

Skýrsla UFA Eyrarskokks 2024



Stjórn deildarinnar 2024 var skipuð Rannveigu Oddsdóttur formanni, Antoni Erni Brynjarssyni gjaldkera Söru Dögg Pétursdóttur meðstjórnanda og Önnu Berglindi Pálmadóttur meðstjórnanda.

Starf UFA Eyrarskokks var blómlegt á árinu og voru virkir félagsmenn um 130. Að venju var boðið upp á skipulagðar hlaupaæfingar þrisvar í viku sem voru vel sóttar. Rannveig Oddsdóttir setti saman prógrömm fyrir hópinn og hélt utan um æfingar ásamt góðum hópi þjálfara en auk hennar komu Þóra Guðný Baldursdóttir, Guðmundur Þorsteinn Gunnarsson, Heiðrún Jóhannsdóttir, María Aldís Sverrisdóttir og Ragnhildur Jónsdóttir að þjálfun. Á haustmánuðum var einnig boðið upp á drillur og styrktaræfingar í boganum einu sinn í viku og sá Arnar Már Vilhjálmsson um þær æfingar.

Á vormánuðum var að vanda haldið hlaupanámskeið fyrir byrjendur. Þórey Sjöfn Sigurðardóttir hélt utan um það en auk hennar komu Hildur Andrjesdóttir, María Aldís Sverrisdóttir, Ellert Örn Erlingsson og Atli Steinn Sveinbjörnsson að þjálfuninni. Um 70 manns sóttu námskeiðið og hluti þess hóps gekk í Eyrarskokkið að námskeiðinu loknu.

Eyrarskokkarar voru duglegir að taka þátt í hlaupaviðburðum vítt og breitt um landið á árinu og sumir létu það ekki duga heldur ferðuðust til útlanda líka til að hlaupa. Góður hópur Eyrarskokkara fór til dæmis í utanvegahlaup í Austurríki í byrjun júní og álíka hópur tók þátt í Oslóarmaræðni í september. Nokkrir Eyrarskokkarar voru svo lánsamir að fá miða í lokaviðburð UTMB í Chamonix í Frakklandi og reyna sig þar.

UFA átti þrjá hlaupara í landsliðinu í utanvegahlaupum sem keppti á EM í utanvegahlaupum, Þorberg Inga Jónsson, Halldór Hermann Jónsson og Sigþóru Brynju Kristjánsdóttur. Sigþóra keppti einnig á Norðurlandamóti í víðavangshlaupum í árslok.

Sigþóra hélt áfram að bæta sig í brautar- og götuhlaupum og náði meðal annars þriðja besta tíma íslenskrar konu frá upphafi í hálfmaraþoni þegar hún hljóp á 1:17:49 í Berlín. Anna Berglind Pálmadóttir gaf henni lítið eftir og náði bætingum í flestum vegalengdum sem hún keppti í. Hún tryggði sér jafnframt aldursflokkamet í 800, 1000 og 5 km götuhlaupi í flokki 40-44 ára kvenna og í 1500, 10.000, 5 km, 10 km og hálfmaraþoni í flokki 45-49 ára kvenna. Rannveig Oddsdóttir lét heldur ekki sitt eftir liggja og náði aldursflokkametum í 400 og 5000 innanhúss og Sigríður Björg Einarsdóttir og Sigurður Freyr Sigurðsson tryggðu sér aldursflokkamet í 1000 m hlaupi utanhúss í flokkum 55-59 ára kvenna og karla.

Auk hefðbundinna hlaupaæfinga og keppnisferða var farið í tvær skemmtiferðir á árinu. Vorferð var farið í Skagafjörð og vegna snjóalaga var hlaupið á láglendi í þetta skiptið og endað í Grettislaug þar sem hlauparar skuluðu af sér rykið og svitann. Haustferð var svo hlaupin yfir Hörgárdalsheiði úr Skagafirði yfir í Hörgárdal. Þá var jólahlaup hópsins að sjálfsögðu á sínum stað en þá er skokkað um bæinn og sprellað svolítið.

Tveir fræðslufundir voru haldinn á vegum deildarinnar á árinu. Lilja Guðmundsdóttir frá Nutrileak mætti með fræðslu um næringu hlauparans og Rannveig Oddsdóttir var með fræðslu um undirstöður hlaupaþjálfunar fyrir byrjendur í sportinu.

Hlaup á vegum UFA 2024

Hlaupahald er eitt af verkefnum deildarinnar. Frá stofnun hennar hafa félagsmenn komið að undirbúningi og framkvæmd hlaupa á vegum UFA í samvinnu við frjálsíþróttadeild og bætt við nýjum hlaupaviðburðum. Árið 2024 stóð UFA fyrir eftirtöldum hlaupum:

Vetrarhlaup

Vetrarhlaupin hafa verið fastur liður í starfi deildarinnar frá stofnun hennar 2003. Hlaupin eru haldin mánaðarlega frá október og fram í mars og er keppt í stigakeppni einstaklinga og liða. Undanfarin ár hafa verið hlaupnar mismunandi leiðir 6-10 km langar og hefur ekki verið tímataka í hlaupunum heldur ræður röð manna í mark úrslitum í stigakeppninni. Í haust var tekið upp samstarf við LYST kaffihús í Lystigarðinum og verða öll hlaupin í vetur hlaupin þaðan. Góð þáttaka hefur verið í hlaupunum, 40-60 að vori og enn fleiri frá hausti 2024. Fjöldamet var slegið í fyrsta hlaupi haustsins 148 manns og yfir 100 mættu í hlaup númer tvö þrátt fyrir frekar erfitt hlaupafæri þann daginn.

1. maí hlaup



UFA hefur haldið 1. maí hlaup allt frá stofnun félagsins. Hlaupið er fyrst og fremst krakkahlaup þar sem leikskólabörn hlaupa 400 m og grunnskólabörn 2 km eða 5 km. Tímataka er í 5 km hlaupinu og er það opið fullorðnum líka. Góð þáttaka var í hlaupinu í ár en 480 hlauparar tóku þátt í ár flestr á leik- og grunnskólaaldri. Keppni um hlutfallslega þátttöku var tekin upp að nýju eftir nokkurra ára hlé. Þelamerkurskóli bar sigur úr bítum í keppni fámennra skóla með 27% þátttöku og Síðuskóli í flokki fjölmennra skóla með 11% þátttöku.

Helstu styrktaraðilar hlaupsins voru Akureyrarbær og heilsueflandi samfélag, Þelamerkurskoli, Svalbarðsstrandarhreppur og Eyjafjarðarsveit, Stéttarfélagin á Eyjafjarðarsvæðinu, Sprettur-inn og MS. Auk þeirra styrktu nokkur fyrirtæki í bænum hlaupið með því að gefa útdráttarverðlaun.

Akureyrarhlaup

Akureyrarhlaup hefur verið árviss viðburður í hlaupahaldi UFA frá 1992. Akureyrarhlaup 2024 var haldið fimmtudaginn 4. júlí í fremur hráslagalegu veðri. Hlauparar létu það samt ekki á sig fá og tók 171 hlaupari þátt og náðu margir afburðaárangri enda brautin okkar þekkt fyrir að vera hröð og vænleg til góðra afreka. Keppt var í þremur vegalengdum, 5 km, 10 km og hálfmaraþoni og var hálfmaraþonið jafnframt Íslandsmeistaramót í greininni. Andrea Kolbeinsdóttir ÍR og Arnar Pétursson



Breiðabliki sigruðu hálfmaraþonið og eru því Íslandsmeistarar í greininin 2024. Arnar hljóp á 1:09:07 og Andrea á 1:15:59 sem er brautarmet, hennar besti tími í greinni til þessa og annar besti tími Íslenskar konu frá upphafi. Í ár var í fyrta sinn einnig keppt um Íslandsmeistaratitla í aldursflokkum. Í flokki 15-39 ára voru Andrea og Arnar Íslandsmeistarar. Í flokki 40-49 ára voru það hjónin Hulda Guðný Kjartansdóttir og Páll Jóhannesson úr FH sem báru sigur úr bítum og í flokki 50-59 ára voru það Rannveig Oddsdóttir UFA og Almar Guðmundsson Stjörnunni sem lönduðu Íslandsmeistaratitlum. Í 10 km hlaupi sigraði Anna Berglind Pálmadóttir UFA á 37:40 sem er besti tími sem náðst hefur í aldursflokki 45-49 ára kvenna og fyrstur karla var Guðmundur Daði Guðlaugsson UMFN á 34:48. Í 5 km hlaupi sigraði Sigbóra Brynja Kristjánsdóttir UFA á 17:54 sem er nýtt brautarmet og fyrstur karla var Stefán Pálsson Ármanni á 17:27.

Helstu styrktaraðilar hlaupsins voru Akureyrarbær og Heilsueflandi samfélag, Íslensk Verðbréf, T-plús, Sprettur-inn, MS og World Class auk þess sem fjöldi fyrirtækja í bænum gáfu verðlaun.

Súlur Vertical

Eyrarskokkarar komu eins og áður að undirbúningi hlaupsins sem félagið Súlur vertical stendur að. Meðal verkefna Eyrarskokkara var að undirbúa og merkja hlaupaleiðina, sem að þessu sinni fól meðal annars í sér að taka niður gamla ónýta brú á Lambá og leggja slóða að nýrri brú inni á Glerárdal, og yfirfara leiðina yfir Belgsárfjall, fjölga staurum og setja á þá endurskin. Merkingar á hlaupaleiðinni voru einnig í höndum hlaupara og þeir sáu um afhendingu keppnisgagna dagana fyrir hlaup og voru burðarásinn í starfsmannahópnum á hlaupadag.

Góð þátttaka var í hlaupinu hátt í 500 hlauparar sem er nýtt met og fjöldi barna í krakkahlaupinu sem haldið var á föstudeginum. Í Gyðjunni (100 km) luku 29 hlauparar keppni og brautarmet karla og kvenna féllu, Þorbergur Ingi Jónsson sigraði karlaflokkinn á 9:48:39 og Andrea Kolbeinsdóttir kvennaflokkinn á 12:14:33. Í Tröllinu (43 km) sigruðu Sigurjón Sturluson á 4:13:27 og Anna Berglind Pálmadóttir á 4:49:13 sem er nýtt brautarmet í kvennaflokki. Í Súlum (29 km) sigruðu Jörundur Frímann Jónasson á 2:34:02 og Sigbóra Brynja Kristjánsdóttir á 2:51:31. Í Fálkanum (19 km) sigruðu Egill Örn Gunnarsson á 1:21:06 og Elín Edda Sigurðardóttir á 1:28:06.

Hausthlaup UFA

Hausthlaupið er hlaup með einfaldri umgjörð þar sem hlaupnar eru sömu 5 og 10 km leiðir og í Akureyrarhlaupi. Hlaupið var haldið 25. september og voru þátttakendur 41.

Gamlárshlaup UFA

Það er löng hefð fyrir Gamlárshlaupi UFA en undanfarin ár hefur það fyrst og fremst verið gleðihlaup. Það er ekki keppt um tíma eða sæti í þessu hlaupi en veitt verðlaun fyrir bestu búningana. Þátttakendur voru um 80 í ár og hörð barátta í búningakeppninni. Sigur úr bítum báru þrjár ófrískar breskar lágstéttarstúlkur sem höfðu tekið flugið til Akureyrar með EasyJet ásamt fylgdarsveini sem var reyndar fljótur að láta sig hverfa.



