

WAG – senior Fyrri hluti árs

Vorönnin í ár verður þétt og viðburðarík. Við viljum því koma eftirfarandi skilaboðum til ykkar, **athugið að þessar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um breytingar**. Athugið að dagsetningarnar eru líklegir ferðadagar, og geta því færst til.

Áætluð verkefni vorannar

Hvað	Hvenær	Hvar	Hverjir
Bikarmót	24.- 25. febrúar	Fjölnir	Úrvalshópur
Íslandsmót	16. – 17. mars	Ármann	Úrvalshópur
Norðurlandamót	4. – 7. apríl	Osló, Noregi	Landslið (sjá upplýsingar hér að neðan)
Landsliðsæfingabúðir	22. – 28. apríl	Ísland	Landsliðshópur (landslið + varamenn ef einhverjir)
EM kvenna	30. apríl – 6. maí	Rimini, Ítalíu	Landslið (sjá upplýsingar hér að neðan)
WCC Varna	20. – 27. maí	Varna, Búlgaría	Landslið (sjá upplýsingar hér að neðan)
WCC Koper	29. maí – 3. júní	Koper, Slóvenía	Landslið (sjá upplýsingar hér að neðan)
GK mót	11. – 12. maí	Björk	Úrvalshópur
NEM	21.-22. september	Dublin, Írlandi	Landslið

Val á úrvalshópi fyrir keppnisárið 2024

Opin æfing fer fram laugardaginn 20. janúar. Tímasetning og staðsetning verður send beint á skráða þátttakendur og þeirra þjálfara. Fimleikakomum, fæddar árið 2008 og fyrr og uppfylla kröfurnar hér að neðan, er boðið að skrá sig á opnu æfinguna. Upplýsingar um skráninguna má finna hér að neðan. Athugið að hópurinn er endurskoðaður að hausti.



Kröfur til þátttöku í úrvalshóp kvenna:

Stökk: Að minnsta kosti stökk með 3.6 D gildi.

Tvíslá: Að minnsta kosti tvær sérkröfur framkvæmdar í keppnisaðstæðum og ein eða fleiri framkvæmd í æfingaaðstöðu.

Slá: Að minnsta kosti fjórar sérkröfur framkvæmdar í keppnisaðstæðum og þarf að geta sýnt fram á að verið er að æfa afstökk með C eða erfiðara D gildi.

Gólf: Að minnsta kosti fjórar sérkröfur framkvæmdar í keppnisaðstæðum og þarf að geta sýnt fram á að verið sé að æfa æfingu með D gildi eða hærra.

Á opnu æfingunni eru framkvæmd styrktarpróf líkt og áður. Landsliðsþjálfari lítur einnig til keppnistímabils 2022 – 2023 við val á úrvalshópi.

Félagsþjálfarar eru beðnir um að skrá sína iðkendur á æfinguna hér:

<https://forms.gle/aCUZ2io46QMk5nWa8> **Skráning lokar 12. janúar.**

Úrvalshópur 2024 verður tilkynntur fljótlega eftir opnu æfinguna.

Val í verkefni á vorönn

Landsliðsþjálfari meðal annars líta til eftirfarandi þátta við val í landslið. Íslandsmót, Bikarmót, úrtökumót 28. febrúar og úrvalshópa/landsliðsæfingar á tímabilinu. NM verður einnig nýtt til hliðsjónar við val á liði á EM.

Landslið fyrir eftirfarandi verkefni verða tilkynnt í byrjun apríl; EM, **WCC Varna og/eða WCC Koper***.

Norðurlandamót

6. – 7. apríl í Osló, Noregi

Miðvikudaginn 28. febrúar fer fram úrvalshópaæfing og miðvikudaginn 28. febrúar fer fram úrtökumót fyrir NM (dæmt). Landslið fyrir NM verður tilkynnt í vikunni eftir Íslandsmót. Föstudaginn 29. mars (föstudaginn langa) fer fram landsliðsæfing, laugardaginn 30. mars fer fram keyrsluæfing og 2. eða 3. apríl fer fram lokaæfing fyrir brottför. Áætlaðir ferðadagar eru 4./5. – 7. apríl.

Evrópumót

2. – 5. maí í Rimini, Ítalíu

EM í ár er unglinga og fullorðinsmót sem er tvískipt, karlakeppnin fer fram viku á undan kvennakeppninni. Landslið fyrir EM verður tilkynnt í byrjun apríl. Vikuna fyrir brottför á EM 22. – 28. apríl fara fram landsliðsæfingabúðir.



World Challenge Cup í Varna og Koper

Varna: 22. – 26. maí í Varna, Búlgaríu

Koper: 30. maí – 2. júní í Koper, Slóveníu

Stefnir Fimleikasamband Íslands á að senda keppendur á Heimsbikarmót, því miður getum við ekki staðfest hvort farið verður á bæði, annað hvort eða ekkert heimsbikarmót fyrr en niðurstaða úr úthlutun afrekssjóðs liggur fyrir. Búast má við því að það komi í ljós í byrjun febrúar. **Fimleikasambandið mun senda frá sér tilkynningu með ákvörðun um þessi og önnur óstaðfest mót þegar að nær dregur.**

Endurskoðun á úrvalshóp og NEM

Búast má við því að endurskoðun á úrvalshóp fari fram í **lok júlí/byrjun ágúst**, NEM verður haldið mun fyrr en vanalega á þessu ári og búast má við því að valferlið fyrir mótið fari fram í byrjun ágúst þar sem að lokaskráning á mótið er um miðjan ágúst. Það er því mikilvægt að þær konur sem stefna á NEM séu tilbúnar til þess að sýna heilar keppnisæfingar strax í byrjun ágúst. NEM fer fram í Dublin, Írlandi 21. – 22. september. Landsliðsþjálfari heldur utan um stigatöflu líkt og áður og mun hann meðal annars líta til hennar við val á landsliði fyrir NEM.

Yfirlit yfir mikilvægar dagsetningar

Hvað	Hvenær
Skráning á opna æfingu lokar	12. janúar
Bikarmót	24. – 25. febrúar
AWC Baku	7.-10. mars
Úrtökumót	28. febrúar
Íslandsmót	16. – 17. mars
Landsliðsæfing	29. mars
Keyrsluæfing	30. mars
Landsliðsæfing	2. eða 3. apríl
Norðurlandamót	6. – 7. apríl
Landsliðsæfingabúðir	22. – 28. apríl
GK mót	11. – 12. maí
WCC Varna	23. – 26. maí
WCC Koper	30. maí – 2. júní
Endurskoðun á úrvalshóp	Lok júlí/byrjun ágúst

**rauðmerkt er óstaðfest*