

Jólin 2020

49. árgangur



**Keflavík íþrótt-
og ungmennafélag**



Fréttir af félaginu 2020

Íþróttakarlar og -kona Keflavíkur 2019

Í hófi aðalstjórnar í félagsheimili félagsins þann 30. desember 2019 voru íþróttamenn deilda heiðraðir. Íþróttakarlar og -kona Keflavíkur 2019 eru Kristmundur Gíslason taekwondomaður og Eva Margrét Falsdóttir sundkona. Hverjir verða það í ár ?????

Viðurkenningar veittar á aðalfundi félagsins 2020

Gull-heiðursmerki

Keflavíkur var veitt þeim Bjarneyju S. Snævarsdóttur og Þórði Magna Kjartanssni.

Silfurmerki

var veitt Evu Björgu Sveinsdóttur. *Silfurmerki Keflavíkur er veitt fyrir 10 ára stjórnarsetu.*

Starfsbikar Keflavíkur

var veittur Guðmundi Sigurðssni.

Starfsmerki

UMFÍ var veitt Sigurþóri Sævarssni og Stefaníu S. Kristjánsdóttur.

Viðurkenningar veittar á aðalfundum deilda 2019

Gullmerki

var veitt Ólafi Birgi Bjarnasni og Bjarna Sigurðssni. *Gullmerki Keflavíkur er veitt fyrir 15 ára stjórnarsetu.*

Silfurmerki

var veitt Sigþóri Sævarssni. *Silfurmerki Keflavíkur er veitt fyrir 10 ára stjórnarsetu.*

Bronsmerki

voru veitt þeim Ágústi Páli Árnasni, Ingva Hákonarsni, Svanhildi Guðrínu Leifsdóttur, Ernu Ósk Steinarsdóttur, Jóni Oddi Guðmundssni og Þóreyju Guðnýju Marinósdóttur. *Bronsmerki Keflavíkur er veitt fyrir 5 ára stjórnarsetu.*

Íþróttastjóri Keflavíkur

Hjördís Baldursdóttir var ráðin í fullt starf á skrifstofu aðalstjórnar. Hjördís sér um samskipti við deildir félagsins og er með umsjón með skráningarkerfinu Nóra. Mikil ánægja hefur verið með störf nýs íþróttastjóra. Starf íþróttastjóra er samstarfsverkefni Keflavíkur og Reykjanesbæjar.

Kórónuveiran eða það sem er kallað Covid19

Þessi vágestur hefur komið illa við okkur eins og flest alla þjóðina og allan heiminn. Allt íþróttastarf hefur farið úr skorðum bæði fjárhagslega og íþróttalega auk margra nýrra áskorana. Flest allar deildir hafa þurft að fresta skipulögðum mótum og orðið fyrir miklum tekjumiss vegna þess. Nettómótinu var frestað um ár, úrslitakeppnin í körfu blásin af, knattspyrnan var blásin af þegar tvær umferðir voru eftir af mótinu, en okkur til mikillar ánægju voru bæði meistaraflokkur karla og kvenna búnir að tryggja sér rétt til þátttöku í efstu deild að ári. Umhverfisdagur Keflavíkur sem fyrirhugaður var í maí var frestað. Stjórnarfolk,



Aðalstjórn Keflavíkur 2020 - 2021. Ljós.: Oddgeir Karlsson.

þjálfarar og iðkendur Keflavíkur ásamt foreldrum iðkenda eiga mikið hrós skilið fyrir hvernig þeir hafa tekið á þessu öllu saman. Það er ekki að finna nein merki þess að verið sé að slaka eitthvað á heldur eru menn bjartsýnir og hafa sýnt mikla ráðdeild í öllu starfinu og horft með björtum augum til framtíðar. Deildir hafa verið í góðu sambandi við iðkendur og boðið upp á fjaræfingar. Mér er efst í huga þakklæti til allra þessara aðila fyrir hvernig þeim hefur tekist að fara í gegnum þetta allt saman og ekki má gleyma sjálfboda-liðunum.

Ný deild stofnuð Rafíþróttadeild

Stofnfundur rafíþróttadeildar var haldinn 28. október. Kjörin var ný stjórn. Arnar Már Halldórsson var kjörinn formaður.

Sideline

Aðalstjórn gerði samning við Sidelinesport og nú hafa allar deildir félagsins aðgang að kerfinu og foreldrar og iðkendur að appinu.

Allir með

Á árinu leitaði Reykjanesbær til okkar í Keflavík um aðkomu að verkefninu Allir með, sem fékk kynnt var með glæsilegri setningarathöfn í september. Verkefnið miðar að því að stuðla að jöfnum tækifærum allra til félagslegrar þátttöku í skipulögðu starfi fyrir börn og barnafjölskyldur með sérstakri áherslu á að ná til barna af erlendum uppruna. Verkefnið sem miðar að jákvæðum samskiptum, sterkri félagsfærni og vináttuþjálfun barna á aldrinum 7-15 ára. Áhersla er lögð á fræðslu, þjálfun og menntun alls starfsfólks sem starfa með börnum í Reykjanesbæ, þ.m.t. skólum, íþróttamannvirkjum, íþróttafélögum og tómsundahreyfingu. Við höfum meðal annars komið að myndbandsgerð um allar íþróttgreinar og tómsundir í bæjarfélaginu sem kynnt verður í byrjun næsta árs. Keflavík, Íþrótt og ungmennafélag er afar stolt af því að vera aðili að þessu verkefni og hefur unnið gott starf með Njarðvík og Reykjanesbæ.

43. Sambandsráðsfundur UMFÍ var fjarfundur

43. Sambandsráðsfundur UMFÍ sem átti að halda þann 23.-24. október á Geysi í Haukadal var frestað og settur var á fjarfundur 29. október á Teams. Reikningur fyrir 2019 var samþykktur og fjárhagsáætlun 2021 var einnig samþykkt. Tvær ályktanir voru samþykktar báðar til mennta- og menningarmálaráðherra, Lilju D. Alfreðsdóttur.

Innheimtu- og skráningarkerfi + vefverslun

Keflavík notar innheimtu- og skráningarkerfið Nora og er það að finna á heimasíðu okkar. Öllum deildum félagsins stendur til boða að nýta sér kerfið og eru flestar deildir að nota Nora-kerfið. Stofnuð hefur verið vefverslun og hvetjum við alla til að notfæra sér hana, sérstaklega núna fyrir jólin.

Ný heimasíða Keflavíkur

Keflavík er að endurnýja heimasíðuna í samstarfi við Dacoda. Slóðin er <http://www.keflavik.is>

Facebook síða Keflavíkur

Keflavík er með Facebook síðu fyrir félagið í heild sinni sem ber nafnið Keflavík íþrótt- og ungmennafélag en þar eru fréttir og viðburðir settir inn.

Aðalstjórn Keflavíkur íþrótt- og ungmennafélags sendir öllum bæjarbúum, félagsmönnum og öðrum velunnurum félagsins óskir um gleðileg jól og farsælt komandi ári um leið og við þökkum öllum sem lagt hafa félaginu lið á liðnum árum.

Áfram Keflavík
Einar Haraldsson
formaður Keflavíkur



Útgefandi: Keflavík íþrótt- og ungmennafélag

Ábyrgðarmaður: Einar Haraldsson • keflavik@keflavik.is, 421 3044 • Forsíðumynd: Emma Jónsdóttir, ljósmynd: Arnþór Birkisson.

Umbrot og prentun: Stapaprent ehf. • stapaprent@stapaprent.is, sími 421 4388

NETTÓ Á NETINU

- ÓDÝRT OG ÞÆGILEGT -



HVERNIG VIRKAR NETTÓ Á NETINU?



1. Raðaðu vörunum í körfu

Nú getur þú verslað hvar sem er; Með tölvunni, símanum eða spjaldtölvunni.



2. Veldu afhendingarmáta og stað

Fáðu vörurnar afhentar samdægurs - eða veldu annan tíma næstu 7 daga sem hentar betur.



3. Þú sækir eða við sendum

Þú getur sótt í verslun eða aha sendir vörurnar til þín hvort sem er heim eða í vinnuna.

NETTO.IS

KEFLAVÍK

KEFLAVÍK

Lok knattspyrnuársins 2019-2020 hjá yngri flokkum

Ellabikarinn fór að þessu sinni til Arons Arnar Hákonarsonar í 3. flokki

Þeir Kári Þorgilsson, Benóný Haraldsson, Ottó Helgason og fengu viðurkenningu fyrir störf í þágu deildarinnar, þá sérstaklega dómaraströf.

Óhætt er að segja að árið 2020 hafi verið óvenjulegt og þar á meðal var lokahófið hjá yngri flokkum Keflavíkur í knattspyrnu. Ekki var hægt að halda okkar hefðbundna lokahóf með tilheyrandi gleði og samveru. Þess í stað fengu iðkendur allir í 7. og 6. flokks 2019-2020 verðlaunapening sem merktur var Sannur Keflvíkingur á knattþrautadegi sem haldinn var í lok október síðastliðinn. Mældist það sérstaklega vel fyrir en verðlaunapeningurinn kom í stað hefðbundins viðurkenningskjal. Verðlaunahöfum 3. - 5. flokks var safnað saman sömu helgi þar sem viðurkenningar voru afhentar við óhefðbundnar aðstæður.

Ellabikarinn var veittur í fimmta sinn til minningar um Elís Kristjánsson heitinn sem var þjálfari hjá Keflavík til margra ára við einstaklega góðan orðstýr. Bikarinn fór að þessu sinni til Arons Arnar Hákonarsonar í 3. flokki sem lenti í miklu mótlæti í sumar þegar hann lenti í alvarlegu slysi. Aron Örn sýndi aðdáunarverða ró og jákvæðni í þessari baráttu sem kom honum aftur á fótþolavöllinn í lok sumars, mun fyrir en vonir stóðu til í upphafi.

Eins og hjá mörgum félögum þá gengur stundum illa að fá félagsmenn til þess að dæma leiki fyrir Keflavík. Þetta árið fengu þeir Benóný Haraldsson, Ottó Helgason og Kári Þorgilsson sérstaka viðurkenningu fyrir störf í þágu félagsins, þá sérstaklega dómaraströf. Hvetjum við iðkendur og aðra félagsmenn til þess að dæma fyrir félagið, bæði til þess að skilja leikinn betur og ekki verra að fá nokkrar krónur fyrir.

Hér fyrir neðan má sjá lista yfir verðlaunahafa tímabilsins 2019-2020.

Viðurkenningar - stúlkur

5. flokkur yngra ár

Mestu framfarir
Thelma Sif Róbertsdóttir
Besti félaginn
Sylvía Rún Tryggvadóttir
Leikmaður ársins
Steinnun Kara Jónasdóttir

5. flokkur eldra ár

Mestu framfarir
Ásdís Lilja Guðjónsdóttir
Besti félaginn
Brynja Arnarsdóttir
Leikmaður ársins
Alma Rós Magnúsdóttir

4. flokkur yngra ár

Mestu framfarir
Thelma Helgadóttir
Besti félaginn
Salóme Kristín Róbertsdóttir
Leikmaður ársins
Hanna Gróa Halldórsdóttir

4. flokkur eldra ár

Mestu framfarir
Þórunn Anna Einarsdóttir
Besti félaginn
Aldís Ögn Arnardóttir
Leikmaður ársins
Watan Amal Fidudóttir

3. flokkur - yngra ár

Mestu framfarir
Kolbrún Saga Þórmundsdóttir
Besti félaginn
Elfa Karen Magnúsdóttir
Leikmaður ársins
Anita Bergrán Eyjólfsdóttir

3. flokkur - eldra ár

Mestu framfarir
Gyða Dröfn Davíðsdóttir
Besti félaginn

Hafðís Birta Hallvarðsdóttir
Leikmaður ársins
Irma Rún Blöndal

Allir flokkar

Mestu framfarir
Lilja Þorsteinsdóttir
Besti félaginn
Helga Vigdís Thordersen
Besti markvörður
Anna Arnarsdóttir
Besti varnarmaður
Watan Amal Fidudóttir
Besti miðjumaður
Gyða Dröfn Davíðsdóttir
Besti sóknarmaður
Alma Rós Magnúsdóttir
Besti leikmaðurinn
Anita Bergrán Eyjólfsdóttir

5. flokkur yngri

Mestu framfarir
Hjörtur Ingi Þorvaldsson og Esekíel Elí Anítuson
Besti félaginn
Árni Þór Pálmason
Leikmaður ársins
Emil Gauti Haraldsson

5. flokkur eldri

Mestu framfarir
Ásgeir Elí Gunnarsson
Besti félaginn
Tómas Aron Emilsson
Leikmaður ársins
Amir Maron Ninir

4. flokkur yngri

Mestu framfarir
Viktor Árni Traustason
Besti félaginn
Hlynur Þór Einarsson
Leikmaður ársins
Jóhann Elí Kristjánsson

4. flokkur eldri

Mestu framfarir
Alex Þór Reynisson
Besti félaginn
Andrés Kristinn Haraldsson
Leikmaður ársins
Alexander Guðni Svavarsson

3. flokkur yngri

Mestu framfarir
Kristófer Máni Önundarson
Besti félaginn
Kári Þorgilsson
Leikmaður ársins
Óskar Örn Ólafsson

3. flokkur eldri

Mestu framfarir
Óliver Andri Einarsson
Besti félaginn
Jökull Ingi Kjartansson
Leikmaður ársins
Valur Þór Hákonarson

Allir flokkar

Mestu framfarir
Þórir Guðmundsson
Besti félaginn
Sæþór Elí Bjarnason
Besti markvörður
Guðjón Snorri Herbertsson
Besti varnarmaður
Axel Ingi Jóhannesson
Besti miðjumaður
Stefán Jón Friðriksson
Besti sóknarmaður
Róbert Ingi Njarðarson
Besti leikmaðurinn
Stefán Jón Friðriksson



3. flokkur drengja eldri



3. flokkur stúlkna ásamt nokkrum af bestu leikmönnum stúlkna



3. flokkur drengja yngri



4. flokkur drengja



4. flokkur flokkur stúlkna



5. flokkur drengja



5. flokkur flokkur stúlkna



Bestu leikmenn drengja



Við erum stolt af þeim árangri *sem við höfum náð í gegnum tíðina*

Árið 2020 hefur verið skrítið ár fyrir alla heimsbyggðina og ekki síst íþróttahreyfinguna. Ár sem einkennist af sveiflukenndum æfingaáætlunum og mótum. Keppnisferðum var frestað og æfingar voru framkvæmdar heima í stofu.

Í byrjun árs var Reykjavík International Games haldið og þar voru Keflvíkingar í efstu sætum líkt og hefur verið síðustu ár. Keflvíkingar unnu alla flokka í bardaga sem þeir kepptu í. Keflavík var með næstbesta árangur allra félaga á eftir Aftureldingu og Ágúst Kristinn Eðvarðsson var valinn karl keppandi mótsins eftir glæsilega frammistöðu.

Tveir Keflvíkingar kepptu á Norðurlandamóttinu sem haldið var í Noregi í byrjun árs. Það voru þeir Andri Sævar Arnarsson og Ágúst Kristinn Eðvarðsson sem báðir hafa unnið til fjölda verðlauna erlendis í gegnum tíðina. Andri Sævar náði að landa bronsverðlaunum á þessu sterka og fjölmenna móti.

Annað Bikarmótið í Bikarmótaráð Taekwondo-samband Íslands var haldið í febrúar. Keflvíkingar skórtuðu frábæru liði og unnu m.a. til 22ja gullverðlauna.

Kristmundur Gíslason keppti á Presidents Cup sem er eitt stærsta stigamótið sem haldið er í Evrópu á hverju ári. Hann náði því miður ekki að landa verðlaunum en barðist mjög vel.

Kristmundur og Andri voru svo skráðir til keppni á Belgian Open stigamóttinu sem átti að vera í mars. Móttinu var aflýst með tveggja daga fyrirvara vegna Covid og fóru þeir því aldrei á mótið. Þar með var komin af stað bylgja af Covid um heiminn og nánast öllum mótum var aflýst og þar á meðal Ólympíuleikunum 2020. Engin önnur mót voru á Íslandi á árinu og þar á meðal var Íslandsmótum og úrslita Bikarmótum frestað.

Við lok ársins var árangur Bikarmótaraðarinnar þannig að Keflvíkingar unnu bæði form og bardaga í lægri belta flokkunum með yfirburðum. Keflvíkingar urðu í 2. sæti í bardaga í hærri beltaflokkum og í 3. sæti í formum í hærri beltaflokkum. Það sýnir að það er gífurlega öflugur hópur iðkenda að koma upp sem mun vonandi gera góða hluti fyrir Keflavík á komandi árum.

Eftir að Covid skall á af fullum krafti í vor þurfti að leggja af íþróttastarf um landið á tímabili. Þjálfarar Taekwondo deildar Keflavíkur brugðu á það ráð að búa til fjarþjálfunarferli fyrir alla iðkendur deildarinnar. Þjálfarar hittust á netfundum viku-



lega og skipulögðu sig. Allir hópar fengu úthlutad þjálfara og fengu heimaæfingar í gegnum XPS æfingaforritið. Þá voru þjálfaranir með ZOOM æfingar fyrir hópana og auk þess var boðið upp á ókeypis einkaþjálfun í gegnum netið svo iðkendur gátu haldið sér við og fengið persónulega þjónustu. Þá fengu iðkendur og fjölskyldur þeirra áskoranir og æfingar til að gera og það voru líka keppnir þar sem hægt var að vinna til verðlauna. Það var ótrúlega gaman að sjá hversu virkir iðkendur voru að gera æfingarnar sínar og líka hvað fjölskyldur voru duglegar að hjálpa til og vera með.

Þegar slakað var á takmörkunum með vorinu þá var hægt að byrja æfingar aftur. Það var svo gaman að sjá alla koma aftur og hitta fólkið á æfingu. Hægt var að halda lítil æfingamót innan hópanna og þar á meðal var haldið mót í KidFit og TeenFit þar sem iðkendur kepptu í hreystiaefingum. Anton Vyplel vann yngri hópinn og Jón Ágúst Jónsson vann þann eldri. Ekki var hægt að halda mót eða lokahóf eins og venjan hefur verið og því fengu allir hópar sínar eigin æfingabúðir og lokahóf, þar sem var farið eftir öllum reglum sóttvarna.

Sumarnámskeið deildarinnar voru mjög vel sótt og öll námskeið sumarsins fylltust líkt og hefur verið síðustu sumur, þrátt fyrir að bætt hafi verið við námskeiðum.

Haustið byrjaði af krafti og allir barnahópar fylltust í fyrstu viku og þurfti að setja á biðlista.

KidFit og TeenFit æfingarnar hjá okkur eru mjög vinsælar. Það er alþjóðlegt kerfi fyrir styrktar og þrekþjálfun. Þar er lagt mikið uppúr að byggja góðan karakter og stigvaxandi erfiðleikastig æfinga. Í haust gerðist það að iðkandi hjá okkur, Andri Sævar Arnarsson náði þeim merka áfanga að komast á efsta stig í kerfinu. Iðkendur eru í lita merktum bolum og Andri náði erfiðasta bolnum sem er í "camo" lit eða hermannaalit. Það þarf gífurlega mikinn styrk og aga til að komast





svo langt enda eru æfingarnar gífurlega erfiðar.

Við í Taekwondo deild Keflavíkur látum ekki deigan síga. Þrautseigja er eitt af aðal gildum taekwondo og það bólar ekkert á uppgjöf hjá okkur. Við munum finna lausnir til að æfa og bæta okkur þrátt fyrir heimsfaraldur. Ávallt förum við eftir fyrir mælum sóttvarna og gerum okkar besta við að halda okkur heilbrigðum á sama tíma. Við hlökkum mikið til að geta farið að æfa með vinum okkar úr öðrum félögum og löndum og sækja móttin aftur en þangað til þá getum við lofað ykkur því að við erum hvergi hætt.

Taekwondo deildin fagnar 20 ára afmæli

Taekwondo deild Keflavíkur byrjaði æfingar haustið 2000 í kjallara sundmiðstöðvarinnar. Byrjað var með 2 hópa og Ari Normandy Del Rosario sá um æfingar með aðstoð þjálfara úr Reykjavík. Iðkendur stóðu sig vel á æfingum og mótum og sýndu mikinn metnað. Snemma fóru þeir að vekja athygli á landsvísi sem og erlendis. Fjöldi þjálfara hjálpuðu við uppbyggingu deildarinnar. Iðkenda-fjöldi var fyrstu árin um 30 - 40. Árið 2005 tók Helgi Rafn Guðmundsson svartbeltispróf en hann var fyrsti uppkomni svartbeltingur Keflavíkur. Haustið 2006 tók Helgi við sem yfirþjálfari deildarinnar. Markmið voru sett að stækka deildina og koma henni í fremstu röð á landinu. Hópum var bætt við og fleiri þjálfarar fóru að þjálfa þar á meðal Rut Sigurðardóttir. Jafnt og þétt jókst iðkenda fjöldi og árangur á mótum var farinn að sýna sig í röð þeirra bestu.

Stór kafla var í sögu deildarinnar þegar Keflavík náði að verða bikarmeistari árið 2008 en það var í fyrsta sinn sem lið utan Reykjavíkur hafði náð því. Keflavík átti svo eftir að raða að sér titlum þar á eftir en þar ber helst að nefna 9 bikarmeistaratitla félaga í röð og 12 Íslandsmeistaratitla félaga. Í mörg ár virtist Keflavík vera ósigrandi og það var ekki fyrr en árið 2018 sem sterkt lið Aftureldingar náði titlinum af Keflavík. Síðan þá hefur Keflavík verið í mikilli uppbyggingu og innan örfárra ára stefnum við að því að vera á toppnum aftur.

Hjá deildinni starfar virkt foreldrafélag, metn-



aðarfull stjórn, fjöldi reyndra og menntaðra þjálfara. Deildin hefur þjálfað upp 24 svartbeltinga, tvo verðlaunahafa á Evrópumótum, 8 keppendur á Heimsmeistaramótum, 15 Norðurlandameistara, íþróttamann og konu ársins í Keflavík,

Reykjanesbæ og Sandgerði mörgum sinnum og á þriðja hundrað Íslandsmeistaratitla á sínum 20 árum. Iðkendur, þjálfarar og stjórn deildarinnar vekja athygli hvert sem þeir fara fyrir faglega og nútímalega nálgun á þessa gömlu bardagalist og sibreytilegri bardagaíþrótt sem er ein sú vinsælasta í heimi. Við erum stolt af þeim árangri sem við höfum náð í gegnum tíðina og fögnum því að vera orðin stór partur af íþróttafjölskyldunni í Reykjanesbæ. Það hefur mikið vatn runnið til sjávar síðan það voru örfáir iðkendur að æfa í kjallara sundmiðstöðvarinnar en nú erum við komin í eina bestu aðstöðu á landinu á Smiðjuvöllum. Taekwondo deild Keflavíkur er hvergi nærrri hætt og við hlökkum til komandi tímabila og verkefna. Eða eins og við segjum:

“VIÐ ERUM BARA RÉTT AÐ BYRJA!”



Hugheilar óskir um gleðiríka jólahátíð og farsæld á nýju ári



Minum á dagskrá kirkjunnar um adventu og jól

Sjá nánar www.keflavikurkirkja.is

þar sem einnig eru upplýsingar um annað starf í kirkjunni.

Kirkjuvegji 25 • 230 Keflavík • Sími 420 4300 • www.keflavikurkirkja.is

26 heppnir spilarar fá

milljón í jólagjöf

1
MILLJÓN

DREGIÐ
26
DES.

HEPPNIR
26
SPILARAR

Milljólaleikurinn

26 heppnir spilarar vinna heila milljón hver, 26. desember
Þú kaupir 10 raðir eða meira í Lottó, Vikinglotto eða Eurojackpot
til að komast í pottinn. Möguleikarnir aukast með áskrift því þá
ferðu í pottinn í hverri viku þangað til við drögum!

Nánar á lotto.is

EURO
JACKPOT

viking
lotto



...síðan 1993

mærkiþrent

prentar líka á golfkúlur

Skóðuðu:

Handwritten text: *Handwritten text*

VERKFRÆÐISTOFA SUÐURNESJA

Víkurbraut 13

Verkfræðistofa Suðurnesja
óskar Suðurnesjamönnum gleðilegra jóla
og farsæls komandi árs

*Óskum Suðurnesjamönnum
gleðilegra jóla og farsæls komandi árs.
Þökkum árið sem er að líða.*

BÍlageirinn Víðurkennt
þjónustuverkstæði

BÍLAÞJÓNUSTA

Grófin 14a, 230 Reykjanesbæ, sími 4216901

Sendum viðskiptavinum og landsmönnum
öllum hugheilar jóla- og nýárskveðjur



Umhverfisvæn orkuframleiðsla í 40 ár
Njótið jólana í birtu og yl frá umhverfisvænni framleiðslu

www.hsorka.is



Jólahugvekkja

Bruce Brown þjálfaði íþróttalið í áratugi og kynntist á þeirri vegferð sinni þúsundum íþróttafólks. Út frá reynslu sinni hefur hann tekið saman þá þrettán þætti sem honum þykir einkenna afburða keppnisfólk og hér fylgir útdráttur úr grein hans. Hugleiddu þessa umræðu í jólafríinu og kannski sérðu að þó þú hafir staðið þig vel, áttu kannski eitthvað inni.

Ástriða

Ástriðan leiðir af sér innri hvatningu og drifkraft sem verða til þess að leikmaðurinn missir ekki sjónar á markmiðum þegar illa gengur. Ástriðu-fullur íþróttamaður viðheldur leikgleðinni í gegnum alla sína iðkun og skín hún í gegn sem lífskraftur, óbilandi áhugi, hollusta gagnvart liði sínu ásamt óseðjandi áhuga á að bæta sig.

Sterkur vilji

Keppnisfólk með járnvilja tapar stundum en aldrei vegna þess að viljann hefur vantað.

Pat Riley, segir: “Í hverri keppni kemur upp stund sem ákvarðar hvort liðið sigrar og hvort tapar. Hinn sanni baráttumaður skilur þessa stund og grípur hana með því að leggja fram átak af svo mikilli ákefð og ákveðni að það er ekki hægt að lýsa henni öðruvísi en svo að hún komi beint frá hjartanu”.

Núvitund

Ef þú hræðist að gera mistök, þá er hugur þinn í fortíðinni eða framtíðinni. Afburða keppnisfólk lætur liðandi stund gleypa sig - augu, huga og vöðva. Eitt af því fáa sem ekki er hægt að endurheimta er glötuð stund og glatað tækifæri. Því er mjög mikilvægt að láta ekki það sem áður hefur gerst eða á hugsanlega eftir að gerast, hafa áhrif á það hvernig þú leysir verkefni.

Andlegur styrkur

Afburða keppnisfólk lætur ekkert hafa áhrif á hugarfar sitt eða viðbrögð í keppni. Ekkert rými er fyrir afsakanir, fýlu, kvartanir eða drama af nokkurri sort. Það skilur að mistök munu alltaf verða gerð inn á milli. Keppnisfólki finnst aldrei nein ástæða nógu sterk til að gefa eftir, nema auðvitað ef um alvöru meiðsli er að ræða. Afburða keppnisfólk einbeitt sér að því sem þarf að gera og gerir það.

Stjórnun á því sem hægt er að stjórna

Afburða keppnisfólk einbeitt sér að því sem þau geta haft áhrif á. Þú getur til dæmis ekki stjórnað undirbúningi mótherjanna eða hegðun þeirra í keppninni, ákvörðunum dómara eða veðrinu og því mikilvægt að eyða ekki hugarorku eða athygli í slíkt. Leyfðu ekki heldur lokatölunum í leiknum að



ráða algjörlega hvernig þú metur það sem gerðist á meðan leiknum stóð. Þú hefur ekki alltaf stjórn á því sem gerist, en þú hefur alltaf stjórn á því hvernig þú bregst við.

Agi, sjálfsstjórn og yfirvegum

Afburða keppnisfólk fer alla leið og stígur á línuna í sprettæfingum og missir ekki af neinum leiðbeiningum frá þjálfurum. Sumir halda að reiði eða þirringur einkenni keppnismanneskju, en þar er í raun um að ræða sjálfsstjórnarleysi og tapaða orku sem gæti nýst liðinu þínu betur. Afburða keppnisfólk lætur ekki tilfinningarnar hlaupa með sig í gönur. Það er erfitt að stjórna vöðvunum ef þú hefur ekki stjórn á tilfinningunum. Muna: Eldfjall í maganum, ís í hausnum.

Hugrekki

Afburða keppnisfólk býr yfir hugrekki sem aðrir dást að. Það byggist oftast upp í gegnum skuldbindingu, seiglu og með því að sýna sterka skapgerð þegar reynir á. Þetta er fólkið sem gefur sjálfu sér loforð og stendur við þau. Hjá slíku fólki verður hugrekkið ávani og hjá þeim á óttinn erfiðara með að koma sér að. Að vera hugrakkur þýðir ekki að þú munir aldrei upplifa neitt sem er erfitt, en ljónshjartað mun hjálpa þér á slíkum stundum, við að gefast ekki upp.

Óttaleysi

Tap er menntun og skref í átt að því að verða betri. Því er ekki ástæða til að hræðast tap. Afburða keppnisfólk er alltaf að sækja að sigri í stað þess að hræðast að tapa eða að gera mistök. Þú munt gera mistök – Gerðu þau á fullri ferð, í leit að sigrinum, lærðu svo af þeim og prófaðu aftur. Passaðu þig samt á því að rugla ekki saman óttaleysi og kæruleysi.

Sjálfstraust, byggt á góðum undirbúningi

Besta leiðin til að öðlast sjálfstraust er að undirbúa sig vel. Sumir halda að mont og stríðni lýsi sjálfstrausti en oftar en ekki eru slík persónueinkenni einmitt leið til að fela skort á sönnu sjálfstrausti. Æfðu vel og af fullum krafti og vertu áskorun fyrir

liðsfélaga þína á æfingum. Það er besti undirbúningurinn. Einkenni afburða keppnisliða er oft mjög hörð barátta á æfingum en vinátta eftir að flautað er af.

Óeigingirni

Mesta eigingirni sem til er í íþróttum, er að gefa minna en maður á, þegar liðið þarf á að halda. Afburða keppnisfólk gefur alltaf 100%, alveg sama hvaða hlutverki það gegnir. Töfrar óeigingirninnar felast í því að þegar allir leggja hart að sér, þá verður enginn þreyttur. Þegar hugsunin er “við” í staðinn fyrir “ég”, þá myndast orkuflæði, sem er ein fullkomnasta upplifun íþróttamannsins.

Síðferðistyrkur í keppni

Annars konar hugrekki en talað er um ofar í greininni er síðferðislegt hugrekki. Í huga afburða keppnisfólks er það að sigra með óheidarleika ekki að sigra. Afburða keppnisfólk heiðrar leikinn sjálfan og andstæðinga sína með því að keppa innan hins sanna anda leiksins. Frægur keppnismaður eyddi engri orku í að reyna að trufla andstæðinginn í leik og sagði: “Ég vil að andstæðingur minn sé upp á sitt besta, því annars hefur sigurinn enga merkingu fyrir mér”.

Skuldbinding

Algjör skuldbinding gagnvart gildum liðsins, þjálfurum, liðsfélögum og sjálfu sér einkennir afburða keppnisfólk. Það er alltaf hægt að reiða sig á slíka leikmenn, algjörlega og án skilyrða. Auðveldast er að sjá skuldbindinguna í verkum viðkomandi, því hún snýst um að gera alltaf það sem þarf að gera. Sá sem er veikgeðja gerir ekki meira en hann kemst upp með og forðast skuldbindingu en afburða keppnisfólk hleypur á fullri ferð í áttina að henni.

Aldrei gefast upp

Afburða keppnisfólk sýnir alltaf sitt besta, jafnvel þegar engir sigurmöguleikar eru til staðar. Vilji þeirra til að gera sitt besta vikur aldrei fyrir neinu, hvort sem þau eru þreytt, veðrið er slæmt, andstæðingarnir of sterkir, dómarninn lélegur eða hvað annað. Þau hafa gefið sér það loforð að vera þannig og krefjast þess af sjálfum sér á hverjum degi. Það kemur aldrei til greina að hætta að vera grimmur eða ákveðinn.

Að lokum þetta:

Sagan er full af fólki sem náði árangri, með því að hafa bara einn grunn-hæfileika – Hæfileikann til að gefast aldrei upp.

Gleðileg jól!



5. flokkur karla

Keflavík lið 6 átti frábærar stundir á N1 mótinu sem haldið var á Akureyri í sumar. Covid litaði aðeins mótið en þó nutu strákarnir þess að vera saman, fara í sund og fá sér Brynju í svo eitthvað sé nefnt. Einstaklega mikil samstaða var innan hópsins og einkenndist spil strákanna af óeigingirni og virðingu við samherja sína og gáfust þeir aldrei upp þegar á móti blés. Ekki skemmdi fyrir

að þeim gekk mjög vel og enduðu þeir á því að spila um þriðja sætið í sínum riðli við KA í algjörum háspennuleik sem fór svo að okkar menn unnu leikinn 7-6 eftir vítaspyrnukeppni að loknum venjulegum leiktíma sem var fagnað vel og innilega áður en haldið var aftur heim á leið.

Takk fyrir okkur Akureyringar, hlökkum allir til að mæta aftur næsta sumar.

KEF 6



*Óskum viðskiptavinum
gledilegra jóla og farsæls árs.
Þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða.*

Bílnet

BÍLASPRAUTUN & RÉTTINGAR

Fitjabraut 30, 260 Reykjanesbær - www.bilnet.is - Sími 420 0040

*Óskum Sudurnesjamönnum
gledilegra jóla og farsæls komandi árs.
Þökkum árið sem er að líða.*

KJG KEÓ

Kristín Geirmundsdóttir og Kristín Erla Ólafsdóttir,
tannlæknar og starfsfólk
Hafnargata 45 • Sími 421 8686

*Óskum Sudurnesjamönnum
gledilegra jóla og farsæls komandi árs.
Þökkum árið sem er að líða.*

VERKÍS
VERKFRÆÐISTOFA

*Sendum öllum Sudurnesjamönnum
okkar bestu óskir um gleðileg jól
og farsælt komandi ár*

STUÐLABERG
FASTEIGNASALA

Hafnargata 20 • Sími 420 4000 • studlaberg.is



„Keflavíkur projectið“

Ég get ímyndað mér að það hafi verið þung skref sem leikmenn Keflavíkur tóku þegar þeir gengu af velli eftir síðasta leik Pepsi-deildarinnar árið 2018. Liðið var fallið með 4 stig af 66 mögulegum, 38 mörk í mínús, 11 mörk skoruð í 22 leikjum, allir heimaleikirnir höfðu tapast og enginn útileikur unnist, að auki var knattspyrnudeildin í miklum mínús fjárhagslega. En eftir leikinn urðu ákveðin kaflaskil.

Knattspyrnudeildin fór í endurskipulagningu og í gang för eitthvað sem við köllum í dag „Keflavíkur projectið“. Skorið var mikið niður í leikmannamálum og öllum kostnaði. Ákveðið var að byggja upp á kjarna af „heimamönnum“ en styrkja liðið á réttum stöðum. Í stuttu máli fór árið 2019 í að koma liðinu og knattspyrnudeildinni aftur á kjölinn. Liðið sigldi lygnan sjó og endaði í 5.sæti í Lengjudeildinni árið 2019. Byggt var á heimamönnum og 3 erlendir leikmenn léku með liðinu. Allir stóðu saman í að byggja félagið upp á réttum forsendum og gefa sér í það tíma.

Eftir sumarið 2019 hringdi Eysteinn Húni þjálfari í mig og bað mig að koma með sér í að þjálfa liðið. Þannig urðum við tveir aðalþjálfarar saman með ábyrgðina. Eitt af því sem við reyndum að gera var að nýta styrkleika okkar liðinu til góðs. Svo er auðvitað gott að geta kennt hinum aðalþjálfaranum um allt sem aflaga fer þegar við töpum! En stefnan var sett á toppsæti Lengjudeildarinnar. Strákarnir okkar lögðu mikið á sig og uppskáru eftir því.

Okkar fókus sem þjálfara var að hjálpa leikmönnum að verða betri, að kenna þeim fagið. Við lögðum mikla áherslu á að bæta sóknarleik liðsins og að spila skemmtilegan fótbolta. Taktík liðsins og leikstíll er auðsjáanlegur öllum sem vilja. Við æfðum á hærri ákefð og hjálpuðum mönnum að komast í betra form. Það eru karakterseinkenni á Keflavíkurliðinu og við stöndum fyrir ákveðnum gildum. Það er eftirsótt að vera í liðinu okkar og þannig á það að vera. Að mínu viti þurfum við



öflugri samkeppni um allar stöður í liðinu ef við viljum halda áfram að vaxa.

Í mínum augum er Keflavík félag sem á heima í PepsiMax deildinni. Félagið á glæsilega sögu, hefð, glæsta sigra, fjölmarga titla, atvinnumenn og landsliðsmenn. Til þess að félagið geti staðist þá samkeppni sem er komin í PepsiMax deildinni þarf félagið að afla meiri fjárs til að geta búið til breiðari og betri leikmannahóp. Það er samvinnuverkefni okkar allra, við þurfum hjálp við það. Þjálfunin í yngri flokkum félagsins getur orðið ennþá markvissari og betri. Við þurfum að efla gæðastarfið okkar og gera gott starf ennþá betra þar.

Við þurfum að eiga kjarna uppallinna leikmanna til að byggja á, við þurfum að eiga lið í fremstu röð sem börn og unglingar okkar geta lært af, liðið upp til og dreymt um að feta í þeirra fótspor. Við viljum eiga lið sem bærinn okkar getur verið stoltur af sem spilar skemmtilega og fallega knattspyrnu. Á Nettóvöllinum næsta sumar getum við sameinast sem bæjarfélag og stutt við bakið á liðinu okkar þar sem strákarnir okkar mæta bestu liðum landsins. Heimaleikur á Nettóvöllinum á að vera viðburður sem sameinar bæjarbúa og alla iðkendur félagsins. Þar eigum við að sameinast í gleði, hvatningu, spennu, fögnuði og vera stolt af liðinu okkar. Við sem félag þurfum að skaffa öll verkfærin sem þarf til að núverandi og framtíðarleikmenn okkar geti náð í fremstu röð í íþróttinni innan vébanda okkar félags.

Árangur næst þegar margir taka sig saman og ákveða að það að vera ágætur eða góður er ekki lengur nóg heldur ákveða að verða frábærir í því sem þeir gera! Það gerðist hjá meistaraflokki karla í sumar. Þá gerast tófrar. Fyrir mér er allt þetta „Keflavíkur projectið“. Hvernig við viljum hafa félagið okkar! Þetta gerum við öll saman og á hverjum degi getum við kosið að móta félagið okkar í þessa átt. Margar hendur vinna létt verk. Vegferðin verður alltaf skemmtilegri og meira spennandi en endastöðin. Spurningin er ætla þú að taka þátt í þessari vegferð með okkur? Ertu þjálfari hjá Keflavík? - Vertu þá frábær þjálfari, ekki bara þjálfari. Ertu stuðningsmaður Keflavíkur? - Vertu þá frábær stuðningsmaður Keflavíkur! Ertu leikmaður, stuðningsmaður, foreldri, dómari, styrktaraðili, stjórnarmaður eða þjálfari? Listinn er endalaus! - Vertu frábær í því sem þú gerir. Vertu hluti af „Keflavíkur projectinu!“.

Siggi Raggi, þjálfari mfl. karla





Knattspyrnudeild Keflavíkur

tekur þátt í þróun betra samfélags

Íþróttir búa til betri borgara. Þar er Keflavík íþróttá- og ungmennafélag í farabroddi með knattspyrnudeildina fremsta í flokki.

Hjá knattspyrnudeild Keflavíkur hefur sú stefna verið mótuð að vera áhrifavaldur í uppeldi og þroska ungs fólks. Með því vill deildin halda áfram að leggja samfélaginu lið, en þegar horft er um öxl má sjá að margt af því fólki sem nú gegnir lykilhlutverki í samfélaginu okkar hafa einnig verið virkir þátttakendur í íþróttum í sinni æsku. Má þar nefna dæmi um störf við uppeldi og fræðslu, stjórnunarstörf, löggæslu og við ýmis konar samfélagsverkefni. Margir muna eftir því að hafa farið í keppnisferðalög, unnið sæta sigra, hampað titlum eða tekist á við ósigrá sem hluti af liðsheild. Allt skilur þetta eftir uppbyggilegar minningar sem munu endast þeim um aldur og ævi. Enn fremur þroskar uppeldi í keppnisíþróttum fólk og undirbýr það betur til þess að kunna að njóta velgengni þegar hún er til staðar og takast á við mótlæti þegar á reynir.

Knattspyrnudeild Keflavíkur leggur metnað sinn í að bjóða þeim sem stunda íþróttina upp á úrval af vel menntuðum þjálfurum og starfsmönnum sem skipuleggja meira en 5-7 klst af æfingum og keppni í hverri viku, allt árið um kring. Með því gefst þátttakendum tækifæri á að kynnast því að ástundun, agi og samheldni skilar meiri árangri í krefjandi verkefnum. Skipulagðar æfingar og keppni hjá Keflavík er stunduð í öllum aldurshópum karla og kvenna frá 4 ára aldri og ævina út. Með öflugum starfi vill Knattspyrnudeild Keflavíkur taka þátt í þróun betra samfélags og móta fleiri fyrirmyndar borgara sem munu taka við í framtíðinni.

Á síðustu tveimur árum hefur knattspyrnudeildin komið upp þeim skemmtilega síð að „útskrifa“ iðkendur á elsta ári úr öðrum flokki, áður en þeir yfirgefa unglingastarfið og takast á við fullorðins árin. Á þessari stundu mæta allir iðkendur á 19. ári að hausti til þar sem tekið er á móti þeim af þjálfurum og stjórnarfólki með góðum ráðum

um þau tækifæri sem blasa við í knattspyrnunni í Keflavík, eða á öðrum vettvangi ef þeir kjósa það. Þar eru risfjáðar upp góðar minningar úr starfinu og rætt um tækifæri framtíðarinnar, hvort sem þau eru sem meistaraflokks leikmenn, dómarar, þjálfarar, eða stuðningsmenn. Knattspyrnudeildin er afar stolt á slíkum stundum og telur að með því gefist einstakt tækifæri til hitta unga fólkið og verða vitni að þeirri ánægju sem iðkun knattspyrnunnar hjá Keflavík getur skapað, en um leið haldið þeim uppteknum við uppbyggilegt íþróttastarf í stað iðjuleysis og drambis.

Að lokum vil ég af þessu tilefni leggja hér fram 46 ára gamla ljósmynd af síðustu Íslandsmeisturum Keflavíkur í knattspyrnu og skora á lesendur að virða fyrir sér þessa fyrirmyndar borgara. Í þessum hópi eru menn sem sinnt hafa ýmsum mikilvægum störfum í okkar samfélagi, hvort sem það er á sviði fræðslumála, heilbrigðismála, mannvirkjagerðar, eða annað. Margir þeirra hafa þar að auki tekið forystu og axlað ábyrgð fyrir samfélagið okkar og jafnvel þjóðfélagið einnig. Fyrir knattspyrnudeildina fylgir þessu ekki aðeins

stolt af þeim afrekum sem þeir hafa unnið fyrir Keflavík, heldur einnig fyrir það framlag sem þeir hafa veitt samfélaginu. Við trúum því að iðkun knattspyrnunnar hjá Keflavík hafi haft jákvæð áhrif á þá sem drengi sem síðan hefur fleytt þeim í gegnum lífið og hvatt þá til þeirra afreka sem þeir hafa unnið.

Keflavík er mikilvægur hluti af samfélaginu og samfélagið er nauðsynlegt fyrir Keflavík. Félagið er rekið fyrir fólkið í bæjarfélaginu af íbúum þess og treystir á stuðning einstaklinga og fyrirtækja að hjálpa til við að búa til félag sem bæjarbúar geta verið stoltir af. Deildin náði þeim stórkostlega árangri síðasta sumar að bæði lið félagsins tryggðu sig upp um deild og munu spila í deild þeirra bestu á næstu ári. Það er ekki síst fyrir tilstuðlan bæjarbúa sem hafa stutt félagið dyggilega í gegnum árin. Sömu bæjarbúa og margir hverjir ólust upp í yngri flokkum Keflavíkur og starfa nú með okkur eða styðja okkur til árangurs.

Áfram Keflavík

Sigurður Gardarsson

Formaður knattspyrnudeildar Keflavíkur



Stelpurnar stóðust *Pepsi Max* prófið

Keppnistímabilið 2020 verður lengi í minnum haft. Covid ástandið í heiminum markaði tímabilið að miklu leyti, það miklu að mótið náði ekki að klárast á knattspyrnuvelli einum og allir hefðu óskað. Við Keflvíkingar munum þó fyrst og fremst minnst nýliðins tímabils fyrir frábæran árangur kvenna- og karla liðs félagsins, en bæði lið náðu sínum markmiðum sem var að spila í deild þeirra bestu að ári, Pepsi Max deildinni.

Það urðu töluverðar breytingar á leikmannahópnum hjá stelpunum fyrir tímabilið 2020. Liðið missti þrjár af sínum allra efnilegustu landsliðskonum á vit ævintýranna í Pepsi Max deildina. Tvíburarnir Íris og Katla höfðu vistaskipti í Fylki og Sveindís Jane fór á árs lánsamning til Breiðabliks. Erlendu leikmennirnir sem höfðu leikið með liðinu hurfu allar á braut; bandaríski sóknarmaðurinn Sophie McMahon Groff lagði skóna á hilluna, skoski miðjumaðurinn Mairead Clare Fulton fór til síns heima í Skotlandi og gekk til liðs við Meistaradeildarliðið Glasgow City. Markvörðurinn Aytac Sharifova frá Azerbaijan gekk til liðs við tyrkneska félagið Hakkari Gücü Spor. Liðið missti því 6 byrjunarliðsmenn og voru því stór skörð hoggin í leikmannahópinum. Þrátt fyrir miklar breytingar var enn til staðar sá góði og trausti kjarni sem hefur skipað liðið s.l. ár.

Undirbúningstímabilið hófst í byrjun nóvember og í lok þess mánaðar var Bose æfingamót kvenna haldið í fyrsta skipti. Það var virðingarvert og ánægjulegt að Keflavík var boðin þátttaka í þessu móti, eina liðið utan Pepsi Max deildarinnar. Fyrstu tveir leikirnir voru gegn FH og KR og var tap niðurstaðan í báðum leikjunum. Lokaleikurinn í mótinu var gegn þáverandi Íslandsmeisturum Vals í Reykjaneshöll þar sem Val dugði eitt stig til að sigra mótið. Sveindís Jane fór á kostum í leiknum en hún skoraði fernu í 4 – 2 sigri Keflavíkur. Þess má geta að sigur Keflavíkur þýddi að forráðamenn Bose sem voru mættir til að afhenda Valskonum verðlaunin fyrir sigur í mótinu, fóru fýluferð suður með sjó og þurftu að taka verðlaunin með sér aftur heim.



Í byrjun árs 2020, áður en Covid ástandið brast á, náðu stelpurnar að spila 4 leiki í Faxaflóamótinu. Liðið byrjaði á því að gera jafntefli við FH og í kjölfarið fylgdi sigur á Haukum. Þriðji leikurinn í mótinu var gegn Breiðablik en þessi leikur var jafnframt fyrsti leikur Sveindísar Jane í græna búningnum og það gegn gömlu félagunum í Keflavík. Blikar sigruðu nokkuð örugglega 0 – 5 en Sveindís hafði hægt um sig og komst ekki á markalistann. Lokaleikurinn í Faxanum var svo gegn Selfossi rétt fyrir Covid og tapaðist hann með minnsta mun. Lengjubikarinn sem átti að hefjast í mars var ekki spilaður þetta árið vegna Covid.

Það bættust nokkrir leikmenn í hópinum fyrir keppnistímabilið. Ásta Vigdís Guðlaugsdóttir markvörður kom að láni frá Breiðablik. Sigurrós Eir Guðmundsdóttir kom aftur heim eftir að hafa

spilað 5 tímabil með Þrótti R. og síðan Haukum. Sólveig Lind byrjaði að æfa aftur eftir 3 ára hlé frá æfingum. Í lok maí komu tveir erlendir leikmenn til landsins en dvöl þeirra hófst á 14 daga sóttkví og náðu þær því litlum sem engum undirbúningi með liðinu. Annars vegar var það bandaríski sóknarmaðurinn Paula Isabelle Germino Watnick sem kom frá Georgetown University en þar hafði hún verið í lykilhlutverki með sterku liði skólans, liðið fór m.a. alla leið í úrslitaleikinn yfir öll Bandarík-in 2018. Paula missti af fyrstu tveimur leikjunum tímabilsins þar sem dróst mjög að fá leikheimild fyrir hana. Hins vegar var það liðsfélagi og skólafélagi Anitu Lindar frá University of West Florida, Celine Rumpf sem er þýskur varnarmaður en hún spilaði auk þess með Unu Margréti Einarsdóttur í Louisiana University í eitt ár. Um miðbik móts



fóru Anita Lind og Marín Rún til náms erlendis og var þá fengin til liðsins miðjumaðurinn Claudia Nicole Cagnina. Claudia er bandarísk en með ítalskt vegabréf, auk þess hefur hún spilað 4 landsleiki með Perú en faðir hennar er þaðan.

Keppnist hófst á bikarleik gegn Aftureldingu á heimavelli þar sem liðið tryggði sér sigur og þar með áframhald í Mjólkurbikarnum. Næstu 3 vikurnar hafði liðið að mestu aðsetur á Norðurlandinu. Þrjár af næstu fimm leikjum voru gegn Völsungi á Húsavík (0-4 sigur), Tindastóli á Sauðárkróki (1-1) og þá bættist leikur við á Akureyri þar sem liðið dróst gegn Þór/KA í bikarnum (1-0 tap). Það var því nóg um ferðalög hjá stelpunum í upphafi móts en þess má geta að bílstjóri liðsins undanfarinna ára, Jón Sveinsson, hélt áfram tryggð við stelpurnar sínar en hann keyrði stelpurnar í allar langferðir þrátt fyrir að dóttirin væri farin í Breiðablik. Inn á milli þessara útileikja spilaði liðið við Augnablik heima (5-0 sigur) og Fjölni úti (0-4 sigur). Liðið fór því nokkuð vel af stað þrátt fyrir vonbrigðin að detta úr bikarnum en liðið hafði sett sér það markmið að ná langt í þeirri keppni.

Næstu þrjár leikir voru síðustu leikir fyrir verslunarmannahelgi sem og fyrir Covid hléið á mótinu. Sigur gegn ÍA heima (3-1), jafntefli gegn Aftureldingu úti (1-1) og sigur gegn Víking R. heima (4-1). Liðið var því á góðu róli fyrir stoppið, það góðu róli að podcast þátturinn „Heimavöllurinn“ talaði um að Keflavík væri með langbesta liðið í deildinni, en þetta kom m.a. fram í þættinum:

„ Þær eru algjört yfirburðarlið í þessari deild. Þær eru ekki einu sinni búnar að vera eitthvað fráþærar en þær eru bara að ganga upp um deild með vinstri,“ sagði Gyli.

„Það er 100 prósent og ég segi ekki 100 prósent oft. Þetta er eins gefið og það gerist með Keflavík.“

Þessi umræða virðist hafa farið eitthvað illa í okkar stelpur og einhverjar eflaust haldið að nú þyrfti ekki lengur að hafa fyrir hlutunum, við værum lang bestar og pottþéttar upp. Eftir stoppið kom smá hikst á liðið sem varð þess valdandi að sigur í mótinu varð torsóttur. Stelpurnar byrjuðu reyndar á erfiðum heimasigri gegn Völsungi (3-1) en í kjölfarið var leikur á heimavelli gegn Tindastól sem reyndist þegar upp var staðið, úrslitaleikur mótsins. Keflavíkurstelpur áttu í miklu basli með að hemja framherja Stólanna, Murielle Tiernell, en hún nánast gerði út um leikinn upp á sitt einsdæmi með þrennu í 1-3 sigri norðan kvenna. Í stöðunni 0-1 fengum við vítaspyrnu sem fór forgörðum og í næstu sókn skoraði Tindastóll 0-2 og var á brattann að sækja eftir það. Næsti leikur var gegn ungu og spræku liði Augnabliks. Staðan var nokkuð þægileg fram á 86. mín. en þá minnkaði Augnablik muninn í 3 – 2 og náðu síðan að jafna á 93. mín. Þessi töpuðu 2 stig urðu til þess að toppsætið fjarlægðist en stelpurnar lærðu heimikið af þessum leik og lögðust allar á eitt að klára mótið með stæl. Það tókst svo um munaði en liðið vann síðustu 7 leiki tímabilsins og tryggðu stelpurnar því sæti í Pepsi Max á sannfærandi hátt. Aðalkeppinauturinn um fyrsta sætið, Tindastóll, hélt sínu striki og vann líka sína leiki og var því 2. sætið hlutskipti okkar í ár. Í þessari sjö leikja sigurhrinu er vert að geta leiks gegn Gróttu sem fer í sögubækurnar fyrir margar sakir. Leikinn átti að spila á Sel-tjarnarnesinu þ. 18. september kl. 19:15, farið er að rökkva töluvert á þessum árstíma og því þurfti að spila í flóðljósum. Þegar um 40 mín. voru í leik þá dattu ljósin út á öðrum helmingi vallarins og því góð ráð dýr. Leitað var allra leiða til að koma þessu í lag, rafvirki mætti á staðinn og náði að kveikja á ljósum eftir töluverða bið. Leikurinn hafði tafist í fyrstu um 30 mín. og átti því að hefjast um

kl. 20:00 en þegar 10 mín. voru í leik þá slökknaði aftur á ljósum. Því var haft samband við nokkra velli í nágrenninu og niðurstaðan að færa leikinn á Kópavogsvöll þar sem upphafsspyrnu leiksins var tekin um kl. 20:30. Þar átti enn eitt ævintýrið sér stað. Leikurinn var í beinni útsendingu hjá Gróttu TV og tökumaðurinn missti algjörlega stjórn á sér þegar Keflavík skoraði sigurmark leiksins (2-3 sigur) á 68. mín. Úr varð heimikið fjölmiðlamál og Gróttu fékk m.a. 50.000 kr. sekt fyrir framkomu upptökumannsins sem viðhafði ljótan munnsöfnuð í garð dómarsins svo eftir var tekið. Sigurmark Keflavíkur sem Natasha skoraði, var glæsilegt en vissulega var mjög tæpt varðandi rangstöðu, við nánari skoðun kom í ljós að markið var fullkomlega löglegt.

Þegar mótið í ár var flautað af átti Keflavík aðeins eftir að spila einn leik gegn Haukum á Ásvöllum. Staðan í deildinni var ljós og því skiptu úrslit í leikjum síðustu umferðar engu máli varðandi lokastöðuna í deildinni.

Framundan hjá liðinu er spennandi tímabil í deild þeirra bestu og vonandi að stelpurnar geti byggt á reynslu sinni sem þær öðluðust tímabilið 2018 í Pepsi. Að baki liggur mikil vinna margra aðila; gott þjálfarateymi, öflugt kvennaráð og stjórn, kraftmikill framkvæmdastjóri og síðast en ekki síst framlag leikmanna sem lögðu á sig ómælda vinnu til að uppskera innan sem utan vallar. Megi keppnistímabilið 2021 verða gjöfult fyrir bæði lið Keflavíkur og vonandi geta stuðningsmenn liðsins fengið að mæta oftár á völlinn en á nýliðnu tímabili.

*Áfram Keflavík
Gunnar Magnús Jónsson*

Keflavíkurhjartað *er sterkt!*

Kæru Keflvíkingar

Það er svo margt óvenjulegt við þetta knattspyrnuár vegna COVID-19 en engu að síður náðum við markmiðum okkar áður en mótið var blásið af. Stelpurnar sýndu hvað í þeim býr og kláruðu tímabilið með miklum sóma. Það er svo margt sem hefur farið á hliðina og það er engin undantekning í fótboltanum. En eins og sönnum Keflvíking sæmir þá aðlögum við okkur breyttum aðstæðum með þrautseigjuna að vopni, sniðum okkur stakk eftir vexti og förum í gegnum þetta með stæl. Keflavíkurhjartað er sterkt!

Kvennaráðið er skipað 8 áhugasömum aðilum um kvennaboltann og framtíð hans og er óhætt að segja að ráðið sé mjög samstíga enda flest verid nokkuð lengi í ráðinu.

Fyrir utan hefðbundin hlutverk í ráðum með formanni, gjaldkera ofl. þar sem verið er að finna leiðir til að afla fjár þá eru allir í ráðinu góð vinnudýr og deilum við með okkur hlutverkum í leikjum hvort sem það er sjoppa, miðasala, bún-ingastjóri eða gæsla. Í sumar mátti meira að segja sjá óvænta takta hjá ráðsmönnum í hlutverki boltasækjara.

Helsta verkefni okkar er að halda utan um mfl. kvenna og allt sem honum fylgir. Okkar stærsta verkefni er að ná í styrki til að dæmið gangi upp og hefur það gengið misvel í þessu árferði. En eins

og sagt er um Suðurnesjamenn „fast þeir sóttu sjóinn“ og það á við um okkur, við gefumst ekki upp og leggjum enn harðar að okkur í þeim efnun.

Margt hefur áunnist í kvennaboltanum undanfarin ár en það er enn verk að vinna, við viljum öll að börnin okkar óháð kyni hafi eins aðstöðu og umgjörð við iðkun knattspyrnu. Það er því okkar keppikefli að gera knattspyrnuna spennandi kost fyrir stelpur enda eigum við fráþærar fyrirmyndir í meistaraflokknum sem við erum ákaflega stolt af.

Félagið okkar er komið á réttan stað, í deild þeirra bestu, þar sem við eigum heima bæði stelpur og strákar. Kvennaráð heldur áfram að berjast fyrir stelpurnar og þeirra umgjörð, það er það sem okkur finnst svo skemmtilegt.

Við viljum þakka stjórninni fyrir góða samvinnu og hlökkum til að takast á við næsta tímabili.

*F:H kvennaráðs
Benedikta Benediktsdóttir,
formaður*





BOSE

SIEMENS

DELL

GARMIN

BOSCH

SAMSUNG



Canon

SONY

Lenovo



Omnistréð

Fartölvur - Borðtölvur - Spjaldtölvur
Snjallsímar - Heimilistæki - Sjónvörp
Heyrnatól - Hátalarar

omn!s
REYKJANESBÆ
Hafnargata 40 - Sími: 422 2200

Frábærir drengir sem gaman verður að fylgjast með

Það var aldeilis flottur hópur drengja sem mættu fullir tilhlökkunar til æfinga haustið 2019. Yngra árið, drengir fæddir 2007 voru spenntir að takast á við nýjar áskoranir, spila 11 manna bolta á stórum velli á meðan eldri drengirnir fæddir 2006 voru komnir með reynsluna. Æfingar byrjuðu af krafti og þjálfarar drengjanna voru Hjörtur Fjeldsted, Skúli Sigurðson og Jóhann Steinarsson. Drengirnir byrjuðu að spila í Faxaflóamótinu í október í B-deild. Í 4. flokki var teft fram 3 liðum, A-B og C liði. Liðunum gekk ágætlega í Faxaflóamótinu og áður en mótið var blásið af vegna Covid í mars, þá var til dæmis B-liðið okkar á toppnum í sinni deild og hafði unnið 6 leiki, eitt tap og eitt jafntefli.

Mikil tilhlökkun var hjá drengjunum því til stóð að flokkurinn færi á Gothia Cup í sumar og var mikill undirbúningur fyrir það mót búinn hjá okkur. Drengirnir voru búnir að vera duglegir að fjárafla fyrir ferðinni og allt skipulag var klárt að mestu leyti. Það voru því mikil vonbrigði þegar ljóst var að ekki yrði neitt úr ferðinni þetta árið útaf „svolitlu“

Íslandsmótið hófst svo hjá þeim í byrjun júní og það gekk misvel hjá liðunum. A-liðið okkar endaði í 6. sæti, B-liðið í 2. sæti og komst í undanúrslit þar sem þeir spiluðu um að komast í úrslitaleikinn en þeir töpuðu þar á móti Fram þrátt fyrir góða frammistöðu. C-liðið endaði í 6.sæti í sínum riðli. Allt fer þetta í reynslubankann og þeir koma öflugri í næstu mót.

Í ágúst stóð til að þeir færu á mót á Akureyri, svona sem smá sárabót fyrir að ekki var farið á Gothia Cup en þar sem Covid byrjaði aftur að setja mark sitt á líf okkar þá varð heldur ekkert úr



því. Foreldraráð og þjálfarar ákváðu þá að skipuleggja smá skemmtidag fyrir flokkinn í staðinn. Þeir hittust í Reykjaneshöllinni með dýnu, sængur og fótboltaföt og þjálfarar skipulögðu fyrir þá smá mót innan flokksins og þeir gistu svo saman í höllinni. Þeir fóru í grill hjá liðsfélaga sínum um kvöldið og skemmtu sér svo vel fram eftir kvöldi þangað til síðasti maður sofnaði. Næsta dag var haldið með rútu í Reykjavík þar sem þeir



fóru í lasertag og Rush garðinn með pizzuveislu og tilheyrandi. Það er óhætt að segja að Covid hafi haft mikil áhrif á þetta ár hjá drengjunum og mörg plön fokið út í veður og vind eins og annars staðar. Þessi hópur tæklaði samt hlutina vel þegar upp var staðið og létu þetta leiðindar ástand ekki trufla sig. Þeir hafa lært margt á þessu ári eins og við öll og þurft að takast á við nýjar áskoranir eins og heimaæfingar og að finna sér sjálfir æfingastaði. Það er óhætt að segja að hér á ferð eru frábærir drengir sem verður gaman að fylgjast með í framtíðinni.

Áfram Keflavík
Foreldraráð 4. flokks drengja



*Sendum öllum Sudurnesjamönnum
okkar bestu óskir um
gledileg jól og farsælt komandi ár
Þökkum samstarfið á árinu sem er að líða*



*Óskum viðskiptavinum
gledilegra jóla og farsæls árs.
Þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða.*



Íðavöllum 6 • Sími 421 4700 • www.vikuras.is

2. flokkur karla:



Kraftmikill og metnaðarfullur hópur

Nú þegar nýtt tímabil er að ganga í garð og það gamla að hverfa, líkt og dökk fyrir sólu, er lærdómsríkt að líta um öxl og leggja mat á liðna tíma. Við höfum alltaf val, svo segir langafi mér þegar við ræðum lífið og tilveruna. Þvílíkur viskubrunnur sem leggur mér lífsreglurnar í hverju samtali. Unnar minn, segir hann og strýkur sér um kollinn, hvern dag skaltu taka fagnandi, því þú lærir eitthvað nýtt í dag. Frábært viðhorf sem er vert að tileinka sér.

Kraftmikill og metnaðarfullur hópur mætti til æfinga í upphafi tímabilsins, samtals 45 einstaklingar sem voru tilbúnir að leggja það á sig sem þarf til. Skipulagið hófst, línurnar lagðar og leikmenn tilbúnir að fylgja þjálfurum í einu og öllu, metnaður í fyrirrúmi. Lagt er upp með að leikmenn upplifi aðstæður eins og um meistaraflokk sé að ræða, æfingar næstum á hverjum degi við bestu aðstæður sem fyrirfinnast á landinu og æfingabúnaður fyrir alla.

Starf þjálfarans er margslungið, að koma fram við alla á jafningja grundvelli, bera virðingu þeim litríka hóp sem leitar til hans og þannig koma til móts við alla. Það er ekki nóg að líta yfir hópinn, velta fyrir sér hverjir verða leikmenn og leggja áherslu á þá! Að því sögðu er það nú ekki eina hugsunin hjá okkur, við vitum að það verða ekki allir fótboltamenn fyrir meistaraflokk, jafnvel hefur einstaklingurinn ekki þann metnað, heldur einungis að taka þátt – vera hluti af þeirri heild og umgjörð sem sköpuð er. Félagismaðurinn hefur ekki minna hlutverk en leikmaðurinn, bara skilar sínu til félagsins á annan hátt. Sannur félagismaður, sannur Keflavíkingur er frábært dæmi um verkefni sem var komið á fót fyrir nokkrum misserum, slagorð sem fær einstaklinginn til að hugsa jákvætt til félagsins, verða betri félagismaður og þar af leiðandi verður félagið enn betra. Að tengja gildi flokksins við þau gildi og/eða stefnu sem klúbburinn hefur tekið ákvörðun um að fara; gera alltaf sitt besta, sjá framfarir á hverri æfingu, gefast aldrei upp og aðstoða samherja sinn þegar hann þarf á því að halda, eru einungis



nokkur dæmi um það hvað þarf til að vera sannur félagismaður.

Meðvitað eða ómeðvitað eru þau gildi sem við stöndum fyrir og höfum tileinkað okkur, undirstaða í lífinu. Lífsins gildi er það sem við viljum stöðugt vinna að, gera okkur að enn betri persónu, innan vallar sem utan. Gildin sem að við tileinkum okkur skipta því sköpum þegar við vinnum úr þeim verkefnum sem mæta okkur á lífsleiðinni. Trúi því að gildin styrki sjálfsmyndina og hefur mikil áhrif á það hvernig við byggjum upp sterkt sjálfmat og trú á eigin getu. Vitur maður sagði að hópurinn yrði aldrei sterkari en veikast hlekkurinn, því uppbygging sjálfsmyndar hópsins er gífurlega mikilvæg, halda honum þéttum þannig að öllum líði vel í því umhverfi sem boðið er upp á. Líðan hópsins og framgangur er mikið umhugsunarefni, sem stöðugt verður að huga að, þannig að styrkleikar einstaklingsins komi fram innan hópsins, innan vallar sem og utan.

Á nýliðnu keppnistímabili, líkt og önnur tímabil, valdi hópurinn sér gildi sem stöðugt var unnið að og styrkt innan hópsins. Áhersla var lögð á framfarir, þannig að leikmaðurinn verði

betri í dag en í gær. Metnaður fyrir að gera enn betur, leggja sig meira fram í dag en í gær. Hafa ástríðu fyrir leiknum og það sem hann hefur upp á að bjóða. Dugnaður eða framlag á æfingum og í leikjum. Hlaupa meira en andstæðingurinn, hvort sem um ræðir í leikjum eða á æfingum, „berjast“ meira og þannig geta horft stoltur í spegilinn og sagt að ég hafi verið duglegri en ég var í gær. Gæði í öllum verkefnum, hugsunin um að vera með þá grunnþætti sem lagt hefur verið áherslu á upp alla yngri flokka á bak við eyrað og kalla þá fram á meðan æfingu stendur. Að lokum gleði, þar sem áhersla var lögð á að leikmenn höfðu gaman af því sem að þeir gerðu. Mæta á æfingar með bros á vör, hrósa þegar við á og standa þannig þétt við bakið á hvor öðrum. Þetta voru gildin sem hópurinn valdi sér að þessu sinni og stóð sig með mikilli þrýði í að framfylgja þeim.

Ég óska öllum sönnum félagsmönnum til hamingju með nýliðið tímabil, með tilhlökkun um komandi tíma
Unnar Sig. Þjálfari
2. flokks karla í knattspyrnu

Óskum íþróttafélki
svo og öðru Suðurnesjafélki
gledilegra jóla
og farsældar á nýju ári



Sími 588 3244 - isspor.is



Sólarvörn og sigrar

Miðvikudaginn 1. júlí var flautað í gang N1 mót KA í bongó bliðu. Mótið var samt ekki alveg með hefðbundnu sniði þar sem svæðið var hólfað niður út af samkomutakmörkunum sem voru í gildi á þessum tíma. Drengirnir í Keflavík 3 voru ekki að láta svolleiðis smámuni trufla sig, einbeitingin og gleðin skein úr andlitum þeirra og mikil var eftirvæntingin. Keflavík 3 skartaði 8 leikmönnum og það voru þeir Ásgeir Elí, Hjörtur Karl, Brynjar Björn, Elvar Ingi, Ísak Logi, Tómas Aron, Ómar Orri og síðast en ekki síst Bóas Orri á milli stanganna. Þessum öflugra hópi fylgdi stór hópur foreldra, systkina og vandamanna sem mættir voru á staðinn til þess að sýna þessum framtíðar knattspyrnumönnum stuðning og njóta þess að horfa á hörku fótbolta. Ekki skemmdi fyrir að Akureyri skartaði sínu fegursta veðurlega og drengirnir áttu góðar stundir milli leikja þar sem farið var í Kjarnaskóg, Brynjuís og sund svo eitthvað sé nefnt.

Drengirnir spiluðu í dönsku deildinni og spiluðu þar 7 leiki á þremur dögum, skemmst er frá því að segja að þeir voru í topp 8 af 24 liðum þegar deildinni lauk, það verður ekki tekið af þessum drengjum að þeir áttu það svo sannarlega skilið eftir mikla baráttu og einstakan liðsanda þar sem hver og einn fórnaði sér í verkefnið í hverjum einasta leik. Eftir hádegi á föstudeginum hófst svo úrslitakeppnin þar sem að öll lið spila til sætis í sinni deild. Drengirnir í Keflavík 3 voru þreyttir en mjög meðvitaðir um að þeir ættu góðan séns á að taka bikarinn með sér heim.

Leikurinn í 8 liða úrslitum var á móti HK þar sem reyndi mikið á styrk og taugar bæði drengjanna og áhorfenda. Staðan var 1-1 í lok venjulegs leiktíma og því var vítaspyrnukeppni staðreynd. Þar komu stáltaugar í ljós, Keflavík 3 vann vítakeppnina 3-2 og brutust út mikil fagnaðarlæti og tilfinningarnar flæddu. Strákarnir voru þó fljótir að jafna sig og einbeittu sér að næsta leik. Þar mættu þeir Val í umspili um 1.-4. sæti og var strax ljóst að drengirnir voru klárlega mættir til að vinna. Leikurinn endaði með 4-1 sigri og ljóst að úrslitaleikurinn var framundan. Mikil spennan var fyrir stóra leiknum ekki síst hjá mömmum, pöbbum og öðrum fylgdarmönnum á meðan knattspyrnu hetjurnar



sáu ekkert nema verkefnið sem var framundan, það er að segja sjálfan leikinn gegn Þór. Þetta var sannkallaður úrslitaleikur og allt lagt í sölnurnar hjá báðum liðum, stemningin var mikil hjá áhorfendum sem margir áttu erfitt með að fylgjast með vegna gríðarlegrar spennu. Leikurinn byrjaði ekki vel hjá okkar mönnum sem lentu 1-0 undir. Strákarnir tvíelfdust og létu þetta ekki á sig fá heldur blésu til sóknar og héldu áfram þessari baráttu sem einkennt hafði liðið. Þegar flautað var til leiklokanna voru Keflvíkingar búnir að tryggja sér bikarinn með sannferandi 4-1 sigri á Þór og fagnaðarlætin voru eftir því. Ekki nóg með að Keflavík bar sigur úr býtum í dönsku deildinni heldur var Elvar Ingi valinn besti leikmaður deildarinnar af þjálfurum og dómurum.

Þessir ungu menn í Keflavík 3 eiga hrós skilið fyrir framkomu sína innan sem utan vallar og var það í raun aðdáunarvert að horfa á þá hrósa hvor öðrum og hvetja áfram alveg sama hvernig staðan var í leikjunum. Í stuttu máli frábærir strákar með mikinn karakter og hafa alla burði til að fara alla leið í fótboltanum.

Samantekt:
Ólafur Örn, Emil Helgi
& Elísabet Lovísa

Óskum félagsmönnum og
fjölskyldum þeirra gledilegra jóla
og farsæls komandi árs



Krossmóa 4a - Sími 540 0112

Óskum félagsmönnum og
fjölskyldum þeirra gledilegra jóla
og farsæls komandi árs



Verkalýðs- og sjómannafélag Keflavíkur
og nágrennis

Krossmóa 4a - Sími 421 5777

Óskum Suðurnesjamönnum
gledilegra jóla og farsæls árs.
Þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða.



Bolafæti 3, 260 Reykjanesbæ, sími 421 4117

Aðeins eitt mót var haldið á árinu

Árið 2020 einkenndist eins og hjá flestum af Covid-19. Við höfum þurft að grípa til lokana bæði í mars og svo aftur í október og er svæðið enn lokað í þessum rituðu orðum. ÍSÍ, sóttvarnarlæknir og STÍ lögðu línurnar hvernig haga skyldi æfingum, opnunum og lokunum. Við treystum okkur ekki til að hafa opið og treysta á það að félagsmenn myndu virða og getað farið eftir settum reglum með sóttreinsanir, fjöldatakmörkanir og skráningar upp á smitrakningu að gera.

Við gátum þó gert það á meðan hreindýrprófunum stóð þar sem dómara voru á staðnum og hægt var að panta tíma. Við sátum þó ekki auðum höndum og nýttum tímann í framkvæmdir. Búið er að leggja Epoxy á gólfíð í riffilhúsinu og erum við afar ánægðir með útkomuna. Unnið var við að skipta út gömlum lúgum á trappsvæðinu okkar, sem og að endurnýja höldur og hespur á skotlúgum í riffilhúsinu og bakstoppin á 400 og 500 metrum fengu yfirhalningu. Running target brautin fer vonandi að verða tilbúin hjá okkur og hlökkum við til að fara inn í næsta skotár sem mun vonandi einkennast af mikilli þúdurlykt og gleði. Skólafarið hélt sínu striki og máttum við halda kennslu í óbreyttu formi mest allt skólaárið með tilheyrandi ráðstöfunum. Við tókum öryggis- og umgengisreglurnar fyrir skotsvæðið á Hafnarheiðinni og burstuðum af þeim rykið og betrubættum í leiðinni. Settum línurnar ef svo mætti að orði komast. Vegurinn okkar fékk yfirhalningu með fræsi eins og það kallast og þökkum við Reyni Þór Reynissyni fyrir vel unnin störf og að redda fræsinu endurgjaldslaust. Nýjar vélar voru keyptar til útskipta fyrir vélarnar sem eru á sprotuvellinum í skúrunum. Aðeins eitt mót var haldið á árinu og var keppt í BR50 á Hafnarheiðinni.

Við óskum félagsmönnum nær og fjær gleðilegra jóla með von um kærleiksríkt komandi ár.

Kveðja stjórn Skotdeildar.





Viðtal: Sævar Sævarsson

Pað er 5. október 1997. Það er milt haustveður í Laugardalnum. Keflavík og ÍBV eru að leika til bikarúrslita í endurteknum leik þar sem fyrri leikur liðanna endaði með jafntefli. Staðan að loknum venjulegum leiktíma er 0-0 og því þarf að grípa til vítaspyrnukeppni. Þegar hér er komið til sögu er staðan 4-4 í bráðabana og Bjarki Guðmundsson nýbúinn að verja spyrnu Sigurvins Ólafssonar hjá ÍBV. Grípum niður í útsendingu RÚV.

Logi Ólafsson:

„Þá er það Kristinn Guðbrandsson.“

Adolf Ingi Erlingsson:

„Nú er það Gunnar Sigurðsson sem hefur gæfu Eyjamanna í hendi sér. Kristinn...“

Logi:

„Skori hann þarna þá eru þeir meistara.“
Adolf Ingi: „Já, það er mikil byrgði á Kristni Guðbrandssyni núna. Nú er tækifæri þeirra komið, loksins...“

Kristinn stillir sér upp í vítateigsboganum.

Flaut

Kristinn hefur hlaupið í átt að boltanum og um leið og Kristinn smyr boltann með jörðinni út við vinstri stöng og festir hann í netmóskvunum heyrir Adolf Ingi öskra það sem alla Keflvíkinga hafði dreymt um frá því 1975: „ooooog maaaaaark - Keflvíkingar eru bikarmeistarar í knattspyrnu...“

Alltaf gott að vera Keflvíkingur

- Viðtal við Kristinn Guðbrandsson





Kristinn Guðbrandsson er fæddur 7. október 1969 í Reykjavík. Hann ólst upp í Keflavík og þar sem hann kláraði sína grunn- og mentaskólagöngu í Myllubakkaskóla, Holtaskóla og loks Fjölbautaskóla Suðurnesja þaðan sem hann útskrifaðist af félagsfræðibraut og iðnbraut húsasmíða 1991. Kristinn segir að það hafi verið frábært að alast upp í Keflavík sem þjakkur; „Það var alltaf nóg að gera fyrir okkur krakkana þannig séð. Við notuðum leikvöllina mikið, það er að segja fótboltavellina og körfuboltavellina sem settir voru upp í kringum 1980 að mig minnir“

FYRSTU ÁRIN

Eins og hjá mörgum öðrum strákum á þessum árum kviknaði alvöru áhugi á fótbolta í Eyjabyggðinni þar sem finna mátti fótboltavöll. Þar dvöldu strákar löngum stundum á sumrin og léku sér saman í fótbolta, sama hvernig viðraði. Áhuginn á fótbolta vaknaði snemma hjá Kristni en aðrar boltagreinar heilluðu hann einnig. Á þessum árum æfðu krakkar oft fótbolta á sumrin en svo bættust við æfingar í handbolta eða körfubolta á veturna. „Ætli það sé ekki á Eyjabyggðavellinum í kringum 1976-1978 sem ég kynnist Frey Sverrissyni en hann var duglegur að ýta við okkur strákunum að fara að æfa. Í kjölfarið fór ég að æfa með KFK en í upphafi æfði ég með KFK á veturna og svo ÍBK, síðar Keflavík, á sumrin. Við æfðum tvisvar í viku fótbolta yfir vetrartímann, á Sunnubraut og í Myllubakkaskóla. Þó fótboltinn hafi auðvitað alltaf verið í efsta sæti hafði ég áhuga á öðrum boltagreinum. Ég æfði til dæmis handbolta í nokkra vetur og svo körfubolta hjá Brad Miley og Stefáni Arnarsyni veturinn 1983.“ Kristinn var ágætlega liðtækur línumaður í handbolta að eigin sögn en það hafi kannski þurft lítið til svo hann liti ágætlega út þar sem ekki var mikið af hæfileikamönnum í handbolta í Keflavík að undanskildum nafna hans Óskarssyni sem var yfirburðar maður.

Kristinn dvaldi meira og minna öll sumur í sveit hjá ömmu sinni og afa í Miðgengi Grímsnesi fram að 14 ára aldri. Fram að



þeim tíma æfði Kristinn nánast einungis á veturna. Verður það að teljast nokkuð óvenjulegt sé miðað við þá staðreynd að fótboltinn er sumar íþrótt og mun færri æfingar að vetri en sumri. „Maður æfði þá bara yfir veturna og svo í maí var sauðburður og þá var bara farið í sveitina til ömmu og afa. Ég kom svo ekkert heim aftur fyrr en að hausti og þá var farið að æfa aftur. Ég náði kannski síðustu æfingunum í ágúst eða september. Fram að 14 ára æfði ég því í raun bara tvisvar í viku.“

Eftir 14 ára aldur er áhuginn og metnaðurinn fyrir fótboltanum orðinn meiri. Úr verður að hann hættir að fara í sveit til ömmu sinnar og afa og fer að æfa á fullu, enda kominn í þriðja flokk þar sem goðsögnin Steinar Jóhannsson var þjálfari og mikið með strákana. „Við vorum nokkuð gott lið. Árgangurinn minn er finnr árgangur en þar voru kappar á borð við Gest Gylfason, Þröst Ástþórsson, Gæja Jónasar, Einar Einars og svo var Kiddi Óskars í markinu auk margra flottra stráka. 1968 árgangurinn, sem var á eldra ári með okkur, var mjög góður líka en

*Óskum Suðurnesjamönnum
glédilegra jóla og farsæls komandi árs.
Þökkum árið sem er að líða.*

Benedikt Jónsson
Theódór Friðjónsson
og starfsfólk
tannlækningastofunnar
Tjarnargötu 2

*Óskum Suðurnesjamönnum
glédilegra jóla og farsæls árs.
Þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða.*

Lagnabjónusta
Suðurnesja ehf.

*Sendum öllum Suðurnesjamönnum
okkar bestu óskir um glédileg jól
og farsælt komandi ár*

ELDVARNIR
SLOKKVITTEKJAÞJÓNUSTA SUÐURNESJA

Íðavöllum 3 • 230 Keflavík • Sími 420 2020

*Við Suðurnesjamenn í Rafholti
óskum Suðurnesjamönnum
glédilegra jóla og farsæls komandi árs.*

RAFHOLT



sömu sögu verður ekki sagt um 1970 árganginn. Hann gaf ekki af sér marga góða leikmenn“, segir Kristinn og brosir.

MEISTARAFLOKKURINN

Eins og áður sagði átti fótboltinn hug Kristins nánast allan. Hæfileikar Kristins á fótboltavellinum voru styrkur, dugnaður og eljusemi í bland við hraða. Kristinn var gríðarlega harður í horn að taka og gaf aldrei þumlung eftir. Allt eiginleikar sem þykja henta vel í miðvarðarstöðu í fótbolta og varð það sú staða sem Kristinn spilaði lengstum. „Ég spilaði mest alla tíð sem miðvörður en þó eitthvað sem bakvörður. Þá á ég reyndar einn leik sem miðjumaður í 2. flokki gegn ÍBV 1987. Peter Farrel, sem þjálfaði okkur á þeim tíma, vildi endilega prófa mig á miðjunni. Árangurinn var nokkuð góður. Við unnum leikinn 3-2 og ég skoraði tvö markanna. Þetta var fyrsti og eini leikur minn á miðjunni sem verður að teljast óskiljanlegt mið- að við árangurinn“.

Í öðrum flokki myndaðist sterkur vinakjarni nokkurra leikmanna sem enn þann dag í dag halda hópinn og kalla sig „Kjallaragengið“. Nafnið á rætur sínar að rekja til kjallarans að Aðalgötu 19 í Keflavík þar sem þeir vinirnir hittust reglulega. Húsið var í eigu foreldra Guðbrands Sigurðssonar, nuddara, og bjó Guðbrandur í kjallaranum. „Þetta var mjög þéttur og góður hópur sem telur 13 stráka sem allir tengdust með einum eða öðrum hætti 2. flokki Keflavíkur. Við höfum haldið hópinn síðan og hittumst reglulega og bröllum eitthvað saman með eiginkonum eða sjálfir en eins og allir góðir hópar myndaðist hann í gegnum íþróttir og djamm“, segir Kristinn og hlær.

Þegar Kristinn var 18 ára gamall og á næst síðasta ári í 2. flokki fékk hann kallið inn í meistaraflokk Keflavíkur. Þetta var árið 1987 og Frank Upton að þjálfari liðið. Tók nokkra leikmenn inn á nokkrar æfingar. Fyrsti leikur Kristins með meistaraflokki Keflavíkur var svo árið 1989 en fyrsti leikur Kristins á Íslandsmóti kom árið 1990. Eftir það fór boltinn að rúlla fyrir Kristinn og á árunum 1991 til 1999 spilaði hann nánast alla leiki fyrir Keflavík ef frá eru teknir leikir og tímabil þar sem Kristinn átti við meidsli að stríða. Meidsli settu nefnilega talsverð strik í reikninginn hjá Kristni en árið 1992 lenti hann í sínum fyrstu erfiðu meidslum. Hann kláraði þó tímabilið teipaður og á verkjastillandi en um var að ræða ökkrameidsli þar sem flísast hafði upp úr beini. „Ég gat æft að mestu sumarið 1993 en náði hins vegar aldrei að beita mér 100%. Ég var því kominn á þann stað um haustið að hætta einfaldlega í fótbolta. Siggi Björgvins fékk mig hins vegar ofan



af því. Hann var fullviss um að okkur Ian Ross, þjálfari liðsins, myndi koma vel saman og leikstill hans myndi henta mér vel. Hann væri fljótur að spotta karaktera og hann taldi að karakterar okkar myndu liggja vel saman, hann myndi fíla mig og ég myndi fíla hann. Hann hafði rétt fyrir sér í því“.

Árið 1994 lék Kristinn sitt langbesta tímabil í mjög sterku Keflavíkurlíði sem endaði í 3. sæti í efstu deild. Að því tímabili loknu var Kristinn kosinn leikmaður ársins hjá Keflavík. Spilamennska Keflavíkurlíðsins á þessum árum var góð og framtíðin virtist björt. Líðið missti hins vegar marga leikmenn eftir að hafa lent í 3. til 4. sæti 1993, 1994 og 1995 sem gerðu væntingarnar fyrir tímabilið 1996 ekki eins miklar og ætla mætti. Varð það raunin að Keflavíkurlíðið barðist við botninn allt tímabilið. Þeirri baráttu lauk ekki fyrr en í eftirminnilegri lokaumferð gegn ÍBV þar sem Þórarinn „bjargvættur“ Kristjánsson skoraði sigurmark Keflavíkur í blálokin eftir að hafa komið inn á sem varamaður. Með markinu tryggði hann veru liðsins í efstu deild.

TÍMABILÍÐ 1997

Ekki verður annað sagt en tímabilið 1997 hafi verið stórt fyrir Kristinn og Keflavík. Keflavíkurlíðið byrjaði það tímabil með glæsibrag í deildinni. Líðið vann fyrstu sex leikina og að ellefu umferðum loknum var líðið í efsta sæti. Kristinn segir þó að þá hafi áföllin riðið yfir: „Ólafur Gottskálks-

son markmaður var seldur til Hibernian um mitt sumar og á sama tíma sleit Ragnar Steinarsson krossbönd. Þetta var gríðarlegt áfall því þessir tveir voru búnir að vera frábærir. Við vorum með lítinn og óreyndan hóp og þetta voru einfaldlega af stór skörð til að fylla. Óli Gott var langbesti markvörðurinn á landinu og keyrði okkur áfram. Allt sem fór í gegnum varnarlinuna endaði hjá Óla. Hann var í formi lífs síns og þó Bjarki hafi komið og staðið sig ágætlega var einfaldlega mikill munur á þeim. Annar var besti markmaður Íslands en hinn ungur og efnilegur. Raggi Steinars var algjör prímus mótör á miðjunni, algjör hákarl sem át allt inni á miðjunni. Gerði aðra betri í kringum sig. Það hafði mikið að segja upp á liðsbraginn“. Keflavík hafði í sjálfu sér ekki mikla breidd þetta tímabil en mennirnir sem komu inn fyrir Ólaf og Ragnar eða voru á bekknum voru kornungir og óreyndir. Það skal því engan undra að það hafi haft mikil áhrif að missa þessa tvo menn, ekki bara á getu liðsins á vellinum heldur einnig sálrænt á hópinn því þegar sigrar verða jafntefli og lið missa lykilmenn í stað þess að styrkjast er hættan sú að erfiðt verði að snúa blaðinu við. Og það er það sem gerðist. „Það eru auðvitað margir samverkandi þættir sem valda því að það fór sem fór eins og ég hef komið inn á. Stemmningin í hópnum og í öllu samfélaginu var mikil. Það hefði verið gaman að sjá hve langt við hefðum geta farið með Óla og Ragga allt tímabilið. Ég er þess fullviss að ef þeir hefðu klárað mótið með okkur hefðum við farið alla leið og tekið titilinn. Trúin og hversu þéttur hópurinn var og mikill vinskapur var innan hans gaf það einfaldlega til kynna.“

Keflavík lauk tímabilinu í 6. sæti þetta ár með 24 stig sem verður að teljast heldur rýr uppskera sé tekið mið af því að 18 stig fengust í fyrstu sex leikjunum. Í lok tímabilsins fékk Keflavík hins vegar tækifæri til að bæta upp fyrir það sem farið hafði úrskæiðis í deildinni. Þannig tækifæri gefast sjaldan og Keflvíkingar voru staðráðnir í að nýta það, sem þeir og gerðu. Stóð líðið uppi sem sigurvegari í Bikarkeppninni þar sem líðið sigraði Íslandsmeistara ÍBV í vítaspyrnukeppni 5-4 í endurteknum úrslitaleik þar sem okkar maður kom heldur betur við sögu líkt og komið var inn á í inngangi þessa viðtals. Þegar Keflavík mætir ÍBV í endurteknum leik var tímabilinu í deildinni lokið en Eyjamenn höfðu orðið Íslandsmeistarar með glæsibrag og þóttu því sigurstranglegir. Keflavíkurlíðið var hins vegar mjög einbeitt fyrir leikinn og menn ætluðu sér að ná í þennan titil. Kristinn segir að uppleggið fyrir leikinn hafi verið svipað og í öðrum leikjum þetta tímabil, þ.e. vera þéttur og fá ekki á sig mark því þá þyrftu þeir bara að skora eitt. Keflavík hafi ekkert endilega planað að liggja aftarlega heldur vera þéttur og hlaupa og berjast í alla bolta. Þegar kom að vítaspyrnukeppninni voru fyrstu fimm leikmennirnir þegar ákveðnir. Þegar ljóst var að grípa þurfti til bráðabana í stöðunni 4-4 kom Gunnar Oddsson á miðjuna og spurði hvort Kiddi eða Kalli ætluðu að taka næstu spyrunu: „Ég sagði bara „ég skal taka það!“ Síðan fylgjumst við með Venna, sem hafði í raun aldrei áhuga á að taka vítið fyrir ÍBV, brenna af og þá gerðist eitthvað. Það kom eitthvað yfir mig. Ég labbaði bara að vítapunktinum og horfði aldrei á markmanninn. Ég tók boltann úr höndunum á dómranum. Horfi á markið. Það var stórt og það var rosalega nálægt mér. Ég sá aldrei markmanninn. Þú ert aldrei að fara klikka þegar staðan er þannig. Þegar markið er stórt og nálægt þér þá áttu bara ekki sjans á að klikka. Ég skoraði svo bara í bláhornið, tók Thomas Brolin snúninginn og hljóp svo inn í fögnuðinn“. Stemmningin í Keflavík í kjölfarið, bæði hjá líðinu og í samfélaginu öllu, var einstök. Sigurgleðin var

mikil enda í fyrsta skipti síðan 1975 sem liðið fagnaði bikarmeistaratitli í fótbolta og flestir að vinna sinn fyrsta titil. „Ég held að þetta sé skemmtilegasti tími minn í Keflavík. Liðsheildin þetta tímabil var geggjúð. Hópurinn var eingöngu skipaður heimamönnum en ég held að lykillinn að árangri fyrir lið eins og Keflavík sé að kjarninn sé skipaður heimamönnum“.

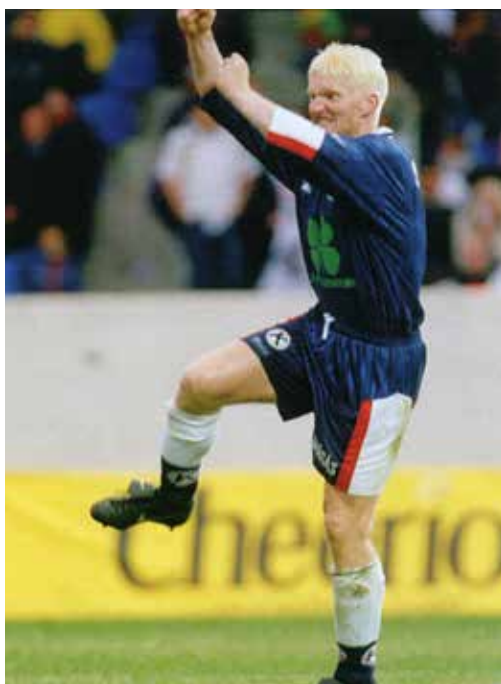
ALDREI ÆTLUNIN AÐ SPILA FYRIR ANNAD LIÐ EN KEFLAVÍK

Kristinn hélt áfram að spila lykilhlutverk í Keflavíkurlíðinu næstu tvö tímabil en segja má að í lok tímabilsins 1999 hafi meidsli farið að setja enn stærri strík í reikninginn. Ákvað Kristinn til að mynda að söðla um og fara í Skallagrím árið 2000 en Skallagrímur spilaði í næst efstu deild. „Páll Guðlaugsson var að þjálfar Keflavík þetta tímabil en í byrjun sumarsins tilkynnti hann mér það ég myndi ekki spila meira undir hans stjórn þegar ég tilkynnti honum að ég væri með brjósklos. Þetta var mér auðvitað smá áfall. Í grunninn hafði ég ekki aldrei sérstaka löngun til að spila fyrir annan klúbb á Íslandi en Keflavík. Þarna, og síðar, komu hins vegar upp aðstæður sem maður sá ekki fyrir og því lét maður slag standa. Óli Þór Magnússon vinur minn var að þjálfar Skallagrím og ákvað ég því að fara þangað“ Árið 2001 sneri Kristinn aftur til Keflavíkur sem þá var undir stjórn Gústafs Björnssonar. „Mér gekk mjög vel framán af vetri en í mars reif ég lærvöðva og var frá fram í júní. Ég náði að spila tvo leiki en meiddist svo illa í æfingaleik og þá var þetta eiginlega búíð. Ég hafði ákveðið að ná einu góðu lokatímabili og hætta svo en úr varð að ég náði aðeins öðru markmiðinu, þ.e. að hætta. Það varði þó ekki lengi því veturinn 2002 lá Valdimar Kristófersson þjálfari Stjórnummar lengi í mér að spila. Úr varð að ég tók slaginn með Stjórnummi sem þá var næst efstu deild. Það gekk bara vel framán af en 18. júní meiddist ég illa í vinnuslysi sem hélt mér utan valla í tvo mánuði og náði ég því bara að spila nokkra leiki“.

Kristinn segir að þó það hafi verið fín reynsla að spila með Skallagrími og Stjórnummi hafi mesti lærdómur þessara tveggja tímabila verið hversu gott hann hafði það í Keflavík og hvað honum hafi liðið vel í sínu uppeldisfélagi. „Ég sá það bara þarna að mig langaði bara að spila fyrir Keflavík og þar lá drifkrafturinn“. Síðustu leikina á ferlinu lék Kristinn svo með Víði í Garði sumarið 2003 en hvernig kom það til? „Mér og Karli Finnboga-syni vini mínum var boðið að taka saman við Víði sem spilandi þjálfarar. Við létum til leiðast en Víðir spilaði þarna í þriðju deildinni. Liðið endaði tímabilið í 4. sæti en eftir tímabilið taldi ég þetta komið gott og hætti. Meidsli voru auðvitað stór þáttur í því að ég hætti. Þó ég hafi verið ungur miðað við boltann í dag, 32 ára, þá hafði ég bara ekki líkamann í þetta lengur. Ég fann það bara að skrokkurinn var farinn. Ég var einfaldlega búinn á því og hafði ekki meira „drive“.

LITID TIL BAKA

Ferill Kristins í meistaraflokki Keflavíkur spannar næstum tvo áratugi. Þegar hann var að byrja sinn feril voru menn á borð við Rúnar Georgsson (Bangsi), Þorsteinn Bjarnason, Sigurð Björgvínsson, Einar Ásbjörn Ólafsson og Valþór Sigþórsson lokametrum ferilsins. Kristinn minnst þessara leikmanna og þeirra sem síðar komu með hlýju og gleði. „Þann tíma sem ég æfði og lék með Keflavíkurlíðinu kynntist maður nokkrum af eftirminnlegustu karakterum íslenskrar knattspyrnusögu. Margir þessara manna eru þeir liflegustu sem maður hefur upplifað en þó voru þeir einnig margir rólegir og yfirvegaðir. Allur þessi tími skilur auðvitað eftir sig haug af minningum.“



Þegar Kristinn er fenginn til að rifja upp þessa miklu karaktera og þá leikmenn sem kannski höfðu mest áhrif á hann kemst hann ekki hjá því að telja upp flesta leikmennina sem léku með liðinu 1994.

- **Ragnar Margeirsson:** Frábær leikmaður og góður drengur. Ég kynntist honum eiginlega ekki fyrr en hann kemur aftur til Keflavíkur 1994. Hann var þá frábær en ferillinn á niðurlíð. Ég hafði aðeins kynnst honum þegar ég fór á nokkrar æfinga sem þjakkur 1987 og 1988. Hann var ógleymanlegur leikurinn gegn Leiftri sumarið 1996. Leiftur var með mjög gott lið þetta sumar en við vorum í basli, enda smá kynslóðaskipti. Raggi var að drepast í hnénu og nánast á öðrum fæti. Gamli átti hins vegar frábæran leik og áttu í stökustu vandræðum með hann. Sá hafði hæfileika og styrk.
- **Gunnar Oddsson:** Gunnar Odds kemur til okkar í Keflavík árið 1993 frá KR. Hann hafði strax mikil áhrif á hópinn, ekki bara sem frábær leikmaður heldur líka sem sterkur karakter. Hann var sannur fyrirlíði fram í fingurgóma.
- **Sigurður Björgvínsson:** Mjög sterkur og stór karakter í hóp. Hann gerði miklar kröfur til leikmanna en ekki síður til síns sjálfs. Ég á Sigga ýmislegt að þakka. Besta

dæmið er kannski þegar hann kom í veg fyrir að ég hætti 1993 eftir leiðindameidsli. Sigggi á það skuldaust

- **Karl Finnbogason:** Ég þekkti Kalla ekkert fyrr en hann kom á æfingu hjá Keflavík 1992. Hann varð einn af mínum allra bestu vinum frá þeirri stundu. Mjög góður fótboltamaður og virkilega skemmtilegur náungi. Nagli sem var harður í horn að taka.
- **Jakob Jónharðs:** Virkilega skemmtileg týpa sem elskaði að komast inn í hausinn á andstæðingunum. Þegar það gekk þá vorum við alltaf í þokkalegum málum. Kobbí var frábær miðvörður en því miður átti hann í basli með meidsli sem tóku of mikið af hans ferli.
- **Raggi Steinars:** Toppmaður og mjög sterkur karakter. Var alltaf 100% í öllu.
- **Gestur Gylfason:** Var frábær íþróttamaður og hefði alveg eins getað orðið lykilmáður í körfubolti liði Keflavíkur. Virkilega duglegur og flottur íþróttamaður.
- **Óli Þór Magnússon.** Örugglega einn besti striker á Íslandi 1992-1994. Við æfðum mikið saman aukalega og á ég honum mikið að þakka.
- **Kjartan Einarsson** Hreint frábær fótboltamaður. Synd að hann skildi fara frá okkur eftir tímabilið 1995.
- **Georg Birgisson.** Mjög hæfileikaríkur leikmaður sem missti alltof mikið úr vegna hnémeidsla. Algjör synd
- **Ólafur Gottskálksson.** Geggjáður markmaður og íþróttamaður.
- **Jóhann B. Magnússon.** Hrikalega duglegur og ósérhlífinn leikmaður og félagsmaður.
- **Marco Tanasic:** Virkilega flottur leikmaður sem féll vel inn í þennan hóp.

Allt eru þetta strákar sem spiluðu með Keflavík tímabilið 1994. Robbi Sig, Jóhann B Guðmundsson, Guðjón Jóhannsson og Sverrir Þór Sverrisson stigu þarna sín fyrstu skref. „Ég fer ekki ofan af því að það sé besta lið sem ég spilaði fyrir. Ekki einungis vegna gæða leikmanna heldur vegna liðsheildarinnar og allra þeirra ógleymanlegu karaktera sem skipuðu liðið en hver leikmaður var einstakur á sinn hátt.“ Þeir leikmenn sem hér um ræðir voru allt leikmenn sem léku með Kristni í upphafi meistaraflokksferils hans og

svo á hátindi ferils hans í Keflavík. Kristinn var einnig svo heppinn að ná í skottið á nýrri kynslóð keflvískra fótboldamanna áður en ferlinum lauk. Þetta voru leikmenn eins og Eysteinn Hauksson, Jóhann Birnir Guðmundsson, Hauk Inga Guðnason, Þórarinn Kristjánsson, Guðmund Steinarsson og svo síðar Hólmar Örn Rúnarsson, Harald Guðmundsson og Magnús Þorsteinsson. „Þegar flestir þessara drengja koma upp var farið að síga á seinni hluta míns ferils. Ég var farinn að meiðast mikið og þegar þú ert ekki „natural talent“ þá eru aðrir þættir mikilvægir. Hjá mér var það hugarfarið og að vera í góðu standi. Vegna þeirra meiðsla sem ég var að lenda í var standið einfaldlega ekki til staðar og því náði ég því miður færri mínútum með þessum strákum en ég hefði viljað. En sá Kristinn einhvern mun á þessari nýju kynslóð knattspyrnumanna og þeirri sem hann hafði kynnst í upphafi? „Auðvitað er alltaf einhver munur milli kynslóða enda er leikurinn í stöðugri þróun. Það má kannski segja að mesti munurinn hafi verið í boltatækni enda ólíku saman að jafna þegar menn skoða æfingaaðstöðu milli þessara kynslóða. Hugarfar eldri kynslóðanna var þó ekkert síðra en þeirra yngri nema síður sé.“

AFREK ÚT AF FYRIR SIG AÐ SPILA MEÐ KEFLAVÍK

Þegar litíð er yfir knattspyrnuferil Kristins eru augljósustu afrek hans bikarmeistaratitillinn árið 1997 og að vera valinn leikamaður ársins hjá Keflavík 1994 og 1997. Kristinn vill einnig meina að það hafi ekki verið síður afrek í sjálfu sér að ná að spila með sterku Keflavíkurlíði öll þessi ár. Á ferli sínum spilaði Kristinn 175 opinbera KSÍ leiki og 12 Evrópuleiki en það var einmitt að loknum einum slíkum í Inter Toto kepninni 1995 sem skoska liðið Patrick Thristle sýndi Kristni áhuga. „Það er kannski smá eftirsjá að hafa aldrei stokkið á þennan möguleika. Þarna hefði maður kannski átt að ýta á þetta og fá að fara því það er aldrei að vita hvernig úr hefði spilað ef maður hefði látið slag standa. Það var auðvitað ansi stórt afrek fyrir leikmann eins og mig að spila með Keflavík í öll þessi ár. Ekki var nú verra að atvinnumannalið skildi sýna manni áhuga þó aldrei hafi orðið úr því að ég færi út. Ég verð nú seint talinn Michael Jackson keflvískrar knattspyrnu, þ.e. engin barnastjarna. Eins og ég nefndi áður hafði ég ekki „natural talent“ eins og margir aðrir. Ég þurfi þar að leiðandi að hafa mikið fyrir minni, leggja mikið á mig, sýna mikla þrautsegju og þolinmæði. Einhverjir leikmenn hefðu hætt í öllu því mótlæti sem ég lenti í og farið að gera eitthvað annað.“ Orð að sönnu hjá þessum mikla baráttuaxl sem er ágæt sönnun þess hvað hugarfar, dugnaður, vilji og jákvæðni geta fleytt mönnum langt í þeim verkefnum sem þeir taka sér fyrir hendur hvort sem um er að ræða íþróttir eða annað.

LÍFIÐ EFTIR FÓTBOLTAFERILINN

Eftir að knattspyrnuferli Kristins lauk fór hann út í þjálfun. Kristinn stundaði nám við íþróttaháskólann á Laugavatni á árunum 2002 - 2005. Þegar Kristinn hóf nám var ferill hans leikamaður að líða undir lok og má segja að fá þeim tíma hafi myndast áhugi á þjálfun. Fyrstu skref hans á þeim vígstöðum var eins og áður segir með Víði í Garði árið 2003, þar sem hann var spilandi þjálfari. Því næst lá leiðin til Keflavíkur þar sem hann var aðstoðarþjálfari meistaraflokks karla á árunum 2005-2007 ásamt því að þjálfar 2. flokk 2005-2006. Kristinn naut tímans í Keflavík en þar var hann aðstoðar- maður Kristjáns Guðmundssonar. Kristinn tók svo við Víking Ólafsvík 2009 en staldraði stutt við því tímabilið eftir tók hann að sér að vera aðstoðarþjálfari Óla Þórðarsonar hjá Fylki. Þrátt fyrir að



hafa haft marga frábæra og áhrifamikla þjálfara í gegnum tíðina segir Kristinn að enginn þeirra hafi í raun beint sér á þjálfarabrautina; „Ég get ekki sagt að einhver þjálfari hafi verið að beina mér á þessa braut. Hins vegar höfðu allir þjálfararnir einhver áhrif á mann. Suma þjálfara skilur maður svo betur þegar maður fór sjálfur að þjálfar. Ian Ross hafði mjög mikil áhrif á mig og mér gekk vel undir hans stjórn. Kjartan Másson var auðvitað sá sem gaf mér fyrsta tækifærið og skipar stóran sess. Pétur Péturs fannst mér líka hafa góð áhrif á mig ásamt auðvitað Sigga Björgvins og Gunna Odds sem skiluðu Keflavík eina titlinum þann tíma sem

ég var leikamaður.“ Eftir að Kristinn lauk námi við Laugarvatn starfaði hann um hríð í Myllubakkaskóla og kveðst hann hafa átt frábær ár þar áður en hann flutti á Akranes. Kristinn hefur verið búsettur á Akranesi frá árinu 2011 þar sem hann býr í dag ásamt eiginkonu sinni Steindóru Steinsdóttur, fyrrum landsliðsmarkverði í knattspyrnu og börnunum hennar tveimur Daniel Hjörvari og Mariu Mist. Frá því Kristinn flutti á Akranes hefur hann þjálfað mikið yngri flokka hjá ÍA ásamt því að taka við mfl kvk hjá félaginu hluta tímabilsins 2016 og þjálfar mfl kk hjá Skallagrím 2019 en það var síðasta þjálfarastarf Kristins. „Áhugi minn á þjálfun var aldrei sá sami og áhugi minn fyrir því að spila. Ég sá það og fann það alveg frá upphafi. Það var samt skemmtilegt að prófa þjálfun og auðvitað gríðarlega lærdómsríkt. Sérstaklega þótti mér tíminn hjá Keflavík þar sem ég var með Kristjáni Guðmunds skemmtilegur enda var árangurinn hjá liðinu ágætur.“

Kristinn starfar í dag sem deildarstjóri yfir tréiðnaðardeild Fjölbautaskóla Akraness en á meðan hann spilaði vann hann sem smiður hjá Hjalta Guðmundssyni í Keflavík sem var frábær vinnuveitandi fyrir knattspyrnumann. Hann og Steindóra konan hans eru bæði kennarar sem gerir það að verkum að þau ná að njóta mikils tíma saman að vinnu lokinni en fjölskyldunni lýður mjög vel í samfélaginu á Akranesi. Utan vinnu liggja áhugamál kappans í líkamsrækt en hann er duglegur að hlaupa og lyfta. Þá prófaði Kristinn golf í sumar sem gekk ágætlega og hyggur hann á meiri landvinninga á þeim vettvangi í framtíðinni. Það verður ekki hjá því komist að finna hversu hlýjan hug Kristinn ber til heimahaganna og hversu augljóst það er hve mikill Keflvíkingur kappinn er. Það liggur því beinast við að spyrja hvernig honum hafi dottið í hug að flytja á Akranes? „Ég veit ekki hvernig mér datt það í hug. Nei, nei ef gríninu er nú sleppt þá var það svo að ég kynntist yndislegri konu sem átti yndisleg börn og það lá beinast við að ég myndi flytja á Akranes enda auðveldara fyrir mig að flytja einn en hún með þau tvö.“ Og þó Kristinn sakni sannarlega Keflavíkur sér hann þó ekki fram á að flytja aftur á heimahagana í náninni framtíð. „Mig langar auðvitað alltaf að koma til Keflavíkur. Það er minn bær en ætli það verði nokkuð að því úr þessu. Ég kem auðvitað reglulega til Keflavíkur. Ég er duglegur að mæta á fótbolta- og körfuboltaleiki. Hingað kem ég á fimmtudögum til að spila með Old Boys sem er frábær hópur og svo svo held ég góðum tengslum við móður mína og bróður sem búa í Keflavík. Keflavík verður alltaf staðurinn minn og mitt annað heimili. Hér eru allar stóru minningarnar úr skóla og íþróttum og félagslífinu og því er ekkert óeðlilegt að maður horfi hlýtt til Keflavíkur þó maður eigi heima annarsstaðar. Sama hvar maður býr er gott að vera Keflvíkingur, alltaf og alls staðar.“

Sannur *Keflvíkingur*

Flestir Keflvíkingar hafa eflaust heyrt orðtækið Sannur Keflvíkingur en líklega ekki allir sem vita nákvæmlega hvað það stendur fyrir. Þetta er nefnilega víðtækt hugtak og getur í raun staðið fyrir margt og í góðu lagi að Keflvíkingar leggi sinn eigin skilning og túlkun í hvað þeim finnst vera Sannur Keflvíkingur.

Við í Knattspyrnudeild Keflavíkur höfum undanfarið sett niður ákveðna skilgreiningu á hugtakinu Sannur Keflvíkingur og langar okkur að fjalla um það hér. Skilgreiningin er sett upp þannig að hver stafur í orðinu Keflavík stendur fyrir ákveðið gildi sem er einkennandi fyrir Sanna Keflvíkinga. Gildin eru einföld og skýr og eiga allir Keflvíkingar, ungir sem aldnir að geta tileinkað sér þau.

Gildin sem einkenna alla Sanna Keflvíkinga eru hugtökin; Kraftur, Efling, Frumkvæði, Leikgleði, Agi, Vilji, Íþróttamennska og Kunnátta.

Kraftur vísar til þess að maður eigi alltaf að setja 100% kraft í þau verkefni sem maður tekur sér fyrir hendur. Framfarir eiga sér stað þegar allar æfingar, leikir og önnur tengd verkefni eru unnin af fullum krafti. Gerum okkur einnig grein fyrir utanaðkomandi atriðum sem við getum stjórnað sem hafa áhrif á kraftinn okkar svo sem svefn, næringu og fleira.

Efling gefur til kynna að þú eigir alltaf að leitast við að ná að efla þig og bæta. Maður getur alltaf bætt sig í einhverjum þáttum. Það sem skilur á milli þeirra sem ná langt er það hverjir eru tilbúnir til þess að vinna í sínum veikleikum og styrkja þá þannig að veikleikarnir verði að styrkleikum. Leggðu vinnu í



að efla sjálfan þig en leggðu einnig áherslu á að efla samherja þína og félagið þitt um leið.

Frumkvæði gefur til kynna að þú verður fyrst og fremst að treysta á sjálfan þig. Leggðu þig alltaf fram, gerðu hlutina heilshugar jafnvel þó enginn sé að fylgjast með eða segja þér hvað þú átt að gera.

Framfarir og árangur kemur ekki af sjálfu sér, sýnum frumkvæði í að ætla okkur að ná þangað sem við óskum okkur. Sannir leiðtogar sýna frumkvæði innan vallar sem utan.

Leikgleði vísar til þess að gleði og ánægja við að spila leikinn verður að vera til staðar. Mættu á æfingar, leiki eða aðra viðburði liðsins utan vallar sérstaklega með það að markmiði að það sé skemmtilegt.

Agi snýst um það að alveg sama þó einhverjir hlutir séu erfiðir eða leiðinlegir þá gerum við þá samt. Sannir Keflvíkingar elska að gera erfiðar æfingar. Ef maður gerir aldrei það sem manni finnst erfið og heldur jafnvel að maður geti ekki þá nær maður ekki árangri. Það þarf að hafa aga þegar hugurinn býr til afsakanir af hverju þú ættir að sleppa æfingu eða hlaupa aðeins minna.

Vilji vísar til þess að þú átt alltaf að gera allt sem í þínu valdi stendur til að hámarka frammistöðu þína og liðsins. Leggðu allt sem þú átt í verkefnið og sýndu viljann í verki á vellinum. Ert þú búinn að gera þitt allra besta?

Íþróttamennska vísar til þess að þú ert íþróttamaður og þín hegðun og hugsun skilgreinist út frá því. Hugsaðu vel um líkamlega og andlega heilsu, svefn, næringu og aðra þætti sem styrkja þig sem íþróttamann. Vertu fyrirmyndar félagsmaður, taktu þátt í verkefnum utan vallar fyrir liðsfélagana og félagið þitt.

Kunnátta gefur til kynna að þú skulir alltaf leggja áherslu á tæknilega kunnáttu. Hugsaðu einnig þannig að þú getur alltaf bætt þína kunnáttu og orðið betri, jafnvel þó þér finnst þú kunna eitthvað upp á tíu.

Tileinkaðu þér þessi gildi og vertu sannarlega, Sannur Keflvíkingur! Sólrún Sigvaldadóttir Yfirþjálfari yngri flokka kvenna hjá knattspyrnudeild Keflavíkur.

SANNUR KEFLVÍKINGUR

Kraftur

Efling

Frumkvæði

Leikgleði

Agi

Vilji

Íþróttamennska

Kunnátta





Nýstofnuð rafíþróttadeild

Nú á haustdögum var stofnuð ný deild innan félagsins, rafíþróttadeild. Þetta er því 9. deildin innan Keflavíkur. Stjórn deildarinnar var skipuð á fundinum og þau eru:

Arnar Már Halldórsson, formaður, Ólafur Þór Berry, Elvar Bjarki Friðriksson, Birna Ármey Þorsteinsdóttir, Jónas Guðni Sævarsson, Davíð Stefánsson, Sindri Kristinn Ólafsson og Nacho Heras Anglada.

Rafíþróttir hafa farið vaxandi hér á landi og er komin keppnisdeild í íþróttinni. Á næstunni munu æfingar hefjast hjá deildinni og undirbúningur hefur verið í fullum gangi. Skilgrein-



ing rafíþróttir eru tölvuleikir á forsendum íþróttar. Við leggjum upp með að hafa markvissar æfingar, kenna iðkendum að vera hluti af liði, að hugsa

um líkamann, hreyfingu og vera í góðu formi, að hugsa um andlega heilsu og nálgast spilun með sjálfsbetrunar hugarfari. Það er mikilvægt að börn og unglingar hittist í hópum á æfingum til að brjóta upp félagslega einangrun sem oft er tengd spilun tölvuleikja. Einnig er okkur mikilvægt að fræða foreldra um netöryggi og tölvuleikjaspilun. Til gamans má geta að KSÍ hefur stigið stórt skref í að fá rafíþróttir viðurkenndar sem íþróttagrein og komið á fót úrvalseild í e-fótbolta. Þar eigum við einn af toppspilurum sem keppir undir merkjum Keflavíkur, Alexander Aron Hannesson.

Stefnan er sett á að vera með æfingar

fyrir 8 ára og eldri, kenna þeim skynsama notkun á tölvuleikjum og hvað er heilbriggt. Aðstaða hefur verið sett upp í 88 húsinu fyrir deildina og nú er verið að vinna í að fjárfesta í búnaði og setja upp. Það er mikilvægt að eiga gott samstarf við Reykjanesbæ og við erum afar þakklát þeim hversu vel hefur verið tekið í þetta verkefni þar á bæ.

Keflavík, íþróttta og ungmennafélag er afar stolt af því að geta boðið uppá rafíþróttir innan félagsins og höfum við trú á að rafíþróttir muni ná góðu brautargengi hér í bæjarfélaginu okkar.

Hjördís Baldursdóttir
Íþróttastjóri Keflavíkur.

Drengir í 3. - 6. bekk skrifuðu undir samning

Á haustdögum skrifuðu drengir í 3.-6. bekk undir "samninga" við félagið þar sem þeir hétu því að leggja sig alla fram, styðja hvern annan og hafa leikgleðina og félagsandann í forgrunni. Strákarnir hafa stundað æfingar af kappi og hlakka til að keppa á komandi mótum vetrarins. Þjálfarar drengjanna eru Sigurður Friðrik Gunnarson, Kolbeinn Skagfjörð Jósteinsson og Sindri Kristinn Ólafsson.



3. og 4. bekkur drengja



5. og 6. bekkur drengja

Fagmenn á heimavelli

Pacta lögmenn óska viðskiptavinum sínum og Suðurnesjamönnum öllum gleðilegrar hátíðar

Guðný Petrína Þórðardóttir
lögfræðingur

Elías Kristjánsson
lögmaður

Guðný og Elías eru hluti af öflugri liði á þriðja tug Pacta lögmanna, tilbúin að veita þér afburða lögfræðipjónustu og ráðgjöf.

Við hjá Pacta lögmönnum bjóðum upp á alla almenna lögfræðipjónustu fyrir einstaklinga, fyrirtæki, sveitarfélög og stofnanir. Við veitum viðskiptavinum okkar persónulega þjónustu á þrettán starfsstöðvum víðsvegar um landið. Með samræmdu upplýsingakerfi og samskiptalausnum hafa lögmenn Pacta einstakan aðgang að reynslu og sérþekkingu annarra lögmanna stofunnar, hvar sem þeir starfa á landinu.

■ Hafðu samband við okkur í síma 440 7900 eða á netfangið pacta@pacta.is

PACTA
L Ö G M E N N

Krossmóa 4a · 260 Reykjanesbæ · Sími 440 7900



9. flokkur stúlkna bikarmeistarar 2020



10. flokkur stúlkna bikarmeistarar 2020

Barna- og unglíngaráð Körfuknattleiksdeildar:

Annáll & uppskera keppnistímabilið 2019-2020

Árangur keppnisiðna 2019-2020

Keflavík sendi lið til keppni í öllum aldursflokkum á Íslandsmóti yngri flokka eða 15 flokka alls. Í MB flokkum voru send b- og í sumum tilvikum c-lið til keppni. Í bikarkeppni KKÍ sendi Keflavík lið í öllum aldursflokkum eða alls 7 lið en þátttökurétt eiga 9. flokkur og eldri.

Íslandsmótið voru því miður ekki klárað þetta keppnistímabil sökum covid-19 veirunnar en sem betur fer náðist að klára bikarkeppni yngri flokka í tæka tíð. Uppskeran var góð og kom hún eins og oft áður hjá stúlkunum. Af 7 bikartitlum yngri flokka sem í keppt var um í, vann Keflavík 2 titla í 9. og 10. flokki stúlkna.

Úrslitaleikurinn í 9. flokk stúlkna var leikur Keflavíkur og KR. Eftir jafnar fyrstu mínútur tóku Keflavíkingar öll völd á vellinum og keyrðu upp muninn. Á endanum vann Keflavík 25 stigum sigur 70-45 en þær leiddu mesta allan leikinn. Í leikslok var Jana Falsdóttir valin maður leiksins en hún var einu frákasti frá þrennu. Hún var með 20 stig, 11 stolta bolta og níu fráköst.

Úrslitaleikurinn í 10. flokk stúlkna var leikur Keflavíkur og Njarðvíkur. Sigur Keflavíkinga var aldrei í hættu en Njarðvíkingar gáfust aldrei upp og börðust þær fram á síðustu sekúndu. Í leikslok var Anna Lára Vignisdóttir valin besti maður leiksins en hún skoraði 20 stig, tók 6 fráköst og gaf 5 stoðsendingar.

Keflvíkingar eru sem fyrr, það félag í körfubolta á Íslandi sem hefur unnið til flestra verðlauna í yngri flokkunum, eða alls 235 Íslands- og bikarmeistaratitla.

Fjölliðamót, sem hluti af Íslandsmótum yngri flokkanna, hefur verið stór þáttur í starfsemi félagsins. Fjöldamörg mót voru haldin í Keflavík tímabilið 2019-2020 og þar koma fjölmargir félagsmenn að dómgæslu, ritararborðum, afgreiðslu í sjoppu o.s.frv. Barna- og unglíngaráð hefur lagt mikla áherslu á að skorast ekki undan því að halda slík fjölliðamót í Blue-höllinni í Keflavík og vanda til verka eins og kostur er. Iðkendur í 1.-4. bekk keppa ekki á Íslandsmóti en voru þau dugleg við að sækja minnibolta-mót félaganna sem í boði voru fyrir þennan aldursþóp.

Nettómótið 2020

Barna- og unglíngaráð stóð að venju í samstarfi við U.M.F.N. að framkvæmd Nettómótsins sem fara átti fram helgina 7.-8. mars 2020 en mótið hefur fyrir löngu tekið sér sess sem stærsta körfuboltamót á Íslandi. Gríðarleg vinna hafði farið fram við undirbúning mótisins þar sem þetta átti að vera 30. ára afmælistímót en á föstudeginum fyrir mótshelgina var lýst yfir neyðarstigi vegna covid-19 veirunnar og því var engin annar möguleiki í stöðunni en að aflysa mótinu á síðustu stundu.

Næsta Nettómót er áætlað helgina 6. og 7. mars 2020 en óvissan er mikil og því á vissulega eftir að koma í ljós hvort hægt verði að halda mótið í vetur.

Nettómótið hefur verið haldið með góðum styrk frá Nettó og svo hefur Reykjanesbær lánað út öll íþróttamannvirki, sem og grunnskóla til gistingar fyrir iðkendur. Auk þess koma fjölmörg önnur fyrirtæki í Reykjanesbæ að mótinu með beinum og



7. bekkur drengja

óbeinum styrkjum. Fjöldamörg fyrirtæki höfðu lagt í nokkurn kostnað vegna mótsins og ekkert af þeim fyrirtækjum krafðist endurgreiðslu á þeim kostnaði. Barna- og unglíngaráð færir þessum aðilum sínar bestu þakkir fyrir þeirra framlag og vinnu.

Unglingalandsliðsfólk Körfuknattleiksdeildar 2020

Fjölmargir iðkendur Körfuknattleiksdeildar Keflavíkur voru valdir í æfingahópa yngri landsliðanna U15, U16, U18 og U20 fyrir verkefni sumarsins. Því miður varð lítið úr landsliðsverkefnum þetta sumarið og svo fór að lokum að öllum mótum yngri landsliða var aflyst. Lokahópar voru því ekki valdir.

Lokahóf yngri flokka 2020 - VIDURKENNINGAR

Lokahóf barna og unglíngadeildar var með breyttu sniðið í ár sökum Covid veirunnar og í ár var eingöngu iðkendum í 7. flokki og upp úr boðið á lokahófið. Boðið var upp á pylsur og með því eins og hefðin segir til um. Lokapartý voru haldin fyrir iðkendur í 1.-6. bekk þar sem gleðin var allsráðandi. Iðkendur voru hvattir til að taka þátt í sumaræfingum og áframhaldandi æfingum næsta vetur.

1. og 2. bekkur stúlkna

Þjálfarar Elvar Snær Guðjónsson og Sara Lind Reynisdóttir

1. og 2. bekkur drengja

Þjálfari Sindri Kristinn Ólafsson

3. og 4. bekkur stúlkna

Þjálfarar Jón Guðmundsson og Edda Karlsdóttir

3. og 4. bekkur drengja

Þjálfarar Kolbeinn Skagfjörð Jósteinnsson og Sigurður Friðrik Gunnarsson

5. og 6. bekkur stúlkna

Þjálfarar Finnur Jónsson og Magnús Þór Gunnarsson

5. og 6. bekkur drengja

Þjálfarar Guðbrandur Stefánsson og Arnór Daði Jónsson

Einstaklingsviðurkenningar veittar iðkendum í 7. flokki og eldri:

Auk verðlauna fyrir mestu framfarir, besta varnarmanninn og besta leikmanninn þá voru einnig veitt sérverðlaun fyrir það að



7. bekkur stúlkna.

vera "Sannur Keflavíkingur". Þessi verðlaun voru veitt þeim einstaklingum sem hafa lagt mikið af mörkum til félagsins. Þau sem mættu vel á æfingar, eru góðir liðsfélagar, hjálpa til á ritararborði og við dómgæslu á mótum og voru ávallt tilbúnir að koma og aðstoða þegar á þurfti að halda. Þeir eru fyrirmyndir að góðum félagsmanni.

7. flokkur drengja

Þjálfari Ricardo Gonzáles Dávila

Mestar framfarir: Dagur Örvarsson

Besti varnarmaðurinn: Hlynur Þór Einarsson

Besti leikmaðurinn: Jóhann Elí Kristjánsson

Sannur Keflavíkingur: Aron Örn Þorleifsson

7. flokkur stúlkna

Þjálfarar Lidia Mirchandani Villar og Sara Lind Kristjánsdóttir

Mestar framfarir: Kamilla Aníska Aref

Besti varnarmaðurinn: Birgitta Rún Björnsdóttir

Besti leikmaðurinn: Hanna Gróa Halldórsdóttir

Sannur Keflavíkingur: Sigrún Ásbjörg Viðarsdóttir

8. flokkur drengja

Þjálfari Ricardo Gonzáles Dávila

Mestar framfarir: Bragi Valur Pétursson

Besti varnarmaðurinn: Jökull Eyfjörð Ingvarsson

Besti leikmaðurinn: Gabríel Aron Sævarsson

Sannur Keflavíkingur: Almar Örn Arnarsson

8. flokkur stúlkna

Þjálfarar Lidia Mirchandani Villar og Sara Lind Kristjánsdóttir

Mestar framfarir: Erna Ósk Snorraddóttir

Besti varnarmaðurinn: Fjóra Dís Guðjónsdóttir

Besti leikmaðurinn: Dzana Crnac

Sannur Keflavíkingur: Erna Ósk Snorraddóttir og Lilja Bergmann Tryggvadóttir

9. flokkur drengja

Þjálfari Finnur Jónsson

Mestar framfarir: Fatih Kaya

Besti varnarmaðurinn: Ariel Gauti Gunnarsson

Besti leikmaðurinn: Kristján Ingólfsson

Sannur Keflavíkingur: Bjarki Fannar Bergþórsson og Leó Máni Quyen Nguyen

9. flokkur stúlkna

Þjálfari Jón Guðmundsson og Marín Rós Karlsdóttir

Mestar framfarir: Agnes Fjóra Georgsdóttir

Besti varnarmaðurinn: Jana Falsdóttir

Besti leikmaðurinn: Jana Falsdóttir

Sannur Keflavíkingur: Bergþóra Ólafsdóttir

10. flokkur drengja

Þjálfari Finnur Jónsson

Mestar framfarir: Aðalgeir Ingimundarson

Besti varnarmaðurinn: Grétar Snær Haraldsson

Besti leikmaðurinn: Logi Ágústsson

10. flokkur stúlkna

Þjálfari Jón Guðmundsson og Marín Rós Karlsdóttir

Mestar framfarir: Agnes Perla Sigurðardóttir

Besti varnarmaðurinn: Anna Lára Vignisdóttir

Besti leikmaðurinn: Agnes María Svansdóttir

Sannur Keflavíkingur: Bergþóra Káradóttir

Drengjaflokkur

Þjálfari Ricardo Gonzáles Dávila

Mestu framfarir: Bjarki Freyr Einarsson

Besti varnarmaðurinn: Magnús Pétursson

Besti leikmaðurinn: Guðbrandur Jónsson

Stúlknaflokkur

Þjálfari Hörður Axel Vilhjálmsson

Mestu framfarir: Ásthildur Eva Hólmarsdóttir Olsen

Besti varnarmaðurinn: Hjördís Lilja Traustadóttir

Besti leikmaðurinn: Anna Ingunn Svansdóttir

Sannur Keflavíkingur: Anna Þrúður Auðunsdóttir, Sara Lind Kristjánsdóttir og Edda Karlsdóttir

Unglingaflokkur

Þjálfari Finnur Jónsson

Mestu framfarir: Árni Geyr Rúnarsson

Besti varnarmaðurinn: Davíð Alexander Magnússon

Besti leikmaðurinn: Veigar Áki Hlynsson

Sannur Keflavíkingur: Arnór Daði Jónsson

Lokaorð

Erfitt og skrítið tímabil er að baki en með sameiginlegu átaki tókst að vinna gríðarlega vel úr mjög erfiðri stöðu sem kom upp á vormánuðum 2020. Barna- og unglíngaráð vill sérstaklega þakka öllum þjálfurum sem störfuðu fyrir félagið í vetur fyrir frábært og uppbyggjandi starf auk fjölmargra foreldra og annarra félagsmanna sem lögðu hönd á plóginn með óeingingörnu framlagi og störfum í þágu unga fólksins.

*Afram Keflavík.
Barna- og unglíngaráð KKDK*



„Jón Guðmundsson hjálfaði 9. og 10. flokk stúlkna tímabilið 2019/2020 en báðir þessir flokkar unnu bikarmeistararitla vetursins. Jón hefur verið ráðinn sem yfirhjálfsari yngri flokka fyrir tímabilið 2020/2021.



8. bekkur drengja



8. bekkur stúlkna



9. bekkur drengja



9. bekkur stúlkna.



10. bekkur drengja



10. bekkur stúlkna



Unglingaflokkur



Stúlknaflokkur



Drengjaflokkur

*Óskum viðskiptavinum
gledilegra jóla og
farsæls komandi árs.
Þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða.*



Brekkustíg 38 • 260 Reykjaneshæ • tsa.is

*Sendum öllum Suðurnesjamönnum
okkar bestu óskir um gleðileg jól
og farsælt komandi ár*



Njarðarbraut 19 - 260 Reykjaneshæ - Sími 420 6600 - www.toyotareykjaneshæ.is

*Óskum viðskiptavinum
gledilegra jóla og
farsæls komandi árs.*

Þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða.



Njarðarbraut 11a - 260 Njarðvík - Sími 421 1118
TJÓNASKOÐUN • RÉTTING • SPRAUTUN

*Óskum Suðurnesjamönnum
gledilegra jóla og farsæls árs.*

Þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða.





Gledileg jól



farsælt komandi ár, þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða



stapaprent Prentsmiðja síðan 1984



Við hefðum farið alla leið *og tekið dolluna*

*Kæru Keflvíkingar
Nú ætla ég að tala
kurteislega frá
hjartanu.*

Það hefur verið venjan að segja frá tímabilinu sem leið og tímabilinu sem nú er í gangi í þessum pistli formanns. Nú er frá litlu að segja, vægast sagt, þökk sé þessari bannsettri veiru sem er að herja á okkur.

Tímabilinu 2019-2020 var slaufað rétt áður en úrslitakeppnin átti að hefjast, á þeim tímavarki vorum við Keflvíkingar í öðru sæti í karlaflokki, með tölfraðilegan möguleika á fyrsta sætinu. Er það mitt mat að við hefðum farið alla leið og tekið dolluna, að mínu mati var líðið okkar á uppleið á þessum tímavarki þegar önnur lið voru á niðurleið eða stóðu í stað. Það sama á við kvennaliðið okkar, við vorum í þriðja sæti er allt var blásið af, búin að spila fjóra leiki við Val sem allir spáðu titlinum og vinna tvo þeirra. Að mínu mati þá vorum við búin að „lesa“ Valsliðið það rækilega að þær kæmu ekki til með að eiga roð í okkur í úrslitakeppninni.

Við í stjórn kkdK urðum fyrir gríðarlegum vonbrigðum er mótið var blásið af, sem var þó mjög skiljanleg ákvörðun hjá KKÍ. En það þýðir lítið að dvelja við það, ákveðið var að semja strax aftur við þau Dominikas Milka, Dean Williams og Daniela Wallen og tryggja okkur þeirra þjónustu fyrir næsta tímabil, enda þrjár af bestu erlendu leikmönnum síðasta tímabils.

Mestu vonbrigðin voru auk þess að tímabilinu var slútað að Magnús Már Traustason ákvað að leggja úrvalsdeildarskóna á hilluna í bili. Það er mikil eftirsjá af þessum mikla



**Ólafur Örvar Ólafsson
formaður KKDK**

meistara og vona ég innilega að hann taki fram skóna sem fyrst og gangi aftur til liðs við okkur.

Svo er það tímabilið í ár, 2020-2021, við erum því miður einungis búin að spila einn leik í deildinni, sigurleikir á móti KR í kvenna og Þór Ak. í karla, mótshald búið að vera í langri „pásu“ síðan. Þetta er hundleiðinlegt ástand og vona ég svo innilega að þegar þú lest þennan pistil, lesandi góður, að deildin sé komin á fullt.

Ein og allir vita er Körfuknattleiksdeild Keflavíkur rekin af sjálfbodaliðum sem hoppa og skoppa í hvaða störf sem eru á öllum heimaleikjum, eða í fjáröflunum og fleira, ef þú lesandi góður hefur áhuga á því að starfa með okkur í þessum rekstri þá er þér velkomið að senda mér póst.

Að lokum þá vil ég þakka öllum þeim sjálfbodaliðum sem starfa með okkur sem og styrktaraðilum sem styrkja þennan rekstur, það er ómetanlegt fyrir okkur að vita af ykkur þarna úti, ég þakka ykkur öllum kær-



lega fyrir ykkar framlag.

Nú líður senn að jólum og viljum við hjá stjórn körfuknattleiksdeild Keflavíkur senda ykkur kær-
víkingar jóla og áramótakveðjur frá leikmönnum og sjálfbodaliðum okkar.



Kær jóla og áramótakveðja



Íþrótt- og ungmennafélag

*Óskar íþróttafélki svo og öðru Sudurnesjafélki
gledilegra jóla og farsældar á nýju ári*

*Sendum öllum Suðurnesjamönnum
okkar bestu óskir um gleðileg jól
og farsælt komandi ár*

BYKO
GERUM ÞETTA SAMAN

*Sendum öllum Suðurnesjamönnum okkar bestu
óskir um gleðileg jól
og farsælt komandi ár*

SJÓVÁ

Hafnargata 36, 230 Reykjanesbæ • Sími 440 2450

*Óskum Suðurnesjamönnum
gleðilegra jóla og farsæls komandi árs.
Þökkum árið sem er að líða.*



*Sendum öllum Suðurnesjamönnum okkar
bestu óskir um gleðileg jól
og farsælt komandi ár*

KEF málin

*Óskum Suðurnesjamönnum
gleðilegra jóla og farsæls komandi árs.
Þökkum árið sem er að líða.*



*Óskum Suðurnesjamönnum gleðilegra jóla
og farsæls komandi árs.
Þökkum árið sem er að líða.*



*Óskum viðskiptavinum okkar,
sem og Suðurnesjamönnum öllum
gleðilegra jóla og farsældar á komandi ári.
Þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða*



SÖLUUMBOÐ ÖSKJU Á REYKJANESI Sími 420 5000

**FLUGELDA
SALA** Knattspyrnudeildar
Keflavíkur

HRINGBRAUT 108
K-HÚSIÐ

OPNUM 28.DESEMBER

OPIÐ 28., 29. & 30.DESEMBER

FRÁ KL.10.00-22.00

OPIÐ GAMLÁRSDAG

FRÁ KL.10.00-16.00



Við treystum á íbúa Reykjanesbæjar að styðja vel við bakið á okkur.
Allur hagnaður deilist á milli karla, kvenna og unglingsdeilda
knattspyrnudeilda Keflavíkur



VIÐ ERUM
MEÐ ÞÉR
TIL ÖRYGGIS



Gerðu heimilið **snjallt**
og öruggt fyrir jólin
með **Snjallöryggi**

Kynntu þér snjallara öryggiskerfi á snjalloryggi.is eða í síma **570 2400**



Jólablað 2020

Skafmiðaleikur
Víkurfretta
og verslana á
Suðurnesjum

SEX ÞÚSUND VINNINGAR
GLÆSILEGIR ÚTDRÁTTARVINNINGAR

ÞÚ FÆRÐ JÓLABLAÐUNA Í 15 VERSLUNUM Á SUÐURNESJUM.
MUNÐ AD FARA MEÐ MIÐA ÁN VINNINGIS Í KASSA Í NETTÓ VERSLANIR.
ÞAD GETUR FYLGT ÞVÍ MIKIL LUKKA AD GERA JÓLAINNKAUPIN Á SUÐURNESJUM



langbest

PIZZERIA • STEIKHÚS

Óskar
Suðurnesjamönnum
gleðilegra jóla
og farsældar á
komandi ári

Emma Jónsdóttir fimleikakona Keflavíkur 2019



Emma Jónsdóttir var fyrr á þessu ári valin í landsliðshóp í blandað lið unglunga og er stefnan sett á að komast á EM 2021.

Fimleikakona Keflavíkur 2019 er Emma Jónsdóttir. Hún er 15 ára og hefur æft fimleika frá þriggja ára aldri. Emma er dugleg og vinnusöm og er svo sannarlega góð fyrirmynd fyrir yngri iðkendur. Hún eyðir flestum stundum í fimleikahúsinu á æfingu eða að þjálfa yngri hópa í hóp fimleikum. Fimleikar skipa það stóran sess hjá Emmu að meira að segja fermingardagurinn var ekki undanskilinn, dagurinn byrjaði á fimleikamóti og þaðan hlaupið í greiðslu og ekki mátti muna miklu á að koma of seint í athöfnina. En það kom ekki til greina að sleppa fimleikamótinu. Dugnaðurinn og vinnusemin hafa skilað sér vel því Emma var fyrr á þessu ári valin í landsliðshóp í blandað lið unglunga og er stefnan sett á að komast á EM 2021.

Við fengum nokkra af yngri iðkendum okkar í fimleikadeildinni til að semja spurningar um það sem þá langar að vita um Emmu.

Hvað varstu gömul þegar þú byrjaðir að æfa fimleika?

Ég byrjaði í krakkafimleikum tveggja eða þriggja ára og er búin að vera í fimleikum síðan.

Æfir þú einhverjar aðrar íþróttir?

Nei ég æfi bara fimleika en ég hef æft bæði sund og körfubolta.

Hver var fyrstu þjálfarinn þinn?

Ég man það ekki, því miður.



Hve oft hefur þú keppt?

Of oft til að hægt sé að telja það.

Hefur þú verið hrædd eða stressuð að keppa?

Já ég verð oftast mjög stressuð þegar ég er að fara að keppa, en það hefur alltaf hjálpað mér mikið.

Ertu tapsár?

Já haha ég er mjög tapsár.

Hefur þú alltaf æft hóp fimleika?

Nei, ég byrjaði í áhaldafimleikum en skipti yfir í hóp fimleika fyrir þremur árum.

Eru hóp fimleikar og áhaldafimleikar ólíkir?

Já mér finnst það vegna þess í áhaldafimleikum er maður að keppa í einstaklingskeppni en í hóp fimleikum þá er maður hluti af liði. Í liðinu mínu erum við allar mjög góðar vinkonur hvetjum hvor aðra áfram. Auk þess er ekki keppt á sömu áhöldum.



Hvaða áhald er skemmtilegast?

Mér hefur alltaf fundist trampolín og afturábak umferð skemmtilegast síðan ég kom í hóp fimleika.

Hefur þú slasast í fimleikum?

Ég hef einu sinni handleggsbrotnað og þurfti að fara með sjúkrabíl í bæinn þar sem ég fór í aðgerð. Ég fékk langa og erfiða æfingapásu það árið, ég var held ég 9 ára þannig það er orðið langt síðan þetta var.

Hvað eru margar æfingar á viku og gerir þú aukaæfingar heima?

Ég æfi 6 sinnum í viku. Ég er ekki mikið að taka aukaæfingar heima nema núna út af Covid þá æfi ég alla daga heima. En ég er líka dugleg að æfa armbeygjur heima fyrir Skólahreysti.

Hver er þín fyrirmynd í fimleikum?

Kolbrún Þöll hefur lengi verið fyrirmyndin mín.

Varstu hissa þegar þú varst valin í landsliðshóp?

Já, þetta kom skemmtilega á óvart. Ég var í unglingavinnunni í Akademiunni með vinkonu minni að þrifa glerið á efri hæðinni, síðan kemur mamma og segir „til hamingju“ en ég fatta ekkert. Síðan segir hún mér að ég hafi verið valin í landsliðshóp. Ég varð mjög hissa og bjóst ekkert við því þannig það komu nokkuð mörg gleðitár.

Er gaman að vera í landsliðshópi?

Já það er mjög gaman, mjög góð upplifun og reynsla. Er einnig búin að kynnast krökkum úr öðrum félögum og það er ótrúlega skemmtilegt.

Áttu einhver systkini og æfa þau fimleika?

Já, ég á tvö systkini. Júlía Inga er 13 ára og Jóhann Gunnar er 7 ára. Bróðir minn æfir hóp fimleika núna og Júlía Inga æfði þegar hún var yngri.

Áttu lukkugrip?

Nei ekki beint, en mamma hefur alltaf verið minn helsti stuðningsmaður og hefur hvatt mig mjög mikið áfram.

Borðar þú nammi?

Já haha ég er mjög mikill nammigrís.

Langar þig í gæludýr?

Ég hef aldrei verið mikil dýramanneskja, en mér langar hins vegar lúmskt mikið í hund.

Hver eru áhugamálin þín?

Fimleikar, skíði og vera með vinum mínum.



Foreldrasamstarf mjög mikilvægur *þáttur íþróttarinnar*

Fimleikadeild Keflavíkur lagði áherslu á foreldrafundum haustannar að stofna foreldrafélag fyrir hvern hóp frá árgangi 2014 og uppúr. Allir foreldrar geta lagt sitt af mörkum við að gera gott íþróttastarf betra. Fimleikadeildinni langaði að virkja alla foreldrahópa í að taka þátt í hópefli því það ómetanlega starf gefur svo ótal margt til baka. Stuðningur og áhugi foreldra styrkir börnin okkar til þátttöku í íþróttum. Foreldrar geta tekið þátt í starfinu með ýmsu móti.

Þjálfarar eru búnir að búa til viðburðadagatal í hverjum hóp fyrir foreldrafélagið í t.d pizzapartý, pottapartý, sundferðir, út að labba saman og margt fleira. En vegna ástandsins í þjóðfélaginu var ekki hægt að hittast, en það sýnir og kennir okkur í þessu (covid ástandi) hvað þetta er mikilvægur hlutur þ.e samvera iðkenda og hlökkum við til að vera með þessa viðburði um leið og aðstæður leyfa.

Að lokum langar fimleikadeild Keflavíkur að þakka foreldrum fyrir



hversu vel þeir tóku í þetta og hvetja alla foreldra til að koma á einhvern hátt að íþróttaiðkun barna sinna. Þetta er góð leið til að kynna öðrum foreldrum, þjálfurum og félögum barnanna okkar.

Hér fyrir neðan eru nokkrar myndir af hópum í samverustundum.

*Afram fimleikadeild Keflavíkur
Stjórn fimleikadeild Keflavíkur*



Krakkafimleikar fyrir *börn með sérþarfir*

Fimleikadeild Keflavíkur bauð upp á hóp fyrir börn með sérþarfir í byrjun mars á þessu ári. Þetta var nýtt verkefni og í raun vissum við lítið hvað við vorum að fara af stað með eða hvernig við ætluðum að gera þetta. En við fórum af stað með opinn huga og flottur hópur skráði sig hjá okkur. Á þessum tímum viljum við að börnin fái góða hreyfingu, þjálfun í gróf- og fínhyfingum sem og félagslegri þjálfun. Allir tímarnir eru uppsettir eins eða með upphafi, miðju og endi. Við nýtum salinn vel sem og ýmsa skynjunarhluti. Við náðum bara þremur tímum áður en Covid skellti í lás hjá okkur. En þessir þrjú tímar gáfu okkur það mikið að við erum staðráðin í að bjóða upp á þessa tíma í framtíðinni.

er einn hópur fyrir börn með sérþarfir. Í hópnum eru skráð 15 börn á aldrinum 4-8 ára bæði stelpur og strákar. Yfirþjálfari hópsins er Linda Hlín Heiðarsdóttir og með henni er flottur hópur af aðstoðarþjálfurum en það eru iðkendur í deildinni.

Fimleikadeildin leggur áherslu á að fimleikar eru fyrir alla og er tilbúin í að þróa og bæta þetta verkefni. Í ár vorum við svo lánsöm hvað foreldrar voru virkir og tóku stóran þátt í þessu verkefni með okkur, t.d er búið að koma á fyrirlestri fyrir þjálfara um einhverfu og þjálfun barna með sérþarfir. Kæru foreldrar takk fyrir að aðstoða okkur í þessu mikilvæga verkefni fimleikadeildarinnar. Deildin er spennt að þróa þetta verkefni enn frekar til að geta miðlað reynslu og þekkingu til annarra deilda hjá Keflavík. Því allir eiga sama rétt á að stunda íþróttir.

28 hópar hófu nýtt tímabil hjá okkur í byrjun september, af þeim





Sundárið 2020

Sunddeild Keflavíkur og Sunddeild Njarðvíkur eru eins og undanfarin ár í góðu samstarfi undir merkjum Sundráðs ÍRB. Árið er búið að vera í allastaði óvenjulegt. Covid-19 hefur riðlað allri starfsemi og mótahaldi. Lítið er búið að vera um mót og flest verkefni erlendis hafa fallið niður. Þó erum við mjög bjartsýn á framtíðina. Margir efnilegir sundmenn eru að koma inn í elstu hópana okkar og er sérstaklega gaman að sjá hve strákahópurinn er flottur. Við höfum ekki verið með svona marga stráka í afrekshóp lengi. Með tilkomu Stapaskóla kemur ný sundlaug og vonumst við til að geta fjölgað iðkendum í þeim hluta bæjarins. Aðstaða til sundiðkunar í Reykjanesbæ er mjög góð og æfingaaðstaðan sem við höfum í Vatnaveröldinni er með því betra sem gerist hér á landi. Í haust var lokið við endurnýjun á öllum tæknibúnaði laugarinnar og erum við þá kominn með nýja stungupalla, ræsibúnað, skjá til að birta úrslit á og allan tölvubúnað sem þessu fylgir. Við hjá ÍRB viljum þakka Reykjanesbæ fyrir þann stuðning sem hann hefur sýnt Sunddeildinni í gegnum tíðina. Þó að Covid-19 hafi sett strik í okkar starf þá höfum við reynt að halda okkar striki eins og hægt er. Við höfum haldið áfram að gefa út fréttabréfið okkar og setjum inn allar upplýsingar um starfsemina á heimasíðu okkar www.keflavik.is/sund.

Samstarf sunddeildanna tveggja er forsenda fyrir þeim góða árangri sem liðið er að ná. Með þessu samstarfi skapast tækifæri fyrir iðkendur sem annars væru ekki til staðar. Við getum með þessu móti boðið upp á þjálfun eins og hún gerist best hér á landi og þótt víðar væri leitað.

Fyrstu helgina í desember fór fram Norðurlandameistaramótið í sundi í 25m laug í Þórshöfn í Færeyjum. Á mótinu keppti sundfólk frá öllum Norðurlandabjóðum og frá Lettlandi, Litháen og Eistlandi. Keppendur frá Íslandi voru 25 talsins. Okkar fulltrúi á mótinu Eva Margrét Falsdóttir, keppti í 100 og 200m bringusundi og 200 og 400m fjórsundi og komst Eva í úrslit í 200m bringusundi.

Þann 12. desember var Már Gunnarsson valinn íþróttamaður ársins hjá Íþróttasambandi fatlaðra. Hann setti 28 Íslandsmet í sínum flokki S11 á árinu og varð eini Norðurlandabúinn sem komst á verðlaunapall á HM í Lundúnum. Þar bætti hann Íslandsmetið í 100 metra baksundi og vann bronsið í sínum flokki. Már varð einnig í 11. sæti í kjöri til



Íþróttamanns ársins á Íslandi.

Í desember útnefndi sunddeild Keflavíkur þau Evu Margréti Falsdóttur og Pröst Bjarnason sem sundkonu og sundmann ársins. Á hófi sem Keflavík hélt í lok desember var Eva Margrét valin sundkona Keflavíkur og Pröstur Bjarnason sund-

maður Keflavíkur. Við þetta sama tækifæri var Eva Margrét Falsdóttir valin íþróttakona Keflavíkur 2019. Sunddeildin óskar þeim báðum innilega til hamingju.

Í árlegu hófi í Íþróttahúsi Njarðvíkur á gamlársmorgun var Pröstur Bjarnason kjörinn sundmaður Reykjanesbæjar og við sama tækifæri var sundmaðurinn Már Gunnarsson kjörin Íþróttamaður Reykjanesbæjar. Már stóð sig frábærlega í sundlauginni á árinu. Setti fjöldann allan af Íslandsmetum og fékk brons á HM í Lundúnum. Sunddeildin óskar þeim þreosti og Má innilega til hamingju.

Dagana 17. - 20. janúar fóru sundmenn ásamt þjálfara og fararstjóra til Lyngby í Danmörku og kepptu þar á Lyngby Open 2020. Okkar fólk stóð sig vel á mótinu. Eva Margrét Falsdóttir náði í silfur í 200m bringusundi og 400m fjórsundi í junior flokki. Eva náði jafnframt lágmarkum á NÆM í 100 og 200m bringusundi, 200m fjórsundi og 400m fjórsundi. Ferðin var í alla staði mjög skemmtileg. Eftir að keppni var lokið fór hópurinn til Kaupmannhafnar, rölti um Strikið og skoðaði sig um. Frábær ferð með duglegu og skemmtilegu sundfólki.

Helgina 24. - 26. janúar voru Reykjavíkurleikarnir í sundi. Okkar fólk keppti á mótinu og var að standa sig vel. Flottar bætingar, sundmenn í úrslitum, verðlaun, lágmark og flottir tímar.

Á þessu móti náði Alexander Logi lágmarki á NÆM sem átti að fara fram í Litháen í sumar. Hann



synti frábært 400m fjórsund með risabætingu sem skilaði honum lágmarkinu.

Evu Margréti Falsdóttur sundkonu úr ÍRB var boðið með landsliðshóp SSÍ til æfinga á Tenerife fyrir á árinu. Þar var æft tvisvar á dag við bestu aðstæður með öllum bestu sundmönnum Íslands. Það er frábær reynsla að fara í svona æfingabúðir þar sem allir bestu sundmenn landsins eru samankomnir.

Dagana 12. - 16. febrúar fór fram svæðamót, GLVC Championships, þar sem Þröstur Bjarnason og Íris Ósk Hilmarsdóttir syntu fyrir hönd skóla síns, McKendree University. Mótið er stórt en 600 sundmenn frá 11 skólum mæta á svæðið. Þröstur synti eins og venjulega langundin ásamt því að synda 200y skriðsund og var í boðsundum. Þröstur náði bestum árangri í 500y skriðsundi. Hann var með sjöunda besta tímunn fyrir mótið. Í undanrásum var hann með þriðja besta tímunn inn í A-úrslit og vann svo greinina annað árið í röð í úrslitum um kvöldið.

Í mílunni eða 1650y var hann með 15. besta tímunn fyrir mótið og synti því ekki í hraðasta riðlinum. Hann synti þó mjög gott sund og þegar allir höfðu synt varð hann fimmti. Þröstur var svo í A-sveit skólans í 4x200y skriðsundi og unnu þeir gullið. Karlasveit skólans endaði svo í öðru sæti á mótinu en þjálfari liðsins var valinn þjálfari ársins.

Íris Ósk synti baksund og fjórsund ásamt því að vera í 4x200y boðsundi þar sem sveitin lenti í 15. sæti. Íris synti í B-úrslitum í 200y baksundi og lenti í 16. sæti.

Helgina 14. - 16. febrúar tókum við þátt í Gullmóti KR. Góður gangur var hjá okkar fólki. Hópurinn var að standa sig mjög vel og vinna til fjölda verðlauna og margar góðar bætingar létu dagsins ljós. Á þessu móti setti Már Gunnarsson Íslandsmet í 200m baksundi í flokki S11.

Helgina 19. - 20. júní fór fram okkar árlega Landsbankamót í Vatnaveröld. Mótið gekk í alla staði mjög vel. Mótið var með talsvert breyttu sniði og kepptu eingöngu 15 ára og eldri á mótinu. Sökum Covid-19 þá var ákveðið að halda ekki lokahóf sem undanfarnir ár hefur verið í lok Landsbankamóts.

Helgina 3. - 5. júlí var AMÍ 2020 haldið í Ásvallalaug í Hafnarfirði þar sem okkar fólk stóð sig glæsilega. Lokastigastaða félagsins á mótinu varð annað sætið. Mörg frábær sund voru á mótinu, margir titlar og mörg innanfélagsmet féllu og það segir okkur að við erum að standa okkur vel. Síðan lið Keflavíkur og Njarðvíkur sameinuðust árið 2001 hefur ÍRB unnið AMÍ titilinn ellefu sinnum og aldrei verið neðar en í öðru sæti. Hvatningin, fjörið, umgengni og hegðun hjá okkar fólki var jafnframt til fyrirmyndar og við sem félag erum afar stolt af sundfólkinu okkar. Einnig áttum við einn fulltrúa af stíghæstu sundmönnum mótsins, en það var Denas Kazulis sem varð stíghæsti



sveinninn á mótinu. Við viljum þakka foreldrum, fararstjórunum og öðrum þeim sem lögðu til hjálparhönd fyrir þeirra framlag. ÍRB getur verið afar stolt af okkar fólki. Takk fyrir frábæra AMÍ helgi kærú sundmenn fararstjórar og foreldrar.

Helgina 17. - 19. júlí fór fram Íslandsmeistarumót í 50m laug. Þar stóð okkar fólk sig mjög vel. Níu Íslandsmeistararitlar, fimm silfur og þrjú brons, Sundmenn okkar sem urðu Íslandsmeistarar voru: Eva Margrét Falsdóttir í 400m fjórsundi og 200m fjórsundi og Már Gunnarsson í 50m, 100m og 200m bringusundi í flokki S11. Karlasveit ÍRB (skipuð piltum) stóð sig afar vel og setti ÍRB met pílta í 4 x 100m skriðsundi og 4 x 100m fjórsundi en bæði þessi met voru gildandi Íslandsmet í þessum flokki frá 2012. Sveitina skipuðu: Stefán Elías Davíðsson, Fannar Snævar Hauksson, Aron Fannar Kristínarson og Alexander Logi Jónsson.

Þetta ár hefur Covid-19 sett stórt strik í okkar starf eins og annara íþróttadeilda hér á landi. Landsbankamótið var einungis fyrir 15 ára og eldri, ekkert lokahóf, ekkert ÍM 25 né Bikarmeistararamót hefur verið haldið. Páskamótið, Speedo mótin okkar tvö hafa verið blásin af og óvíst er með jólamót. Við bíðum spennit eftir að þessu ástandi ljúki og að okkar starf fari aftur í eðlilegt horf. En við erum þó það vel sett að okkar helstu styrktaraðilar hafa haldið áfram að styðja við okkur. Við viljum þakka Landsbankanum, HS Orku, HS Veitum, Reykjanesbæ, Nettó, Speedo og Sigurjóni í Sigurjónsbakarí, starfsfólki Vatnaveraldar og öllum öðrum sem lögðu hönd á plóg á þessum skrítnu tímum. Ykkar framlag er ómetanlegt.

*Formaður Sunddeildar Keflavíkur
Hilmar Örn Jónsson*



*Óskum viðskiptavinum
gledilegra jóla og farsæls komandi árs.
Þökkum viðskiptin á árinu sem er að líða*

ÞORVALDUR H. BRAGASON
EINAR MAGNÚSSON
ÞÓRIR HANNESSON
TANNLÆKNAR OG STARFSFÓLK
SKÓLAVEGI 10 • 230 KEFLAVÍK

*Óskum
Suðurnesjamönnum
gledilegra jóla
og farsæls komandi árs.
Þökkum árið
sem er að líða.*

Sími 420 2500  www.skolamatur.is

Skólamatur ehf. | lðavellir 1 | 230 Reykjanesbær



*Óskum Suðurnesjamönnum
gledilegra jóla og farsæls komandi árs.
Þökkum árið sem er að líða.*



Smiðjuvöllum 6 • 230 Keflavík • Sími 421 3500 • www.rettling.is

CHILLY'S
*Jólagjafir til
fyrirtæka*

Margnota og umhverfisvænt er merkilegast í dag

Gefðu tré með hverri gjöf.

Nánari upplýsingar á bros.is

Bros auglýsingavörur
Norðlingabraut 14
Sími 569 9000



*Óskum viðskiptavinum
okkar, sem og
Suðurnesjamönnum
öllum gledilegra jóla og
farsældar á komandi ári*

*Þökkum viðskiptin
á árinu sem er að líða*



Vinur við veginn



Fitjabakka Njaróvík

*Óskum Suðurnesjamönnum
gledilegra jóla og farsæls komandi árs.
Þökkum árið sem er að líða.*

REKAN.

Stofnað 1971

*Óskum Suðurnesjamönnum
gledilegra jóla og farsæls komandi árs.
Þökkum árið sem er að líða.*



Oddgeir Karlsson
Ljósmyndari

Áhrif Covid-19 á blakdeildina

Það má svo sannalega segja að veturinn hafi verið frábrugðinn öðrum þetta árið frá því að síðasta tölublað jólablaðsins kom út. Þrátt fyrir þennan Covid faraldur sem dundi yfir okkur þá voru nokkur atriði sem stóðu upp úr veturinn 2019-2020.

Í desember útnefndi blakdeild Keflavíkur Jónínu Einarsdóttur og Bjarna Þór Hólmsteinsson blakkonu og blakkarl ársins 2019. Voru þau einnig valin blakkona og blakkarl Reykjanesbæjar 2019 við verðlaunaafhendingu ÍRB á síðasta degi ársins.

Kvenna- og karlaliðið blakdeildarinnar tóku þátt í 2. umferð á Íslandsmóttinu helgina 18. - 19. janúar. Karlaliðið sem spilaði í 2. deild endaði í 2. sæti á móttinu sem er frábær árangur. Kvennaliðið spilaði í 4. deild en missti toppsætið sitt sem þær höfðu setið í síðan í október 2018. Vantaði marga lykil leikmenn en þær enduðu í 3. sæti á móttinu. Loka umferðin átti að fara fram 21.-22. mars en bæði liðin stefndu á að ná góðum árangri þá helgi.

Helgina 8. - 9. febrúar fór fram bikarmót BLÍ fyrir yngri flokka og átti blakdeildin þrjár stúlkur þar, þær Isabellu, Nataliu og Agnesi Jónu en þær koma úr yngri flokka starfi. Þær kepptu með Þrótti Reykjavíkur sem vantaði liðsauka í 4. flokk stúlkna. Okkar stelpur voru tilbúnar í slaginn, tilbúnar að öðlast meiri reynslu og hafa gaman. Smullu þær ótrúlega vel saman við Þrótt þrátt fyrir að hafa aðeins verið saman á tveimur æfingum fyrir mót. Mikill metnaður og samvinna skilaði sér en þær enduðu að verða bikarmeistarar í 4. flokki yngri flokka með Þrótti Reykjavíkur.

Hið sívinsæla Fjölskyldu- og fyrirtækjamót blakdeildar Keflavíkur var haldið 21. febrúar í Blue-höllinni. Mótið gekk vel en 9 lið voru skráð til leiks og skemmtu allir sér vel.

Þann 16. mars tók blakdeildin þá ákvörðun að fella niður æfingar í öllum aldursflokkum út vikuna 16.-20. mars eftir tilmæli frá yfirvöldum vegna Covid-19. En það var bara byrjunin því stuttu seinna kom samkomubann sem endaði að vara út tímabilið. Yngri flokkar höfðu þann möguleika að hefja aftur æfingar í byrjun maí en kvenna- og karlaliðið ekki. Kvenna- og karlaliðin áttu að keppa í 3. umferð Íslandsmótsins helgina 21. - 22. mars sem var aflýst vegna samkomubannsins og voru loka niðurstöðurnar að bæði liðin héldu sætumum frá 2. umferð Íslandsmótsins.

Blakdeild Keflavíkur gerði nýjan samning við þjálfarann McKenzie Williams en hún var búin ná góðum árangri með kvennaliðinu og í barnastarfinu á síðasta tímabili og því gott að halda í hana og halda áfram uppbyggingu deildarinnar.

Mikil óvissa var að sjá hvar deildin stæði iðk-



endalega séð að hausti þegar starfið færi á fullt í enda ágúst. Vorum búin undirbúa okkur undir að vera jafnvel búin að missa iðkendur en það reyndist ekki vera þrátt fyrir að ekkert karlalið sé lengur til staðar. Veturinn byrjaði vel hjá yngri flokkunum og mikil aukning sem er en vaxandi. Sama má segja um kvennaliðið þrátt fyrir að sumir fyrri iðkendur komu ekki aftur þá hafa fleiri nýir bæst við og eru mun fleiri á æfingum en áður. Nýr hópur var stofnaður sem kallaðist „Öldungar og áhugasamir blakarar“ sem fór hægt af stað en jókst fjöldinn á þeim æfingum fljótlega.

En haustið hefur ekki farið fram áfallalaust þegar Covid-19 faraldurinn blossaði aftur upp og allskonar takmarkanir dundu yfir. Æfingar voru felldar niður fyrst til að byrja með hjá yngri

flokknum í október vegna mikilla smita skólábarna í Reykjanesbæ. Æfingarnar hófust svo aftur hjá yngri flokknum í stuttan tíma því í byrjun nóvember féllu allar æfingar hjá öllum flokkum deildarinnar niður. Einnig var öllum mótum bæði hjá yngri flokkum og kvennaliðinu frestað um óákveðin tíma. En bæði Íslandsmót og bikarmót áttu að hefjast í enda október og byrjun nóvember.

Í von um að starfið komist í eðlilegt horf í byrjun desember þá er blakdeild Keflavíkur bjartsýn að við yfirstígum þessar hindranir og komum mun sterkari til baka.

*Fyrir hönd blakdeildar Keflavíkur
Guðrún Jóna Árnadóttir*



Horfum björtum augum *til framtíðar*

Nú er langt liðið á þennan langa og erfiða vetur sem staðið hefur nær óslítið síðan í febrúar og þrátt fyrir að inn í hann hafi komið bæði vor og ágætis sumar. Þessi vetur verður eftir í minningunni um árið 2020. Með

öllum þeim hremmingum sem hann hefur haft í för með sér.

Við hjá Badmintondeildinni byrjuðum að vanda, okkar starf í janúar að venju. Æfingarnar gengu sinn vanagang þar til í febrúar þegar þessi vá fór að gera vart við sig. Stjórn

Badmintondeildarinnar tók strax þá ákvörðun að slá af allt starf af heldur en að starfa í einhverri óvissu. Við fylgdumst svo með gangi mála en þegar á leið tilkynntum við að ekki yrði af æfingum fyrir en með haustinu. Við vorum vongóð um að

batnandi tíð væri í vændum. En þegar September mánuður gekk í garð með enn meiri hremmingum og takmörkunum á iðkun íþróttá ákváðum við að bíða betri tíma og fresta alveg til áramóta og þá að setja traust okkar á nýtt ár með hækkandi sól og bólufni sem kemur okkur aftur af stað.

Engu að síður er full ástæða til að horfa inn í björt ljósinn sem markaður upphaf jóla og setja allan kraft í að halda vel hvert utan um annað og starf þeirra deilda sem við höldum að öllu jöfnu utan um.

Því samheldnin kemur okkur öllum í gegnum þessar hremmingar sem og aðrar þannig að við komum bara sterkari og öflugri til starfa með hækkandi sól.

Að þessu sögðu sendir Badmintondeild Keflavíkur öllum stjórnunum og félagsmönnum öllum innilegar Jóla og áramótakveðjur.

*Með kveðjunni okkar
Íslandi allt*

*Fh. stjórnar Badmintondeildar
Keflavíkur*

*Dagbjört Ýr Gylfadóttir
Gjaldkeri.*





Skemmtun fyrir
alla fjölskylduna

Opunartími:

Mánud. - föstud. 6.30 - 20.30

Laugard. og sunnud. 9.00 - 17.30

Sími: 420 1500



REYKJANESBÆR

- heilbrigður bær!

Lífið er yndislegt


Vatnaveröld
FJÖLSKYLDUSUNDLAUG

Gleðileg jól og farsælt komandi ár

Þökkum ánægjuleg samskipti á árinu sem er að líða



S·P·R·A·U·T·U·N



BÍLAKJARNINN



Mundu eftir Aukakrónunum um jólin



Jólin eru góður tími til að nota uppsafnaðar Aukakrónur og gera hátíðirnar enn notalegri. Þú sérð stöðuna á Aukakrónunum þínum í Landsbankaappinu og netbankanum og getur keypt næstum hvað sem er fyrir þær hjá yfir 250 samstarfsaðilum um allt land.

