

HVATI



Tímarit Íþróttasambands fatlaðra

1. tbl. 2012 - 22. árgangur

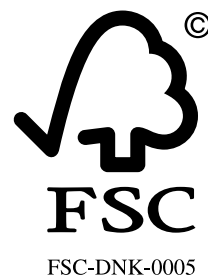


London 2012
Ólympíumót fatlaðra

Stærsti sigurinn er að vera með!



Rúmfatalagerinn er með frábær garðhúsgögn af mörgum gerðum og í margs konar litum. Þú finnur alveg örugglega stílinn og gæðin sem henta þér, því í úrvali okkar má finna allt frá úrvals harðviðar- og tekkhúsgögnum til góðra plasthúsgagna. Við sýnum úrval húsgagna okkar í þessum vörulista svo að þú getir séð hvernig þú getur blandað saman borðum og stólum sitt á hvað eftir þínum smekk. Listinn er þægilegur og auðskiljanlegur og gefur ótal hugmyndir. Við erum stolt af því að öll harðviðarhúsgögn okkar eru gerð úr FSC-vottuðum viði. Það er trygging þín fyrir því að þú styðjir sjálfbæra skógrækt. FSC-vottun merkir að skógurinn sem tréð er úr er skoðaður af óháðum aðilum og metinn samkvæmt þeim umhverfislegu, félagslegu og hagrænu reglum og viðmiðum sem Forest Stewardship Council setur ábyrgri skógrækt. FSC eru alþjóðleg samtök sem ekki eru rekin í hagnaðarskyni og þar vinna umhverfissamtök, framfarasinnaðir eigendur skóga og fyrirtæki saman að því að bæta eftirlit með skógum heimsins. JYSK er einn af stofnendum TFT, Tropical Forest Trust, sem vinnur að stuðningi við FSC um heim allan.





Bls.

- 5 Ávarp – Sveinn Áki Lúðvíksson
- 7 Ávarp – Ian Whitting sendiherra Bretlands
- 8 Sjómannabikarinn
- 10 Fjörður bikarmeistari
- 13 Metaregn á RIG 2012
- 14 Íslandsleikar Special Olympics
- 17 Íslandsmót ÍF í Laugardal
- 18 Norðurlandameistaramót í boccia
- 20 Styrkir og samningar
- 22 Pinnið á minnið
- 24 Ólympíumót fatlaðra – Saga
- 28 Ólympíumót fatlaðra – Samstarf við Össur
- 30 Ólympíumót fatlaðra – Keppendur
- 32 Ólympíumótið mitt – Geir Sverrirsson
- 33 Ólympíumótið mitt – Haukur Gunnarsson
- 34 Ólympíumótið mitt – Kristín Rós Hákonardóttir
- 35 Verðlaunahafar á Ólympíumótum fatlaðra
- 36 Keppendur á Ólympíumótum fatlaðra
- 38 Ráðstefna um íslenska hestinn og fólk með fötlun
- 40 Skíðanámskeið í Hlíðarfjalli 2012
- 42 Sumarbúðir
- 44 Fyrsta ráðstefna Special Olympics á Íslandi
- 46 Lokaverkefni í HR
- 48 Fyrsti sérhannaði báturinn fyrir fatlaða
- 51 Alþjóðavetrarleikar Special Olympics 2013
- 52 Hjólastólahandboltaæfingar hjá HK
- 54 Golf
- 57 Tveir Íslendingar við æfingar hjá NSCD
- 58 Evrópumeistaramót fatlaðra í frjálslíþróttum
- 62 Kveðja og þakkir

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Reykjavík

A. Margeirsson ehf.
AB Varahlutir ehf.
Aðalvík ehf.
Afltækni ehf.
Agor - PetMet ehf.
Allrahanda ehf.
Alþýðusamband Íslands
Antikmunir
Atvinnuhús ehf. - Fasteignasala
Augað gleraugnaverslun Kringlunni
Auglýsingastofan Dagsverk ehf.
Auglýsingastofan ENNEMM ehf.
Auglýsingastofan ESSEMM ehf.
Auglýsingastofan Hvíta húsið ehf.
Áfengis- og tóbaksverslun ríkisins.
ÁK Sjúkraþjálfun
Áman ehf.
Árbæjarapótek ehf.
Árni Reynisson ehf.
Ás Styrtarfélag
Ásbjörn Ólafsson ehf.
Ásfell ehf.
Balance ehf.
Bernhöftsbakari ehf.
Best Western Hótel Reykjavík
Bifreiðastíllingar Nicolai
Bifreiðaverkstæði Grafarvogs ehf.
Bílasala Íslands
Bílasmiðurinn hf.
Bjartur ehf.
Bláðamannafélag Íslands
Blikksmiðurinn hf.
Booztbar
Borðtennissamband Íslands
Borgarblöð ehf.
Borgarpylsur
Bókavirkið ehf.
Bókhaldstofa Ingimundar T. Magnússonar
Bókhaldsþjónustan Viðvík ehf.
Bólstrarinn
Bón-Fús
Brauðhúsið ehf.
Brynja ehf. verslun
Bræðurnir Ormsson ehf.
BSRB
Búr ehf.
Byggingafélag Gylfa og Gunnars hf.
Byggingafélagið Þumall ehf.
Café Konditori Copenhagen

Capital-Inn ehf.
Congress Reykjavík, ráðstefnuþjónusta
Danica sjávarafurðir ehf.
DFK Endurskoðun ehf.
Dímon Lína ehf.
Drengson Pics ehf
Dýraspítallinn í Víðidal ehf.
E.F. Ben ehf.
E.T. Einar og Tryggvi ehf.
Ecco á Íslandi
Efling, stéttarfélag
Egill Arnason ehf
Eico ehf.
Eiðfaxi ehf.
Eignamiðlunin ehf.
Einar Jónsson Skipaþjónusta
Ellert Valur Einarsson ehf
Endurskoðendaþjónustan ehf.
Endurvinnslan hf.
Ernst & Young
Fakta ehf.
Fasteignakaup ehf
Fasteignasalan Ásbyrgi ehf
Fasteignasalan Húsið
Fastus ehf.
Faxaflóahafnir
Fást hf. Heildverslun ehf.
Ferðafélagið Útiyist
Ferðamálastofa Íslands
Ferill ehf. - Verkræðistofa
Ferskar kjötvörur hf.
Fífa ehf
Fínka málningarverktakar ehf.
Fjárfestingamiðlun Íslands ehf.
Fjölsviður ehf
Fjölver ehf.
Flísar og flöt ehf
Fosshótel
Fraktflutningar ehf.
Fuglar ehf.
Fönix ehf.
G.B. Tjónaviðgerðir ehf.
G.S. Export ehf.
Gallabuxnabúðin - Kringlunni
Garðlist - Alhliða garðyrkjuþjónusta
Garðmenn ehf.
Garðsapótek
Garðtækni sf.
Gáski ehf. - Sjúkraþjálfun
Geiri ehf.

Genís ehf.
Gissur og Pálmi ehf.
Gjögur hf.
GLÁMA / KÍM Arkitektar ehf.
Gluggahreinsun Loga Guðjónssonar
Grand Hótel Reykjavík
Grandakaffi ehf.
Grásteynn ehf.
Grensásvideo ehf.
Guðjón Guðmundsson ehf.
Guðmundur Arason ehf. Smíðajárn
Guðmundur Jónasson ehf.
Gullkistan
Gullkúst Helgu
Gullsmiðurinn í Mjódd
Gúmmibátar og gallar ehf.
Gúmmivinnustofan SP
Gústaf Þór Tryggvason hrl.
Gyllti kötturinn ehf.
H 10 ehf.
H:N - Markaðssamsskipti ehf.
Hafgæði sf.
Halldór Jónsson ehf.
Halli Gullsmiður
Happdrætti Háskóla Íslands
Harka ehf.
Háfell ehf.
Hárfinnur ehf.
Hárgreiðslustofa Helenu og Stubbalubbar
Hárgreiðslustofa Höllu Magnúsdóttur
Hárgreiðslustofan Effect
Hárgreiðslustofan Greiðan ehf
Hársnyrtistofa Dóra
Hársnyrtistofan Aida
Hársnyrtistofan Höfuðlausnir sf.
Heilsubrunnurinn ehf.
Heimabíó/James Bönd
Helgason og Co. ehf.
Henson hf.
Herrafataverslun Birgis ehf.
HKG ehf.
Hitastýring hf.
Hitatækni hf.
Híbyli fasteignasala ehf
Hjá Dúdda ehf.
Hjálpræðisherinn á Íslandi
Hljóðbók slf.
HM Bókhald ehf
Hollt og Gott ehf.
Hótel Cabin ehf.

Íþróttafélög innan ÍF eru: Þjótur, Akranesi - Sól, Snæfellsbæ - Íþróttadeild fatlaðra, Stykkishólmi - Ívar, Ísafirði - Gróska, Sauðárkróki - Snerpa, Siglufirði - Akur, Akureyri - Eik, Akureyri - Bocciadeild Völsungs, Húsavík - Örvar, Egilsstöðum - Viljinn, Seyðisfirði - Ægir, Vestmannaeyjum - Suðri, Selfossi - Gnýr, Sólheimum Grímsnesi - Nes, Suðurnesjum - Fjörður, Hafnarfirði - Gáski, Mosfellsbæ - Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík - Íþróttafélag heyrnalausra, Reykjavík - Ösp, Reykjavík - Sunddeild Óðins, Akureyri.

Ávarp formanns

Íþróttir hafa verið stór þáttur í þróunar-sögu mannkynsins frá upphafi. Í fyrstu byrjuðu menn að þjálfa sig við hlaup til að geta elt uppi dýr sér til matar og einnig æfðu þeir kastgreinar með steinum, spjóti eða slöngvaði, til að deyða dýr og þegar boginn kom til sögunnar þurfti góða æfingu til að geta hitt bráð eða óvini í mikilli fjarlægð. Á þessu skeiði var ekki hugsunin að stunda íþróttir sér til heilsubótar eða skemmtunar, heldur einungis til að geta framfleytt sér og komist af í lífsbaráttunni. Ávallt var litið upp til besta veiðimannsins eða besta hermansins og þeim hampað.

Þó í dag sé færni við veiði og hermennsku mikilvæg, gerir fjölgun mannkyns og breyttir lífnaðarhættir þessa þætti einungis að atvinnugrein fyrir fáa einstaklinga. Því hafa íþróttir tekið við sem stór þáttur í lífi alls almennings þar sem viðkomandi getur sýnt hæfni sína á friðsamlegan hátt en notið jafnmikillar virðingar sem bestu veiði- eða hermenn fengu áður. Þar sem mannfjöldi jarðarinnar er talinn í milljörðum og dreifist á hundruðir þjóðlanda, sem hver hafa sína siði og tungu, er ekki fræðilegur möguleiki á að halda eitt mót þar sem allir jarðarbúar get sýnt fram á hver sé bestur. Því eru haldin landsmót, álfumót, heimsmeistaramót og svo er toppurinn þegar Ólympíumót eru haldin á 4 ára fresti og sigurvegurum þeirra hampað um aldur og ævi.

En íþróttirnar eru ekki bara mikilvægar til að geta sýnt hæfni sína heldur stuðla þær að stórbættu lífi og þá ekki síst fyrir kyrrsetumenn. Að halda sér í hreyfingu og leggja á sig erfiði eykur hæfni líkamans að viðhalda þoli, vöðvum og getu. Stærsti hluti almennings stundar íþróttir af einhverju tagi til að auka getu sína og vellíðan, eins er áreynslan góð barátta gegn offitu.

Fyrir fatlaða einstaklinga eru íþróttir og holl hreyfing mikilvægur þáttur í endurhæfingu og uppbyggingu þreks og þols, því ekki eru allir svo lánssamir að geta hreyft sig, en hjá þeim sem það geta, hafa íþróttir stuðlað að góðum framförum

og sérstaklega hjá þeim sem taka þátt í keppnisíþróttum og leggja þar með meira á sig en þeir sem stunda íþróttir sér til heilsubótar eða endurhæfingar. Það er ekki ýkja langt síðan mönnum var þetta ljóst og eru íþróttir fatlaðra ekki margra ára gamlar. En þrátt fyrir það, eru miklar framfarir meðal fatlaðra og leggja þeir stund á hinar ótrúlegustu íþróttir og er geta þeirra ótrúleg. Fatlaðir Íslendingar byrjuðu að keppa í íþróttum 1974 og hafa strax frá byrjun sýnt miklar framfarir. Má segja að á þessum árum hafi íþróttir fyrir fatlaða breytt lífsstíl margra Íslendinga sem hafa náð að bæta sjálfa sig og sumir hverjir svo eftirminnilega að tekið hefur verið eftir getu þeirra á heimsvettvangi.

Eins og hjá ófötluðum, keppa fatlaðir á álfu-, heims- og Ólympíumótum og eru miklar kröfur gerðar til þeirra einstaklinga sem þangað fara.

Þar sem aðeins um 4200 af bestu fötluðu íþróttamönnum heims er heimil þátttaka á Ólympíumóti fatlaðra í ár, þurfa margir góðir fatlaðir íþróttamenn að sitja heima. Samkvæmt upplýsingum WHO áttu árið 2006 u.þ.b. 650 milljónir jarðarbúa við fötlun að stríða. Með það í huga þá er keppendafjöldinn á Ólympíumótinu ekki stór. Eins ber að hafa í huga að þessir 4200 íþróttamenn skiptast í mismunandi fötlunarhópa sem leggja stund á margvíslegar íþróttir.

Íslendingar hafa átt góðu gengi að fagna í gegnum árin eða frá því að þeir fóru að keppa á alþjóðlegum vettvangi. Þótt ekki hafi alltaf unnist til verðlauna þá er það þó oftast sem það hefur gerst en ekki. En í harðnandi keppni um sæti á Ólympíumóti fatlaðra þá er sú staða komin upp að nú þurfti Ísland að velja úr frábærum hópi keppenda, og þrátt fyrir að 8 keppendur hafi náð lágmörkum þá dugði það ekki og komast því einungis 4 keppendur á mótið, 2 sundmenn og 2 fjálsíþróttamenn. Því er ljóst að margir góðir einstaklingar sitja eftir heima en þeirra tími kemur vonandi síðar.



Að þessu sinni voru eftirfarandi keppendur valdir til þátttöku:

Helgi Sveinsson,
Ármanni, frjálsar íþróttir

Matthildur Ylfa Þorsteinsdóttir,
ÍFR, frjálsar íþróttir

Jón Margeir Sverrisson,
Fjölni/Ösp, sund

Kolbrún Alda Stefánsdóttir,
SH/Firði, sund

Enginn þessara keppenda hefur keppt áður á Ólympíumóti fatlaðra og eru þau því öll óskrifað blað.

Eins má geta þess að bæði Matthildur Ylfa og Kolbrún Alda eru einungis 15 ára gamlar og því í yngsta lagi til að keppa, því verður forvitnilegt að fylgjast með árangri þeirra sem og keppendanna allra.

Vonir standa til að Guðbjartur Hannesson, velferðarráðherra verði viðstaddur opnunarhátíð mótsins og heilsa upp á keppendur í ólympíuþorpinu.

Ég óska keppendum, þjálfurum, fararstjórum og aðstoðarfólki sem koma fram fyrir Íslands hönd á Ólympíumóti fatlaðra í London 2012, velfarnaðar og óskir um gott gengi.

Að lokum vil ég senda öllu fötluðu íþróttafólki, fjölskyldum þeirra, aðildarfélagum sambandsins og þjálfurum, sem og velunnurum, óskir um gott gengi og gleðilegt sumar

Sveinn Áki Lúðvíksson,
formaður ÍF

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Hótel Leifur Eiríksson ehf.
Hótel Óðinsvé
Hreinsibílar ehf.
Hreyfimyndasmiðjan ehf.
Hreysti ehf.
Hringrás hf.
Hugmót ehf.
Hugsmiðjan ehf
Húsvernd ehf
Hvítlist hf.
Höfðakaffi ehf.
Iceland Congress
Iceland Seafood ehf
Íðjupjálfafélag Íslands
Íðnmennt-Íðnú
ÍÐNÓ
Ingileifur Jónsson ehf
Init ehf
Innco ehf.
Intellecta ehf.
Ísbúð Vesturbæjar ehf.
Ísfrost ehf.
Ísgrill ehf.
Íslandsbanki ehf. útibú 525
Íslandsstofa
Íslensk endurskoðun ehf.
Íslensk erfðagreining
Íspólar
Ís-spor hf.
Íþrótt- og tómstundasvið
Reykjavíkurborgar
Íþróttafélagið Fylkir
J.S. Gunnarsson hf.
Jeremías ehf.
JGG ehf.
JP Lögmenn ehf.
K. Norðfjörð ehf
K. Pétursson ehf.
Kaffibarinn ehf.
Kemi ehf
Kirkjugarðar Reykjavíkurprófastsdæma
Knattspyrnusamband Íslands
KOM Almannatengsl Höfðatorgi
Kr. St. lögmennsstofa ehf
Kraftur hf.
Kramhúsið
Krydd og Kavíar ehf.
Kvika ehf.
Kvikk þjónustan ehf.
Kvikmyndafélag Íslands
Lambafell ehf.
Landfestar ehf.
Landhelgisgæsla Íslands
Landsnet hf.
Landssamband hestamannafélaga
Laugardal
Landssamband kúabænda
Landssamtök lífeyrissjóða
Landssamtökin Proskahjálp

Láshúsið ehf.
Leðurverkstæðið sf.
Leiðtogaþjálfun ehf.
Leikfangasmiðjan Stubbur
Leturprent
Listasafnið Hótel Holt ehf.
Litir og föndur - Handlist ehf.
Ljósblík Rafverktakar ehf
Ljósmyndavörur ehf.
Lost.is netverslun
LP-Verk ehf. - Byggingafélag
Lyfjaver apótek
Læknasetrið ehf.
Löggarður ehf.
Lögmennsstofa Sigurðar I. Halldórssonar
Lögmál ehf.
Lögmenn Bankastræti
Lögmenn Höfðabakka ehf
Lögmenn Laugavegi 3 ehf.
Löndun ehf.
Mannréttindaskrifstofa Íslands
Margt smátt ehf.
Maritech ehf.
Málarameistarar ehf.
Málmtækni sf.
MD Vélar ehf.
MEBA - Magnús E. Baldvinsson sf.
Menn og mýs ehf.
Mennta- og Menningarmálaráðuneytið
Menntaskólinn við Hamrahlíð
Merking ehf.
Merkismenn ehf.
MG ehf.
Motus ehf.
N & M ehf.
Nostra ræstingar ehf.
Nói Siríus hf.
Nýi ökuskólinn ehf.
Oddgeir Gylfason Tannlæknastofa
Olíudreifing ehf.
Opus lögmenn ehf.
ORKAN
Orkuvirki ehf.
Ö. Johnsson & Kaaber ehf.
Ópus Lögmennsstofa ehf.
Ósal ehf.
P & S Vatnsvirkjar ehf.
Pappalagnir ehf.
Pétur Stefánsson ehf.
PG Þjónusta ehf.
PH Eignir ehf.
Pipar og salt
Pixel Prentþjónusta ehf.
Plúsmarkaðurinn Hátúni 10b ehf.
Potturinn og pannan - Þríeyning ehf
Prentlausnir ehf.
Promennt
Protak ehf.
Pökkun og flutningar ehf.

R4 ehf.
Rafey ehf.
Rafha ehf.
Rafstar ehf.
Rafstilling ehf.
Rafsvið sf.
Raftækjaþjónustan sf.
Rafverk sf.
Rakarastofa Gríms ehf.
RARIK hf.
Reikningshald og skattaskil ehf.
Reikniver ehf.
Rekstrarfélagið Kringlan
Reykjavíkurborg
Réttarholtsskóli
Réttingaverk ehf.
Réttur ehf. - Adalsteinsson & Partners
Rikki Chan ehf
Rossopomodoro veitingastaður
S. Hermann ehf.
S.Í.B.S.
Salli ehf.
Samtök starfsmanna fjármálafyrirtækja
Samtök um kvennaathvarf
Sálarrannsóknarfélag Íslands
Seðlabanki Íslands
Setberg bókaútgáfa
SFR - Stéttarfélag í almannaðjónustu
Shalimar veitingastaður
Sigmundur Hannesson hrl.
Sigurborg ehf.
Sigurður S. Snorrason
Sigurraf ehf.
Sjálfsbjörg Landssamband fatlaðra
Sjúkraþjálfun Íslands ehf.
Sjúkraþjálfun styrkur ehf.
Skarhúsið
Skipamiðlarar ehf
Skipatækni ehf.
Skógarbær, hjúkrunarheimili
Skúlason & Jónsson ehf.
Sláturfélag Suðurlands
Slippfélagið í Reykjavík hf.
Slökkvilið Höfuðborgarsvæðisins
SM Kvótaping ehf.
Snæland Grímsson ehf. Hóperðabílar
SOS Tölvuhjálp
SP Tannréttingar
Sportbarinn ehf.
Sprinkler-pípulagnir ehf.
Spöng ehf.
SR múr ehf.
Stansverk ehf.
Stjörnuvegg hf.
Stólpi ehf.
Stúdíó Stafn ehf.
Styrktarfélag lamaðra og fatlaðra
Sundsamband Íslands Íþróttamiðstöðin
Suzuki bílar hf.

Ávarp sendiherra

Mér er fullkunnugt um að glæsilega er haldið utan um starf og iðkun fatlaðra íþróttamanna á Íslandi. Mín fyrstu kynni af því var árið 2009 þegar ég horfði á sundmót fatlaðra sem haldið var í Reykjavík. Allt í kringum mótið var til fyrirmyndar og töluðu bresku fararstjórnarnir um að skipulag, gleði og öll umgjörð hefðu verið með því besta sem þeir höfðu séð.

Komið er að því að við gerum slíkt hið sama í London þegar Ólympíumót fatlaðra nálgast, vonandi bestu leikar fram að þessu, leikar sem munu breyta hugmyndum um íþróttaiðkun fatlaðra, ekki eingöngu innan Bretlands heldur um allan heim.

Það er rúmt ár síðan að ég kom fyrst á fund með forsvarsmönnum Íþróttasambands fatlaðra, til að kynna mig og þau áform sem við höfðum um komandi leika í London. Samskiptin eftir það hafa verið einkar góð og sönn ánægja að hafa fengið að kynnast því góða fólki sem þar starfar. Því var það ánægjulegt að kynningin á því afreksfólki, sem keppir fyrir Íslands hönd, var í sendiherrabústaðnum 6. júlí síðastliðinn.

Við lok seinni heimsstyrjaldar voru Bretar frumkvöðlar að því að hefja keppni fatlaðra íþróttamanna til vegs og virðingar. Sú saga er ágætlega rakin í grein Ólafs S. Magnússonar í 2. tölublaði Hvata á síðasta ári.

Stundum þarf nefnilega ekki mikið til að hrinda stóru af stað. Þetta byrjaði allt saman með fámennum fundi sem haldinn var 1948, aðallega fyrir fyrrverandi hermenn, sem lamast höfðu í stríðinu. Fundinum stjórnaði Sir Ludwig Guttmann, taugaskurðlæknir við Stoke-Mandeville sjúkrahúsið. Fyrsta Ólympíumót fatlaðra var síðan haldið í Róm 1960. Árið 1966 var Guttmann aðlaður af Elísabetu Bretadrottningu fyrir framlag sitt til íþróttamála fatlaðra.

Það ætti að vera óþarfi að minna á gildi íþróttaiðkunar. En að fatlaðir geri íþróttir að sínu sérstaka áhugamáli hefur ekki bara gildi fyrir þá sjálfa heldur samfélagið allt. Mér skilst að ríflega 1200 fatlaðir íþróttamenn séu skráðir í félög á Íslandi og einstaklingar þeim tengdir skipti þannig þúsundum. Það er frábært og þvítíkur hvati fyrir alla sem er annt um heilsu og heilbrigði og vilja leggja sitt að mörkum.



Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður Íþróttasambands fatlaðra og Ian Whitting, sendiherra Bretlands á Íslandi

Þótt vegur Ólympíumóts fatlaðra hafi vaxið jafnt og þétt má gera ráð fyrir því að mótið fái aldrei jafn mikla athygli og nú. Fram hefur komið að IPC, Alþjóða Ólympíuhreyfing fatlaðra, verður með viðamikla dagskrá á meðan mótinu stendur en sýndar verða um 580 klukkustundir frá Ólympímótinu á sérstökum vef samtakanna.

Íslensku keppendurnir fjórir eru verðugir fulltrúar sinnar þjóðar og sýna vel þá breidd sem er í íþróttastarfinu. Tveir sundmenn og tveir frjalsíþróttamenn bera vott um frábært starf þeirra sem koma að málum fatlaðra íþróttamanna á Íslandi.

Jeremy Brown, ráðherra utanríkismála sem fer fyrir Ólympíuleikunum sagði: „Þetta Ólympíumót fatlaðra verður það stærsta, gleðilegasta og með mesta áhorf sem getið er um í sögunni. Við, Bretar, erum frumkvöðlar að þessu móti og tökum fagnandi þátttakendum frá öllum heimshornum. Þetta er okkur hjartans mál og þátttakan verður okkur öllum hvatning. Ólympíumót fatlaðra í London 2012 sendir mikilvæg skilaboð til heimsbygðarinnar um að vilji, þor og geta er allt sem þarf til að yfirvinna hindranir.“

Ég óska íslensku keppendunum velfarnaðar og segi velkomin til London!

Ian Whitting

sendiherra Bretlands á Íslandi

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra





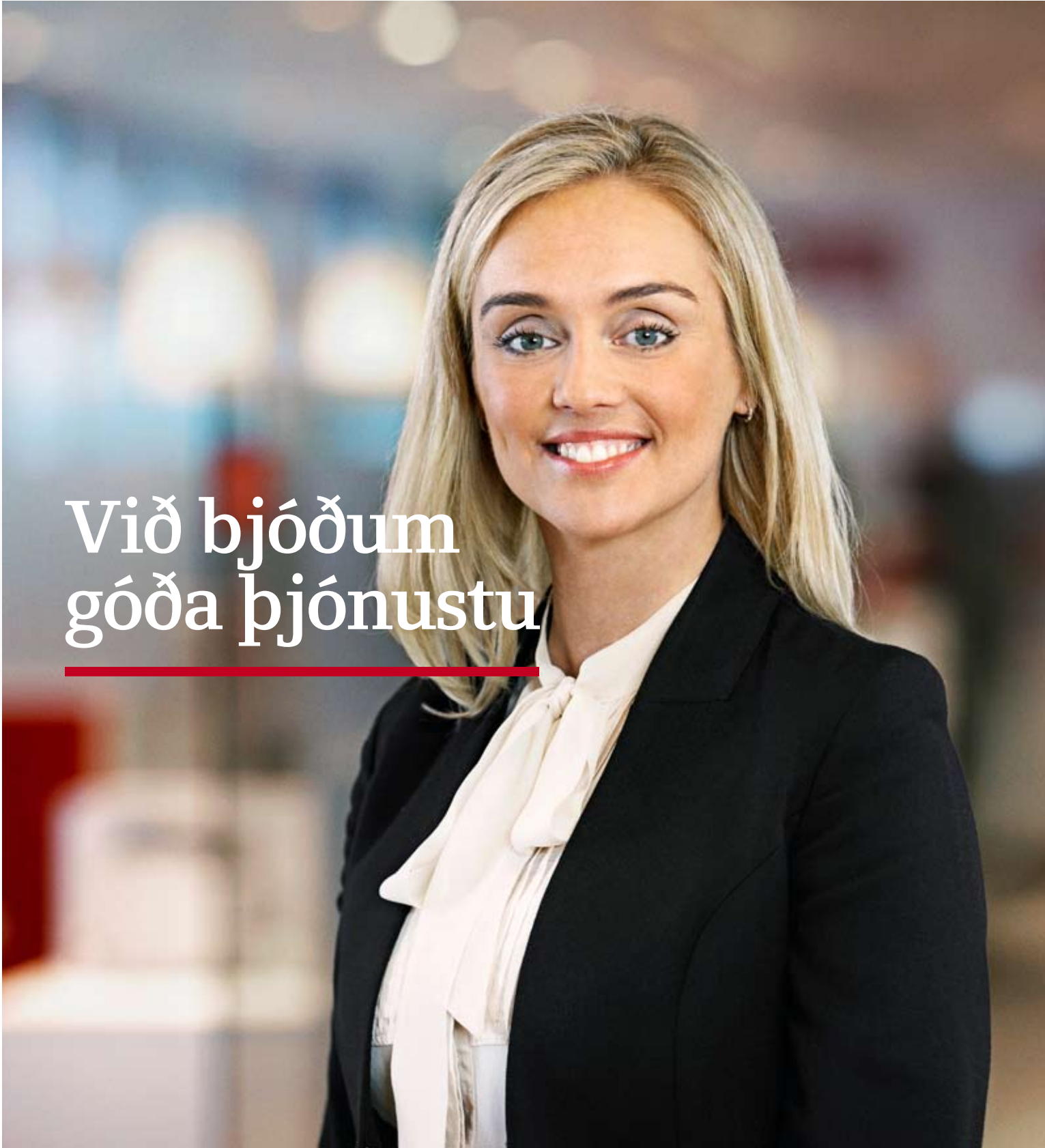
Kolbrún Alda vann Sjómanna- bikarinn annað árið í röð

Sundkonan Kolbrún Alda Stefánsdóttir vann Sjómannabikarinn annað árið í röð í byrjun þessa árs þegar Nýárssundmót barna og unglinga fór fram í innlauginni í Laugardal. Kolbrún Alda hlaut þá 764 stig í 50m. bringusundi en hún syndir fyrir Fjörð í Hafnarfirði sem hefur nú alls fimm sinnum átt sundmann sem hampar Sjómannabikarnum eftirsóttá.

Hr. Ögmundur Jónasson innanríkisráðherra var heiðursgestur mótsins og afhenti öllum þátttakendum þátttökuverðlaun og síðan afhenti hann Kolbrúnu Öldu sjálfan Sjómannabikarinn en hann gaf Sigmar Ólason sjómaður á Reyðarfirði.

Handhafar Sjómannabikarsins frá upphafi:

1984	Sigrún Pétursdóttir, ÍFR	50 m baksund	alls 482 stig.	1999	Gunnar Örn Ólafsson, Ösp	50 m baksund	alls 618 stig
1985	Bára B. Erlingsdóttir, Ösp	50 m bringusund	alls 493 stig.	2000	Gunnar Örn Ólafsson, Ösp	50 m baksund	alls 809 stig
1986	Sigrún H. Hrafnisdóttir, Ösp	50 m baksund	alls 418 stig.	2001	Gunnar Örn Ólafsson, Ösp	50 m baksund	alls 771 stig
1987	Sigrún H. Hrafnisdóttir, Ösp	50 m skriðsund	alls 517 stig.	2002	Jóna Dagbjört Pétursdóttir, ÍFR	50 m flugsund	alls 514 stig
1988	Gunnar Þ. Gunnarsson, ÍFS	50 m baksund	alls 590 stig.	2003	Guðrún Sigurðardóttir, SH	50 m baksund	alls 629 stig
1989	Geir Sverrisson, UMFN	50 m bringusund	alls 550 stig.	2004	Guðrún Sigurðardóttir SH/ÍFR	50 m flugsund	alls 547 stig
1990	Ólafur Eiríksson, ÍFR	50 m bringusund	alls 570 stig.	2005	Guðrún Sigurðardóttir SH/ÍFR	50 m skriðsund	alls 528 stig
1991	Birkir R. Gunnarsson, ÍFR	50 m bringusund	alls 509 stig.	2006	Hulda H. Agnarsdóttir, Firði	50 m skriðsund	alls 575 stig
1992	Birkir R. Gunnarsson, ÍFR	50 m bringusund	alls 581 stig.	2007	Karen B. Gísladóttir, S14 Firði	50 m skriðsund	alls 727 stig
1993	Birkir R. Gunnarsson, ÍFR	50 m bringusund	alls 647 stig	2008	Karen B. Gísladóttir, S14, Firði	50 m skriðsund	alls 732 stig
1994	Birkir R. Gunnarsson, ÍFR	50 m bringusund	alls 777 stig	2009	Jón Margeir Sverrisson, S14, Ösp	50 m skriðsund	alls 676 stig
1995	Hanna Kristín Jónsdóttir, ÍFH/Ægi	50 m baksund	alls 756 stig	2010	Vilhelm Hafþórsson, S14, Óðni	50 m skriðsund	alls 657 stig
1996	Heiðís Dögg Eiríksdóttir, ÍFH/Ægi	50 m skriðsund	alls 637 stig	2011	Kolbrún Alda Stefánsdóttir, Firði	50 m skriðsund	alls 594 stig
1997	Haraldur Þór Haraldsson, ÍFR	50 m bringusund	alls 756 stig	2012	Kolbrún Alda Stefánsdóttir, Firði	50 m bringusund	alls 764 stig
1998	Anna Rún Kristjánsdóttir, Óðni	50 m bringusund	alls 546 stig				



Við bjóðum góða þjónustu



Okkar markmið er að gera góða þjónustu betri

Viðskiptavinir Íslandsbanka eru ánægðustu viðskiptavinir fjármálafyrirtækja samkvæmt Íslensku ánægjuvuginni 2011.

Við erum stolt af þessum árangri sem er okkur mikil hvatning til að halda áfram á þeirri braut að gera góða þjónustu á öllum sviðum enn betri.

Við bjóðum
góða þjónustu

islandsbanki.is | Sími 440 4000





Fimm í röð hjá Firði

Íþróttafélagið Fjörður er bikarmeistari fatlaðra í sundi fimmta árið í röð en bikarkeppni ÍF í sundi fór fram í Ásvallalaug í júníbyrjun. Um hörkuspennandi keppni var að ræða og mikil eftirvænting ríkti í Ásvallalaug áður en úrslitin urðu kunn. Þá féllu einnig 14 Íslandsmet á mótinu en bikarkeppni ÍF fer alltaf fram í 25m. laug. Þetta var í fyrsta sinn af fimm sem Fjörður fagnar bikarmeistaratitlinum á heimavelli.

Lokastaða bikarkeppninnar 2012:

1. Fjörður - 15484 stig
2. ÍFR - 14459 stig
3. Óðinn - 8080 stig
4. Ösp - 7129 stig
5. Nes - 1635 stig

Íslandsmetin sem sett voru á mótinu

Pálmi Guðlaugsson, Fjörður, 50m flugsund, 41,46 sek
Pálmi Guðlaugsson, Fjörður, 200m skriðsund, 2.52,59 mín
Marínó Ingi Adolfsson, ÍFR, 100m fjórsund, 1.38,53 mín
Marínó Ingi Adolfsson, ÍFR, 100m baksund, 1.29,82 mín
Marínó Ingi Adolfsson, ÍFR, 50m baksund, 40,90 sek
Kolbrún Alda Stefánsdóttir, Fjörður, 200m skriðsund, 2.25,30 mín
Kolbrún Alda Stefánsdóttir, Fjörður, 50m skrið sund, 30,7 sek
Kolbrún Alda Stefánsdóttir, Fjörður, 100m skriðsund, 1.07,23 mín
Thelma Björg Björnsdóttir, ÍFR, 100m skriðsund (millitími í 200skrið) 1.35,87 mín
Thelma Björg Björnsdóttir, ÍFR, 100m skriðsund, 1.34,33 mín
Thelma Björg Björnsdóttir, ÍFR, 200m skriðsund, 3.16,85 mín
Hjörtur Már Ingvarsson, Fjörður, 200m skriðsund, 3.15,95 mín
Hjörtur Már Ingvarsson, Fjörður, 100m baksund, 1.50,03 mín
Hjörtur Már Ingvarsson, Fjörður, 100m fjórsund, 1.57,48 mín

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra



EN EKKI HVAÐ?



LÝSI ER D-VÍTAMÍNGJAFI ÍSLENDINGA

Áfram mælt með lýsi

Landlæknisembættið mælir með því að fólk taki þorskalýsi áfram þrátt fyrir að byrjað sé að vítamínbæta mjólk. Þetta kemur fram á vef Landlæknisembættisins.*

*Samkvæmt vef Landlæknisembættisins
<http://www.landlaeknir.is/Pages/1055?NewsID=2365>



NÁTTÚRULEG HOLLUSTA

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Svanur Ingimundarson Málarameisteri
Sveinsbakari ehf.
T. ARK teiknistofan ehf
Talnakönnun
Tandur hf.
Tannálfur sf.
Tannlæknast. Sigurðar Róssarssonar
Tannlæknast. Þórarins Jónssonar
Tannlæknastofa Björns Þorvaldssonar
Tannlæknastofa Friðgerðar
Samúelsdóttur
Tannlæknastofa Jón Birgis
Baldurssonar
Tannlæknastofa Sigríðar Rósu
Tannlæknastofa Tómasar Einarssonar
Tannlæknastofan Glæsibæ
Tannréttingar sf.
Tannsmíðastofa Kristins Sigmarssonar
Tannsteini ehf.
TCM Innheimta ehf.
Teiknivangur, teiknistofa
Tennis- og badmintonfélag Reykjavíkur
TGM Ráðgjöf
Thai matstofan ehf.
Tilraunastöð Háskóla Íslands í
meinafræði
Tískuverslunin Smart hf.
Toppfiskur ehf.
Tónastöðin ehf.
Trex Hóperðamiðstöðin ehf.
Trésmiðjan Jari ehf.
Trévirki hf.
Túnpökupjónustan ehf.
Tækni ehf.
Tölvar ehf.
Tösku- og hanskabúðin hf.
Ullarkistan ehf.
Umslag ehf.
Urriðafoss ehf.
Hótel Flóki
Útfararstofa Íslands ehf.
Útfararpjónustan ehf.
Útkall ehf.
Varahlutaverslunin Kistufell ehf.
Varmi ehf.
VDO - verkstæði ehf.
Veggsport ehf.
Veðikortið.is
Verkfræðistofan Fjölás ehf.
Verkfræðistofan VIK ehf.
Vernd - Fangahjálpi .
Verslun Þorsteins Bergmann ehf.
Verslunartækni ehf.
Verslunin Fríða frænka ehf.
Verslunin Kiss
Verslunin Rangá sf.
Vélaviðgerðir ehf.
Viðlagatrygging Íslands
Viðvik slf

Vilhjálmsson sf.
Virtus bókhald og ráðgjöf
Vífíll hf.
Vikur-ós ehf.
Vínberíð
VSÓ ráðgjöf ehf.
Vörubílastöðin Þróttur
Vörumiðlun ehf.
Waldorfgrunnskólinn Sólstafr
Þaktak ehf.
Þrep ehf. - Endurskoðun
Seljarnarnes
About Fish Íslandi ehf.
Horn í horn, parketlagnir
Íþróttafélagið Gróttu
Nesskip hf.
Prentsmiðjan Nes ehf v.Nesfrétta
Tannlæknastofa Ragnars Ó.
Steinarssonar ehf
Zeus - heildverslun ehf.
Önn Verkfræðistofa ehf.
Vogar
Hársnyrtling Hrnar
Toggi ehf.
V.P. Vélaverkstæðið ehf.
Kópavogur
Aalborg Portland á Íslandi hf.
Allianz hf.
Allraverk ehf.
Arinsmiði A-Ö - Jón Eldon Logason
Arnardalur sf.
Arnarljós - Löggiltur sjúkranuddari
Axis húsgögn hf.
Ásborg sf.
Ásklíf ehf.
Bakkabros ehf. - Tannsmíðaverkstæði
Bifreiðaverkstæðið Toppur
Bílalakk ehf.
Bílaþvottastöðin Löður ehf.
Bjarni Runólfsson
Bókun sf. Endurskoðun
BSA Varahlutir ehf.
Cafe Adesso
DK Hugbúnaður ehf.
Eignarhaldsfélag Brunabótafélags
Íslands
Einar Beinteins ehf. - Dúkalagnir- og
Veggfóðrun
Einkabílar
Fagsmiði ehf.
Fiskbúðin
Flugfélagið Atlanta ehf.
Frostmark ehf.
Gistiheimilið BB 44
Godði ehf.
Grasavinafélagið Gunnarshólma
Gróðrastöðin Stórð
Guðjón Gíslason ehf.
Hafið - Fiskiprinsinn

Hárný ehf - Hársnyrtistofa
Hellur og garðar ehf.
Hexa ehf. heildverslun
Hilmar Bjarnason ehf., rafverktaki
Hugbúnaður hf.
Hvellur G. Tómasson ehf.
Ingi Hóperðir
Ingimundur Einarsson ehf.
Íslandsspil sf.
Íslenskt marfang ehf.
Ísnes ehf.
JÓ lagnir sf.
JSÓ ehf
Kópavogsbær
Kraftvélur ehf.
Kríunes ehf.
Listinn
Loft og raftæki ehf.
Löggildir Endurskoðendur ehf.
Lögmenn Bæjarhrauni 8
Marás vélar ehf.
Mecca Spa ehf.
Modelskartgripir
Nobex ehf.
Pottagaldrar Mannrækt í matargerð
Rafbreidd ehf.
Rafholt ehf.
Rafmiðlun ehf.
Rafport ehf.
Raftækjasalan ehf.
Raftækjavinnustofa Einar
Stefánssonar
Réttir bílar ehf.
Sláttuvélamarkaðurinn Verklaginn ehf.
Suðurverk hf.
Söguferðir ehf
Tannlæknastofa Láru I. Ólafsdóttur
Tannsmíðastofan sf.
Tengi ehf.
Tækniþjónusta Ragnars G.G. ehf.
Tölvu- og tækniþjónustan hf.
Vaki - Fiskeldiskerfi hf.
Varmi ehf.
Veitingaþjónusta Lárusar Loftssonar sf.
Verkfræðistofan Hamraborg
Verslunin Föndra
Vetrarsól ehf.
Vélaleiga Auberts
Vigri RE-71
Vilji ehf. - Stuðningsstangir
Þakpappapjónustan ehf.
Þorvar Hafsteinsson
Öryggismiðstöð Íslands hf.
Garðabær
Árvík hf.
Bókasafn Garðabæjar
Fjölbrautaskólinn Garðabæ v/Bókasafns
Garðabær
Geislataekni ehf. - Laserþjónustan



Metaregn á RIG 2012

RIG eða Reykjavík International Games fóru fram í innilauginni í Laugardal síðastliðinn janúar. Fatlaðir íslenskir sundmenn voru í fantagóðum gir á mótinu og settu samtals 20 ný Íslandsmet.

Pálmi Guðlaugsson reið fyrstur á vaðið með nýtt Íslandsmet í flokki S7 þegar hann kom í bakkann á 1:29,18 mín. í 100m. flugsundi. Metin héldu áfram að falla og mótið náði hápunkti þegar Jón Margeir Sverrisson og Ragnvaldur Jensen frá Færeyjum mættust í 100m. bringusundi þar sem Jón hafði betur.

Laugardagur 21. janúar

Hjörtur Már Ingvarsson, 50m. skriðsund, S5, 45,18 sek.
 Jón Margeir Sverrisson, 50m. skriðsund, S14, 26,36 sek.
 Vaka Þórsdóttir, 50m. skriðsund, S11, 1:12,68 mín.
 Íva Marín Adrichem, 50m. skriðsund, S11, 1:00,97 mín. (bætti met Vöku)
 Kolbrún Alda Stefánsdóttir, 50m. skriðsund, S14, 31,92 sek.
 Vignir G. Hauksson, 100m. bringusund, S6, Sb5, 2:32,35 mín.
 Íva Marín Adrichem, 100m. bringusund, S11, 2:15,60 mín.
 Hjörtur Már Ingvarsson, 200m. skriðsund, S5, 3:24,98 mín.
 Hjörtur Már Ingvarsson, 100m. skriðsund (millitíminn í 200m. skrið) 1:37,17 mín.
 Kolbrún Alda Stefánsdóttir, 200m. skriðsund, S14, 2:29,21

Sunnudagur 22. janúar

Hjörtur M. Ingvarsson, Fjörður, S5, 100m. skriðsund, 1:34,72mín.
 Hjörtur M. Ingvarsson, Fjörður, S5, 50m. skriðsund, 44,78 mín.
 Hjörtur M. Ingvarsson, Fjörður, S5, 100m. baksund, 1:39,22 mín.
 Jón Margeir Sverrisson, Fjöllnir, S14, 100m. skriðsund, 56,89 sek.
 Jón Margeir Sverrisson, Fjöllnir, S14, 50m. bringusund, 34,38 mín.
 Vaka Þórsdóttir, Fjörður, S11, 100m. skriðsund, 2:38,82 mín.
 Íva Marín Adrichem, ÍFR, S11, 50m. bringusund, 1:01,84 mín.
 Pálmi Guðlaugsson, Fjörður, S7, 100m. bringusund, 1:39,22 mín.

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra



Unified Football



Íslandsleikar Special Olympics og „Unified football“ á Íslandi

Íslandsleikar Special Olympics í knattspyrnu fóru fram 18. maí í tengslum við Evrópuviku UEFA og Special Olympics í Evrópu. Leikarnir voru samstarfsverkefni Special Olympics á Íslandi, Knattspyrnusambands Íslands og knattspyrnufélagsins Víkinga. Tvö félög, Ösp í Reykjavík og Nes í Reykjanesbæ sendu sex lið á mótið en keppt er í blönduðum liðum karla og kvenna. Keppt er í tveimur styrkleikaflokkum og lið Aspar sigruðu báða flokka.

Ólafur Þórðarson þjálfari meistaraflokks Víkinga stýrði upphitun af mikilli röggsemi og í lok keppni fór fram verðlaunaafhending þar sem sem Reynir Leósson, knattspyrnumaður afhenti verðlaun ásamt Guðlaugi Gunnarssyni frá KSÍ. Samstarf við almenn knattspyrnufélög byggist ekki síst á því að tengja þjálfara og leikmenn við Íslandsleikana sem haldnir eru á hverju ári.

Samstarf ÍF og KSÍ við Víking hefur einnig verið byggt á verkefninu „Unified football project“ sem hófst á Íslandi í haust en markhópur var stelpur 12 ára og eldri. Verkefnið felur í sér þátttöku fatlaðra og ófatlaðra og getur skapað tækifæri til framtíðar. Keppt er í „Unified football“ á alþjóðaleikum Special Olympics og einnig í öðrum íþróttagreinum, einstaklings og liðakeppni.

Íþróttasamband fatlaðra og Special Olympics á Íslandi þakka Knattspyrnusambandi Íslands og knattspyrnufélaginu Víkingi fyrir frábært samstarf vegna Íslandsleikanna 2012 og verkefnisins „Unified football“. Íþróttafélagið Ösp fær einnig þakkir fyrir stuðning við verkefnið.



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Gluggar og garðhús ehf.
H. Filippson sf
Hafnasandur hf.
Hagráð ehf.
Hannes Arnórsson ehf.
Hargldur Böðvarsson & Co. ehf.
ISS Ísland ehf.
Íslandsfundir ehf.
Kvótabankinn ehf.
Latibær ehf.
Leiksvið slf
Loftorka ehf.
Læknatorg sf.
Nýbarði Hjólbarðaverkstæði
Raftækniþjónusta Trausta ehf.
Samhentir ehf.
Sveinn Benediktsson
Tannlæknastofa Engilberts Snorrasonar
Teknís ehf.
Ungmennafélagið Stjarnan
Vistor hf.
Örvar Sigurðsson
Öryggisgirðingar ehf.
Hafnarfjörður
Altis ehf.
Batterið ehf
Bergplast ehf.
Bílaverk ehf.
Blekhyllki.is
Byggingafélagið Sandfell ehf.
DS lausnir ehf.
Fasteignasalan Hraunhamar ehf.
Fiskverkunin Björg ehf.
Fiskvinnslan Útvík ehf
Fínþússning ehf.
Fjarðargrjót ehf.
Fjarðarmót ehf.
Fura málmendurvinnslan ehf.
Gamla Vínhúsið - A. Hansen
Gullfari ehf.
Hafnarfjarðarhöfn
Hagstál ehf.
Héðinn Schindler lyftur hf.
Hjólaspættur ehf.
Húsamálarinn ehf
Hvalur hf.
Hyggir hf.
Hönnunarhúsið ehf.
Iceland Summer
Íshestar - Íslenskar hestaferðir hf.
Ísrör ehf.
Lagnameistarinn ehf.
Lögfræðimiðstöðin ehf.
Málmsteypan Hella hf.
Mynstrun ehf.
P.H. Verk ehf.
Pappír hf.
PON Pétur O. Nikulásson ehf.
Raftog ehf.

Rakarastofa Halla
S.B.J. réttingar ehf
Sjúkrþjálfarinn ehf.
Sólark Arkitektar
Stálorka
Stigamaðurinn ehf
Strendingur ehf.
Sýningaljos
Tannlæknastofa Jóns M.
Björgvinssonar
Trefjar ehf.
Umbúðamiðlun ehf.
Úthafsskip ehf.
Varma og Vélaverk ehf.
Veitingastofan Kænan
Verkalýðsfélagið Hlíf
Verkþing ehf
Vélaverkstæði Jóhanns Ólafs ehf.
Vélrás ehf. Bifreiða- og vélaverkstæði
Viðir og Alda ehf.
Álftanes
HBG Þjónusta ehf.
Keflavík
ABS ehf. - Bitinn
Bókasafn Reykjanesbæjar
Brunavarnir Suðurnesja
DMM Lausnir ehf.
Fiskverkunin Háteigur
Fjölbrautaskóli Suðurnesja
G. Lár slf.
Grímsnes ehf.
Helga ehf Stafnes ke130
Íslenska félagið ehf. / Ice group. ltd.
Málverk sf.
Reykjanesbær
Soho Veisluþjónusta
Tí slf.
Triton sf. - Tannsmíðastofa
Úra- og skartgripaverzlun Georg V.
Hannah sf.
Varmamót ehf.
Verkfræðistofa Suðurnesja ehf.
Verslunarmannafélag Suðurnesja
Keflavíkurflugvöllur
Fagræsting ehf.
IGS ehf
Suðurflog ehf. Bygging 787
Grindavík
EVH Verktakar ehf.
Flutningaþjónusta Sigga ehf.
Grindavíkurbær
Hafsteinn Sæmundsson
Haustak ehf.
Íþróttabandalag Suðurnesja
Jens Valgeir ehf.
Mamma Mía Pizzahús
Marver ehf.
Sílfell ehf.
Stakkavík ehf.

Söluturninn Víkurbraut
Veitingastofan Vör
Vísir hf. - Hafnargötu 16 - Grindavík
Þorbjörn hf.
Sandgerði
Fiskmarkaður Suðurnesja hf.
Garður
Amp Rafverktaki ehf.
Bifreiðaverkstæði Sigurðar
Guðmundssonar
GSE ehf.
H. Pétursson ehf. - Fiskvinnslan
Leikskólinn Gefnaborg
Sveitarfélagið Garður
Njarðvík
Bílaþjónusta GG ehf.
Fitjavík ehf.
Hár og rósir ehf.
Kaffitár ehf.
Sigurður Haraldsson ehf.
Starfsmannafélag Suðurnesja
ÆCO Bílar ehf.
Mosfellsbær
Álafoss - búðin
Bílapartar ehf.
Bootcamp ehf.
Byggingarfélagið Jörð
Dino slf
Garðagróður ehf.
Guðmundur S. Borgarsson ehf.
Heilsuæfing Mosfellsbæjar
Hóperðabílar Jónatans Þórissonar ehf.
Ísfugl ehf.
Kaffihúsið Álafossi
Leirvogstunga ehf
Monique van Oosten
Múr og meira ehf.
Nýja bílasmiðjan hf.
Seljabrekka ehf
SK ráðgjöf ehf.
Skálatúnsheimilið
Sólbaðsstofa Mosfellsbæjar
Vélsmiðjan Orri ehf.
Vélsmiðjan Sveinn
Akranes
A. Haraldsson ehf.
Bifreiðastöð Þ.Þ.Þ. ehf.
Bíilver ehf.
Borgdal ehf.
Brautin ehf. - Bílaleiga
Glit málun ehf.
Grastec ehf.
Hóperðabifreiðar Reynis Jóhanns ehf.
Mozart Hársnyrtistofa
Norðanfiskur ehf.
P 21 - Trocadero ehf.
Rafnes sf.
Runólfur Hallfreðsson ehf.
Sjónglerið ehf.



Íslandsmót ÍF í Laugardal

Íslandsmót ÍF fór fram í Laugardal dagana 31. mars til 1. apríl 2012. Venju samkvæmt var mótið fjölmennt og setti skemmtilegan svip á Laugardalinn. Keppt var í frjálsum, sundi, borðtennis, bogfimi, lyftingum og boccia.

Keppni í bogfimi tókst vel í alla staði en bogfimefnd ÍSÍ stóð að mótinu í samvinnu við ÍF. Jón Eiríksson, mótsstjóri, var ánægður með framkvæmdina og sagði: „Það var ánægjulegt að sjá hvað félögumum sem taka þátt hefur fjölgað. Þetta gefur góð fyrirheit um framtíðina.“

Jafnan er keppnin í boccia æsispennandi og í ár var það Nes-A sem hafði sigur í 1. deild en mikill fögnuður braust út hjá Suðurnesjamönnum þegar úrslitin voru kynnt enda keppnin hörð en að sjálfsgöðu drengileg.

Vignir Þór Unnsteinsson setti nýtt Íslandsmet í réttstöðu lyftu þegar hann sendi upp 247,5 kíló í -120kg flokki þroskahamlaðra og þá bætti hann einnig Íslandsmetið í bekkpressu er hann lyfti 142,5 kg. Einnig jafnaði hann Íslandsmetið í samanlögðu.

Í sundi féllu alls 17 Íslandsmet en keppt var í Laugardalslaug. Hin unga og bráðefnilega Íva Marín Adrichem, ÍFR, setti þrjú ný Íslandsmet í flokki S11, flokki alblindra.

Keppni í frjálsíþróttum fór fram í frjálsíþróttahöllinni í Laugardal þar sem gamli jaxlinn Haukur Gunnarsson var mættur til leiks og sýndi lipra takta.

Annar reynslubolti, Jóhann Rúnar Kristjánsson, lét alla finna rækilega til tevatnsins í borðtenniskeppninni sem fram fór í ÍFR-húsinu við Hátún. Jóhann varð þrefaldur Íslandsmeistari. Jóhann hafði sigur í sitjandi flokki, opnum flokki og í tvíðaleik þar sem hann lék með Viðari Árnasyni úr KR.

Íslandsmótið er viðamikið og margir sjálfbóðaliðar sem vinna þar ómetanleg störf. Hér eru þeim færðar bestu þakkir fyrir sem og Lionsklúbbum Viðarri sem gefur öll verðlaun á Íslandsmóti ÍF.



Íslandsmót ÍF í frjálsum

Íslandsmót ÍF í frjálsíþróttum utanhúss fór fram á Laugardalsvelli þann 9. júní síðastliðinn. Aðstæður voru allar hinar bestu og nokkur Íslandsmet litu dagsins ljós. Matthildur Ylfa Þorsteinsdóttir setti nýtt Íslandsmet í 100m. hlaupi kvenna í flokki T37 þegar hún kom í mark á tímanum 15,37 sek. Þá var önnur ung og efnileg frjálsíþróttakona sem setti nokkur Íslandsmet í flokki sjónskertra en hún heitir Stefanía Daney Guðmundsdóttir og keppir fyrir Eik á Akureyri. Fleiri met féllu á mótinu en öll úrslit Íslandsmóta ÍF 2012 má nálgast inni á vefsíðu sambandsins, www.ifsport.is

Texti: Jón Björn Ólafsson

Norðurlandameistaramót í boccia á Íslandi



Norðurlandameistaramót í boccia var haldið á Íslandi í dagana 12. – 13. maí 2012. Mótið er haldið annað hvert ár á Norðurlöndunum og síðast var mótið haldið á Íslandi árið 2000 í Reykjaneshæ.

Mótið fór nú fram í Reykjavík og keppt var í Laugardalshöll. 79 keppendur tóku þátt í mótinu frá Íslandi, Noregi, Danmörku, Svíþjóð, Finnlandi og Færeyjum auk þjálfara og fararstjóra. Alls voru erlendu gestirnir um 120. Keppt var í einstaklingskeppni á laugardeginum og sveitakeppni á sunnudeginum.

Ísland hlaut ein verðlaun á mótinu, bronsverðlaun í sveitakeppni í 1. flokki. Sveitina skipuðu þau Kristín Jónsdóttir, Árni Sævar Gylfason og Valgeir Árni Ómarsson.

Íþróttasamband fatlaðra og undirbúningsnefnd NM 2012 vill koma á framfæri þakklæti til allra þeirra sem lögðu hönd á plóg vegna Norðurlandamótsins í boccia 2012. Sjálfbóðaliðastarf í íþróttahreyfingunni byggir á áratuga hefð og er grundvöllur að fjölbreyttu íþróttastarfi um land allt. Það má aldrei missa sjónar af því að framlag sjálfbóðaliða er ekki sjálfgefið og það ber að meta að verðleikum hverju sinni.





ÞÚ FÆRÐ MEIRA Í STOFNI

Með því að sameina tryggingar fjölskyldunnar í Stofni hjá Sjóvá færðu persónulega þjónustu, **betri kjör á tryggingum og ýmis fríðindi**. Að auki fá tjónlausir og **skilvísir viðskiptavinir í Stofni hluta iðgjalda sinna endurgreiddan** í byrjun febrúar ár hvert. Sjóvá er eina íslenska tryggingafélagið sem umbunar viðskiptavinum sínum á þennan hátt.

- Afsláttur af tryggingum
- Stofn endurgreiðsla
- Vegaaðstoð án endurgjalds
- Afsláttur af barnabílstólum
- Frí flutningstrygging innanlands
- Enginn iðgjaldsauki ef þú lendir í tjóni
- Nágrannavarsla
- ... og margt fleira

ÞESS VEGNA ERTU HJÁ SJÓVÁ

SJÓVÁ

STOFN

Samningar og styrkir 2012



Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður Íþróttasambands fatlaðra og Símon Kjærnested, fjármálastjóri Atlantsolía við undirritun samningsins.



Á myndinni eru Þórður Árni Hjaltsted, varaformaður ÍF og Steinunn Jónsdóttir formaður Styrktar- og menningarsjóðs Norvíkur að handsala hinn nýja samning.

Eins og fram kemur í þessu blaði þá stendur fyrir dyrum þátttaka Íslands í Ólympíumóti fatlaðra, stærsta íþróttaviðburði sem fatlaður íþróttamaður tekur þátt í. Leiðin til London hefur verið löng og kostnaðarsöm, með þátttöku afreksfólks í hinum ýmsu verkefnum víðs vegar um heim og markmiðið að tryggja sem flestum þeirra þátttökurétt á mótinu.

Íþróttasamband fatlaðra hefur átt því láni að fagna að eiga öfluga bakhjarla, fyrirtæki sem stutt hafa dyggilega við sambandið í áraraðir.

Nú hafa fleiri fyrirtæki gengið til liðs við ÍF og þannig rennt styrkari stoðum undir starfsemi sambandsins.

Atlantsolía

Atlantsolía og Íþróttasamband fatlaðra hafa gert með sér samning um samstarf og stuðning fyrirtækisins við starfsemi sambandsins.

Atlantsolía, sem fagnar 10 ára starfsafmæli sínu á þessu ári, bætist þannig í hóp þekktra fyrirtækja sem stutt hafa dyggilega við íþróttir fatlaðra hér á landi enda fellur jákvæð ímynd fyrirtækisins vel að ímynd Íþróttasambands fatlaðra.

Með samningi þessum, sem er til þriggja ára, býðst aðildarfélögum sambandsins einnig aðgangur að ýmsum þeim tilboðum og fríðindum sem Atlantsolía hefur upp á að bjóða.

Norvík

Styrktar- og menningarsjóður Norvíkur og Íþróttasamband fatlaðra (ÍF) hafa gert með sér samstarfssamning til þriggja ára um stuðning sjóðsins við starfsemi sambandsins.

Tilgangur Styrktar- og menningarsjóðs Norvíkur er að styrkja verkefni eða félög sem snúa t.a.m. að menningu, íþróttum og forvarnarstarfi eða öðru því sem stjórn sjóðsins ákveður hverju sinni. Með þeim hætti vill Norvík hf. efla tengsl fyrirtækisins og dótturfélaga þess við samfélagið og það umhverfi sem félagið starfar í.

Samningur Norvíkur og ÍF er einn nokkurra sem ÍF hefur gert að undanförunu m.a. vegna þátttöku Íslands í Ólympíumóti fatlaðra sem fram fer í London í september mánuði n.k. Árangur fatlaðra íþróttamanna á undanförunum árum hefur vakið verðskuldaða athygli. Íslenska íþróttafólkið hefur staðið sig afar vel á Ólympíumótum sem og öðrum stórmótum fatlaðra og gerir langtímasamningur sem þessi sambandinu kleift að skapa afreksfólkinu bestu mögulegu skilyrði til að hámarksárangur náist.

Íslensk Getspá

Íslensk Getspá og Íþróttasamband fatlaðra (ÍF) hafa gert með sér samkomulag um samstarf og stuðning fyrirtækisins við þátttöku Íslands í Ólympíumóti fatlaðra í London 2012.

Íslensk Getspá hefur í gegnum tíðina stutt dyggilega við íþróttir fatlaðra líkt og aðrar íþróttir enda rennur hluti af andvirði allrar sölu Íslenskar Getspár beint til uppbyggingar og starfsemi æskulýðs- og íþróttamála og til málefna öryrkja.

Stuðningur fyrirtækisins við ÍF nú markar nýtt upphaf í stuðningi Íslenskrar Getspár við íþróttir fatlaðra. Án efa leiðir stuðningurinn til glæstra sigra fatlaðra íþróttamanna líkt og að allir þeir sem spila í leikjum Getspár og Getrauna geta fagnað sigri og átt von á góðum vinningi í leiðinni.

Vífilfell hf.

Vífilfell hf. og Íþróttasamband fatlaðra (ÍF) hafa nú gert með sér formlegan samstarfssamning um stuðning fyrirtækisins við starfsemi ÍF

Vífilfell hefur ávallt stutt myndarlega við hina ýmsu viðburði sem sambandið hefur staðið fyrir og nægir þar að nefna stuðning fyrirtækisins við Evrópumeistaramót fatlaðra í sundi sem fram fór hér á landi 2009 og nú nýafstöðnu Norðurlandamóti fatlaðra í boccia.

Með formlegum samningi nú treystir fyrirtækið enn frekar viðamikni og áralangt samstarf sitt við Íþróttasamband fatlaðra.

Össur kemur að afreksstarfinu

Einn af stærstu styrktar- og samstarfsaðilum ÍF er stoðtækjaframleiðandinn Össur og nú í rúmt ár hefur Össur bætt við sig snúningi því auk árlegra styrkframlaga til sambandsins hefur fyrirtækið stutt dyggilega við úrvalshóp ÍF í frjálsíþróttum.

Samfélagssjóður Valitor

Á dögunum hlaut Íþróttasamband fatlaðra styrk úr Samfélagssjóði Valitor vegna undirbúnings og þátttöku Íslands í Ólympíumóti fatlaðra.

Valitor hefur í rúma tvo áratugi verið einn helsti bakhjarl sambandsins og þannig átt stóran þátt þróun íþróttar fatlaðra hér á landi og glæsilegum árangri fatlaðra íslenskra íþróttamanna gegnum tíðina.

Við afhendingu styrksins, sem Þórður Árni Hjaltested varaformaður ÍF veitti viðtöku, sagði Viðar Þorkelsson, forstjóri Valitor „að fyrirtækið væri stolt af samstarfi sínu við ÍF og því væri sérstök ánægja að auka stuðning sinn við fatlað íslenskt afreksfólk á Ólympíuári.“



Á myndinni handsala Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF og Stefán Konráðsson, framkvæmdastjóri Íslenskrar Getspár, samninginn.



Á myndinni handsala Sveinn Áki Lúðvíksson, formaður ÍF og Árni Stefánsson, forstjóri Vífilfells, samninginn.

Þá hafa Sjóvá og Lyfja endurnýjað samstarfssamninga sína við Íþróttasamband fatlaðra.



Allt frá stofnun Íþróttasambands fatlaðra hafa Kiwanis- og Lionsklúbbar stutt dyggilega við starfsemi sambandsins.

Þannig kom Kiwanisklúbburinn Hekla á vormánuðum færandi hendi en klúbburinn hefur um árabil stutt dyggilega við bakið á starfsemi Íþróttasambands fatlaðra. Það var formaður ÍF, Sveinn Áki Lúðvíksson, sem tók við fjárstyrk frá Heklu.

Íþróttasamband fatlaðra færir samstarfsaðilum sínum og öðrum þeim sem styrkt hafa sambandið sínar bestu þakkir fyrir velvilja og veittan stuðning

Texti: Ólafur Magnússon



Pinnið á minnið

– hverju breytir það fyrir fatlað fólk?

Margir hafa tekið eftir átaki á Íslandi sem nefnist „Pinnið á minnið“ en fyrirtæki sem taka við kortagreiðslum eru hvert á fætur öðru að setja upp posa sem snúa að viðskiptavinum. Nú þarf ekki lengur að afhenda afgreiðslufólki kortið heldur stinga viðskiptavinir því sjálfir í posann og staðfesta greiðsluna með pinni í stað undirskriftar. Ráðgert er að fyrirtæki verði almennt búin að snúa posanum að viðskiptavinum frá og með 1. nóvember 2012.

Þessi nýja aðferð eykur til muna öryggi kortaviðskipta og því er mikilvægt að vel takist til við að breyta og að allir geti nýtt sér þennan möguleika. Í því sambandi liggur beint við að ræða við ferlimálafulltrúa Öryrkjabandalagsins, Hafðísi Runólfsdóttur, heyra sjónarmið fatlaðra og hverju þetta breytir fyrir þann hóp.

Að sögn Hafðisar er breytingin til hagsbóta fyrir suma en erfiðari fyrir aðra. „Ýmsir hreyfihamlaðir, svo sem fólk í hjólastól, getur átt erfitt með að komast að posanum til að setja kortið í lesarann og slá inn pinnið, nema posinn sé á armi eða að unnt sé að taka hann upp og rétta viðskiptavinum. Brýnt er að þjónustu- og söluaðilar tryggi gott aðgengi fyrir alla að afgreiðsluborðum,“ segir Hafðis. Hún bætir við að á vegum átaksins Pinnið á minnið sé sölu- og þjónustuaðilum sérstaklega bent á að aðgengi fatlaðra að posum þurfi að vera í lagi sem sé jákvætt. „Það er á ábyrgð stjórnenda fyrirtækjanna að tryggja hreyfihömluðum aðgang að posum þar sem þeir eru staðsettir.“

Hafðís nefnir að þessi nýjung geti verið til mikilla bóta fyrir blinda og sjónskerta. Nú losna þessir einstaklingar við að afhenda kortið sitt og skrifa undir eða nota stimpil. Þess í stað setja þeir kortið sjálfir í posann og slá inn pinnið, en posar eru með upphleypta hnappa til að auðvelda þessum hópi að nota posana. „Það er mjög gott fyrir þennan hóp að þurfa ekki lengur að afhenda kortið og treysta því að fá rétt kort til baka, því debetkortin eru ekki með upphleyptum stöfum sem blindir geta notað til að sannreyna að þeir hafi fengið kortið sitt til baka“ bætir Hafðís við.

Vert er að hafa í huga að ákveðnir hópar fólks eiga í erfiðleikum með að leggja tölur á minnið. Í því sambandi nefnir Hafdís fólk sem er með Alzheimers, fólk með væga heilabilun og ýmsa aðra hópa, t.d. eldra fólk sem er öruggt með þessa nýjung. Þessir einstaklingar geta mögulega áfram fengið að nota kort þar sem segulröndin er lesin og þeir staðfesta með undirskrift eða stimpli, en það á eftir að koma betur í ljós. „Þessi hópur þarf að fá lausnir sem henta. Eins er brýnt að sjá til þess að pinnið sé ekki geymt á miða í veskinu við hlið kortsins heldur öruggari aðferðir fundnar til að aðstoða þessa hópa við að ryfja upp pinnið“ segir Hafdís að lokum.



Hvað er þetta
pinnið á minnið?

D Valitor Ráðgjöf svarar öllum svona
spurningum. Sláðu á þráðinn
í síma **5252255**.

VALITOR

Ólympíumót fatlaðra

– saga þess og þátttaka Íslands 2012

Ólympíumót fatlaðra fer fram í London dagana 29. ágúst til 9. september 2012 og er hluti af 45 daga samfelldri íþróttahátíð sem hefst með opnunarhátíð Ólympíuleikanna 27. júlí og lýkur með lokahátíð Ólympíumóts fatlaðra þann 9. september. Fyrir íþróttamenn er þátttaka í Ólympíuleikum eða Ólympíumóti fatlaðra hápunkturinn á ferli hvers og eins og þátttakan í London 2012 verður þar engin undantekning.

Nú þegar það liggur ljóst fyrir hvaða einstaklingar verða fulltrúar Íslands á Ólympíumóti fatlaðra er vert að líta á nokkrar sögulegar staðreyndir því tengdu jafnframt því að líta fram á veginn og huga að möguleikum Íslands á mótinu.

Fyrsta Ólympíumót fatlaðra var haldið í Róm 1960 og síðan þá hafa mótin ávallt verið haldin sama ár og Ólympíuleikarnir. Frá árinu 1988 hafa Ólympíumót fatlaðra verið haldin í beinu framhaldi af Ólympíuleikunum, í sömu borg og sömu íþróttamannvirkjum og frá árinu 1992, einnig í vetraríþróttum.

Íslendingar hafa verið sigursælir á Ólympíumótum fatlaðra en þeir tóku fyrst þátt í Ólympíumótinu sem haldið var í Arnheim í Hollandi árið 1980. Þó má segja að uppgangur íþróttar fatlaðra hér á landi hafi fyrir alvöru hafist 1988 í Seoul í Suður-Kóreu þar sem Ísland vann til tveggja gullverðlauna á mótinu. Frá 1980 hafa fatlaðir íslenskir íþróttamenn unnið til 97 verðlauna á Ólympíumótum fatlaðra og af þessum verðlaunum eru 36 gullverðlaun. Þá hafa Íslendingar unnið 66 verðlaun á Heimsmeistaramótum fatlaðra og 73 verðlaun á Evrópumeistaramótum – ekki slæmur árangur það!

Í afreksstefnu ÍF segir að markmið sambandsins sé að það hafi ávallt á að skipa einstaklingum eða liðum, sem standast kröfur til keppni á alþjóðlegum mótum í sínum íþróttagreinum. Í þessu felst;

- að íþróttamenn/lið ÍF vinni til verðlauna á Evrópu-, Heimsmeistara- og Ólympíumótum
- að koma íþróttamönnum inn í úrslit á Evrópu-, Heimsmeistara- og Ólympíumótum

Ólympíu- og afrekssvið ÍF felur íþróttanefndum sínum að móta eigin stefnu með þessi markmið að leiðarljósi og eftir þeim hefur verið unnið undangengin þrjú ár eða frá því að Ólympíumótinu í Peking 2008 lauk.

Með það að markmiði að ná tilskyldum lágmörkum fyrir London 2012 hefur fatlað íslenskt afreksfólk tekið þátt í fjölmörgum mótum innanlands og erlendis. Að venju vegnaði sumum betur en öðrum og „kandidötum“ vegna Ólympíumótsins fækkaði jafnt og þétt þar til átta einstaklingar stóðu eftir og náðu tilskyldum lágmörkum. Þeirra á meðal voru nokkrir þroskahamlaðir einstaklingar en þroskahamlaðir verða nú meðal þátttakenda á Ólympíumóti fatlaðra í fyrsta sinn síðan í Sydney árið 2000.

Þessir einstaklingar voru:

- Eyþór Þrastarson, KR – sund
- Jón Margeir Sverrisson, Fjölni – sund
- Kolbrún Alda Stefánsdóttir, Friði – sund
- Aníta Óska Hrafnisdóttir, Friði – sund
- Helgi Sveinsson, Ármanni – frjálssar íþróttir
- Matthildur Þorsteinsdóttir, ÍFR – frjálssar íþróttir
- Hulda Sigurjónsdóttir, Suðra – frjálssar íþróttir
- Baldur Ævar Baldursson, Snerpu – frjálssar íþróttir

Ólympíumót fatlaðra er ólíkt Ólympíuleikunum að því leiti að mótið er „teiknað upp fyrirfram“ með ákveðnum fjölda keppenda. Í London 2012 verða 4.200 keppendur sem taka þátt í 20 íþróttagreinum þar sem keppt er í flokkum hreyfihamlaðra, blindra, sjónskertra og þroskahamlaðra sem síðan er skipt niður í flokka innbyrðis. Hverju landi er úthlutað „kvóta“ miðað við stöðu íþróttafólks þess á heimslista, óháð því hversu margir einstaklingar hafi náð lágmörkum, en þannig öðlast aðeins bestu íþróttamenn heims úr röðum fatlaðra þátttökurétt á Ólympíumótinu. Þetta fyrirkomulag þýðir þannig að margir sitji heima þó svo þeir hafi náð tilskyldum lágmörkum!

Í sundi t.a.m. eru 600 keppendur, 340 karlar og 260 konur, en rúmlega 700 einstaklingar náðu þeim lágmörkum sem sett voru fyrir mótið! Í frjálsum íþróttum heygja 1.100 einstaklingar keppni í 166 greinum, 740 karlar og 360 konur og einnig þar

Frá 1980 hafa fatlaðir íslenskir íþróttamenn unnið til 97 verðlauna á Ólympíumótum fatlaðra og af þessum verðlaunum eru 36 gullverðlaun.



náðu mun fleiri einstaklingar lágmörkum en sá fjöldi sem þátt tekur í Ólympíumótinu.

IPC – Alþjóðaaólympíuhreyfing fatlaðra gaf löndum frest til 20. maí til að ná „kvóta“ í hverri grein. Þannig var Íslandi, miðað við fjölda þeirra einstaklinga sem náð höfðu tilskyldum lágmörkum á mótið, úthlutað „kvóta“ eða sætum fyrir tvo sundmenn, karl og konu og tvo frjálsíþróttamenn, karl og konu.

Þar eð fleiri íslenskir íþróttamenn náðu tilskyldum lágmörkum en „kvóti“ Íslands leyfði þurfti Ólympíu- og afreksráð ÍF að taka þá erfiðu ákvörðun að velja á milli einstaklinga sem tilskyldum lágmörkum höfðu náð. Þær viðmiðunarreglur sem Ólympíuráð ÍF setti sér varðandi val þetta var:

- staða íþróttamanna á heimslista viðkomandi íþróttagreinar
- fjöldi A og B lágmarka sem viðkomandi íþróttamaður hefur náð
- hvaða einstaklingar áunnu Íslandi úthlutuðum „kvóta“

Þeir einstaklingar sem valdir hafa verið til þátttöku á Ólympíumóti fatlaðra 2012 eru sundfólkið Jón Margeir Sverrisson og Kolbrún Alda Stefánsdóttir sem bæði keppa í flokki þroskahamlaðra (S14), frjálsíþróttamaðurinn Helgi Sveinsson sem keppir í flokki aflimaðra (T42) og frjálsíþróttakonan Matthildur Ylfa Þorsteinsdóttir sem keppir í flokki spastískra (T37).

Jón Margeir Sverrisson kemur úr hópi þeirra efnilegu sundmanna sem stigu fram á Evrópumeistaramóti fatlaðra sem haldið var hér á landi 2009. Síðan þá hefur hann jafnt og þétt verið að þoka sér upp styrkleikalistann og er nú kominn í fremstu röð þroskahamlaðra sundmanna. Þannig gerði hann harða atögu að verðlaunasæti á síðasta Evrópumeistaramóti sem haldið var í Þýskalandi 2011 og getur Jón Margeir, á góðum degi, hæglega unnið til verðlauna á Ólympíumótinu.

Kolbrún Alda Stefánsdóttir kemur, líkt og Jón Margeir, úr 2009 sundhópnum. Hún hefur með elju og ástundun klifrað upp styrkleikalistann þar sem hún situr nú í 15. sæti heimslistans í 200m skriðsundi. Kolbrún Alda er mikil keppnismanneskja sem stefnir hátt og sem fyrsta skref í þeirri viðleitni er að synda sig inn í úrslit í einni þeirra sundgreina sem hún tekur þátt í á Ólympíumótinu.

Helgi Sveinsson er fyrsti íslenski íþróttamaðurinn sem keppir á hlaupafæti frá stoðtækjaframleiðandanum Össuri en flestir fremstu íþróttamenn heims í flokki aflimaðra nota stoðtæki frá fyrirtækinu. Helgi var sínum á unglingsárum í fremstu röð ungra handknattleiksmanna en aflimun vinstri fótar við hné vegna sjúkdóms batt enda á þann feril. Er Helgi, rúmlega þrítugur, fór að æfa frjálsar íþróttir undir handleiðslu Kára Jónssonar, landsliðsþjálfara ÍF, fundust öll gömlu íþróttagenin sem nú hafa fleytt honum til þátttöku á sjálfu Ólympíumótinu. Helgi hefur sýnt það að hann er mikill íþróttamaður og enn meiri keppnismaður og gæti því hæglega verið sá sem kæmi hvað mest á óvart í mótinu.



Matthildur Ylfa Þorsteinsdóttir skaust nánast fullmótuð upp á stjörnuhiminn frjálsíþróttta fatlaðra eftir að hún var uppgötvuð sem frjálsíþróttakona á Norrænu barna- og unglingamóti sem fram fór í Finnlandi 2011. Með þátttöku sinni í hinum ýmsu mótum undangengna mánuði hefur Matthildur klifrað hratt upp styrkleikalista IPC í langstökki og hefur á örskömmum tíma náð að skipa sér í fremstu röð greinarinnar. Verðlaunasæti – hver veit?

Enginn þessara einstaklinga hefur tekið þátt í Ólympíumóti áður og eru því að stíga í fyrsta sinn á stóra sviðið þar sem augu alls alheimsins munu beinast að þeim. Þá eru þau öll, að Helga undanskildum, mjög ung að árum sem gefur fyrirheit um bjarta framtíð í íþróttum fatlaðra á Íslandi. Án nokkurs vafa munu þessir einstaklingar skipa sér í þann fríða flokk Ólympíumótsfara sem haldið hafa hróðri lands og þjóðar hátt á lofti.

Fararstjórar og þjálfarar íslenska hópsins verða að þessu sinni;

- Ólafur Magnússon, aðalfararstóri
- Jón Björn Ólafsson, aðstoðarfararstjóri og almannatengill
- Guðbjörg Lúdvíksdóttir, læknir
- Kristín Guðmundsdóttir, landsliðsþjálfari ÍF í sundi
- Vadim Forafonov, sundþjálfari
- Kári Jónsson, landsliðsþjálfari ÍF í frjálsum íþróttum
- Ásta Katrín Helgadóttir, frjálsíþróttþjálfari

Líkt og í Peking 2008 verður Axel Nikulásson, nú sendiráðunautur í London, tengiliður Íslands við framkvæmdanefnd leikanna.

Meðal gesta við setningu Ólympíumóts fatlaðra verður Guðbjartur Hannesson, velferðarráðherra sem einnig mun heilsa upp á og heiðra íslensku Ólympíumótsfarana með heimsókn í

Ólympíuþorpið.

Þá er vert að geta þess að Ingi Þór Einarsson, formaður sundnefndar ÍF og landsliðsþjálfari ÍF í sundi, verður meðal „flokka“ á mótinu en hann er einn frumkvöðla að nýju forriti tengdu flokkun þroskahamlaðara íþróttamanna.

Að lokum nokkrar tölulegar upplýsingar um Ólympíumótið 2012;

- 20 íþróttagreinar
- 16 þær sömu og á Ólympíuleikum
- Um 4.200 þátttakendur
- Um 160 þátttökupjóðir
- Um 6.000 fjölmiðlamenn
- Um 1,5 milljónir aðgöngumiða til sölu

Sérgreinar Ólympíumóts fatlaðra eru; boccia, blindrabolti, bekkpressa og hjólastólaruðningur.

Allar upplýsingar um Ólympíumót fatlaðra má finna á vefsíðunni www.london2012.com/paralympics

Gangi okkur öllum vel.

Ólafur Magnússon

Aðalfararstjóri



HÁTÆKNI HVATNING HÆFILEIKAR FULLKOMIN ÞRENNNA

Afreksíþróttamaðurinn Helgi Sveinsson setur markið hátt. Hann setti nýlega Íslandsmet í 100m hlaupi í flokki aflimaðara og stefnir enn hærra. Með hátæknivörum frá Össuri, hvatningu frá Íþróttasambandi fatlaðra og eigin hæfileikum myndast fullkomin þrenna.

•• www.ossur.com



You Tube



Life Without Limitations®



Ævintýri á einni fjöður Samstarf við Össur hf

Um langan tíma hefur stoðtækjaframleiðandinn Össur hf verið einn helsti styrktaraðili Íþróttasambands fatlaðra, ÍF. En fyrir um ári síðan tók samstarfið nýja stefnu. Markmið samstarfsins var þá sett á að finna mögulega keppendur fyrir Íslands hönd á Ólympíumót fatlaðra (ÓM) sem notuðu gervifót frá Össuri hf. Þar sem skammur tími var til leikanna í London þótti ráðlegast að horfa til lengri tíma enda koma nýir leikar alltaf á fjögurra ára fresti. Það varð úr að haldin var kynning á frjálssípróttum fyrir börn og fullorðna í enda apríl 2011. Þarna mætti stór hópur barna og unglinga með og án stoðtækja og fékk að prófa langstökk, 60m hlaup, kúluvarp og skutlukast. En þarna mættu líka tveir fullorðnir einstaklingar sem vinna hjá Össuri við að þróa og kynna gervifætur og þá langaði til að prófa þetta líka. Eftir þessa vel heppnuðu kynningu voru stofnaðir tveir hópar sem fylgt hefur verið eftir síðan. Þetta eru „litlu Össurarnir“ sem fengu námskeið í frjálsum fram að Íslandsmótinu í júní og síðan æfingahópur fullorðinna sem í voru tveir einstaklingar, Helgi Sveinsson og Davíð Jónsson. Þjálfari var undirritaður og æfingar fóru fram í Kaplakrika, velli FH-inga sumarið 2011. Litlu Össurarnir kepptu á Íslandsmótinu í þríþraut sem samanstendur af 60m. hlaupi, langstökki, boltakasti og fengu allir þátttökuverðlaun fyrir það. Sá hópur hefur síðan

haldið áfram síðastliðinn vetur og vor undir stjórn Ingólfs Guðjónssonar íþróttafraeðings í samstarfi við íþróttafélagið Ösp í Reykjavík og hefur hópurinn bætt sig mikið í vetur og keppt á innanhússmóti og aftur á Íslandsmótinu nú í vor. Þar eru án efa mörg framtíðarefni okkar.

Strax þegar æfingar eldri hópsins hófust komu í ljós miklir hæfileikar hjá báðum drengjunum. Kviknaði þá sú von að hægt væri að stefna að því að ná a.m.k. einum keppanda á gervifæti inn á leikana í London. Þar með hófst nýr kapítuli í samstarfinu við Össur hf. Samin var æfinga- og keppnisáætlun fyrir Davíð og Helga sem hvorugur hafði snert frjálssar áður að heitið geti. Þeir höfðu því enga keppnisreynslu né heldur kunnu að æfa. Það var því ljóst að tímafrekt og kostnaðarsamt yrði að ná þessu markmiði. Áætlunin var borin upp við Össur hf sem samþykkti að bera hluta af kostnaðinum af „ferðalaginu“ til að hægt væri að láta á þetta reyna. Ævintýrið á einni fjöður var þar með hafið.

Keppt var á mótum á Íslandi í fyrrasumar og í vetur og stefnan sett á alþjóðleg mót viðurkennd af IPC til að fá drengina flokkaða formlega en það er skilyrði til að komast inn á afrekslista fyrir ÓM í London. Til þess var farið til Túnis í mars, Toríno á Ítalíu

Í maí og síðan á EM í Hollandi í júní. Æfingar hafa verið 5-6 daga vikunnar allan þennan tíma og uppskeran ríkuleg í árangri. Helgi hefur einbeitt sér að því að læra að hlaupa 100 og 200m. Núna í vor hefur langstökkið og spjótastið síðan bæst við hjá honum. Davíð hefur einbeitt sér að kúluvarpinu og er að byrja með kringluna líka. Á EM náði Helgi silfri í spjóti eftir að hafa leitt keppnina allan tímann fram í síðustu umferð. Hann er nú með fjórða besta árangur í heiminum í langstökki og spjóti í flokki F42. Davíð náði bronsi í kúlunni en á nokkuð lengra í land á heimslistanum. Sem dæmi um bætingar á einu ári hefur Davíð bætt kúluvarpsárangur sinn úr 9,50m. í 11,21m. og Helgi 100m. hlaupið úr 15,48 í 14,82sek. og langstökkið úr 4,20m. í 5,35m. á þremur mánuðum. Helgi náði A-lágmarki í þremur greinum inn á leikana í London. Markmiðið sem lagt var upp með að eiga keppanda frá Íslandi á gervifæti Össurar var síðan staðfest nú í júní þegar IPC gaf það út að Ísland ætti eitt pláss fyrir karlmann og Helgi sannaði tilkall sitt til þess með frábærri frammistöðu á EM.

En sagan er ekki þar með sögð því til að ná árangri í harðri samkeppni þarf einnig góðan búnað ekki síst þegar á mann vantar fótinn ofan við hné. Þar kemur Össur sterkt inn. Tæknimenn Össurar hf hafa unnið að hönnun nýs hlaupahnés sem kemur til með að nýtast þeim sem hafa hlaupið með staurfót á koltrefjafjöður fram til þessa, líkt og í tilfelli Helga. Nú ganga allar æfingar út á að aðlagast hinu nýja hné til að geta hlaupið stökkið og kastað með það undir sér. Prófanirnar sem Helgi tekur þátt í munu síðan skila sér í fullbúinni vöru síðar

á árinu. Það eru því stoðtækjasmíðir, verkfræðingar, læknar og hreyfirfræðingar auk markaðsfólks innan Össurar hf sem hafa staðið að baki þeim árangri sem náðst hefur hingað til.

Æfingar og ástundun íþróttamannanna sjálfra skipta þó mestu máli til að árangur náist, en til þess þurfa þeir aðstöðu og hana hefur Össur hf skapað. Þjálfarateymi ÍF í frjálsum sem komið hefur að málum eru auk undirritaðs Ásta Katrín Helgadóttir og nú í sumar Einar Vilhjálmsson með sérfræðiaðstoð í spjótasti. Auk þessa stendur fagteymi ÍSÍ íþróttafólkinu til boða.

Um leið og æfingar hófust með Davíð og Helga í maí 2011 skapaðist einnig möguleiki að bjóða fleiri framúrskarandi einstaklingum úr röðum fatlaðra að æfa með hópnum. Þannig varð til sá úrvalshópur sem æft hefur saman í allan vetur og vor. Þar á meðal er ein 15 ára spastísk íþróttakona sem hóf æfingar með okkur í október, Matthildur Ylfa Þorsteinsdóttir. Hún hefur náð keppnisrétti í 100m., 200m. og langstökki þar sem hún er með fjórða besta heimsárangur. Þessi úrvalshópur sex íþróttamanna keppti á EM í Hollandi í júní og var það fjölmennasta frjálsíþróttalið sem ÍF hefur sent á slíkt stórmót. Þannig hefur verkefnið með Össuri hf sem byrjaði á að finna mann til að hlaupa á einni fjöður, undið upp á sig og orðið að fullfiðruðum unga sem er við það að fljúga úr hreiðrinu.

Við þökkum starfsfólki Össurar hf. fyrir samstarfið til þessa.

Kári Jónsson, landsliðsþjálfari ÍF í frjálsíþróttum



UTÁNRIKISRÁÐUNEYTIÐ



Matthildur Ylfa Þorsteinsdóttir

Fædd: 1997

Félag: ÍFR

Keppnisgrein: Frjálsar íþróttir

Lýsing á fötlun: Hreyfihömluð

Fötlunarflokkur: T37

Þjálfari: Kári Jónsson

Keppnisgreinar	Besti árangur
Langstökk	4.10 m.
100 m. hlaup	15.73 sek.
200 m. hlaup	32.51 sek.

Met:

Íslandsmet í langstökki, 100 og 200m. hlaupum í flokki T37

Keppt á alþjóðamótum áður:

2012: Opna frjálsíþróttamótinu í Túnis

2012: Evrópumeistaramótinu
í frjálsum íþróttum (ein bronsverðlaun)



Helgi Sveinsson

Fæddur: 1979

Félag: Ármann

Keppnisgrein: Frjálsar íþróttir

Lýsing á fötlun: Hreyfihamlaður

Fötlunarflokkur: T42

Þjálfari: Kári Jónsson

Keppnisgreinar	Besti árangur
Langstökk	5.32 m.
100 m. hlaup	14.82 sek.
Spjótkest	46.52 m.

Met:

Íslandsmet í 100 og 200m. hlaupum, langstökki og spjótkesti í flokki T42

Keppt á alþjóðamótum áður:

2012: Opna frjálsíþróttamótinu í Túnis

2012: Opna ítalska meistaramótinu

2012: Evrópumeistaramótinu
í frjálsum íþróttum (ein silfurverðlaun)



Jón Margeir Sverrisson

Fæddur: 1992
Félag: Fjölur/Ösp
Keppnisgrein: Sund
Lýsing á fötlun: Þroskahamlaður
Fötlunarflokkur: S14
Þjálfari: Vadim Forafonov

Keppnisgreinar Besti árangur
100 m. baksund 1:13,74 mín.
100 m. bringusund 1:13,92 mín.
200 m. skriðsund 2:01,56 mín.

Met:
Íslandsmet í 50, 100, 200, 400, 800 og 1500 m. skriðsundi,
50 og 100 m. bringusundi, 100 og 200 m. flugsundi
Heimsmet í 800 og 1500m. skriðsundi

Keppt á alþjóðamótum áður:
2009: Evrópumeistaramótinu í sundi
2009: Global Games - Heimsleikar þroskahamlaðra
2010: Heimsmeistaramótinu í sundi
2011: Evrópumeistaramótinu í sundi
2011: Global Games - Heimsleikar þroskahamlaðra
(ein gull- og tvenn silfurverðlaun)

Þátttaka í hinum ýmsu alþjóðamótum s.s. opna þýska og opna breska meistaramótinu í sundi.

Aðrar viðúkenningar:
Íþróttamaður ársins úr röðum fatlaðra 2010 og 2011,
Afreksmaður UMF Fjölnis 2011, Sundmaður Reykjavíkur
2011 úr röðum fatlaðra.



Kolbrún Alda Stefánsdóttir

Fædd: 1997
Félag: Fjörður/SH
Keppnisgrein: Sund
Lýsing á fötlun: Þroskahömluð
Fötlunarflokkur: S14
Þjálfari: Mladen Tepavec

Keppnisgreinar Besti árangur
100 m. baksund 1:21,09 mín.
100 m. bringusund 1:30,07 mín.
200 m. skriðsund 2:28,77 mín.

Met:
Íslandsmet í 50, 100, 200, 400 og 800 m. skriðsundi, 50,
100 og 200 m. baksundi og 200 m. fjórsundi.

Keppt á alþjóðamótum áður:
2010: Heimsmeistaramótinu í sundi
2011: Global Games - Heimsleikar þroskahamlaðra

Þátttaka í hinum ýmsu alþjóðamótum s.s. opna
þýska og opna breska meistaramótinu í sundi.

Aðrar viðúkenningar:
Íþróttakona ársins úr röðum fatlaðra 2011, Íþróttakona
Íþróttafélagsins Fjarðar 2011.



Ólympíumótið mitt: Geir Sverrisson

Eftir því sem tíminn líður er það þínulítið sérstakt að keppnisárangurinn og keppnin sjálf er mér ekki endilega efst í huga. Fyrir mér er það sem eftir stendur ótrúlega skemmtilegar minningar af einskonar uppskeruhátíð af afrakstri vinnu sem á undan var gengin. Sjálf keppnin stendur ekki yfir nema í nokkrar sekúndur en öll upplifunin er ótrúleg. Alveg frá því að stigið er upp í flugvél og þar til stigið er aftur úr henni.

Ég naut þeirra forréttinda að öðlast þátttökurétt á Ólympíumótunum frá 1988 í Kóreu til 2000 í Ástralíu. Frá því að vera óharðnaður 17 ára stráklíngur upp í að vera 29 ára karlmaður ef svo má segja. Öll voru mótin eftirminnileg og það væri eins að gera upp á milli barnanna minna að segja hvert þeirra mér fyndist eftirminnilegast. En ef ég ætti að velja eitt mót úr þá er það kannski ekki vegna árangurs í það skiptið heldur það að í Barcelona stóð ég á eins konar tímamótum þar sem ég var að skipta algjörlega um íþróttagrein og keppti því bæði í sundi og spretthlaupum á því móti.

Það sem upp úr stendur þegar ég hugsa til baka er að öll upplifunin var mögnuð. Allt skipulag var á þá vegu að það var rétt eins og við værum í bómul og okkar var bara að njóta. Vissulega var mikil alvara og þrotlaus vinna að baki og auðvelt að láta stressið bera sig ofurliði í þessari ristastóru alþjóðlegu keppni. En öll umgjörð okkar góða fólks hjá ÍF var á þá vegu að auðvelt var að skila sínu besta og á sama tíma upplifa eina bestu tíma lífs síns. Andinn meðal okkar íslensku keppenda og fylgdarfólks var alltaf á mjög léttum nótum og öll upplifðum við ógleymanlegar stundir saman.

Auðvitað er líka hægt að rifja upp eftirminnilega hluti sem myndu flokkast sem vonbrigði. Til dæmis að skauta á fjórum fótum í grenjandi rigningu í lok 400 m. hlaups þar sem keppinauturinn birtist upp við hlið mér á síðustu tveimur metrunum. Eins og að

klára 400m hlaup á 50 sekúndum sé ekki nógu erfitt eitt og sér! Þetta kallast bara að fórna sér og er ekkert annað en skemmtileg minning þegar lengra dregur frá. Mynd af atvikinu endaði síðan sem sigurmynd á World Press Photo sem var frekar spaugilegt.

Þegar ég horfi til baka vil ég meina að ég hafi lagt mig allan fram við æfingar og keppni en á sama tíma haft alveg ótrúlega gaman af þessu öllu saman. Þeir sem umgengust mig þá gætu reyndar haldið annað þar sem stór hluti af þessu er jú keppnisskapið og það hafði ég alveg og líktist kannski frekar hreinni og klárri keppnisgrímd! En þegar á keppnisstaðinn er komið verður maður að hugsa að hingað á ég fullt erindi. Halda haus og fullri einbeitingu og ná að útiloka sig svolítið með e.t.v. tónlist og sólgleraugum. Það gerði ég. Mér þótti best að vera ekkert að hugsa of mikið um keppinautana og láta þá bara um að hafa áhyggjur af mér (enda var planið að þeir væru einhver staðar fyrir aftan mig hvort sem er). Í lok keppninnar vorum við þó ævinlega bestu vinir. Margir höfðu þeir á orði að ég væri mjög svo fámáll og ískaldur fyrir keppni en þetta var jú allt saman samkvæmt keppnisáætluninni.

Kæru félagar sem eruð á leiðinni til London. Núna er uppskeruhátíðin framundan. Þið eruð með frábært fólk sem sér um allt vesenið þannig að það eina sem þið þurfið gera er að halda haus, borða rétt, hvílast vel og síðast en ekki síst að kunna að bíða. Ferðalög og svona stór keppni tekur tíma. Ég var alltaf kominn með fætur upp í loft, notandi töskuna mína sem kodd þegar var stoppað lengur en 10 mínútur og lét það ekkert trufla mig. Svo er bara að negla á þetta og ná sínu besta. Umfram allt njóta hvernar einustu mínútu. Þið eruð að búa til minningar sem fylgja ykkur ævilangt.

Góða ferð og gangi ykkur vel, Geir Sverris.



Ólympíumótið mitt: Haukur Gunnarsson

Eftirminnilegasta mótið mitt er að sjálfsgöðu Ólympíumótið í Seoul í Suður Kóreu en þar vann ég 100 metra hlaup karla T37 á tímanum 12,88 sek. Ólympíumet og heimsmet! Það var eftirminnilegast og jafnframt sætasti sigur minn í greinninni, auk þess vann ég brons í 200 m. og 400 m. hlaupi þar sem ég sló einnig heimsmet í undanriðlum. Fyrir mér er þetta mót minnisstæðast af öllum þeim fjórum mótum sem ég fór á.

Í Barcelona 1992 voru margir íslenskir gullkálfar samankomnir. Ólafur Eiríksson, Kristín Rós, Geir og ég og fleiri. Ég vann þarna óvænt til bronsverðlauna í 200 m. hlaupi en ég var með fimmta besta tímann fyrir úrslitahlaupið. Sá sem átti þriðja besta tímann mætti ekki í úrslitahlaupið, tók rangan strætisvagn á leið sinni á keppnisstað. Ég gleymi þessu aldrei enda voru möguleikar mínir á verðlaunum ekki miklir en það var glatt á hjalla eftir þetta þó úrslitin hefðu vissulega getað verið önnur.

Fyrst og fremst eiga þeir sem fara á Ólympíumót að hafa gaman af því. Hafa gaman af verkefninu sem tekist er á við enda eru þarna bestu íþróttamenn í heiminum í hverjum fötlunarflokki. Kjörorð okkar eru þau að stærsti sigurinn sé að vera með og að fullnýta svona tækifæri er mikilvægt því það býðst mögulega aldrei aftur. Góða skapið verður að vera með í för, áráðnin og vilji til að styðja aðra keppendur og vera þú sjálfur. Það fer enginn í svona mót nema með þessi atriði í lagi. Ég vil nota tækifærið og óska keppendum góðrar ferðar og vil þakka ÍF fyrir að hafa gefið mér þetta tækifæri sem ég fékk á sínum tíma. Minn árangur og mín iðkun hefur skilað mér betri út í samfélagið, þetta allt er mögulegt ef þið haldið áfram að stunda íþróttir.

Afrekin verða ykkur alltaf ofarlega í minningunni, þannig er það hjá mér og þessvegna er ég enn á fullu í íþróttum.

Með bestu íþróttakveðjum,

Haukur Gunnarsson



Ólympíumótið mitt: Kristín Rós Hákonardóttir

Éftirminnilegasta Ólympíumótið mitt er án efa Atlanta 1996. Þar gekk mér mjög vel, vann til þrenna gullverðlauna og setti jafnmörg heimsmet og fékk að auki ein bronsverðlaun. Auk þess sem ég var kosin „Lady of the games“ af þulinum í sundlauginni. Þetta var mitt þriðja Ólympíumót, ég var þá 23 ára og rétt að byrja minn feril. Við Sigrún Huld sundkona gistum saman í herbergi í blokk sem tilheyrði hernum, rétt við Ólympíusundlaugina. Það heyrðist allt í hátalarakerfinu inn til okkar. Herbergið var mjög lítið eins og góður fataskápur og ferðatöskurnar voru á gólfinu milli rúmana því ekki var pláss fyrir þær annarsstaðar í herberginu. Þetta var frábært mót sem aldrei gleymist. Ég náði mínum bestu tímum og ekki var verra að hafa góðan stuðning af foreldrum og litlu systur minni.

Sú minning sem stendur hæst í Atlanta var undanfari úrslita í 100 m. bringusundi. Það var mjög heitt þennan dag og von á þrumum og eldingum seinna um daginn. Og viti menn þegar úrslitin áttu að hefjast skall á snarvitlaust veður, með þrumum, eldingum og roki. Allt lauslegt af sundlaugarbökkunum sópaðist í burtu, en aðstoðarfolk hvatti áhorfendur með söng og dansi sem samanstóð m.a. af „Y.M.C.A.“ laginu með Village People og laginu „Macarena“ sem er spænskt danslag með Los del Rio. Þvílíkt fjör og allir hundblautir. Fresta þurfti keppni um tæpa þrjá tíma og það tók mikið á. Þá var um að gera að vera

nógu yfirvegaður og láta ekkert trufla sig. Dagurinn endaði stórkostlega, með því að ég hlustaði á þjóðsönginn minn á efsta palli með gullverðlaun og heimsmet í farteskinu.

Undirbúningur fyrir stórmót eins og Ólympíumót stóð yfir í 4 ár eða frá síðustu leikum að þeim næstu. Ég var með langtímamarkmið í huga en auðvitað tók maður stutt markmið inn í langtímamarkmiðið. Fyrst þetta mót og svo það næsta. Ég hefði ekki getað hugsað mér þennan undirbúning án minna frábæru þjálfara, en þeir hafa verið margir á sundferli mínum og má þá nefna helst Erling Jóhannsson og Kristínu Guðmundsdóttur, en þau studdu vel við bakið á mér allan minn feril. Æfingar voru u.þ.b. 10 sinnum í viku þrír tímar í senn og því gerði ég ekki mikið annað. Að vera rétt stilltur og í góðu andlegu formi skiptir miklu máli. Að setja sér markmið fyrir hvert mót og gera hæfilegar kröfur til sjálfs síns. Trúa á sjálfan sig og vera agaður.

Ráðleggingar mínar til þeirra sem fara á Ólympíumótið í London 2012 er að vera agaður í undirbúningnum, trúa á sjálfan sig og setja sér ákveðin markmið til að stefna að og treysta þjálfaranum því hann veit hvað er best.

Kristín Rós Hákonardóttir

Verðlaunahafar á Ólympíumótum fatlaðra

Staður	Ár	Nafn	Félag	Grein	Gull	Silfur	Brons
Holland / Arnheim	1980	Sigurrós Karlsdóttir	Akur	Sund	1		
		Jónas Óskarsson	ÍFR/Völsungur	Lyftingar			1
USA / New York	1984	Jónas Óskarsson	ÍFR/Völsungur	Sund		1	
(hreyfihamlaðir)		Sigrún Pétursdóttir	ÍFR	Sund		1	2
		Oddný Óttarsdóttir	ÍFR	Sund			1
		Haukur Gunnarsson	ÍFR	Frjalsar			2
		Hafðís Ásgeirsdóttir	Akur	Borðtennis			2
		Hafðís Gunnarsdóttir	ÍFR/KR	Borðtennis			1
Bretland/ Stoke	1984	Anna Geirsdóttir	ÍFR	Sund			1
		Edda Bergmann	ÍFR	Sund			1
Mandev. (mænuskaðaðir)							
Suður-Kórea / Seoul	1988	Haukur Gunnarsson	ÍFR	Frjalsar	1		2
		Lilja M. Snorraddóttir	Tindastóll	Sund	1		2
		Jónas Óskarsson	ÍFR/Völsungur	Sund		1	
		Geir Sverrisson	UMFN	Sund		1	
		Ólafur Eiríksson	ÍFR	Sund			2
		Sóley Axelsdóttir	ÍFR	Sund			1
Spánn/ Barcelóna	1992	Geir Sverrisson	UMFN/Ármann	Sund/frj.	1		1
(hreyfihamlaðir)		Ólafur Eiríksson	ÍFR/KR	Sund	2		2
		Lilja M. Snorraddóttir	SH	Sund		1	4
		Kristín R. Hákonard.	ÍFR	Sund		1	1
		Rut Sverrisdóttir	Akur/Óðinn	Sund			2
		Birkir R. Gunnarsson	ÍFR	Sund			1
		Haukur Gunnarsson	ÍFR/Ármann	Frjalsar			1
Spánn/ Madrid	1992	Sigrún H. Hrafnisdóttir	Ösp	Sund	9	2	
(proskaeftir)		Guðrún Ólafsdóttir	Ösp	Sund	5	2	2
		Bára B. Erlingsdóttir	Ösp	Sund	4	1	3
		Katrín Sigurðardóttir	Ösp	Sund	4	1	
USA / Atlanta	1996	Kristín R. Hákonard.	ÍFR	Sund	3		1
		Ólafur Eiríksson	ÍFR/SH	Sund	1	1	1
		Pálmar Guðmundsson	ÍFR	Sund	1		1
		Birkir R. Gunnarsson	ÍFR/Ægir	Sund			1
		Sigrún H. Hrafnisdóttir	Ösp	Sund			1
		Geir Sverrisson	Ármann	Frjalsar		3	
Ástralía / Sydney	2000	Kristín R. Hákonard.	ÍFR	Sund	2		2
Grikkland / Aþena	2004	Kristín R. Hákonard.	ÍFR	Sund	1	1	
		Jón Oddur Halldórsson	Óðni Hellissandi	Frjalsar		2	
Kína / Peking	2008	Enginn					
Samtals					36	19	42

Heildarverðlaun á Ólympíumótum

97

Ólympíumótsfarar Íþróttasambands fatlaðra frá upphafi

Peking, Kína

6. – 17. september 2008

Sonja Sigurðardóttir, ÍFR – sund

Eypór Prastarson, ÍFR – sund

Þorsteinn Sölvason, ÍFR – lyftingar

Baldur Ævar Baldursson, Snepu – frjálssar íþróttir

Jón Oddur Halldórsson, Reyni Hellissandi – frjálssar íþróttir



Aþena, Grikkland

17. – 28. september 2004

Kristín Rós Hákonardóttir, ÍFR – sund

Jón Oddur Halldórsson, Reyni Hellissandi – frjálssar íþróttir

Jóhann Rúnar Kristjánsson, Nes Reykjanesbæ – borðtennis



Sidney, Ástralía

18. – 29. október 2000

Kristín Rós Hákonardóttir, ÍFR – sund

Bjarki Birgisson, ÍFR – sund

Pálmar Guðmundsson, ÍFR – sund

Gunnar Örn Ólafsson, Ösp – sund

Geir Sverrisson, Breiðablik – frjálssar íþróttir

Einar Trausti Sveinsson, Kveldúlf – frjálssar íþróttir



Atlanta, Bandaríkjunum

16. – 25. ágúst 1996

Kristín Rós Hákonardóttir, ÍFR – sund

Pálmar Guðmundsson, ÍFR – sund

Ólafur Eiríksson, ÍFR/SH – sund

Birkir Rúnar Gunnarsson, ÍFR/Ægi – sund

Gunnar Þór Gunnarsson, Suðra – sund

Anna Rún Kristjánsdóttir, Akri/Óðni – sund

Sigrún Huld Hrafnisdóttir, Ösp – sund

Bára B. Erlingsdóttir, Ösp – sund

Geir Sverrisson, Ármanni – frjálssar íþróttir

Haukur Gunnarsson, ÍFR – frjálssar íþróttir



Barcelona, Spáni

3. – 14. september 1992

- hreyfihamlaðir

Kristín Rós Hákonardóttir, ÍFR – sund

Sóley Axelsdóttir, ÍFR – sund

Halldór Guðbergsson, ÍFR – sund

Birkir Rúnar Gunnarsson, ÍFR – sund

Ólafur Eiríksson, ÍFR/KR – sund

Svanur Ingvarsson, Suðra – sund

Rut Sverrisdóttir, Akri/Óðni – sund

Lilja María Snorraddóttir, SH – sund

Geir Sverrisson, Ármanni – sund og frjálssar íþróttir

Haukur Gunnarsson, ÍFR – frjálssar íþróttir

Elvar Thorarensen, Akri – borðtennis

Jón Heiðar Jónsson, Akri – borðtennis



Madrid, Spáni

13. – 20. september 1992

- þroskahamlaðir

Sigrún Huld Hrafnisdóttir, Ösp – sund

Bára B. Erlingsdóttir, Ösp – sund

Guðrún Ólafsdóttir, Ösp – sund

Magnfreð I. Jensson, Ösp – sund

Katrín Sigurðardóttir, Suðra – sund

Gunnar Þór Gunnarsson, Suðra – sund

Aðalsteinn Friðjónsson, Eik – frjálssar íþróttir

Stefán Thorarensen, Akri – frjálsum íþróttum



Seoul, Suður-Kórea

15. – 24. október 1988

Kristín Rós Hákonardóttir, ÍFR – sund

Sóley Axelsdóttir, ÍFR – sund

Sigrún Pétursdóttir, ÍFR – sund

Ólafur Eiríksson, ÍFR – sund

Halldór Guðbergsson, ÍFR – sund

Jónas Óskarsson, ÍFR/Völsungi – sund

Geir Sverrisson, UMFN – sund

Lilja María Snorraddóttir, UMF Tindastól – sund

Gunnar Valur Gunnarsson, Suðra – sund

Rut Sverrisdóttir, Akri/Óðni – sund

Reynir Kristófersson, ÍFR – frjálssar íþróttir

Haukur Gunnarsson, ÍFR – frjálssar íþróttir

Arnar Klemensson, Viljanum – frjálssar íþróttir

Elvar Thorarensen, Akri – borðtennis



New York, Bandaríkjunum

16. – 30. júní 1984 - hreyfihamlaðir

Sigrún Pétursdóttir, ÍFR – sund

Oddný Óttarsdóttir, ÍFR – sund

Jónas Óskarsson, ÍFR/Völsungi – sund

Snæbjörn Þórðarson, Akri – sund

Eysteinn Guðmundsson, UMFB Bolungarvík – sund

Hafðís Gunnarsdóttir, ÍFR/KR – borðtennis

Hafðís Ásgeirsdóttir, Akri – borðtennis

Sævar Guðjónsson, ÍFR – borðtennis

Haukur Gunnarsson, ÍFR – frjálsar íþróttir

Guðjón Skúlason, ÍFR – frjálsar íþróttir



Vetrarólympíumót fatlaðra

Vancouver, Kanada 12. – 21. mars 2010

Erna Friðriksdóttir, Örvari/ÚÍA – alpagreinar



Lillehammer, Noregi 10. – 19. mars 1994

Svanur Ingvarsson, Suðra – sleðastjak



Stoke Mandeville, Bretlandi

22. júlí – 1. ágúst 1984 - mænuskaðaðir

Edda Bergmann, ÍFR – sund

Anna Geirsdóttir, ÍFR – sund

Reynir Kristófersson, ÍFR – fjálsar íþróttir

Baldur Guðnason, ÍFR – frjálsar íþróttir

Andrés Viðarsson, ÍFR/USVS – frjálsar íþróttir

Elsa Stefánsdóttir, ÍFR – borðtennis

Guðný Guðnadóttir, ÍFR – borðtennis

Viðar Guðnason, ÍFR – borðtennis

Arnhem, Hollandi

21. júní – 5. júlí 1980

Edda Bergmann, ÍFR – sund

Hörður Barðdal, ÍFR – sund

Jónas Óskarsson, ÍFR/Völsungi – sund og lyftingar

Snæbjörn Þórðarson, ÍFA – sund

Sigurrós Karlsdóttir, ÍFA – sund og borðtennis

Elsa Stefánsdóttir, ÍFR – borðtennis

Guðný Guðnadóttir, ÍFR – borðtennis

Viðar Guðnason, ÍFR – borðtennis

Guðmundur Gíslason, ÍFA – borðtennis og frjálsar íþróttir

Arnór Pétursson, frjálsar íþróttir og lyftingar

Guðjón Skúlason, ÍFR – frjálsar íþróttir

Sigmar Maríusson, ÍFR – lyftingar



Ólympíumótið í beinni á Paralympic.org

IPC, Alþjóða Ólympíuhreyfing fatlaðra, verður með viðamikla dagskrá á meðan Ólympíumóti fatlaðra í London stendur en IPC mun sýna um 580 klukkustundir frá Ólympíumótinu á www.paralympic.org en þar inni má nálgast Youtube-síðu þeirra:

www.paralympicsport.tv

Um fjóra beina strauma er að ræða hjá IPC. Daglegar útsendingar frá sundi, hjólastólakörfuknattleik og frjálsíþróttum verða á boðstólunum og þá verður heimasíðan þeirra vel uppfærð af hátt í 30 fréttamönnum með samantektir og fréttir af því helsta frá hverjum degi.





Íslenski hesturinn og fólk með fötlun

Laugardaginn 11. febrúar 2012 var haldin ráðstefna í Mosfellsbæ í samvinnu ÍF og Hestamannafélagsins Harðar Lundir yfirheitinu, *Íslenski hesturinn og fólk með fötlun*.

Árin 2001 og 2003 voru haldnar fyrstu ráðstefnur ÍF og Hestamiðstöðvar Íslands á Sauðárkróki þar sem áhugasamt fólk af öllu landinu hittist og fór yfir stöðu mála. Starfshópur var settur á fót sem hafði það markmið að fylgja eftir ákveðnum verkefnum. Verkefni starfshópsins hafa verið unnin í sjálfböðavinnu en ýmislegt hefur þó áunnist eins og kynnt var á ráðstefnunni.

Sjúkraþjálfun á hestbaki sem meðferðarform var staðfest árið 2007 og haldin hafa verið námskeið fyrir sjúkraþjálfara í umsjón Guðbjargar Eggertsdóttur og Þorbjargar Guðlaugsdóttur.

Fyrsti knapinn með fötlun fékk afhent knapamerki árið 2011 en Sigrún Sigurðardóttir, reiðkennari kynnti verkefnið sem er hvati til aukinnar færni. Ásta Pétursdóttir, geðhjúkrunarfræðingur ræddi um mikilvægi þess að auka umræðu um jákvæð áhrif þess að nota hesta fyrir fólk með geðræn vandamál og/eða sem er félagslega einangrað. Styðja þarf við þá sem vinna á þessu sviði, safna rannsóknum erlendis frá og hvetja til rannsókna innanlands.

Þórhildur Þórhallsdóttir frá Hestamennt sagði frá Leiðtoganámskeiðum sem byggja ekki síst á hinum félagslega þætti og hafa öðlast miklar vinsældir en námskeiðin fara fram í Mosfellsbæ.

Auður Sigurðardóttir frá Hestamannafélaginu Herði sagði frá fyrstu keppni fyrir fatlaða sem haldin var í Mosfellsbæ árið 2011. Efni var aðlagð frá Ástralíu en markmið er að fylgja þessu eftir og auka tækifæri fatlaðra á þessu sviði. Hestamennska er keppnisgrein á Ólympíumótum fatlaðra og á Special Olympics. Anna Karólína Vilhjálmisdóttir frá ÍF sem hefur verið í forsvari starfshópsins frá upphafi mun sinna því hlutverki áfram. Ákveðið var að hópurinn myndi fylgja eftir ferli verkefna auk þess að standa að ráðstefnu árið 2013 í samstarfi við Hestamannafélagið Hörð. Þar verður sett í forgang efni sem tengist hinum félagslega þætti. Efnisöflun mun fara fram erlendis frá auk þess sem leitað verður til Íslendinga sem hafa eða eru að vinna að rannsóknum á þessu sviði. Unnin verður tengiliðalisti áhugafólks á þessu sviði og er fólk hvatt til að láta skrá sig á þann lista fyrir næstu ráðstefnu. Upplýsingar skal senda á annak@isisport.is

Sparaðu fyrir þínum fyrstu íbúðarkaupum

Með reglubundnum sparnaði þar sem lagðar eru fyrir að lágmarki 10 þúsund krónur á mánuði í tvö ár fá þeir sem taka íbúðalán hjá Arion banka:

- 50% afslátt af lántökugjöldum
- Frítt greiðslumat
- Innflutningsgjöf, í formi gjafakorts

Kynntu þér málið á www.arionbanki.is/ibudarsparnadur og reiknaðu dæmið út frá eigin forsendum.



Anna Guðný og Örn keyptu sína fyrstu íbúð eftir að hafa lokið háskólanámi í Danmörku. Þau tóku lán hjá Arion banka og nutu ráðgjafar frá starfsfólki bankans.



Skíðanámskeið í Hlíðarfjalli 2012

Þrjú skíðanámskeið fyrir fatlaða voru haldin á vegum Hlíðarfjalls í vor. Umsjónarmaður var Elsa Skúladóttir þroskapijálfi en til aðstoðar voru fulltrúar vetraríþróttanefndar ÍF auk sjálfboðaliða frá Akureyri, Reykjavík, Húsavík og Egilsstöðum. Umsjónarfélag einhverfra hefur lagt mikla áherslu á mikilvægi íþróttastarfs og útivistar og mikil aukning hefur orðið á þátttöku þessa hóps.

Í febrúar stóð Hlíðarfjall fyrir sérhæfðu námskeiði fyrir leiðbeinendur en þar var kennari Beth Fox frá Winter Park Colorado. Slíkt námskeið hefur ekki verið haldið áður og var mjög gagnlegt.

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra





SUMT MÁ HELST EKKI VANTA!

Íslensk getspá er öflugur bakhjarl
íþrótt- og ungmennafélagsshreyfingarinnar
og öryrkja á Íslandi.

Allir vinna þegar þú tekur þátt.
Leyfðu þér smá Lottó.



Íslensk getspá er í eigu Íþrótt- og Ólympíusambands Íslands,
Öryrkjabandalags Íslands og Ungmennafélags Íslands.



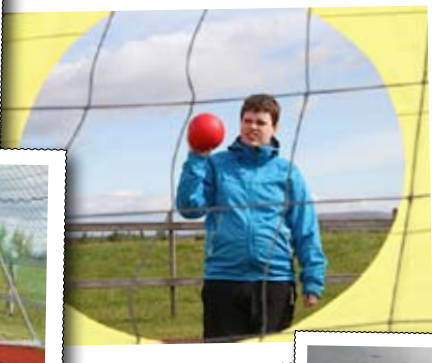
WWW.LOTTO.IS

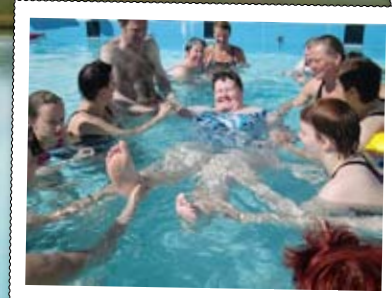
Líf og fjör í Sumarbúðum ÍF á Laugarvatni

Hinar árlegu sumarbúðir ÍF á Laugarvatni fóru fram 22. júní – 6. júlí sl.

Líkt og undangengin ár var þátttakan góð og stemningin frábær enda léku veðurguðirnir við sumarbúðagesti í ár.

Fleiri myndir má finna á vef sumarbúðanna www.sumarbudirif.is.





POKASJÓÐUR

ÞAÐ GETA EKKI ALLIR
NAÐ MARKMIÐUM



Fyrsta ráðstefna Special Olympics á Íslandi

Hlustað á raddir hagsmunahópa

Fyrsta Special Olympics ráðstefnan á Íslandi var haldin laugardaginn 25. febrúar 2012 á Hótel Sögu.

Raddir hagsmunahópa hljómuðu og ítrekað kom fram að þátttaka í íþróttastarfi þar sem einstaklingur nýtur hæfileika sinna og þarf að takast á við margvíslegar áskoranir getur haft jákvæð áhrif og aukið lífsgæði. Ráðstefnustjórar úr hópi iðkenda stýrðu dagskrá af röggsemi en það voru þau Inga Hanna Jóhannesdóttir, Jón Þórarinsson og Ólafur Þormar. Meginþema ráðstefnunnar voru reynslusögur keppenda, þjálfara og aðstandenda sem verið hafa á alþjóðaleikum Special Olympics. Sveinn Áki Lúðvíksson, forseti Special Olympics á Íslandi bauð fólk velkomið og setti ráðstefnuna og þá tók við ávarp Velferðarráðherra, hr. Guðbjarts Hannessonar. Hann var viðstaddur alla ráðstefnuna ásamt Þór Þórarinssyni frá Velferðarráðuneytinu og það kunnu ráðstefnugestir vel að meta. Í kjölfar ávarps ráðherra kynnti Anna Karólína Vilhjálmisdóttir framkvæmdastjóri Special Olympics á Íslandi dagskrá og markmið ráðstefnunnar sem var ekki síst að fá fram sjónarmið hagsmunahópsins sem starfið snýst um. Þá tóku við erindi frá iðkendum, aðstandendum og þjálfurum sem sögðu frá eigin upplifun og reynslu. Sæþór Jensson og Jakob Alexander Aðils, knattspyrnumenn og Elva Gunnarsdóttir og Helgi Magnússon, fimleikafólk sögðu frá sinni upplifun. Öll voru

þau sammála því að í gegnum íþróttastarfið hefðu skapast ný tækifæri, þau hefðu eignast þar góða vini og félag, öðlast aukið sjálfstraust, tekist á við margvísleg ný verkefni og ekki síst fengið tækfæri til ævintýralegra ferðalaga á alþjóðaleika Special Olympics.

Aðstandendur keppenda, þau Sigrún Birgisdóttir, Bryndís Sumarliðadóttir, Guðmundur Sigurðsson, Karen Ásta Friðjónsdóttir, Halla Björg Baldursdóttir og Ásta Friðjónsdóttir voru með mjög athyglisverð erindi á ráðstefnunni. Í máli þeirra allra kom fram að þátttaka í íþróttastarfinu hafði haft margvísleg jákvæð áhrif m.a. stuðlað að auknu sjálfstrausti og lífsgleði, sterkari sjálfsmynd og félagsfærni og færni til að takast á við ný verkefni. Í máli þeirra kom fram áhersla á gildi þess að áskoranir væru til staðar og að allir gætu átt kost á að velja umhverfi þar sem hæfileikar fá að njóta sín. Þeir sem fluttu erindi á ráðstefnunni lögðu mikinn metnað í sitt framlag og ráðstefnugestir virtust mjög ánægðir með framsetningu og dagskrá ráðstefnunnar. Allir ráðstefnugestir fengu afhenta bók sem nemendur sérdeildar FB höfðu unnið en þar voru myndir frá þátttöku Íslands á alþjóðaleikum Special Olympics frá árunum 1990 til 2011.



Skemmtiatriði Sigurðar Vals Valssonar sló í gegn á ráðstefnunni og fólk veltist um af hlátri þegar hann hermdi eftir þekktum persónum á effirminnilegan hátt.

Forseti Íslands, hr. Ólafur Ragnar Grímsson sem setið hefur í alþjóðastjórn Special Olympics bauð ráðstefnugestum í síðdegishóf kl. 18.00 að Bessastöðum. Þar var vel tekið á móti hópnum og fólki boðið að skoða Bessastaði en margir voru að koma þar í fyrsta skipti.

Íþróttasamband fatlaðra og Special Olympics á Íslandi þakka öllum þeim sem lögðu lið við undirbúning og skipulag ráðstefnunnar

Innlegg keppenda, þjálfara og aðstandenda eru aðgengileg á heimasíðu ÍF/Special Olympics www.ifsport.is

Aukið sjálfstraust mikilvægasti áhrifaþáttur íþróttastarfs að mati foreldra

Sigurlín Jóna Baldursdóttir, íþróttafræðingur vann athyglisverða rannsókn sem lokaverkefni í íþróttafræðinámi í HR vorið 2012. Markmið rannsóknar var að kanna mikilvægustu áhrif þátttöku á alþjóðaleikum Special Olympics að mati foreldra og einnig að fá fram þau atriði sem foreldrar barna með þroskahömlun telja að hafi mest gildi í íþróttastarfi almennt. Svipaðar rannsóknir hafa farið fram í Bandaríkjunum, Perú, Argentínu og Brasilíu og rannsóknarteymi SOI var til ráðgjafar vegna verkefnisins á Íslandi. Niðurstöður sýna jákvæð áhrif af þátttöku í leikum Special Olympics og jákvæð áhrif af þátttöku í íþróttum almennt.

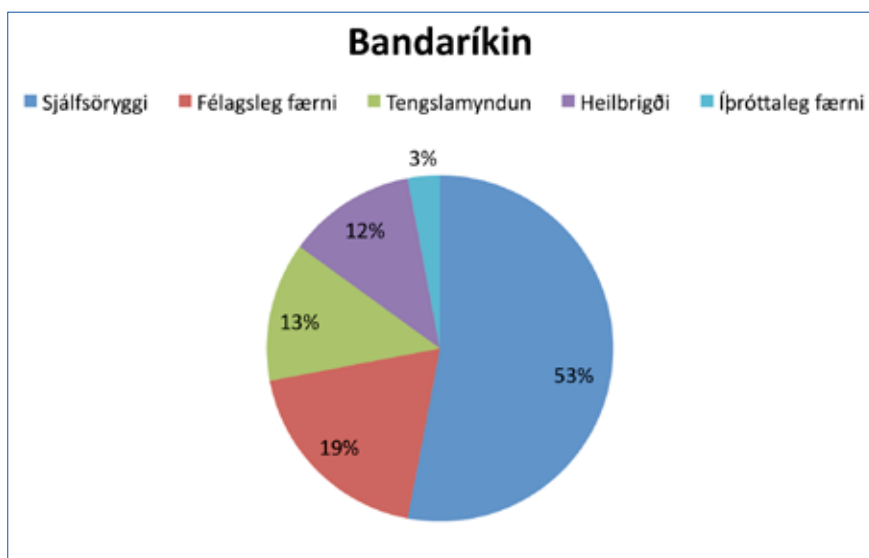
Rannsóknarspurningarnar voru eftirfarandi:

1. Hver eru mikilvægustu áhrif þátttöku á Special Olympics að mati foreldra þátttakenda sem fóru á Special Olympics í Aþenu 2011?

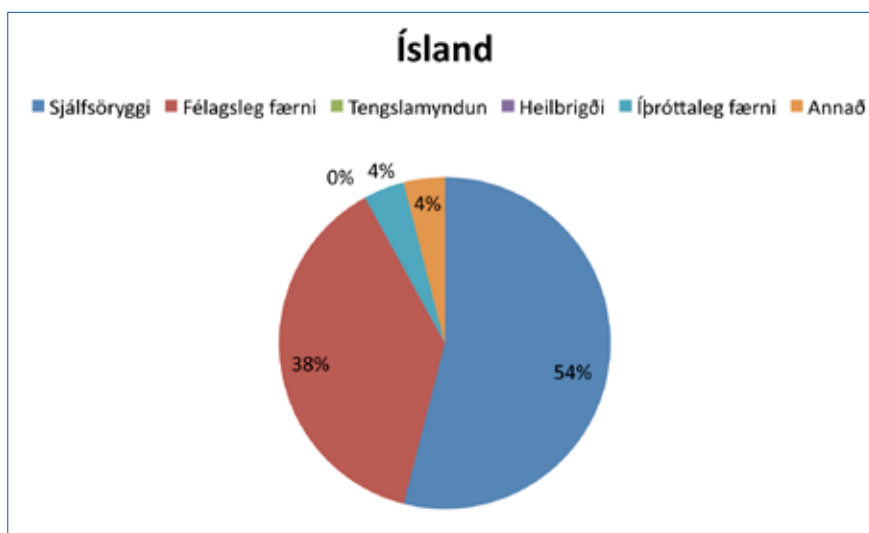
2. Hvert er viðhorf foreldra þátttakenda sem fóru á Special Olympics í Aþenu árið 2011 gagnvart þátttöku barna þeirra í íþróttastarfi?

Í lokin var gerður samanburður við rannsóknina frá Bandaríkjunum á því hvort áhrifin eru sambærileg eða ekki. Til gagnasöfnunar var notaður spurningalisti sem byggist á rannsókn sem var gerð við University of Massachusetts árið 2009. Rannsóknarteymi Special Olympics International, veitti ráðgjöf vegna þessa. Spurning um tengslamyndun er með áherslu á tengsl fjölskyldumeðlima en sá þáttur mælist ekki á Íslandi. Það er athyglisvert að ekki munar nema 1% á þeim þætti sem talinn er þýðingarmestur að mati aðstandenda á Íslandi og í Bandaríkjunum. Jákvæð áhrif á sjálfsmat einstaklinga er talið langmikilvægast í báðum löndum.

Rannsóknina má sjá í heild sinni á heimasíðu ÍF
www.ifsport.is



Mynd 4.1 Svör foreldra í Bandaríkjunum um mikilvægustu áhrif þátttöku á Special Olympics (Kersh og Siperstein, 2009).



Mynd 6.8 Svör foreldra á Íslandi um mikilvægustu áhrif þátttöku á Special Olympics (Rannsókn HR 2012)



HLAÐBORD Í HÁDEGINU
VIRKA DAGA



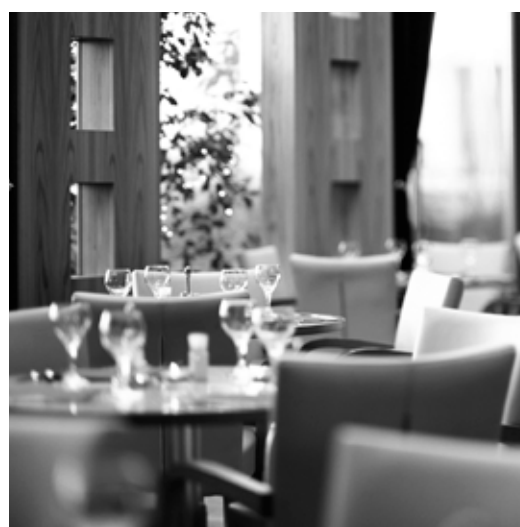
BRUNCH
UM HELGAR



HLAÐBORD Á KVÖLDIN
ALLA DAGA



Skrúður



SKRÚÐUR Á HÓTEL SÖGU ER TILVALINN STAÐUR FYRIR FJÖLSKYLDUNA

HÁDEGISVERÐARHLAÐBORD (11.30–14.00 virka daga)

Súpa, salatbar, fjölbreyttir heitir og kaldir réttir ásamt ómótstæðilegum eftirrættum

KVÖLDVERÐARHLAÐBORD (18.00–22.00 alla daga)

Girnilegt steikarhlaðborð, heitir og kaldir réttir, glæsilegt eftirrættahlaðborð og ísbar

BRUNCH (11.30–14.00 um helgar)

Gómsætir réttir fyrir alla í fjölskyldunni



Siglingaklúbburinn Nökkvi eignast sérhannaðan bát fyrir fatlaða

Fyrsti sérhannaði báturinn fyrir fatlaða er kominn til landsins en hann er í eigu siglingaklúbbsins Nökkva á Akureyri. Rúnar Þór Björnsson, formaður klúbbsins hefur unnið markvisst að því að fá slíkan bát til landsins og loks hefur það tekist fyrir tilstilli félagasamtaka á Akureyri og ÍSL.

Báturinn heitir Access wide 303 og er tveggja manna seglbátur sérhannaður fyrir fatlaða.

Rúnar Þór Björnsson segir að hver sem er eigi að geta siglt þessum bát, þó sé svolítið óvenjulegt fyrir vana siglingamenn að geta ekki sest meira út á síðuna til að vega á móti vindinum í seglin en þá sé um að gera að slaka aðeins á bómunni og báturinn sé fljótur að rétta sig. Báturinn á ekki að geta sokkið og mjög erfitt er að koma honum á hliðina vegna þunga kjalarins. Áhugi er hjá klúbbum að bjóða upp á námskeið fyrir fatlaða í sumar. Einnig verða í boði örnámskeið sem geta hentað þeim sem eiga leið um Akureyri eða vilja skreppa norður og prófa bátinn. Fólk er hvatt til að hafa samband við siglingaklúbbinn eða senda fyrirspurnir á nokkvi@postur.is



Decubal húðvörur fyrir þurra og viðkvæma húð

- Húðin okkar er viðkvæm og veðráttan á Íslandi getur verið húðinni erfið.
- Decubal viðheldur heilbrigði og ferskleika húðarinnar – allt árið um kring.
- Vörurnar henta bæði börnum og fullorðnum.

Án:

- parabena
- ilmefta
- litarefta



Decubal húðvörurnar fást í apótekum

DECUBAL 
KVEÐJUM ÞURRA HÚÐ

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Akranes frh:

Sjúkrahjálfun Georgs
Skagaverk ehf.
Smurstöðin Akranesi sf.
Spölur ehf.
Steðji ehf.
Straumnes ehf., rafverktakar
Trésmiðja Akraness ehf.
Úra- og skartgripaverslun Guðmundar B.H.
Verslunin Einar Ólafsson ehf.
Vélsmiðja Ólafs R. Guðjónssonar ehf.
Viðskiptaþjónusta Akraness ehf.
Vignir G. Jónsson ehf.

Borgarnes

Bókhalds og tölvuþjónustan ehf.
Búvangur ehf.
Dýralæknaþjónusta Vesturlands ehf.
Ensku húsin, gistiheimili við Langá
Ferðaþjónustan Skorradal
Hársnyrtistofa Margrétar
Hótel Brú ehf.
Meindýravarnir Ella
Samtök sveitarfélaga á Vesturlandi
Sprautu- og bifreiðaverkstæði
Borgarness
Sæmundur Sigmundsson ehf.
Ungmennasamband Borgarfjarðar
Vegamót - Þjónustumiðstöðin
Vélaverkstæði Kristjáns ehf.
Þjónustumiðstöðin Húsafelli ehf.

Borgarfjarðarsveit

Sólhvörf ehf. Garðyrkjubýli

Stykkishólmur

Bílaverkstæðið Dekk og smur ehf.
Fimm fiskar ehf.
Gunnar Hinriksson
Heimahornið ehf.
HringHótel Stykkishólmur ehf.
Rannsóknarnefnd sjóslysa
Sæfell ehf.

Grundarfjörður

Hjálmar hf.
Suða ehf.
Sögumiðstöðin Grundarfirði

Ólafsvík

Barnafataverslunin Þóra
Fiskmarkaður Íslands hf.
Hótel Búðir ehf.
Steinunn hf.
Valafell ehf.

Hellissandur

Félags- og skólaþjón. Snæfellinga
Ingibjörg ehf.
Nónvarða ehf.

Reykholahreppur

Reykholahreppur
Þörungaverksmiðjan hf.

Ísafjörður

Bílaverið ehf.

Fánasmíðjan ehf.

Félag opinberra starfsmanna á
Vestfjörðum
Fræðslumiðstöð Vestfjarða
GE Vinnuvélar ehf.
H & B verslunarrekstur ehf.
Hafnir Ísafjarðarbæjar
Hamraborg ehf.
Hótel Ísafjörður
Ís 47 ehf.
Ísafjarðarbær
Ísblikk ehf.
Skiptabækur ehf.
Stjörnubílar ehf.
Útgerðafél. Kjölur
Verkstjórafélag Vestfjarða
Vélsmiðja Ísafjarðar hf.

Hnífsdalur

Hraðfrystihúsið - Gunnvör hf.

Bolungarvík

Bolungarvíkurkaupstaður
Fiskmarkaður Bolungarvíkur
og Suðureyrar ehf.
Jakob Valgeir ehf.
Málningalagerinn ehf.
Ráðhús ehf.
Sérleyfisferðir
Sigurgeir G. Jóhannsson ehf.
Sparisjóður Bolungarvíkur

Súðavík

Súðavíkurhreppur

Flateyri

Sytra ehf.

Suðureyri

Berti G. ehf.
Klofningur ehf.

Patreksfjörður

Einherji ehf.
Fjölval Verslun
Flakkarinn
Hótel Flókalundur
Minjasafn Egils Ólafssonar, Hnjóti
Nanna ehf.
Vestmar ehf.
Vesturbyggð

Tálknafjörður

Bókhaldsstofan Tálknafirði
Gistiheimilið Bjarmalandi ehf.
Íþróttamiðstöð Tálknafjarðar
TV - Verk ehf.

Bíldudalur

Melódiur minninganna

Pingeyri

Bibbi Jóns ehf. - IS-65
Tengill sf.

Hólmavík

Café Riis ehf.

Norðurfjörður

Árneshreppur

Hótel Djúpvík ehf.

Hvammstangi

Ásbyrgi
BB Bjarghús slf.
Húnaþing vestra
Veðifélag Arnarvatnsheiðar
og Tvídægru

Blönduós

Blönduból - gistihús -
Ljón norðursins - Restaurant
Búnaðarsamband Húnaþings
og Stranda
Grettir sf. Fjölrítunarstofa
Stéttarfélagið Samstaða
Ungmennasamband A-Húnavetninga

Skagatrönd

Marska ehf.
Skagabyggð
Trésmiðaverkstæði Helga
Gunnarssonar
Vélaverkstæði Skagastrandar

Sauðárkrókur

Aldan stéttarfélag
Árskóli
Bókhaldsþjónusta K.O.M. ehf.
Héraðsbókasafn Skagfirðinga
Kaupfélag Skagfirðinga
K-Tak hf.
Kvenfélagið Framför
Kþ Lagnir ehf.
Sjávarleður hf.
Skagafjarðarveitur ehf.
Skinnastöðin ehf.
Stoð ehf. - verkfræðistofa
Sveitarfélagið Skagafjörður
Verslun Haraldar Júlíussonar
Verslunarmannafélag Skagafjarðar
Vinnuvélar Guðmundar og Skúla sf.

Varmahlíð

Akrahreppur - Skagafirði
Álftagerðisbræður ehf.
Hestasport - Ávintýraferðir ehf.
Hótel Varmahlíð
Langamýri fræðslusetur
Ómar Bragason

Hofsós

Bifreiðaverkstæðið Pardus ehf.
Grafarós ehf.
Vesturfarasetrið - www.hofsos.is

Siglufjörður

Fiskbúð Siglufjarðar
J.E. Vélaverkstæði

Akureyri

Almenna lögþjónustan ehf.
Bautinn
Bifreiðaverkstæðið Baugsbót ehf.
Bílasalan Ós ehf.
Bíómyndir ehf.



Þrír íslenskir keppendur á alþjóðavetrarleika Special Olympics 2013 í S – Kóreu

Leikarnir fara fram dagana 29. janúar til 5. febrúar 2013 en Ísland fékk þátttökurétt fyrir þrjá keppendur sem taka þátt í listhlaupi á skautum. Íþróttasamband fatlaðra og Special Olympics á Íslandi staðfestu í júní nöfn þeirra keppenda sem valdir eru til þátttöku. Það eru Katrín Guðrún Tryggvadóttir, Þórdís Erlingsdóttir og Júlíus Pálsson sem öll æfa hjá skautadeild Íþróttafélagsins Aspar. Þau keppa öll í einstaklingskeppni en Guðrún Katrín og Þórdís eru einnig skráðar í parakeppni. Miklar framfarir hafa orðið í greininni undir stjórn Helgu Olsen og þetta er í fyrsta skipti sem Ísland sendir keppendur í parakeppni í listhlaupi á skautum.

Íslenski hópurinn mun dvelja þrjá daga fyrir leikana í vinabæ sem valinn verður fyrir Ísland. Markmiðið með vinabæjarverkefninu er að efla tengsl þátttökupjóða við íbúa og það land sem stendur að alþjóðaleikum hverju sinni. Ísland mun einnig taka þátt í skólasamstarfi þjóða vegna leikanna en Hólabrekkuskóli tekur þátt í samstarfsverkefni sem tengist hugmyndafræði Special Olympics. Heimasíða leikanna www.2013sopoc.org/hb/en

Texti Anna K. Vilhjálmsdóttir

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra





Hjólastólahandboltæfingar hjá HK

Tæplega 20 manns æfa í dag hjólastólahandbolta hjá HK, þar af þó aðeins ein stúlka. Þjálfarar eru tveir en síðasta vetur var æft tvisvar í viku í Kórnum Kópavogi. Sem stendur er ekki hægt að segja til um æfingatíma fyrir næsta haust. Stefnt er að keppnisferð til Svíþjóðar í lok árs. Allir áhugasamir velkomnir í hópinn, líka ófatlaðir. Að hafa aðgang að hjólastól er stór kostur ef þú ert ófatlaður. Annars reddast málin samt sem áður. Hafið samband og fáið nánari upplýsingar.

Friðrik Þ. Ólason, formaður hjólastólahandknattleiksráðs, handknattleiksdeild HK. GSM: 7722-098. Netfang: fridriko@hk.is

Gunnar Guðmundsson, varaformaður. GSM: 849-7609. Netfang: gunnargudmunds@gmail.com

Alexander Harðarson, meðstjórnandi. GSM: 694-9706. Netfang: alexanderh@gmx.com

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra



Flatahraun 31 220 Hafnarfjörður
s: 552 9080 fax: 552 9015
www.logaland.is



NÝTT



HLEÐSLU SKYR

100% HÁGÆÐA PRÓTEIN

RÍKT AF MYSUPRÓTEINUM

HLEÐSLUSKYR ER HOLL NÆRING. ÞAÐ HENTAR VEL Í BOOST-DRYKKI EÐA SEM MÁLTÍÐ OG ER RÍKT AF MYSUPRÓTEINUM. SMAKKAÐU ÞAÐ HREINT EÐA BRAGÐBÆTT.

LÍFIÐ ER ÆFING - TAKTU Á ÞVI





Elín Fanney ásamt Herði Þorsteinssyni framkvæmdastjóra GSÍ

Elín Fanney sigurvegari á minningarmóti Harðar

Minningarmót Harðar Barðdal í pútti fór fram í Hraunkoti í Hafnarfirði fyrir í sumar þar sem Hafnfirðingurinn Elín Fanney Ólafsdóttir hafði sigur í flokki fatlaðra. Sigurvegari í flokki ófatlaðra var Oddur Þórðarson. Elín Fanney hlaut einnig hvatningarverðlaun GSÍ á mótinu.

Mótið tókst mjög vel til og sáust mörg glæsileg tilþrif.

Úrslitin voru eftirfarandi.

Í flokki fatlaðra:

1. sæti: Elín Fanney Ólafsdóttir
2. sæti: Ásmundur Þór Ásmundsson
3. sæti: Kristbergur Jónsson

Í flokki ófatlaðra:

1. sæti: Oddur Þórðarson
2. sæti: Áki Friðriksson
3. sæti: Sveinbjörn Guðmundsson

Einnig voru við sama tækifæri veitt hvatningarverðlaun Golsamtaka fatlaðra. Verðlaunin eru farandbikar í minningu um Hörð Barðdal sem veittur er fyrir góða ástundun og framfarir á árinu. Að þessu sinni var það Elín Fanney Ólafsdóttir sem tók við bikarnum úr hendi Harðar Þorsteinssonar framkvæmdastjóra GSÍ.

Golfæfingar fyrir fatlaða

GSFÍ stóð fyrir golfæfingum tvisvar í viku í allan vetur í samstarfi við golfklúbbinn Keili þar sem kennari var Jóhann Hjaltason. Mæting var mjög góð, nokkrir hafa tekið þetta föstum tökum, mæta sjálfir á aukaæfingar og eru byrjaðir að spila úti á golfvelli. Í sumar hafa verið æfingar á þriðjudögum og fimmtudögum og einnig er stefnt að því að fara út á golfvöll að spila í nokkur skipti. Í sumar hefur verið spilað einu sinni á golfvelli og fékk það góðar undirtektir. GSÍ er með Facebooksíðu þar sem settar eru inn myndir og efni tengt golfi fyrir fatlaða, „Golsamtök fatlaðra á Íslandi(GSFÍ)“





ÖFLUGUR BAKHJARL ÍÞRÓTTASAMBANDS FATLAÐRA

SÆKTU UM DÆLULKIL Á WWW.ATLANTSOLIA.IS



Atlantsolía var stofnuð til að veita stóru olíufélögunum samkeppni. Við rufum einokun olíurisanna þriggja árið 2003 og höfum haldið keppinautunum við efnið síðan.

Atlantsolía | Lónsbraut 2 | 220 Hafnarfjörður | Sími 591-3100

Dæluylkill gefur afslátt hjá þessum frábæru fyrirtækjum:

GÚMMÍVINNSLAN

MÁLNINGARVÖRUR ehf.

kemi



miðstöð bílaunnenda



Aðalskoðun



555 33 33

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Akureyri frh:

Bláa Kannan ehf.
Blikkrás ehf.
Bókhaldsþjónusta Birgis Marínóssonar
Búgarður - Búnaðarsamband
Eyjafjarðar
Bæjarverk hf.
Dragi ehf.
Efling sjúkráþjálfun ehf.
Endurhæfingarstöð Sjálfsbjargar
Ferðaskrifstofa Akureyrar
Ferro - Zink hf.
Félagsbúið Hallgilsstöðum
Gróðrarstöðin Réttarhóli -
Svalbarðseyri
Heiltönn ehf.
HG Verk taki ehf.
Hlíðarskóli
Hnjúkar ehf. (Haukur, Bessi og Ásta)
Hnýfill ehf.
Holtelsbúið ehf.
Höldur ehf. - Bílaleiga Akureyrar
Ísgát ehf.
J.M.J. herra fataverslun
Jökla ehf. - flugkaffi
Kjarnafæði hf.
Kælistiðjan Frost ehf.
Lögmennastofan ehf.
Malbikun KM
Medulla ehf.
Miðstöð ehf.
Netkerfi og tölvur ehf.
Norðurorka
Plastiðjan Bjarg - lðjulundur
Ræktin Akureyri
Samherji hf.
SBA Norðurleið
Slippurinn Akureyri ehf.
Steypastöð Akureyrar ehf.
Sveitahótelid ehf.
Tannlæknastofa Ragnheiðar Hansdóttur
Trans Atlantic
Trétak hf.
Tölvís sf.
Ungmennasamband Eyjafjarðar
Útrás hf.
Verkval ehf.
Vélfag ehf.
Vélsmiðjan Ásverk ehf.
Völuspá - Útgáfa ehf.
Ösp, trésmiðja sf.
Grenivík
Darri ehf.
Dalvík
Daltré ehf.
G. Ben. Utgerðarfélag ehf.
Gistihúsið Skeið
Katla hf.
Niels Jónsson ehf.

Salka Fiskmiðlun hf.
Þernan Fatahreinsun ehf.
Ólafsfjörður
Íþróttamiðstöð Fjallabyggðar
Kristbjörg ehf.
Múlatindur sf.
Sigríður Stefánsdóttir
Sjómannafélag Ólafsfjarðar
Sparisjóður Ólafsfjarðar
Hrísey
Hvatastaðir ehf., einangrunarstöð
gæludýra, Hrísey
Veitingahúsið Brekka ehf.
Húsavík
AS - verk ehf.
Borgarhólsskóli
Fjallasýn - Rúnars Óskarssonar ehf.
Gistiheimilið Fensalir -
Hóll ehf.
Höfðavélar ehf.
Íþróttamiðstöð Húsavíkur
Kiðagil ehf.
Tjörneshreppur
Trésmiðjan Rein ehf.
Vermir sf.
Vikurraf ehf.
Laugar
Norðurljóll ehf.
Reykjahlíð
Fjalladýrið
Hlíð ferðaðjónusta
Kvenfélag Mývatnssveitar
Vogar, ferðaðjónusta ehf.
Kópasker
Borgartangi ehf.
Búðin Kópaskeri ehf.
Ferðaðjónusta bænda Hóli
Hótel Skúlagarður og ferðaðjónustan
Lundi
Ungmennafélag Öxfirðinga
Raufarhöfn
Hótel Norðurljóll
Kristján M. Öundurson
Öundur ehf.
Þórshöfn
B.J. Vinnuvélar ehf.
Geir ehf.
Haki ehf.
Trésmiðjan Brú
Bakkafjörður
Skeggjastaðakirkja
Vopnafjörður
Bílar og vélar ehf.
Sláturfélag Vopnfirðinga
Egilsstaðir
Bílamálun Egilsstöðum ehf.
Bókráð, bókhald og ráðgjöf ehf.
Ferðaskrifstofa austurlands
Fljótssdalshérað

Hitaveita Egilsstaða og Fella
Hrossaræktarþúið Eiðum
Kúpp ehf.
Menntaskólinn á Egilsstöðum
Miðás hf.
PV-pípulagnir ehf.
Rafey ehf.
Skógrækt ríkisins
Snyrtistofan Alda
Sænaútsel ehf.
Tindaberg ehf.
Ungmennna- og íþróttasamband
Austurlands
Verslunin Skógar ehf.
Seyðisfjörður
Brimberg ehf.
Seyðisfjarðarkaupstaður
Reyðarfjörður
Krana og grófuleiga Borgþórs ehf.
Tærgesen ehf.
Eskeifjörður
Egersund Ísland ehf.
Ferðaðjónustan Mjóeyri
Fjarðarþrif ehf.
Tandrabergh ehf.
Neskaupstaður
Árni Sveinbjörnsson
Bólstrun Halldórs Ásgeirssonar
Fjarðahótel ehf.
Fjarðalagnir ehf.
Rafgeisli Tómas R. Zoéga ehf.
Síldarvinnslan hf.
Skorrahestar
Fáskrúðsfjörður
Dvalar og hjúkrunarheimili aldraðra
Uppsalar
Loðnuvinnslan hf.
Vöggur ehf.
Stöðvarfjörður
Brekkan
Breiðdalsvík
Hótel Bláfell ehf.
Djúpivogur
Berunes, farfugla- og gistiheimili
Fornustekkar ehf.
Hótel Framtíð ehf.
Höfn
Ármanes ehf.
Funi ehf. - Sorphreinsun
Ís og ævintýri ehf.
Króm og hvítt ehf.
Skinney - Pínganes hf.
Uggi Sf - 47
Vatnajökull Travel
Prastarhóll ehf.
Fagurhólsmýri
Ferðaðjónustan Svínafelli
Félagsbúið Hnappavöllum



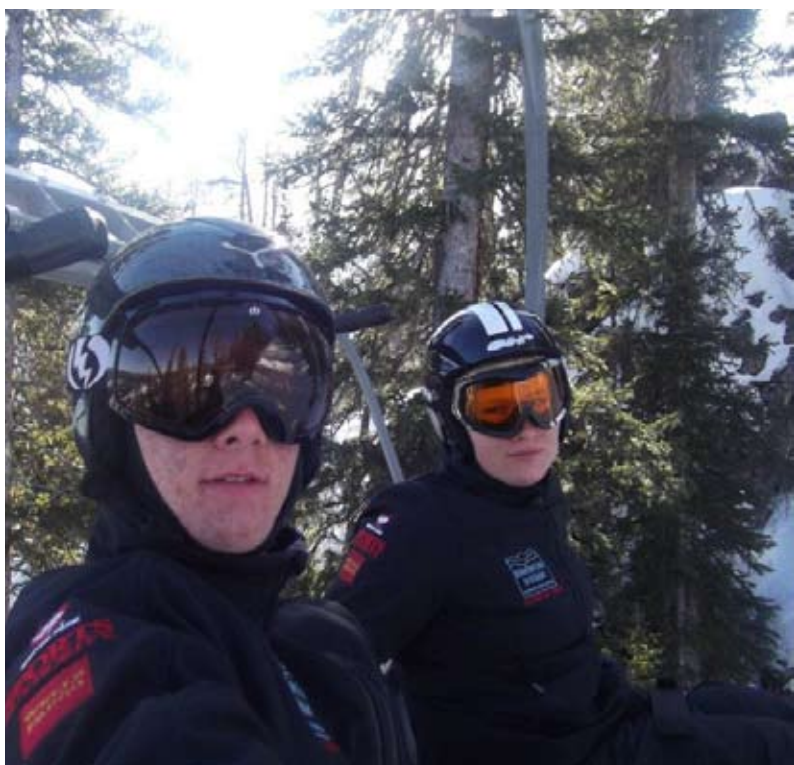
Tveir Íslendingar við æfingar hjá NSCD, Winter Park í vetur

Erna Friðriksdóttir og Jóhann Þór Hólmgrímsson voru við æfingar og keppni í Colorado.

Erna var fyrst Íslendinga til að keppa í alpagreinum á Vetrarólympíumóti fatlaðra í Kanada 2010. Hún hóf æfingar hjá NSCD árið 2006 en Jóhann hóf æfingar þar í vetur. ÍF hefur byggt upp samstarf við NSCD með það að markmiði að fatlað skíðafólk frá Íslandi geti notið bestu þjálfunar.

Hjá NSCD starfa færustu þjálfarar heims og fjölmargir verðlaunahafar á vetrarólympíuleikum fatlaðra 2010 höfðu stundað þar æfingar. Vetraríþróttir fatlaðra sækja á hér á landi og sífellt fleiri fjárfesta í miklum búnaði tengdum greininni. Þeir sem vilja ná langt þurfa að sækja æfingar erlendis og gífurlegur kostnaður fylgir því ástundun greinarinnar.

Texti: Anna K. Vilhjálmsdóttir



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra





Sex Íslandsmet í Hollandi

- Fjölmenn sveit frá Íslandi í Stadskanaal

Evrópumeistaramót fatlaðra í frjálslíþróttum fór fram í Stadskanaal í Hollandi dagana 24.-28. júní 2012. Ísland átti sex keppendur á mótinu en aldrei áður hefur jafn stór hópur keppt fyrir Íslands hönd á EM í frjálsum. Að þessu sinni voru þrír karlar og þrjár konur og kom hópurinn heim með tvönn bronsverðlaun og ein silfurverðlaun að móti loknu.

Helgi Sveinsson náði bestum árangri íslensku keppendanna þegar hann landaði silfurverðlaunum í flokki F42. Helgi átti þá best 46,52 metra í spjótkesti, rétt á eftir Norðmanninum og reynsluboltanum Runari Steinstad sem kastaði rúma 47 metra. Þeir kappar munu mætast á nýjan leik í London og er von á miklum slag í spjótkestinu í þessum flokki.

Matthildur Ylfa Þorsteinsdóttir vann til bronsverðlauna í langstökki kvenna F37 þegar hún stökk lengst 3,88 metra. Hennar lengsta stökk í ár er þó 4,28 metrar en það kom á Íslandsmóti ÍF snemma í júnímánuði.

Davíð Jónsson hlaut svo brons í kúluvarpi F42 þegar hann varpaði kúlunni 11,21 metra. Nýtt og glæsilegt Íslandsmet hjá Davíð.

Alls féllu sex Íslandsmet í Hollandi:

Davíð Jónsson - kúluvarp - F42 - 11,21 m.
Hulda Sigurjónsdóttir - kúluvarp - F20 - 9,04 m.
Helgi Sveinsson - spjótkast - F42 - 46,52 m.
Helgi Sveinsson - langstökk - F42 - 5,32 m.
Ingeborg Eide Garðarsdóttir - kringlukast - F37 - 16,31 m.
Ingeborg Eide Garðarsdóttir - spjótkast - F37 - 15,59 m.

Heildarárangur íslenska hópsins í Hollandi

Matthildur Ylfa Þorsteinsdóttir

200 m. hlaup T37 - 32,51 sek. - 8. sæti
Langstökk F37 - 3,88 metrar - 3. sæti
100 m. hlaup T37 - 15,89 sek. - 11. sæti

Ingeborg Eide Garðarsdóttir

Kúluvarp F37 - 6,35 m. - 6. sæti
Kringlukast F37 - 16,31 m. - 5. sæti
Spjótkast F37 - 15,99 m. - 8. sæti

Hulda Sigurjónsdóttir

Kúluvarp F20 - 9,04 m. - 10. sæti

Helgi Sveinsson

100 m. hlaup T42 - 14,41 sek. - 4. sæti
Spjótkast F42 - 46,52 m. - 2. sæti
200 m. hlaup T42 - 38,96 sek. - 3. sæti
Langstökk F42 - 5,32 m. - 4. sæti

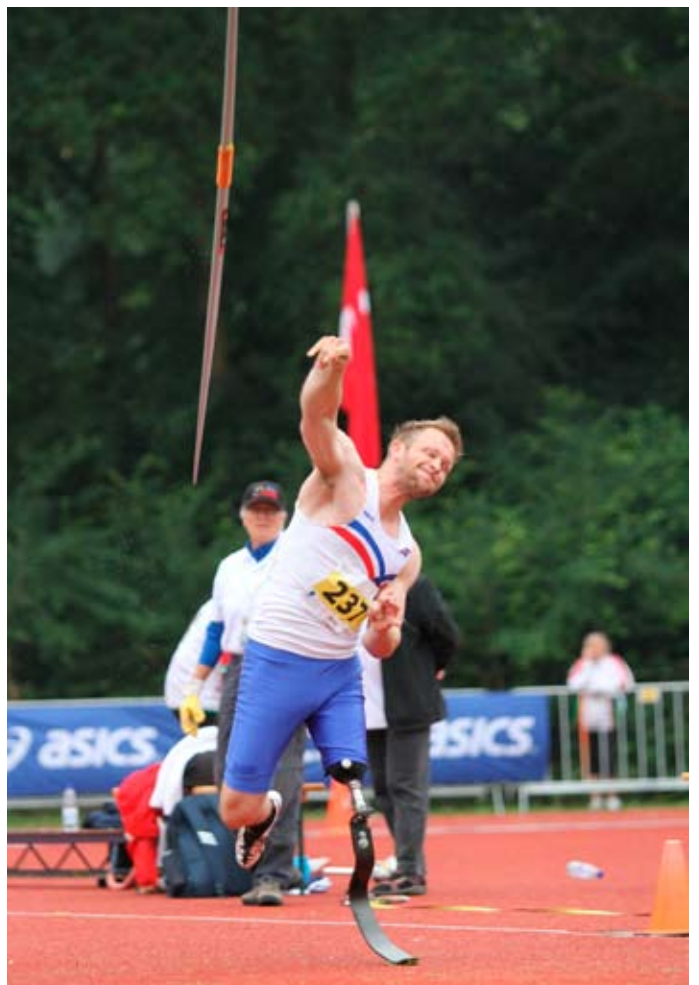
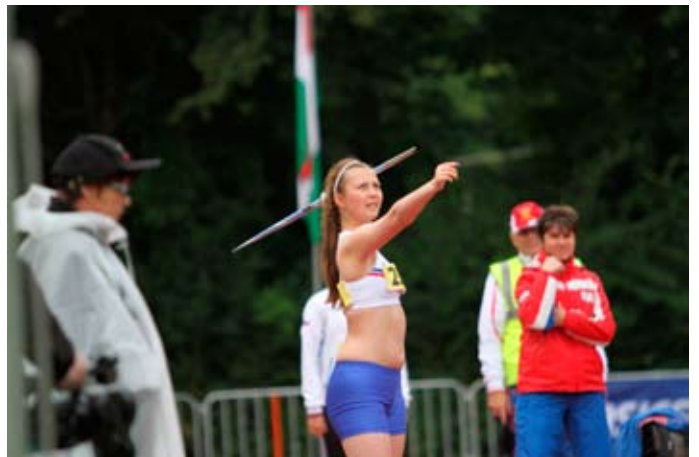
Davíð Jónsson

Kúluvarp F42 - 11,21 m. - 3. sæti

Baldur Ævar Baldursson

Langstökk F37 - 5,06 m. - 5. sæti
Kúluvarp F37 - 10,72 m. - 6. sæti

Texti: Jón Björn Ólafsson



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra

Selfoss

A.B. Skálinn ehf.
Alvörubúðin
Alvörumenn ehf.
Ár flutningar ehf
Árvirkinn ehf.
Baldvin og Þorvaldur ehf. -
Söðlasmíðaverkstæði
Básinn - Veitingastaður ehf.
Bisk-verk ehf.
Bjarnabúð
Bókaútgáfan Björk
Búhnykkur sf.
Búnaðarfélag Villingaholtshreppi
Búnaðarfélag Villingaholtshreppi
Búnaðarsamband Suðurlands
Búnaðarsamband Suðurlands
Dýralæknaþjónusta Suðurlands ehf
E.B. Kerfi ehf. Hvítahúsið
skemmtistaður
Esekiel ehf.
Ferðaþjónusta Gullfossi
Fjölbrautaskóli Suðurlands
v/bókasafns
Fossvélar ehf.
Fræðslunet Suðurlands
Gesthús Selfoss ehf.
Gólflist ehf.
Grímsnes & Grafningshreppur
Græni hlekkurinn
Hársnyrtistofan Veróna
Héraðsdómur Suðurlands
Héraðssambandið Skarphéðinn
I.G. Þrif ehf
Íþróttamiðstöðin - Reykholtslaug
J.Þ Bilar ehf.
Jálkur ehf
Jóhann Helgi og Co. ehf.
Jötunn vélar ehf.
Kertasmiðjan ehf.
Kvenfélag Grímsneshrepps
Litla kaffistofan ehf.
Litli Jón ehf. (Hrói Höttur)
Múrfag ehf.
ParaLamp ehf. - Formax ehf.
Pípulagnir Helga ehf.
Pylsuvagninn ehf.
Rafvélaþjónusta Selfoss ehf.
Rakarastofa Björns og Kjartans
Ræktunarsamband Flóa og Skeiða
Sigurður Ágúst ehf.
Sjúkrapjálfun Selfoss ehf.
Skeiða og Gnúpverjahreppur
Snúðar og snældur ehf.
Sólheimar í Grímsnesi
Tannlæknastofa Þorsteins
Veitingastaðurinn Menam ehf.
Verkfræðistofa Guðjóns
Verkfræðistofa Suðurlands ehf.

Vesturbúð ehf. Borg og Eyrarbakka
Vélaþjónusta Ingvars
Vélsmiðja Suðurlands ehf
Þingborg - Ullarvinnsla og verslun
Ölur - Skógræktarstöð

Hveragerði

Blikksmiðja A. Wolfram
Eldhestar ehf. - Vellir Ölfusi
Fagvís ehf.
Garðplöntusalan Borg
Garðyrkjustöð Ingibjargar ehf.
Hamrar ehf. - Plastiðnaður
Heilsustofnun N.L.F.Í.
Hótel Örk - Örkin veitingar
Hveragerðiskirkja
Kjörís ehf.
Sport-Tæki ehf
Vilhjálmur Roe

Þorlákshöfn

Bæjarbókasafn Ölfus
Fiskmark ehf.
Frostfiskur ehf.
HJ Húsverk ehf.
Járnkarlinn ehf.

Stokkseyri

Durinn ehf.
Flóð og fjara ehf.
Kvenfélag Stokkseyrar
Pétur Ragnar Sveinsson ehf.

Laugarvatn

Ásvélar ehf.
Laugarvatn ehf.

Flúðir

Flúðafiskur
Flúðasveppir ehf.
Hitaveita Flúða og nágrennis
Íslenskt Grænmeti, Melar Flúðum

Hella

Ásahreppur
Gróðrastöð Birgis
Hestvit ehf.
Kvenfélag Oddakirkju
Ljósá ehf.

Hvolsvöllur

Árni Valdimarsson
Búaðföng
Ferðaþjónustan Stórumörk
Hellishólar ehf., Fljótshlíð
Héraðsbókasafn Rangæinga
Hótel Hvolsvöllur
Krappi ehf.
Kvenfélagið Freyja
Nínukot ehf.

Vík

B.V.T. ehf.
Hótel Höfðabrekka ehf
Hrafnatindur ehf.
Mýrdælingur ehf.

Kirkjubæjarklaustur

Búval ehf.
Ferðaþjónustan Geirlandi ehf.
Helga Bjarnadóttir
Hótel Laki
Icelandair Hotel Klaustur

Vestmannaeyjar

2þ ehf.
Alþrif ehf.
Bergur ehf.
Bessi ehf.
Bifreiðaverkstæði Muggs
Bókasafn Vestmannaeyja
DPH ehf. Sjúkrapjálfun
Eyjataxi
Eyjavík ehf.
Frár ehf.
Gistiheimilið Árný
Hótel Vestmannaeyjar
Huginn ehf.
ÍBV Íþróttafélag
Ísfélag Vestmannaeyja hf.
Kaffi María ehf. - Brandur ehf.
Karl Kristmanns - umboðs-
og heildverslun
Langa ehf
Miðstöðin ehf.
Narfi ehf
Ös ehf.
Pétursey ehf.
Seg Veyjar ehf.
Siglingatæki ehf.
Stígandi ehf.
Vestmannaeyjabær
Vélaþjónustaþingur hf.
Vilberg kökuhús Vestmannaeyjum
Vinnslustöðin hf.
Vöruval ehf.
Þekkingasetur Vestmannaeyja

Spennandi þjálfaranámskeið

EIPET SPORT

(European inclusive physical education training)

innihald námskeiðanna byggja á samstarfi Evrópulanda og eru byggð upp á þann hátt að almennur hluti er fyrir alla þjálfara og þá sem koma að íþróttum og hreyfingu fatlaðra á einn eða annan hátt og sérgreinahluti er svo fyrir þjálfara í hverri grein fyrir sig. Þar er farið í sérhæfð atriði og nánari útfærslu þjálfunarhlutans. Sérgreinahluti tengist æfingum og skipulagi þjálfunar og fer fram í heimabyggð þjálfara. Umsjónarmaður námskeiða í samstarfi við ÍF er Ingi Þór Einarsson PHD student, aðjunkt HÍ og landsliðsþjálfari ÍF í sundi.

Helstu efnisþættir: Megináhersla á gildi hreyfingar fyrir andlega og líkamlega heilsu, skilgreiningu á fötlun og viðhorf til fólks með fötlun og lausnir til að virkja fatlaða til meiri hreyfingar og íþróttaiðkunar. Helstu einkenni mismunandi fötlunar og hvað hafa þarf í huga við kennslu, þjálfun og örvun á hreyfingu. Birtingarmynd fötlunar út frá mismunandi sjónarhornum og hvernig mismunandi orð, orðalag og fyrirmyndir geta haft áhrif

á viðhorf og viðbrögð fólks. Hvernig mismunandi sýn fólks getur skipt máli þegar horft er á tækifæri og möguleika allra á að vera virkir þátttakendur. Innri og ytri þættir sem hindra virka þátttöku, aðlögun tækifæra, aðferðir, færni og nálgun þjálfara og kennara á verkefnum. Verkefni eru einnig lögð fyrir þátttakendur.

Viðurkenningarskjal afhent í lok námskeiðs sem staðfestir þátttöku í EIPET SPORT námskeiðinu.

EIPET SPORT námskeið voru haldin í vor á Húsavík og Þórshöfn í samstarfi við Þekkingarnet Þingeyinga og á Höfn í Hornafirði í samstarfi við Grunnskóla Hornafjarðar. Mikil ánægja var með námskeiðin sem voru sótt af þjálfurum, kennurum og fólki sem starfar að málefnum fatlaðra. Hægt er að panta EIPET SPORT námskeið með því að senda beiðni á annak@isisport.is

Texti: Anna K. Vilhjálmsdóttir

Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra



RioTintoAlcan





Kveðja

María H. Guðmundsdóttir, ekkja Ólafs Jenssonar fyrrum formanns ÍF lést nýverið, eftir langvinn veikindi.

Íþróttasamband fatlaðra þakkar Maríu fyrir hennar stuðning við starf sambandsins til margra ára, sem fólst ekki síst í stuðningi hennar við fórnfúst starf Ólafs í þágu sambandsins. ÍF sendir börnum hennar og fjölskyldum þeirra, innilegar samúðarkveðjur.



Þakkir

Páll Ó. Pálsson, dyggur stuðningsmaður starfs Íþróttasambands fatlaðra og afi sundkappans Adrians Óskars Erwin, fagnaði fyrr á árinu merkisafmæli og í stað gjafa af því tilefni, óskaði hann þess að andvirði gjafa rynni til ÍF.

ÍF óskar Páli innilega til hamingju með afmælið og þakkar stuðning og hlýhug.



Við styðjum Íþróttasamband fatlaðra





SAMSTARFSADILAR ÍÞRÓTTASAMBANDS FATLAÐRA



RÚMFATA LAGERINN

HERBERGIÐ • BAÐIÐ • HEIMILIÐ



Arion banki

ICELANDAIR



ÖSSUR®

VALITOR

Radisson SAS



Coca-Cola

LYFJA
LÍFISFÉLAG



66° NORTH
ICELAND

actavis
hagur í heilsu

NORVIK

FLUGFÉLAG ÍSLANDS
Air Iceland

AO
ATLANTSOLÍA

SJÓVÁ

WWW.IFSPORT.IS



VIÐ ERUM ÖLL Í SAMA LIÐI

Icelandair styrkir með stolti íslenskt íþróttafólk

Frá upphafi hefur Icelandair stutt íþróttahreyfinguna á Íslandi með ráðum og dád. Með undirritun samstarfssamnings við íþróttasamböndin viðheldur Icelandair öfluggu og mikilvægu samstarfi. Icelandair er stolt af því að efla afreksstarf í íþróttum á Íslandi.

