

# ÁRSSKÝRSLA 2022

Starfstímabil 1. júní 2021- 31. maí 2022

Lögð fram á aðalfundi félagsins 5.október 2022

## ÍPRÓTTAFÉLAGIÐ GERPLA



## EFNISYFIRLIT

Stjórn 2021-2022 .....	4
Almennt .....	5
Starfssemi félagsins .....	7
Áhaldadeild kvenna .....	7
Áhaldadeild karla .....	9
Hópfimleikar kvenna .....	13
Hópfimleikadeild karla .....	18
Fimleikadeild karla og kvenna .....	19
Almenn deild .....	20
Samstarf við leikskóla og grunnskóla .....	22
Samstarfsverkefni Breiðabliks, Gerplu og HK .....	22
Gerpla 50 ára .....	23
Samstarf við Sportablar .....	25
Biðlisti og fimleikasalurinn .....	25
SÍK .....	26
Aðbúnaður og áhöld .....	26
Foreldraráð .....	26
Vorsýning .....	27
Uppskeruhátíð Gerplu .....	27
Uppskeruhátíð ÍTK .....	30

Eurogym sumar 2022.....	30
Mót, viðburðir og árangur .....	31
Starfsmannamál.....	51

## STJÓRN 2021-2022



Ragnheiður M. Ólafsdóttir  
Formaður



Marta Kristín Sigurjónsdóttir  
Varaformaður



Davíð Stefán Guðmundsson  
Meðstjórnandi



Hanný Ösp Pétursdóttir  
Meðstjórnandi



Hreggviður Símonarson  
Meðstjórnandi



Hjalti Ragnar Eiríksson  
Ritari



Sif Pálsdóttir  
Meðstjórnandi



Olga Bjarnadóttir  
Framkvæmdastjóri



Hildur Gottskálksdóttir  
Fjármálastjóri

Á tímabilinu voru 10 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, Hjalti Ragnar Eiríksson, ritari, Hanný Ösp Pétursdóttir, Davíð Stefán Guðmundsson, Sif Pálsdóttir og Hreggviður Símonarson meðstjórnendur.

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

Íþróttafélagið Gerpla átti mjög farsælt starfsár 2021-2022. Starfssemin er senn að taka við sér eftir tvö löng og ströng Covid tímabil en það má með sanni segja að heimsfaraldurinn hafi sett sterkan svip á ákveðna þætti starfsins. Mest áberandi var þó þátttaka foreldra en samkomutakmarkanir og ýmsir annmarkar í þjóðfélaginu gerðu það að verkum að þeir voru ýmist bannaðir frá viðburðum eða þátttaka leyfð með miklum hömlum. Fækkun foreldraheimsókna var eftirtektarverð en undanfarin ár hafa forráðamenn fylgt börnum inn í húsin í mun minna mæli en áður vegna sóttvarna. Gleðiefni var að sjá að smám saman færðist allt í fyrra horf á tímabilinu.

Í Gerplu er unnið mjög mikið og faglegt starf og er það borið uppi af frábærum mannauði sem býr yfir mikilli þekkingu á sviði þjálfunar og íþróttar. Samfélagið er skipað fólki frá mörgum löndum og menningarheimum og sameinast þessir kraftar í Gerplu og birtist í samheldni starfsfólks sem bera virðingu hvort fyrir öðru. Þessi samheldni skín í gegn í viðburðahaldi en þegar mest á reynir gengur allt best skiptir þá engu hvort um ræðir heimsfaraldur, fimleikamót, æfingar, skemmtanir eða annað. Það hefur verið stöðugur vöxtur hjá félaginu undanfarin ár ef líðandi starfsár er undanskilið. Ástæðan er líklegast sú að Covid 19 hafði mikil áhrif á alla íþróttaiðkun í landinu og nýliðun þar af leiðandi minni en ella.



Síðan árið 2018 hafa fimleikarnir í Gerplu verið iðkaðir í tveimur húsum, en þá opnaði íþróttahús við Vatnsendaskóla. Fyrir æfði félagið eingöngu í íþróttamiðstöðinni Versölum. Dansæfingar í hóp fimleikum fara enn fram í Versölum og standa forsvarsmenn félagsins frammi fyrir því á næstu árum að finna lausn á þeim vanda en dansæfinunum fylgir mikil hljóðmengun og það er þröngt á þingi í Versölum þó svo æfingar félagsins fari fram í tveimur húsum. Eins er tilfinnanlega vöntun á fundaraðstöðu og félagsaðstöðu sem og aðstöðu til að sinna styrktarþjálfun.

Æfingar hafa byrjað klukkan 15:00 á daginn í Vatnsenda en 14.30 í Versölum og gerir þá félaginu mögulegt að vera með þjálfara í fullu starfi sem hefja þjálfun snemma á daginn og fram á kvöld alla virka daga. Það hefur sýnt sig undanfarna vetur að forsenda fyrir því að hefja æfingar svo snemma á daginn er að vera með starfsmenn í fullu starfi sem eru að helga sig starfinu. Húsnæðið er vel nýtt allt frá því æfingar hefjast snemma á daginn og fram á kvöld. 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 bílnum 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 sem það er í hóp fimleikum, grunnfimleikum, almennum fimleikum, parkour eða áhaldafimleikum.

Gerpla stóð fyrir mjög fjölbreyttri starfsemi á tímabilinu en iðkendur voru rúmlega 2.300 talsins. Þar af voru um 2.000 virkir iðkendur sem æfðu allt starfstímabilið hjá félaginu. Sumir nýta sér einungis sumarnámskeið og aðrir vetraræfingar en meirihluti iðkenda sækir æfingar allt árið um kring.

Sumarnámskeiðin 2021 voru ágætlega sótt en ákveðin tímabil eru alltaf vinsælust og komust þá færri að en vildu á einhver námskeið. Það var fækkun frá sumrinu 2020 sem nam 10% en sumarið á undan var aukning. Alls voru 577 börn sem sóttu ýmist fimleika- og íþróttafjör og eða parkournámskeið. Ástæða fyrir fækkuninni er að sumarið á undan fékk árgangur 2014



fría viku á sumarnámskeiði sem var uppbót vegna lokana og Covid 19. Því verða aðsóknartölurnar 2021 að teljast mjög góðar. Starfið hófst aftur eftir verslunarmannahelgi og voru iðkendur að skila sér inn á æfingar allan ágústmánuð. Haustið hófst með krafti og var öflugt framboð af æfingum og námskeiðum. Starfsdagur Gerplu var 20.ágúst og kom Sandra Árnadóttir sjúkráþjálfari og fór yfir íþróttameiðsli,



viðbrögð við slysum og góðar æfingar til að fyrirbyggja álagsmeiðsli. Sportablermenn komu í heimsókn og fóru yfir nýjungar og aðstoðuðu þjálfara og að lokum kom Erla Stefanía Magnúsdóttir skólastjóri í Fífusölum og fór yfir einhverfu barna og hvernig gott er að nálgast börn með einhverfu í þjálfun, leik og starfi. Fyrirlestrarnir fengu góðar undirtektir hjá þjálfurum Gerplu og mörkuðu þeir

gott upphaf á tímabilinu. Hinsvegar var dagurinn heilmikið þúsluspil þar sem skipta þurfti upp salnum og salernum og passa að allir starfsmenn væru ekki í sama hólfi ef smit skyldi koma upp en þá hefði verið hætt á að allir þjálfarar hefðu endað í sóttkví og starfið ekki getað hafist. Vegna heimsfaraldurs voru fjölmargir viðburðir sem ekki var hægt að standa fyrir. Ekkert mót í hóp fimleikum fór fram á haustönn 2021 en þrepamót 1 og haustmót á áhaldafimleikum var haldið með miklum takmörkunum. Garpamótið var haldið í byrjun nóvember en ekkert jólaball var í Gerplu, ekkert þorrabót í janúar 2022 og afmælisýning sem búið var að undirbúa tvívegis var ekki hægt að halda og því mikil og góð vinna sem fór fyrir lítið. Loksins náðist að fagna 50 ára afmæli Gerplu en veisluhöldin fóru fram í veislusal Gerplu á sumardaginn fyrsta þann 21. apríl 2022.

## STARFSSEMI FÉLAGSINS

### ÁHALDADEILD KVENNA

Áhaldadeild kvenna var með eftirfarandi keppnishópa veturinn 2021-2022

6. þrep kvenna – 3 hópar

5. þrep kvenna – 2 hópar

4. þrep kvenna – 2 hópar

3. þrep kvenna – 1 hópur

1.-3. þrep kvenna – 1 hópur

Meistarahópur kvenna - 1 hópur

Hraðferð – 5 hópar





Áhaldadeild kvenna stendur mjög vel þjálfaralega séð, við erum með flesta okkar þjálfara í fullu starfi og þar af leiðandi góður stöðuleiki í þjálfun hópanna. Þjálfarar deildarinnar voru í vetur 14 talsins. Helstu verkefni deildarinnar eru mót á vegum Fimleikasambands Íslands ásamt þeim vinamótum sem félögin á Íslandi bjóða upp á. Loksins náðum við öllum mótum haustannar í áhaldadeildinni og engin mót felld niður vegna Covid, því líkur sigur sem það var. Vorönnin hófst samt með frestunum á fyrstu mótum en sem betur fer var hægt að finna nýjar dagsetningar svo mótin gætu farið fram.

Iðkendar deildarinnar náðu að keppa á eftirfarandi mótum á vegum Fimleikasambands Íslands á vetrinum: Haustmót, Þrepamót I, II og III, Þrepamóti í 1.-3. Þrepi, Bikarmóti í þrepum, Íslandsmóti í þrepum, GK meistaramóti, Bikarmóti í frjálsum æfingum og Íslandsmóti í frjálsum æfingum. Við tókum einnig þátt á öllum þeim vinamótum sem í boði voru, Aðventumóti Ármanns, Ofurhetjumóti Gróttu, Iceland Classic og Mínerfumóti Bjarkanna. Við áttum fulltrúa í erlendum verkefnum landsliða Íslands á vetrinum sem kepptu á Evrópumóti, Noðurlandamóti, Norðurlandamóti unglunga og Norður Evrópumóti.

Keppendur okkar í landsliðsverkefnum voru:

Agnes Suto, Dagný Björt Axelsdóttir, Hildur Maja Guðmundsdóttir, Kristín Sara Jónsdóttir, Kristjana Ósk Ólafsdóttir, Sól Lilja Sigurðardóttir og Thelma Aðalsteinsdóttir.

Í vetur fór hópur iðkenda í æfingabúðir til Győr í Ungverjalandi þar sem var æft við mjög góðar aðstæður. Hópurinn fór í febrúar og voru þetta stúlkurnar í meistaraflokki og meistaraflokki yngri. Þetta er frumraun okkar í að fara í æfingabúðir að vetri til, áður en keppnistímabilið byrjar á fullu og var mjög mikil ánægja með þessa tímasetningu. Það hafði mikið að segja að





keppnistímabilið var mjög seint í áhaldafimleikum þetta tímabilið. Þjálfarar í ferðinni voru þau Ferenc Kovats, Andrea Fellner og Þorgeir Ívarsson.



Við horfum full bjartsýni inn í næsta tímabil. Breytingar voru gerðar á deildinni síðasta vetur sem lukkuðust vel, en alltaf þörf á að vera vel á tánum og endurskoða það sem betur má fara. Keppnistímabilið í nýjum Fimleikastiga heppnaðist vel og eru keppendur að aðlagast stiganum vel. Nýr keppnistigi fyrir eldri stúlkur í áhaldafimleikum var prufukeyrður og er mikil ánægja innan keppnisdeildarinnar með hann og verður gaman að sjá hann stækka á næstu árum.

### **Auður Ólafsdóttir deildarstjóri áhaldafimleika kvenna**

#### **ÁHALDADEILD KARLA**

Í áhaldadeild karla voru 9 hópar á síðastliðnu ári

- 6. þrep
- 5. þrep
- 4. þrep
- Hraðferð 3
- Hraðferð 2
- Hraðferð 1
- Meistaraflokkur yngri og eldri

Tímabilið byrjaði á því að Dagur Kári, sem æfir í Gerplu, keppti fyrir Íslands hönd með unglingslandslíði Íslands á Berlin Cup. Mótið var haldið "online" og fékk Dagur Kári brons á tvíslá og var í fimmta sæti í fjölþraut sem er frábær árangur.

Á heimsmeistaramótinu 2021 sem fór fram í Japan í október áttum við í Gerplu þrjá af fjórum fulltrúum Íslands, þá Jónas Inga Þórisson, Martin Bjarna Guðmundsson og Valgarð Reinhardsson.

Þeir stóðu sig allir frábærlega og var Valgarð mjög nálægt því að komast í úrslit í fjölþraut. Dagur Kári var valinn í landslið fyrir Norðurlandamót unglunga. Dagur Kári sigraði á bogahesti og svífrá ásamt því að fá silfur í liðakeppni og brons í fjölþraut á Norðurlandamóti unglunga. Mótið var haldið "online" en árangurinn engu að síður stórkostlegur.

Þrepamót var haldið í nóvember og þar sigraði Tómas Andri Þorgeirsson í 4. þrepi og færðist því upp í 3. þrep.

Gerpla átti fjóra af 5 fulltrúum Íslands í fullorðinsliði á Norður-Evrópumóti, þá Martin Bjarna, Jónas Inga, Dag Kára og Valgarð. Mótið var haldið í Wales og náðu strákarnir okkar flottum árangri.

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 en hann sýndi mjög flottar gólfæfingar tvo daga í röð. Hann skoraði 13,9 í undanúrslitum og svo 13,75 stig í úrslitum en einkunnir lágu lægra í úrslitum. Jónas endaði svo í 6. sæti á stökki og 7. sæti á svífrá. Þeir Valgarð og Martin Bjarni unnu sér einnig sæti í úrslitum Martin Bjarni á svífrá og Valgarð á Tvíslá. Martin endaði í 6.sæti og Valgarð í því fjórða.

Hautmót 2021 var algerlega frábært fyrir okkur í Gerplu.

- Atli Snær varð fjölþrautarmeistari
- Kári Pálmason varð fjölþrautarmeistari í 1. þrepi
- Atli Elvarson varð fjölþrautarmeistari í 2. þrepi
- Baltasar Guðmundur var í 2. sæti í 2. þrepi
- Botond Ferenc Kovacs var í 3. sæti í 2. þrepi
- Ármann Andrason varð fjölþrautarmeistari í 3. þrepi

Sex drengir úr Gerplu voru valdir í hæfileikamótun drengja hjá Fimleikasambandi Íslands og mættu þeir á góða æfingu með öðrum hæfileikaríkum drengjum úr öðrum félögum.

Á þrepamóti 1. - 3. þreps sigraði Botond Ferenc Kovacs í 2. þrepi og náði þrepinu.

Í byrjun mars fengu þeir Atli Elvarsson og Baltasar Guðmundur boð frá Róberti Kristmanssyni um að mæta á landsliðsæfingu unglunga.

Á Bikarmóti í þrepum 2022 fékk Gerpla tvo bikarmeistararitla, bæði í 1. og 2. þrepi. Í 3. þrepi vann liðið okkar silfur.

Íslandsmót í 1.-3. þrepi var frábært mót fyrir okkur í Gerplu. Botond Ferenc Kovats sigraði 2. þrep og Kári Pálmason sigraði í 1. þrepi og eru þeir þar með Íslandsmeistarar.

GK meistaramótið var einnig frábært mót fyrir okkur þar sem mikið af verðlaunum komu í hús og Valgarð Reinharðsson vann fullorðinsflokkinn.

Iceland Classic var haldið í byrjun apríl þar sem öll þrep tóku þátt. Mótið var glæsilegt að vanda og tók Gerpla öll gullin ásamt því að mikið var um bætingar hjá iðkendum og gleðin allsráðandi í lok móts.



Á síðasta þrepamóti tímabilsins áttum við 2 drengi í 5. þrepi og 7 drengi í 4. þrepi sem fengu nægilega mörg stig til þess að ná þrepinu og færast þar með upp um þrep.

Í maí héldum við Bikarmót þar sem lið Gerplu 1 sigraði og varði þar með Bikarmeistararitilinn. Lið Gerplu A stóð sig einnig frábærlega og lentu þeir í öðru sæti.



Tveim vikum eftir Bikarmót héldum við svo Íslandsmeistaramótið þar sem Valgarð sigraði af öryggi. Á eftir honum komu Jónas Ingi í 2. sæti og Martin Bjarni í því þriðja.

Landslið fyrir Norðurlanda- og Evrópumót voru tilkynnt og áttum við í Gerplu 6 af 7 fulltrúum liðsins í fullorðinsflokki: Arnþór, Atla Snæ, Jónas Inga, Martin Bjarna, Valgarð og Valdimar.



Í lok júní sameinaðist öll Gerplufjölskyldan í því stóra verkefni að undirbúa salinn fyrir Norðurlandamót sem fram fór dagana 2. og 3. júní 2022 í Gerplu.



Við erum ótrúlega stolt og glöð með þær niðurstöður sem við höfum náð en okkar helsta afrek er allar þær góðu fyrirmyndir sem við höfum hjá okkur og styðja að heilbrigðu líferni ásamt því að hafa gaman að því að æfa fimleika og vera í Gerplu.

**Alek Ramezanpour deildarstjóri áhaldafimleika karla**

## HÓPFIMLEIKAR KVENNA

### Hópfimleikar kvenna 4. og 5.flokkur

Í vetur kepptu 6 hópfimleikalíð og 3 stökkfímillíð í þessum flokkum. Í deildinni voru 12 þjálfarar og 5 aðstoðarþjálfarar. Hætt var við Haustmótið 2021 vegna Covid og var því fyrsta mót vetarins í mars 2022 og var það Bikarmót haldið í Digranesi af okkur í Gerplu og tókst mótið mjög vel. Gerpla sendi tvö líð til kepni í 5.fl hópfimleika og tvö líð í 5.fl stökkfími. Líðin stóðu sig mjög vel og bæði líðin í 5.flokki unnu sér rétt til að vera í A deild út keppnistímabilið. Níu efstu líðin í hverjum flokki vinna sér inn sæti í A-deild. Gerpla sendi inn fjögur líð í 4.flokki og unnu líð 1 og 2 sæti í A deild, líð 3 keppti í B deild og líð 4 í C deild. Líð 1 bæði í 4. og 5.flokki urðu Bikarmeistarar 2022. Ekki er lengur Íslandsmót í 4. og 5.flokki og því fóru þessi líð á Vormót sem haldið var á Selfossi í maí.

Í 4.flokki voru líð 1 og 2 í A deild og gerðu sér lítið fyrir og urðu í 1. og 2.sæti í þeim flokk sem er ótrúlegt afrek og verður erfitt að toppa. 4.flokkur 3 var í B deild og urðu í 2.sæti þar og svo 4.flokkur 4 í C deild og unnu þá deild. Í 5.flokki vorum við með tvö líði í A deild og líð 1 varð í 5.sæti og líð 2 í 8.sæti. Bæði líð áttu ekki sinn besta dag í keppni en fengu góða reynslu af mótinu.



### Áherslur síðasta veturs

Við lögum mikla áherslu á að reyna að skapa eins jákvætt andrúmsloft og hægt var og reyndum að stuðla að jákvæðri upplifun iðkenda af æfingum og mótum. Við gerðum smá breytingar á 4.flokki sem gengu vel upp. Við létum líð 1 og 2 æfa saman og líð 3 og 4 saman og svo líð 5 sér. Þessar breytingar höfðu mjög góð áhrif og gekk mjög vel. Í 4.flokki vorum við með hátt í 70 stelpur og var verkefnið stórt og mikið en það gekk framur vonum að halda utan um hvern og einn iðkenda.



Í 5.flokki gerðum við einnig smá breytingu. Við vorum með 3 þjálfara og 2 aðstoðarþjálfara og æfðu öll liðin saman. Stelpunum var getuskipt í 3 lið og liðin fóru á milli þjálfara, þannig að allir þjálfararnir voru að fá til sín öll liðin á hverri æfingu. Þetta virkaði mjög vel og ætlum við að halda þessu áfram.

Annað sem vert er að nefna er getuskiptingin og mikilvægi hennar. Ég ætla að byrja á að tala um hvernig við getuskiptum. Við erum með ákveðin stöðupróf sem hver og einn fer í gegnum og þá sjáum við hvernig staðan er á hverjum og einum. Við röðum svo stelpunum í lið út frá þessu. Þetta er bara hluti af ferlinu því liðin eru í stanslausri skoðun allan veturinn og erum við alveg óhrædd við að færa iðkendur á milli liða ef við teljum að það sé betra fyrir iðkandann að vera í liði á neðra getustigi eða efra. Við höfum reynt að vanda okkur við þetta og útskýra vel og oftast gengur þetta mjög vel. Það er ansi há prósentu af stelpum sem eru færðar í lið á neðra getustigi, sem náðu í kjölfarið betri tókum á fimleikunum. Það sem gerist líka er að sjálfstraustið eykst ef þú ert að gera æfingar sem þú ræður við, þannig eykst vellíðan bæði á æfingum og í keppni.



## Áskoranir og tækifæri

Við erum í lúxusstöðu í þessum flokkum. Við erum með fyrirmyndar aðstöðu og með mjög mikinn fjölda iðkenda og eru ótal tækifæri tengd því. Það eru samt áskoranir í þessu líka því þegar við stækkum megu við ekki týna gildunum og gæðunum sem við þurfum að hafa til að halda starfinu góðu. Við verðum að virða stöðuna sem við erum í og ekki taka henni sem sjálfsögum hlut. Við verðum að vera dugleg að hugsa vel um hvern og einn iðkenda alveg sama í hvaða liði hann er og alveg sama hversu langt í sínum fimleikum hann er kominn. Ef við gleymum okkur í eitt augnablik þá fylgir það okkur lengi.



Annað sem þarf að nefna hérna eru þjálfaramál. Við erum að missa marga þjálfara eftir þetta ár af ýmsum ástæðum en í flestum tilfellum er það vegna náms eða flutninga erlendis. Við þurfum að vera dugleg að ala upp þjálfara og jafnframt að reyna að finna gamla iðkendur og þjálfara til að koma aftur til okkar. Það eru áskoranir sem felstast í því að fá inn nýja þjálfara og það er vinna að búa til góða þjálfara eins og það er vinna að búa til góða iðkendur. Góðir þjálfarar og iðkendur eru ekki bara þeir sem ná mestum árangri í keppni. Við þurfum að hlúa jafnt að þeim sem vilja og hafa metnað fyrir því að þjálfa iðkendur sem eru byrjendur eða styttra komnir. Ef við hugsum vel um þjálfarana okkar og gefum yngri þjálfurunum gott aðhald og aðstoð þá verðum við í góðum málum. Þessu má aldrei gleyma því þetta er það sem gerir okkur að því sem við erum.

## Hópfimleikadeild kvenna 3., 2., 1. og meistaraflokkur

Við vorum með eftirfarandi lið í eldri flokkunum okkar

3.fl 1 , 3.fl 2 og 3.fl stökkfimi - 35 iðkendur

2.fl 1 og 2.fl stökkfimi - 28 iðkendur

1.fl kvk , 1.fl mix - 30 iðkendur

Mfl kvk - 16 iðkendur

3.fl kvk kepptu í tveimur mótum í vetur. Lið 1 urðu Bikarmeistarar og lentu þær í 2.sæti á Íslandsmóttinu. Lið 2 varð í 6.sæti á Bikarmóttinu og vann sér því rétt á að vera í A deild og svo urðu þær í 8.sætinu á Íslandsmóttinu. Lið 3 varð í 4 sæti á Bikarmóttinu í Stökkfimi og svo urðu þær í 3.sæti á Íslandsmóttinu.

2.flokkur kvenna og mix kepptu á þremur mótum í vetur. 2.fl kvk varð í 3.sæti á GK móttinu. Þær urðu svo í 4.sæti á Bikarmóttinu og enduðu svo á að ná 3.sætinu á Íslandsmóttinu. 2.flokkur mix keppti á þremur mótum í vetur og unnu öll móttin.



### 1.flokkur

Ákveðið var að stefna á að vinna sér inn þátttökurétt til að fara með tvö lið á Norðurlandamót unglunga sem haldið var í Randers í Danmörku í apríl. Fyrsta mót vetarins var GK mótið þar sem 1.fl kvenna vann með miklum yfirburðum. 1.flokkur mix vann einnig mótið í sínum flokki, en var í mikilli samkeppni við annað lið. Liðin unnu svo bæði Bikarmót sem einnig var úrtökumót fyrir Norðurlandamótið og unnu sér inn þátttökuréttinn sem stefnt hafði verið að. Það voru því tvö lið , 28 Iðkendur og 8 þjálfarar sem fóru til Randers í Danmörku. 1.fl kvk átti ekki sinn best dag og enduðu í 5.sæti en mixið átti frábæran dag og náðu 4.sætinu. Frábært mót og tvö flott lið sem eiga eftir að gera góða hluti með Gerplu í framtíðinni.

Liðin fóru svo bæði á Íslandsmót í lok apríl og urðu bæði Íslandsmeistarar í sínum flokkum.

1.flokks liðin unnu því öll móttin á Íslandi í vetur.



Meistaraflokkur var með 1 kvennalið. Fyrsta mót vetarins var GK mót sem þær sigruðu. Næsta mót var Bikarmót og urðu stelpurnar í 2.sæti þar. Þriðja mótið var svo nýtt mót sem heitir Mótaröðin og er keppt í mýkri ("semí") lendingar á því móti. Þar náðu þær 2.sæti. Fjórða mót vetarins hjá mfl var svo Íslandsmót þar sem liðið hafnaði í 2.sæti.



### **Áskoranir og tækifæri**

Við sjáum það eftir veturinn að við þurfum að vera dugleg að hugsa langt fram í tímann og huga að verkefnum framtíðarinnar. Verkefni í vetur með 1.flokk hófst fyrir þremur árum. Við erum strax byrjuð að undirbúa og setja saman lið fyrir NMJ 2024 (þar sem iðkendur f. 2007 og 2008 eru gjaldgengir) og einnig NMJ2026 (þar sem iðkendur f. 2009 og 2010 eru gjaldgengir). Ef við erum dugleg að halda þessu á lofti og vinnum að þessu til langs tíma er líklegra að árangurinn okkar verði góður. Einnig er mikilvægt að hafa að einhverju að stefna. Gerpla hefur hampað Íslandsmeistaratitli unglunga kvk þrisvar sinnum á síðustu 4 árum, 2018, 2020, 2021 og 2022 þannig að það er verið að gera mjög vel hjá okkur þarna og núna er kominn tími til að færa þetta upp í meistaraflokk. Við erum komin af stað með verkefni til þriggja ára og bindum við miklar vonir við meistaraflokkinn okkar. Gerpla á marga iðkendur úr 1.flokki í landsliðum fyrir EM í September 2022 og jafnframt eigum við 3 iðkendur á

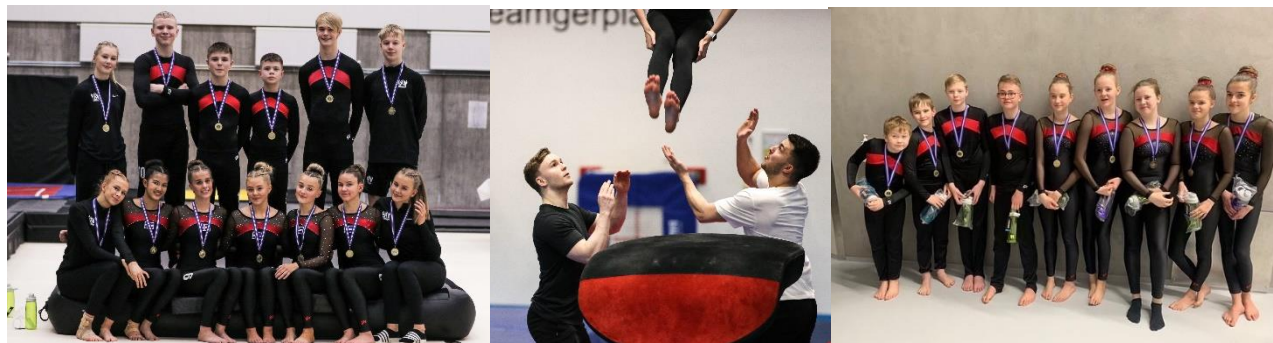
meistaraflokksaldri í þeim hópi. Við hlökkum mikið til að vinna með öllum okkar iðkendum í þessum flokkum í vetur.

Meistaraflokkur Stefnir á að tryggja sér þátttökurétt á Norðurlandsmót fullorðina sem haldið verður á Íslandi haustið 2023.

Markmiðin okkar næstu árin eru skýr

1. Vera duglega að hugsa um hvern og einn iðkanda
2. Bæta starfið okkar með því að þjálfa upp fleiri þjálfara
3. Gefa öllum tækifæri til að sýna sínar bestu hliðar, iðkendum og þjálfurum
4. Verða Íslandsmeistarar í öllum flokkum árið 2025

### **Kristinn Þór Guðlaugsson deildarstjóri hópímleikadeildar kvenna**



### **HÓPFIMLEIKAEILD KARLA**

Keppnistímabilið 2021-2022 sendi Gerpla tvö drengjalið og 1 blandað lið til keppni. Haustið var fellt niður hjá yngri flokkum en fært hjá þeim eldri sökum samkomutakmarkana. Eftir áramót fóru hins vegar öll mót fram samkvæmt áætlun. Fyrsta mót vetrarins var GK mót en Gerpla sendi til leiks blandað lið í 2. flokki. Liðið var sett saman rétt fyrir mótið og því keppti liðið eingöngu á stökkahöldum.



Næstu mót voru bikarmót. Undanfarið hefur því skipt niður á tvær helgar. Ein helgi fyrir yngri flokka og önnur fyrir eldri. Bikarmót yngri flokka var haldið í Digranesi í umsjón Gerplu. Á það

mót sendi Gerpla 2 kky lið. Lið Gerplu 1 varð í 2. sæti á því móti og sigraði dýnustökkin. Lið Gerplu 2 varð í 6. sæti en í því liði voru yngri keppendur sem voru að stíga sín fyrstu skref í keppni. Á bikarmótinu fyrir eldri lið varð blandað lið 2. flokks Bikarmeistari í sínum flokki.

Um vorið fóru fram tvö mót. Yngri flokkarnir fóru á Vormót en þeir eldri á Íslandsmót. Á vormóti kepptu tvö kky lið fyrir hönd Gerplu. Lið 1 endaði í 4. sæti og sigraði bæði stökkáhöldin trampólín og dýnu. Lið 2 endaði í því sjötta.

Blandað lið 2. flokks tryggði sér síðan Íslandsmeistaratitil á Íslandsmóti.

Framtíðin er björt í hópímleikum karla en við þurfum að vanda okkur að hlúa vel að okkar iðkendum og vinna áfram markvisst í þessari deild.

## **Ragnar Magnús Þorsteinsson deildarstjóri hópímleikadeildar karla**

### **FIMLEIKAEILD KARLA OG KVENNA**

Í fimleikadeild æfa stúlkur og drengir sem eru á aldrinum 5-7 ára. Iðkendur sem eru á síðasta ári í leiksskóla eru í grunnhópum 1x í viku, iðkendur sem eru í 1.bekk eru í grunnhóp 2x í viku og þeir sem eru í 2.bekk eru í framhaldshóp 2x í viku. Í öllum þessum hópum erum við að leggja grunn að fimleikaæfingum. Að loknum framhaldshópi velja iðkendur þá fimleikagrein sem þau vilja æfa, áhaldafimleika, hópímleika, fimleika fyrir alla eða parkour. Í fimleikadeild stúlkna voru 20 hópar, 8 grunnhópar 1x í viku, 7 grunnhópar 2x í viku og 5 framhaldshópar. Í fimleikadeild drengja voru 10 hópar þar af fjórir grunnhópar 1x í viku, þrír grunnhópar 2x í viku og þrír framhaldshópar.



Verkefni fyrir iðkendur okkar í fimleikadeildinni var Garpamót, eitt á haustönn og eitt vorönn. Garpamót er mikilvægur liður fyrir okkar iðkendur þar sem þau læra að koma fram og sýna þær æfingar sem þau eru búin að læra. Að móti loknu fá allir iðkendur verðlaunapening og þátttökuskjal fyrir flotta frammistöðu. Bæði Garpamótin gengu vel en sérstaklega ánægjulegt var Garpamótið á vorönn, þar sem við gátum tekið við ótakmörkuðum fjölda áhorfanda eftir tvö ár af kórónuveiru faraldri. Í maí settum við svo upp vorhátíð grunn- og framhaldsdeildar

Þar sem börnin fengu að leika sér m.a. í hoppuköstulum og grillaðar voru pylsur og allir fengu safa með. Margir forráðamenn mættu á viðburðinn sem var mjög ánægjulegt.



Mikilvægasta verkefni fimleikadeildarinnar er að kveikja á áhugahvöt hjá iðkendum okkar til áframhaldandi iðkunar. Æfingar þurfa að vera krefjandi en jafnframt skemmtilegar svo áhugi myndist á greininni.

### **Ragnar Magnús Þorsteinsson og Sif Pálsdóttir Deildarstjórar Fimleikadeildar karla og kvenna**

#### **ALMENN DEILD**



Haustönn 2021 í Almennri deild fór vel af stað. Við vorum með 29 hópum og bættum við okkur tveimur hópum þegar leið á önnina, af fimleikabækki fyrir boltakrakka vegna mikillar eftirspurnar. Sá hópur er hugsaður fyrir krakka sem æfa boltaíþróttir, til að styrkja jafnvægi, liðleika, hreyfiferla og almennan líkamsstyrk. Hópurinn gerir fimleikabækki sem við notum mikið hjá okkur til að byggja upp grunnstyrk, sem nýtist sem góður grunnur fyrir allar íþróttir. Þjálfarar á hópum í almennri deild voru í heildina 16 ásamt aðstoðarþjálfurum sem voru 17 talsins. Flestir okkar þjálfarar eru í hlutastarfi eða jafnframt að þjálfa í öðrum deildum. Af

hópunum sem eru í almennri deild eru tveir hópar sem taka þátt á fimleikamótum á vegum Fimleikasambands Íslands. Það eru hóparnir Special Olympics og grunnhópur fatlaðra. Þau kepptu á Íslandsmóti í Special Olympics sem haldið var í Fjölni í byrjun maí. Mikil gleði ríkti á mótinu og fóru allir iðkendur sáttir eftir mótið í pizzuveislu á Shake and pizza.

Stærsti viðburðurinn hjá Parkour hópunum, er Parkour-djamm sem er vinamóts viðburður sem Gerpla heldur einu sinni á ári. Þá bjóðum við öðrum félögum með parkour iðkendur, að koma til okkar og hefur það verið gríðarlega vel heppnað. Parkour djamm Gerplu 2021 var haldið í desember í íþróttahúsinu í Vatnsendaskóla og í lokin fengu allir þátttakendur pizzu. Mjög vel var mætt á viðburðinn og þjálfarar og iðkendur ánægðir með daginn.



Helstu áskoranir og takmarkanir í almennu deildinni eru tvíþættar:

Erfitt er að halda í iðkendur sem æfa hjá okkur í almennu deildinni og koma í veg fyrir brottfall.



Þessir iðkendur eru oft jaðarhópar sem leggja ekki mikla áherslu á að ná árangri eða keppast. Við þurfum því að halda áfram að búa til viðburði og skapa góðan liðsanda meðal hópanna til að halda iðkendum áhugasömum. Við teljum okkur gera það ágætlega með parkour-djamminu og vorsýningu en erum sífellt að leita leiða til að gera enn betur. Bæði Íþróttafélagið Gerpla og þjálfarar okkar, vilja heilshugar geta boðið öllum sem hafa áhuga að stunda heilsueflandi hreyfingu í öruggu umhverfi. Önnur áskorun er sú að erfitt er að finna góða og metnaðarfulla þjálfara til að koma að þjálfu hjá okkur í almennu deildinni. Við erum nú þegar með mjög góðan hóp af framúrskarandi þjálfurum og mikilvægt er að halda vel utan um þá til að halda áfram því góða starfi sem fer fram hjá okkur. Mikil

eftirspurn er eftir hópum í deildinni en til þess að geta fjölgað verðum við að fá til liðs við okkur, eða ala upp, fleiri góða þjálfara.

Mörg tækifæri eru innan almennu deildarinnar. Við viljum stækka deildina í takt við eftirspurn og bjóða upp á hreyfingu fyrir alla sama hvort þeir hafi æft íþróttir áður eða ekki.

## **Þórdís Eva Harðardóttir deildarstjóri almennrar deildar**

### **SAMSTARF VIÐ LEIKSKÓLA OG GRUNNSKÓLA**

Samstarf Gerplu við leikskólann Fífusali og leikskólann Sólhvörf hefur verið farsælt síðustu ár og var það áfram í vetur. 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. Leikskólinn Sólhvörf sem er í nágrenni við Vatnsendaskóla æfði þar en Fífusalir æfðu í Versölum.

Gerpla er 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 tvisvar sinnum í viku. Konráð Elí Sigurgeirsson fór fyrir þeim tímum í vetur.

### **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 þetta var fjórða árið þar sem félögin starfræktu frístundabíl í samstarfi við Kópavogsbæ. Það var fyrirtækið Hópbílar se sá um aksturinn og Elva Björg okkar Gunnarsdóttir var starfsmaður í rauða bílnum. Áhersla er lögð á að frístundavagninn þjóni fyrst og fremst nemendum 1.- 4.bekkjara 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.





Afreksbraut MK hefur verið starfrækt síðan haustið 2019 en 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. Afreksbrautin fór af stað haustið 2019 og hefur verkefnið vaxið og dafnað síðan. Það voru 8 nemendur í fimleikum veturinn 2021-2022. Viktor Kristmannsson var yfir þjálfuninni í Gerplu og er ánægjulegt að sjá hversu miklu þetta skilar fyrir þá iðkendur sem kjósa að fara þessa leið með námi.

Verkefnið Virkni og Vellíðan er annað verkefni sem Íþróttafélögin Gerpla, Breiðablik og HK hafa unnið í samstarfi en UMSK var einnig aðili að því verkefni. Í vetur náðist í fyrsta skipti að keyra á æfingar fyrir eldri borgara eins og uppálagt hafði verið frá 2020 en vegna heimsfaraldurs gat verkefnið ekki farið af stað af krafti frá upphafi. 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 en þær eru á dagskrá haustið 2022. Það er von íþróttafélaganna að eldri borgarar í Kópavogi finni sig velkomin í íþróttafélögin en framboð á hreyfingu fyrir allan aldur er aðalatriðið. Spennandi verður að fylgjast með þessu verkefni en Fríða Karen Gunnarsdóttir var verkefnastjóri frá áramótum þar sem Eva Katrín fór í barneignarleyfi.

### **GERPLA 50 ÁRA**

Haldið var uppá 50 ára afmæli Gerplu tæpu ári á eftir áætlun. Upphaflega átti líka að halda afmælissýningu í tilefni af þessum tímamótum en vegna heimsfaraldurs var henni frestað í annað sinn. Alls voru um 100 gestum boðið í veisluna en um 60 manns mættu og voru viðstödd frumsýningu á afmælismyndbandi sem unnið var af Mission framleiðslu fyrir Gerplu. Margir af fyrrverandi formönnum og stjórnarfólki voru viðstödd sem var mjög ánægjulegt en boðið var uppá léttar veitingar og afmælistertu. Í myndbandinu var talað við fyrrverandi formenn, framkvæmdastjóra og aðra velunnara og stiklað var á stóru um Gerplu í 50 ár. Það voru kraftmiklar konur sem létu ekkert stoppa sig við stofnun Íþróttafélagsins í kjölfar þess



að ekki var pláss fyrir leikfimiþópin þeirra innan annarra íþróttafélaga í bænum og fengu þar með ekki húsnæði til æfinga. Mikið vatn hefur runnið til sjávar síðan og erum við mikið stolt af Gerplu eins og hún er í dag en ekki síður af sögu félagsins sem er merkileg á margan hátt. Í tilefni af þessum merku tímamótum var ákveðið að heiðra nokkra aðila fyrir vel unnin störf með gullmerki Gerplu. Þau sem hlutu gullmerki voru þau Ása Inga Þorsteinsdóttir, Berglind Pétursdóttir, Björn Björnsson, Guðmundur Þór Brynjólfsson, Harpa Þorlákssdóttir og Hlín Bjarnadóttir. Hlín gat því miður ekki tekið við viðurkenningunni en Guðmundur Þór veitti henni viðtöku.



Allt eru þetta einstaklingar sem lagt hafa mikið af mörkum til félagsins á mismunandi vettvangi og það ber að þakka. Það voru þó nokkrir sem stigu í pontu og tóku til máls og má þar nefna Ármann Kr. Ólafsson bæjarstjóra Kóapvogs, Sólveigu Jónsdóttur framkvæmdastjóra Fimleikasambands Íslands, Guðmund G. Sigurbergsson formann UMSK, Jóhann Steinar Ingimundarson formann UMFÍ, Andra Stefánsson framkvæmdastjóra Íþrótt- og Ólympíusambands Íslands og Kristján Erlendsson fyrrverandi formaður Gerplu. Fimleikasambandið færði félaginu sjálfboðaliðabikarinn sem verður afhentur framvegis ár hvert til sjálfboðaliða félagsins en það er óumdeilt að sjálfboðaliðar eru mikilvæg auðlind í öllum íþróttafélögum.





### **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. Núna fara allar skráningar og viðburðir í fram í gegnum sportabler en búið er að loka gamla Nora. Það er margt á döfinni hjá Sportabler og erum við í Gerplu spennt fyrir framhaldinu.

### **BIÐLISTI OG FIMLEIKASALURINN**



Skráningar á biðlistann eru reglulegar og iðkendur hafa oftast en ekki þurft að bíða í lengri tíma eftir því að komast að hjá félaginu. Markvisst hefur verið unnið að því að grípa iðkendur þegar þeir skrá sig á biðlistann til að sjá hvaða þjónustu þeir leitast eftir. Oftast en ekki er hægt að koma til móts við óskir þeirra og hefja þeir þá iðkun. 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 fællir það iðkendur frá sem þar búa að þurfa að ferðast með strætó eða frístundabíl í langan tíma til að komast á æfingar. Ákveðnir tímar dagsins eru þó vinsælastir og komast ekki allir fyrir í sömu hópnum. Félagið hefur þó miðað að því að fjölga hópum á vinsælustu tímum til að koma til móts við þarfir foreldra og iðkenda.

## 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 á vormánuðum 2022 þegar Eysteinn Pétur Lárusson sagði sig frá formennsku og gekk úr Stjórn ásamt Hönnu Cörlu Jóhannsdóttur varaformanni. Í Stjórn tók sæti Þórólfur Heiðar Þorsteinsson og var hann kosinn formaður. Í stjórn sitja ásamt formanni Olga Bjarnadóttir, Guðmundur Sigurbergsson, Hólmfríður Kristjánsdóttir, Jón Finnbogason og Sigmundur Einar Músson 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. Starfandi eru 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.

## AÐBÚNAÐUR OG ÁHÖLD

Mikið utanumhald er í kringum viðhald áhalda en mikilvægt er að fylgjast náið með slitum á áhöldum sökum álags og notkunar. Mikil endurnýjun var árið 2021-2022 eins og önnur ár enda mikið álag og mikil notkun á áhöldunum í Gerplu. Fyrirhugað var Norðurlandamót í áhaldafimleikum í Versölum sumarið 2022 og þurfti að kaupa nokkur áhöld vegna ss. Þörf var á viðhaldi á áhöldum í Vatnsenda en Gerpla sér ekki um viðhald áhalda í Vatnsendahúsinu. Pantaðir voru nýjir dúkar og gormar í stóru trampólínin í Vatnsenda en þörf er á að fylla gryfjur með svömpum. Kópavogsbær mun koma með áætlun vegna viðhalds í Vatnsenda á næstu misserum. Mjög mikilvægt er að fylgjast vel með áhöldunum til að öryggi iðkenda sé tryggt.

## 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 og ekki voru neinir viðburðir á þeirra vegum þetta árið vegna Covid 19. Ekki tókst að halda aðalfund foreldraráðs og því breyttist skipan þess ekkert þetta árið.

Máttarstólpar, hagsmunafélag meistaraflokka í félaginu hélt utanum sjöppuna á mótum sem Gerpla hélt á árinu. Það gekk það vel en vinnan er á fáum höndum.

Fjáröflunarnefnd var ekki starfandi á árinu en starfsmenn skrifstofu keyrðu í gegn nokkrar fjáraflanir fyrir iðkendur og var þátttakan þökkaleg. Um var að ræða vörutalningu í Rúmfatalagernum og Bónus sem og sölu á varningi.

## VORSÝNING

Afmælissýning sem halda átti í janúar 2022 í tilefni af hálfar aldar afmæli Gerplu var felld niður og var ekki hægt að halda hana sem vorsýningu þar sem verkefni á mótaskrá hjá stórum hluta iðkenda var langt fram á sumar og því ógerlegt að setja saman sýningu með öllum iðkendum Gerplu. Undirbúningur hefur farið fram tvívegis og við trúum því að allt er þegar þrennt er og stefnum á sýningu á vormánuðum 2023

## UPPSKERUHÁTÍÐ GERPLU

Uppskeruhátíð Gerplu var haldin hátíðleg í veislusal Gerplu sunnudaginn 20. febrúar. Hefð hefur verið fyrir því að halda uppskeruhátíðina á vorsýningu félagsins en þar sem henni hefur verið aflýst tvívegis var kominn tími á að finna aðra leið. Hátíðin var minni í sniðum en



upphaflega var áætlað en var samt vel sótt af verðlaunahöfum, fjölskyldu og liðsfélögum. Á hátíðinni eru bæði þjálfarar og iðkendur heiðraðir sem og sjálfboðaliðar.

Í áhaldadeild karla fengu þeir Ágúst Ingi Davíðsson, hvatningabíkar og Dagur Kári Ólafsson, afreksbíkar. Ágúst hefur verið að glíma við þrálát bakmeiðsli en hefur sýnt mikla þrautsegju og er að koma hægt og rólega til baka. Dagur Kári átti frábært ár í unglingsflokk, landaði norðurlandameistararitli og vann til verðlauna á Berlin Cup.

Í áhaldadeild kvenna fengu þær Thelma Aðalsteinsdóttir hvatningabíkar og Hildur Maja Guðmundsdóttir afreksbíkar. Thelma hefur eins og Ágúst Ingi verið að vinna sig upp úr meiðslum og hefur þurft að aðlaga æfingar sínar að meiðslunum en stefnir nú ótrauð á mótatímabilið í sumar. Hildur Maja átti gott ár og var valin í öll landsliðsverkefni sem í boði voru á árinu í fullorðinsflokk og var hársbreidd frá úrslitum á slá á Norður Evrópumóti.

Í hópímleikadeildinni voru það vinkonurnar Andrea Hansen og Kolbrún Júlía sem fengu afreksbíkarinn en þær urðu Evrópumeistarar með kvennaliðinu í Portúgal í desember og eru lykilkonur í meistaraflokksliði Gerplu. Hvatningabíkar í hópímleikum fengu stelpurnar í meistaraflokki kvenna en flokkurinn er að ganga í gegnum kynslóðaskipti og hafa þær sýnt elju og þrautsegju og eru á góðri siglingu. Margar þeirra spiluðu stórt hlutverk með unglingsliði kvenna á Evrópumótinu í Portúgal og uppskáru silfur.

Garpur Gerplu var að þessu sinni Valgerður Sigfinnsdóttir. Hún afrekaði það að keppa fyrst íslenskra kvenna með þrefalt heljarstökk með hálfri skrúfu í keppnislendingu á móti. Hún er jafnframt sönn íþróttakona og mikil fyrirmynd annarra iðkenda og okkar allra.



Þjálfari ársins í áhaldadeild er Alek Ramezanpour. Alek er duglegur og útsjónarsamur þjálfari með mikinn metnað fyrir iðkendur Gerplu. Hann er mjög vel liðinn og Gerpla heppin að hafa hann innan sinna raða.

Þjálfari ársins í grunn- og framhaldsdeild er Ingibjörg Þóra Þórarinsdóttir. Ingibjörg Þóra hefur þjálfað stúlkur í grunn- og framhaldsdeild félagsins. Hún er metnaðarfullur þjálfari sem heldur góðum aga og er iðkendum sínum góð fyrirmynd.

Þjálfari ársins í almennri deild er Birgir Valur Birgisson en hann hefur sinnt æfingum í GGG undanfarin ár sem og sumarnámskeiðum félagsins við mjög góðan orðstýr. Góð stemmning hefur myndast innan hópsins og hefur Birgir lagt sitt á vogarskálarnar.



Í hópfimleikadeild var valið þjálfarateymi annars flokks. Teymið skipaði þau Adam Bæhrenz Björgvinsson, Eyrún Inga Sigurðardóttir, Eysteinn Máni Oddsson og Rebekka Rut Stefánsdóttir. Þau voru mjög öflug í að halda utan um hópinn og einkenndist hópurnir af mikill samkennd, gleði og brottfallið var lítið. Árangurinn á keppnisgólfinu fylgdi svo í kjölfarið.

Félagsmálabikarinn hlaut Fjóla Valdís Árnadóttir en Fjóla Valdís hefur verið ein af þeim sem hafa haldið starfinu uppi í kringum meistaraflokka félagsins í mörg ár. Þar á undan skilaði hún einnig mikilli og góðri vinnu fyrir félagið á ýmsum vígstöðvum. Hún er kraftmikil og á auðvelt með að fá fólk til að hrífast með sér og við þakklát fyrir að hafa hana innan okkar raða.

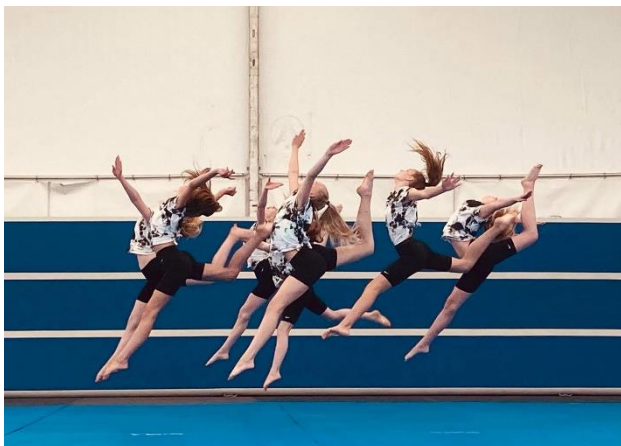
## UPPSKERUHÁTÍÐ ÍTK



Uppskeruhátíð ÍTK var haldin í Salnum í Kópavogi. Gerpla átti að þessu sinni íþróttakonu Kópavogs en Tinna Sif Teitsdóttir var valin. Hún var ein af lykilkonum landsliðsins í hópfimleikum er þær hömpuðu Evrópumeistaratitilnum 2021. Valgarð Reinhardsson var tilnefndur til Íþróttakarls Kópavogs og þau Atli Elvarsson og Sóley Jóhannesdóttir fengu viðurkenningu í flokki 16 ára og yngri. Sóley var í bronsliði Íslands í flokki blandaðra liða á EM og Atli fékk viðurkenningu fyrir góðan árangur í áhaldafimleikum.

## EUROGYM SUMAR 2022

Það var myndarlegur hópur sem fór í ferðalag á Eurogym. Laugardaginn 9. Júlí lagði 27 manna hópur frá Gerplu af stað á Eurogym 2022 í Sviss. Eurogym er fimleikahátíð fyrir ungt fólk og er haldið annað hvert ár. Á Eurogym eiga allir hópar að útbúa atriði sem þeir sýna fyrir framan fjölda fólks á hátíðinni. Gerplustelpurnar sýndu sitt atriði við mjög góðar undirtektir og voru íslensku liðin dugleg að koma og styðja hvort annað. Einnig sækja iðkendur ólíkar og skemmtilegar vinnustofur. Við í Gerplu vorum skráð í Agility dance, dýfingar, parkour og big air bag. Stelpurnar voru sammála um að dýfingar vinnustofan hafi verið langt skemmtilegust og sýndu þær mjög flotta fimleikatakta á stökkpöllum. Inn á milli vinnustofa og sýninga eyddi hópurinn miklum tíma að synda í vatninu, spila strandblak, kíkja í mollið og skoða sig um. Hópurinn var mikið á ferðinni og gekk samtals tæplega 80 km í þessa vikuna. Við erum mjög stolt af flottu fulltrúum Gerplu á þessari skemmtilegu hátíð!





## MÓT, VIÐBURÐIR OG ÁRANGUR

Gerpluiðkendur voru áberandi í íslensku og erlendu fimleikalífi. Engin innlend hóp fimleikamót voru haldin haustið 2021 en haustmót áhaldafimleika og þrepamót eitt fóru fram. Mótahald var svo með nokkuð hefðbundnu sniði á vorönn og má þar helst nefna að Iceland Classic var það stærsta frá upphafi og Gerpla tók að sér mjög krefjandi mótahald fyrir Fimleikasambandið og má þar nefna helst Bikarmót og Íslandsmót fullorðinna í áhaldafimleikum sem haldið var með þriggja vikna millibili í Versöllum. Gerpla endaði svo mótahaldið með stæl þegar Norðurlandamótið í áhaldafimleikum var haldið sumarið 2022. Það er því óhætt að segja að mikið álag var á starfsfólki Gerplu í kringum alla þessa viðburði og er án efa hægt að segja að vel hafi til tekist en allir lögðust á eitt og gerðu þetta vel.



**ÁHALDAFIMLEIKAR INNANLANDS****HAUSTMÓT 1 – FRJÁLSAR ÆFINGAR, 1. -3. ÞREP**

Gerpla vann til alls sex fjölþrautartitla. Þá unnu iðkendur félagsins til fimm silfurverðlauna í fjölþraut og tveggja bronsverðlauna. Gerpluiðkendur unnu því alls til þrettán verðlauna í fjölþraut. Á einstökum áhöldum unnu Gerplu iðkendur til þrjátíu og þriggja gullverðlauna, tuttugu og níu silfurverðlauna og nítján bronsverðlauna. Frábær árangur.

<b>Haustmót</b>	<b>Flokkur</b>	<b>Keppnisgrein</b>	<b>Keppandi</b>	<b>Sæti</b>
Fullorðinsflokkur	KK	Fjölþraut	Atli Snær Valgeirsson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Gólf	Atli Snær Valgeirsson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Gólf	Arnþór Daði Jónasson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Bogahestur	Arnþór Daði Jónasson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Bogahestur	Atli Snær Valgeirsson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Bogahestur	Martin Bjarni Guðmundsson	3. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Hringir	Martin Bjarni Guðmundsson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Hringir	Atli Snær Valgeirsson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Stökk	Guðjón Bjarki Hildarson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Stökk	Atli Snær Valgeirsson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Tvíslá	Martin Bjarni Guðmundsson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Tvíslá	Atli Snær Valgeirsson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Tvíslá	Jónas Ingi Þórisson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Svifrá	Martin Bjarni Guðmundsson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Svifrá	Atli Snær Valgeirsson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	KK	Svifrá	Jónas Ingi Þórisson	3. sæti
1. þrep	KK	Fjölþraut	Kári Pálmason	1. sæti
1. þrep	KK	Gólf	Kári Pálmason	1. sæti
1. þrep	KK	Bogahestur	Kári Pálmason	1. sæti
1. þrep	KK	Hringir	Kári Pálmason	1. sæti
1. þrep	KK	Stökk	Kári Pálmason	1. sæti
1. þrep	KK	Tvíslá	Kári Pálmason	1. sæti
1. þrep	KK	Svifrá	Kári Pálmason	1. sæti
2. þrep	KK	Fjölþraut	Atli Elvarsson	1. sæti
2. þrep	KK	Fjölþraut	Baltasar Guðmu Baldursson	2. sæti
2. þrep	KK	Fjölþraut	Botond Ferenc Kováts	3. sæti
2. þrep	KK	Gólf	Atli Elvarsson	1. sæti
2. þrep	KK	Gólf	Baltasar Guðmun Baldursson	2. sæti
2. þrep	KK	Gólf	Botond Ferenc Kováts	3. sæti
2. þrep	KK	Bogahestur	Atli Elvarsson	1. sæti



2. þrep	KK	Bogahestur	Baltasar Guðmun Baldursson	2. sæti
2. þrep	KK	Bogahestur	Botond Ferenc Kováts	3. sæti
2. þrep	KK	Hringir	Botond Ferenc Kováts	1. sæti
2. þrep	KK	Hringir	Baltasar Guðmundur Baldursson	2. sæti
2. þrep	KK	Hringir	Atli Elvarsson	3. sæti
2. þrep	KK	Stökk	Breki Freyr Ágústsson	1. sæti
2. þrep	KK	Stökk	Botond Ferenc Kováts	2. sæti
2. þrep	KK	Stökk	Atli Elvarsson	3. sæti
2. þrep	KK	Tvíslá	Atli Elvarsson	1. sæti
2. þrep	KK	Tvíslá	Botond Ferenc Kováts	2. sæti
2. þrep	KK	Tvíslá	Baltasar Guðmur Baldursson	3. sæti
2. þrep	KK	Svifrá	Baltasar Guðmun Baldursson	1. sæti
2. þrep	KK	Svifrá	Botond Ferenc Kováts	2. sæti
2. þrep	KK	Svifrá	Atli Elvarsson	3. sæti
3. þrep	KK	Fjölþraut	Ármann Andrason	1. sæti
3. þrep	KK	Gólf	Ármann Andrason	1. sæti
3. þrep	KK	Gólf	Kári Hjaltason	2. sæti
3. þrep	KK	Gólf	Brynjar Sæberg Jóhannsson	3. sæti
3. þrep	KK	Bogahestur	Brynjar Sæberg Jóhannsson	1. sæti
3. þrep	KK	Bogahestur	Kári Hjaltason	2. sæti
3. þrep	KK	Bogahestur	Vilhjálmur Árni Sigurðsson	3. sæti
3. þrep	KK	Hringir	Kári Hjaltason	1. sæti
3. þrep	KK	Hringir	Ármann Andrason	2. sæti
3. þrep	KK	Hringir	Brynjar Sæberg Jóhannsson	3. sæti
3. þrep	KK	Stökk	Kári Hjaltason	1. sæti
3. þrep	KK	Stökk	Vilhjálmur Árni Sigurðsson	2. sæti
3. þrep	KK	Stökk	Brynjar Sæberg Jóhannsson	3. sæti
3. þrep	KK	Tvíslá	Brynjar Sæberg Jóhannsson	1. sæti
3. þrep	KK	Tvíslá	Kári Hjaltason	2. sæti
3. þrep	KK	Tvíslá	Ármann Andrason	3. sæti
3. þrep	KK	Svifrá	Ármann Andrason	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KVK	Fjölþraut	Agnes Suto	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KVK	Fjölþraut	Kristín Sara Jónsdóttir	2. sæti
Fullorðinsflokkur	KVK	Stökk	Kristín Sara Jónsdóttir	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KVK	Stökk	Agnes Suto	2. sæti
Fullorðinsflokkur	KVK	Tvíslá	Agnes Suto	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KVK	Tvíslá	Kristín Sara Jónsdóttir	2. sæti
Fullorðinsflokkur	KVK	Slá	Agnes Suto	1. sæti

Fullorðinsflokkur	KVK	Slá	Kristín Sara Jónsdóttir	3. sæti
Fullorðinsflokkur	KVK	Gólf	Kristín Sara Jónsdóttir	1. sæti
Fullorðinsflokkur	KVK	Gólf	Agnes Suto	2. sæti
Unglingaflokkur	KVK	Fjölþraut	Dagný Björt Axelsdóttir	2. sæti
Unglingaflokkur	KVK	Tvíslá	Dagný Björt Axelsdóttir	3. sæti
Unglingaflokkur	KVK	Slá	Dagný Björt Axelsdóttir	1. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Fjölþraut	Kristjana Ósk Ólafsdóttir	1. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Fjölþraut	Berglind Edda Birkisdóttir	2. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Fjölþraut	Sól Lilja Sigurðardóttir	3. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Stökk	Kristjana Ósk Ólafsdóttir	2. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Stökk	Rakel Sara Pétursdóttir	3. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Tvíslá	Sól Lilja Sigurðardóttir	1. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Tvíslá	Kristjana Ósk Ólafsdóttir	2. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Slá	Berglind Edda Birkisdóttir	1. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Slá	Lilja Guðrún Gunnarsdóttir	2. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Slá	Kristjana Ósk Ólafsdóttir	3. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Gólf	Kristjana Ósk Ólafsdóttir	1. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Gólf	Hekla Hákonardóttir	2. sæti
Stúlknaflokkur	KVK	Gólf	Sól Lilja Sigurðardóttir	3. sæti
1. þrep	KVK	Stökk	Selma Bjarkadóttir	2. sæti
1. þrep	KVK	Gólf	Selma Bjarkadóttir	2. sæti
2. þrep 12 ára og yngri	KVK	Slá	Elín Þóra Jóhannesdóttir	2. sæti
3. þrep 12 ára	KVK	Fjölþraut	Hekla Tomasdóttir Albrigtsen	2. sæti
3. þrep 12 ára	KVK	Stökk	Hekla Tomasdóttir Albrigtsen	2. sæti
3. þrep 12 ára	KVK	Gólf	Hekla Tomasdóttir Albrigtsen	1. sæti
3. þrep 12 ára	KVK	Gólf	Emilía Rós Elíasdóttir	3. sæti

### PREPAMÓT I – PREP 5.-4. PREP

Á þrepamóti I var keppt í 5. og 4. þrepi. Eingöngu er keppt til þess að ná þrepi. Einn piltur náði þrepinu sínu ásamt 5. stúlkum.

Prepamót I	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Stig
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Ásthildur Nína Guðmundsdóttir	59.300
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Emilía Björk Stefánsdóttir	58.275
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Amalía Ívarsdóttir	58.075
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Bylgja Ýr Þórarinsdóttir	56.700
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Rakel Brynja Guðmundsdóttir	56.450
4. þrep	kk	Fjölþraut	Tómas Andri Þorgeirsson	80.000

**PREPAMÓT II – PREP 5.-4. PREP**

Á þrepamóti II var keppt í 5. og 4. þrepi. Eingöngu er keppt til þess að ná þrepi. Tveir piltar náðu þrepinu sínu ásamt 3. stúlkum.

Prepamót II	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Stig
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Andrea Rán Hlynsdóttir	59.100
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Andrea Björk Berry	58.250
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Karen Van der Putte	58.200
5. þrep	kk	Fjölþraut	Kári Arnarson	79.250
5. þrep	kk	Fjölþraut	Bjarki Örn Guðjónsson	77.100

**PREPAMÓT – PREP 1.-3. PREP**

Gerpla vann einn fjölþrautartitil. Þá unnu iðkendur félagsins til fjögurra silfurverðlauna í fjölþraut og tveggja bronsverðlauna. Gerpluiðkendur unnu því alls til sjö verðlauna í fjölþraut. Á einstökum áhöldum unnu Gerplu iðkendur til tólf gullverðlauna, tíu silfurverðlauna og tíu bronsverðlauna.

Prepamót	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
1. þrep	KK	Fjölþraut	Snorri Rafn William Davíðsson	2. sæti
2. þrep	KK	Fjölþraut	Botond Ferenc Kováts	1. sæti
2. þrep	KK	Fjölþraut	Baltasar Guðmun Baldursson	2. sæti
2. þrep	KK	Fjölþraut	Ólafur Grétar Vilhelmsson	3. sæti
2. þrep	KK	Gólf	Baltasar Guðmund Baldursson	1. sæti
2. þrep	KK	Gólf	Botond Ferenc Kováts	2. sæti
2. þrep	KK	Gólf	Breki Freyr Ágústsson	3. sæti
2. þrep	KK	Bogahestur	Botond Ferenc Kováts	1. sæti
2. þrep	KK	Bogahestur	Baltasar Guðmundu Baldursson	2. sæti
2. þrep	KK	Bogahestur	Ólafur Grétar Vilhelmsson	3. sæti
2. þrep	KK	Hringir	Botond Ferenc Kováts	1. sæti
2. þrep	KK	Hringir	Baltasar Guðmundu Baldursson	2. sæti
2. þrep	KK	Hringir	Benjamín Fanndal Sturluson	3. sæti
2. þrep	KK	Stökk	Breki Freyr Ágústsson	1. sæti
2. þrep	KK	Stökk	Benjamín Fanndal Sturluson	2. sæti
2. þrep	KK	Stökk	Baltasar Guðmund Baldursson	3. sæti
2. þrep	KK	Tvíslá	Botond Ferenc Kováts	1. sæti
2. þrep	KK	Tvíslá	Baltasar Guðmund Baldursson	2. sæti
2. þrep	KK	Tvíslá	Ólafur Grétar Vilhelmsson	3. sæti
2. þrep	KK	Svifrá	Botond Ferenc Kováts	1. sæti
2. þrep	KK	Svifrá	Ólafur Grétar Vilhelmsson	2. sæti

2. þrep	KK	Svifrá	Breki Freyr Ágústsson	3. sæti
3. þrep 13 ára og yngri	KK	Bogahestur	Kári Hjaltason	3. sæti
3. þrep 13 ára og yngri	KK	Hringir	Kári Hjaltason	3. sæti
3. þrep 13 ára og yngri	KK	Tvíslá	Tómas Andri Þorgeirsson	3. sæti
3. þrep 13 ára og yngri	KK	Svifrá	Kári Hjaltason	2. sæti
2. þrep 13 ára og eldri	KVK	Slá	Anja Erla Pálsdóttir	2. sæti
2. þrep 13 ára og eldri	KVK	Gólf	Elín Þóra Jóhannesdóttir	2. sæti
2. þrep 12 ára og yngri	KVK	Fjölþraut	Ísabella Róbertsdóttir	2. sæti
2. þrep 12 ára og yngri	KVK	Fjölþraut	Sólný Inga Hilmarsdóttir	3. sæti
2. þrep 12 ára og yngri	KVK	Tvíslá	Sólný Inga Hilmarsdóttir	1. sæti
2. þrep 12 ára og yngri	KVK	Tvíslá	Ísabella Róbertsdóttir	3. sæti
2. þrep 12 ára og yngri	KVK	Gólf	Ísabella Róbertsdóttir	1. sæti
3. þrep 13 ára og eldri	KVK	Slá	Sandra Kristín Tandradóttir	2. sæti
3. þrep 13 ára og eldri	KVK	Gólf	Emilía Rós Elíasdóttir	1. sæti
3. þrep 12 ára	KVK	Fjölþraut	Elín Lára Jónsdóttir	2. sæti
3. þrep 12 ára	KVK	Tvíslá	Elín Lára Jónsdóttir	1. sæti
3. þrep 12 ára	KVK	Gólf	Elín Lára Jónsdóttir	1. sæti
3. þrep 11 ára og yngri	KVK	Slá	Matthildur Brynja Unnarsdóttir	1. sæti

## BIKARMÓTI

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

### **Meistaraflokkur kvenna Bikarmeistarar – frjálsar æfingar KVK**

Keppendur	
Thelma Aðalsteinsdóttir	Hildur Maja Guðmundsdóttir
Agnes Suto	Kristjana Ósk Ólafsdóttir
Dagný Björt Axelsdóttir	

### **Meistaraflokkur karla, Gerpla 1 Bikarmeistarar – frjálsar æfingar KK**

Keppendur	
Jónas Ingi Þórisson	Martin Bjarni Guðmundsson
Dagur Kári Ólafsson	Valgarð Reinhardsson
Atli Snær Valgeirsson	

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

Keppendur	
Eyþór Örn Baldursson	Arnþór Daði Jónasson
Kári Pálmason	Valdimar Matthíasson
Ágúst Ingi Davíðsson	

### 1. þrep karla – Bikarmeistarar

Keppendur	
Kári Pálmason	Breki Freyr Ágústsson
Snorri Rafn William Davíðsson	

### 2. þrep karla – Bikarmeistarar

Keppendur	
Ólafur Grétar Vilhelmsson	Daníel Theodór Glastonbury
Andri Fannar Hreggviðsson	Atli Elvarsson
Botond Ferenc Kováts	

### 2. þrep kvenna – 3. Sæti á Bikarmóti

Keppendur	
Ísabella Róbertsdóttir	Bára Björk Jóelsdóttir
Sólný Inga Hilmarsdóttir	Aníta Eik Davíðsdóttir
Elín Þóra Jóhannesdóttir	

### 3. þrep karla – 2. Sæti á Bikarmóti

Keppendur	
Ármann Andrason	Kári Hjaltason
Fannar Kjerúlf	Nökkvi Arnarson
Friðrik Sigurðsson	

### 3. þrep kvenna – 3. Sæti á Bikarmóti

Keppendur	
Elín Lára Jónsdóttir	Rakel Ásta Egilsdóttir
Matthildur Brynja Unnarsdóttir	Elfa María Reynisdóttir
Hanna Ísabella Gísladóttir	Sandra Kristín Tandradóttir

## ÍSLANDSMÓT Í ÞREPUM

Gerpla átti flotta fulltrúa á mótinu og unnu til tveggja Íslandsmeistaratitla í aldursflokkum, tveggja silfurverðlauna og þriggja bronsverðlauna. Botond og Kári unnu svo Íslandsmeistaratitil í 2. þrepi og 1. þrepi, þeir voru stigahæstir í sínu þrepi af öllum keppendum.

Íslandsmót í þrepum	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
1. þrep	KK	Fjölþraut	Kári Pálmason	1. sæti
2. þrep	KK	Fjölþraut	Botond Ferenc Kováts	1. sæti
3. þrep	KK	Fjölþraut	Ármann Andrason	3. sæti
2. þrep 12 ára og yngri	KVK	Fjölþraut	Ísabella Róbertsdóttir	2. sæti
2. þrep 12 ára og yngri	KVK	Fjölþraut	Sólný Inga Hilmarsdóttir	3. sæti

3. þrep 11 ára og yngri	KVK	Fjölþraut	Elfa María Reynisdóttir	2. sæti
3. þrep 13 ára og eldri	KVK	Fjölþraut	Hekla Tomasdóttir Algrigtsen	3. sæti

### ÍSLANDSMÓT Í PREPUM – SPECIAL OLYMPICS

Gerpla átti frábæra fulltrúa í keppni Special Olympics á þrepamóti III, Allir tíu keppendur mótsins voru frá Gerplu. Frábært að sjá framfarir hjá okkar fólki á hverju ári. Verður gaman að fylgjast með þeim mæta aftur að ári og sýna listir sínar.

Íslandsmót SO	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
Special Ol	kvk	Fjölþraut	Elva Björg Gunnarsdóttir	1. sæti
Special Ol	kvk	Fjölþraut	María Ragnhildu Ragnarsdóttir	1. sæti
Special Ol eldri	kk	Fjölþraut	Magnús Orri Arnarson	1. sæti
Special Ol 3 eldri	kk	Fjölþraut	Davíð Þór Torfason	2. sæti
Special Ol 3 eldri	kk	Fjölþraut	Birkir Eiðsson	3. sæti
Special Ol 3 yngri	kk	Fjölþraut	Sigmundur Kári	1. sæti
Special Ol 3 yngri	kk	Fjölþraut	Tómas Örn Rúnarsson	2. sæti
Special Ol 3 yngri	kk	Fjölþraut	Unnar Ingi Ingólfsson	3. sæti
Special Ol Þátttaka	Kk	Fjölþraut	Hringur Úlfarsson	
Special Ol Þátttaka	kvk	Fjölþraut	Arna Ýr Jónadóttir	

### ÍSLANDSMÓT Í FRJÁLSUM ÆFINGUM

Frábær áranagur á Íslandsmótinu í frjálsum æfingum. Valgarð varð Íslandsmeistari í sjötta sinn og átti Gerpla efstu sex sætin í fjölþraut ásamt því að allir nema einn Íslandsmeistaratitill á einstökum áhöldum fóru til okkar manna í Gerplu. Gerpla átti einn keppanda í unglingsflokkum á Íslandsmótinu að þessu sinni og var það hann Kári Pálmason. Kári er enn keppandi í piltaflokkum og átti glæsilegt mót og vann til tveggja verðlauna við piltu sem eru töluvert eldri. Í kvennaflokkum mætti Gerpla með öflugan hóp keppanda Thelma Aðalsteinsdóttir kom sá og sigraði með stórkostlegt mót, Hildur Maja Guðmundsdóttir átti einnig frábært mót endaði í 2. sæti í fjölþraut á sínu öðru ári í fullorðinsflokkum hársbreidd frá sigrinum. Agnes Suto varð síðan í 3. sæti og Gerpla átti einnig fjórða sætið í fjölþraut og var það hún Dagný Björt Axelsdóttir sem var að keppa á sínu fyrsta Íslandsmóti í fullorðinsflokkum. Íslandsmeistari unglings flokkum varð síðan hún Rakel Sara Pétursdóttir, ung og efnileg stúlka úr Gerplu sem er enn keppandi í stúlknaflökkum og þar sem er ekki keppt í stúlknaflökkum á Íslandsmóti þá fá þær undanþágu að keppa í unglingsflokkum. Frábær árangur hjá okkar fólki. Á sunnudeginum mættu Gerplustelpurnar okkar einbeittar til leiks og varð Hildur Maja Íslandsmeistari á slá og gólfi, Íslandsmeistari á stökki og tvíslá varð síðan reynsluboltinn okkar hún Agnes Suto.

Íslandsmót í frjálsum	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
Fullorðinsflokkur	kk	Fjölþraut	Valgarð Reinhardsson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Fjölþraut	Jónas Ingi Þórisson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Fjölþraut	Martin Bjarni Guðmundsson	3. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Fjölþraut	Thelma Aðalsteinsdóttir	1. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Fjölþraut	Hildur Maja Guðmundsdóttir	2. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Fjölþraut	Agnes Suto	3. sæti
Unglingaflokkur	kvk	Fjölþraut	Rakel Sara Pétursdóttir	1. sæti
Fullorðinsflokkur	kk	Gólf	Valgarð Reinhardsson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Gólf	Martin Bjarni Guðmundsson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Gólf	Dagur Kári Ólafsson	3. sæti
Fullorðinsflokkur	kk	Bogahestur	Dagur Kári Ólafsson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Bogahestur	Arnþór Daði Jónasson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Bogahestur	Valgarð Reinhardsson	3. sæti
Fullorðinsflokkur	kk	Hringir	Valgarð Reinhardsson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Hringir	Jónas Ingi Þórisson	3. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Stökk	Valgarð Reinhardsson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Stökk	Eyþór Örn Baldursson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Stökk	Valdimar Matthíasson	3. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Tvíslá	Dagur Kári Ólafsson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Tvíslá	Valgarð Reinhardsson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Tvíslá	Jónas Ingi Þórisson	3. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Svifrá	Valgarð Reinhardsson	1. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Svifrá	Dagur Kári Ólafsson	2. sæti
Fullorðinsflokkur	Kk	Svifrá	Martin Bjarni Guðmundsson	3. sæti
Unglingaflokkur	kk	Gólf	Kári Pálmason	3. sæti
Unglingaflokkur	kk	Hringir	Kári Pálmason	3. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Stökk	Agnes Suto	1. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Stökk	Hildur Maja Guðmundsdóttir	2. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Tvíslá	Agnes Suto	1. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Tvíslá	Thelma Aðalsteinsdóttir	2. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Tvíslá	Hildur Maja Guðmundsdóttir	3. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Slá	Hildur Maja Guðmundsdóttir	1. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Slá	Dagný Björt Axelsdóttir	2. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Slá	Thelma Aðalsteinsdóttir	2. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Gólf	Hildur Maja Guðmundsdóttir	1. sæti
Fullorðinsflokkur	kvk	Gólg	Thelma Aðalsteinsdóttir	2. sæti
Unglingaflokkur	kvk	Tvíslá	Rakel Sara Pétursdóttir	1. sæti
Unglingaflokkur	kvk	Tvíslá	Kristjana Ósk Ólafsdóttir	3. sæti

Unglingaflokkur	kvk	Slá	Ísabella Róbertsdóttir	1. sæti
Unglingaflokkur	kvk	Slá	Rakel Sara Pétursdóttir	2. sæti

### PREPAMÓT III – PREP 5.-4. PREP

Á þrepamóti III var keppt í 5. og 4. þrepi. Eingöngu er keppt til þess að ná þrepi. Níu piltar náðu þrepinu sínu ásamt fimm stúlkum.

Prepamót III	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Stig
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Ísabella Benonýsdóttir	59.900
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Ella Sif Ágústsdóttir	59.150
5. þrep	kk	Fjölþraut	Þórarinn Höskuldsson	78.050
5. þrep	kk	Fjölþraut	Hrannar Már Músson	75.900
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Theodora Líf Aradóttir	58.225
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Sandra Ósk Halldórsdóttir	57.200
4. þrep	kvk	Fjölþraut	Áróra Sif Rúnarsdóttir	56.225
4. þrep	kk	Fjölþraut	Ragnar Örn Ingimarsson	85.800
4. þrep	kk	Fjölþraut	Pétur Hrafn Davíðsson	81.000
4. þrep	kk	Fjölþraut	Ísak Þór Ívarsson	77.400
4. þrep	kk	Fjölþraut	Eysteinn Daði Lárússon	76.900
4. þrep	kk	Fjölþraut	Tadas Eidukonis	76.400
4. þrep	kk	Fjölþraut	Brynjar Björn Haraldsson	76.200
4. þrep	kk	Fjölþraut	Alex Þór Jones	75.600

### ICELAND CLASSIC

Var loksins haldið á réttum tíma í ár og voru hátt í 500 keppendur á mótinu: eftirfarandi Gerpluiðkendur náðu þrepi á mótinu

Iceland Classic	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Stig
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Berglind Sara Erlingsdóttir	58.300
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Berglind Björk Atladóttir	58.250
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Anna María Tryggvadóttir	58.000
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Luna de Jesus Ch.Torres	60.250
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Arndís Björk Jónsdóttir	60.050
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Þórdís Birna Kristmannsdóttir	58.700
5. þrep	kvk	Fjölþraut	Hulda Kristín Björnsdóttir	58.500



4. þrep	kvk	Fjölþraut	Jóhanna Bryndís Andradóttir	57.075
3. þrep	kvk	Fjölþraut	Rakel Ásta Egilsdóttir	54.699
3. þrep	kvk	Fjölþraut	Elín Lára Jónsdóttir	54.114
3. þrep	kvk	Fjölþraut	Matthildur Brynja Unnarsd	56.998
3. þrep	kvk	Fjölþraut	Elfa María Reynisdóttir	54.415
2. þrep	kvk	Fjölþraut	Bára Björk Jóelsdóttir	57.864
2. þrep	kvk	Fjölþraut	Ísabella Róbertsdóttir	55.948
2. þrep	kvk	Fjölþraut	Sólný Inga Hilmarsdóttir	55.048
2. þrep	kvk	Fjölþraut	Aníta Eik Davíðsdóttir	52.849
2. þrep	kk	Fjölþraut	Atli Elvarsson	77.150

### **GK MEISTARAMÓT**

Kept var á GK meistaramóti í maí. Iðkendur Gerplu áttu frábært mót og eignuðumst við GK meistara í karlaflokki, unglingsflokki kvk og stúlknaflökki.

<b>GK meistaramót</b>	<b>Flokkur</b>	<b>Keppnisgrein</b>	<b>Keppandi</b>	<b>Sæti</b>
Karlaflokkur	kk	Fjölþraut	Valgarð Reinhardsson	1. sæti
Karlaflokkur	kk	Fjölþraut	Dagur Kári Ólafsson	2. sæti
Karlaflokkur	kk	Fjölþraut	Atli Snær Valgeirsson	3. sæti
Karlaflokkur	kk	Gólf	Valgarð Reinhardsson	1. sæti
Karlaflokkur	kk	Gólf	Dagur Kári Ólafsson	2. sæti
Karlaflokkur	kk	Gólf	Valdimar Matthíasson	3. sæti
Karlaflokkur	kk	Bogi	Dagur Kári Ólafsson	1. sæti
Karlaflokkur	kk	Bogi	Arnpór Daði Jónasson	2. sæti
Karlaflokkur	kk	Bogi	Valgarð Reinhardsson	3. sæti
Karlaflokkur	kk	Hringir	Valgarð Reinhardsson	1. sæti
Karlaflokkur	kk	Hringir	Dagur Kári Ólafsson	3. sæti
Karlaflokkur	kk	Stökk	Valdimar Matthíasson	1. sæti
Karlaflokkur	kk	Tvíslá	Atli Snær Valgeirsson	1. sæti
Karlaflokkur	kk	Tvíslá	Ágúst Ingi Davíðsson	3. sæti

Karlaflokkur	kk	Tvíslá	Dagur Kári Ólafsson	3. sæti
Karlaflokkur	kk	Svifrá	Dagur Kári Ólafsson	1. sæti
Karlaflokkur	kk	Svifrá	Valgarð Reinhardsson	3. sæti
Kvennaflokkur	kvk	Fjölþraut	Hildur Maja Guðmundsd	2. sæti
Kvennaflokkur	kvk	Fjölþraut	Agnes Suto	3. sæti
Kvennaflokkur	kvk	Stökk	Hildur Maja Guðmundsd	1. sæti
Kvennaflokkur	kvk	Stökk	Agnes Suto	2. sæti
Kvennaflokkur	kvk	Tvíslá	Thelma Aðalsteinsdóttir	1. sæti
Kvennaflokkur	kvk	Tvíslá	Hildur Maja Guðmundsd	3. sæti
Kvennaflokkur	kvk	Slá	Hildur Maja Guðmundsd	2. sæti
Kvennaflokkur	kvk	Slá	Agnes Suto	3. sæti
Kvennaflokkur	kvk	Gólf	Agnes Suto	1. sæti
Kvennaflokkur	kvk	Gólf	Hildur Maja Guðmundsd	2. sæti
Unglingaflokkur	Kvk	Fjölþraut	Kristjana Ósk Ólafsdóttir	1. sæti
Unglingaflokkur	kvk	Stökk	Kristjana Ósk Ólafsdóttir	3. sæti
Unglingaflokkur	kvk	Tvíslá	Kristjana Ósk Ólafsdóttir	1. sæti
Unglingaflokkur	kvk	Gólf	Kristjana Ósk Ólafsdóttir	2. sæti
Stúlknafllokkur	kvk	Fjölþraut	Rakel Sara Pétursdóttir	1. sæti
Stúlknafllokkur	kvk	Fjölþraut	Bára Björk Jóelsdóttir	2. sæti
Stúlknafllokkur	kvk	Stökk	Bára Björk Jóelsdóttir	1. sæti
Stúlknafllokkur	kvk	Stökk	Rakel Sara Pétursdóttir	2. sæti
Stúlknafllokkur	kvk	Tvíslá	Rakel Sara Pétursdóttir	1. sæti
Stúlknafllokkur	kvk	Tvíslá	Bára Björk Jóelsdóttir	3. sæti
Stúlknafllokkur	kvk	Slá	Rakel Sara Pétursdóttir	1. sæti
Stúlknafllokkur	kvk	Slá	Bára Björk Jóelsdóttir	2. sæti
Stúlknafllokkur	kvk	Gólf	Bára Björk Jóelsdóttir	1. sæti
Stúlknafllokkur	kvk	Gólf	Rakel Sara Pétursdóttir	3. sæti
Drengjaflokkur	kk	Gólf	Botond Ferenc Kováts	1. sæti
Drengjaflokkur	kk	Hringir	Kári Pálmason	1. sæti

## HÓPFIMLEIKAR INNANLANDS

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

### HAUSTMÓT STÖKKFIMI

Féll niður um haustið en var síðan haldið í febrúar 2022 samhliða GK meistaramóti í hópímleikum. Gerpla átti eitt lið á mótinu og sigraði 2. flokkur mix sinn flokk.

Haustmót stökkfimi	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
2. flokkur mix	Mix	Stökkfimi	Gerpla Mix	1. sæti

### HAUSTMÓT I – 3. OG 4. FLOKKUR

Fellt niður vegna Covid-19

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

Fellt niður vegna Covid-19

### GK-MÓT Í HÓPFIMLEIKUM

Fyrsta mót vetrarins í fullorðinsflokki, 1. flokki, 2. flokki og KKe. Gerpla varð í 1. sæti í meistaraflokki kvenna, í 2. flokki kvenna í 3. sæti. 1. flokkurinn okkar kom sá og sigraði bæði í kvennaflokki og í blönduðum flokki (mix).

GK mót	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
2. flokkur mix	Mix	Hópímleikar	Gerpla Mix	1. sæti
2. flokkur	kvk	Hópímleikar	Gerpla	3. sæti
1. flokkur A	kvk	Hópímleikar	Gerpla	1. sæti
1. flokkur Mix A	Mix	Hópímleikar	Gerpla	1. sæti
Meistaraflokkur	kvk	Hópímleikar	Gerpla	1. sæti

### BIKARMÓT UNGLINGA

Gerpla sendi fjöldan allan af liðum til keppni á mótinu í öllum flokkum. 5. flokkur hóf keppni á mótinu og áttum við tvö lið í þeim flokki. Gerpla 1 sigraði og Gerpla 2 í því sjöunda sæti, frábær árangur hjá þeim á sínu fyrsta móti. 3. flokkur Gerplu kom næst inn á gólfið til keppni og vorum við með tvö lið einnig í þeim flokki. Gerpla 1 sigraði sinn flokk og Gerpla 2 lenti í sjötta sæti.

Drengirnir okkar í kky voru að keppa á sínu fyrsta hópímleikamóti og urðu þeir í 2. Sæti með lið eitt og í því sjötta með lið 2. Síðastar út á keppnisgólfið var 4. flokkur og áttum við fjögur

lið þar. Gerpla 1 kom sá og sigraði með miklum yfirburðum, lið 2 varð í 5. Sæti, lið 3 í því 11. Og lið 4 í því 20.

Bikarmót Unglinga	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
5. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 1	1. sæti
5. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 2	7. sæti
4. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 1	1. sæti
4. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 2	5. sæti
4. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 3	11. sæti
4. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 4	20. sæti
3. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 1	1. sæti
3. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 2	6. sæti
2. flokkur Mix	Mix	Hópfimleikar	Gerpla	1. sæti
2. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla	4. sæti
KKy	kk	Hópfimleikar	KKy 1	2. sæti
KKy	kk	Hópfimleikar	KKy 2	6. sæti

#### BIKARMÓT Í STÖKKFIMI

Mótið fór fram í Digranesi. Gerpla sendi fimm lið til keppni.

Bikarmót Stökkfimi	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
3. flokkur A	kvk	Hópfimleikar	Gerpla	4. sæti
5. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla Gulur	2. sæti
5. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla Rauður	5. sæti
4. flokkur A	kvk	Hópfimleikar	Gerpla Rauður	2. sæti
4. flokkur B	Kvk	Hópfimleikar	Gerpla Gulur	6. sæti

#### BIKARMÓT Í HÓPFIMLEIKUM

Fór fram í Dalhúsum í Grafarvogi. Gerpla sendi þrjú lið til keppni. Gerpla 1. Flokkur mix og kvenna urðu Bikarmeistarar árið 2022.

Bikarmót Stökkfimi	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
Meistaraflokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 1	2. sæti
1. flokkur Mix	Mix	Hópfimleikar	Gerpla 1	1. sæti
1. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 1	1. sæti

#### MÓTARÓÐIN Í HÓPFIMLEIKUM

Var haldin á Akureyri. Gerpla sendi eitt lið til keppni. Nýtt mót þar sem keppt er í meistaraflokkum í æfingalendingar, en ekki keppnislendingar.

Bikarmót Stökkfimi	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
Meistaraflokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla	2. sæti

### ÍSLANDSMÓT Í HÓPFIMLEIKUM

Mótið var haldið á Selfossi, Gerpla átti þrjú lið á mótinu. Íslandsmeistarar í 1. Flokki kvenna og 1. Flokki mix.

Íslandsmót	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
Meistaraflokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 1	2. sæti
1. flokkur	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 1	1. sæti
1. Flokkur mix	mix	Hópfimleikar	Gerpla	1. sæti

### VORMÓT Í HÓPFIMLEIKUM / STÖKKFIMI

Mótið var haldið á Selfossi, Gerpla átti átta lið á mótinu. Vormótsmeistarar í 4. Flokk A og 4. Flokk C.

Vormót	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
KKy	Kk	Hópfimleikar	Gerpla 1	4. sæti
KKy	Kk	Hópfimleikar	Gerpla 2	6. sæti
4. flokkur A deild	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 1	1. sæti
4. flokkur A deild	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 2	2. sæti
4. flokkur B deild	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 3	2. sæti
4. flokkur C deild	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 4	1. sæti
5. flokkur A deild	Kvk	Hópfimleikar	Gerpla 1	5. sæti
5. flokkur A deild	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 2	8. sæti
5. flokkur	kvk	Stökkfimi	Gerpla	4. sæti
4. flokkur A deild	kvk	Stökkfimi	Gerpla Rauður	3. sæti
4. flokkur A deild	kvk	Stökkfimi	Gerpla Gulur	6. sæti

### ÍSLANDSMÓT Í HÓPFIMLEIKUM / STÖKKFIMI

Mótið var haldið í Ásgarði í Garðabæ. Gerpla átti fimm lið á mótinu. Keppt var um Íslandsmeistaratitla í 3. Flokk og 2. flokk í A keppni. 2. Flokkur mix kom sá og sigraði og varð Íslandsmeistari.

Íslandsmót	Flokkur	Keppnisgrein	Keppandi	Sæti
3. flokkur A	Kvk	Stökkfimi	Gerpla 1	3. sæti
2. flokkur	Kvk	Hópfimleikar	Gerpla 1	3. sæti
2. flokkur mix	mix	Hópfimleikar	Gerpla	1. sæti
3. flokkur A	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 1	2. sæti
3. flokkur A	kvk	Hópfimleikar	Gerpla 2	8. sæti

## ÁHALDAFIMLEIKAR ERLENDIS

### NORÐURLANDAMÓT UNGLINGA – Á NETINU

Norðurlandamót unglunga var haldið á internetinu í október 2021. Mótið á Íslandi fór fram í Björk. Miklar tafir urðu á mótinu vegna slakrar internettengingar hjá flestum þjóðum, og áttu dómara í stökustu vandræðum með að sjá æfingarnar. Gerpla átti tvo keppendur í landsliðum Íslands á mótinu. Dagur Kári Ólafsson náði þeim frábæra árangri að hafna í 3. Sæti í fjölþraut. Dagur Kári varð síðan Norðurlandameistari unglunga á bogahesti og á svifrá, ásamt því að Íslensku strákarnir urðu í 2. Sæti í liðakeppni. Frábær árangur hjá Degi Kára á sínu síðasta ári í unglingaflokki. Dagný Björt Axelsdóttir var einnig í unglingalandsliði Íslands á mótinu og átti virkilega flott mót. Dagný varð í 9. Sæti í fjölþraut.



### HEIMSMEISTARAMÓTIÐ Í ÁHALDAFIMLEIKUM

Heimsmeistaramótið í áhaldafimleikum fór fram í Japan í október. Gerpla átti fjóra keppendur á mótinu, Hildur Maja Guðmundsdóttir var eini keppandinn okkar í kvennakeppninni, Valgarð Reinhardsson, Martin Bjarni Guðmundsson og Jónas Ingi Þórisson kepptu í karlakeppninni. Keppendur okkar áttu flott mót.

### NORÐUR EVRÓPUMÓT

Norður Evrópumót var haldið í Wales í nóvember 2021. Gerpla átti sjö keppendur í landsliðum Íslands á mótinu. Í karlalandsliðinu voru það Valgarð Reinhardsson, Martin Bjarni Guðmundsson, Jónas Ingi Þórisson og Dagur Kári Ólafsson. Bestum árangri á mótinu náði Jónas Ingi þar sem hann komst í úrslit á þremur áhöldum. Jónas Ingi gerði sér lítið fyrir og vann til bronsverðlauna á gólfi. Í kvennalandsliðinu áttum við þrjár stúlkur í liðinu þær Hildi Maju Guðmundsdóttur, Agnesi Suto og Kristínu Söru Jónsdóttur.

### GYMNOVA CUP

Dagný Björt Axelsdóttir fór með unglingalandsliðinu á boðsmót í Belgíu sem heitir Gymnova Cup í nóvember. Hún stóð sig frábærlega á því móti.



### **ELITE GYM MASSILIA**

Gerpla sendi sjö stúlkur til keppni á franskt boðsmót sem heitir Elite Gym Massilia sem fram fer í Marseille í Frakklandi ár hvert í Nóvember. Mótið fer fram á podium og er því virkilega glæsileg mót og mikil reynsla sem fæst að keppa á þessu móti. Stúlkurnar sem fóru á mótið eru fæddar árið 2009-2010. Þetta var þeirra fyrsta alþjóðlega mót. Stúlkurnar átti mjög flott mót og komu heim reynslunni ríkari og staðráðnar að fara í fleiri verkefni á næstu árum. Stúlkurnar sem fóru á mótið eru Kristjana Ósk Ólafsdóttir, Berglind Edda Birkisdóttir, Sól Lilja Sigurðardóttir, Rakel Sara Pétursdóttir, Elísa Margrét Gunnarsdóttir, Lilja Guðrún Gunnarsdóttir og Hekla Hákonardóttir.

## NORÐURLANDAMÓT FULLORÐINNA Á ÍSLANDI

Norðurlandamótið í áhaldafimleikum fór fram á Íslandi í júlí í umsjón Gerplu. Keppt var bæði í fullorðinsflokki og í unglingsflokki. Gerpla átti fjóra landsliðsmenn í fullorðinsflokki karla, þá Valgarð Reinhardsson, Martin Bjarna Guðmundsson, Jónas Inga Þórisson og Atla Snæ Valgeirsson. Íslensku strákarnir urðu í 4. sæti í liðakeppni. Bestan árangur íslensku strákanna í fjölþraut átti Valgarð Reinhardsson þar sem hann lenti í 10. Sæti. Valgarð vann einnig til verðlauna á einstökum áhöldum þar sem hann varð í 2. sæti á gólfi og stökki, hann komst einnig í úrslit á hringjum og hafnaði í 5. Sæti. Martin Bjarni komst í úrslit á svifrá og endaði í 6. sæti. Í kvennaflokknum áttum við fjórar stúlkur í Fullorðins landsliðinu, þær Dagný Björt Axelsdóttir, Hildi Maju Guðmundsdóttir, Agnesi Suto og Thelmu Aðalsteinsdóttir. Íslenska liðið varð í 3. sæti eftir ótrúlega spennandi keppni, frábær árangur hjá stelpunum. Besta árangur í fjölþraut á Thelma Aðalsteinsdóttir þar sem hún lenti í 6. sæti. Í úrslitum á áhöldum eignuðumst við Norðurlandameistara á slá, Thelma Aðalsteinsdóttir kom sá og sigraði með frábærar æfingar. Hildur Maja náði einnig frábærum árangri í úrslitum á áhöldum og nældi sér í silfurverðlaun með glænýja gólfæfingu. Agnes Suto fór í úrslit á stökki og varð í 6. sæti og einnig á gólfi þar sem hún lenti í 4. sæti einungis 0,05 frá 3. sætinu. Við áttum einnig ungar og efnilegar stúlkur í unglingslandsliðinu þær Kristjönu Ósk Ólafsdóttir og Sól Lilju Sigurðardóttir, þær voru varamenn að þessu sinni en það verður gaman að fylgjast með þeim á næsta ári þegar Norðurlandamót unglunga fer fram í Finnlandi í maí 2023.



## EVROPUMÓT Í ÁHALDAFIMLEIKUM

Evrópumótið í áhaldafimleikum var haldið í Munchen í Þýskalandi í ágúst mánuði. Mótið var stórglæsilegt og fór fram í Ólympíuhöllinni í Munchen þar sem Ólympíuleikarnir árið 1972 fóru fram. Á mótinu var bæði keppt í unglingsflokki og fullorðinsflokki. Gerplufólkið okkar í landsliðum Íslands voru eftirfarandi: Thelma Aðalsteinsdóttir, Agnes Suto, Hildur Maja Guðmundsdóttir, Martin Bjarni Guðmundsson, Valgarð Reinhardsson, Atli Snær Valgeirsson



og Jónas Ingi Þórisson. Frábær árangur hjá öllum okkar keppendum á mótinu eftir þrotlausar æfingar. Thelma, Hildur, Valgarð og Jónas náðu þeim frábæra árangri að ná lágmörkum inn á Heimsmeistaramótið í Liverpool sem fram fer í lok október.



## HÓPFIMLEIKAR ERLENDIS EVROPUMÓTI

Fór fram í Portúgal í desember 2021. Mótið fór fram eftir frestun vegna Covid-19. Mótið var glæsilegt og áttu íslensku liðin mjög gott mót. Kvennalandslið Íslands urðu Evrópumeistarar og áttum við þrjár frábærar stúlkur í því liði þær Tinnu Sif Teitsdóttur, Kolbrúnu Júlíu Guðfinnsdóttur Newman og Andreu Hansen. Stúlknalið Íslands varð svo í 2. Sæti, eftir harða keppni. Í stúlknaliðinu frá Gerplu voru þær Bryndís Guðnadóttir, Dagný Lind Hreggviðsdóttir, Guðrún Edda Sigurðardóttir, Helga María Hjaltadóttir, Hrafnhildur Kjartansdóttir, Klara Margrét Ívarsdóttir og Telma Rut Hilmarsdóttir. Blandað lið unglinga hafnaði í 3. Sæti á mótinu

frábær árangur hjá þeim. Gerplustúlkurnar í því liði voru, Hrafnhildur Tinna Brynjólfsdóttir og Sóley Jóhannesdóttir.



### **NORÐURLANDAMÓT UNGLINGA Í HÓPFIMLEIKUM**

Norðurlandamót unglunga í hópþímleikum fór fram í Danmörku í apríl. Gerpla átti tvö lið í keppni á mótinu 1. Flokk kvenna og 1. Flokk mix. 1. flokkur mix keppti á undan og hófu þau keppni á dýnu og gerðu sér lítið fyrri og lentu öll sín stökk. Mjög svo áreynslulaus dýna með frábærri framkvæmd og uppskáru þau þriðju hæstu einunnina á dýnunni. Eftir það fóru þau á trampólín þar sem þau gerðu mjög flottar æfingar en þó nokkur mistök sem kostuðu stig. Þau enduðu svo í dansi og sýndu frábærar æfingar og uppskáru þriðju hæstu einkunn á gólfi. Þessar æfingar skiluðu liðinu í 4. sæti í fjölþrautinni sem er frábær árangur fyrir þetta unga og efnilega lið. Það er gaman að segja frá því að allir strákarnir nema einn eru það ungir að þeir eru gjaldgengir á Norðurlandamót unglunga eftir tvö ár og verður frábært að fylgjast með þeim þá eftir að hafa öðlast dýrmæta reynslu í Danmörku. 1. flokkur kvenna áttu ekki sinn besta dag. Þær byrjuðu á gólfinu og sýndu frábærar æfingar en hnökrar í tveimur erfiðleikaæfingum urðu til þess að erfiðleikaekunn lækkaði miðað við upphafseinkunn og því var einkunn þeirra aðeins lægri en við var að búast. Þær fengu hins vegar mjög háa framkvæmdareinkunn sem þýðir að dansinn var mjög vel dansaður og stelpurnar vel samtaka.

Þær fengu fjórðu hæstu einkunnina á mótinu á gólfinu. Næsta áhald var dýnan og voru fyrstu tvær umferðirnar mjög góðar en nokkur mistök í framumferð urðu til þess að þær misstu dýrmæt stig. Framumferðin er sú umferð sem gengið hefur best í vetur en þegar adrenalínið er á fullu getur hún reynst snúin. Á trampólíninu voru stökkin í heildina mjög flott en nýjar reglur eru fljótar að refsa þegar keppendur detta í stökkunum og voru nokkur föll í umferð tvö. Trampólínæfingarnar skiluðu þeim samt sem áður í 4. sæti þar. Eftir harða baráttu um þriðja sætið endaði kvennaliðið í 5.sæti á mótinu af tíu liðum. Efnilegar stúlkur hér á ferð sem verður gaman að sjá vaxa og dafna á næstu árum.



## STARFSMANNAMÁL

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. Starfsmannahópurinn gerði lítið saman á þessu starfsári vegna Covid 19. Þó var farið í keilu í keiluhöllina og farið var á glæsilegt jólahlaðborð á hótél Örk í Hveragerði.

Makar komu með á jólahlaðborðið og margir gistu á hótelinu. Mætingin var mjög góð á báða þessa viðburði.



Hér á eftir kemur upptalning á starfsmönnum Gerplu 2021-2022:

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 og hóp fimleikar y.

Rakel Másdóttir/Þórdís Eva Harðardóttir

Deildarstjóri fimleikadeild kvk

Sif Pálsdóttir/Björk Guðmundsdóttir

Deildarstjóri fimleikadeild kk

Ragnar Magnús Þorsteinsson

Markaðsmál

Agnes Suto

Þjónustustjóri

Auður Ólafsdóttir

Baðvarsla og afgreiðsla

Husamettin Kaymaz

Baðvarsla og afgreiðsla

Guðbjörg Marta Björgvinsdóttir

Baðvarsla og afgreiðsla

Guðbjörg Lilja Ingólfssdóttir

Baðvarsla og afgreiðsla

Jeremy Ragmat

## Starfsmenn Gerplu 2021-2022

Adam Bæhrenz Björgvinsson	Eysteinn Máni Oddsson	Linda Björk Árnadóttir	Sonja Margrét Ólafsdóttir
Agnes Suto	Eyrún Inga Sigurðardóttir	Linda Björk Arnarsdóttir	Sóley Jóhannesdóttir
Alexandra Sigurdórsdóttir	Eypór Örn Baldursson	Magnús Óli Sigurðsson	Sóley María Davíðsdóttir
Alice Hasler	Ferenc Kováts	Margrét Jónsdóttir	Sólveig Arnarsdóttir
Andrea Ferenc Kováts	Guðbjörg Lilja Ingólfssdóttir	Margrét María Ívarsdóttir	Stefán Steinar Ólafsson
Andrea Hansen	Guðbjörg Marta Björgvinsdóttir	María Jónsdóttir	Sylvía Eik Sigtryggisdóttir
Andri Fannar Hreggviðsson	Guðjón Kristinn Ólafsson	Mohammad Ramezanpour	Telma Rut Hilmarsdóttir
Arnar Máni Stefánsson	Guðrún Jónsdóttir	Mykola Vovk	Telma Rut Sæþórsdóttir
Artem Fitts	Guðrún Edda Sigurðardóttir	Nima Mazidi	Thelma Aðalsteinsdóttir
Auður Ólafsdóttir	Gunnhildur Hekla Gunnarsdóttir	Nína Þöll Birkisdóttir	Tinna Dögg Sigurðardóttir
Axel Ólafur Þórhannesson	Gunnsteinn Már Másson	Olga Bjarnadóttir	Tomas Enrique Bekkavik
Ágústa Birna Árnadóttir	Gylfi Guðnason	Otto Laidwa	Valdimar Matthíasson
Bára Björt Stefánsdóttir	Hildur Gottskálksdóttir	Ólafur Garðar Gunnarsdóttir	Valgarð Reinhardsson
Benjamín Fannal Sturluson	Hilmar Andri Lárusson	Ragnar Magnús Þorsteinsson	Viktor Kristmannsson
Birgir Valur Birgisson	Hjördís Lilja Birgisdóttir	Rakel Másdóttir	Yrsa Ívarsdóttir
Björk Guðmundsdóttir	Hrafnhildur Emíliá Helgadóttir	Rebekka Rut Stefánsdóttir	Þorgeir Ívarsson
Björn Sigurðarson	Hrafnhildur T. Brynjólfssdóttir	Róbert Kristmannsson	Þórdís Eva Harðardóttir
Bryndís Guðnadóttir	Husamettin Kaymaz	Runólfur Vigfússon	
Dagný Björt Axelsdóttir	Ingibjörg Þóra Þórarinsdóttir	Sara Dögg Örvasdóttir	
Dagný Lind Hreggviðsdóttir	Ingvar Ágúst Jochumsson	Sara Khosravi	
Dagur Kári Ólafsson	Ísabella Sól Sigurðardóttir	Sara Dis Clausen	
Dagur Óli Sigurðsson	Jeremy Ragmat Mayubay	Sif Pálsdóttir	
Daniella Perla Belányi	Julie Woldseth	Sigríður Embla Jóhannsdóttir	
Didrik Gustav Dimitri Frøeberg	Katalin Maria Ujzigei	Sigrún Björk Baldursdóttir	
Edda Sigríður Sigfinnsdóttir	Kolfinna Georgsdóttir	Sigrún Hulda Stefánsdóttir	
Elliot Tilman Helms	Kristinn Þór Guðlaugsson	Sigrún Tinna Atladóttir	
Elva Björg Gunnarsdóttir	Kristín Sara Jónsdóttir	Sigurður Hrafn Pétursson	
Eva Hrund Gunnarsdóttir	Lajos Kiss	Sindri Viborg	
Eydís Dúna Hjaltadóttir	Lilja Árnadóttir	Skarphéðinn Nói Helgason	

Við þökkum öllu okkar frábæra starfsfólki fyrir vel unnin störf.



## MEISTARAHÓPUR KARLA 2022



**MARTIN B**  
GUÐMUNDSSON

**GUÐJÓN B**  
HILDARSON

**VALGARÐ**  
REINHARDSSON

**DAGUR K**  
ÓLAFSSON

**ATLI SNÆR**  
VALGEIRSSON

**VALDIMAR**  
MATTHIASSON

**ÁGÚST I**  
DAVIÐSSON

**EYÞÓR Ö**  
BALDURSSON

**JÓNAS I**  
ÞÓRISSON

**ARÞÓR D**  
JONASSON

 ÍÞRÓTTAFÉLAGIÐ GERPLA

 @ITHROTTAFELAGIDGERPLA / @GERPLAARTISTIC

 GERPLA ÍÞRÓTTAFÉLAG



## MEISTARAHÓPUR YNGRI KARLA 2022



**BOTOND F**  
KOVÁTS

**KÁRI**  
PÁLMASSON

**SNORRI R**  
W DAVIDSSON

**DANÍEL D**  
GLASTONBURY

**SNORRI M**  
MALDONADO

**ÁRMANN**  
ANDRASON

**BALTASAR G**  
BALDURSSON

**BREKI F**  
ÁGÚSTSSON

**ATLI**  
ELVARSSON

**ATLI F**  
ÁGÚSTSSON

**ÓLAFUR G**  
VILHELMSSON

 ÍÞRÓTTAFÉLAGIÐ GERPLA

 @ITHROTTAFELAGIDGERPLA / @GERPLAARTISTIC

 GERPLA ÍÞRÓTTAFÉLAG



## MEISTARAFLOKKUR KVENNA 2022



UNNUR S  
HLYNSDÓTTIR

ANDREA  
HANSEN

KLARA M  
ÍVARSDÓTTIR

YLFA S  
GUÐMUNSDÓTTIR

BRYNDÍS  
GUÐNADÓTTIR

KOLBRÚN J  
GUÐFINNSDÓTTIR N

SYLVÍA  
LORANGE

INGIBJÖRG H  
ARNADÓTTIR

MATTHILDUR M  
JÓNSDÓTTIR

DAGNÝ L  
HREGGVIÐSDÓTTIR

HRAFNHILDUR  
KJARTANSDÓTTIR

GUÐRÚN E  
SIGURDARDÓTTIR

JULIE  
WOLDSETH

TELMA R  
HILMARSÓTTIR

LINDA B  
ARNARSDÓTTIR

SUNNEVA A  
MARSHALL

SAGA S  
HJÁLMARSDÓTTIR

 ÍÞRÓTTAFÉLAGIÐ GERPLA

 @ITHROTTAFELAGIDGERPLA / @GERPLATEAMGYM

 GERPLA ÍÞRÓTTAFÉLAG





## MEISTARAHÓPUR KVENNA 2022



**HILDUR M**  
GUÐMUNDSDÓTTIR

**VIKTORÍA**  
BENÓNÝSDÓTTIR

**SONJA M**  
ÓLAFSDÓTTIR

**AGNES**  
SÚTO

**INGIBJÖRG Ö**  
GUNNARSÓTTIR

**KRISTÍN S**  
JÓNSDÓTTIR

**THELMA**  
AÐALSTEINSDÓTTIR

**DAGNÝ B**  
AXELSDÓTTIR

 ÍÞRÓTTAFÉLAGIÐ GERPLA

 @ITHROTTAFELAGIDGERPLA / @GERPLAARTISTIC

 GERPLA ÍÞRÓTTAFÉLAG



## MEISTARAHÓPUR YNGRI KVENNA 2022



**BERGLIND E  
BIRKISDÓTTIR**

**KRISTJANA Ó  
ÓLAFSDÓTTIR**

**RAKEL S  
PÉTURSDÓTTIR**

**HEKLA  
HÁKONARDÓTTIR**

**ELÍSA M  
GUNNARDÓTTIR**

**SÓL L  
SIGURÐARDÓTTIR**

 ÍÞRÓTTAFÉLAGIÐ GERPLA

 @ITHROTTAFELAGIDGERPLA / @GERPLAARTISTIC

 GERPLA ÍÞRÓTTAFÉLAG



## KVENNALIÐ UNGLINGA 2022



SARA M  
TANDRADÓTTIR

GUÐRÚN  
JÓNSDÓTTIR

KOLFINNA  
GEORGSÓTTIR

SIGRÍÐUR E  
JÓHANNSDÓTTIR

GUÐRÚN A  
INGVARSDÓTTIR

SÓLEY  
JÓHANNESDÓTTIR

NANNA  
HLYNSDÓTTIR

EVA  
HALLDÓRSÓTTIR

ÍSABELLA Ó  
JÓNSDÓTTIR

HRAFNHILDUR T  
BRYNJÓLFSDÓTTIR

TINNA D  
SIGURÐARDÓTTIR

 ÍÞRÓTTAFÉLAGIÐ GERPLA

 @ITHROTTFELAGIDGERPLA / @GERPLATEAMGYM

 GERPLA ÍÞRÓTTAFÉLAG



## BLANDAÐ LIÐ UNGLINGA 2022



ATLI F  
HLYNSSON

BIRGIR H  
ÞORSTEINSSON

KRISTINN  
STEFANSSON

BJÖRN H  
DEVINE

ANDRI M  
VILHELMSSON

GUÐMUNDUR T  
ÖRLYGSSON

HILMAR A  
LÁRUSSON

ELÍSA M  
JÓNSDÓTTIR

SARA D  
ÖRVARSDÓTTIR

RONJA  
GUNNLAUGSDÓTTIR

NAÐÍA  
HAFFÓRSDÓTTIR

EMMA  
KJARTANSDÓTTIR

KATRÍN S  
HARÐARDÓTTIR

ALDÍS I  
HRANNARSDÓTTIR

SIGRÍÐUR  
STEINGRÍMSDÓTTIR

 ÍÞRÓTTAFÉLAGIÐ GERPLA

 @ITHROTTFELAGIDGERPLA / @GERPLATEAMGYM

 GERPLA ÍÞRÓTTAFÉLAG