

Ársskýrsla Lyftingasambands Íslands

Starfsár 2015-2016



1. Stjórn LSÍ 2015-2016

Árþing Lyftingasambandsins var haldið þann 7. mars í fundarsal Lionshreyfingarinnar í Sóltúni 20 í Reykjavík. Lárus Páll Pálsson gaf ekki kost á sér til endurkjörs og var því kjörinn nýr formaður og stjórn sem er svo skipuð:

Formaður: Ásgeir Bjarnason

Varaformaður: Árni Björn Kristjánsson

Gjaldkeri: Hildur Grétarsdóttir

Ritari: Stefán Ragnar Jónsson

Meðstjórnandi: Ingi Gunnar Ólafsson

Í varastjórn voru kjörnir: Grétar Skúli Gunnarsson, Lárus Páll Pálsson, Arnar Þór Tulinius og Lárus Páll Pálsson.

Lárus Páll Pálsson var sæmdur Gullmerki ÍSí fyrir vel unnin störf á árþinginu og þeir Sigmundur Davíðsson og Guðmundur Helgi Helgason voru sæmdir Silfurmerki ÍSí.

2. Starfsárið 2015-2016

Starfsárið 2015-2016 var til marks um áframhaldandi fjölgun iðkenda og auknar vinsældir ólympískra lyftinga á Íslandi. Mikil þáttaka var á þeim mótum sem LSÍ stóð fyrir og fjöldi Íslandsmeta ber vott um ánægjulega aukningu á getu keppenda. Stórt skref var stigið í ár þegar 5 konur kepptu fyrir Íslands hönd á Heimsmeistaramótinu sem fram fór í Houston, Texas í Bandaríkjunum í nóvember. Auk þess áttu Íslendingar keppendur á Heims- og Evrópumeistaramótum unglunga í fyrsta sinn í áratugi. Þá fóru einnig keppendur á Norðurlandameistaramót bæði unglunga og fullorðinna og Smáþjóðaleikum í Mónakó. Einnig áttum við keppenda á Heimsmeistaramóti öldunga sem fram fór í Finnlandi.

Mótahald innanlands var í miklum blóma og var góð þáttaka á Íslandsmeistaramótum sérstakt gleðiefni. Lyftingakeppni RIG-leikanna hefur fest sig í sessi og dregur stöðugt að sér betri erlenda keppendur og er fastur liður í sjónvarpsdagskrá frá leikunum. 2016 var lyftingakeppnin í fyrsta skipti í Laugardalnum sem gerir íþróttina sýnilegri og gefur möguleika á að skapa glæsilega umgjörð. Þá voru lyftingar í fyrsta skipti meðal keppnisgreina á Unglingalandsmóti UMFÍ sem haldið var á Akureyri um verslunarmannahelgina, er það ánægjuleg nýbreytni og unnið er að því að framhald verði þar á.

Dómaranámskeið var haldið á árinu og bætist því stöðugt í hóp þeirra sem hafa dómararéttindi. Íslenskir þjálfarar sóttu fræðsluráðstefnu á vegum Evrópska lyftingasambandsins (EWF) sem fram fór í Róm og 2 íslensk ungmenni ásamt þjálfara sóttu æfingabúðir á vegum EWF sem haldnar voru á Spáni í júlí.

Á árinu 2015 hlaut LSÍ 800.000kr úr Afrekssjóði ÍSí til Landsliðsverkefna en styrkurinn var eyrnamerkur þeim Guðmundi Högni Hilmarssyni (200.000kr), Lilju Lind Helgadóttur (200.000kr) og Önnu Hulu Ólafsdóttir (300.000kr). Hundrað þúsun krónur voru síðan sérmerktar eflingu fagteymis.

LSÍ hlaut fyrir árið 2016 1.100.000 kr styrk úr Afrekssjóði ÍSÍ til Landsliðsverkefna, 500.000kr til þátttöku á EM fullorðinna og 500.000kr í önnur landsliðsverkefni. Aftur eru 100.000kr til eflingu fagteymis fyrir afrekshópa.

Lyftingasamband Íslands vill að lokum þakka öllum sem að komu að góðu og gjöfulu starfsári og horfir björtum augum á komandi ár og ört stækkandi samfélag lyftingarmanna og –kvenna á Íslandi. Starfið byggist fyrst og fremst á sjálfboðavinnu og ekki væri mögulegt að halda uppi svo góðu og sterku starfi ef ekki væri fyrir þessa aðkomu margra góðra einstaklinga.

2.1 Liðabíkar LSÍ

Mótanefnd LSÍ útbjó reglugerð fyrir Liðabíkar LSÍ sem reiknaði út stig sem hvert félag vann sér inn á þremur mótum: Sumarmótinu, Haustmótinu og Jólámótinu. Stigaútreikingar tóku mið af þeim reglum sem notaðar eru á Norðurlandamótunum í ólympískum lyftingum. Lyftingadeild Ármanns sigraði í keppninni með 105 stig, Lyftingafélag Reykjavíkur varð annað með 95 stig og Lyftingafélagið Hengill þriðja með 56 stig.

2.2 Afreksstefna

Afreksstefna sambandsins er undir stöðugri endurskoðun og mun ný afreksstefna til ársins 2020 verða lögð fyrir næsta lyftingaþing sem tekur mið af ólympíuárinu.

Lágmark á mót fyrir árið 2015 voru gefin út samkvæmt markmiðum núverandi afreksstefnu.

2.3 Endurnýjun tækjabúnaðar

Á árinu kláraði sambandi að verða sér út um þann búnað sem nauðsynlegur er í mótahald og var fjárfest í Eleiko keppnislyftingasetti fyrir 748.636kr (8x25kg, 2x20kg, 2x15kg, 2x10kg, 2x5kg, 2x2.5kg, 2x2kg, 2x1.5kg, 2x1kg og 2x0.5kg), 2x2.5kg lásur og keppnisstöngum 20kg (KK) og 15kg (KVK). Keypt voru keppnisklukka og dómara ljós af Kraftlyftingafélaginu Massa á 200.000kr. Vigt til að nota á keppnum var einnig keypt með 20gr nákvæmni á 111.470kr.

2.4 Dómaranámskeið 2015

Dómaranámskeið var haldið í maí 2015 undir handleiðslu Per Mattingdal, margreynds alþjóðadómara og formanns norska lyftingasambandsins. Það voru 10 manns sem sóttu þetta 3 daga námskeið og stóðust próf til grunnréttinda IWF. Þau voru:

Gísli Baldur Bragason, Hildur Halldórsdóttir Laxdal, Jónína Sveinbjarnardóttir, Magnús B. Þórðarson, Maríanna Ástmarsdóttir, Rannveig Hlíðar Guðmundsdóttir, Rut Sigurvinsdóttir, Stefán Ragnar Jónsson, Vilhelm Patrick Bernhöft og Þórdís Dungal.

LSÍ býður þau velkomin til starfa.

2.5 Alþjóðleg dómararéttindi

Sigmundur Davíðsson stóðst cat 2 alþjóðlegt dómarapróf á Norðurlandamótinu sem fram fór í Danmörku í ágúst og er því þriðji Íslendingurinn með virk alþjóðaréttindi.

2.6 Æfingabúðir EWF 2015

Arnór Gauti Haraldsson (LFH) og Helena Ingvarsdóttir (LFK) ásamt Lárusi Páli Pálssyni, þjálfara, sóttu æfingabúðir sem Evrópska Lyftingasambandið (EWF) hélt fyrir 17 ára og yngri í Valencia á Spáni 5. – 12. júlí.

2.7 EWF Scientific seminar

Árni Björn Kristjánsson og Ingi Gunnar Ólafsson sóttu þjálfunarráðstefnu á vegum EWF sem haldin var í Róm, Ítalíu 15. – 18. desember.

2.8 Mót 2015-2016

Mótahald var með miklum ágætum og er umgjörð lyftingamóta hérlandis sífellt að verða betri. Alls kepptu 120 manns á árinu 2015 á 18 lyftingamótum, 11 erlendis og 7 hér heima: 66 karlar og 54 konur. Alls voru sett 150 Íslandsmet í kvennaflokkum og 155 í karlaflokkum á árinu 2015.

Smáþjóðaleikarnir 2015 fóru fram í Mónakó þann 26. apríl. Ísland sendi 4 karlkeppendur en 3 stigahæstu telja til stiga í liðakeppni þjóðanna. Sex þjóðir sendu lið til keppni þetta árið en það voru ásamt mótshöldurum í Mónakó; Ísland, Kýpur, Malta, Lúxemborg og San Marínó. Lið Íslands og Kýpur háðu harða keppni um stigabikar mótsins og fór það svo að Kýpur sigraði með um 15 Sinclair stigum eða samtals 997,8 stigum á móti 985,1 stigum Íslands. Bestum árangri Íslendinganna náði Guðmundur Högni Hilmarsson (LFR) en hann snaraði 125kg og jafnhenti 158kg sem gera 283kg samanlagt sem gáfu honum 334,9 sinclair stig.

32 keppendur mættu til leiks á Íslandsmeistaramótið 2015 sem fram fór í Kaplakrika þann 2. maí. Fjöldi Íslandsmeta féll en stigahæstu keppendurnir voru Andri Gunnarsson (LFG) með 344,3 sinclair stig og Þuríður Erla Helgadóttir (Ármann) með 252,3 sinclair stig.

Lilja Lind Helgadóttir (LFG) keppti á Heimsmeistarmóti unglunga og endaði í 10. sæti í -75kg með 72kg í snörun og 90kg í jafnhendingu eða 162kg samanlagt.

26 keppendur voru á Sumarmóti LSÍ sem haldið var í húsakynnum og umsjá Lyftingafélags Hafnarfjarðar 4. júlí. Stigahæstu keppendur voru Aníta Líf Aradóttir (Hengill) með 190 sinclair stig og Jakob Daníel Magnússon (LFH) með 311,6 sinclair stig.

10 keppendur kepptu á Íslandsmeistaramóti unglunga sem fram fór samhliða Unglingalandsmóti UMFÍ á Akureyri þann 1. ágúst. Stigahæst urðu Sindri Pétur Ingimundarson (LFR) með 310,9 sinclair stig og Freyja Mist Ólafsdóttir (LFR) með 206,7 sinclair stig.

Íslendingar sendu 6 keppendur á Norðurlandamótið sem fram fór í Slagelse í Danmörku 29. og 30. ágúst. Þuríður Erla Helgadóttir (Ármann) varð Norðurlandameistari kvenna í -58kg flokki þegar hún lyfti 78kg í snörun og 97kg í jafnhendingu. Hjördís Ósk Óskarsdóttir (FH) vann til silfurverðlauna í -

63kg flokki og Freyja Mist Ólafsdóttir (LFR) vann bronsverðlaun í -75kg. Þá hlaut Jakob Daníel Magnússon (LFH) silfurverðlaun í -85kg flokki karla.

Gísli Kristjánsson varð heimsmeistari í -105kg flokki 50-54 ára á Heimsmeistaramóti öldunga sem fram fór í Rovaniemi í septembermánuði. Lyfti Gísli 142kg í snörun og 150kg í jafnhendingu en snörunin var 7kg bætting á Heimsmetinu í þessum flokki. Þá varð Gísli stigahæstur fyrir alla þyngdarflokka í sínum aldursflokki.

Guðmundur Högni Helgason (LFR) varð 14. í -85kg á Evrópumeistaramóti unglunga sem fram fór í Litháísku borginni Klaipeda dagana 3. – 10. október. Guðmundur Högni snaraði 123kg sem er Íslandsmet unglunga og jafnhenti 147kg sem gefa 270kg samanlagt sem einnig er Íslandsmet unglunga.

Haustmót LSÍ fór fram í Íþróttahúsi Hveragerðis í umsjá Lyftingafélags Hengils þann 17. október og mætti 41 keppandi til leiks. Stigahæst urðu Hjördís Ósk Óskarsdóttir (FH) með 229,9 sinclair stig og Einar Ingi Jónsson (LFR) með 315,8 sinclair stig en Einar bætti Íslandsmetin í öllum greinum í -69kg bæði fullorðinna og unglunga þegar hann snaraði 103kg og jafnhenti 128kg.

Fjórir titlar unnust á Norðurlandamóti unglunga sem fram fór í Haugasundi, Noregi dagana 30. október og 1. nóvember. Lilja Lind Helgadóttir (LFG) sigraði í 69kg flokki stúlkna (20 ára og yngri). Þetta er þriðja árið í röð sem Lilja Lind verður Norðurlandameistari, en hún sigraði í +75kg flokki stúlkna í fyrra og +69kg flokki meyjra árið 2013. Freyja Mist Ólafsdóttir (LFR) sigraði í -75kg flokki stúlkna og varði titilinn sem hún vann í sama flokki í fyrra. Einar Ingi Jónsson (LFR) sigraði í -69kg flokki pilta (20 ára og yngri) og Guðmundur Steinn Gíslason Kjeld (LFR) vann til silfurverðlauna í sama flokki. Guðmundur Högni Hilmarsson (LFR) sigraði í -85kg flokki pilta (20 ára og yngri) og bætti eigin Íslandsmet í piltaflokki bæði í snörun (124kg) og samanlögðu (271kg) sem hann setti á EM unglunga. Þá vann Arnór Gauti Haraldsson (LFH) til bronsverðlauna í -77kg flokki drengja (17 ára og yngri) og Jón Elí Rúnarsson (LFR) hlaut sömuleiðis brons í -105kg flokki pilta (20 ára og yngri). Sannarlega glæsileg uppskera hjá íslensku keppendum.

Fimm íslenskar konur kepptu á Heimsmeistaramótinu sem fram fór í Houston, Texas dagana 20. -28. nóvember. Óhætt er að segja að þær hafi allar staðið sig með stakri þrýði. Þuríður Erla Helgadóttir (Ármann) reið á vaðið er hún keppti í -58kg flokki. Hún bætti Íslandsmetin í öllum greinum er hún snaraði 81kg og jafnhenti 100kg sem gera 181kg samanlagt og 256,2 sinclair stig. Hjördís Ósk Óskarsdóttir (FH) keppti í -63kg flokki og lyfti 75kg í snörun og 100kg í jafnhendingu eða 175kg samanlagt sem gefa 233,7 sinclair stig. Annie Mist Þórisdóttir (LFR) bætti metin í öllum greinum í -69kg flokki er hún tók 88kg og 108kg eða 196kg samanlagt sem gefa 248,0 sinclair stig. Katrín Tanja Davíðsdóttir (LFR) keppti einnig í -69kg flokki og tók 84kg og 94kg eða 178kg samanlagt sem gefa 224,0 sinclair stig. Þá keppti Ragnheiður Sara Sigmundsdóttir (UMFN) í -75kg flokki og setti met í jafnhendingu og samanlögðu en hún snaraði 80kg (metjöfnun), jafnhenti 105kg eða 185kg samanlagt sem gefa 228,5 sinclair stig.

Jólamót LSÍ fór fram í húsakynnum og umsjá Lyftingafélags Reykjavíkur þann 20. desember. 44 keppendur mættu til leiks og voru fjölmörg Íslandsmet slegin ekki síst í yngri aldursflokkum. Stigahæst urðu Þuríður Erla Helgadóttir (Ármann) með 242,0 sinclair stig og Emil Ragnar Ægisson (UMFN) með 317,8 sinclair stig. Jólamótið var þriðja og síðasta mótið í Liðabikar LSÍ en Sumar- og Haustmótin voru einnig inn í keppninni. Liðakeppnin var æsispennandi en fór að lokum svo að Ármann hafði sigur með 106 stig en lið LFR kom næst með 95 stig.

Lyftingakeppni Reykjavíkurleikanna eða RIG fór fram í Frjálsíþróttahöllinni í Laugardal þann 30. janúar 2016. Gaf þetta mótinu glæsilega umgjörð og verður vonandi framhald þar á en á næsta ári verður 10 ára afmælimót RIG. Sterkir erlendir keppendur mættu til leiks, Colin Burns og Cortney Batchelor frá Bandaríkjunum og Íslandsvinirnir Sami Rappaana og Anni Vuohijoki frá Finnlandi en þau kepptu einnig í fyrri. Í keppni kvenna varð Cortney Batchelor stigahæst með 255,2 sinclair stig, Anni Vuohijoki varð önnur með 230,4 sinclair stig og Anna Hulda Ólafsdóttir (LFR) varð þriðja með 226,0 sinclair stig. Colin Burns varð stigahæstur karla með 390,5 sinclair stig, Sami Rappaana varð annar með 353,2 sinclair stig og Emil Ragnar Ægisson (UMFN) þriðji með 323,3 sinclair stig.

Íslandsmeistaramótið 2016 var fjölmennasta lyftingamót frá upphafi er þar keppti 51 keppandi: 24 konur og 27 karlar. Brugðið var á það ráð að skipta keppni á 2 daga, konur kepptu á laugardeginum 27. febrúar og karlar á sunnudeginum 28. febrúar í húsakynnum og umsjá Lyftingafélags Garðabæjar í Miðhrauni, Garðabæ. Góður árangur náðist í mörgum flokkum en árangur lyftingafólks ársins, þeirra Þuríðar Erlu Helgadóttir (Ármann) og Andra Gunnarssonar (LFG), stendur upp úr. Þuríður Erla tvíbætti Íslandsmetið í jafnhendingu í -58kg flokki þegar hún lyfti 102kg og 104kg. Þuríður lyfti 184kg samanlagt sem gefa 260,0 sinclair stig sem er besti árangur sem íslensk kona hefur náð. Andri bætti Íslandsmetin í öllum greinum í +105kg flokki þegar hann lyfti 157kg í snörun og 186kg í jafnhendingu og því 343kg samanlagt sem gefa honum 354,6 sinclair stig.

2.9 Afreksgagnagrunnur sambandsins

LSÍ vill benda á vefsíðuna www.results.lsi.is en þar eru úrslit allra móta síðustu ár auk þess sem þar er að finna uppfærð Íslandsmet allra þyngdar- og aldursflokka.

Farið var í ákveðnar uppfærslur á afreksgagnagrunni sambandsins fyrir 87.216kr, bætt var við viðmóti fyrir Liðabíkar LSÍ sem og viðmóti fyrir skráningu meta 15 ára og yngri og 23 ára og yngri. Að lokum var útbúið viðmót til að raða þáttakendum í unglingaflokkum eftir árangri fyrir hvert ár.

2.10 Lyftingafólk ársins 2015

Lyftingakona ársins: Þuríður Erla Helgadóttir (f.1991), Ármanni. Hún varð stigahæst íslenskra kvenna á árinu þegar hún snaraði 81kg og jafnhenti 100kg í -58kg flokki á Heimsmeistaramótinu í lyftingum sem fram fór í Houston, Texas. Sá árangur tryggði henni einnig svokallaðan Elite pin Lyftingasambands Norðurlanda og er hún fyrst íslenskra kvenna og fjórði Íslendingurinn til að hljóta þann heiður. Hún varð einnig Norðurlandameistari í -58kg flokki (78+97). Stigahæsta konan á Íslandsmeistaramótinu 2015 (80+103) og sigurvegari RIG 2015 (74+96). Hún setti alls 14 Íslandsmet á árinu í -58kg og -63kg flokki kvenna og var með 249,72 Sinclair stig að meðaltali í þeim fjórum mótum sem hún keppti á.

Lyftingakarl ársins: Andri Gunnarsson (f. 1983), Lyftingafélagi Garðabæjar. Andri er stigahæsti lyftingamaður ársins en þeim árangri náði hann á Íslandsmeistaramótinu 2015 þegar hann snaraði 150kg og jafnhenti 180kg í +105kg flokki. Það er þyngsta jafnhending og samanlagði árangur Íslendinga undanfarin 10 ár.

Lyftingasambandið veitti einnig í annað skipti verðlaun til bestu ungmenna (20 ára og yngri) í karla- og kvennaflokki.

Ungmenni ársins (karlaflokkur): Guðmundur Högni Hilmarsson (f. 1996), Lyftingafélagi Reykjavíkur. Guðmundur Högni var stigahæstur pilta 20 ára og yngri og næst hæstur karla á árinu. Bestum árangri náði hann þegar hann snaraði 125kg og jafnhenti 158kg á Smáþjóðaleikunum sem tryggði honum bronsverðlaun í stigakeppni mótsins. Hann varð Norðurlandameistari unglunga í -85kg flokki og í 14. Sæti á EM unglunga í -85kg flokki. Hann setti 8 Íslandsmet í flokki fullorðinna þar af í jafnhendingu bæði í -85kg og -94kg flokki, auk 16 Íslandsmeta í öllum greinum í -85kg og -94kg flokki unglunga (20 ára og yngri).

Ungmenni ársins (kvennaflokkur). Lilja Lind Helgadóttir (f. 1996), Lyftingafélagi Garðabæjar. Hún varð stigahæst kvenna 20 ára og yngri þegar hún lyfti 80kg í snörun og 97kg í jafnhendingu á Kaupmannahafnarleikunum. Hún varð Norðulandameistari í unglungaflokkum 3. Árið í röð og í 10. Sæti á HM 20 ára og yngri í -75kg flokki. Setti Íslandsmet í -75kg flokki unglunga og fullorðinna í öllum greinum.