í flokki 15-16 ára stúlkna, en fjölmargar stúlkur kepptu í þessu flokki í sumar.

Heiðrún varð klúbbmeistari GOS í fyrsta skipi en Heiðrún var aðeins 15 ára þegar hún vann þann titil.

Heiðrún var í liði GOS sem keppni í Íslandsmóti golfklúbba, en GOS varð í 2.sæti í 2.deild og spilar því í 1.deild á næsta ári.

Heiðrún spilaði í sameiginlegu liði stúlkna 18 ára og yngri í Íslandsmóti golfklúbba með Dalvík og urðu þær í 3. sæti.

Heiðrún er mjög samviskusöm og metnarfullur kylfingur og erum við í GOS mjög stolt af henni.

# Tilnefning til íþróttakonu Árborgar 2016

**Nafn:** Hrafnhildur Hanna Þrastardóttir

**Félag:** UMFS - handknattleiksdeild

**Íþróttagrein:** handbolti

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Hrafnhildur Hanna spilar sem leikstjórnandi og skytta í liði Selfoss sem spilar í efstu deild og endaði í 8.sæti á síðasta tímabili. Hrafnhildur Hanna er lang markahæsti leikmaður efstu deildar, en hún hefur skorað 96 mörk í tíu leikjum.

Hrafnhildur Hanna er orðin fastamanneskja í A-landsliði Íslands og hefur verið besti leikmaður Selfosliðsins undanfarin ár. Hún hefur spilað 20 landsleiki og skorað í þeim 47 mörk.

## Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:

Hrafnhildur Hanna er ávallt tilbúinn að hjálpa til við störf félagsins og láta gott af sér leiða.

## Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:

Hrafnhildur Hann leggur mjög hart að sér og er til fyrirmyndar bæði utan vallar sem innan.

# Tilnefning til íþróttakarls og konu Árborgar 2016

**Nafn:** Ingibjörg Erla Grétarsdóttir

**Félag:** Umf Selfoss

**Íþróttagrein:** Taekwondo

## **Íþróttarárangur á árinu 2016:**

Íslandsmeistari í bargaga og keppandi mótssins

3.sæti á european university games í bardaga

9.sæti á EM í bardaga

9.sæti á presidents cup í bardaga

## **Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:**

Ingibjörg er frábær fyrirmynd utan sem innan vallar og er alltaf til í aðstoða á öllum mótum innanlands, til dæmis við dómgæslu eða þjálfun yngri iðkenda deildarinnar.

Fasta manneskja í landsliði Íslands.

Hefur verið valin til að taka þátt á HM 2017 í Kóreu fyrir hönd Íslands.

## **Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:**

Ingibjörg Erla er 10 faldur Íslands meistari í bardaga.

5 faldur norðurlandameistari.

Hefur verið í Team nordic síðan 2013 sem er samstarfs verkefni milli allra norðurlanda þjóða.

Var fyrsti íslenski keppandinn til að ná verðlauna sæti á G class mótum (mót sem telja til stiga á heimslista)



# Tilnefning til íþróttakona Árborgar 2016

**Nafn:** Kata Gunnvör Magnúsdóttir

**Félag:** Torfæruklúbbur Suðurlands

**Íþróttagrein:** Torfæra Götubílar

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Kata er nýliði í Torfæru hún keppti í flokki Götubíla. Hún var eina konan sem tók þátt á árinu. Ekki er mikið um konur í íþróttinni og hún sýndi og sannaði að konur geta alveg keppt í þessari íþrótt. Kata varð 4 til Íslandsmeistara.

**Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:**

**Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:**

# Tilnefning til íþróttakonu Árborgar 2016

**Nafn:** Krístrún Rut Antonsdóttir

**Félag:** Selfoss

**Íþróttagrein:** Knattspyrna

**Íþróttarárangur á árinu 2016:**

Krístrún Rut var lykilleikmaður í knattspyrnuliði Selfoss tímabilið 2016.

Krístrún átti við mjög erfið meiðsli árið 2015 og vann sig út úr þeim með mikilli vinnu og ákveðni.

Hún hélt þeirri vinnu áfram í byrjun árs 2016 sem skilaði henni aftur inn á völlinn og var hún í lok tímabils valinn leikmaður ársins af bæði leikmönnum og þjálfurum.

Krístrún er mikill leiðtogi bæði innan sem utan vallar, hún er fórnfús og leggur sig alltaf 100% í þau verkefni sem hún tekur sér fyrir hendur eða eru úthlutað. Krístrún skrifaði fyrir stuttu undir nýjan samning við knattspyrnulið Selfoss og mun verða einn af mættarstólpum liðsins á komandi árum.

# Tilnefning til íþróttakonu Árborgar 2016

**Nafn:** Margrét Lúðvígsdóttir

**Félag:** UMF Selfoss

**Íþróttagrein:** Fimleikar

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

WOW-mótið í hópfimleikum

Blandað lið Selfoss 1.sæti með 53,400 stig.

Bikarmótið í hópfimleikum 6.mars 2016

Blandað lið Selfoss 1.sæti með 53,050 stig

Íslandsmótið í hópfimleikum 22. – 23. apríl 2016

Fjölþrautarúrslit 22.apríl

Blandað lið Selfoss 1. Sæti með 54,600 stig

Úrslit á einstökum áhöldum

Blandað lið Selfoss Íslandsmeistarar á dýnu með 16,800 stig

Blandað lið Selfoss í 2.sæti á trampólíni með 17,600 stig

Blandað lið Selfoss í 3.sæti á gólfi með 18,800 stig

Deildarmeistari í hópfimleikum með blönduðu liði Selfoss – stigahæsta liðið í lok keppnistímabils.

Evrópumótið í hópfimleikum 12. – 15.október 2016

Blandað lið Íslands 3.sæti með 56.066 stig.

**Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:**

Þjálfari hjá fimleikadeild UMF Selfoss.

## **Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:**

Margrét hefur æft fimleika frá unga aldri og náð miklum árangri innan greinarinnar. Margrét er uppalinn Selfyssingur og hefur æft og keppt með fimleikadeild Selfoss í fjölda ára. Margrét útskrifaðist frá Fjölbrotaskóla Suðurlands jólin 2014 en þá var hún einnig nemandi við fimleikaakademíu Ungmennafélags Selfoss. Margrét stundar nú nám við Tækniskóla Íslands að miklu kappi þar sem hún er í undirbúningsnámi fyrir Arkitektúr. Margrét er mikil fyrirmynd fyrir yngri iðkendur deildarinnar og er hún jafnframt farin að miðla af sinni reynslu til þeirra sem þjálfari.

Á síðasta keppnistímabili keppti Margrét með blönduðu liði Selfoss þar sem hún var algjör lykilmanneskja í liðinu. Hún keppti á öllum innlendu mótunum og sýndi þar mikla baráttu þegar liðið lenti í mótlæti og uppskar ríkulega með Íslands-, bikar- og deildarmeistaratitli.

Margrét keppti með landsliði Íslands á Evrópumótinu sem fram fór í Slóveníu núna í haust. Liðið hafnaði í 3.sæti og var það í fyrsta skipti sem íslenskt lið í flokki blandaðra liða í flokki fullorðinna vannur til verðlauna á Evrópumóti. Hún var valin fyrirliði liðsins fyrir mótið og keppti á öllum áhöldum, það er á trampólíni, dýnustökkum og gólfæfingum. Þetta var ekki í fyrsta skipti sem Margrét keppti á stórmóti en árið 2012 varð hún Evrópumeistari með stúlknaliði Íslands og árið 2015 keppti hún með liði Selfoss á Norðurlandamóti. Svo það má segja að hún sé hokin af reynslu sem er gríðarlega mikilvægt fyrir deildina að eiga sem fyrirmynd og þjálfara yngri iðkenda. Margrét er samviskusöm og metnaðarfull og leggur mikið á sig til að ná sem lengst innan greinarinnar.

# Tilnefning til íþróttakarls Árborgar 2016

**Nafn:** Andrew James Pew

**Félag:** Selfoss

**Íþróttagrein:** Knattspyrna

**Íþróttarárangur á árinu 2016:**

Andy var lykilleikmaður í ungu liði Selfoss síðasta sumar. Mikill leiðtogi sem tók við fyrirliðahlutverki liðsins á miðju sumri.

Andy kom fyrst til liðs við Selfoss árið 2006, en hefur spilað óslitið með liðinu frá árinu 2013 – á hann 149 leiki í deild og bikar.

Tímabilið 2016 var hans besta tímabil síðustu ár, skiluðu þrotlausar æfingar og dugnaður vetrarins honum í toppstandi inn í tímabilið, þar sem hann spilaði nánast allar mínútur sem boði voru í sumar.

Nú nýverið skrifaði Andy undir nýjan eins árs samning við Selfoss, mun hann halda áfram þar sem frá var horfið, og ætlar sér að vera í toppstandi fyrir komandi tímabil.

# Tilnefning til íþróttakarls Árborgar 2016

**Nafn:** Arnar Freyr Óskarsson

**Félag:** Knattspyrnufélagið Árborg

**Íþróttagrein:** Knattspyrna

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Leikmaður Ársins hjá Knattspyrnufélagi Árborgar

## Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:

Arnar Freyr er einn af máttarstolpum Knattspyrnufélags Árborgar og hefur verið það undanfarin ár. Arnar Freyr hefur lagt sig fram vð að gera fjölskylduhátíðina Sumar á Selfossi að einni vinsælustu bæjarhátíð landsins íbúum sveitarfélagsins til mikillar ánægju. Arnar er ósérhlífinn þegar kemur að því að gefa tíma sinn til félagsins, hvort sem er til fjáröflunar fyrir félagið eða til að styrkja góð málefni, líkt og Knattspyrnufélag Árborgar hefur gert undanfarin ár.

## Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:

Samhliða því að bæta sig árlega sem knattspyrnumaður hefur Arnar Freyr klárað fimm af sex árum í læknisfræði og er því öðrum iðkenndum fyrirmynd. Arnar sýnir að hægt er að leggja mikla rækt við knattspyrnu ásamt því að taka menntunina alvarlega. Arnar er því frábær fyrirmynd sem sveitarfélagið getur verði stolt af.

Fyrir hönd Knattspyrnufélagsins Árborgar

Hafþór Theodórsson

Líkamsfegurð – Vinnuþrek – Táp

# Tilnefning til íþróttakarls og konu Árborgar 2016

**Nafn:** Aron Emil Gunnarsson

**Félag:** Golfklúbbur Selfoss

**Íþróttagrein:** Golf

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Aron Emil Gunnarsson er golfkarl ársins hjá Golfklúbbi Selfoss fyrir árið 2016.

Aron spilaði á Íslandsbankamótaröð GSÍ í sumar og stóð sig mjög vel í flokki 15-16 ára og endaði í 12. sæti í Íslandsbankamótaröð GSÍ.

Aron varð í sumar Holumeistari Golfklúbb Selfoss.

Aron spilaði mjög vel á Íslandsmóti unglunga í holukeppni í sumar en hann var toppbaráttunni í því móti og náði 4. sæti.

Aron Emil var liðsmaður GOS í Íslandsmótum golfklúbba, bæði í meistaraflokki og í keppnisflokki 15 ára og yngri. Aron stóð sig með þryði, t.a.m. náði lið GOS 7. sæti af 21 liði á landinu í flokki 15 ára og yngri.

Aron hefur sýnt framfarir með elju við æfingar og jákvæðu viðhorfi til íþróttagreinarinnar. Hann hefur einnig verið góður félagsmaður og sýnt fyrirmyndar framkomu í hvívetna.

# Tilnefning til íþróttakarls og konu Árborgar 2016

**Nafn:** Ástgeir Rúnar Sigmarsson

**Félag:** Íþróttafélagið Mílan

**Íþróttagrein:** Handknattleikur

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Ástgeir Rúnar hefur verið lykilmáður hjá liði ÍF. Mílan frá stofnun félagsins. Hann er leikjahæsti leikmaður liðsins og hefur tekið þátt í 48 deildarleikjum og 1 bikarleik og verður því að öllum líkindum nokkrum dögum eftir að þetta er skrifað fyrsti leikmaður félagsins til að ná þeim merka áfanga að spila 50 opinbera keppnisleiki fyrir Mílan. Þess má geta að Ástgeir skoraði einnig sitt fyrsta mark fyrir liðið á dögnum en hann er markvörður. Hann var lykilmáður á síðasta tímabili og spilaði alla leiki liðsins, en liðið ná sínum besta árangri frá upphafi og hafnaði í 6. sæti 1. deildar með 13 stig. Ástgeir hefur frá upphafi félagsins mætt mjög vel á æfingar og tekið virkan þátt í félagslegu starfi og öðru slíku sem hefur verið í boði. Hann á stóran þátt í því að félagið er á þeim stað sem það er í dag, því var hann valinn leikmaður ársins hjá ÍF. Mílan og er nú tilnefndur fyrir hönd félagsins sem íþróttamaður Árborgar.

**Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins**

**Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:**



# Tilnefning til íþróttakarls Árborgar 2016

**Nafn:** Bergur Jónsson

**Félag:** Hestamannafélagið Sleipnir

**Íþróttagrein:** Hestamennska

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Vann B- flokk á opnu gæðingamóti Sleipnis á Kötlu frá Ketilstöðum, Var í A-úrslitum á Íslandsmóti og opnu WR íþróttamóti Sleipnis í tölti og fjórgang. Vann svo gæðingaskeiðið á mótinu. Úrslitum í tölti á landsmóti sem og B-flokk gæðinga. Var með fulltrúa Sleipins í A-flokk gæðinga á Landsmóti og í 3 sæti á úrökumóti Sleipnis og auk þess sýndi Bergur hest úr eigin ræktun í 8.92 fyrir hæfileika í kynbótadómi

# Tilnefning til íþróttakarls og konu Árborgar 2016

**Nafn:** Brynjar Logi Halldórsson

**Félag:** Umf Selfoss

**Íþróttagrein:** Taekwondo

## **Íþróttarárangur á árinu 2016:**

Íslandsmeistari í baradaga í junior flokki.

Vann tvö af þremur bikarmótum á síðast tímabili.

Vann til brons verðlauna á Riga open G1 og var því fyrsti íslenski junior keppandinn til að vinna til verðlauna á G class móti (telur til stiga á heimslista)

Kepti í tveimur flokkum á nurtzi open í finnlendi og vann gull í -61 kg flokki og silfur í -57 kg flokki

## **Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:**

Brynjar er frábær æfingafélagi og nú þegar farinn að þjálfa í barnaflokkum og hann börnunum mikil fyrirmynd.

Einnig er hann duglegur að aðstoða á öllum taekwondo tengdum viðburðum.

## **Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:**

Brynjar hefur einnig tekið þátt í team nordic sem er samstarf milli norðulanda þjóða.

Brynjar ætlar sér stóra hluti árið 2017 og stefnir hann á að taka þátt á US open í las vegas strax í janúar

# Tilnefning til íþróttakarls Árborgar 2016

**Nafn:** Egill Blöndal

**Félag:** UMFS

**Íþróttagrein:** Júdó

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

2.Sæti á RIG seniora

**1 sæti á Norðurlandamótinu u21 og 3 sæti í seniora**

Keppt með A landsliðinu á 2 Europan open mótum

2 Olympic training camp

Æft í 2 mánuði í Japan og 3 í Frakklandi

9.sæti á European cup u21

3.sæti á International Den Helder cup. seniors

**Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:** Egill hefur þjálfað hjá júdódeild Selfoss milli æfinga og keppnisferða.

**Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:** Egill hefur auk þess að æfa á Íslandi æft að kappi erlendis. Á árinu dvaldi hann 2 mánuði í Japan sem er mekka júdósins og 3 mánuði í Frakklandi. Hann fór til Austurríkis í janúar og tók þar þátt í Olympic training camp sem er öflugustu æfingabúðir ár hvert á vegum EJU. Hann hefur keppt á vegum A landsliðisins og tekið þátt í fjölda móta.

Egill hefur lagt gríðarlega hart að sér á árinu 2016 og stefnir hann á ólympíuleikana í Tokyo árið 2020.

# Tilnefning til íþróttakarlar Árborgar 2016

**Nafn:** Elmar Darri Vilhelmsson

**Félag:** Mótórcrossdeild Umf. Selfoss

**Íþróttagrein:** Mótórcross

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Elmar var farinn að æfa mótórcross 9 ára gamall og lá þessi íþróttagrein vel fyrir honum.

Árið 2013 keppti hann fyrst á Íslandsmeistaramótinu á 85cc hjóli og 2014 fer hann að taka fullan þátt í Íslandsmótinu og vann flestar keppnirnar það sumar og var fyrsti keppandi mótórcrossdeildar UMFS til þess að verða Íslandsmeistari í 85cc flokki.

Árið 2015 varði Elmar örugglega Íslandsmeistartitilinn í 85 cc flokki.

Elmar kom flest öllum á óvart í sumar, hann var að koma upp um flokk og áttu menn kannski ekki von á miklum árangri þar sem hann var bæði að keppa á stærra hjóli og við eldri og sterkari keppendur.

Elmar stóð sig frábærlega og uppskar Íslandsmeistartitil í unglingsflokki. Einnig tók Elmar þátt í mx open sem er erfiðasti flokkurinn og sýndi hann og sannaði að hann á fullt erindi í þann flokk eftir örfá ár.

Það verður svo sannalega gaman að fylgjast með þessum pilti í framtíðinni.

Elmar er flott fyrirmynd fyrir sem gaman er að vera innan um.

**Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:**

**Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:**

# Tilnefning til íþróttakarls Árborgar 2016

**Nafn:** Elvar Örn Jónsson

**Félag:** UMFS - handknattleiksdeild

**Íþróttagrein:** handbolti

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Spilað með U-20 ára landsliði Íslands sem náði góðum árangri og varð í 7.sæti á EM, sem haldið var í Danmörku sl sumar. Hann var fastamaður í liðinu og spilaði þar stórt hlutverk. Hann spilaði flestar mínútur íslensku leikmannanna og leysti fleiri stöður bæði í vörn og sókn, (hormaður, leikstjórnandi og skytta). Elvar Örn stóð sig mjög vel á EM svo eftir var tekið.

Elvar Örn hefur verið besti leikmaður Selfoss á árinu, sem vann sér sæti í úrvalsdeild sl vor, og spilar því í deild þeirra bestu á yfirstandandi keppnistímabili. Hann er markahæsti leikmaður liðsins, með yfir 100 mörk í 16 leikjum og með markahæstu mönnum deildarinnar. Hann spilar sem leikstjórnandi en leysir líka aðrar stöður, eins og skyttustöðuna, vel af hendi.

**Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:**

Elvar Örn er ávallt tilbúinn að leggja félaginu lið á hinum ýmsu sviðum.

**Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:**

Elvar Örn er einstaklega samviskusamur íþróttamaður og hagar sér eins og sannur afreksmaður bæði innan vallar sem utan.

# Tilnefning til íþróttakarlar Árborgar 2016

**Nafn:** Guðmundur Ingi Arnarsson

**Félag:** Torfærklúbbur Suðurlands

**Íþróttagrein:** Aksturíþróttinn Torfæra Sérútbúnir

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

Guðmundur kom virkilega sterkur inn sem nýliði, hann smíðaði bílinn sinn Ljónið árið 2015. Fyrsta keppni Guðmundar var á Hellu sem var einnig Norður Evrópumeistarmót og lenti þar í 3 sæti. Guðmundur tók þátt í öllum keppnum ársins og endaði í 2 sæti til Íslandsmeistara. Einnig fékk hann nýliðaverðlaun frá Akstursíþróttasambandinu. Guðmundur fór ásamt hópi keppenda með keppnisbíl sinn til USA að keppa í torfæru þar sem hann náði 2 sæti.

## Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:

Guðmundur hefur verið duglegur að auglýsa og hjálpa til við að byggja upp sportið. Hann er duglegur að sinna aðdándum sínum.

## Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:

Guðmundur er góð fyrirmynd tilvonandi kynslóðar. Hann hugsar mikið úti hvernig keppnisútgerðin hans lítur út. Aðstoðarmenn hann eru alltaf tilbúinir að hjálpa.

# Tilnefning til íþróttakarls Árborgar 2016

**Nafn:** Kristinn Þór Kristinsson

**Félag:** Ungmennafélag Selfoss

**Íþróttagrein:** Frjálsar íþróttir

**Íþróttarárangur á árinu 2016:**

Í upphafi árs 2016 gekk millivegalendarhlauparinn og afreksmaðurinn Kristinn Þór Kristinsson úr Samhygð í raðir UMF Selfoss og náði að vanda glæsilegum árangri á frjálsíþróttavellinum. Hans aðalgrein er 800 m. hlaup og stendur hann þar fremstur Íslendinga í ár en undanfarin fimm ár hefur hann borið höfuð og herðar yfir aðra millivegalendarhlaupara á Íslandi. Þó 800 metrarinn séu hans aðalgrein þá er hann öflugur í fleiri greinum eins til að mynda 1500 m. hlaupi þar sem hann var með bestan tíma Íslendinga á síðasta ári og keppti með landsliðinu á Smáþjóðaleikunum í báðum þessum greinum.

Kristinn Þór hefur átt fast sæti í landsliði Íslands í frjálsíþróttum undanfarin ár og varð engin breyting þar á í ár. Hann keppti í Meistaramóti Smáþjóðana á Möltu í byrjun júní í 800 m. hlaupi þar sem hann hljóp vegalengdina á 1:53,50 mín. sem er svolítið frá hans besta 1:50,38 sek. Kristinn keppti svo á þó nokkrum mótum erlendis á eigin vegum með það að markmiði að reyna að bæta sig. Hann átti nokkur fín hlaup en besta tíma sínum utanhúss náði hann á móti í Kaupmannahöfn í lok júní, 1:51,92 mín. og er það hraðasti tími Íslendinga á árinu utanhúss. En þess má geta að Íslandsmetið er 1:48,83 mín. sem Kristinn stefnir að sjálfsgöðu á að slá sem fyrst. Innanhúss hljóp Kristinn Þór á besta tíma ársins, í 800 m., í mars á tímanum 1:51,28 mín. sem er alveg við hans besta.

Kristinn Þór er Íslandsmeistari í 800 m. hlaupi utanhúss en hann náði ekki að keppa á Meistaramóti Íslands innanhúss vegna veikinda. Þá er Kristinn Íslandsmeistari í 5 km. götuhlaupi. Kristinn keppti á þó nokkrum mótum innanlands til viðbótar. Hann sigraði til að mynda í 800 m. hlaupi á RIG leikunum sem er alþjóðlegt mót og haldnir innanhúss á Íslandi í janúar ár hvert, sem og á stórmóti ÍR, þá sigraði hann á JJ móti Ármanns í maí í söm vegalengd. Kristinn Þór hefur ávalt verið einn af burðarásnum HSK liðsins og á því var engin breyting í ár. Hann sigraði af öryggi í 1500 m. hlaupi á Bikarkeppni Frjálsíþróttasambandsins í ágúst og hljóp lokaspættinn í 1000 m. boðhlaupinu þar sem HSK sveitin stóð sig vel. HSK varð í þriðja sæti í stigakeppni félaga og stimplaði sig inn meðal þeirra bestu efti tvö frekar mögur ár í Bikarkeppni.

## **Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:**

Kristinn Þór er góð fyrirmynd enda samviskusamur og duglegur og stundar æfingarnar af kappi en hann hefur uppskorið ríkulega síðustu ár og má með sanni segja að það eigi vel við að nefna hann konung millivegalengdahlaupa á Íslandi. Það er engan bilbug á Kristini að finna og hann stefnir enn hærra og lengra og hraðar á hlaupabrautinni. Kristinn Þór hefur verið valinn í landsliðshópinn fyrir árið 2017. Það verður spennandi að fylgjast með Kristni á nýju ári þar sem verkefnin eru ærin og áskoranirnar margar.

# Tilnefning til íþróttakarls Árborgar 2016

**Nafn:** Ólafur Aron Einarsson

**Félag:** Íþróttafélagið Suðri

**Íþróttagrein:** Kraftlyftingar

**Íþróttarárangur á árinu 2016:**

Íslandsmót ÍF í kraflyftingum sem var haldið í Njarðvík.

Íslandsmeistari karla í flokki þroskahamlaðra.

1.sætið í lyftingum á Hængsmótinu á Akureyri

**Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:**

Ólafur Aron hefur staðið sig vel á öllum mótum sem hann hefur tekið þátt í. Bætir sig á hverju ári, er öðrum til fyrirmyndar og stendur sig vel.

**Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:**

Æfir bæði lyftingar og sund með Suðra.



# Tilnefning til íþróttakarls Árborgar 2016

**Nafn:** Rikharð Atli Oddsson

**Félag:** UMF Selfoss

**Íþróttagrein:** Fimleikar

## Íþróttarárangur á árinu 2016:

WOW-mótið í hóp fimleikum

Blandað lið Selfoss 1.sæti með 53,400 stig.

Bikarmótið í hóp fimleikum 6.mars 2016

Blandað lið Selfoss 1.sæti með 53,050 stig

Íslandsmótið í hóp fimleikum 22. – 23. apríl 2016

Fjölþrautarúrslit 22.apríl

Blandað lið Selfoss 1. Sæti með 54,600 stig

Úrslit á einstökum áhöldum

Blandað lið Selfoss Íslandsmeistarar á dýnu með 16,800 stig

Blandað lið Selfoss í 2.sæti á trampólíni með 17,600 stig

Blandað lið Selfoss í 3.sæti á gólfi með 18,800 stig

Deildarmeistari í hóp fimleikum með blönduðu liði Selfoss – stigahæsta liðið í lok keppnistímabils.

Evrópumótið í hóp fimleikum 12. – 15.október 2016

Blandað lið Íslands 3.sæti með 56.066 stig.

**Önnur störf innan félagsins eða í þágu íþróttarinnar og/eða samfélagsins:**

Þjálfari hjá fimleikadeild UMF Selfoss.

### **Annað sem mætti koma fram um viðkomandi:**

Rikharð Atli hefur stundað fimleika hjá fimleikadeild Selfoss frá unga aldri, enn áður var hann í áhaldafimleikum í fimleikadeild Ármanns. Rikharð Atli hefur tekið miklum framförum í greininni síðustu ár og er hann orðinn með fremstu fimleikamönnum hér á landi og þó víðar væri leitað. Hann var lykilmáður í liði Selfoss á síðasta keppnistímabili þar sem hann keppti ávallt á öllum áhöldum, þ.e.a.s. á trampólíni, dýnustökkum og gólfæfingum. Með liði sínu varð hann Íslands-, bikar- og deildarmeistari. Rikharð keppti með landsliði Íslands á Evrópumótinu sem fram fór í Slóveníu núna í haust, þar lentu þau í 3.sæti og var það í fyrsta skipti sem íslenskt lið í flokki blandaðraliða fullorðinna vannur til verðlauna. Hann var lykilmáður í liðinu og keppti á öllum áhöldum.

Rikharð Atli er frábær liðsmaður og einnig mikil fyrirmynd fyrir yngri iðkendur deildarinnar, bæði sem fimleikamaður og karakter í fimleikasalnum. Rikharð Atli leggur gríðalegan metnað í æfingar sínar og markmiðið er alltaf að bæta við sig erfileika og ná enn lengra. Hann hefur á líðandi ári náð miklum og eftirtektarverðum árangri sem upp verður talinn í afrekaskránni 2016.