



Gerplutíðindi

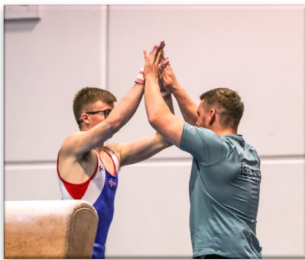
- NÓVEMBER 2021 -



TVÖFALDUR NORÐURLANDAMEISTARI

Dagur Kári Ólafsson varð **tvöfaldur Norðurlandameistari** á Norðurlandamóti unglinga sem fram fór laugardaginn 30. október. Mótið var frábrugðið hefðbundnum Norðurlandamótum þar sem um netmót var að ræða en keppendur tóku þátt hvert í sínu landi og voru dómarar frá hverju landi samankomnir og dæmdu mótið í rauntíma af skjá. Allt í senn var keppt í liðakeppni, fjölþraut og á einstökum áhöldum á sama tíma.

Dagur Kári gerði sér lítið fyrir og sigraði bogahest og svifrú og varð í þriðja sæti í fjölþraut. Íslenska drengjaliðið varð svo í 2. sæti í liðakeppni.



Skemmtilegt frá því að segja en landsliðspjálfarinn **Róbert Kristmannsson** var einmitt Norðurlandameistari unglinga á bogahesti **árið 2005** og bróðir hans **Viktor Kristmannsson** og þjálfari Dags Kára varð einnig Norðurlandameistari unglinga á bogahesti **árið 2000**.

Dagný Björt Axelsdóttir keppti með landsliðinu í stúlknaflokki á Norðurlandamóti unglinga og stóð sig vel. Hún náði að bæta sitt persónulega skor í fjölþraut og keyrði falllaust mót. Hún endaði í **9.sæti** af 20 keppendum og **var önnur Íslensku stelpnanna**. Stúlknaliðið varð í 4.sæti rétt á eftir Sænska liðinu.

Dagný Björt hélt áfram að standa sig vel og keppti með landsliðinu á **Gymnova Cup í Belgíu**. Hún átti aftur mjög flott mót og náði í mikilvæga reynslu sem mun nýtast henni vel en þetta var síðasta landsliðsverkefnið hennar í unglingaflokki og **tekur keppni í fullorðinsflokki við um áramótin**.





ELITE GYM MASSILIA



Elite Gym Massilia er alþjóðlegt mót sem er haldið í **Frakklandi** ár hvert. Ungu stelpurnar okkar í meistaraflokki í áhaldafimleikum tóku þátt á sínu fyrsta alþjóðlega móti. Þær stóðu sig mjög vel og var mótið **mikil upplifun** þar sem keppt var á podium og umgjörðin hin glæsilegasta. Þær komu heim reynslunni ríkari staðráðnar í að keppa aftur á erlendri grundu.



Garpamót Gerplu er innanfélagsmót barna í grunn- og framhaldshópum. Þau sýna 8. þrep og allt uppí 6. þrep og uppskera viðurkenningu að launum.

Þetta er gott tækifæri fyrir þau að æfa sig að koma fram og gaman fyrir foreldrana að sjá hvað þau hafa verið að æfa. Í ár tóku um 400 börn þátt bæði stelpur og strákar og var mætingin framar vonum þrátt fyrir Covid ástandið í samfélaginu.

Við óskum iðkendum til hamingju með flott mót og hlökkum til að fylgjast með þeim dafna í fimleikunum í framtíðinni.

Garpamótið er haldið einu sinni á önn en næst verður það á vormánuðum!



ALLT FYR FIMLEIKANA

HVERSLUN



MIKID ÚRVAL AF GK FIMLEIKAFATNAÐI, FYLGIHLUTUM OG FIMLEIKAÁHÖLDUM

Opnunartími 11:00-18:00 alla virka daga



NORÐUR EVRÓPUMÓTIÐ Í ÁHALDAFIMLEIKUM



Gerplufólk í landsliðum Íslands í áhaldafimleikum stóð sig vel á Norður Evrópumóti í Wales en mótið var haldið 13. og 14. nóvember. **Jónas Ingi Þórisson** náði bestum árangri íslensku keppendanna en hann vann sig inn í úrslit á þremur áhöldum. Hann gerði sér lítið fyrir og **vann brons** í æfingum á gólfi. Hann endaði svo í 6. sæti á stökki og 7. sæti á svifrú.

Valgarð Reinhardsson komst í úrslit á tvíslá og var hæstur í fjölþrautinni af Íslensku strákunum, var við sitt besta og skoraði 77,1 stig og var jafn í 9. sæti af 57 keppendum frá tíu þjóðum. Hann **endaði í 4. sæti** á tvíslá og rétt missti af 3. sætinu.

Martin Bjarni Guðmundsson endaði 31. sæti í fjölþrautinni eftir stór mistök á tvíslá en komst í úrslit á svifrú og endaði í 6. sæti.

Dagur Kári Ólafsson varð í 25. sæti í fjölþraut en þetta var **fyrsta mótið** sem hann keppir í fullorðinsflokki. Hann átti góðan séns á úrslitum og verðlaunum á bogahesti enda með keppnisseríu í miklum gæðafokki en hann datt í undanúrslitum og komst því ekki áfram í úrslitin. Hann tekur það með sér í reynslubankann enda rétt að byrja.

Hildur Maja Guðmundsdóttir keppti vel á sínu fyrsta Norður Evrópumóti og endaði í 18. sæti af 45 keppendum með 46,350 stig en það er **hennar besta skor** á tímabilinu. Hún var alveg við úrslit á bæði jafnvægisslá og gólfæfingum og var fyrsti varamaður inná bæði áhöldin.

Kristín Sara Jónsdóttir var einnig að keppa á sínu **fyrsta Norður**

Evrópumóti og stóð sig vel. Hún endaði í 30. sæti í fjölþraut.

Reynslukonan **Agnes Suto tók bolinn fram að nýju** og keppti á þremur áhöldum til að hjálpa í liðakeppninni. Hún var glæsileg að vanda en var ekki nálægt úrslitum að þessu sinni.



Íslensku liðin enduðu **bæði í 5. sæti** í liðakeppninni og eru staðráðin í að láta til sín taka á Norður Evrópumótinu að ári en þá mun mótið fara fram í Finnlandi.

Mótið gekk vel og var skemmtileg stemmning í höllinni. Með í för voru þjálfararnir **Róbert og Viktor Kristmannssynir, Davíð Ingason og Auður Ólafsdóttir** (deildarstjóri) sinntu dómastörfum.





STRÁKARNIR ERU GEGGJAÐIR!

Stutt viðtal við Róbert Kristmannsson þjálfara meistaraflokks Gerplu í áhaldafimleikum karla

Hvernig var árið 2021 hjá strákunum?



„Árið var gott, strákarnir fóru stigvaxandi með árinu. Jónas að stíga sín fyrstu skref í fullorðinsflokki og Martin Bjarni að koma til baka eftir meiðsli. Valli var í geggjuðu formi en var óheppinn að meiðast á Evrópumótinu, og var það mjög leiðinlegt þar sem við ætluðum í fjölþrautarúrslit.“

Strákarnir skelltu sér svo á Heimsmeistaramótið í Japan með allar sérkröfur, nýjar æfingar og milli þeirra var bara 1 fall á mótinu, mjög flott hjá þeim

Norður Evrópumótið gekk mjög vel. Við stefndum á pall í liðakeppninni en þurftum því miður að telja þrjú föll á mótinu. Við erum samt **búnir að bæta heildareinkunn liðsins** mikið en maður verður að vera þolinmóður þar sem góðir hlutir gerast hægt í þessu sporti. Við unnum okkur inn fullt af sætum í úrslitum og náði Jónas besta árangrinum þar og **fékk brons á gólfi**. Valli var einnig mjög nálægt verðlaunasæti á tvíslá.“

Hvað er planið fyrir næsta keppnistímabil?

„Við þurfum að bæta við okkur svona þrem til fjórum heilum í viðbót til að vera í **topp 23 bestu** í Evrópu. Það er okkar markmið og erum við að vinna í því að **bæta inn erfiðleika og hækka framkvæmdareinkunn**.“

Strákarnir eru geggjaðir, mjög duglegir og metnaðarfullir. Við erum búnir að bæta nokkrum tímum við æfingatímann þeirra, byrjuðum að æfa fyrr á daginn, þeir eru orkumeiri og er það að skila miklu.

Komandi tímabil er í vinnslu, það er mjög seint keppnistímabilið og ekki mót fyrr en í maí hér á Íslandi en **nokkur heimsbikarmót** og svoleiðis framundan. Við fáum svolítinn tíma núna að vinna í nýjum æfingum og svo þarf að fá smá reynslu á **nýju dómarareglurnar** sem eru að koma út eftir áramót. Það eru miklar breytingar og þarf að aðlagast sér og keppa í nýju reglunum til að undirbúa sig fyrir stórmótin.“





Prepamót I fór fram helgina 6.-7. nóvember. Var þetta fyrsta mót vetrarins sem haldið var á vegum Fimleikasambands Íslands og jafnframt fyrsta mótið þar sem keppt var eftir nýjum fimleikastiga. Keppt var í 4. og 5. Prepi hjá stúlkum og drengjum. Mótið var haldið í Björk og var virkilega vel heppnað. Keppendur Gerplu stóðu sig virkilega vel á mótinu og sáust miklar framfarir hjá okkar keppendum.

Eftirfarandi keppendur náðu sínu þrepi

4. þrep kvk Amalía Ívarsdóttir, Ásthildur Nína Guðmundsdóttir, Bylgja Ýr Þórarinsdóttir, Emelía Björk Stefánsdóttir og Rakel Brynja Guðmundsdóttir

4. þrep kk Tómas Andri Þorgeirsson

Haustmótið í áhaldafimleikum fór fram 20.-21.nóvember í umsjón Fjölnis. Keppt var í frjálsum æfingum og 1.-3. þrepi Fimleikastigans bæði í karla og kvennaflokki. Gerpla átti fjöldan allan af keppendum á mótinu og var ótrúlega gaman að fylgjast með þeim, margir að ljúka við langt og strangt keppnistímabil á meðan aðrir voru að keppa á sínu fyrsta móti á haustönn. Hlutarnir voru fámennir vegna takmarkanna og aðeins einn áhorfandi mátti fylgja hverjum keppanda.

Eftirfarandi einstaklingar komust á verðlaunapall í fjölþraut.

Atli Snær Valgerisson 1. sæti, frjálsar æfingar karlaflokkur

Kári Pálmason 1. sæti, 1. þrep

Atli Elvarsson 1. sæti, 2. þrep

Baltasar Guðmundur Baldursson 2. sæti, 2. þrep

Botond Ferenc Kovács 3. sæti, 2. þrep

Ármann Andrasen 1. sæti, 3. þrep



Agnes Suto 1. sæti, **Kristín Sara Jónsdóttir** 2. sæti, frjálsar æfingar í kvennaflokki

Dagný Björt Axelsdóttir 2. sæti, frjálsar æfingar í unglingaflokki

Kristjana Ósk Ólafsdóttir 1. sæti, **Berglind Edda**

Birkisdóttir 2. sæti, **Sól Lilja Sigurðardóttir** 3. sæti, frjálsar æfingar í stúlknafllokki

Hekla Tomasdóttir Albrigtsen 2. sæti, 3. þrep 12 ára



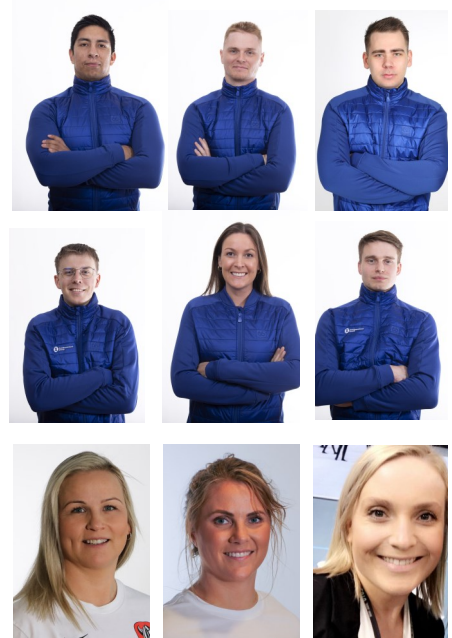


Evrópumótið í hópfirmleikum fer fram í Portugal dagana 1.-5. desember. Gerpla á fjölmarga iðkendur í landsliðum Íslands í kvennaliði, stúlknaliði og blönduðu liði unglunga eða alls 12 keppendur.

Þjálfarar Gerplu spila stórt hlutverk á mótinu sem landsliðspjálfarar en alls eru sex þjálfarar frá Gerplu í landsliðspjálfarahlutverki á mótinu.

Þá eru þær Íris Svavarsdóttir, Yrsa Ívarsdóttir og Olga Bjarnadóttir dómara á mótinu en þær eru einnig allar úr Gerplu.

Undanúrslit fara fram miðvikudaginn 1. desember í unglingaflokki og 2. desember í kvennaflokki en úrslitakeppnin verður svo föstudaginn 3. desember og 4. desember. Við erum bjartsýn á frábæran árangur enda búið að leggja inn mikla vinnu í liðunum og okkar besta fólki teflt fram. Fjöldi stuðningsmanna eru á leiðinni út til að horfa á og hvetja liðin til dádá og má búast við skemmtilegri stemmningu á pöllunum í Portúgal. Fylgist með á samfélagsmiðlum.



Áfram Ísland!





7. janúar föstudagur

SÝNING 1 kl 17:00

SÝNING 2 kl 19:15

8. janúar laugardagur

SÝNING 3 kl 10:00

SÝNING 4 kl 12:30

SÝNING 5 kl 15:30



MIÐASALA
HEFST 10. DES
Á TIX.IS

Afmælistýning Gerplu

Gerpla varð **50 ára** í apríl síðastliðnum en ekki hefur enn náðst að fagna áfanganum að neinu ráði en fyrirhuguð afmælistýning var blásin af í vor vegna Covid-takmarkana. Núna erum við staðráðin í að halda Afmælistýningu Gerplu og hafa **föstudagurinn 7. janúar og laugardagurinn 8. janúar á nýju ári** orðið fyrir valinu. Alls verða fimm sýningar á þessum tveimur dögum og erum við virkilega farin að hlakka til. Þema sýningarinnar verður **saga Gerplu í 50 ár**. Æfingar eru hafnar í einhverjum hópum og mun undirbúningur ná hámarki núna í desember. Salurinn verður svo uppsettur á milli jóla og nýárs og generalprufur verða fyrstu vikuna í janúar. Við gerum ráð fyrir að iðkendur haustannar taki þátt í afmælistýningunni. **Miðasala hefst 10. desember kl. 10 og mun hún fara fram á TIX.is**



FORELDRARÁÐ GERPLU

GERPLA ÓSKAR EFTIR FÓLKI Í FORELDRARÁÐ GERPLU
FORELDRARÁÐ GERPLU SÉR UM SKIPULAGNINGU Á HINUM ÝMSU VIÐBURÐUM
Á VEGUM GERPLU EINS OG FRÆÐSLU FYRIR IÐKENDUR OG FORELDRA,
JÓLASKEMMTUN OG ANNAD TILFALLANDI!

NÁNARI UPPLÝSINGAR

GERPLUFORELDRARAD@GMAIL.COM EÐA HALLDORASG@GMAIL.COM



PARKOURDJAMM



Parkourdeildin hjá okkur blómstrar sem aldrei fyrr. Meirihluti iðkenda í parkour eru drengir en það eru líka nokkrar stúlkur í hópunum. Æfingar fara eingöngu fram í Vatnsenda og er gaman að sjá hópunum fara jafnt og þétt fram í æfingum. Parkour er mjög góð líkamsrækt í góðum félagsskap og öruggu umhverfi. Við reynum að finna verkefni fyrir iðkendur okkar og er parkourdjamm eitt af þeim verkefnum.

Gerpla mun halda Parkourdjamm Gerplu 4. desember í Vatnsenda og er það árlegur viðburður fyrir parkour iðkendur á Íslandi. Parkour þjálfarar Gerplu munu stjórna upphitun og stöðvum og opna síðan á frjálsar æfingar í salnum. Í lok tímans verða léttar teygjur og öllum þátttakendum **boðið upp á pizzu og svaladrykk**. Vegna samkomutakmarkana eru fá pláss í boði og verða allir þátttakendur að skrá sig á viðburðinn í gegnum sportabler.

**Við hlökkum til að taka á móti áhugasömum
parkour iðkendum 4. desember í Gerplu!**

bpro



ALLTÍ JÓLAÞAKKANN



GERPLUBÚÐIN Í VERSÖLUM