

WAG – junior Fyrri hluti árs

Þá er komið að vorönn hjá úrvalshópi unglunga í áhaldafimleikum kvenna og því viljum við koma eftirfarandi skilaboðum til ykkar, **athugið að þessar upplýsingar eru birtar með fyrirvara um breytingar.**

Úrvalshópur 2024 upplýsingar

Úrvalshópur 2024, Þorgeir, landsliðsþjálfari unglunga hefur haldið vel utan um niðurstöður móta í frjálsum æfingum á keppnistímabilinu 2022-2023, með stigakerfi. Landsliðsþjálfari lítur til stigakerfis við val á úrvalshóp 2024 og að auki lítur hann til krafa sem áður hafa verið lagðar fyrir. Athugið að hópurinn verður endurskoðaður að hausti, líkt og í fyrra.

Úrvalshópur 2024:

- Auður Anna Þorbjarnardóttir – Gróttta
- Ásdís Erna Indriðadóttir – Gróttta
- Katla María Geirsdóttir – Stjarnan
- Kristjana Ósk Ólafsdóttir – Gerpla
- Kolbrún Eva Hólmarsdóttir – Stjarnan
- Rakel Sara Pétursdóttir – Gerpla
- Sigurrós Ásta Þórisdóttir – Stjarnan

****Ef að félagspjálfi telur iðkanda sem ekki hefur verið valin í úrvalshóp að þessu sinni uppfylla settar kröfur þá er félagspjálfranum bent á að hafa samband við Þorgeir, landsliðsþjálfara.***

Kröfur á hverju áhaldi fyrir sig:

Stökk:

- D erfiðleiki - 3.4

Tvíslá:

- 1 sérkrafa keppnishæf
- Sýna aðra/aðrar sérkröfu/sérkröfur í vinnslu. Má vera með aðstoð þjálfara.

Jafnvægisslá:

- 3 sérkröfur keppnishæfar
- Sýna að það sé verið að vinna í acro tengingu, í lagi að það sé á lægri slá eða með yfirbreiðslu.

Gólf:

- 3 sérkröfur keppnishæfar
- Sýna að það sé verið að vinna í tvöföldu heljarstökki. Má vera í mjúka lendingu (þó ekki svampagryfju) og/eða með aðstoð þjálfara.

Hér má finna Afreksstefnu sambandsins 2024 - 2028, samþykkt á þingi vor 2023.

<https://fimleikasamband.is/afreksstefna-fsi/>

Verkefni vorannar

Tvö stór verkefni eru á dagskrá hjá unglíngalandsliðum Íslands á vorönn, þau eru Norðurlandamót unglínga (NMj) og Evrópumót unglínga (EMj). Athugið að dagsetningarnar sem eru gefnar upp á NMj og EMj eru líklegir ferðadagar á mótin – þær gætu breyst. Athugið að búast má við því að hluti af úrvalshópa/landsliðsæfingum á vorönn fari fram á skólatíma, í þeim tilvikum er hægt að nálgast leyfisbréf hjá afreksstjóra.

Hvað	Hvenær	Hvar	Hverjir
Bikarmót	24.-25. febrúar	Fjölur	Úrvalshópur
Íslandsmót	16.-17. mars	Ármann	Úrvalshópur
NMj	4. – 7. apríl	Osló, Noregi	Landslið (0-5)
EMj	29. apríl – 6. maí	Rimini, Ítalíu	Landslið (0-5)
GK mót	11.-12. maí	Björk	Úrvalshópur
Æfingabúðir	Seinnipart maí	Óstaðfest	Úrvalshópur

NM unglínga

Verður haldið í Osló, Noregi 4. – 7. apríl. Keppnin fer fram á sama tíma og Norðurlandamót fullorðna. Keppnisfyrirkomulag er 5-5-3 í liðakeppni. Í vikunni 4.-10. mars fer fram úrtökumót fyrir NMj og EMj. Landsliðsþjálfari lítur til Bikarmóts, Íslandsmóts og NMj/EMj úrtökumóts við val á landsliði fyrir NMj. Landslið Íslands verður svo tilkynnt eftir Íslandsmót. Keyrslumót fer fram 30. mars og stefnt er að loka æfingu fyrir brottför 2. eða 3. apríl.

EM unglínga

Verður haldið í Rimini, Ítalíu 29. apríl – 6. maí, undanúrslit fara fram 3. maí. Keppnisfyrirkomulag er 5-4-3 í liðakeppni. Landsliðsþjálfari lítur til Bikarmóts, Íslandsmóts og NMj/EM úrtökumóts við val á landsliði fyrir EMj. NMj verður einnig nýtt til hliðsjónar við val á liði. Landslið Íslands verður svo tilkynnt eftir NMj. Í vikunni 15.-20. apríl fer fram landsliðsæfing og búast má við að lokaæfing fyrir brottför verði degi fyrir brottför eða fyrr.



Yfirlit yfir mikilvægar dagsetningar

Hvað	Hvenær
Bikarmót	24.-25. febrúar
NMj/EMj úrtökumót	4.-10. mars
Íslandsmót	16.-17. mars
NMj keyrsluæfing	30. mars
NMj landsliðsæfing	2. eða 3. apríl
NMj	4.-7. apríl
Úrvalshópaæfing	9.-14. apríl
EMj landsliðsæfing	15.-20. apríl
EMj landsliðsæfing	Fyrir brottför
Æfingabúðir	Seinnipart maí