



Ofurhugi - Desember 2018

Sjö sundmenn úr ÍRB á Norðurlandamótinu

Sjö sundmenn ÍRB kepptu á NM í Oulu í Finnlandi. Skemmt er frá því að segja að sundfólkið stóð sig afar vel á mótinu, var annað hvort að bæta sig eða alveg við sína bestu tíma.

Peir sem kepptu á mótinu voru: Eva Margrét Falsdóttir, Karen Mist Arngæisdóttir, Fannar Snævar Hauksson, Stefanía Sigurþórsdóttir, Eydís Ósk Kolbeinsdóttir, Gunnhildur Björg Baldursdóttir og Birna Hilmarsdóttir.

Afar góð stemming var hjá landsliðinu á NM og ferðin bæði lærdómsrík og skemmtileg.



Fimm Íslandsmet og 28 innanfélagmet í lok árs.



Góður endir á sundárinu hjá ÍRB á metamóti í 50 metra og 25 metra laug.

Þrjú Íslandsmet og 23 innanfélagsmet í 50m lauginni.

Fannar Snævar Hauksson setti íslandsmet í 100m skriðsundi drengja með bætingu uppá 1,2 sek. Blönduð boðsundssveit 13-14 ára, bætti metið í 4 x 100 m fjórsund um 21 sekúndu og 4 x 100 m skriðsund um 11 sekúndur.

Ungu drengirnir í ÍRB settu helling af innanfélagsmetum.



Tvö Íslandsmet og fimm innanfélagsmet í 25 metra lauginni.

Fannar Snævar Hauksson setti drengjamet í 50m skriðsundi.

Drengjasveit ÍRB bætti met í 4 x 50m fjórsundi. Sveitina skipuðu: Fannar Snævar Hauksson, Kári Snær Halldórson, Alexander Log Jónsson og Sigmundur Þór Sigurmundarson.

Einnig féllu fimm innanfélagsmet:

Daði Rafn Falsson setti Keflavíkurmet í 50m skriðsundi og 200m fjórsundi hnokka 10 ára og yngri.

Aron Logi Halldórsson: 50m skriðsund, 200m fjórsund og 400m skriðsund.

Framtíðin er björt. Áfram ÍRB.

Íþróttafólk ársins

Eydís Ósk Kolbeinsdóttir og Fannar Snævar Hauksson voru valin sundfólk ársins hjá UMFN, Stefanía Sigurþórsdóttir og Pröstur Bjarnason voru valin sundfólk Keflavíkur og Már Gunnarsson var valin íþróttamaður NES.





Á uppskeruhátíð ÍRB á Gamlársdag var Már Gunnarsson síðan útnefndur sem íþróttamaður fatlaðra hjá ÍRB, Pröstur Bjarnason sem sundmaður ÍRB og Eydís Ósk Kolbeinsdóttir sem sundkona ÍRB. Til hamingju með tilnefningarnar kæru sundmenn.

Afrekshópur - Steindór

Mánuðurinn var afar skemmtilegur. NM í Finnlandi, metamót og mörg met, jólatónlist á æfingum, útiæfingar og mjög skemmtileg litlu jól. Sundmennirnir voru duglegir að mæta í jólafríinu frá skólanum og ég býð spenntur eftir árinu 2019.

Kynning á sundfólki ÍRB

Nafn: Aron Fannar Kristínarson
Hvað hefur þú æft sund lengi: 3,5 ár
Hvað ætlar þú að verða þegar þú ert stór:
Flugmaður eða leikari
Hver eru áhugamál þín : Sund og leiklist
Áttu gæludýr: Jább
Annað sem þú vilt segja um þig : Nei ekki neitt



Kynning á sundfólki ÍRB

Nafn: Sólveig María Baldursdóttir
Hvað hefur þú æft sund lengi: 9 ár
Hvað ætlar þú að verða þegar þú ert stór: Veit ekki
Hver eru áhugamál þín : Sund og að teikna
Áttu gæludýr: Ég á kisu sem gæludýr

Framtíðarhópur - Eddi



Hlutirnir hafa gengið sinn vanagang. Krakkarnir eru flestir duglegir að mæta og taka á því. Hefðbundnar jólaæfingar voru syntar þar sem spiluð var jólatónlist, tekin var teningaæfing og svo voru litlu jólin á sínum stað fyrir jól. Krakkarnir eru staðráðnir í því að standa sig enn betur í ár en í fyrra og ætla þau að gera sitt besta til að ÍRB nái að endurheimta AMÍ titilinn.

Kynning á sundfólki ÍRB

Nafn: Rebekka Marín Arngeldsdóttir

Hvað hefur þú æft sund lengi: 8 ár

Hvað ætlar þú að verða þegar þú ert stór: Reyna að komast í sérsveitina (fyrsta konan).

Hver eru áhugamál þín : Synda, hanna hús og horfa á löggupætti

Áttu gæludýr: Engin

Annað sem þú vilt segja um þig : Á eina systur sem heitir Karen og er líka í sundi og hefur farið á Olympíuleika ungmenna. Mamma heitir Anna og pabbi heitir Arngeldir

Kynning á sundfólki ÍRB

Nafn: Jóhanna Arna Gunnarsdóttir

Hvað hefur þú æft sund lengi: 7 ár

Hvað ætlar þú að verða þegar þú ert stór: Langar að verða kokkur eða sundþjálfari

Hver eru áhugamál þín : Synda, mála, vera með vinkonum mínum, elda, baka og vera með fjölskyldunni.

Áttu gæludýr: Á þrjár kisor, 2 læður og einn 1 högna



Háhyrningar/ Sverðfiskar -Vatnaveröld



Í desember vorum við örlítið meira að leika okkur en vanalega, þrátt fyrir það vorum krakkarnir einnig dugleg við að synda. Það var svakalega gaman að sjá hversu mikill metnaður er í hópnum og hvað það eru margir sem eru að mæta vel og leggja sig mikið fram. Ég er mjög spennt hefja nýja árið með sundsnillingunum og hlakka til að vera með þessum metnaðarfullu krökkum í lauginni.

Kynning á sundfólki ÍRB

Nafn: Elísabet Arnoddsdóttir.

Hvað hefur þú æft sund lengi: 3 ár.

Hvað ætlar þú að verða þegar þú ert stór: Ég vil vinna heimsmeistaratitil í sundi og verða sundkennari.

Hver eru áhugamálin þín: Sund, vinirnir, fjölskyldan og ferðalög.

Áttu gæludýr: Engin gæludýr.

Annað sem þú vilt segja um þig: Finnst rosalega gaman að æfa sund og keppa á sundmótum

Kynning á sundfólki ÍRB

Nafn: Adríana Agnes .

Hvað hefur þú æft sund lengi: Búin að æfa í eitt og hálf ár.

Hvað ætlar þú að verða þegar þú ert stór: tónmenntakennari.

Hver eru áhugamálin þín: Sund, spila á Cello , stærðfræði og ferðast til útlanda.

Áttu gæludýr: Nei engin gæludýr



Kynning á sundfólki ÍRB

Nafn: Gabríel Ingi .

Hvað hefur þú æft sund lengi: 3 ár síðan í 2 bekk.

Hvað ætlar þú að verða þegar þú ert stór: Sundkennari.

Hver eru áhugamálin þín: Sund, vera á hlaupahjól, teikna og ferðast til útlanda.

Áttu gæludýr: Nei en mig langar að eiga hund.

Flugfiskar - Heiðarskóla - Jóna

Í lok nóvember tóku sundmenn í flugfiskum þátt á jólamóti ÍRB, það var svaka stuð og allir að standa sig vel. Í desember er búið að vera mikið fjör á æfingum. Við höfum verið að æfa okkur mikið í skriðsundssnúningu og synda mikið af fjórsundi. Á síðustu æfingu fyrir jólafrí var mikið fjör, jólatónlist, tengingaleikur og þrautabraut.

Kynning á sundmönnum ÍRB

Nafn: Darius Cosmin

Hvað hefur þú æft sund lengi? 1 ár

Hvað ætlar þú að verða þegar þú ert stór? Bifvélavirki

Áhugamál: Spila í Playstation

Gæludýr: Engin





Kynning á sundmönnum ÍRB

Nafn: Maríalúísa (Lúlú)

Hvað hefur þú æft sund lengi? 4 mánuðir

Hvað ætlar þú að verða þegar þú ert stór? Ég veit ekki alveg

Áhugamál: Sund , tónlist , myndlist , baka , elda , lesa bók ,
hitta vinkonur mínar , ferðast og fleira

Gæludýr: Nei ég á ekki gæludýr

Annað: Nei

Sprettfiskar - Heiðarskóla - Jóna



Sprettfiskar tóku þátt á jólamóti ÍRB í lok nóvember og stóðu allir sig mjög vel. Í desember er búið að vera gaman á æfingum og krakkarnir aðeins byrjaðir að læra synða flugsund og það er svaka gaman. Einnig höfum við haldið áfram að æfa okkur í bak-, bringu- og skriðsundi. Á síðustu æfingu fyrir jólafrí var mikið fjör, jólatónlist, tengingaleikur og þrautabraut.

Kynning á sundmönnum ÍRB

Nafn: Andrea Lind Vilhjálmsdóttir

Hvað hefur þú æft sund lengi: síðan haustið 2017

Hvað ætlar þú að verða þegar þú ert stór: Dýraþjálfari

Hver eru áhugamál þín: Sund, leika við vinina

Áttu gæludýr: Nei

Annað sem þú vilt segja um þig: Ég elska dýr

Kynning á sundmönnum ÍRB

Nafn: Gabriel Jarnutowski

Hvað hefur þú æft sund lengi: 2 mánuði

Hvað ætlar þú að verða þegar þú ert stór: Byggingamaður

Hver eru áhugamál þín : Sund, labba

Áttu gæludýr: Nei

Annað sem þú vilt segja um þig : Ég elska sund



Sundskóli Heiðarskóla Laxar / Silungar - Jóna Helena

Laxar

Laxar eru búnir að vera rosalega dugleg á æfingum í desember. Við höfum verið að æfa okkur í skriðsundi, baksundi og bringusundi ásamt því að synda með froskalappir og gera hafmeyjufætur. Gaman að sjá hvað þau eru búnir að bæta sig mikið. Á síðustu æfingunni fyrir jól var mikið fjör, það var spilið jólatónlist, farið í þrautabraut og leikið með dót sem þau komu með að heiman eða sem sundlaugin á.

Silungar:

Silungar eru búnir að vera svakalega dugleg að synda í desember. Við höfum verið að æfa okkur að gera eldingastart ásamt því að synda án þess að krabbarnir bítu í tásurnar okkar. Gaman að sjá árangurinn sem þessi hópur hefur náð. Á síðustu æfingunni fyrir jól komu krakkarnir með dót á sundæfingu ásamt því að fara í þrautabraut í sundlauginni.



Sverðiskar / Flugfiskar Akurskóla - Jóhanna

Við erum búnir að vera að dugleg að æfa okkur í bringusundi, fótatökum og rennsli. Höfum einnig verið að leggja mikla áherslu á fjórsundið. Þau eru mjög dugleg og góður mórall í hópnum.

Kynning á sundmönnum ÍRB

Nafn: Sunna Kristín Sæþórsdóttir
Hvað hefur þú æft sund lengi? Síðan ágúst 2017
Hvað ætlar þú að verða þegar þú verður stór? Vinna í búð
Hver eru áhugamálin þín? Baka, lita og leika úti.
Áttu gæludýr? Já, kisu sem heitir Skotta



Kynning á sundmönnum ÍRB

Nafn: Móey Embla Markúsdóttir
Hvað hefur þú æft sund lengi: 4 ár, held ég
Hvað ætlar þú að verða þegar þú verður stór: dýralæknir
Hver eru áhugamálin þín: Vera með vinum og fjölskyldunni minni
Áttu gæludýr: Nei
Annað sem þú vilt segja um þig: Ég er glöð að eiga góða fjölskyldu og ég er heppin.

Sprettiþegar - Njarðvíkurskóla - Jóhanna

Erum búin að vera æfa okkur í fjórsundi, einnig að muna röðina á því. Höfum lagt mikla áherslu á bringusundið.

Kynning á sundmönnum ÍRB

Nafn: Reynir Ingi Skúlason

Hve lengi æft sund: Ég hef æft sund í 1 1/2 ár.

Hvað ætla ég að verða: Mig langar að verða bakari.

Áhugamál: Lego.

Gæludýr: Nei, en mig langar í kisu.

Annað um mig: Mér finnst gaman að baka.



Laxar / Sprettfiskar - Akurskóla - Jóhanna

Við erum búin að vera dugleg að æfa fótatök í flestum sundaðferðum. Einnig lagt áherslu á bringusundið og að stíga ekki í botninn. Þau eru mjög dugleg í hópnum.

Silungar - Akurskóla - Jóhanna

Við erum búin að vera að æfa okkur í flestum sundaðferðum. Höfum lagt áherslu á skriðsundið og baksundið einnig að liggja rétt í vatninu. Þau eru dugleg á æfingu.

Met í mánuðinum

Íslandsmet á metamótum 25 metra laug

Fannar Snævar Hauksson 50 skr (25m) Drengir-Íslandsmet

4 x 50m fjórsund drengir Íslandsmet

Fannar Snævar Hauksson; Kári Snær Halldórsson
Alexander Logi Jónsson, Sigmundur Þór Sigurmundarson.

Íslandsmet á metamótum 50 metra laug

Fannar Snævar Hauksson 100 skr (50m) Drengir- Íslandsmet

4 x 100 m fjórsund blönduð sveit telpur / drengir Íslandsmet

Fannar Snævar Hauksson, Kári Snær Halldórsson
Ásta Kamilla Sigurðardóttir, Eva Margrét Falsdóttir

4 x 100 m skriðsund blönduð sveit telpur / drengir Íslandsmet

Fannar Snævar Hauksson, Kári Snær Halldórsson
Ásta Kamilla Sigurðardóttir, Eva Margrét Falsdóttir

Innanfélagsmet á metamótum

25 metra laug

Fannar Snævar Hauksson 50 skr (25m) Drengir-Nj-ÍRB-ÍSL

Fannar Snævar Hauksson 100 skr (50m) Drengir-Nj-ÍRB-ÍSL

Daði Rafn Falsson 50 skr (25) Hnokkar- Kef

Daði Rafn Falsson 200 fjór (25) Hnokkar- Kef

4 x 50m fjórsund drengir ÍRB-ÍSL

Fannar Snævar Hauksson; Kári Snær Halldórsson

Alexander Logi Jónsson, Sigmundur Þór Sigurmundarson.

50 metra laug

Fannar Snævar Hauksson 100 skr (50m) Drengir-Nj-ÍRB-ÍSL

Fannar Snævar Hauksson 50 skr (50m) Drengir-Nj-ÍRB

Bjarni Ívar Ragnarsson 50 bak (50) Hnokkar- Kef

Bjarni Ívar Ragnarsson 100 bak (50) Hnokkar- Kef

Aron Logi Halldórsson 400 skr (50m) Snáðar-Keflavík

Aron Logi Halldórsson 100 br (50m) Snáðar- Keflavík

Aron Logi Halldórsson 200 br (50m) Snáðar- Keflavík

Aron Logi Halldórsson 200 fjór (50m) Snáðar-Keflavík

Daði Rafn Falsson 100 br (50) Hnokkar- Kef

Denas Kazulis 100 skr (50) Hnokkar-Nj-ÍRB

Denas Kazulis 50 skr (50) Hnokkar-Nj-ÍRB

Guðmundur Leo Rafnsson Sveinar-Nj-ÍRB

Innanfélagsmet á Málmtæknimóti Fjölnis

Aron Logi Halldórsson 200 fjór (25m) Snáðar-Keflavík

Aron Logi Halldórsson 400 skr (25m) Snáðar-Keflavík

Styrktaraðilar Sundráðs ÍRB



KRONAN

nettó

speedo



HS ORKA HF



HS VEITUR HF

©2019 Sundráð |

[Web Version](#)

[Preferences](#)

[Forward](#)

[Unsubscribe](#)

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