

## Skýrsla skíðagöngunefndar 2017-2019

Á skíðabingi í maí 2017 voru eftirtaldir kosnir í skíðagöngunefnd.

- Einar Ólafsson, Reykjavík (skipaður formaður úr stjórn)
- Málfríður Guðmundsdóttir, Reykjavík
- Þóroddur Þóroddsson, Reykjavík
- Vadim Gusev, Akureyri
- Kristbjörn R. Sigurjónsson, Ísafirði (sagði sig úr nefndinni í ágúst 2017, enginn kom inn í staðinn þrátt fyrir tilraunir til þess)

Ákveðið að Vadim og Kristbjörn myndu vera með afreksmálin og Þóroddur og Málfríður með fræðslu- og mótamálin. Hlutverk formanns var að samhæfa og fylgjast með starfinu. Eftir að Kristbjörn hætti kom Einar meira inni afreksmálin.

**2017-2018:**

### Afreksmál:

**Landsliðsþjálfarinn** Jostein Hestmann Venjerui var sagt upp á eftir HM í Falun 2017 og nýr þjálfari, Vegard Karlstrøm frá Noregi var ráðinn í hans stað um vorið og var hann ráðinn fyrst og fremst fyrir A-landsliðið. Skíðagöngunefnd valdi eftirfarandi í **landsliðið**:

#### **A-lið**

Albert Jónsson, Elsa Guðrún Jónsdóttir, Isak Stianson Pedersen, Snorri Einarsson, Sævar Birgisson.

#### **B-lið**

Anna María Daníelsdóttir, Dagur Benediktsson, Kristrún Guðnadóttir, Sigurður Hannesson,

Tvær **samæfingar** voru haldnar sumarið 2017, í **Reykjavík 8.-11. júní og á Akureyri 10.-13. ágúst**.

Æfingarnar voru opnar öllum 12 ára og eldri iðkendum í aðildarfélögum SKÍ. Vegard, landsliðsþjálfari, sá um æfingarnar fyrir landsliðin á meðan að þjálfara úr aðildarfélögum sáu um aðra iðkendur. Allir gistu saman og sáu félögin á staðnum um matar og gistimál.

### **FIS æfingabúðir september og desember**

FIS stendur fyrir æfingabúðum fyrir minni þjóðir innan sambandsins. Eru æfingarnar greiddar niður af mestu leyti af FIS. Fyrri ferðinni, 3.-13.sept, var að mestu á hjólaskíðum og í þrek- og styrktarþjálfun. Seinni ferðin, frá 11.-21.des, var svo aðallega á skíðum. Dagur Benediktsson og Sigurður Hannesson voru valdir til að fara í FIS æfingabúðirnar á vegum SKÍ. Skilyrði fyrir því að taka þátt er að senda þjálfara með og fór Vadim Gusev, frá Akureyri, í fyrri ferðina en Steven Gromatka, frá Ísfirði, í þá síðari.

**A landsliðið** fór í tvær ferðir á haustmánuðum. Fyrri ferðin var æfingaferð til Alta í Noregi dagana 17.-25.september. Er þetta heimbyggð Vegards landsliðsþjálfara og tókst ferðina einstaklega vel. Frá 7.-15.nóvember var svo farið í æfinga- og keppnisferð til Finnlands, nánar tiltekið Muonio. Voru þetta fyrstu mót vetrarins hjá landsliðsinu og komu þau vel út enda nokkrir að bæta sig á heimslista. Snorri Einarsson endaði í 4.sæti í 15 km F.

Eftir áramót var farið í Scandinavian Cup í Piteå í Svíþjóð frá 3.-7.janúar. Árangurinn var misjafn og náðu bestum árangri þau Elsa Guðrún Jónsdóttir 38.sæti og Snorri Einarsson 11.sæti. Með þátttöku í þessu móti var verið að horfa til undirbúnings fyrir Ólympíuleikana í S-Kóreu.

**B-landsliðið** fór í keppnisferð til Örnköldsvik í Svíþjóð frá 7.-12.mars. Farið var á alþjóðlega FIS mótarið og fóru tveir fararstjórar með hópnum, Daníel Jakobsson og Steven Gromatka.

**Snorri Einarsson** tók þátt í heimsbikarnum og fór veturinn frábærlega af stað. Hann tók þátt á fyrsta móti vetrarins í Ruka, Finnlandi og náði 22.sæti í sinni í 15 km C. Um svokallaða mini-tour helgi var að ræða þar sem endað var á að keppa í eltigöngu og eftir hana endaði hann mini-tour mótaröðina í 27.sæti. Í kjölfarið fylgdi eftir fín skiptiganga í Lillehammer, Noregi, þar sem hann endaði í 33.sæti. Helgina eftir varð hann svo í 29.sæti í Davos, Sviss í 15 km F. Svo sannarlega frábær byrjun á vetrinum en efstu 30 sætin gefa heimsbikarstig. Því miður fyrir Snorra að veikist hann um áramótin og var að glíma við veikindin stóran hluta af janúar og því tók hann ekki þátt í fleiri mót á heimsbikarmótaröðinni þetta tímabilið.

## **Ólympíuleikarnir í PyeongChang 2 – 26.febrúar 2018.**

### **Val á keppendum**

Skíðagöngunefnd valdi eftirfarandi keppendur á ÓL

Elsa Guðrún Jónsdóttir - 10 km F

Snorri Einarsson – 30 km skiptiganga, 15 km F og 50 km C Mst

Isak Stianson Pedersen - Sprettganga

Varamenn: Krístrún Guðnadóttir, Sævar Birgisson og Albert Jónsson

Gekk heilt yfir vel. Landsliðsþjálfari ásamt smurningsmönnum sem skiptu með sér dögum stóðu sig gríðarlega vel. Flott teymi. Vegard fékk influensu og var settur í einangrun. Snorri fór á sýklalyf og aðrir fengu kvef, þannig að það setti einhver strik í reikninginn varðandi árangur á leikunum. Ísak gerði sína bestu göngu á ferlinum í sprettgöngunni. Elsa Guðrún gerði góða göngu. Snorra árangur var undir væntingum m.a. vegna veikinda í janúar og á leikunum.

**Vinna við afreksstefnu SKÍ** hófst strax í upphafi tímabilsins og tók nefndin virkan þátt í því. Stærsta málið hjá nefndinni hefur verið að skilgreina viðmið og lágmark í landslið og stærri mót. Að sama skapi hefur verið unnið að því að móta starf nefndarinnar að afreksstefnunni sjálfri.

### **Fræðslu- og mótamál**

Sumarið 2016 kom úttektaraðili frá FIS og tók út brautir á nokkrum stöðum á landinu. Fyrir veturinn 2016-2017 var ákveðið að halda fyrstu FIS mótin á bikarmót í skíðagöngu. Veturinn 2017-2018 voru svo öll bikarmótin orðin að FIS mótum. Mótahald gekk heilt yfir vel, öll mót voru haldin á réttum helgum og einungis þurfti að aflýsa einni grein, en það var sunnudagurinn 4.mars á Ólafsfirði. Nýjar og hertari kröfur fylgdu því fyrir mótshaldara að hafa FIS mót en ekki bara hefðbundið bikarmót. Erlendur eftirlitsmaður kom á öll mótin og oft á tíðum spyrja spurninga sem fáir höfðu spáð í áður. Allir mótshaldarar voru sammála um að þetta væri af hinu góða og væri þarft að hafa meiri kröfur en áður.

Hluti af því að halda FIS mót er að SKÍ þarf að eignast eftirlitsmann í greininni. Tveir aðiliar, Daníel Jakobsson og Einar Ólafsson sóttu eftirlitsmanna fund haust 2018 í Osló, Noregi. Með því hófu þeir nám til alþjóðlegs eftirlitsmanns í skíðagöngu.

Undanfarin ár hefur lítið sem ekkert verið gert í þjálfaramenntun í skíðagöngu. Nefndin fékk Ólaf Björnsson frá Akureyri í lið með sér til að fara yfir þjálfaramenntunina. Ákveðið var að hafa samband með norska skíðasambandið og fá þá til að hjálpa til við verkefnið. Norska sambandið tók vel í það og fengum við námsefni frá þeim fyrir fyrstu tvö stigin. Ólafur var fenginn í að aðlaga það að íslenska umhverfinu og þýða efnið. Í desember 2017 var haldið námskeið á fyrsta stigi og fór það fram í Reykjavík. Leiðbeinendur voru þau Kari Morkved Sylten frá Noregi og Ólafur Björnsson. Tókst námskeiðið virkilega vel en um 15 aðilar sóttu það.

**2018-2019:**

**Afreksmál:**

**Landsliðsþjálfari** Vegard Karlstrøm frá Noregi verður áfram þjálfari fram til lok apríl 2019. Gerð var sú breyting á samningnum frá fyrra ári að landsliðsþjálfari var núna með yfirumsjón yfir bæði A og B landsliðunum.

Skíðagöngunefnd valdi eftirfarandi í **landsliðið**:

**A-lið**

Elsa Guðrún Jónsdóttir, Isak Stianson Pedersen, Snorri Einarsson. (Elsa Guðrún Jónsdóttir gaf ekki kost á sér áfram í landsliðið)

**B-lið**

Albert Jónsson, Dagur Benediktsson, Krístrún Guðnadóttir.

Tvær **samæfingar** voru haldnar sumarið 2018, í **Reykjavík 7.-10. júní og á Akureyri 16.-19. ágúst**.

Æfingarnar voru opnar öllum 12 ára og eldri iðkendum í aðildarfélögum SKÍ. Vegard, landsliðsþjálfari, sá um æfingarnar fyrir landsliðin á meðan að þjálfara úr aðildarfélögum sáu um aðra iðkendur. Allir gistu saman og sáu félögin á staðnum um matar og gistimál. Ákveðið var að landsliðin myndu æfa lengur á báðum æfingunum og voru því þeirra æfingar viku langar í hvort skiptið.

**FIS æfingabúðir september og desember**

FIS stendur fyrir æfingabúðum fyrir minni þjóðir innan sambandsins. Eru æfingarnar greiddar niður af mestu leyti af FIS. Fyrri ferðinni, 2.-13.sept, var að mestu á hjólaskíðum og í þrek- og styrktarþjálfun. Seinni ferðin, frá 9.-20.des, var svo aðallega á skíðum. Sigurður Arnar Hannesson og Anna María Daníelsdóttur voru valdin til að fara í FIS æfingabúðirnar í september á vegum SKÍ. Arnar Ólafsson og Kolfinna Íris Rúnarsdóttir fóru hins vegar í ferðina í desember. Skilyrði fyrir því að taka þátt er að senda þjálfara með og fór Tormod Vatten, frá Ísfirði, í báðar ferðir.

**A-landsliðið** fór í sambærilegar ferðir og árið á undan á haustmánuðum. Farið var til Alta, Noregi, í æfingaferð frá 5.-14.september og svo í æfinga- og keppnisferð til Muonio, Finnlandi, frá 4.-11.nóvember.

Tekið var þátt á **HM unglinga** í fyrsta skipti í mörg ár. Mótið fór fram í Lahti, Finnlandi, frá 21.-27.janúar 2019. Fimm keppendur voru valdir og þeim til aðstoðar voru Vegard, landsliðsþjálfari og Steven Gromatka. Krístrún Guðnadóttir (U23), Ísak Stianson Pedersen (U23), Dagur Benediktsson (U23), Sigurður Hannesson (Unglinga) og Albert Jónsson (U23).

**Snorri Einarsson** tók áfram þátt á heimsbikarmótaröðinni. Ólíkt síðasta vetri þá byrjaði þetta tímabil illa. Snorri veikist í upphafi vetrar og náði sér ekki á strik og var ákveðið að sleppa síðustu mótunum fyrir jól og hvíla og æfa fyrir Tour de Ski sem fór fram yfir áramótin. Var það góð ákvörðun þar formið á Snorra í Tour de Ski var mun betra en í upphafi vetrar. Tour de Ski mótaröðin fer þannig fram að keppt er í sjö keppnum á níu dögum í fjórum löndum og er árangur úr öllum göngum lagður saman. Hófst mótaröðin ágætlega hjá Snorra en um miðja mótaröð klikkar smurning í móti í Þýskalandi og endaði það mót mjög illa fyrir hann. Snorri hins vegar hélt áfram og í síðustu göngunni (Val di Fiemme klifrið) átti hann frábæra göngu og endaði í 25.sæti í þeirri stöku keppni. Í heildarkeppninni endaði hann í 37.sæti. Seinni partinn í janúar endaði Snorri í 34.sæti í 15 km F í Ulricehamn, Svíþjóð, en þrátt fyrir að ná ekki í efstu 30 sætin var þetta mjög gott mót og fékk hann sín bestu FIS stig í langan tíma. Besta mót vetrarins kom svo í Oslo í

byrjun mars þegar hann endaði í 26.sæti í 50 km C Mst. Fyrir mótið fékk hann 22.97 FIS stig og rauk upp heimslistann. Í lok vetrar er hann númer 101 á heimslistanum í lengri vegalengdum.

#### **EYOF 9.-16. febrúar í Sarajevó, Bosnía**

Keppendur voru Egill Bjarni Gíslason, Jakob Daníelsson, Fanney Rún Stefánsdóttir og Kolfinna Íris Rúnarsdóttir. Fararstjórar voru Vadim Gusev og Tormod Vatten.

#### **HM í Seefeld 19. Febrúar – 3. mars**

Keppendur voru Dagur Benediktsson, Krístrún Guðnadóttir, Snorri Einarsson, Isak Stianson Pedersen, Albert Jónsson og Ragnar Gamalíel Sigurgeirsson. Þeir Snorri og Isak náðu báðir lágmarkum fyrir mótið og þurftu því ekki að fara í undankeppnina og fyrir vikið gátu þeir keppt í öllum greinum.

Árangurinn á mótinu var mjög góður og allir liðsmenn bættu sig á heimslistum. Mótið hófst með undankeppni þar sem Albert, Dagur og Krístrún tóku þátt. Skemmst er frá því að segja að þau komust öll í gegnum undankeppnina þar sem þau voru öll meðal 10 efstu keppenda. Albert gerði sér lítið fyrir og nældi sér í bronsverðlaun í undankeppninni.

Isak átti ágætis göngu í sprettinum og aðrir stóðu sig með þryði í aðalkeppnunum, en það sást að sviðið var stórt og stressið mikið. Mótið var svo toppað þegar Snorri varð í 18 sæti í 50 km göngunni aðeins 18 sekúndur frá 3.sæti. Besti árangur Íslendinga fyrr og síðar á stórmóti. Hann var með fremstu mönnum allan tímann og rétt missti af lestinni á síðustu 3 – 5 km. Allur aðbúnaður og starf landsliðsþjálfara og aðstoðarmanna gekk mjög vel. Flott mót í alla staði.

Í byrjun mars fékk sambandið boð um að taka þátt í **alþjóðlegri sprettgöngu mótarið í Peking, Kína**. Krístrún Guðnadóttir og Isak Stianson Pedersen tóku þátt en um var að ræða kynningarmót þar sem Peking mun halda Ólympíuleikana árið 2022. Þau stóðu sig bæði mjög vel og bættu sig bæði á heimslista FIS í sprettgöngu umtalsvert.

#### **Fræðslu- og mótamál**

Einar Ólafsson og Daníel Jakobsson fóru FIS eftirlitsmannafund í Sundsvall, Svíþjóð. Þar þreyttu þeir próf til alþjóðlegs eftirlitsmanns og stóðust það með þryði og útskrifuðust því sem alþjóðlegir eftirlitsmenn.

Þrátt fyrir að vera komin með alþjóðlega eftirlitsmenn voru eftirlitsmannamál nokkuð í umræðunni í vetur. Á UMÍ er ekki alþjóðlegur eftirlitsmaður og of fáir sem hafa þekkingu til að vera eftirlitsmenn á því móti. Ekki hefur verið staðið fyrir eftirlitsmannanámsskeiði í langan tíma og orðið tímabært á slíkt. Þyrfti að skoða að halda slíkt námskeið í bland við mótshaldaranámsskeið. Einnig þarf að skoða þörf fyrir aðstoðarmann eftirlitsmanns á FIS mótum. Ef til vill gætu það verið sömu aðilar og gætu verið eftirlitsmenn á UMÍ.

Veturinn fór erfiðlega af stað í mótahaldinu. Fyrsta mót vetrarins sem átti að vera á Ísafirði þurfti að fresta um einn mánuð fram í febrúar. Að öðru leyti gekk mótshaldið eftir það vel fyrir utan að fullorðins flokkarnir voru á mörgum mótum frekar fámennir. Verið er að skoða hvaða leiðir eru í boði til fleiri taki þátt og gætu orðið miklar breytingar á mótatöflu fyrir næsta ár.

Sumarið 2018 var Ólafur Björnsson sendur á annars stigs námskeið í Noregi sem undirbúning fyrir námskeiðshaldið hér heima. Haldið var námskeið á fyrsta stigi í janúar 2018 þar sem um 10 þátttakendur tóku þátt og sá Ólafur Björnsson um námskeiðið. Seinni part vetrar fór í að undirbúa og klára námsefni fyrir annað stig þjálfaramenntunarinnar en stefnt er á námskeið á báðum stigum næsta vetur.

### Íslandsgangan 2017-2019

Íslandsganga var á tímabilinu 2017-2019 áformuð á sex stöðum að venju en árið 2017 voru aðstæður/snjóalög þess eðlis að Fjarðargangan og Orkugangan voru hvorug haldin.

Þátttakendafjöldi í göngunum hefur farið vaxandi úr **304** árið 2017, **444** árið 2018 og í **962** árið 2019 sem er rúmlega tvöföldun frá 2018. Nokkur hópur tók þátt í fleiri en einni göngu og fjöldi einstaklinga sem tók þátt í amk. einni göngu var 2017, 100 konur og 157 karlar (**257**), 2018 voru það 155 konur og 195 karlar (**350**) og 2019, konur og karlar () og er ljóst af þessum tölum að þeim fjölgar aðeins sem taka þátt í fleiri en einni göngu og er það vel.

	2017	2018	2019	
Hermannsgangan	23	27	63	
Fjarðargangan	0	28	59	
Bláfjallagan	74	109	237	
Strandagan	40	42	90	
Orkugangan	0	43	95	
Fossavatnsgangan	210	295	418	
<b>Samtals þátttakendur</b>	<b>347</b>	<b>444</b>	<b>962</b>	
Samtals einstaklingar	257	350		