

Skýrsla UFA Eyrarskokks 2025



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 150. 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, Sigríður Einarsdóttir, Heiðrún Jóhannsdóttir, María Aldís Sverrisdóttir, Rakel Björk Káradóttir, Sigríður Ásta Björnsdóttir og Atli Steinn Sveinbjörnsson að þjálfun. Á haustmánuðum var einnig boðið upp á drillur og styrktaræfingar í Boganum einu sinni 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 Andriessdóttir, Ellert Örn Erlingsson og Atli Steinn Sveinbjörnsson að þjálfuninni. Rúmlega 50 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 Krótíu snemma vors og nokkrir Eyrarskokkarar voru svo lánsamir að fá miða í lokaviðburð UTMB í Chamonix í Frakklandi sem er eitt eftirsóttasta utanvegahlaup í heimi. Þar áttum við fulltrúa í öllum vegalengdum, tvo í 53 km, einn í 100 km, tvo í 145 km og einn í 170 km.

Auk hefðbundinna hlaupaæfinga og keppnisferða var farið í tvær skemmtiferðir á árinu. Vorferð var farin yfir Tunguheiði frá Fjalli í Kelduhverfi yfir að Syðri-Tungu norðan við Húsavík. Veðrið var okkur því miður ekki alveg nógu hliðhollt, þoka og rigning svo skyggni á heiðinni var lítið en félagsskapurinn góður og ljúft að baða sig í Sjóböðunum eftir hlaup. Haustferðin var farin frá Ólafsfirði yfir í Siglufjörð og svokallaða Botnaleið. Það var fremur vetrarlegt um að litast daginn sem ferðin var farin. Hafði snjóað töluvert en var ágætis veður. Þá var jólahlaup hópsins að sjálfsögðu á sínum stað í desember en þá er skokkað um bæinn og sprellað svolítið.

Eina fræðsluerindið sem var boðið upp á þetta árið var kynning á Vo2max mælingum, sem Kristinn Þráinn Kristjánsson frjálssípróttþjálfari hjá UFA hélt fyrir okkur.

Landsliðsverkefni og hlaupaafrek félagsmanna

UFA átti nokkra fulltrúa í landsliðsverkefnum í hlaupum á árinu. Sigþóra Brynja Kristjánsdóttir keppti í hálfmaraþoni á Evrópumeistaramóti í götuhlaupum í apríl og á Norðurlandamóti í víðavangshlaupum í nóvember. Anna Berglind Pálmadóttir, Guðfinna Kristín Björnsdóttir, Halldór Hermann Jónsson og Þorbergur Ingi Jónsson kepptu á heimsmeistaramóti í utanvegahlaupum í september, Anna Berglind og Halldór Hermann hlupu þar 45 km hlaup en Guðfinna og Þorbergur 82 km.

Sigþóra og Anna Berglind brugðu sér til Bretlands í byrjun árs, kepptu þar í 10 km hlaupi og náðu fimmta og sjöunda besta tíma íslenskra kvenna frá upphafi. Sigþóra 35:41 og Anna Berglind 36:38. Anna Berglind hljóp svo maraþon í Barcelona og náði sjötta besta tíma íslenskra kvenna frá upphafi og aldursflokksameti í flokki 45-49 ára kvenna, 2:53:02. Tími Önnu Berglindar í 10 km var einnig aldursflokksameti í þeirri vegalengd og í viðbót við þessi tvö met setti hún aldursflokksameti í 3000 og 1000 m hlaupum utanhúss. Rannveig Oddsdóttir varð Íslandsmeistari í hálfmaraþoni í Akureyrarhlaupi á tímanum 1:25:32 sem er aldursflokksameti í flokki 50-54 ára kvenna. Rannveig náði einnig aldursflokksametum í 3000 og 200 m hlaupum utanhúss á árinu.

Þá er ónefndur allur sá fjöldi persónulegra afreka sem félagsmenn unnu á árinu. Margir náðu bætingum í tíma, aðrir sigruðust á nýjum vegalendum. Enn aðrir voru að hefja sinn hlaupaferil, bæta hreyfingu inn í rútnuna eða ná sér upp úr veikindum. Hlaupin bjóða upp á endalaus möguleika til heilsubóta og persónulegra áskorana og afreka.

Hlaup á vegum UFA 2025

Hlaupahald er eitt af verkefnum deildarinnar. Frá stofnun hennar hafa félagsmenn komið að undirbúningi og framkvæmd hlaupa á vegum UFA í samvinnu við frjálssípróttadeild og bætt við nýjum hlaupaviðburðum. Árið 2025 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 5-9 km langar. Það hefur ekki verið tímataka í hlaupunum heldur ræður röð manna í mark úrslitum í stigakeppninni. Lyst kaffihús hefur stutt dyggilega við hlaupin

undanfarin tvö ár og hafa öll hlaupin byrjað og endað í Lystigarðinum. Orkusalan, Powerade og fleiri fyrirtæki hafa einnig lagt sitt af mörkum í vetur. Þátttaka hefur verið með eindæmum góð, 80-115 manns í hverju hlaupi. Hlauparar kunna vel að meta huggulega umgjörðina í Lystigarðinum og það er notalegt að gæða sér á fiskisúpu á kaffihúsinu eftir hlaup.

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 þátttaka var í hlaupinu í ár en 660 hlauparar tóku þátt í ár flestir á leik- og grunnskólaaldri. Í þátttökukeppni grunnskóla sigraði Þelamerkurskóli í hópi fámennari skóli en þar tóku 35% nemenda þátt í hlaupinu, Valsárskóli var í öðru sæti og Grenivíkurskóli í því þriðja. Í flokki fjölmennari skóla sigraði Síðuskóli, þar tóku 19% nemenda þátt í hlaupinu, Glerárskóli varð í öðru sæti og Oddeyrarskóli í því þriðja. Við óskum skólunum til hamingju með þennan léttstíga nemendahóp. Styrktaraðilar hlaupsins í ár voru Akureyrarbær og Heilsueflandi samfélag, Þelamerkurskóli, Svalbarðsstrandarhreppur, Eyjafjarðarsveit, Sprettur-inn, MS og Stéttarfélagin á Eyjafjarðarsvæðinu.

Akureyrarhlaup

Akureyrarhlaup hefur verið árviss viðburður í hlaupahaldi UFA frá 1992. Akureyrarhlaup 2025 var haldið fimmtudaginn 3. júlí. Keppt var í þremur vegalengdum, 5 km, 10 km og hálfmaraþoni og var hálfmaraþonið jafnframt Íslandsmeistaramót í greininni. 240 hlauparar mættu til leiks og var gaman að sjá fjölbreytnina í hópnum. Margir af okkar sterkustu götuhlaupurum voru mættir til leiks, en líka nýliðar í íþróttinni, börn í fylgd með foreldrum og fullbúnir lögreglu- og slökkviliðsmenn. Yngstu þátttakendurnir voru 12 ára og sá elsti 78 ára og vill svo skemmtilega til að þeir hlupu 5 km á svipuðum tíma eða í kringum 30 mínútur. Keppni í hálfmaraþoni var Íslandsmeistaramót í þeirri vegalengd. Arnar Pétursson úr Breiðablik og UFA konan Rannveig Oddsdóttir báru sigur úr bitum þar og eru Íslandsmeistarar í hálfmaraþoni 2025. Tími Arnars var 1:09:33 og tími Rannveigar 1:25:32. Í 10 km hlaupi sigraði Íris Anna Skúladóttir í kvennaflokki á 37:04 og Freyr Karlsson í karlaflokki á 34:31. Í 5 km hlaupi var Anna Berglind Pálmadóttir fyrst kvenna á 18:17 og fyrstur karla var Agnar Darri Sverrisson á 17:08. Helstu styrktaraðilar hlaupsins voru Akureyrarbær og Heilsueflandi samfélag, atNorth, Altis/Mizuno, T-plús, World Class og Dominos 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. Eyrarskokkarar sáu um að undirbúa og merkja hlaupaleiðina, afhenda keppnisgögn dagana fyrir hlaup og voru burðarásinn í starfsmannahópnum á hlaupadag. Viðburðinn heldur áfram að stækka. Yfir 600 hlauparar tóku þátt í fjallahlaupunum og 400 börn mættu í krakkahlaup í Kjarnaskógi. Af afrekum hlaupara í ár bar frammistaða Elísu Kristinsdóttur af. Hún átti stórkostlegt 100 km hlaup, kom fyrst í mark af 47 hlaupurum á 10:45:17 og bætti brautarmet kvenna um einn og hálfan tíma. Í karlaflokki sigraði Felix Starker á 11:51:18. Í Tröllinu 43 km sigraði Þorbergur Ingi Jónsson karlaflokkinn á nýju brautarmeti 4:01:58 og Hildur Aðalsteinsdóttir var fyrst kvenna á 5:08:35. Í Súlum 28 km sigraði Sigurjón Sturluson karlaflokkinn á 2:31:27 og Elín Edda Sigurðardóttir kvennaflokkinn á 3:06:55. Í Fálkanum sigraði Anna Berglind Pálmadóttir kvennaflokkinn á 1:27:38 og Pétur Haukur Jóhannesson karlaflokkinn á 1:23:04.

Hausthlaup UFA

Hausthlaupið er hlaup með einfaldri umgjörð þar sem hlaupnar eru sömu 5 og 10 km leiðir og í Akureyrarhlaupi. Hlaupið var haldið 17. september og voru þátttakendur 37.

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 100 í ár og hörð barátta í búningakeppninni.

