GERPLUTÍÐINDI

HAUST 2024

HAUSTMÓT Í ÁHALDAFIMLEIKUM

Haustmót FSÍ í 1.-3. þrepi og frjálsum æfingum fór fram helgina 19.-20. október í umsjón Fjölnis. Í fyrsta hluta var keppt í 2. þrepi kvenna og í 3. þrepi 13 ára og eldri. Gerpla átti tvo keppendur í 2. þrepi 12 ára og yngri og þrjá keppendur í 3. þrepi 13 ára og eldri.

Ingunn Júlía Gautadóttir gerði sér lítið fyrir og sigraði í fjölþraut í 3. þrepi 13 ára og eldri, **Laufey Björk Vignisdóttir** varð í 2. sæti. **Ísabella Benonýsdóttir** varð svo í 3. sæti í fjölþraut í 2. þrepi 12 ára og yngri.

2. þrep 12 ára og yngri
Ísabella Benonýsdóttir - 3. sæti í fjölþraut, 1. sæti á stökki og 2. sæti á slá.
Berglind Sara Erlingsdóttir - 3. sæti á stökki og 2. sæti á tvíslá.

3. þrep 13 ára og eldri
Ingunn Lilja Gautadóttir - 1. sæti í fjölþraut, 2. sæti á stökki, 3. sæti á tvíslá og 2. sæti á slá
Laufey Björk Vignisdóttir - 2. sæti í fjölþraut, 1. sæti á slá og 2. sæti á gólfi
Arpita Gurung - 3. sæti á gólfi

Í hluta tvö var keppt í frjálsum æfingum í fullorðinsflokki karla og öllum aldursflokkum í frjálsum kvenna, ásamt Special Olympics, Gerpla átti fjóra keppendur í frjálsum æfingum kvenna, fimm keppendur í fullorðinsflokki í frjálsum æfingum karla. Gerpla var eina félagið sem sendi inn keppendur í Special Olympics í áhaldafimleikum og voru 13 keppendur í karlaflokki og sjö keppendur í kvennaflokki.

Kristjana Ósk Ólafsdóttir sigraði í frjálsum æfingum í unglingaflokki kvenna, **Hekla Hákonardóttir** varð í 2. sæti, **Ísabella Maack Róbertsdóttir** í því fjórða og **Berglind Edda Birkisdóttir** í því fimmta. Veitt voru verðlaun fyrir efstu fimm sætin í fjölþraut. **Dagur Kári Ólafsson** sigraði fjölþraut í fullorðinsflokki karla í frjálsum æfingum og **Valdimar Matthíasson** varð í öðru sæti.

Frjálsar æfingar unglingaflokkur kvenna
Kristjana Ósk Ólafsdóttir - 1. sæti í fjölþraut, 1. sæti á tvíslá, 2. sæti á slá og 1. sæti á gólfi
Hekla Hákonardóttir - 2. sæti í fjölþraut, 2. sæti á tvíslá, 2. sæti á gólfi
Ísabella Maack Róbertsdóttir - 4. sæti í fjölþraut.
Berglind Edda Birkisdóttir - 5. sæti í fjölþraut, 3. sæti á gólfi

Frjálsar karlaflokkur
Dagur Kári Ólafsson - 1. sæti í fjölþraut, 3. sæti á gólfi, 1. sæti á bogahesti, 1. sæti á hringjum, 1. sæti á tvíslá og 1. sæti á svifrá
Valdimar Matthíasson - 2. sæti í fjölþraut, 2. sæti á gólfi, 2. sæti á hringjum, 1. sæti á stökki, 2. sæti á tvíslá og 2. sæti á svifrá
Jónas Ingi Þórisson - 1. sæti á gólfi
Arnþór Daði Jónasson - 2. sæti á bogahesti
Atli Elvarsson - 3. sæti á bogahesti

Special Olympics - Grunnur
Arna Ýr Jónsdóttir - 1. sæti fjölþraut
Hringur Úlfarsson - 2. sæti fjölþraut

Special Ol KK - Level 1
Jóhann Fannar Kristjánsson - 1. sæti í fjölþraut

Special Ol KK - Level 2
Davíð Þór Torfason - 1. sæti í fjölþraut
Birkir Eiðsson - 2. sæti í fjölþraut

Special Ol KK - Level 3
Tómas Örn Rúnarsson - 1. sæti í fjölþraut
Magnús Orri Arnarson - 2. sæti í fjölþraut

Special Ol KK - Level B
Eyjólfur Gunnglaugsson - 1. sæti í fjölþraut
Benedikt Ágústsson - 2. sæti í fjölþraut

Special Ol KK - Level C
Hilmir Sverrisson - 1. sæti í fjölþraut
Viktor Skúli Ólafsson - 2. sæti í fjölþraut
Nökkvi Óskarsson - 3. sæti í fjölþraut
Kári Steinn Rúnarsson - 4. sæti í fjölþraut
Jón Árni Örvarsson - 5. sæti í fjölþraut

Special Ol KVK - Level 1
Bylga Björt Axelsdóttir - 1. sæti í fjölþraut

Special Ol KVK - Level 2
Katrín Ling Yu Þórbergsdóttir - 1. sæti í fjölþraut
Elva Björg Gunnarsdóttir - 2. sæti í fjölþraut

Special Ol KVK - Level B
Bryndís Thors - 1. sæti í fjölþraut
Nela Kobielska - 2. sæti í fjölþraut

Í þriðja hluta mótsins var keppt í 3. þrepi stúlkna 11 ára og yngri, 3. þrepi stúlkna 12 ára og í 2. og 3. þrepi drengja. Gerpla átti 8 keppendur í 3. þrepi stúlkna 12 ára og yngri, þrjá drengi í 3. þrepi drengja og þrjá í 2. þrepi, keppendur okkar stóðu sig virkilega vel á mótinu. **Tanja Mist Þorgeirsdóttir** sigraði í fjölþraut í 3. þrepi 11 ára og yngri og í 3. sæti í fjölþraut varð **Berglind Björk Atladóttir** og í 4. þæti varð **Valgerður Svana Halldórsdóttir** og **Ingibjörg Lea Pledel Eymarsdóttir** varð í því fimmta. **Jóhanna Bryndís Andradóttir** varð í 2. þæti í fjölþraut í 3. þrepi 12 ára. **Kári Arnarson** sigraði í fjölþraut í 3. þrepi 12 ára og yngri og varð **Ísak Þór Ívarsson** í 2. sæti í fjölþraut. **Hrannar Már Másson** varð í 3. sæti í fjölþraut í 3. þrepi 13 ára og eldri. **Tadas Eidukon**is sigraði í fjölþraut í 2. þrepi karla og **Zsombor Ferenc Kováts** varð í 2. sæti.

3. þrep 11 ára og yngri
Tanja Mist Þorgeirsdóttir - 1. sæti í fjölþraut, 2. sæti á stökki, 1. sæti á tvíslá, slá og gólfi
Berglind Björk Atladóttir - 3. sæti í fjölþraut og 3. sæti á slá
Valgerður Svana Halldórsdóttir - 4. sæti í fjölþraut
Ingibjörg Lea Pledel Eymarsdóttir - 5. sæti í fjölþraut
Anna María Tryggvadóttir - 3. sæti á tvíslá

3. þrep 12 ára
Jóhanna Bryndís Andradóttir - 2. sæti í fjölþraut og slá, 3. sæti á stökki, 1. sæti á tvíslá

3. þrep 12 ára og yngri
Kári Arnarson - 1. sæti í fjölþraut og 1. sæti á öllum áhöldum
Ísak Þór Ívarsson - 2. sæti í fjölþraut, 2. sæti á gólfi, hringjum, tvíslá og svifrá, 3. sæti á bogahesti

3. þrep 13 ára og eldri
Hrannar Már Másson - 3. sæti í fjölþraut, 3. sæti á bogahesti, hringjum og 2. sæti á svifrá

2. þrep karla
Tadas Eidukonis - 1. Sæti í fjölþraut, 1. Sæti á hringjum, stökki og tvíslá
Zsombor Ferenc Kováts - 2. Sæti í fjölþraut, 1. Sæti á gólfi og bogahesti
Bjarni Hafþór Jóhannsson - 1. Sæti á svifrá

Í fjórða og síðasta hlutanum var keppt í 1. þrepi stúlkna og 1. þrepi pilta ásamt drengjaflokki og unglingaflokki í frjálsum æfingum. Gerpla átti tvær stúlkur sem kepptu í 1. þrepi 13 ára og yngri og fimm stúlkur sem kepptu í 1. þrepi 14 ára og eldri. Hjá strákunum voru Gerplustrákarnir fimm í 1. þrepi og í frjálsum æfingum voru þeir fjórir. **Sólný Inga Hilmarsdóttir** gerði sér lítið fyrir og sigraði fjölþraut í 1. þrepi 14 ára og eldri, **Elfa María Reynisdóttir** varð í 2. sæti í fjölþraut í 1. þrepi 13 ára og yngri. **Botond Ferenc Kováts** sigraði í drengjaflokki í frjálsum æfingum, **Snorri Rafn William Davíðsson** varð í 3. sæti í unglingaflokki í frjálsum æfingum. **Arnór Snær Hauksson** varð í 2. sæti í fjölþraut og **Eysteinn Daði Hjaltason** varð í því þriðja.

1. þrep 13 ára og yngri
Elfa María Reynisdóttir - 2. sæti í fjölþraut, stökki og slá, 3. sæti á tvíslá og 1. sæti á gólfi
Margrét Dóra Ragnarsdóttir - 1. sæti á stökki og 2. sæti á gólfi

1. þrep 14 ára og eldri
Sólný Inga Hilmarsdóttir - 1. sæti í fjölþraut, 2. sæti á tvíslá, 1. sæti á slá og 1. sæti á gólfi
Alma Rún Oddsdóttir - 1. sæti á tvíslá

1. þrep drengja
Arnór Snær Hauksson - 2. sæti í fjölþraut,1. sæti á gólfi og stökki, 3. sæti á boga og tvíslá
Eysteinn Daði Hjaltason - 3. sæti í fjölþraut, 1. sæti á boga og tvíslá, 2. sæti á stökki
Kári Hjaltason - 2. sæti á hringjum
Tómas Andri Þorgeirsson - 2. sæti á tvíslá, 3. sæti á svifrá
Ármann Andrason - 1. sæti á svifrá

Eftirtaldir iðkendur náðu þrepi og eru því komin með keppnisrétt á Íslandsmóti í þrepum sem fram fer í lok apríl 2025.
Ísabella Benonýsdóttir - 2. þrep
Tanja Mist Þorgeirsdóttir - 3. þrep
Berglind Björk Atladóttir - 3. þrep
Jóhanna Bryndís Andradóttir - 3. þrep
Kári Arnarson - 3. þrep

Komnar inn á Íslandsmót í 1. þrepi stúlkna
Elfa María Reynisdóttir
Sólný Inga Hilmarsdóttir

MÓTARÖÐ 1 Í HÓPFIMLEIKUM

Fyrsta hópfimleikamót tímabilsins fór fram 2. nóvember í íþróttahúsinu við Vatnsenda. Gerpla átti tvö lið á mótinu, Meistaraflokk og 1. flokk.

Á Mótaraðamótunum er keppt í ”semí” lendingar. Þá er þunn yfirdýna sett út í gryfjurnar og lendingin er mun mýkri en á venjulegum mótum. Einnig er ekki kynjaskipt í liðunum og allir keppa við alla óháð flokkum. **1. flokkur Gerplu** stóð sig mjög vel og enduðu þær í 4. sæti á mótinu. Þær voru í 3. sæti á trampólíni en í 4. sæti bæði á dýnu og í dansi. Virkilega gaman að sjá að margar af þeim voru að keppa með ný stökk en þetta er oft erfiður aldur til að bæta við erfiðleika. Það verður spennandi að fylgjast með þeim í vetur.

Meistaraflokksliðið okkar var í 1. sæti á öllum áhöldum og unnu samanlagt með tæplega fjórum heilum stigum. Hópurinn byrjaði á trampólíni og lentu öll stökk nema eitt og fengu yfir 8,0 í framkvæmdareinkunn sem er frábært. Það verður gaman að sjá hópinn takast á við verkefni vetrarins og ber þar helst að nefna Bikarmótið í hópfimleikum í mars sem er undankeppni fyrir Norðurlandamótið sem haldið verður í Finnlandi í nóvember 2025.

ÞREPAMÓT 1 Í ÁHALDAFIMLEIKUM

Þrepamót 1 var haldið í Hafnarfirði á laugardaginn 23. nóvember í umsjón Björk. Keppt var í 5. og 4. þrepi drengja og stúlkna. Gerpla átti glæsilega fulltrúa á mótinu sem stóðu sig virkilega vel og sýndu glæsilega takta á fyrsta þrepamótinu á þessu keppnistímabili.

Eftirfarandi iðkendur náðu þrepi:
4. Þrep: **Lilja Rós Ingimarsdóttir** og **Diljá Björt Axelsdóttir**
5. Þrep: **Lúkas Þór Ívarsson**

HAUSTMÓT ELDRI Í HÓPFIMLEIKUM

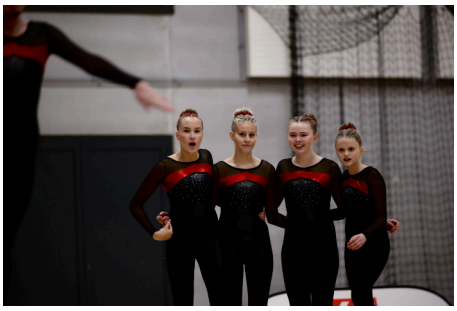
Helgina 16.-17. nóvember fór fram haustmót eldri flokka í hópfimleikum og stökkfimi í Fjölni, Egilshöll. Gerpla átti sjö lið samtals á mótinu, 4 lið í 3. flokki og 3 lið 2. flokki.

3. flokkur 3 og 4 kepptu í stökkfimi og stóðu sig vel á því móti. Lið 3 endaði í 5. sæti og lið 4 í 11. sæti. **Lið 1 og 2** keppti í hópfimleikum þar sem lið 2 varð í 6. sæti eftir gott mót, en eiga möguleika að fara ennþá hærra á næstu mótum. Lið 1 gerði sér lítið fyrir og vann mótið með miklum yfirburðum og unnu öll áhöld á mótinu.

Liðin sem eru í efstu 9 sætunum munu keppa í A deild eftir áramót þannig að bæði lið eitt og tvö hafa unnið sér rétt til að vera í A deild.

2. flokkur 2 keppti í stökkfimi og unnu þann hluta með miklum yfirburðum og unnu öll áhöld en best stóðu þær sig á dýnunni þar sem þær unnu næsta lið með tæpum 4 heilum stigum. **2. flokkur mix** var að keppa á sínu fyrsta móti og stóðu sig virkilega vel. Það var því miður ekkert annað blandað lið í keppninni í þetta skipti og því unnu þau sinn hluta en það var mjög gaman að sjá liðið keppa og standa sig vel. **2. flokkur 1** keppti svo í hópfimleikahlutanum og unnu þær mótið með tæplega 2 heilum stigum en þær áttu ekki góðan dag á trampólíninu en voru frábærar í dansinum og á dýnunni.

Það verður gaman að fylgjast með liðunum okkar í vetur og sjá hvernig þau bæta sig jafnt og þétt yfir veturinn. Næstu verkefni hjá þessum liðum er ekki fyrr en í lok febrúar þannig að núna er nægur tími til að bæta við erfiðleika hjá hópunum og gera dansinn ennþá betri.



bpro

HAUSTMÓT YNGRI Í HÓPFIMLEIKUM

Dagana 23.-24. nóvember fór fram Haustmót yngri flokka á vegum Fimleikasambandsins. Mótið var haldið á Selfossi og átti Gerpla mörg lið á mótinu.

Í 4.fl hópfimleikum átti Gerpla fjögur lið. Í flokknum voru 31 lið mætt til keppni og er haustmótið notað til að skipta liðunum upp í deildir fyrir veturinn. Efstu níu liðin fara í A deild, næstu níu lið í B deild og svo koll af kolli. Gerpluliðin stóðu sig mjög vel og enduðu lið 1 og 2 í A deild, lið 1 varð í 3. sæti. Lið 2 varð í 8. sæti. Lið 3 endaði í 17. sæti og er því í B deild og lið 4 endaði í 23. sæti og eru því í C deild. Virkilega flott hjá öllum liðum. Liðin stóðu sig öll mjög vel á dýnu og trampolíni en eiga það öll sameiginlegt að eiga inni stig í dansinum og geta því auðveldlega bætt sig á næstu mótum.

Gerpla átti svo tvö lið í 4.fl í stökkfimi og þar varð lið eitt í fyrsta sæti á mótinu en lið tvö varð í 6. sæti. Liðin stóðu sig bæði mjög vel en þau voru sérstaklega glæsileg á dýnunni þar sem lið 1 var með hæstu einkunn og lið 2 var með þriðju hæstu einkunn af öllum liðum. Það verður gaman að fylgjast með þessum stóra og flotta hóp okkar í 4.flokki á næstu mótum en í hópnum æfa 65 stelpur.

Við áttum einnig flotta stráka á mótinu um helgina. Strákarnir í KKY kepptu í stökkfimi og náðu þeir að enda í 3. sæti á mótinu en þeirra besta áhald var trampólínið þar sem þeir voru með hæstu einkunn á mótinu. Í KKE keppti einnig eitt lið frá okkur og endaði það lið í 3. sæti. Strákarnir eru búnir að bæta sig mikið og er gaman að fylgjast með þeim bæta sig jafnt og þétt á milli móta. Næstu mót verða svo í febrúar, en núna tekur við tímabil þar sem hóparnir reyna að breyta eða bæta færni sýna til geta framkvæmt erfiðari æfingar. Við erum stolt af okkar iðkendum en ekki síður þjálfrunum þeirra sem halda svo vel utan um hvern og einn iðkanda í hópnum sínum.

AÐVENTUMÓT ÁRMANNS

Aðventumót Ármanns fór fram dagana 30. nóvember og 1. desember í Laugardalnum. Mótið er fastur liður hjá yngri iðkendum okkar í keppnisdeildinni í áhaldafimleikum fyrstu helgina í aðventu. Gerpla sendi glæsilega fulltrúa á mótið allt frá 6. þrepi og upp í 3. þrep hjá stúlkunum og 6. þrep hjá piltunum ásamt því að við áttum flotta fulltrúa í Landsreglum og Special Olympics. Við erum ótrúlega stolt af öllum okkar iðkendum sem sýndu glæsilega takta um helgina, margir að keppa á sínu fyrsta móti og áttu jákvæða upplifun af mótinu og allir spenntir að taka þátt á fleiri mótum í vetur.

Við þökkum Ármanni fyrir ótrúlega skemmtilegt mót, foreldrum fyrir stuðninginn í stúkunni og óskum keppendum og þjálfurum til hamingju með glæsilegt mót.

JÓLAOPNUN

í Gerplubúðinni

17. des	8:00-22:00
18. des	8:00-22:00
19. des	8:00-22:00
20. des	8:00-20:00
21. des	8:00-17:00
22. des	11:00-14:00
23. des	11:00-14:00
24. des	10:00-12:00
27. des	9:00-17:00
28. des	9:00-12:00
29. des	LOKAÐ
30. des	9:00-17:00
31. des	LOKAÐ

Minnum á vinsælu gjafabréfin okkar
(fást aðeins í búðinni)

LANDSLIÐSVERKEFNI OG ELREND MÓT

NORÐUR EVRÓPUMÓT Í ÁHALDAFIMLEIKUM

Helgina 21.-22. september fór fram Norður Evrópumótið í áhaldafimleikum í Dublin á Írlandi. Ísland sendi til leiks tvö lið, eitt kvennalið og eitt karlalið. Á laugardeginum var keppt í liðakeppni og í fjölþraut. Karlaliðið hóf keppni í fyrsta hluta mótsins.

Stigahæstur af íslensku strákunum var **Ágúst Ingi Davíðsson** með 76.750 stig sem er hans hæsta fjölþrautarskor og hafnaði í 9. sæti. Lið Íslands varð síðan í 8. sæti í liðakeppninni. **Valdimar** var að keppa á sínu fyrsta alþjóðlega móti fyrir Íslenska landsliðið og átti flott mót. **Atli Snær** bætti einnig sitt fjölþrautarskor frá því á NM í vor. **Ágúst Ingi** og **Dagur** komust síðan í úrslit á sunnudeginum.

Svo var komið að stúlkunum sem kepptu í seinni hlutanum á laugardeginum. Stúlkurnar áttu frábæran dag og lentu í 3. sæti í liðakeppninni. **Thelma** gerði sér svo lítið fyrir og náði silfurverðlaunum í fjölþraut eftir frábæran dag. **Thelma** og **Hildur** komust svo í úrslit á sunnudeginum.

Kvennaliðið var skipað sex frábærum fimleikakonum og koma fimm af þeim úr Gerplu
Hildur Maja Guðmundsdóttir
Lilja Katrín Gunnarsdóttir
Lovísa Anna Jóhannsdóttir
Rakel Sara Pétursdóttir
Thelma Aðalsteinsdóttir
Þóranna Sveinsdóttir úr Stjörnunni
Þjálfarar voru **Andrea Kováts-Fellner** og **Þorgeir Ívarsson**

Karlaliðið var skipað sex frábærum fimleikamönnum og koma fjórir af þeim úr Gerplu
Ágúst Ingi Davíðsson
Atli Snær Valgeirsson
Dagur Kári Ólafsson
Valdimar Matthíasson
Jón Sigurður Gunnarsson úr Ármanni
Lúkas Ari Ragnarsson úr Björk
Þjálfarar voru **Viktor Kristmannsson** og **Ólafur Garðar Gunnarsson**

Thelma gerði sér lítið fyrir og sigraði öll áhöldin ír úrslitum á sunnudeginum og er það í fyrsta sinn sem íslensk fimleikakona sigrar öll áhöld á Norður Evrópumóti. Þetta einstaka afrek fer í sögubækurnar og hefur Thelma aldeilis stimplað sig inn sem ein af okkar allra bestu fimleikakonum sem Ísland hefur átt.

Hildur Maja gerði síðan algjörlega frábærar æfingar á tvíslánni og varð í fjórða sæti. Dagur Kári varð í sjöunda sæti á tvíslá eftir flottar æfingar og Ágúst Ingi í því áttunda. Ágúst Ingi lauk svo keppni á svifránni með flotta frammistöðu og varð í fimmta sæti.

Þvílík helgi í sögu íslenskra fimleika!

HEIMSBIKARMÓT Í SZOMBATHELY, UNGVERJALANDI

Ágúst Ingi Davíðsson og **Dagur Kári Ólafsson** ásamt þjálfara sínum **Viktori Kristmannssyni** héldu út dagana 4.-6. oktbóber á heimsbikarmótið í Szombathely í Ungverjalandi. Strákarnir í toppformi og eftir frábæran árangur á Norður Evrópumótinu var eftirvæntingin mikil fyrir mótinu í Ungverjalandi.

Ágúst Ingi keppti á 5 áhöldum og Dagur Kári á fjórum í undankeppninni. Ágúst Ingi hóf keppni á gólfi þar sem hann hefur bætt við sig miklum erfiðleika og átti hreint út sagt frábærar æfingar á gólfinu sem komu honum í öruggt útslitasæti.

Ágúst komst einnig í úrslit á tvíslá var þar áttundi inn, en hann og Dagur Kári voru með sömu lokaeinkunn en í reglum alþjóðlega fimleikasambandsins er sá fimleikamaður sem er með hærri framkvæmdareinkunn sá sem er í sætinu fyrir ofan og því varð Dagur Kári í níunda sæti og því fyrsti varamaður inn í úrslitin á tvíslá.

Í úrslitum átti Ágúst aftur frábæra æfingu á gólfinu sem skilaði honum í fjórða sæti sem er besti árangur karlkeppanda á heimsbikarmóti í áhaldafimleikum, einnig náði Ágúst að hækka sig upp um sæti á tvíslánni og uppí það fimmta.

Virkilega flottur árangur hjá strákunum!

EM Í HÓPFIMLEIKUM

Ísland kom sá og sigraði í kvennaflokki og unglingaflokki blandaðra liða á Evrópumótinu sem fór fram dagana 16.-19. október. Liðin voru stórkostleg á allan hátt og áttu keppnisgólfið.

Gerpla átti þrjá glæsilega fulltrúa í kvennaliðinu en það voru þær **Bryndís Guðnadóttir**, **Andrea Hansen** og **Guðrún Edda Sigurðardóttir**. Liðsheildin var geggjuð og sjálfstraustið var í botni. Við erum mjög stolt af stelpunum öllum og þessu magnaða afreki en við erum ekki síður stolt af þjálfarateyminu sem kemur allt úr Gerplu þeim **Björk Guðmundsdóttur, Kristni Þór Guðlaugssyni, Magnúsi Óla Sigurðssyni** og **Rakel Másdóttur.** Svona afrek er ekki unnið á einni nóttu heldur kostar þetta mikla vinnu og fórnir sem þau öll hafa sko sannarlega fært til að ná þessum frábæra árangri.

Í mixliðinu voru þau **Helen María Margeirsdóttir, Kristjana Ómarsdóttir** og **Birgir Hólm Þorsteinsson** úr Gerplu, og einnig var **Michal Říšský** einn af þjálfurum liðsins.

Stúlknaliðið vann til bronsverðlauna eftir harða baráttu við Svíþjóð og Danmörku. Gerpla átti einnig glæsilega fulltrúa í stúlknaliðinu, þær eru **Lilja Þórdís Guðjónsdóttir, Sara María Tandradóttir, Elín Þóra Jóhannesdóttir** og **Margrét Júlía Jóhannsdóttir. Eyrún Inga Sigurðardóttir** var dansþjálfari liðsins.

Drengjaliðið átti frábæran dag og bætti sig um eitt sæti frá undanúrslitum. Fulltrúar Gerplu í drengjaliðinu voru þeir **Atli Fannar Hlynsson, Björn Helgi Devine, Jökull Nói Ívarsson** og **Kristinn Stefánsson.**

Blandað lið fullorðina enduðu í 5. sæti eftir erfiða byrjun á gólfinu. Þau áttu frábæran keppnisdag í undanúrslitum en úrslitadagurinn var ekki alveg að vinna með þeim. Þau urðu fyrir því óláni að missa liðsmann á síðustu æfingunni úti fyrir keppni sem setti strik í reikninginn. Þau voru hins vegar landi og þjóð til mikils sóma sýndu góða liðsheild og koma reynslunni ríkari heim. Gerpla átti glæsilega fulltrúa í blandaða liðinu þær **Dagnýju Lind Hreggviðsdóttur, Hrafnhildi Tinnu Brynjólfsdóttur** og **Evu Halldórsdóttur**. Gerpla átti einnig helming þjálfarateymisins en það voru þau **Adam Bæhrenz Björgvinsson** og **Yrsa Ívarsdóttir.**

BÍLALEIGA AKUREYRAR Höldur
Europcar

MALARCUP, ALÞJÓÐLEGT VINAMÓT Í SVÍÞJÓÐ

Dagana 31.okt-3. nóvember fór fram alþjóðlegt áhaldafimleikamót sem kallast MalarCup sem er árlegt vinamót haldið í Stokkhólmi, Svíþjóð. Mótið í ár er haldið í 41. skipti og skiptist mótið í keppni Future Stars og svo MalarCup þar sem keppt er eftir alþjóðlegu reglum í áhaldafimleikum á báðum mótum en í Future Stars er keppt með auka sérkröfur og erfiðleikagildi fá tvöfalt gildi á við FIG reglur. Gerpla sendi níu stúlkur til leiks í Future Stars og þrjár stúlkur til keppni í MalarCup.

Keppendur Gerplu á MalarCup voru:
Alma Rún Oddsdóttir
Aníta Eik Davíðsdóttir
Berglind Edda Birksidóttir
Elfa María Reynisdóttir
Hanna Ísabella Gísladóttir
Hekla Hákonardóttir
Ísabella Maack Róbertsdóttir
Kristjana Ósk Ólafdóttir
Margrét Dóra Ragnarsdóttir
Rakel Ásta Egilsdóttir
Saga Ólafsdóttir
Sólný Inga Hilmarsdóttir

Þjálfarar voru **Ferenc Kováts, Lajos Kiss** og **Auður Ólafsdóttir**

Keppnisdagur 1: Future Stars
Elfa María Reynisdóttir gerði sér lítið fyrir og varð í þriðja sæti í fjölþraut. Keppt var einnig í liðakeppni þar sem Gerplustelpur urðu í fimmta sæti. Á sunnudeginum var svo keppt til úrslita á áhöldum, átta keppendur komast í úrslit á hverju áhaldi.

Keppnisdagur 2: MalarCup
Á laugardegi kepptu **Berglind Edda, Elfa María, Hekla** og **Kristjana Ósk** saman í liðakeppni á MalarCup. Í ár var fyrirkomulagið þannig að fækkað var um einn liðsmann í hverju liði, þannig að fjórir eru saman í liði, allir keppa og svo telja stigahæstu þrír einstaklingarnir til liðseinkunnar.

Gerplustúlkurnar okkar urðu í tíunda sæti í liðakeppninni. Berglind, Kristjana og Hekla kepptu allar í unglingaflokki og varð Kristjana stigahæst með 42.099 stig sem skilaði henni 6.-7. sætinu í fjölþraut. Berglind og Hekla áttu fínan dag. Elfa María keppti aftur í flokki stúlkna. Elfa átti virkilega flott mót annan daginn í röð, hún varð í fimmta sæti í fjölþraut og kom sér inn í úrslit á þremur áhöldum eins og hún var einmitt búin að gera deginum áður í Future Stars. Frábærir tveir dagar hjá henni.

Dagur 3 – Úrslit
Á sunnudegi var keppni á einstökum áhöldum. Fimm stúlkur voru í úrslitum þær **Elfa María, Kristjana Ósk, Margrét Dóra, Rakel Ásta** og **Sólný Inga. Ísabella** var síðan tilbúin ef kallið kæmi þar sem hún var varamaður inn á tvö áhöld.

Frábær dagur hjá okkar dömum, Kristjana skilaði flottum tvíasláar æfingum og vann til bronsverðlauna, Margrét Dóra og Sólný kepptu á stökki og sýndu tvö glæsileg stökk, Margrét gerði sér lítið fyrir og sigraði stökkið og Sólný varð í 4. sæti grátlega nálægt bronsinu. Á tvíslá keppti Elfa María og sýndi glæsilegar æfingar og varð í 2. sæti. Á jafnvægisslánni kepptu Elfa María, Rakel Ásta og Margrét, ótrúlega glæsilegar æfingar hjá þeim þar sem Elfa María stóð uppi sem sigurvegari og Rakel Ásta í 5. sæti og Margrét í því sjötta. Þá var komið að gólfæfingum, Elfa og Sólný kepptu þar til úrslita, frábærar æfingar hjá þeim báðum annað gullið í hús fyrir hana Elfu Maríu og Sólný varð í áttunda sæti.

Virkilega lærdómsrík helgi fyrir iðkendur okkar og frábært veganesti fyrir framtíðina.

GLÆSILEGUR ÁRANGUR HJÁ SPECIAL OLYMPICS Í NOREGI

Helgina 1.-2. nóvember fór fram vinamót í Lorenskog í Noregi sem ber heitið International Friendship Competition. Keppt var eftir special Olympics reglum í áhaldafimleikum. Þetta var í fyrsta skipti sem Gerpla sendir keppendur til að taka þátt í þessu skemmtilega móti. Gerpla sendi sjö fulltrúa til keppni en það voru þau **Birkir Eiðsson, Davíð Þór Torfason, Helgi Magnússon, Magnús Orri Arnarson, Tómas Örn Rúnarsson, Elva Björg Gunnarsdóttir** og **Katrín Ling Yu Þórbergsdóttir.**

Mótið spannaði yfir tvo keppnisdaga, þar sem undanúrslit og úrslit fóru fram. Þátttakendur stóðu sig virkilega vel og samanlögð úrslit voru eftirfarandi:

Elva Björg - 2. sæti í level 2
Katrín Ling - 3. sæti í level 2
Birkir - 2. sæti í level 2
Davíð - 1. sæti í level 2
Helgi - 3. sæti í level 2
Magnús Orri - 1. sæti í level 3
Tómas - 4. sæti í level 3

FIMLEIKAFÓLK ÁRSINS - FIMLEIKASAMBAND ÍSLANDS

Stjórn Fimleikasambands Íslands valdi á dögunum fimleikafólk ársins og lið ársins.

Það var okkar kona **Thelma Aðalsteinsdóttir** sem var valin fimleikakona ársins eftir hreint magnað ár á keppnisgólfinu. Árangur Thelmu á árinu hefur verið vægast sagt stórglæsilegur þar sem hæst ber að nefna Norður-Evrópumótstitla á öllum áhöldum auk þess sem Thelma varð í 2. sæti í fjölþraut og kvennaliðið í 3. sæti í liðakeppninni. Thelma er Íslandsmeitari í fjölþraut og á stökki, slá og gólfi, auk þess að vera bikarmeistari með félagsliði sínu, Gerplu. Thelma var fastakona í landsliði Íslands á árinu. Með liðinu varð hún Norðurlandameistari ásamt því að sigra í gólfæfingum á sama móti. Á Evrópumótinu framkvæmdi Thelma nýja æfingu á tvíslánni sem er komin í dómarabókina og nefnd Aðalsteinsdóttir eftir henni. Thelma keppti einni á tveimur heimsbikarmótum þar sem hún komst í úrslit á slá, gólfi og stökki. Virkilega flott ár að baki hjá Thelmu.

Fimleikakarl ársins er **Valgarð Reinhardsson.** Valgarð er okkar fremsti fjölþrautarkeppandi í áhaldafimleikum, hann er nú áttfaldur Íslandsmeistari auk þess að vera margfaldur bikarmeistari með félagsliði sínu Gerplu. Valgarð var lykilmaður í landsliði Íslands á árinu á þeim mótum sem hann keppti. Þar má helst nefna Evrópumót, Norðurlandamót og heimsbikarmót í Cottbus og Cairo. Á Evrópumóti tryggði karlaliðið sér 19. sæti sem er besti árangur sem karlalið íslands hefur náð. Á Norðurlandamóti varð einnig tímamótaárangur þegar karlaliðið varð í 3. sæti ásamt því að Valgarð tryggði sér norðulandameistaratitil á gólfi og fór yfir 80 stigin í fjölþraut sem var hans fyrsta skipti á alþjóðlegu móti. Virkilega flott ár að baki hjá okkar manni.

Lið ársins var valið landslið kvenna í hópfimleikum sem urðu Evrópumeistarar í Baku í október. Virkilega frábær árangur og liðið vel að þessu komið.

Fjölmiðlaverðlaun FSÍ

Okkar kona **Agnes Suto** fékk viðurkenningu fyrir að vera fjölmiðlamaður ársins hjá FSÍ en hún hefur staðið vaktina bæði hjá FSÍ og Gerplu frá því síðasta vor. Gerpla er heppið að hafa hana Agi innan sinna raða sem sinnir fjölmiðlamálum virkilega vel og tekur flottar myndir til að varðveita söguna.

GARPAMÓT HAUSTANNAR

Garpamót Gerplu fór fram föstudaginn 29. nóvember og laugardaginn 30. nóvember. Mótið var í 6 hlutum þar sem iðkendur í framhaldshópum sýndu á föstudeginum og iðkendur í grunnhópum sýndu á laugardeginum. Í þessum sex hlutum rúlluðu um 500 iðkendur sem mættu og sýndu fyrirfram ákveðnar fimleikaæfingar fyrir framan fulla stúlku af áhorfendum. Áhorfendur voru duglegir að klappa fyrir þessum flottu iðkendum sem eru á aldrinum 5-7 ára og eru þau að stíga sín fyrstu skref í að koma fram. Það var virklega gaman að sjá hvað þau nutu sín, létu ljós sitt skína og stóðu sig vel.

Að mótinu loknu fengu allir iðkendur sem mættu viðurkenningaskjal sem var handskrifað með þeirra nafni og Garpamótsverðlaunapening frá Gerplu.

Við í Gerplu vorum ánægð með Garpamótið og sáum að framtíðin er björt.

RAGNAR NÝR FJÁRMÁLASTJÓRI

Ragnar Magnús Þorsteinsson hefur verið ráðinn sem fjármálastjóri Gerplu. Hann tekur við af **Hildi Gottskálksdóttur** sem heldur á ný mið að eigin ósk eftir sjö ár í Gerplu. Ragnar er kunnugur öllum krókum og kimum í Gerplu en hann hefur þjálfað í Gerplu í sjö ár og sinnti deildarstjórastarfi í grunndeild karla í nokkur ár. Hann er með BS gráðu í viðskiptahagfræði frá HR og hefur undanfarið ár sinnt fjármálastjórastöðu hjá Fimleikasambandi Íslands. Ragnar hefur störf í ágúst.

Um leið og við bjóðum Ragnar velkominn til starfa vill félagið þakka Hildi Gottskálksdóttur fráfarandi fjármálastjóra fyrir gott og óeigingjarnt starf fyrir félagið og óskar henni velfarnaðar í komandi verkefnum.

MIKILVÆGAR DAGSETNINGAR

Uppskeruhátið Gerplu
verður haldin hátíðleg í veislusal Gerplu þann **18. janúar**. Nánar auglýst í byrjun janúar.

Vorsýning Gerplu
verður haldin vorið 2025 nánar til tekið dagana **30. og 31.maí.** Hvetjum alla til að taka dagana frá.

Íþróttafélagið Gerpla óskar iðkendum, aðstandendum, samstarfs- og styrktaraðilum sem og Kópavogsbúum öllum gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári!

Þökkum ánægjulegt samstarf, góðan stuðning og gleðilega samveru á árinu sem er að líða

Stjórn og starfsfólk Gerplu