

ÁRSSKÝRSLA 2020

Starfstímabil 1. júní 2019- 31. maí 2020

Lögð fram á aðalfundi félagsins 25.júní 2020

ÍÞRÓTTAFÉLAGIÐ GERPLA



EFNISYFIRLIT

Stjórn 2019-2020.....	5
Almennt.....	6
Starfssemi félagsins	9
Almennir fimleikar fyrir börn	9
Almennir fimleikar fyrir fatlaða.....	9
Fimleikar fyrir alla FFA	9
Áhaldafimleikar	9
Hópfimleikar	10
Parkour.....	10
Samstarf við leikskóla og grunnskóla	11
Fimleikaprek fyrir boltakrakka.....	11
Samstarfsverkefni Breiðabliks, Gerplu og HK	11
fyrirlestrar foreldrar, iðkendur og þjálfarar	13
Samstarf við sportablar.....	14
Biðlisti og fimleikasalurinn	14
SÍK.....	15
Aðbúnaður og áhöld	16
Foreldraráð	17
Vorsýning.....	18
Uppskeruhátíð Gerplu	18

Uppskeruhátíð Ítk	18
Uppskeruhátíð FSÍ.....	19
Mót, viðburðir og árangur.....	20
Áhaldafimleikar innanlands	20
Haustmót I – Frjálsar æfingar, 1. -3. þrep	20
þrepamót I – þrep 5.-4. þrep	23
þrepamót II – þrep 5.-4. þrep	24
þrepamót – þrep 1. -3. þrep.....	26
Bikarmót	27
Íslandsmót í þrepum.....	29
Íslandsmót í þrepum – special olympics	29
Íslandsmót	29
þrepamót III – þrep 5.-4. þrep.....	29
GK meistaramót	29
Hópfimleikar innanlands.....	29
Haustmót Stökkfimi	29
Haustmót I – 3. og 4. flokkur.....	30
Haustmót II – 1. og 2. flokkur og kky/KKE	31
GK-mót í hópfimleikum	32
Bikarmót í TeamGym	32
Bikarmót unglunga	33
Íslandsmót í teamgym	33

ÍSLANDSMÓT UNGLINGA Í HÓPFIMLEIKUM.....	34
Íslandsmót í Stökkfimi	34
ÁHALDAFIMLEIKAR ERLENDIS	34
Norður Evrópumót.....	34
Björk International	35
Heimsmeistaramót – Stuttgart	35
Elite-Gym Massilia	35
Evrópumót í áhaldafimleikum.....	35
Berlin Cup	36
Norðurlandamót unglunga og fullorðinna.....	36
HÓPFIMLEIKAR ERLENDIS	36
Norðurlandamót í hóp fimleikum	36
Norðurlandamót unglunga í hóp fimleikum	37
Starfsmannamál.....	38

STJÓRN 2019-2020



Ragnheiður M. Ólafsdóttir
Formaður



Marta Kristín Sigurjónsdóttir
Varaformaður



Heiður Hjaltadóttir
Ritari



Hanný Ösp Pétursdóttir
Meðstjórnandi



Hreggviður Símonarson
Meðstjórnandi



Hjalti Ragnar Eiríksson
Meðstjórnandi



Sif Pálsdóttir
Meðstjórnandi



Olga Bjarnadóttir
Framkvæmdastjóri



Hildur Gottskálksdóttir
Fjármálastjóri

Á tímabilinu voru 13 bókaðir fundir haldnir í stjórn félagsins. Auk þeirra voru haldnir óformlegir fundir um einstök málefni. Sjö fulltrúar eru kjörnir í stjórn á aðalfundi félagsins. Framkvæmdastjóri sat alla fundi stjórnar og fjármálastjóri félagsins þegar til hans var kallað.

Stjórn félagsins var skipuð eftirfarandi aðilum: Ragnheiður Margrét Ólafsdóttir, formaður, Marta Kristín Sigurjónsdóttir, varaformaður, Hanný Ösp Pétursdóttir, Hjalti Ragnar Eiríksson, Heiður Hjaltadóttir, Sif Pálsdóttir og Hreggviður Símonarson meðstjórnendur.

Atli Björn Þorbjörnsson og Sigrún Óskarsdóttir létu af stjórnarstörfum á síðasta aðalfundi og viljum við þakka þeim kærlega fyrir vel unnin og óeigingjörn störf í þágu félagsins og fimleikahreyfingarinnar síðustu ár og óskum þeim velfarnaðar í nýjum verkefnum. Ný inn í Stjórn komu Hanný Ösp Pétursdóttir og Hreggviður Símonarson en þau hafa bæði verið iðin í starfi félagsins sem foreldrar á hliðarlínunni.



Stjórn Gerplu ágúst 2018-2019

Hjá félaginu voru starfandi rúmlega 100 þjálfarar ásamt starfsfólki í afgreiðslu og á skrifstofu. Olga Bjarnadóttir er framkvæmdastjóri félagsins. Fjármálastjóri félagsins er Hildur Gottskálksdóttir.

ALMENNT

Íþróttafélagið Gerpla er stórt íþróttafélag og langstærsta Fimleikafélag landsins og þótt víðar væri leitað. Gerpla er í stöðugri sókn og hefur innan sinna raða hæft starfsfólk sem býr yfir mikilli þekkingu og reynslu. Í félaginu ríkir mikill liðsandi og leggjast allir á eitt að vinna þau verkefni sem fyrir liggja í hvert skiptið. Það hefur verið stöðugur vöxtur hjá félaginu undanfarin ár en síðasta starfsár varð mesta fjölgunin í almennu deildinni. Fjölgunin varð mest í parkour eða rúm 11% en einnig voru sett í gang ný námskeið í almennu deildinni sem gengu heilt yfir vel. Nýtt hús við Vatnsendaskóla bætti aðstöðuna til muna en það hús ber ekki þær dansæfingar sem fylgja hóp fimleikunum. Hóp fimleikadeildin hefur vaxið um tæp 40% frá því nýja húsið var aðeins hugmynd. Dansæfingar fara því enn fram í Versölum en það er lausn sem gengur ekki til frambúðar sökum hljóðmengunar og þrengsla.

Æfingar hafa byrjað klukkan 15:00 á daginn í Vatnsenda en 14.30 í Versölum og gerir það félaginu mögulegt að vera með þjálfara í fullu starfi sem hefja þjálfun snemma á daginn og fram á kvöld alla virka daga. Húsnæðið er vel nýtt frá því æfingar hefjast og fram á kvöld og er að komast reynsla á niðurröðun hópa í Vatnsenda. Ástæðan fyrir því að ekki er hægt að byrja klukkan 14:30 í Vatnsenda eins og í Versölum er sú að börn sem búa á Kársnesinu þurfa að taka frístundabílinn og er ekki möguleiki að koma honum fyrr í Vatnsenda. Með því að hefja æfingar klukkan 15:00 í Vatnsenda gefst öllum börnum í Kópavogi óháð búsetu tækifæri á að taka þátt hvort heldur það er í hóp fimleikum, parkour eða áhaldafimleikum.

Gerpla stóð fyrir mjög fjölbreyttri starfsemi á tímabilinu en iðkendur voru rúmlega 2.500 talsins. Þar af voru yfir 2.000 virkir iðkendur sem æfðu allt starfstímabilið hjá félaginu. Sumir nýta sér einungis sumarnámskeið og aðrir vetraræfingar en meirihluti iðkenda sækja æfingar allt árið um kring.

Skráningarfyrirkomulag hefur verið óbreytt frá janúar 2018 þegar ákveðið var að lengja vorönn í keppnisdeildum félagsins upp í 6 mánuði. Almenna reglan er að keppnisdeildir æfa janúar til júní, sumarfrí í júlí og haustönn er ágúst-desember. Yngri hópar og almenna deildin fara í sumarfrí að vorsýningu lokinni að undanskyldum GGG hóp sem æfir yfir sumartímann. Yngri iðkendur hafa þá kost á að skrá sig á sumarnámskeið sem eru vika í senn.

Sumarnámskeiðin 2019 voru ágætlega sótt en færri sóttu námskeið síðasta sumar samanborið við þann metfjölda sem sótti fimleika- og íþróttafjör árið þar á undan. Fimleika- og íþróttafjör er heitið á leikjanámskeiði Gerplu. Hins vegar var boðið uppá sumarnámskeið í parkour fyrir hádegi og eftir hádegi. Skemmst er frá því að segja að viðtökurnar fóru fram úr björtustu vonum og var parkournámskeiðið skemmtileg viðbót við annars fjölbreytt framboð hreyfingar í félaginu. Iðkendur sóttu æfingar ágætlega í júní en flestir skiluðu sér svo aftur þegar starfið hófst 21.ágúst. Öflugt framboð á æfingum og námskeiðum yfir sumartímamann býr til aukið framboð af atvinnu fyrir þjálfara sem er mikilvægt til að fleiri geti hugsað sér að gera þjálfarastarfið að sinni aðalatvinnu. Er það afar mikilvægt fyrir svona stórt félag eins og Gerpla er. Markvisst var tekið inn af biðlistum á síðasta tímabili og hefur biðlistinn aldrei verið jafn stuttur og skilvirkur. Iðkendum var boðið pláss jafnóðum þó svo að það sem hafi verið í boði hafi ekki alltaf hentað. Kusu því einhverjir að vera áfram á biðlista og sjá hvort rétta plássið myndi losna, á meðan aðrir voru glaðir með að komast loksins að í fimleikum og/eða parkour. Á síðasta ári settu starfsmenn sér markmið um að vinna markvisst í biðlistum og hefur það gengið vel. Haldið verður áfram að halda biðlistunum skilvirkum til að sem flestir fái að njóta þess að hreyfa sig í gegnum þá frábæru íþrótt sem fimleikarnir eru.

Ekki er hægt að fjalla um starfsárið án þess minnst á heimsfaraldurinn Covid-19 en hann setti heldur betur strík í alla íþróttaiðkun á landinu frá miðjum marsmánuði og fram í byrjun maí. Það var kraftaverki líkast hvernig þjálfarar og starfsfólk brugðust við faraldrinum og samkomubanninu með þeim hætti að færa æfingar barnanna heim í stofu í gegnum fjarfundabúnað, youtube, zoom, teams, messenger og öll þessi samskiptaforrit. Kríla- og bangsapþjálfarar þurftu að hugsa út fyrir kassann þar sem foreldrar máttu ekki fylgja börnunum á æfingar inn í íþróttahús fyrst um sinn eftir að samkomubanni lauk. Það var því brugðið á það ráð að fara með æfingarnar út á Versalavöll. Sem betur fer lék veðrið við iðkendur og tókst vel til. Heimilin tóku virkan þátt í æfingum og fjölbreyttum áskorunum og komu margir tvíefldir til baka á æfingar.



Reynt var eftir fremsta megni að fylgjast með iðkendum og brotthvarfi eftir faraldurinn og stendur sú vinna enn yfir og mun gera fram á haust 2020. Næsta önn mun leiða í ljós afleiðingar þessa hvímeiða gests sem þessi veira var. Sökum þessa þurfti að fella niður marga viðburði og bitnaði það einna helst á keppnisdeildum en einnig þurfti að hætta við vorsýningu Gerplu sem er jafnframt stærsti viðburður félagsins á ári hverju. Það verður því mikið lagt í sýninguna að ári þegar félagið fagnar um leið hálfrar aldar afmæli sínu. Gerpla átti að halda Norðurlandamót í áhaldafimleikum fullorðina og unglunga og var undirbúningur í fullum gangi. Til að mynda var búið að fjárfesta í keppnisáhöldum sem til þurfti til að halda mótið en



einnig voru verðlaunapeningarnir komnir í hús sérpantaðir frá Danmörku og nokkurt vinnuframlag var búið að leggja í verkefnið. Húsið opnaði aftur með hefðbundinni starfsemi þann 4. maí með ákveðnum formerkjum. Þrif voru aukin og sprittstandar settir upp víðsvegar um húsin. Öll börn og starfsmenn hafa sinnt sóttvörnum áður en farið er inn á æfingar og á meðan á æfingum stendur. Æfingar hafa gengið vel frá því að starfið hófst að nýju og var mikil ánægja með að geta hreyft sig aftur meðal vina og æfingafélaga.

Hvað varðar fjárhagsleg áhrif Covid-19 á Gerplu er rétt að nefna að staðið var við alla launasamninga við starfsmenn félagsins. Rétt rúmlega 20% starfsmanna gátu nýtt sér svokallaða hlutabótaleið en forsendur fyrir því að geta nýtt hana voru þær að vera að minnsta kosti í 45% starfi. Sökum þess að fjöldi starfsmanna í Gerplu er með þjálfarastarfið sem aukastarf þá varð hlutfallið eins lítið og raun ber vitni. Til að koma til móts við iðkendur varðandi tapaða æfingatíma var önnin framlengd og iðkendur þjónustaðir með heimaæfingum á meðan á ástandinu stóð. Verður að segjast að vel hefur verið í lagt að koma til móts við iðkendur og forráðamenn þeirra og er almenn ánægja með framtakið. Þetta leiðir þó af sér aukinn kostnað fyrir félagið sem fellur til í sumar 2020 vegna aukins launakostnaðar vegna æfinga sem ekki er rukkað fyrir. Styrkur frá ríkinu sem og hlutabótaleiðin dekkja þann kostnað að hluta og mun félagið komast í gegnum þetta tímabil án stórra áfalla.

STARFSSEMI FÉLAGSINS

Gerpla bauð upp á eftirfarandi æfingar á starfstímabilinu 2019-2020:

ALMENNIR FIMLEIKAR FYRIR BÖRN

Félagið var með grunnhópa og framhaldshópa fyrir stúlkur og pílta. Þau tóku þátt á Garpamóti Gerplu bæði á haust og vorönn en Garpamótið var ekki haldið fyrir en fyrstu vikuna í júní 2020 þar sem ekki var hægt að halda mótið á settum tíma í apríl.



ALMENNIR FIMLEIKAR FYRIR FATLAÐA

Félagið bauð upp á þrjá hópa í vetur þar sem iðkendur með ýmisskonar fatlanir nýttu sér þjónustu félagsins. Annars vegar er um að ræða keppnishóp og hins vegar grunnhóp yngri og grunnhóp eldri.

FIMLEIKAR FYRIR ALLA FFA

Boðið var uppá fimleika fyrir alla frá 9 ára aldri. Æft var í yngri og eldri hóp en einnig voru í boði fimleikar fyrir fullorðna en þau hafa æft í Gerplu síðustu ár undir nafninu GGG. Í vetur var bætt við hóp sem heitir Kempur sem æfir hópfimleikamiðað í Vatnsenda.



ÁHALDAFIMLEIKAR

Boðið var upp á áhaldafimleika fyrir pílta og stúlkur. Iðkendurnir kepptu í íslenska fimleikastiganum og í frjálsum æfingum skv. keppnisreglum FSÍ & FIG. Iðkendur okkar tóku þátt á millifélagamótum, mótum Fimleikasambandsins og sem fulltrúar í landsliðum Íslands á erlendri grundu.



HÓPFIMLEIKAR

Boðið var upp á hópímleika fyrir pílta og stúlkur. Gerpla átti keppendur í karlaflokk og kvennaflokk. Iðkendurnir okkar kepptu á innlendum og erlendum vettvangi með félagsliðum sínum. En Gerpla átti félagslið í meistaraflokk kvenna og blandaðra liða á Norðurlandamóti fullorðina sem haldið var í Drammen í Noregi. Lið unnu ekki til verðlauna en stóðu sig engu að síður vel.



PARKOUR



Félagið fjölgaði hópum í parkour til muna þetta tímabilið en fyrir haustið 2018 höfðu einungis 3 parkourhópar verið starfræktir. Parkouriðkendum fjölgaði með fleiri hópum þó svo að fjöldi í hverjum hóp hafi verið minnkaður. Yngstu iðkendur í parkour voru 8 ára haustið 2019 og þeir elstu á þrítugsaldri. Á haustönn 2019 var haldið svokallað parkourdjamm í Vatnsendahúsinu. Í því felst að parkouriðkendum úr öðrum félögum er boðið í heimsókn í parkour-veislu þar sem æft er á fullu í nokkra klukkutíma, borðað saman og vinskapur myndast á milli iðkenda. Skemmst er frá því að segja að þátttakan fór fram úr björtustu vonum og er þetta vonandi orðinn árviss viðburður hjá okkur í Gerplu. Parkour er góð viðbót við annað framboð af hreyfingu í félaginu. Mikil eftirspurn er eftir parkouræfingum og er það von okkar að deildin muni vaxa og dafna á komandi árum.



SAMSTARF VIÐ LEIKSKÓLA OG GRUNNSKÓLA

Samstarf Gerplu við leikskólann Fílfusali hefur verið farsælt síðustu ár og var því áframhaldið á síðasta vetri. Fyrirkomulagið hefur verið þannig að þjálfarar hafa sótt börnin í leikskólann og labbað með þeim í íþróttahúsið ásamt leikskólakennurum. Leikskólakennarar fylgdu börnunum svo aftur yfir á leikskólann að tíma loknum. Þannig hafa elstu börn leikskólanna fengið sinn fimleikatíma í miðri viku á skólatíma og hafa þá lokið við



sína hreyfingu þegar foreldrar sækja þau í leikskólann. Í ljósi þess hve vel þetta hefur gengið undanfarin ár var farið í samstarf við leikskólann Sólhvörf sem er í nágrenni við Vatnsendaskóla og sami háttur hafður á. Starfið fór rólega af stað en tók svo við sér við mikla ánægju foreldra í leikskólanum.

Gerpla var líka í samstarfi við Salaskóla en félagið stóð fyrir íþróttatímum fyrir frístund Salaskóla þar sem börn úr frístund komu í tíma hjá Gerplu endurgjaldslaust á þeim tíma sem þau voru í frístund.

FIMLEIKAPREK FYRIR BOLTAKRAKKA

Í vetur var í fyrsta skipti boðið uppá námskeið fyrir boltakrakka. Námskeiðið byggðist uppá grunnfimleikaæfingu, þreki og teygjum. Námskeiðin voru tvö, fyrir yngri og eldri krakka og voru vel sótt.

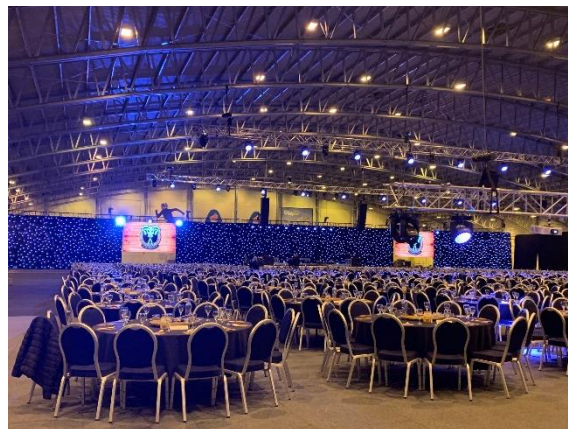
SAMSTARFSVERKEFNI BREIÐABLIKS, GERPLU OG HK

Stóru íþróttafélögin í Kópavogi Breiðablik, Gerpla og HK hafa átt ötult og gott samstarf á liðnu tímabili. Frístundavagninn var á sínum stað en í stað þess að íþróttafélögin keyrðu öll sinn vagninn hvern á eftir öðrum var haldið áfram með sameiginlega bíla í samstarfi við fyrirtækið Hópbíla þar sem allir nemendur Kópavogs gátu tekið vagninn óháð því með hvaða félagi þeir voru að æfa. Starfsmenn voru í bílunum til að aðstoða og passa uppá öryggi. Frístundavagninn er keyrður með aðkomu fjármagns frá Kópavogsbæ en Kópavogsbær hefur greitt ¼ af kostnaði við rekstur ferðanna. Áhersla er lögð á að frístundavagninn þjóni fyrst og fremst nemendum 1.-4.bekkjar en öllum er heimilt að nota bílinn svo lengi sem það er laust pláss.

Með tilkomu frístundabíla ná íþróttafélögin að nýta íþróttamannvirki Kópavogsbæjar betur með því að hefja æfingar strax að loknum skóla.

Iðkendur Gerplu gátu nýtt bílinn bæði á æfingar í Versali sem og í Vatnsenda. Elva Björg Gunnarsdóttir var starfsmaður Gerplu í rútunni sem fyrr og sá til þess að börnin spennu sig í belti og hún hefur einnig það hlutverk að passa uppá samskipti og umgengni í rútunni.

Kópavogsblótið var annað samstarfsverkefni félaganna en haustið 2018 var ákveðið að slá saman í eitt stórt Kópavogsporrablót sem frægt er orðið. Skrifað var undir samstarfssamning til þriggja ára. Þorablótsnefnd starfaði af miklum krafti strax frá haustinu 2019. Fulltrúar Gerplu í nefndinni voru þær Hildur Gottskálksdóttir, Sólborg Sumarrós Sigurðardóttir og Olga Bjarnadóttir. Fjöldi sjálfboðaliða kom við sögu til að gera þennan glæsilega viðburð að veruleika og eiga þeir bestu þakkir skilið. Aðsókn á þorablótið fór fram úr björtustu vonum og varð uppselt á innan við klst. Alls voru 2400 manns í mat og svo komu þar að auki rúmlega 300 manns á dansleikinn. Færa þurfti blótið úr Smáranum og inn í Fífuna svo mikill var fjöldinn. Dagskráin var hin veglegasta en Stuðlabandið lék fyrir dansi, Logi Bergmann og Rúnar Freyr voru veislustjórar, Saga Garðarsdóttir var með uppistand sem og Björn Bragi og Páll Óskar Hjálmtýsson og Sigríður Beinteinsdóttir voru leynigestir. Blótið verður endurtekið 2021 og er ákveðið að bóndadagur er dagurinn sem blótið mun vera haldið á næstu ár.



Vorið 2019 var ákveðið að hefja viðræður við Menntaskólann í Kópavogi um að setja á stofn afreksbraut MK í samstarfi við Gerplu, Breiðablik og HK. Verkefnið fór vel af stað og mikill velvilji og kraftur í mönnum til að gera þetta að veruleika og með því halda framhaldsskólanemendum í Kópavogi í heimabyggð. Skemmst er frá því að segja að rúmlega 50 nemendur skráðu sig strax á afrekssviðið úr fjölbreyttum íþróttagreinum og var það langt fram úr vonum. Voru um 10 nemendur sem völdu fimleika sem sína íþróttagrein og stunduðu þau sínar æfingar hér í Gerplu.

Íþróttafélögin Gerpla, Breiðablik og HK hafa í samstarfi við UMSK verið með verkefni í pípunum er snýr að hreyfingu eldri borgara í Kópavogi. Verkefnið er mjög metnaðarfullt er varðar hreyfingu, fræðslu og félagslega viðburði en einnig er til undirritaður samningur við Háskólann í Reykjavík um samstarf um fjölbreyttar mælingar á þátttakendum. Byrjað var að vinna að verkefninu 2018 og samþykkti bæjarstjórn Kópavogs að leggja fjármagn í verkefnið til næstu tveggja ára. Það er von íþróttafélaganna að eldri borgarar í Kópavogi finni sig velkomin í íþróttafélögin en framboð á hreyfingu fyrir allan aldur allt lífið er aðalatriðið. Spennandi verður að fylgjast með þessu verkefni en núþegar hefur verið ráðinn verkefnastjóri yfir verkefnið en hún heitir Eva Katrín Friðgeirsdóttir. Verkefnið fer því á fulla ferð frá 1.júlí 2020.

FYRIRLESTRAR FORELDRAR, IÐKENDUR OG ÞJÁLFARAR

Á haustönn 2019 stóð foreldraráð Gerplu fyrir fyrirlestri með Pálmari Ragnarssyni fyrirlesara og körfuboltaþjálfara. Fyrirlesturinn var haldinn í félagsaðstöðu Gerplu að Versölum og fjallaði um jákvæð samskipti í íþróttum. Pálmar fjallaði á skemmtilegan hátt um það hvernig við getum verið góðir liðsfélagar, leiðtogar og náð því besta úr öllum í liðinu. Það mættu tæplega 90 iðkendur Gerplu 12 ára og eldri. Frábært framtak foreldrafélags Gerplu.



Í lok janúar 2020 var ákveðið að fá hana Eddu Björgvinsdóttur í heimsókn til að halda fyrirlestur fyrir starfsfólk. Fyrirlesturinn fjallaði um húmor, gleði og hamingju á vinnustað. Skemmst er frá því að segja að vel tókst til og hún kom með skemmtilega punkta sem hægt er að nýta í starfinu og hvar og hvenær sem er á lífsleiðinni. Mjög skemmtileg heimsókn og jákvæðar undirtektir starfsmanna.

SAMSTARF VIÐ SPORTABLER

Samstarfið við Sportabler hefur haldið áfram að vaxa og dafna og hafa þeir Sportablermenn verið iðnir að hlusta á þarfir okkar í Gerplu og komið með nýjungar nánast eftir óskum. Á vorönn var prufuð sú nýjung að rukka mótagjöld í gegnum Sportabler-appið en það virkar þannig að þegar viðburður/mót er samþykkt í Sportabler fer viðkomandi sjálfkrafa í greiðsluferli og er þá formlega skráður til leiks. Þetta er hagræðing á



vinnu fyrir deildarstjóra og þjálfara og hefur bara fengið góðar undirtektir. Það er margt á döfinni hjá sportablermönnum og erum við í Gerplu spennt fyrir framhaldinu. Sportabler er íslenskt vef- og snjallsímaforrit sem gerir skipulagningu og samskipti í íþróttastarfi margfalt skilvirkari og einfaldari. Kerfið er ætlað þjálfurum, iðkendum, foreldrum, og starfsmönnum íþróttafélaga. Markmið Sportabler er að styðja við og efla skipulagt íþróttastarf með tvennum hætti. Annarsvegar með því að auka skilvirkni í skipulags- og samskiptamálum, og hinsvegar með því að bjóða kennsluefni í þjálfun jákvæðra persónuleikabátta í gegnum íþróttir, þar sem æfingar t.d. í sjálfstrausti eru fléttaðar með markvissum hætti inn í íþróttastarfið.

Í september 2019 fór hópfimleikadeild Gerplu í skammtilegt verkefni með Sportabler og Háskólanum í Reykjavík ásamt mastersnemanum Jónu Guðbjörgu Árnadóttur. Verkefnið fólst í því að reyna að efla sjálfstraust iðkenda. Mikil ánægja fylgdi verkefninu og sagði Jóna: „Gaman var að sjá að í takt við aukið sjálfstraust iðkenda sem og þekkingu þeirra upplifðu iðkendur sig með meira sjálfstraust á fimleikaæfingum og höfðu meiri ánægju af íþróttinni en fyrir sjálfstraustsþjálfun.“

Gerpla er þakklát fyrir að hafa fengið að taka þátt í þessu verkefni og eiga þjálfarar í félaginu klárlega eftir að nýta þetta fyrir fleiri hópa á næstunni.

BIÐLISTI OG FIMLEIKASALURINN

Skráningar á biðlistann eru reglulegar og iðkendur hafa oftast en ekki þurft að bíða í lengri tíma eftir því að okmast að hjá félaginu. Markvisst var unnið að því að stytta og eyða út biðlistum og gekk það vel í ákveðnum árgöngum og þá sérstaklega á yngsta stiginu og uppí 8 ára aldur. Það finnst munur á starfinu að vera komin í tvö hús þar sem svigrúm skapast til

að taka iðkendur inn af biðlista og grunnskólabörn í efri byggðum geta æft í nærumhverfi. Iðkendur í neðri byggðum eru ekki eins heppnir og fælir það iðkendur frá sem þar búa að þurfa að ferðast með strætó eða frístundabíl í langan tíma til að komast á æfingar.



SÍK

SÍK er skammstöfun fyrir samstarfsvettvang íþróttafélaga í Kópavogi. Fyrsti aðalfundur SÍK var haldinn í febrúar 2019 og er haldinn annað hvert ár. Breyting varð á stjórn SÍK í maí síðastliðnum þegar Jón Finnbogason sagði sig frá formennsku og tók sæti meðstjórnanda. Eysteinn Pétur Lárusson framkvæmdastjóri Breiðabliks tók við formennsku, Hanna Carla Jóhannsdóttir framkvæmdastjóri HK tók við varaformennsku og Olga Bjarnadóttir framkvæmdastjóri Gerplu tók við hlutverki gjaldkera. Einnig eiga sæti í stjórninni Guðmundur Sigurbergsson, Hólmfríður Kristjánsdóttir og Sigmundur Einar Másson ritari. SÍK á að efla samtalið og samstarfið á milli félaganna í bænum og er það viðbót við þau verkefni sem félögin hafa núþegar sett af stað. Ráðnir voru tveir starfsmenn í 25% starfshlutfall hvor til að sinna málefnum SÍK en helstu hlutverk þessa nýja félags er að úthluta tímum í íþróttamannvirkjum bæjarins, úthluta styrkjum í keppnis- og æfingaferðir sem og starfsstyrkjum til íþróttafélaganna. Björn Jónsson lét af störfum sumarið 2019 en hann var fyrsti starfsmaður SÍK.

AÐBÚNAÐUR OG ÁHÖLD

Mikið utanumhald er í kringum viðhald áhalda en mikilvægt er að fylgjast náið með slitum á áhöldum sökum álags og notkunar. Í ár er búið að sinna töluverðu viðhaldi á áhöldum í Versölum og ber þar helst að nefna veggrár í gryfjusal en þær voru komnar á tíma. Í tilefni þess að Gerpla átti að halda Norðurlandamót í áhaldafimleikum var tækifærið nýtt og keyptir nýir keppnishringir og lendingardýnur á svifrá og bogahest. Eins var fjárfest í nýrri keppnisslá, hringjum yfir gryfju og mjúkum dýnum. Þetta voru meiri fjárfestingar en vant er en vegna áætlaðar tekna vegna NM 2020 var farið í svo viðamiklar endurýjanir. Því miður var mótið felt niður vegna Covid-19 en áhöldin eru mætt í salinn og verður þá minna um áhaldakaup á nýju tímabili. Þau Axel Ólafur Þórhannesson og Sif Pálsdóttir sinntu öryggismálum í salnum og eftirliti með áhöldunum. Engin þörf var á endurnýjun áhalda fyrir hópfirmleikadeild þar sem nýju húsi í Vatnsendaskóla fylgdi töluvert af nýjum áhöldum sem enn eru heil og í fullri notkun. Þó er að myndast þörf fyrir fjölgun trampólína yngri barna vegna fjölda iðkenda og eru þau kaup næst á dagskrá ásamt loftdýnum sem notaðar eru sem aðhlaup á dýnu.



FORELDRARÁÐ

Foreldraráð Gerplu var stofnað í janúar 2014 fyrir alla keppnishópa Gerplu í því skyni að efla og auka samvinnu á milli Gerplu og foreldra iðkenda. Stjórn foreldraráðs samanstóð í vetur af sjö foreldrum, þar af er einn stjórnarmanna tengiliður við fjáröflunarnefnd. Foreldraráð skipuðu Halldóra S. Guðvarðardóttir formaður, Hildur Gottskálksdóttir varaformaður, Stella Aradóttir ritari, Helena Dögg Magnúsdóttir aðal umsjónarmaður, Sólborg Sumarrós Sigurðardóttir fræðslufulltrúi, Birna Hallgrímsdóttir og Íris María Jónsdóttir meðstjórnendur og tengiliður við fjáröflun og jafnframt umsjónarmaður var Halldóra S. Guðvarðardóttir.

Starfsárið var óvenjulegt en að venju nokkuð viðburðaríkt og vel tókst til að mati stjórnar. Veturinn hófst á því að stjórnin skipti með sér verkum og skipa átti umsjónarmenn úr hópi foreldra fyrir flesta keppnishópa félagsins. Umsjónarmönnum er ætlað að vera tengiliðir félagsins við aðra foreldra iðkenda í hópunum auk þess sem þeim er ætlað veigamikil hlutverk við skipulagningu á hópefli fyrir viðkomandi iðkendur sem og aðkomu að skipulagningu og undirbúningi keppnisferða og æfingabúða. Illa gekk að manna umsjónarmenn þennan veturinn og er það von félagsins að betur gangi á komandi tímabili.

Stjórn foreldraráðs kom að skipulagningu fræðslufunda fyrir foreldra og iðkendur, haldinn var fyrirlestur með Pálmari Ragnarssyni körfuboltaþjálfara en hann talaði um jákvæð samskipti og leiðtoga í íþróttum. Mætingin var frábær og mikil ánægja var með fyrirlesturinn og innihaldið gott veganesti fyrir iðkendur Gerplu.

Stjórn foreldraráðs hélt að vanda glæsilegt jólaball í desember fyrir alla iðkendur félagsins og tók st vel til. Hljómsveitin Jólatónar héldu uppi stuðinu ásamt galvöskum jólasveinum.



Ákveðið var síðast liðið vor að færa Konukvöld Gerplu fram á haust og verður það haldið með pompi og prakt í október næstkomandi.

Máttarstólpar, hagsmunafélag meistaraflokka í félaginu hélt utanum sjoppuna eins og síðast liðið ár og hefur það gengið vel. Fjáröflunarnefnd heyrir undir foreldraráð, unnið var eftir samþykktum reglum. Illa gekk að manna fjáröflunarnefnd en Halldóra bar hitann og þungan

af vinnunni í vetur eins og þann síðasta. Fjáraflanirnar voru ekki mjög margar þetta keppnisárið bæði vegna Covid og mikilla anna hjá umsjónarmanninum.

Stjórn foreldraráðs hefur áfram lagt mikinn metnað í að móta starfið og koma því í farveg og verður hlutverk ráðsins skýrara með hverju árinu. Það er stefna stjórnarinnar að komandi starfsár foreldraráðs Gerplu hefjist af krafti og staðið verði fyrir skemmtilegum viðburðum og fræðslu fyrir bæði iðkendur og foreldra í góðu samstarfi við Gerplu.

VORSÝNING

Vorsýningin 2020 féll niður vegna Covid-19 en að ári verður mikið lagt í vorsýningu þar sem Gerpla fagnar 50 ára afmæli í apríl á næsta ári

UPPSKERUHÁTÍÐ GERPLU

Undanfarin ár hefur Uppskeruhátíð Gerplu verið haldin um leið og vorsýning Gerplu. Viðurkenningar eru veittar í byrjun sýninga sem setur hátíðlegan svip á sýninguna. Viðurkenningum var skipt bróðurlega á milli sýninga. Þar sem ekki hefur verið mikið um mót á þessu ári og ekki búið að krýna Íslandsmeistara í öllum keppnisgreinum fimleika var ákveðið að fresta veitingu viðurkenninga þar til á næsta ári til iðkenda en þjálfarabikarar verða afhentir síðar í sumar 2020.

UPPSKERUHÁTÍÐ ÍTK

Uppskeruhátíð ÍTK var að þessu sinni haldin í húsnæði Spretts. Uppskeruhátíðin er samstarfsverkefni ÍTK og íþróttafélagana í Kópavogi og var komið að Hestamannafélaginu Spretti að halda hátíðina. Gerplufólk fékk viðurkenningar á hátíðinni fyrir góðan árangur á liðnu ári en einnig fengu fimleikamenn í unglingaflokki og fullorðinsflokki viðurkenningu frá ÍTK. Það voru þau Ágúst Ingi Davíðsson og Hildur Maja Guðmundsdóttir í unglingaflokki og Agnes Suto Tuuha og Valgarð



Reinhardsson í fullorðinsflokki. Valgarð gerði sér lítið fyrir og var kosinn íþróttamaður Kópavogs 2019 en það er annað árið í röð sem hann hlýtur þá nafnbót. Auk þeirra fengu þau Eyþór Örn Baldursson, Valgarð Reinhardsson og Thelma Aðalsteinsdóttir viðurkenningu fyrir þátttöku á Evrópumótinu í Pólandi og Martin Bjarni Guðmundsson og Valgarð Reinhardsson fyrir þátttöku á HM í Stuttgart.

UPPSKERUHÁTIÐ FSÍ

Valgarð Reinhardsson var kosinn fimleikamaður ársins og Agnes Suto Tuuha fimleikakona ársins hjá FSÍ árið 2019.



Sólborg Sumarrós Sigurðardóttir og Fjóla Valdís Árnadóttir hlutu viðurkenningu fyrir vel unnin störf í þágu fimleikahreyfingarinnar þá sérstaklega vinnu við umgjörð iðkenda og félagsstarf í Gerplu. Guðrún Sveinbjörnsdóttir fékk viðurkenningu fyrir óeigingjarnt og ötult starf í fjölmörgum hlutverkum innan fimleikahreyfingarinnar en hún hefur verið mjög svo farsæll þjálfari og sinnt yngri kynslóðinni sérstaklega vel.



MÓT, VIÐBURÐIR OG ÁRANGUR

Gerpluiðkendur voru áberandi í íslensku og erlendu fimleikalífi.



Keppnistímabilið fór vel af stað haustið 2019. Gerpla lánaði Fimleikasambandi Íslands húsnæðið til þess að halda Norður Evrópumót í áhaldafimleikum, við áttum marga keppendur á Norðurlandamótinu í hóp fimleikum, ásamt því að senda keppendur á Heimsmeistaramót í áhaldafimleikum sem haldið var í Stuttgart. Seinni hluti keppnistímabilsins fór ekki eins og vonast var eftir. Heimsfaraldurinn COVID-19 lagði allt á hliðina og eftir Bikarmót í áhaldafimleikum og hóp fimleikum hjá eldri iðkendum lokaðist allt saman og æfingar lagðar niður. Mótaöld var annað hvort felld niður eða því frestað fram á næsta haust.

ÁHALDAFIMLEIKAR INNANLANDS

HAUSTMÓT I – FRJÁLSAR ÆFINGAR, 1. -3. ÞREP

Keppt var í fjölþraut á þessu móti ásamt einstökum áhöldum. Gerpla var sigursæl á mótinu líkt og síðastliðin ár. Gerpla vann til alls til 28 gullverðlauna, 26 silfurverðlauna og 14 bronsverðlauna.

Haustmót II	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
Frjálsar	KVK	Fjölþraut	Sonja Margrét Ólafsdóttir	1. sæti
Frjálsar	KVK	Fjölþraut	Sunna Kristín Gísladóttir	3. sæti
Frjálsar	KVK	Tvíslá	Sonja Margrét Ólafsdóttir	1. sæti

Frjálsar	KVK	Tvíslá	Thelma Aðalsteinsdóttir	2. sæti
Frjálsar	KVK	Tvíslá	Sunna Kristín Ríkharðsdóttir	3. sæti
Frjálsar	KVK	Slá	Thelma Aðalsteinsdóttir	3. sæti
Frjálsar	KVK	Gólf	Sonja Margrét Ólafsdóttir	3. sæti
Unglingaflokkur	KVK	Fjölþraut	Hildur Maja Guðmundsdóttir	2. sæti
Unglingaflokkur	KVK	Stökk	Hildur Maja Guðmundsdóttir	1. sæti
Unglingaflokkur	KVK	Stökk	Kristín Sara Jónsdóttir	2. sæti
Unglingaflokkur	KVK	Tvíslá	Hera Lind Gunnarsdóttir	3. sæti
Unglingaflokkur	KVK	Slá	Hildur Maja Guðmundsdóttir	2. sæti
Unglingaflokkur	KVK	Slá	Kristín Sara Jónsdóttir	3. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	KVK	Fjölþraut	Karen Þrastardóttir	1. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	KVK	Fjölþraut	Sara Bjarkadóttir	2. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	KVK	Stökk	Karen Þrastardóttir	1. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	KVK	Stökk	Selma Bjarkadóttir	2. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	KVK	Tvíslá	Eva Elínbjört Guðjónsdóttir	1. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	KVK	Tvíslá	Selma Bjarkadóttir	2. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	KVK	Tvíslá	Karen Þrastardóttir	3. sæti

1. þrep 14 ára og eldri	KVK	Slá	Þóra Kristín Jörundardóttir	2. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	KVK	Slá	Karen Þrastardóttir	3. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	KVK	Gólf	Selma Bjarkadóttir	2. sæti
2. þrep 13 ára og eldri	KVK	Stökk	Jada Birna Long Guðnadóttir	3. sæti
2. þrep 13 ára og eldri	KVK	Slá	Thelma Ósk Björgvinsdóttir	2. sæti
2. þrep 13 ára og eldri	KVK	Gólf	Eva Halldórsdóttir	2. sæti
3. þrep 12 ára og eldri	KVK	Slá	Anja Erla Pálsdóttir	3. sæti
Unglingaflokkur	KK	Gólf	Valdimar Matthíasson	1. sæti
Unglingaflokkur	KK	Bogahestur	Valdimar Matthíasson	1. sæti
Unglingaflokkur	KK	Hringir	Valdimar Matthíasson	2. sæti
Unglingaflokkur	KK	Stökk	Valdimar Matthíasson	1. sæti
Unglingaflokkur	KK	Tvíslá	Valdimar Matthíasson	2. sæti
Unglingaflokkur	KK	Svifrá	Valdimar Matthíasson	2. sæti
Unglingaflokkur	KK	Fjölþraut	Valdimar Matthíasson	1. sæti
3. þrep	KK	Gólf	Úlfur Ísberg	1. sæti
3. þrep	KK	Bogahestur	Atli Elvarsson	1. sæti
3. þrep	KK	Stökk	Andri Ísak Bragason	1. sæti

3. þrep	KK	Stökk	Úlfur Ísberg	2. sæti
3. þrep	KK	Stökk	Breki Freyr Ágústsson	3. sæti

ÞREPAMÓT I – ÞREP 5.-4. ÞREP

Á þessu keppnistímabili varð mikil breyting á keppnisfyrirkomulagi í 4. og 5. þrepi karla og kvenna. Keppt er á þremur þrepamótum yfir árið og eingöngu keppt að ná lágmarksstigum þreps. Þegar keppandi nær lágmarksstigum nær hann þrepinu og fær verðlaunapening fyrir og er því útskrifaður í næsta þrep fyrir ofan. Keppandi má ekki keppa aftur í sama þrepi þegar stigum hefur verið náð, en keppandi sem



nær ekki stigum mætir á næsta mót aftur í sama þrepi þar til lágmarksstigum er náð. Til að ná þrepi þarf 58 stig í 5. þrepi kvenna, 56 stig í 4. þrepi kvenna og 75 stig í þrepum karla. Sjö stúlkur náðu þrepunum sínum og einn piltur.

Þrepamót I	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Stig
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Arna Sóley Jósepsdóttir	58.325
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Stella Stefánsdóttir	58.175
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Sólný Inga Hilmarsdóttir	60.600
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Rakel Ásta Egilsdóttir	58.025
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Saga Ólafsdóttir	59.500
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Ísabella Maack Róbertsdóttir	57.350
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Katla Magnea Magnúsdóttir	58.650

4. þrep	kk	Fjölþraut	Ólafur Grétar Vilhelmsson	76.150
---------	----	-----------	---------------------------	--------

ÞREPAMÓT II – ÞREP 5.-4. ÞREP

Á þrepamóti II var keppt í 5. og 4. þrepi. Eingöngu er keppt til þess að ná þrepi. Sjö piltar náðu þrepinu sínu ásamt 21. stúlku.

Þrepamót II	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Stig
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Sara Fanný Ingimarsdóttir	59.100
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Freyja María Sveinbjörnsdóttir	59.100
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Hanna Ísabella Gísladóttir	58.325
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Rakel Líf Jónatansdóttir	58.500
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Bára Björk Jóelsdóttir	58.725
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Áróra Sif Rúnarsdóttir	58.000
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Hildur Elva Heiðarsdóttir	58.075
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Bylgja Ýr Þórarinsdóttir	58.775
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Auðbjörg Edda Guðjónsdóttir	58.525
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Hildur Ósk Úlfarsdóttir	61.050
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Katrín Lilja Birkisdóttir	58.500
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Elín Lára Jónsdóttir	60.200
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Amalía Ívarsdóttir	59.775

5. þrep	kvk	Fjölþraut	Yasmin Ísold Rósa Rodrigues	58.625
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Emilía Kaitlyn Marshall	59.100
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Margrét Dóra Ragnarsdóttir	58.350
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Matthildur Unnarsdóttir	60.700
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Hekla Tómasdóttir Albrigtsen	57.050
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Sólrún Lía Óladóttir	56.150
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Hallgerður Njálisdóttir	56.975
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Sólný Inga Hilmarsdóttir	56.425
5. þrep	kk	Fjölþraut	Snorri Mahileo Maldonado	86.750
5. þrep	kk	Fjölþraut	Kári Hjaltason	75.600
5. þrep	kk	Fjölþraut	Friðrik Pétur Ómarsson	78.750
5. þrep	kk	Fjölþraut	Ármann Andrasen	82.750
5. þrep	kk	Fjölþraut	Botond Ferenc Kováts	86.000
4. þrep	kk	Fjölþraut	Brynjar Sæberg Jóhannsson	75.900
4. þrep	kk	Fjölþraut	Daníel Theodór Glastonbury	76.00

ÞREPAMÓT – ÞREP 1. –3. ÞREP

Gerpla vann til alls fjögurra fjölþrautartitla. Þá unnu iðkendur félagsins til þriggja silfurverðlauna í fjölþraut og þriggja bronsverðlauna. Gerpluiðkendur unnu því alls til tíu verðlauna í fjölþraut. Á einstökum áhöldum unnu Gerplu iðkendur til sautján gullverðlauna, átján silfurverðlauna og ellefu bronsverðlauna.



Þrepamót	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
1. þrep 14 ára og eldri	kvk	Fjölþraut	Karen Þrastardóttir	2. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	kvk	Stökk	Selma Bjarkadóttir	2. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	kvk	Slá	Karen Þrastardóttir	2. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	kvk	Slá	Eva Elínbjört Guðjónsdóttir	3. sæti
1. þrep 14 ára og eldri	kvk	Gólf	Karen Þrastardóttir	3. sæti
2. þrep 13 ára og eldri	kvk	Stökk	Jada Birna Long Guðnadóttir	2. sæti
2. þrep 13 ára og eldri	kvk	Slá	Thelma Ósk Björgvinsdóttir	2. sæti
3. þrep 13 ára og eldri	kvk	Slá	Anja Erla Pálsdóttir	2. sæti
3. þrep 13 ára og eldri	kvk	Gólf	Ásdís Eva Andersdóttir	3. sæti
3. þrep 11 ára og yngri	kvk	Fjölþraut	Berglind Edda Birkisdóttir	3. sæti
3. þrep 11 ára og yngri	kvk	Gólf	Kristjana Ósk Ólafsdóttir	2. sæti
3. þrep 11 ára og yngri	kvk	Gólf	Lilja Guðrún Gunnarsdóttir	3. sæti
3. þrep 11 ára og yngri	kvk	Gólf	Berglind Edda Birkisdóttir	3. sæti
3. þrep 14 ára og eldri	kk	Fjölþraut	Atli Elvarsson	2. sæti
3. þrep 14 ára og eldri	kk	Fjölþraut	Arnar Máni Stefánsson	3. sæti
3. þrep 14 ára og eldri	kk	Gólf	Atli Elvarsson	1. sæti
3. þrep 14 ára og eldri	kk	Gólf	Artem Fitts	3. sæti
3. þrep 14 ára og eldri	kk	Bogahestur	Atli Elvarsson	1. sæti
3. þrep 14 ára og eldri	kk	Hringir	Atli Elvarsson	2. sæti
3. þrep 14 ára og eldri	kk	Stökk	Arnar Máni Stefánsson	2. sæti
3. þrep 14 ára og eldri	kk	Stökk	Atli Elvarsson	3. sæti
3. þrep 14 ára og eldri	kk	Tvíslá	Atli Elvarsson	1. sæti
3. þrep 14 ára og eldri	kk	Tvíslá	Arnar Máni Stefánsson	2. sæti
3. þrep 14 ára og eldri	kk	Svifrá	Atli Elvarsson	2. sæti

3. þrep 14 ára og eldri	kk	Svifrú	Arnar Máni Stefánsson	3. sæti
3. þrep 13 ára og yngri	kk	Tvíslá	Atli Freyr Ágústsson	1. sæti
3. þrep 13 ára og yngri	kk	Tvíslá	Ólafur Grétar Vilhelmsson	3. sæti

BÍKARMÓT

Gerpla var mjög sigursæl í bæði kvenna og karlaflokki á Bikarmóti FSÍ þetta árið



Meistaraflokkur kvenna 2. sæti – frjálsar æfingar KVK

Keppendur	
Thelma Aðalsteinsdóttir	Hildur Maja Guðmundsdóttir
Sunna Kristín Gísladóttir	Kristín Sara Jónsdóttir
Sunna Kristín Ríkharðsdóttir	

Meistaraflokkur karla, Gerpla 1 Bikarmeistarar – frjálsar æfingar KK

Keppendur	
Jónas Ingi Þórisson	Eyþór Örn Baldursson
Dagur Kári Ólafsson	Arnór Már Másson
Guðjón Bjarki Hildarson	

Meistaraflokkur karla Gerpla A, 2. sæti á Bikarmóti – frjálsar æfingar KK

Keppendur	
Valgarð Reinhardsson	Arnþór Daði Jónasson
Atli Snær Valgeirsson	Valdimar Matthíasson
Ágúst Ingi Davíðsson	

1. þrep kvenna –Bikarmeistarar

Keppendur	
Karen Þrastardóttir	Eva Elínbjört Guðjónsdóttir
Anna Kamilla Hlynisdóttir	Selma Bjarkadóttir
Þóra Kristín Jörundardóttir	Sara Bjarkadóttir



3.þrep karla – 3. sæti

Keppendur	
Ólafur Grétar Vilhelmsson	Atli Freyr Ágústsson
Breki Freyr Ágústsson	Atli Elvarsson
Óliver Grétar Glastonbury	Baltasar Guðmundur Baldursson



3. þrep kvenna Lið 1, 2. sæti í A-deild

Keppendur	
Berglind Edda Birkisdóttir	Lilja Guðrún Gunnarsdóttir
Elísa Margrét Gunnarsdóttir	Hekla Hákonardóttir
Kristjana Ósk Ólafsdóttir	Sól Lilja Sigurðardóttir

3. þrep kvenna Lið 2, 1. sæti í B-deild

Keppendur	
Katrín María Jónsdóttir	Ásdís Eva Andersdóttir
Arndís Magna Hálfhánsdóttir	Anja Erla Pálsdóttir
Ísabella Ösp Davíðsdóttir	Ísabella Maack Róbertsdóttir

ÍSLANDSMÓT Í ÞREPUM

Var felld niður vegna COVID-19

ÍSLANDSMÓT Í ÞREPUM – SPECIAL OLYMPICS

Var felld niður vegna COVID-19

ÍSLANDSMÓT

Var felld niður vegna COVID-19

ÞREPAMÓT III – ÞREP 5.-4. ÞREP

Var felld niður vegna COVID-19

GK MEISTARAMÓT

Var felld niður vegna COVID-19

HÓPFIMLEIKAR INNANLANDS

Iðkendur félagsins tóku þátt á fjölda móta á keppnistímabilinu og er listinn hér að neðan ekki tæmandi:

HAUSTMÓT STÖKKFIMI

Gerpla sendi 6 lið til keppni á mótinu, liðin stóðu sig virkilega vel og nældu sér í 3 gull og 3 bronsverðlaun.

Haustrmót í Stökkfimi	Flokkur	Keppnisgrein	Sæti
Gerpla 4	B eldri	Stökkfimi	3. sæti
Gerpla 1	A yngri	Stökkfimi	1. sæti

Gerpla 2	A yngri	Stökkfimi	3. sæti
Gerpla KK eldri B	B eldri	Stökkfimi	3. sæti
Gerpla kk eldri A	A eldri	Stökkfimi	1. sæti

HAUSTMÓT I – 3. OG 4. FLOKKUR

Á haustmótinu voru það yngri iðkendur Gerplu sem létu ljós sitt skína, keppt var í 4. – og 3. flokki. Mótið fór fram í Stjörnunni Garðabæ. Gerpla sendi 6 lið til keppni og uppskáru silfurverðlaun í 3. flokki með lið 1 og silfurverðlaun í 4. flokki með lið 1.

3. flokkur 1	4. flokkur 1
Emma Leifsdóttir	Apríl Björk Þórisdóttir
Salka Hjaltadóttir	Birna Rut Guðmundsdóttir
Lilja Þórdís Guðjónsdóttir	Bryndís Lára Guðjónsdóttir
Maja Kornelia Cur	Elína Narisa Hafþórsdóttir
Særún Georgsdóttir	Guðrún Rut Ófeigsdóttir
Diljá Dís Sigtryggisdóttir	Karen Erla Atladóttir
Gerður Lind Sverrisdóttir	Kristín Elka Svansdóttir
Hjördís Björg Bragadóttir	Lea Björt Axelsdóttir
Sara María Tandradóttir	Rakel Heba Gísladóttir
Svala Sæmundsen	Rakel Ósk Arnórsdóttir
Karen Lea Jensdóttir	Sigrún Elsa Ólafsdóttir
Kamilla Mía Briem	Sóley Magnúsdóttir

HAUSTMÓT II – 1. OG 2. FLOKKUR OG KKY/KKE

Haustmót II var haldið af UMFS á Selfossi, þar sem 1. flokkur, 2. flokkur, meistaraflokkur B, KKy og KKe tóku þátt. Gerpla sendi fjögur lið til keppni, tvö lið í 2. flokk, eitt lið í 1. flokki B og eitt lið í KKy. Gerpla átti sigurvegara í öllum þeim flokkum sem við kepptum í. 2. flokkur lið 1, 1. flokkur B og KKy fóru öll heim með gullverðlaun um hálsin.

KKy
Anthony Sævar Jones
Arnar Ingi Eypórsson
Arnpór Hugi Snorrason
Atli Fannar Hlynsson
Birgir Hólm Þorsteinsson
Dagur Hinriksson
Elmar Ingi Hreggviðsson
Freyr Guðnason
Hafþór Orri Arnarsson
Kristinn Stefánsson

2. flokkur 1	1. flokkur B
Vigdís Helga Atladóttir	Bryndís Guðnadóttir
Tinna Dögg Sigurðardóttir	Hrafnhildur Kjartansdóttir
Guðrún Jónsdóttir	Helga María Hjaltadóttir
Emma Kjartansdóttir	Unnur Eva Hlynisdóttir
Aldís Inga Hrannarsdóttir	Dagný Lind Hreggviðsdóttir
Guðrún Anna Ingvarsdóttir	Emma Sól Jónsdóttir
Kolfinna Georgsdóttir	Jóna Katrín Björnsdóttir Bender
Katrín Sara Harðardóttir	Sigríður Embla Jóhannsdóttir
Nadía Hafþórsdóttir	
Hrafnhildur T. Brynjólfsson	
Sóley Jóhannesdóttir	
Sigrún Tinna Atladóttir	

GK-MÓT Í HÓPFIMLEIKUM

Er fyrsta mót vetrarins í fullorðinsflokki og 1. flokki. Gerpla varð í 2. sæti í meistaraflokki kvenna. Gerpla kom sá og sigraði í 1. flokki kvenna.

Meistaraflokkur kvenna	1.flokkur
Andrea Hansen	Bryndís Guðnadóttir
Agnes Suto-Tuuha	Dagný Lind Hreggviðsdóttir
Birta Ósk Þórðardóttir	Guðrún Edda Sigurðardóttir
Edda Berglind Björnsdóttir	Helga Sonja Matthíasdóttir
Hanna María Sigurðardóttir	Helga María Hjaltadóttir
Inga Sigurðardóttir	Hrafnhildur Kjartansdóttir
Karitas Inga Jónsdóttir	Hrafnhildur Kjartansdóttir
Kolbrún Júlía Guðfinnsd Newman	Jóna Katrín Björnsdóttir Bender
Margrét María Ívarsdóttir	Klara Margrét Ívarsdóttir
Rebekka Rut Stefánsdóttir	Linda Björk Arnarsdóttir
	Sigríður Embla Jóhannsdóttir
	Telma Rut Sæþórsdóttir
	Unnur Eva Hlynisdóttir

BÍKARMÓT Í TEAMGYM

Bikarmótið í TeamGym fór fram í stjórnunni og var það síðasta mót vetrarins hjá hópfirmleikunum vegna heimsfaraldurs COVID-19. Keppt var í meistaraflokki, 1. flokki, 1. flokki B, 2. flokki og Kkeldri og yngri. Gerpla átti 7 lið á mótinu. Gerpla varð bikarmeistarar í 1. flokki kvenna með yfirburðum og náðu stúlkurnar að vinna sér inn keppnisrétt á Norðurlandamót unglunga sem fram átti að fara í apríl. Gerpla varð einnig bikarmeistari í Meistaraflokki karla. Gerpla vann líka til verðlauna í



2. flokki þar sem lið 1 varð í 3. sæti, kk-eldri strákarnir fengu einnig bronsverðlaun og yngri strákarnir náðu í silfurverðlaun á mótinu. Stúlkurnar í meistaraflokknum okkar urðu í 2. sæti.

1. flokkur
Bryndís Guðnadóttir
Dagný Lind Hreggviðsdóttir
Guðrún Edda Sigurðardóttir
Helga Sonja Matthíasdóttir
Helga María Hjaltadóttir
Hrafnhildur Kjartansdóttir
Jóna Katrín Björnsdóttir Bender
Klara Margrét Ívarsdóttir
Linda Björk Arnarsdóttir
Sigríður Embla Jóhannsdóttir
Telma Rut Sæþórsdóttir
Unnur Eva Hlynisdóttir

Meistaraflokkur karla	
Ásmundur Óskar Ásmundsson	Adam Bhærenz Björgvinsson
Patrik Emil Hellberg	Einar Karelsson
Magnús Óli Sigurðarson	Erik ludwik Alexander Höglund
Viktor Elí Tryggvason	Stefán Þór Friðriksson

BIKARMÓT UNGLINGA

Var felld niður vegna COVID-19

ÍSLANDSMÓT Í TEAMGYM

Var frestað vegna COVID-19.

ÍSLANDSMÓT UNGLINGA Í HÓPFIMLEIKUM

Var felld niður vegna COVID-19.

ÍSLANDSMÓT Í STÖKKFIMI

Var felld niður vegna COVID-19.

GK DEILDARMEISTARAMÓT FSÍ

Var felld niður vegna COVID-19.

ÁHALDAFIMLEIKAR ERLENDIS

NORÐUR EVRÓPUMÓT

Evrópumótið í áhaldafimleikum var haldið í septembermánuði á Íslandi, Gerpla lánaði Fimleikasambandi Íslands aðstöðu sína í versöllum til mótahalds. Gerpla átti fimm keppendur í landsliðum Íslands á mótinu, Valgarð Reinhardsson, Arnþór Daði Jónasson, Guðjón Bjarki Hildarson, Martin Bjarni Guðmundsson og Sonja Margrét Ólafsdóttir.



Valgarð Reinhardsson

Norðu Evrópumót	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
Fjálsar æfingar	kk	Bogahestur - úrslit	Arnþór Daði Jónasson	7.sæti
Fjálsar æfingar	kk	Fjölþraut	Valgarð Reinhardsson	5. sæti
Fjálsar æfingar	kk	Bogahestur - úrslit	Valgarð Reinhardsson	6. sæti
Fjálsar æfingar	kk	Hringir - úrslit	Valgarð Reinhardsson	4. sæti
Fjálsar æfingar	kk	Tvíslá - úrslit	Valgarð Reinhardsson	5. sæti
Fjálsar æfingar	kk	Svifrá - úrslit	Valgarð Reinhardsson	3.sæti

BJÖRK INTERNATIONAL

Fyrsta sinn sem Björk heldur alþjóðlegt mót fyrir unglingaflokk og stúlknaflokk. Gerpla sendi fjóra keppendur á mótið og stóðu þær sig mjög vel.



Björk International	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
Fjálsar æfingar	Unglingaflokkur	Fjölþraut	Hildur Maja Guðmundsdóttir	3.sæti
Fjálsar æfingar	Unglingaflokkur	Stökk – úrslit	Hildur Maja Guðmundsdóttir	1.sæti
Fjálsar æfingar	Unglingaflokkur	Tvíslá – úrslit	Hildur Maja Guðmundsdóttir	3. sæti
Fjálsar æfingar	Unglingaflokkur	Slá – úrslit	Hildur Maja Guðmundsdóttir	3. sæti
Fjálsar æfingar	Unglingaflokkur	Gólf – úrslit	Hildur Maja Guðmundsdóttir	2. sæti

HEIMSMEISTARAMÓT – STUTTGART

Gerpla átti tvo fulltrúa á Heimsmeistaramótinu í Stuttgart nú í október þá Valgarð Reinhardsson og Martin Bjarna Guðmundsson. Var Martin að keppa á sínu fyrsta móti í fullorðinsflokki og á framtíðina fyrir sér.

ELITE-GYM MASSILIA

Stúlkur úr úrvalshópum kvenna og unglinga fóru á alþjóðlegt boðsmót í Frakklandi í nóvember. Gerplustúlkurnar Hera Lind Gunnarsdóttir, Hildur Maja Guðmundsdóttir og Dagný Björt Axelsdóttir kepptu með unglingalandsliðinu í tveimur liðum. Keppt er á podium á þessu móti eins og á stóru alþjóðlegu mótunum og er þetta mikil upplifun og reynsla sem fylgir því að keppa á svona flottu móti.



EVROPUMÓT Í ÁHALDAFIMLEIKUM

Var frestað vegna COVID-19

BERLIN CUP

Var felld niður vegna COVID-19

NORÐURLANDAMÓT UNGLINGA OG FULLORÐINNA

Var felld niður vegna COVID-19

HÓPFIMLEIKAR ERLENDIS

NORÐURLANDAMÓT Í HÓPFIMLEIKUM

Norðurlandamótið í hópímleikum var haldið í nóvembermánuði í Drammen, Noregi. Gerpla vann sér inn keppnisrétt fyrir tvö lið á mótinu á vorönninni. Allt sumarið fór í undirbúning fyrir mótið. Gerpla keppti með Blandað lið fullorðinna sem endaði í 5.sæti og einnig kvennalið sem endaði í 6.sæti. Liðin stóðu sig vel á mótinu og koma reynslunni ríkari heim.

Fulltrúar Gerplu í kvennaflokk og blönduðu liði



Kvennalið Gerplu	Blandað lið Gerplu
Karitas Inga Jónsdóttir	Ásmundur Óskar Ásmundsson
Andrea Hansen	Eysteinn Máni Oddson
Margrét María Ívarsdóttir	Guðmundur Kári Þorgrímsson
Edda Berglind Björnsdóttir	Adam Bhærenz Björgvinsson
Ásta Hind Ómarsdóttir	Alexander Sigurðsson
Agnes Suto-Tuuha	Einar Karelsson
Berglind Ósk Guðmundsdóttir	Kolbrún Júlía Newman
Sól Sæmundsen	Birta Ósk Þórðardóttir
Helga María Hjaltadóttir	Inga Sigurðardóttir
Adela Björt Birkisdóttir	Rebekka Rut Stefánsdóttir
Belinda Sól Ólafsdóttir	Sveinbjörg Kristjánsdóttir
Mía Vikotrsdóttir	Karitas Inga Jónsdóttir



Meistaraflokkur kvenna á norðurlandamóti 2019

NORÐURLANDAMÓT UNGLINGA Í HÓPFIMLEIKUM

Var felld niður vegna COVID-19.

Eftir því sem félagið verður stærra og umfangsmeira í allri starfssemi þá eru samskipti og samstarf starfsmanna mikilvægara. Deildarstjórar hittust reglulega á teymisfundum með framkvæmdastjóra en einnig voru deildarstjórar með smærri fundi með þjálfurum innan sinnar deildar. Vinnuáðstöðu deildarstjóra var breytt og kjör starfsmanna fylgja launahækkunum á almennum markaði starfsárið 2019-2020. Starfsmannahópurinn fór saman á jólahlaðborð en óvissuferð starfsmanna að vori var frestað vegna Covid-19. Haldið var áfram með sænsku hefðina að halda pönnukökukaffi á hverjum þriðjudagsmorgni en það datt svo upp fyrir í Covid. Allt eru þetta liðir í að efla starfsmannahópinn ná að kynnast betur þar sem bakgrunnur starfsmanna er mjög mismunandi. Þessir viðburðir lukkuðust vel og eru þeir komnir til að vera. Starfsmenn voru einnig duglegir að hittast og gera sitthvað skemmtilegt saman.

Hér á eftir kemur upptalning á starfsmönnum Gerplu 2019-2020:

Framkvæmdastjóri	Olga Bjarnadóttir
Fjármálastjóri	Hildur Gottskálksdóttir
Deildarstjóri áhaldafimleikadeild kk	Axel Ólafur Þórhannesson
Deildarstjóri áhaldafimleikadeild kvk	Auður Ólafsdóttir
Deildarstjóri í hóp fimleikadeild	Kristinn Þór Guðlaugsson
Deildarstjóri almenn deild	Rakel Másdóttir
Deildarstjóri fimleikadeild kvk	Sif Pálsdóttir
Deildarstjóri fimleikadeild kk	Ragnar Magnús Þorsteinsson
Markaðsmál	Sara Rut Ágústsdóttir
Þjónustustjóri	Auður Ólafsdóttir
Baðvarsla og afgreiðsla	Husamettin Kaymaz
Baðvarsla og afgreiðsla	Umit Camas
Baðvarsla og afgreiðsla	Guðbjörg Marta Björgvinsdóttir

Starfsmenn Gerplu 2019-2020

Adam Bæhrenz Björgvinsson	Eysteinn Máni Oddsson	Katalin Maria Ujzigei	Sara Rut Ágústsdóttir
Alexandra Sigurdórsdóttir	Eyrún Inga Sigurðardóttir	Katrín Sara Harðardóttir	Sif Pálsdóttir
Andrea Ferenc Kováts	Eyrún Magnúsdóttir	Kolfinna Georgsdóttir	Sigríður Embla Jóhannsdóttir
Andrea Hansen	Ferenc Kováts	Konráð Elí Sigurgeirsson	Sigrún Björk Baldursdóttir
Andrea Ingibjörg Orradóttir	Grímur Núi Guðjónsson	Krista Bríet Ólafsdóttir	Sigrún Dís Tryggvadóttir
Andri Fannar Hreggviðsson	Guðbjörg Marta Björgvinsdóttir	Kristinn Þór Guðlaugsson	Sigrún Hulda Stefánsdóttir
Andri Ísak Bragason	Guðjón Kristinn Ólafsson	Kristín Sara Jónsdóttir	Sigrún Tinna Atladóttir
Artem Fitts	Guðrún Anna Ingvarsdóttir	Lajos Kiss	Sigurður Ari Snæbjörnsson
Atli Baldur Atlason	Guðrún Jónsdóttir	Lilja Árnadóttir	Sigurður Hrafn Pétursson
Auður Ólafsdóttir	Guðrún Edda Sigurðardóttir	Linda Björk Árnadóttir	Sindri Viborg
Ásdís Eva Andersdóttir	Guðrún Sveinbjörnsdóttir	Linda Björk Arnarsdóttir	Sonja Eva Sigurbjörnsdóttir
Bára Björt Stefánsdóttir	Gunnhildur Hekla Gunnarsdóttir	Magnea Mjöll Ingimarsdóttir	Sonja Margrét Ólafsdóttir
Benjamín Fanndal Sturluson	Gylfi Guðnason	Magnús Orri Arnarson	Sóley Jóhannesdóttir
Berglind Ósk Guðmundsdóttir	Heiðrún Arna Vignisdóttir	Magnús Óli Sigurðsson	Sólveig Arnarsdóttir
Birgir Valur Birgisson	Hekla Kristín Lund	Margrét Jónsdóttir	Sólveig Rut Þórarinsdóttir
Birgitta Rún Guðmundsdóttir	Helga María Hjaltadóttir	Margrét María Ívarsdóttir	Stefán Þór Friðriksson
Bjarki Rúnar Sigurðsson	Helga Sonja Matthíasdóttir	María Arnardóttir	Stefán Steinar Ólafsson
Björk Guðmundsdóttir	Herdís Ýr Þórhallsdóttir	María Jónsdóttir	Steinunn B Gunnlaugsdóttir
Björk Varðardóttir	Hildur Gottskálksdóttir	María Líf Flosadóttir	Sunna Kristín Ríkarsdóttir
Bryndís Guðnadóttir	Hildur Ylfa Eypórsdóttir	Máni Sverrisson	Sunneva Aylish Marshall
Brynjar Karl Guðmundsson	Hilmar Birgir Haraldsson	Mohammad Ramezanpour	Sylvía Eik Sigtryggsdóttir
Dagný Björt Axelsdóttir	Hjördís Lilja Birgisdóttir	Mykola Vovk	Telma Rut Hilmarisdóttir
Dagný Lind Hreggviðsdóttir	Hrafnhildur Emilía Helgadóttir	Nima Mazidi	Telma Rut Sæþórsdóttir
Dagur Kári Ólafsson	Hrafnhildur Kjartansdóttir	Nína Þöll Birkisdóttir	Thelma Aðalsteinsdóttir
Dagur Óli Sigurðsson	Hrafnhildur T. Brynjólfsdóttir	Norma Dögg Róbertsdóttir	Thelma Ósk Björgvinsdóttir
Daniella Perla Belányi	Hrefna Kristín Sigurjónsdóttir	Óliver Grétar Glastonbury	Thelma Rós Héðinsdóttir
Edda Sigríður Sigfinnsdóttir	Husamettin Kaymaz	Patrik Dagur Sigurðsson	Tinna Dögg Sigurðardóttir
Egill Ýmir Rúnarsson	Ingibjörg L Guðmundsdóttir	Patrik Emil Hellberg	Umit Camas
Elín Rósa Sæbjörnsdóttir	Ingibjörg Þóra Þórarinsdóttir	Ragnar Magnús Þorsteinsson	Valdimar Matthíasson
Elísa María Jónsdóttir	Ingvar Ágúst Jochumsson	Ragnheiður Elín Guðjónsdóttir	Valgarð Reinhardsson
Elliot Tilman Helms	Ísabella Ösp Davíðsdóttir	Rakel Másdóttir	Valgerður Sigfinnsdóttir
Elva Björg Gunnarsdóttir	Ísabella Sól Sigurðardóttir	Rebekka Rut Stefánsdóttir	Vigdís Helga Atladóttir
Emilía Rún Guðnadóttir	Julia Maria Rumbutis	Róbert Kristmannsson	Viktor Kristmannsson
Erna Sif Beck	Kalle Erik Linus Edström	Runólfur Vigfússon	Yrsa Ívarsdóttir
Eva Elínbjört Guðjónsdóttir	Karen Ólafsdóttir	Sandra Sif Guðbrandsdóttir	Þorgeir Ívarsson
Eva Halldórsdóttir	Karen Þrastardóttir	Sara Khosravi	Þóra Kristín Jörundardóttir
Eva Hrunn Gunnarsdóttir	Karitas Inga Jónsdóttir	Sara Líf Sigurðardóttir	Þórdís Eva Harðardóttir
Eydís Dúna Hjaltadóttir			

Við þökkum öllu okkar frábæra starfsfólki fyrir vel unnin störf.