



Vinsamlega svarið þeim spurningum sem eiga við um ykkur

1. Landsliðsþjálfari/þjálfarar sem skrifa skýrslu og hlutverk þeirra:
Björn Björnsson, Hrefna Þorbjörg Hákonardóttir, yfirþjálfarar landsliða í hóp fimleikum
2. Með hverjum landsliðsþjálfari starfar:
Yfirþjálfarar landsliða starfa með þjálfurum og meðlimum í fullorðins- og unglingslandslíðum Íslands í hóp fimleikum. Einnig starfa landsliðsþjálfarar náið með afreksstjóra og öðrum fagaðilum sem koma að starfi landsliða t.d. sjúkráþjálfurum.
3. Stutt lýsing á starfi landsliðsþjálfara, hans hlutverk o.s.frv.:
Starf yfirþjálfara: Heildarskipulag á undirbúningi og keppni fyrir Evrópumeistaramót í hóp fimleikum. Stuðningur við lið og þjálfara í gegnum undirbúnings- og keppnisferlið.
Starf landsliðsþjálfara: Hvert landslið hefur á að skipa teymi landsliðsþjálfara sem ber ábyrgð á að móta æfingar, setja markmið, velja og þjálfva einstaklinga til að keppa fyrir Íslands hönd á Evrópumeistaramóti í hóp fimleikum hverju sinni.
4. Val í úrvalshópa:
Stökk- og gólfæfingamarkmið fyrir keppni á Evrópumeistaramóti í Baku voru sett í byrjun árs og úrvalshópar fullorðinna og unglina myndaðir af þeim iðkendum sem uppfylltu lágmarkskröfur. Fjórar úrvalshópaæfingar fóru fram yfir árið, í mars, maí, ágúst og nóvember. Á fyrstu æfingu var gengið frá iðkendasamningum við alla í úrvalshópum. Tilgangur æfinganna var að fylgjast með afreksfólki og styðja við það í aðdraganda Evrópumeistaramóts 2024. Ráðnir voru landsliðsþjálfarar unglings og hæfileikamótunar sem fylgdu yngra afreksfólkinu í gegnum ferlið og völdu úrvalshópa fyrir 2024 í lok árs. Úrvalshópar fullorðinna verða endurskoðaðir í mars 2024. Æfingar úrvalshópa fóru fram í fimleikahúsum aðildarfélaganna fimleikasambands Íslands og eru þeim færðar bestu þakkir fyrir ómetanlegan stuðning landsliðsverkefninu.
5. Val í landslið:
Ekki var valið í landslið árið 2023 þar sem ekkert Evrópumeistaramót er á árinu.
6. Landsliðsæfingar:



Engar landsliðsæfingar voru haldnar árið 2023 þar sem ekkert Evrópumeistaramót er á árinu.

7. Þrekpróf:

Engin samræmd þrekpróf voru framkvæmd árið 2023. Hins vegar var gengið frá samningi við Oliver Bay sérhæfðan styrktarþjálfara í fimleikum til að framkvæma þrekpróf og útfæra einstaklingsmiðaðar æfingar í byrjun árs 2024.

8. Æfingabúðir (ef þær voru):

Tvennar æfingabúðir voru haldnar tengdar komu gestakennara til Íslands, sjá lið 9.

9. Gestakennarar:

Tveir gestakennarar voru fengnir til Íslands árið 2023 til að vinna með úrvalshópum og íslenskum þjálfurum. Oliver Bay hélt námskeið um styrktarþjálfun og dýnustökk með áherslu á afturábak umferðir. Jacob Melin hélt námskeið um trampolíntækni og innri áhugahvöt. Námskeið og æfingar voru vel sóttar af úrvalshópum fullorðinna og unglinga sem og félagsþjálfurum.

10. Helstu verkefni á árinu:

Árið 2023 liggur milli tveggja Evrópumótaára. Því var ekki farið til keppni á árinu en tíminn notaður til undirbúnings fyrir komandi Evrópumeistaramót í Baku í október 2024. Auk þess að vinna með úrvalshópum og fylgja eftir námskeiðahaldi var megináhersla á að undirbúa gólfæfingar, setja markmið um æfingar til framkvæmdar á mótinu og fylgjast almennt með framþróun fimleikafólks á Íslandi. Undir lok árs var tekin ákvörðun um að senda að lágmarki fjögur lið til keppni á EM í Baku. Ljóst þótti að ekki næðist að manna karlalið að þessu sinni vegna fjölda afreksiðkenda. Einnig var ekki ljóst hvort nægilegur fjöldi drengja væri til staðar til að manna drengjalið, ákveðið var þó að bíða með endanlega ákvörðun þangað til nær drægi móti og þjálfarar í hæfileikamótun drengja ráðnir í stað landsliðsþjálfara að svo stöddu. Gengið frá ráðningu landsliðsþjálfara í desember fyrir hin fjögur liðin sem senda á til keppni í Baku.

Útdráttur:



Fimleikasamband Íslands

Árið 2023 liggur milli tveggja Evrópumótaára. Því var ekki farið til keppni á árinu en tíminn notaður til undirbúnings fyrir komandi Evrópumeistaramót í Baku í október 2024. Ekki var valið í landslið heldur unnið var með úrvalshópum fullorðinna og unglunga auk hæfileikamótunar. Haldin voru tvær æfingabúðir fyrir úrvalshópa og félagsþjálfara með gestakennurum frá Svíþjóð og Danmörku. Undir lok árs voru landsliðsþjálfarar ráðnir fyrir fjögur lið sem fyrir liggur að send verði til keppni árið 2024. Sökum fjölda karla á afreksstigi var ákveðið að senda ekki karlalið til keppni á þetta mót. Óljóst er hvort hægt verður að senda drengjalið en beðið var með endanlega ákvörðun og þjálfarar hæfileikamótunar ráðnir.