

# **Starfsskýrsla stjórnar Aspar Árið 2022**

## Stjórn íþróttafélagsins Aspar árið 2022 skipuðu

Helga Hákonardóttir	formaður
Sverrir Gíslason	varaformaður
Júlíus Helgi Eyjólfsson	gjaldkeri
Helgi Páll Þórisson	ritari
Pórey Bang	meðstjórnandi
Katrín Guðmundsdóttir	meðstjórnandi
Heiða Lára Aðalsteinsdóttir	meðstjórnandi

### Varastjórn:

Karl Þorsteinsson  
Hildur Arnar

## Starf félagsins

2022 var mjög skemmtilegt ár hjá Öspinni og ansi margt brallað. Á árinu æfðu hjá félaginu innan við 180 manns og er það ívið lægri tala en árin á undan en ástæðuna má aðallega rekja til þess að ansi margir af þeim sem tóku pásu vegna Covid sneru ekki tilbaka. Þó er sem betur fer alltaf eitthvað um nýliðun í félaginu og ber því heldur betur að fagna.

Hjá íþróttafélaginu Ösp starfa um 30 þjálfarar og aðrir aðstoðarmenn. Tveir klúbbar eru aðal styrktaraðilar okkar Kiwanisklúbburinn Elliði annars vegar og Lionsklúbburinn Muninn hins vegar og er þeirra stuðningur mjög mikilvægur fyrir okkur. Einnig fáum við fjárstuðning frá mörgum velviljuðum fyrirtækjum sem og frá Reykjavíkurborg, Mosfellsbæ og Kópavogi.

Árið 2022 fluttu nútímafimleikaæfingarnar og um haustið byrjaði Öspin með nýja íþróttagrein, styrktarþjálfun sem boðið hefur verið uppá í sal í World Class í Laugum. Frítt hefur verið að æfa styrktarþjálfun fyrir þá iðkendur Aspar sem eru skráðir í félagið og hafa greitt æfingagjöld hverrar annar.

Hjá Öspinni voru því í boði sund, keila, frjálssar íþróttir, boccia, fótbolti, skautar, nútímafimleikar og styrktarþjálfun. Öspin hélt áfram að kynna borðhokki eins og við gátum þó ekki hafi verið hægt að hefja æfingar vegna aðstöðuleysis.

Í lok maí fóru 73 einstaklingar á vegum Aspar á Special Olympis festival sem haldið var í Kolding í Danmörku. Asparfélagar, ásamt nokkrum iðkendum frá Firði sem við buðum með, kepptu í frjálsum, sundi, boccia, nútímafimleikum og keilu.

Danmörk tók á móti okkur með góðu veðri, að mestu, og nutum við okkar vel í Danaveldi. Sjálf Benedikte systir Margrétar Þórhildar Danadrottningar er verndari SO festivalsins og var viðstödd lokahátíðina í eigin persónu.

Hjörtu íslendinganna slógu aðeins örar þegar fáninn okkar var dreginn upp við hlið fána hinna þátttökupjóðanna. Við tóku stórskemmtilegir dagar við keppnir, hópefli, skoðunarferðir, út að borða, upplifanir og auðvitað var eitthvað verslað í búðum eins og íslendinga er sið. Keppendurnir okkar í nútímafimleikum voru svo með glæsilega sýningu á lokahátíð mótsins og fengu mikið lof fyrir.

Eins og Asparfélagi er einum lagið fóru ansi margir verðlaunapeningar með heim og var rætt hvort hreinlega þyrfti að leigja sér flugvél fyrir veglegar medalíurnar.

Þann 17. september tókst félaginu loksins að halda upp á 40 ára afmæli Aspar og tókst það frábærlega vel. Freyr Eyjólfsson tók að sér veislustjórn kvöldins og skemmti hópnum vel. Einnig komu fram trúbadorinn Diddi og sjálfur Eyþór Ingi fór svo algjörlega á kostum. DJ Ása sá svo um að halda uppi stuðinu þar til ljós voru slökkt, mikið dansað og hlegið þar til allir héldu heim glaðir í bragði. Helga Hákonardóttir formaður Aspar sá um ræðuhöld.

Á afmælishátíðinni voru veitt nokkur heiðursmerki velunnurum félagsins og tókst stjórninni koma Olla á óvart en honum var veitt lárviðarmerki Aspar en merkið er jafn einstakt og Olli sjálfur. Kittý Stefánsdóttir eiginkona hans hlaut einnig gullmerki félagsins. Karl Þorsteinsson fékk einnig heiðursmerki Aspar ásamt formönnum Elliða og Munins.

Í lok nóvember buðum við Asparfélögum uppá fræðslu um skaðsemi eineltis sem Sema Erla Serdaroglu sá um og voru viðstaddir mjög duglegir að taka þátt í umræðum.

3. desember tókum við þátt í Paralympic degi ÍF í Laugardalshöll.

Þann 4. desember féll Kittý Stefánsdóttir eiginkona Olla frá eftir mikla baráttu við veikindi en Kittý var ein af stofnendum Aspar, dyggur félagsmaður og ötull stuðningur við félagið allt frá upphafi. Hennar er mikið saknað.



Flottir iðkendur Aspar í nútímafimleikum

## Nútímafimleikar

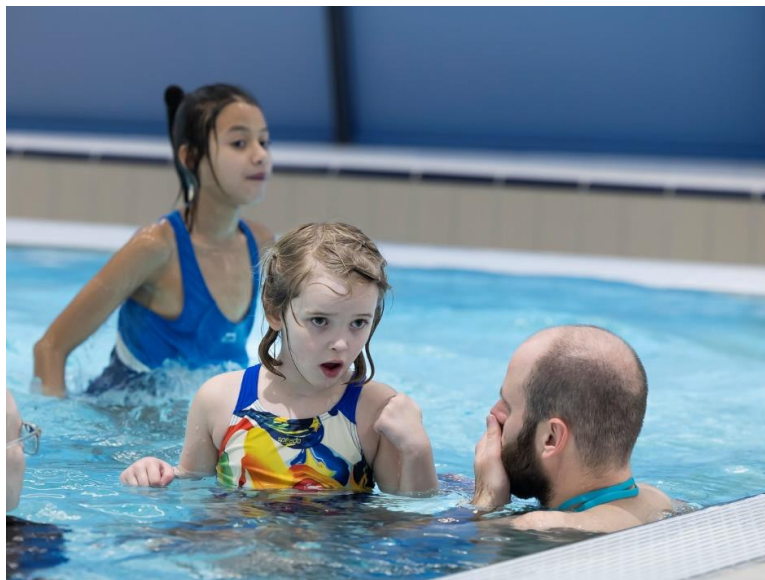
Nútímafimleikarnir fluttu á árinu yfir í íþróttahús Digranes eftir að hafa verið í Klettaskóla frá upphafi. Aðstaðan þar er mjög góð þó alltaf sé hægt að gera betur og stefnum við á að sprengja salinn utan af deildinni og færa æfingar yfir í stærri salinn. Iðkendur úr nútímafimleikum mættu á ráðstefnu sem meðal annars ÍF stóð að um íþróttir fyrir alla og sýndu þær heldur betur fimi sína og vöktu mikla lukku.

Það kom boð á mót í Færeyjum helgina 21-24. október fyrir deildina og auðvitað þáði hún það og keppendur Aspar stóðu sig eins og hetjur.

Íslandsleikar SO í nútímafimleikum voru 20 febrúar og tókust alveg frábærlega vel. Sigga (Ragnhildur yfirþjálfari) og Agnes skelltu sér svo til Spánar um haustið á mjög fróðlegt og skemmtilegt námskeið fyrir þjálfara í nútímafimleikum og komu heim sprengfullar af hugmyndum og fræðslu sem mun svo sannarlega hjálpa þeim að kenna og þjálfra iðkendur í þessari fallegu íþróttagrein. Sigga, Agnes og Hekla hafa svo sannarlega staðið sig vel í þjálfun og að halda heiðri okkar á lofti.



Sigga nútímafimleikabjálfi



Frá sundæfingu í Klettaskóla

## Sund í Klettaskóla

Sundið í Klettaskóla heldur áfram á sínum stað og blómstrar undir dyggri stjórn Friðriks yfirþjálfara. Á vorönn urðu breytingar í starfinu þegar Hulda aðstoðarþjálfari hætti eftir farsælt starf og Gabriella Kamí kom inn í hennar stað að mestu.

Í janúar átti hópurinn að taka þátt í Nýársmóti fatlaðra barna og ungmenna á vegum Íþróttasambands fatlaðra en því miður féll mótið niður vegna Covid.

Þó fékk hópurinn að mæta á sjálfst Asparmótið í maí þar sem allir nældu sér í verðlaun fyrir flottan árangur.

Því miður náðist ekki að taka þátt í Fjarðarmótinu að þessu sinni en það bætist vonandi úr því 2023.



Frá æfingu í bocca í Klettaskóla

## Boccia

Stór hópur af boccia iðkendum tók þátt í Íslandsmeistaramóti sveita á Selfossi á vorönninni og stóðu Asparfélagar sig með mikilli þrýði. Vormót Aspar og Elliða var svo haldið í lok maí.

Einnig skellti hópur sér á hið sívinsæla Hængsmót sem haldið var á Akureyri. Hópurinn gisti á Skjaldarvík og var tekið höfðinlega á móti Öspinni. Þar var einnig matreiddur fyrir hópin mjög góður kvöldverður og auðvitað skemmt sér konunglega á lokahófinu. Kunnum við staðarhöldurum miklar þakkir fyrir allt.

Á haustönninni var farið á Íslandsmeistaramót einstaklinga í Reykjanesbæ. Á því móti varð Árni Sævar Íslandsmeistari í sínum flokki en þessi mikli meistari féll því miður frá 25.nóvember 2022 en Árni hafði æft með Öspinni frá upphafi. Er hans mikið saknað. Blessuð sé minning hans.



Frá æfingu í frjálsum í Kaplakrika.

## Frjálsar íþróttir

Árið 2022 héldum við áfram samstarfi við Fjörð í frjálsum íþróttum í Kaplakrika. Öspinni líður mjög vel í Hafnarfirðinum og njótum þess að nýta frábæra aðstöðuna þar til æfinga.

Samstarfið við Fjörð hefur gengið mjög vel og er það að stórum hluta að þakka þeirri staðreynd að við erum enn með sama frábæra þjálfara og hefur verið með hópin undanfarin ár með góðum árangri.

Í febrúar tókum við þátt á Íslandsmeistaramótinu í frjálsum innanhúss sem haldið var í Laugardalshöll og stóðu okkar keppendur sig með miklum ágætum. Íslandsmeistaramót utanhúss var svo haldið í júlí og var það haldið á heimavelli, á sjálfum útivelli Kaplakrika. Íslandsleikar Special Olympics í frjálsum íþróttum var svo haldið í nóvember, að sjálfsögðu einnig í Kaplakrika.



Frá æfingu í fótbolta

## Knattspyrna

Knattspyrnuæfingar Aspar héldu áfram í Klettaskóla og á Þríhyrningssvæði Þróttar í Laugardal. Ekki náðist að taka þátt í neinum mótum en það stendur þó til bóta.



Frábær hópur skautar Aspar á góðri stundu.

## Skautar

2022 var viðburðaríkt í skautadeild Aspar. Í mars fór frækinn hópur skautara til Akureyrar til að taka þátt á ÍV mótinu. 8. maí kepptu iðkendur Aspar á SR mótinu í Skautahöllinni í Laugardal og þann 29.maí var haldin stórglæsileg vorsýning Aspar í Egilshöll.

Hin árlega hrekkjavökugleði skautadeildar var haldin með pomp og prakt 30.október og er þetta siður sem iðkendur skautadeildar hlakka alltaf mikið til og ekkert er til sparað í búningagleðinni sem endurspeglast í hverju andliti.

Þann 5.nóvember kepptum við á Kristalsmóti Fjölnis í Egilshöll. Í byrjun desember kom svo að langþrárri Santa Claus Competition Special Olympics í Tampere í Finnlandi þar

sem skautarar Aspar nældu sér í ófá verðlaun og voru landinu til mikils sóma. 14. desember var svo komið að stórglæsilegri jólasýningu Aspar þar sem þemað var uppáhalds jólalögin okkar og sýndu iðkendur Aspar flottan árangur og alla framfarir hópsins og sást vel hversu frábæran hóp við höfum af hæfileikaríkum þjálfurum undir dyggri stjórn Helgu Olsen yfirþjálfara.



Frá keiluæfingu í Egilshöll.

## Keila

Keiludeild Aspar heldur áfram að blómstra undir stjórn dásamlegra þjálfara. Enn var aukið í keppnishópnum en nú getum við stolt sagt frá því að Öspin á hvorki meira né minna en fjögur lið í keiludeildinni, flott lið í 1.deild kvenna og heil þrjú lið í 3.deild karla. Liðin hafa staðið sig með eindæmum vel, eru dugleg að mæta í allar keppnir og eru ófáar ferðir að baki alla leiðina á Akranes til að keppa.

Mikil ánægja hefur verið meðal bæði okkar iðkenda sem og annarra iðkenda í öðrum félögum innan KLÍ með þátttöku Asparfélaga á þessum mótum.

Formaður Aspar situr í stjórn KLÍ (Keilusamband Íslands) þar sem hún tekur ótrauð þátt af fullum krafti, meðal annars í baráttu fyrir betri aðstöðu til keiluiðkunnar og auðvitað fyrir málefnum fatlaðra keilara.

Því miður varð ekkert úr keppnisferð á Malmö Open í Svíþjóð þar sem mótinu var aflýst vegna Covid. Öspin var þó með sínu árlegu innanfélagsmót í keilu, vormót í maí og jólamót í desember. Að venju fengu iðkendur að bjóða aðstandendum sínum að koma og taka þátt á síðustu æfingu beggja tímabila og vakti það mjög mikla lukku.



Hluti sundhópsins í Laugardal ásamt foreldrum og þjálfurum

## Sund keppnishópur

Keppnishópurinn í Laugardal hefur alltaf nóg að gera. Í janúar féll niður nýársmót fatlaðra barna og ungmenna.

Á vorönninni var áfram lítið um mót vegna Covid en keppnishópurinn tók þó þátt í Reykjavíkumeistaramótinu í apríl þar sem við náðum öðru sæti.

Ekkert varð úr ferð á Malmö Open eins og venjan hefur verið þar sem mótinu var aflýst vegna heimsfaraldursins.

Eitt skemmtilegasta mót ársins var auðvitað sjálft Asparmótið sem var í byrjun maí en það hefur alltaf verið mjög vinsælt mót meðal fatlaðra sundmanna sem flykkjast á mótið víðsvegar að af landinu. Keppendur Aspar röðuðu stoltir inn verðlaunum og stóðu aðstandendur sig frábærlega við vinnu við mótið svo það væri jú mögulegt.

Í lok maí var svo haldið flokkamót ÍF sem í leiðinni var líka bikarmót fatlaðra.

Haldin var sameiginleg æfing allra Reykjavíkurfélaganna í febrúar og lítið skemmtimót í leiðinni þar sem boðið var upp á pizzuveislu í lokin.

Í júní héldu nokkrir keppendur út til Brno í Tékklandi þar sem keppt var á Emil Open í steikjandi hita og frábæru veðri. Mótið stórskemmtilegt og tóku Tékkar mjög vel á móti okkur. Þetta heppnaðist mjög vel og var virkilega skemmtileg ferð enda yndisleg borg og margt að skoða og upplifa. Iðkendur stóðu sig mjög vel og voru ansi mörg verðlaun sem skreyttu Asparhálsa.

Á haustönninni tókum við fyrst þátt á Ármannsmótinu í lok september, um miðjan október var svo ÍFR mótið og svo kom loksins að stórkostlegum æfingabúðum en þær voru haldnar í Borgarnesi í lok október.

Í byrjun nóvember tókum við svo þátt í Fjarðarmótinu við góðan orðstír og fengu þónokkrir verðlaunapeningar ný heimili hjá krökkunum okkar.

Íslandsmeistaramót í 25m laug var svo í Ásvallalaug um miðjan nóvember og áttum við þar einn keppanda sem stóð sig frábærlega á sínu fyrsta ÍM.

Í desember var svo jólamót/sundsýning Aspar í Laugafellslaug og var boðið uppá smá veitingar á eftir.