



Ofurhugi - Júní 2018

Annað sætið á AMÍ



Liðið okkar hafnaði í öðru sæti á Aldursflokkameistaramótinu í sundi í ár. Mótið fór fram á Akureyri í rjómaþlíðu.

Lokastigastaðan á mótinu

SH - 815 stig
ÍRB - 713
Breiðablik - 671
ÍBR - 574
Ægir - 224

ÍA - 220
Óðinn - 201
UMFA - 20
UMFB - 16
Rán - 8
Stjarnan - 6
Sindri - 2
Völsungur 1
Próttur NES, UMFS og Austri - án stiga.

Liðið okkar var til fyrirmyndar í alla staði. Umgengi, kurteisi, hvatningu og keppnishörku, og vorum við þjálfararnir og fararstjórnarnir afar stoltir af okkar fólki um helgina.

AMÍ verður að öllum líkindum á okkar heimavelli á næsta ári og er stefna sett á að endurheimta AMÍ bikarinn á okkar heimavelli. En frá árinu 2001 þegar sunddeildir Keflavíkur og Njarðvíkur voru sameinaðar, þá hefur ÍRB unnið AMÍ 11 sinnum og aldrei endað neðar en í öðru sæti.



Íslandsmeistarar á AMÍ

Stúlkur 15 - 17 ára

4x100m fjórsund boðsund Sveit ÍRB

Stefanía Sigurpórsdóttir

Diljá Rún Ívarsdóttir

Eva Margrét Falsdóttir

Birna Hilmarsdóttir

Meyjur 12 ára og yngri

100m baksund Jóhanna Arna Gunnarsdóttir

200m baksund Jóhanna Arna Gunnarsdóttir

100m flugsund Elísabet Jóhannesdóttir ÍRB

4x50m fjórsund boðsund Sveit ÍRB

Jóhanna Arna Gunnarsdóttir

Elísabet Jóhannesdóttir

Stefanía Ósk Halldórsdóttir

Katla María Brynjarsdóttir



Drengir 13 - 14 ára

400m skriðsund Fannar Sævar Hauksson

100m baksund Fannar Sævar Hauksson

200m baksund Fannar Sævar Hauksson

100m flugsund Fannar Sævar Hauksson

Telpur 13 - 14 ára

100m baksund Hafdís Eva Pálsdóttir

200m baksund Hafdís Eva Pálsdóttir

100m bringusund Eva Margrét Falsdóttir

200m bringusund Eva Margrét Falsdóttir

400m fjórsund Eva Margrét Falsdóttir

4x100m skriðsund boðsund Sveit ÍRB

Hafdís Eva Pálsdóttir

Thelma Lind Einarsdóttir

Ásta Kamilla Sigurðardóttir

Eva Margrét Falsdóttir

4x100m fjórsund boðsund Sveit ÍRB

Hafdís Eva Pálsdóttir

Ásta Kamilla Sigurðardóttir

Eva Margrét Falsdóttir

Thelma Lind Einarsdóttir



Meyjur 12 ára og yngri

100m baksund Jóhanna Arna Gunnarsdóttir

200m baksund Jóhanna Arna Gunnarsdóttir

100m flugsund Elísabet Jóhannesdóttir

4x50m fjórsund boðsund Sveit ÍRB

Jóhanna Arna Gunnarsdóttir

Elísabet Jóhannesdóttir

Stefanía Ósk Halldórsdóttir

Katla María Brynjarsdóttir



Már með þrjú Íslandsmet á Opna Þýska

Opna þýska meistaramótið í sundi fór fram í byrjun mánaðarins í Berlín.

Már Gunnarsson keppti á mótinu og gerði sér lítið fyrir og setti þrjú Íslandsmet. Hann setti met í 200m skriðsundi, 50m baksundi og 400m fjórsundi.

Már er núna komin á fullt í undirbúningi fyrir EM 50 sem fram fer í Dublin í ágúst. Hann er búin að ná sex lágmarkum fyrir EM 50 og stefnir á toppárangur.



Skemmtileg keppnisferð til Canet



Átta sundmenn ÍRB ásamt þjálfara fóru á sundmót í Canet í suður Frakklandi helgina 9.-10 júní. Með okkur í för var einnig Kristinn Þórarinnsson úr Ægi. Stytttri sundin hjá okkar fólki voru á pari á mótinu en önnur nokkuð frá, við fengum þó besta tíma í tveimur sundum. Ingi Þór Ólafsson bætti sig í 50m skriðsundi og Þröstur Bjarnason bætti sig í 100m skriðsundi.

Canet mótið sem er í Mare Nostrum mótariðinni er afar sterkt sundmót þar sem í ár eins og oft áður,

voru mættir til keppni mjög margir af sterkustu sundmönnum heims.

Mjög vel heppnuð ferð með fyrirmyndarfólki, og þátttaka á mjög sterku sundmóti, sem fer í reynslubankann hjá okkar flotta sundfólki.

Afrekshópur - Steindór

Júni mánuður leið afar hratt, sundmenn æfðu vel og komu gríðarlega vel undirbúnir til leiks á AMÍ. Árangurinn á AMÍ hjá hverjum einstakling var afar góður þrátt fyrir að annað sætið yrði lokaniðurstaðan fyrir liðið.

Í lok tímabils er ég afar stoltur af liðinu mínu. Ég er mjög þakklátur fyrir að fá að njóta þess að upplifa hvernig sundmennirnir mínir þroskast sem keppnismenn, einstaklingar og vinir. Það er ómetanlegt og gaman að sjá hversu öflug liðsheild við í ÍRB erum. Núna eru síðust æfingar tímabilsins að detta inn og við byrjum síðan næsta tímabil af krafti 26. júlí og förum í æfingaferð til Tenerife þann 28. júlí.

Áfram ÍRB

Sundmaður mánaðarins

Hafdís Eva Pálsdóttir er sundmaður mánaðarins. Hafdís Eva mætir vel, er dugleg hress og áhugasöm sundkona og góð fyrirmynd.



Framtíðarhópur - Eddi



Þá er þessu sundtímabili lokið. Við enduðum á að fara á AMÍ en þar var árangurinn góður. Krakkarnir hafa verið duglegir í ár og náð góðum árangri á þeim sundmótum sem þeir hafa keppt á. Hópurinn er þéttur og góður ekki bara í sundlauginni heldur eru þetta skemmtilegir krakkar sem sýna fyrirmyndar hegðun hvar sem þeir koma og eru áhugasamir um flest allt sem viðkemur sundinu. Kærar þakkir fyrir flott tímabil.

Sundmenn mánaðarins

Sundmenn mánaðarins að þessu sinni eru þau Bergþóra Sif Árnadóttir, Daníel Patrick Riley og Gabríel Ari Tryggvason. Þetta eru góðir og skemmtilegir sundmenn sem hafa bætt sig mikið í ár og eiga framtíðina fyrir sér.





Háhyrningar Vatnaveröld - Helena

Akranesleikarnir voru í byrjun mánaðarins og stóðu krakkarnir sig vel þar. Eftir mótíð skelltu krakkarnir sér á fatasundsæfingu og skemmtu sér vel saman að henni lokinni. Æfingar voru til 20. júní. Þá voru nokkrir sundmenn sem tóku þátt á Aldursflokkameistaramóti Íslands á Akureyri en aðrir fóru í sumarfrí. Þessi vetur hefur verið mjög skemmtilegur, hópurinn stór og krakkarnir ofboðslega duglegir og vinnusamir. Gleðilegt sumar!

Sundmaður mánaðarins í Háhyrningum Vatnaveröld

Sundmaður mánaðarins í Háhyrningum í Vatnaveröld er Jóhanna Bára Holm.

Jóhanna hefur tekið miklum framförum síðustu mánuði, verið dugleg að mæta og jákvæð.



Akranesleikarnir 2018



ÍRB fór með flottan hóp á Akranesleikana í byrjun júní. Hópurinn fór saman í rútu á laugardagsmorgni og svo hófst keppni. Hópurinn stóð sig vel í einu sem öllu, í sundlauginni lögðu allir sig fram, hegðun og samskipti voru til mikillar fyrirmyndar og mikil og góð liðsheild einkenndi hópinn og áttu fararstjórnar ferðarinnar stóran þátt í því hversu vel allt gekk.

Met í mánuðinum



Innanfélagsmet á Akranesleikumum

Denas Kazulis 800 skr (25m) Hnokkar-Njarðvík-ÍRB

Innanfélagsmet á AMÍ 2018

Denas Kazulis 800 skr (25m) Hnokkar-Njarðvík-ÍRB

Denas Kazulis 400 skr (25m) Hnokkar-Njarðvík-ÍRB

Denas Kazulis 100 fjór (25m) Hnokkar-Njarðvík-ÍRB

Fannar Snævar Hauksson 200 bak (25m) Drengir-Njarðvík

Fannar Snævar Hauksson 100 skr(25m) Drengir-Njarðvík

Fannar Snævar Hauksson 50 flug (25m) Drengir-Njarðvík

Fannar Snævar Hauksson 100 flug (25m) Drengir-Njarðvík

Bjarni Ívar Ragnarsson 200 bak (25m) Hnokkar-Keflavík-ÍRB

Íslandsmet á Opna Þýska 2018

Már Gunnarsson 50 bak (50m) - ÍSL

Már Gunnarsson 200 skr (50m) - ÍSL

Már Gunnarsson 400 fjór (50m) - ÍSL

Styrktaraðilar Sundráðs ÍRB



©2018 Sundráð |

[Web Version](#)

[Preferences](#)

[Forward](#)

[Unsubscribe](#)

Powered by [Mad Mimi](#)®
A GoDaddy® company