

Ársskýrsla Lyftingasambands Íslands

Starfsár 2017-2018



1. Stjórn LSÍ 2017-2018

Ársping Lyftingasambandsins var haldið þann 11. mars í höfuðstöðvum Íþróttasambands Íslands að Engjavegi 6. Nokkrar breytingar urðu á stjórninni en Ásgeir Bjarnason var endurkjörinn formaður til eins árs. Út úr stjórn fór Árni Björn Kristjánsson sem hlaut silfurmerki ÍSÍ að launum á þinginu fyrir starfs sitt í þágu LSÍ. Hildur Grétarsdóttir sem hefur verið gjaldkeri sambandsins síðustu 2 ár fór einnig úr stjórn ásamt þremur varamönnum: Lárusi Pál Pálssyni, Vilhelm Patrick Bernhöft og Jakobi Daníel Magnússyni. Öllum er þeim þakkað góð störf. Inn í stjórn komu: Katrín Erla Bergsveinsdóttir, Erna Björk Kristinsdóttir og inn í varastjórn: María Rún Þorsteinsdóttir, Rúnar Kristmannsson og Jakobína Jónsdóttir. Stjórn LSÍ var því svo skipuð:

Formaður: Ásgeir Bjarnason

Varaformaður: Ingi Gunnar Ólafsson

Gjaldkeri: Katrín Erla Bergsveinsdóttir

Ritari: Stefán Ragnar Jónsson

Meðstjórnandi: Erna Björk Kristinsdóttir

Varastjórn: Grétar Skúli Gunnarsson, María Rún Þorsteinsdóttir, Rúnar Kristmannsson og Jakobína Jónsdóttir.

2. Leiðari Fráfarandi Formanns

Undirritaður vill byrja á að þakka þeim sem hafa lagt hönd á plóg í starfi lyftingasambandsins á meðan á formennsku hefur staðið síðastliðin þrjú ár. Lyftingasamband Íslands hefur vaxið vel á síðustu árum og auðvelt er að horfa á jákvæðu hlutina líkt og fjölda þátttakenda á mótum og sérstaklega mikla aukningu á þátttakendum undir 20 ára aldri. Einnig hefur Íþrótt og Ólympíusamband Ísland staðið þétt við bakið á sambandinu og kórónast það í auknum styrkjum á starfsárinu 2018-2019.

Stoðir sambandsins halda áfram að styrkjast og var framkvæmdastjórastaðan sem Hjördís Ósk var ráðin í á árinu 2017 vel heppnuð tilraun til að reyna að gera starfið sjálfbærara og mun sú staða vonandi styrkjast á næstu árum. Það er hins vegar umhugsunarvert hversu erfiðlega gengur að fá einstaklinga til að starfa og þá sérstaklega dæma á mótum. Það skýrist að hluta til í að starf innan félaganna er ekki nægilega sterkt og hefur því mikil ábyrgð varðandi mótahald hvílt á sambandinu. Jafnvel hafa aðilar á síðustu árum tekið sæti í stjórn og varastjórn án þess að mæta svo mikið sem á einn fund á tímabilinu og þá eru þeir að sjálfsögðu afsakaðir sem búa í öðrum landshlutum. Það er mín von að sú stjórn sem tekur nú til starfa nái að leysa það vandamál bæði að auka virkni í starfi innan stjórnar, félaga sem og þátttöku í sjálfbærastarfi á mótum.

Alþjóðlega hefur lyftingasambandið aukið gríðarlega þátttöku sína á síðustu árum og eiga þeir þjálfarar sem gefið hafa vinnu sína í að fara út á mót með keppendum sérstakt hrós skilið, þar fremstur í flokki Ingi Gunnar Ólafsson. Það er mikilvægt að reyna að nýta þá reynslu sem orðið hefur til á síðustu árum til undirbúnings við þátttöku á Ólympíuleikunum 2020 og 2024 sem að mínu

persónulega mati ætti að vera æðsta takmark lyftingasambandsins, þ.e. að eiga íþróttamenn á ólympíuleikum.

Það hefur gustað hressilega um alþjóðalyftingasambandið (IWF) á síðustu árum og hefur alþjóðaólympíusambandið (IOC) sett mikla pressu á IWF að koma skikk á sína íþróttamenn varðandi misnotkun á lyfjum. Út frá jafnræðisreglu þá hafa kröfur aukist til muna varðandi svokallað whereabouts kerfi (ADAMS) og undanþágur á lyfseðilsskyldum efnum (TUE) og er svo komið að íþróttamenn geta auðveldlega verið dæmdir í bann frá þátttöku í mótum og iðkun íþróttarinnar ef ekki er allt 100% klárt varðandi þessi mál bæði gagnvart ÍSí en líka IWF og hefur undirritaður þurft að eyða töluverðum tíma á síðustu árum í að fá undanþágur vegna þess að hlutir voru ekki fylltir út rétt eða á réttum tíma.

Að lokum vil ég segja að ég er stoltur af því starfi sem ég hef unnið fyrir sambandið, ég er einna stoltastur af afreksgagnagrunni sambandsins en líka að því sem ég vona að verði styrkar stoðir fyrir frekari afrek íslenskra lyftingakarla og kvenna í framtíðinni.

Ásgeir Bjarnason, Formaður LSÍ (2015-2018)

3. Starfsárið 2017-2018

Starfsárið 2017-2018 var til marks um áframhaldandi fjölgun iðkenda og auknar vinsældir ólympískra lyftinga á Íslandi. Góð þáttaka var á þeim mótum sem LSÍ stóð fyrir og fjöldi Íslandsmeta ber vott um ánægjulega aukningu á getu keppenda auk þess sem breiddin er stöðugt að aukast. Íslendingar áttu einnig fulltrúa á mörgum alþjóðlegum mótum svo sem HM, EM, og í fyrsta sinn EM og HM ungmenna 17 ára og yngri. Í ljósi aukinna umsvifa var ráðinn framkvæmdastjóri á síðasta ári í hlutastarf (20%), Hjördís Ósk Óskarsdóttir, og hefur það haft í för með sér aukna skilvirkni í starfi sambandsins.

Afrekslega séð er 2017 eitt allra besta ár í sögu íslenskra lyftinga. Þuríður Erla Helgadóttir kórónaði glæsilegt ár með því að verða í 10.sæti í 58kg flokki á Heimsmeistaramótinu sem fram fór í Kaliforníu um mánaðarmótin nóvember-desember. Þá náði Katla Björk Ketilsdóttir þeim frábæra árangri að lenda í 5.sæti í 63kg flokki á Evrópumeistaramóti ungmenna (U17) sem fram fór í Kosovo í september en hún keppti einnig á Heimsmeistaramóti U17 ára í Tælandi í apríl. Andri Gunnarsson bætti Íslandsmetin í yfirþungavigt þegar hann endaði í 17.sæt á Evrópumeistaramótinu sem haldið var í Króatíu í apríl.

Mótahald innanlands heldur áfram að dafna, lyftingakeppni RIG-leikanna hefur fest sig í sessi og er fastur liður í sjónvarpsdagskrá frá leikunum. 2018 var lyftingakeppnin í þriðja sinn haldin í Laugardalnum sem gerir íþróttina sýnilegri og tekist hefur að skapa þar glæsilega umgjörð um mótið. Lyftingar voru aftur á meðal keppnisgreina á Unglingalandsmóti UMFÍ sem haldið var í Egilsstöðum um verslunarmannahelgina, er það ánægjuleg nýbreytni og unnið er að því að framhald verði þar á. Þrátt fyrir grósku í mótahaldi hefur reynst nokkuð erfitt að fá dómara til starfa sem sýnir þörfina fyrir fleiri dómaranámskeið og að hlúa þarf vel að þeim sjálfbóðaliðum sem kjósa að verja tíma sínum í störf tengdum ólympískum lyftingum

Íslenskt lyftingafólk var virkt í alþjóðlegu samstarfi, Íslenskir þjálfarar sóttu fræðsluráðstefnur á vegum Evrópska lyftingasambandsins (EWF), 5 íslensk ungmenni ásamt þjálfarum sóttu æfingabúðir á

vegum EWF sem haldnar voru í Lettlandi í ágúst og 8 íslensk ungmenni ásamt þjálfurum sóttu æfingabúðir sem haldnar voru í Finnlandi á vegum Lyftingasambands Norðurlanda í janúar 2018.

LSÍ hlaut árið 2017 1.300.000 kr styrk úr Afrekssjóði ÍSÍ til Landsliðsverkefna, 1.000.000kr fyrir þáttöku kvennalandsliðs á Evrópu- og Heimsmeistaramóti, 100.000kr til eflingar fagteymis fyrir afrekshópa og 200.000kr fengust við seinni úthlutun úr sjóðnum í október. Með auknu fjármagni í Afrekssjóð ÍSÍ hefur verið ráðist í talsverða endurskipulagningu á starfi hans og hafa sérsamböndin verið flokkuð í A, B og C flokka. Lyftingasambandið er flokkað sem stendur sem C samband og er mikilvægt að vinna í því að sambandið komist upp um flokk en þær skilgreiningar eru líklega fremur skipulagslegar heldur en afrekslegar. Styrkurinn fyrir árið 2018 hljómar upp á 1.950.000kr sem er ánægjuleg aukning og mun nýtast til landsliðsverkefna á árinu auk áframhaldandi uppbyggingar fagteymis.

2018 er spennandi ár fyrir Lyftingasamband Íslands en krefjandi verkefni býða þess á árinu. Smáþjóðaleikarnir í ólympískum lyftingum verða haldnir hérlandis í lok apríl og Norðurlandamótið 2018 verður haldið hér í lok september. Það er því þörf á öflugu og samhentu átaki til að gera þessi mót sem glæsilegust og sambandinu til sóma.

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 sjálfböðavinnu og ekki væri mögulegt að halda uppi svo góðu og öflugu starfi ef ekki væri fyrir þessa aðkomu margra góðra einstaklinga.



3.1 Afreksstefna

Afreksstefna sambandsins er undir stöðugri endurskoðun og er ný afreksstefna til ársins 2020 í vinnslu en tekur hún mið af stefnunni fram að næstu Ólympíuleikum. Vinnan hefur tafist nokkuð þar sem IWF er að vinna að breytingum á þeim skilyrðum sem keppendur þurfa að uppfylla til að fá keppnisrétt á Ólympíuleikunum 2020. Í nefnd sem hefur endurskoðað og mun leggja fram nýja afreksstefnu eru Ásgeir Bjarnason, Árni Freyr Bjarnason og Ingi Gunnar Ólafsson.

3.2 Ný lyftingafélög

Tvö ný félög bættust við á árinu 2017. Lyftingafélag Austurlands sem staðsett er í Crossfit Austur á Egilsstöðum og þá var Lyftingafélag UMF Selfoss endurvakið en það mun hafa aðstöðu í Sportstöðinni á Selfossi. Lyftingafélag Austurlands var mótshaldari á ungingalandsmóti UMFÍ sem fram fór á Egilsstöðum, þeir hafa einnig fengið lánsett frá sambandinu með 1KK og 1KVK stöng

3.3 Kosningaþing Alþjóðalyftingasambandsins

Ásgeir Bjarnason formaður LSÍ sótti kosningaþing IWF sem fram fór í Bangkok, Tælandi 29.-30.maí þar sem dr. Tomas Ajan var endurkjörinn formaður eftir harða baráttu við Ítalann dr. Antonio Urso.

Kosningar fara fram á fjögurra ára fresti innan alþjóðasambandsins og er flug greitt fyrir einn fulltrúa hvers sambands og hóteldgisting að hluta.

3.4 Cat 1 Dómararéttindi

Lárus Páll Pálsson var fyrstur Íslendinga til að hljóta Cat 1 dómararéttindi í lyftingum en hann gekkst undir próf á Evrópumeistaramóti ungmenna sem fram fór í Phristina, Kososvo dagana 23.-

29.september. Lárus Páll hefur því réttindi til að dæma á öllum mótum en cat 1 réttindi þarf til að starfa á Heimsmeistaramótum og Ólympíuleikum. Áður hafði Lárus Páll Pálsson lokið cat. 2 alþjóðadómaraprófi á Norðurlandameistaramótinu 2013.

3.5 Dómaranámskeið

Dómaranámskeið var haldið 12.-13.ágúst 2017 undir öruggri leiðsögn hins margreynda dómara Taisto Kuoppala frá Finnlandi. 10 luku prófi, þau Árni Björk Kristjánsson (LFG), Einar Ingi Jónsson (LFR), Arnór Gauti Haraldsson (LFH), Daníel Askur Ingólfsson (LFH), Árni Steinarsson (Selfoss), Aníta Líf Aradóttir (LFG), Freyja Mist Ólafsdóttir (LFR), Inga Huld Ármann (LFK), Hjördís Ósk Óskarsdóttir (LFG) og Kristín Jakobsdóttir (Ármann). Lyftingasambandið óskar þeim til hamingju hlakkar til að njóta starfskrafta þeirra í framtíðinni.

Erna Héðinsdóttir, cat 2 dómari, sótti námskeið á vegum Evrópska Lyftingasambandsins (WF) í Slagelse, Danmörku 9.-10.mars 2018.

3.6 Æfingabúðir EWF 2017

Veigar Ágúst Hafþórsson (LFH), Matthías Abel Einarsson (Hengill), Jóel Páll Viðarsson (KFA), Brynjar Ari Magnússon (LFH) og Hrafnhildur Finnbogadóttir (LFK) ásamt þjálfurunum Magnúsi B. Þórðarsyni (LFH) og Þorbergi Guðmundssyni (KFA) sóttu æfingabúður sem Evrópska Lyftingasambandið (EWF) hélt fyrir 17 ára og yngri í Lettlandi 14.-19.ágúst 2017

3.7 Æfingabúðir NTF 2018

Veigar Ágúst Hafþórsson (LFH), Matthías Abel Einarsson (Hengill), Brynjar Ari Magnússon (LFH), Róbert Þór Guðmarsson (LFH), Hrafnhildur Finnbogadóttir (LFK), Birta Líf Þórarinsdóttir (LFR), Álfrún Tinna Guðnadóttir (LFR) og Marsibil Hera Víkingsdóttir (LFR) ásamt þjálfurunum Magnúsi B. Þórðarsyni og Freyju Mist Ólafsdóttur (LFR) sóttu æfingabúður sem Lyftingasamband Norðurlanda (NTF) hélt fyrir 13-18 ára í Rovaniemi, Finnlandi, 25.-28.janúar 2018.

3.8 EWF Scientific seminar

Ingi Gunnar Ólafsson (UMFN) og Grétar Skúli Gunnarsson (KFA) sóttu þjálfunarráðstefnu á vegum EWF sem haldin var í Róm, Ítalíu 2.-4.febrúar 2018

for weightlifting sport) en akademían mun hafa aðsetur í Róm.

Á árinu 2017 fóru Haraldur Björn Sigurðsson (Ármann) og Eyþór Einarsson (UMFN) á slíka ráðstefnu í Kosice í Slóvakíu.

3.9 Mót 2017-2018

Mótahald var með miklum ágætum og er umgjörð lyftingamóta hérlendis sífellt að verða betri. Alls kepptu 149 manns á árinu 2017, fleiri en nokkru sinni fyrr og er það 17% aukning frá fyrra ári, 81 karl og 68 konur. Sú jákvæða þróun hefur átt sér stað að hlutur ungs keppnisfólks er stöðugt að aukast. Riflega helmingur (53%) keppenda árið 2017 var undir tvítugu eða 79, 43 piltar og 36 stúlkur. Eftirtekt vekur að 30 keppendur 15 ára og yngri kepptu á mótum LSÍ á árinu 2017.

3.9.1 Mót Innanlands

Meistaramót UMSK var haldið í Sporthúsinu Kópavogi þann 23.apríl. Mótið var opið og mættu 27 keppendur til leiks. Árni Rúnar Baldursson (Hengli) var stigahæstur karla með 294 sinclair stig en Álfrún Ýr Björnsdóttir (LFH) stigahæst kvenna með 203,1 sinclair stig.

Sumarmótið 2017 fór fram í húsakynnum Crossfit XY þann 10.júní. 39 keppendur mættu til leiks, Einar Ingi Jónsson (LFR) varð stigahæstur karla með 339,1 sinclair stig og Aníta Líf Aradóttir (LFG) stigahæst kvenna með 241,7 sinclair stig.

Akureyrarmótið í Lyftingum var haldið í húsakynnum KFA á Akureyri þann 1.júlí. Þrír keppendur mættu til leiks og varð Ingólfur Þór Ævarsson (KFA) þeirra stigahæstur með 310,4 sinclair stig eftir harða keppni við Árna Rúnar Baldursson (Hengli) sem hlaut 310,0 sinclair stig.

Unglingalandsmót UMFÍ var haldið á Egilsstöðum þann 6.ágúst, mótið er fyrir 18 ára og yngri og sett upp þannig að hægt væri að mæta og prófa og kynnast þannig íþróttinni. Alls kepptu 19 á mótinu og voru flestir að stíga sín fyrstu spor á lyftingapallinum. Keppt var í tveimur flokkum, 11-14 ára og 15-18 ára. Stigahæstu pilta 11-14 ára varð Brynjar Ari Magnússon (LFH) með 192,3 sinclair stig en stigahæstur pilta 15-18 ára varð Jóel Páll Viðarsson (KFA) með 207,6 sinclair stig. Steina Björg Ketilsdóttir (UMFN) varð stigahæst stúlkna 11-14 með 72,8 sinclair stig en Katla Björk Ketilsdóttir (UMFN) varð stigahæst stúlkna 15-18 ára með 195,9 sinclair stig.

Íslandsmót unglinga (U20 og U17) var haldið í húsakynnum Crossfit Reykjavík þann 9.september og mættu 39 keppendur til leiks sem var vonum framar. Birna Aradóttir (LFR) varð stigahæst stúlkna U20 með 212,8 sinclair stig en Katla Björk Ketilsdóttir (UMFN) stigahæst U17 með 205,2 sinclair stig. Stigahæstur pilta U20 varð Arnór Gauti Haraldsson (LFH) með 309,5 sinclair stig en Veigar Ágúst Hafþórsson (LFH) stigahæstur U17 með 257 sinclair stig.

Haustmót LSÍ var haldið í Hveragerði dagana 14. og 15.október með þáttöku 34 keppenda. Stigahæstur karla varð Bjarmi Hreinsson (LFR) með 322,6 sinclair stig og stigahæst kvenna varð Freyja Mist Ólafsdóttir (LFR) með 226,4 sinclair stig.

Jólamót LSÍ var haldið í Crossfit Granda helgina 16. og 17. desember. Alls mættu 50 keppendur til leiks sem gerir þetta fjölmennasta mót ársins. Stigahæstur karla varð Einar Ingi Jónsson (LFR) með 350,1 sinclair stig en hann setti glæsileg ný Íslandsmet í 77kg flokki er hann snaraði 118kg og jafnhendi 152kg eða 270kg samanlagt. Stigahæst kvenna varð Aníta Líf Aradóttir (LFG) með 234,4 sinclair stig.

RIG fór fram í glæsilegri umgjörð í Laugardalshöllinni 28.janúar og að venju var stigahæstu keppendum undanfarin 2 ár boðin þáttaka auk sterkra erlendra keppenda. Stigahæstur karla varð Einar Ingi Jónsson (LFR) með 342,3 sinclair stig en hann setti nýtt Íslandsmeti í snörun í 77kg flokki er hann lyfti 119kg, annar varð Bjarmi Hreinsson (LFR) með 335,5 sinclair stig og Finninn Jere Johansson þriðji með 334,2 sinclair stig. Í kvennakeppninni sigraði Þuríður Erla Helgadóttir (LFK) með 255,5 sinclair stig en Saara Leskinen frá Finnlandi varð önnur með 239,8 sinclair stig og Aníta Líf Aradóttir (LFG) þriðja með 220,4 sinclair stig.

Íslandsmótið 2018 var haldið í Mosfellsbæ 17. febrúar. 36 keppendur mættu til leiks frá 7 félögum. Stigahæstur karla varð Bjarmi Hreinsson (LFR) með 332,4 sinclair stig en hann bætti Íslandsmetið í jafnhendingu í 94kg flokki er hann lyfti 161kg. Stigahæst kvenna varð Birna Aradóttir (LFR) með 231,6 sinclair stig en hún stórbætti sig og setti Íslandsmet U20 í 63kg flokki með 80kg í snörun og 90kg í jafnhendingu eða 170kg samanlagt.

3.9.1.1 Liðabíkar LSÍ

Liðabíkar LSÍ var haldinn í þriðja sinn árið 2017 og var eins og áður stigakeppni milla félaga á Sumarmótinu, Haustmótinu og Jólamótinu. LFG sigraði í Liðakeppninni með 138 stig eftir harða keppni við LFR sem hlaut 116 stig, LFK endaði í þriðja sæti með 75 stig.

3.9.1.2 Íslandsmeistari liða

Í fyrsta sinn á árinu 2018 var keppt um titilinn Íslandsmeistari liða en hann hlýtur stigahæsta félag á Íslandsmeistaramótinu. Það var LFK sem sigraði með 47 stig en LFR varð í örðu sæti með 40 stig og LFG í því þriðja með 27 stig.

3.9.2 Mót Erlendis

Þuríður Erla Helgadóttir (Ármann) og Andri Gunnarsson kepptu á Evrópumeistaramótinu sem fram fór í Split í Króatíu 1.-9.apríl. Þuríður endaði í 13.sæti í 63kg flokki en hún lyfti 79kg í snörun og 102kg í jafnhendingu sem gáfu henni 181kg samanlagt, Þuríður vigtaðist einungis 58,65kg eða mjög létt í 63kg flokkinn. Andri kepptu í +105kg flokki og átti frábært mót, jafnaði Íslandsmet sitt í snörun með 160kg og setti nýtt Íslandsmet í jafnhendingu, 195kg, sem gáfu honum 355kg í samanlögðu sem einnig er nýtt Íslandsmet. Andri átti mjög góðar tilraunir við 165kg í snörun og 200kg í jafnhendingu á mótinu.

Katla Björk Ketilsdóttir (UMFN) kepptu á Heimsmeistaramóti ungmenna (U17) sem fram fór í Bangkok, Tælandi 1.-11.apríl. Katla Björk endaði í 26.sæti í 58kg flokki með 69kg í snörun og 83kg í

jafnhendingu eða 152kg samanlagt. Jafnhendingin og samanlagði árangurinn voru Íslandsmet bæði í flokki U17 og U20.

Smáþjóðaleikarnir 2017 fóru fram í San Marínó 22.apríl. Ísland sendi 3 karlkeppendur og 2 kvenkeppendur en í ár var í annað skipti kvennakeppni á Smáþjóðaleikunum. Stigakeppnin fer þannig fram að samanlögð sinclair stig þessara 5 keppenda eru reiknuð saman. Ísland sigraði í stigakeppni mótsins en þetta er í fyrsta skipti síðan 1989 að Ísland ber sigur úr bítum, Maltverjar urðu í örðu sæti og heimamenn í San Marínó í því þriðja. Guðmundur Högni Hilmarsson varð stigahæstur karla á mótin en hann setti Íslandsmet í 94kg flokki í öllum lyftum er hann lyfti 134kg í snörun og 160kg í jafnhendingu sem gáfu honum 294kg í samanlögðu og 334,1 sinclair stig, Einar Ingi Jónsson (LFR) snaraði 112 og jafnhenti 142kg sem gáfu honum 254kg samanlagt og 330,6 sinclair stig, Maltverjinn Kyle Sean Micallef varð þriðji með 329,6 sinclair stig. Þriðji karlinn í Íslenska liðinu var Bjarmi Hreinsson (LFR) sem snaraði 128kg og jafnhendi 145kg. Björk Ólafsdóttir (KFA) varð stigahæst kvenna á mótinu en lyfti 80kg í snörun og 106kg í jafnhendingu eða 186kg í samanlögðu sem gáfu henni 243,8 sinclair stig. Sólveig Sigðurðardóttir (LFR) lyfti 75kg í snörun og jafnhenti 107kg eða 182kg samanlagt sem gaf 235,5 sinclair stig.

Íslendingar sendu 6 keppendur á Norðurlandamótið sem haldið var í Väsby í Svíþjóð 2. og 3.september. Tveir Norðurlandameistararitlar unnust, Aníta Líf Aradóttir (LFG) sigraði í 69kg flokki eftir hörkukeppni við norskan lyftara. Aníta snaraði 80kg en jafnhenti síðan 109kg af miklu harðfylgi sem tryggðu henni gullið með 189kg í samanlögðu. Freyja Mist Ólafsdóttir (LFR) varð Norðurlandameistari í 90kg flokki er hún lyfti 195kg samanlagt sem er Íslandsmet í flokknum. Lilja Lind Helgadóttir (LFG) endaði í 5.sæti í 69kg flokki með 166kg samanlagt. Einar Ingi Jónsson (LFR) vann til bronsverðlauna í sterkum 77kg flokki en hann lyfti 267kg samanlagt og setti Íslandsmet í jafnhendingu með 151kg. Árni Rúnar Baldursson (Hengli) lenti í 5.sæti í 77kg flokknum á sínu fyrsta alþjóðlega móti en hann lyfti 247kg samanlagt. Þá varð Ingólfur Þór Ævarsson (KFA) í 5. sæti +105kg flokki er hann lyfti samanlagt 289kg.

Katla Björk Ketilsdóttir (UMFN) keppti á Evrópumeistarmóti ungmenna (U17) sem fram fór í Pristina í Kosovo dagana 23.-30.september. Katla náði frábærum árangri í 63kg flokki þegar hún snaraði 77kg og setti með því Norðurlandamet U17 og jafnhenti 88kg sem tryggðu henni 165kg samanlagt og 5.sætið í spennandi keppni en 4kg skildu að keppendurnar í 4.-9.sæti og bar Katla svo dæmi sé tekið sigurorð af báðum fulltrúum Rússa.

6 keppendur kepptu fyrir Íslands hönd í landskeppni við Ísrael sem fram fór í Tel Aviv þann 20.október. Ísraelar báru sigur úr bítum í landskeppninni en íslensku stúlkurnar voru stigahærri en þær Ísraelsku. Þuríður Erla Helgadóttir (Ármanni) náði bestum árangri íslensku stúlkanna er hún snaraði 80kg og jafnhendi 105kg sem gáfu 185kg samanlagt eða 247,6 sinclair stig. Sólveig Sigurðardóttir (LFR) snaraði 82kg og setti síðan Íslandsmet í 75kg flokki er hún jafnhenti 107kg sem gaf einnig Íslandsmet í samanlögðu 189kg og 234,1 sinclair stig. Aníta Líf Aradóttir (LFG) lyfti 181kg samanlagt sem gaf 229,8 sinclair stig. Einar Ingi Jónsson (LFR) var stigahæstur Íslensku karlanna með 342,7 sinclair stig (117kg í snörun og 147kg í jafnhendingu, 264kg samanlagt), Daníel Róbertsson (Ármanni) lyfti í 85kg flokki 115kg í snörun og 135kg í jafnhendingu sem gáfu 250kg samanlagt og 301,7 sinclair stig og Ingólfur Þór Ævarsson (KFA) lyfti í +105kg flokki 130kg í snörun og 171kg í jafnhendingu eða 301kg samanlagt sem gaf 324,7 sinclair stig.

Norðurlandameistaramót unglunga (U17 og U20) fór fram í Pori, Finnlandi dagana 28. og 29. október og tóku 12 íslenskir keppendur þátt. Tveir Norðurlandameistararitlar unnust, Birta Hafþórsdóttir (LFG) sigraði í 75kg flokki U20 með 76kg í snörun og 90kg í jafnhendingu eða 166kg samanlagt, 4kg meira en næsti keppandi. Katla Björk Ketilsdóttir (UMFN) sigraði í 63kg flokki U17 með 73kg í snörun og 83kg í jafnhendingu eða 156kg samanlagt, 8kg á undan næsta keppanda. Arnór Gauti Haraldsson (LFH) vann til silfurverðlauna í 85kg flokki U20 en hann setti Íslandsmet unglunga í snörun með 125kg og lyfti svo 142kg í jafnhendingu eða 267kg samanlagt. Veigar Ágúst Hafþórsson (LFH) vann silfur í 94kg flokki U17 með 215kg samanlagt. Birna Aradóttir (LFR) vann silfur í 63kg flokki U20 með 162kg samanlagt. Brynjar Ari Magnússon (LFH) varð þriðji í 77kg flokki U17 með 178kg samanlagt. Hrafnhildur Finnbogadóttir (LFR) vann til bronsverðlauna í 63kg flokki U17 með 134kg samanlagt og loks varð Jón Kaldalóns Björnsson (LFR) þriðji í 77kg flokki U20 með 214kg samanlagt. Þá varð Guðmundur Juanito Ólafsson (UMFN) 4. í 85kg flokki U20, Matthías Abel Einarsson (Hengli) 5. í 62kg flokki U17, Thelma Hrunn Helgadóttir (Hengli) 5. í 63kg flokki U20 og Margrét Þórhildur Jóhannsdóttir (LFK) varð fyrir því óláni að falla úr keppni í 69kg flokki U20.

Heimsmeistaramótið 2017 fór fram í Anaheim í Kaliforníu dagana 28. nóvember-5. desember. 4 Íslendingar voru meðal keppenda, þær Þuríður Erla Helgadóttir (Ármanni), Björk Óðinsdóttir (KFA), Aníta Líf Aradóttir (LFG) og Sólveig Sigurðardóttir (LFR). Þuríður Erla keppti í 58kg flokki og náði þeim glæsilega árangri að verða í 10. sæti en hún fór með allar sínar lyftur í gegn og setti Íslandsmet í öllum greinum með 86kg í snörun og 108kg í jafnhendingu eða 194kg samanlagt. Björk keppti í 63kg flokki og endaði í 17. sæti en hún bætti einnig Íslandsmetin í öllum greinum er hún snaraði 85kg og jafnhenti 109kg sem gaf 194kg samanlagt. Sólveig og Aníta kepptu í 69kg flokki og enduðu í 14. og 15. sæti. Sólveig lyfti 82kg í snörun og 108kg í jafnhendingu eða 190kg samanlagt en Aníta lyfti 78kg í snörun og jafnhenti 104kg eða 182kg samanlagt.

3.10 Afreksgagnagrunnur sambandsins

LSÍ vill benda á vefsíðuna <http://results.isi.is> en þar eru úrslit allra móta síðustu ár auk þess sem þar er að finna uppfærð Íslandsmet allra þyngdar- og aldursflokka. Þá er hægt að finna árangur í öllum aldursflokkum á ársgrundvelli (ranking) frá árinu 2000.

3.11 Lyftingafólk ársins 2017

Lyftingakona ársins: **Þuríður Erla Helgadóttir** (f. 1991) úr Ármanni er lyftingakona ársins 2017 og er þetta þriðja árið í röð sem hún hlýtur nafnbótina. Þuríður Erla átti frábært keppnisár sem hún kórónaði með því að ná 10. sæti í -58kg flokki á Heimsmeistaramótinu sem haldið var í Anaheim í Kaliforníu. Þar setti hún Íslandsmet í öllum greinum með 86kg í snörun og 108kg í jafnhendingu eða 194kg í samantölum árangri og fór með allar 6 keppnislyfturnar sínar í gegn.

Lyftingakarl ársins: **Andri Gunnarsson** (f. 1983), Lyftingafélagi Garðabæjar, er lyftingakarl ársins 2017 en þetta er fjórða árið í röð sem hann hlýtur nafnbótina. Hann varð Íslandsmeistari 2017 og stigahæsti maður mótsins þegar hann snaraði 160kg og jafnhenti 190kg í +105kg flokki karla sem bæði voru Íslandsmet. Hann bætti síðan um betur þegar hann snaraði 160kg og jafnhenti 195kg þegar hann varð í 17. sæti á Evrópumeistaramótinu sem haldi var í Króatíu. Samanlagði árangur hans þar, 355kg, og stigaárangur er sá besti sem íslenskur karl hefur náð undanfarnir 30 ár og náði hann

með árangrinum svokölluðum Elit Pin (354kg) sem norðurlandasambandið afhendir en hann er fimmti íslenski einstaklingurinn til að hljóta nafnbótina.

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

Ungmenni ársins (karlaflokkur): **Arnór Gauti Haraldsson** (f. 1998), Lyftingafélagi Hafnarfjarðar er ungmenni ársins í karlaflokki. Arnór Gauti vann til silfurverðlauna í -85kg flokki á Norðurlandamóti unglunga sem fram fór í Pori í Finnlandi en þar setti hann einnig Íslandsmet unglunga í snörun er hann lyfti 125kg. Þá varð Arnór Gauti Íslandsmeistari unglunga í -85kg flokki og stigahæstur drengja 20 ára og yngri á mótinu. Besti árangur hans á árinu var 125kg í snörun og 142kg í jafnhendingu á NM unglunga sem tryggðu honum 267kg samanlagt og 322,2 Sinclair stig.

Ungmenni ársins (kvennaflokkur). **Katla Björk Ketilsdóttir** (f. 2000), UMFN er ungmenni ársins í kvennaflokki. Katla Björk náði þeim frábæra árangri að verða 5. í 63kg flokki á Evrópumeistaramóti Ungmenna (17 ára og yngri) sem fram fór í Kosovo. Katla Björk keppti einnig á Heimsmeistaramóti ungmenna sem fram fór í Tælandi og endaði þar í 26.sæti í -58kg flokki. Þá varð Katla Björk Norðurlandameistari 17 ára og yngri í -63kg flokki. Þá varð hún Íslandsmeistari í -63kg flokki 17 ára og yngri og stigahæst stúlkna 17 ára og yngri á mótinu. Besti árangur hennar á árinu var þegar hún snaraði nýju norðurlandameti í flokki 17 ára og yngri, 77kg og jafnhenti 88kg á EM ungmenna sem tryggðu henni 165kg samanlagt og 219,5 Sinclair stig