

# Ársskýrsla UMF Fram 2020



## Stjórn Fram

Í stjórn Fram árið 2020 voru Baldur Magnússon formaður, Inga Jóna Sveinsdóttir gjaldkeri hætti í stjórn en ekki fannst gjaldkeri í hennar stað fyrr en tók að sumra en þá tók Þórunn Valdís Rúnarsdóttir við, Valtýr Sigurðsson ritari, Jenný Lind Sigurjónsdóttir meðstjórnandi, Ástrós Villa Vilhelmsdóttir meðstjórnandi. Varamenn voru Sigríður Ólína Ásgeirsdóttir og Sigurður Heiðarr Björgvinsson.

Félagar í Fram eru 306.

## Sumarstarf.

Lotuskift sumarstarf var í boði fyrir yngstu aldurshópana sumarið 2020. Mismunandi þema var í hverri viku og var það vel sótt og mæltist vel fyrir.

Fyrsta vikan var **Leikjanámskeið** með Ingu Jónu Sveinsdóttur, önnur vikan var **golfnámskeið** með Finnboga Guðmundssyni. Þriðja vikan var **frjálsíþróttanámskeið** í umsjá Sigrúnar Líndal. Fjórða vikan var **veiði og útivist** sem Baldur Magnússon og Arnar Ó Viggósson skiptu með sér. Fimmtu vikuna var farið á **björgunarsveitanámskeið** með Björgunarsveitinni Strönd en þeir kenndu krökkunum hnúta fyrsta daginn og kynntu þau fyrir starfsemi sveitarinnar, næsta dag var farið í fjallaferð á helstu tækjum sveitarinnar og þriðja daginn var farið í Húnabjörgina og hún skoðuð á meðan skipst var á að fara í stutta spæniferð í höfninni á léttabát. Fjórða og síðasta daginn fóru krakkarnir í slökkvistöðina og fengu þar fræðslu um brunavarnir hjá slökkvuliðinu, kynningu á slökkvistöðinni, stuttan túr með slökkvibíl og allir fengu að sprauta úr brunaslöngu. Einstaklega vel heppnuð vika.

**Kofasmíði** hjá Fellsborg var svo í sjöttu viku með Ingimar Vignissyni og Jenný Lind Sigurjónsdóttur. Jón Ólafur Sigurjónsson leiddi svo **Útivist og göngu** í sjöundu viku og fór með krakkana í skemmtilegar gönguferðir um nærumhverfi þeirra. Hlé var gert á námskeiðum og æfingum 24. júlí til 13. ágúst en ein vika féll niður. Síðasta lotan hófst svo 17. ágúst þegar Valtýr Sigurðsson sá um **körfuboltanámskeið**.

## Sumaræfingar.

Fastar æfingar voru í frjálsum íþróttum fyrir eldri krakkana okkar (árg. 2004-2010) þrisvar í viku með Sigrúnu Líndal.

Fótboltaæfingar voru fyrir þrjá aldurshópa 2-3 í viku eftir aldri (árg 2004-2013) með Finnboga Guðmundssyni.

## *Vetrarstarf*

*Vetraræfingar hófust samhliða skólastarfi á Skagaströnd haustið 2020. Til að byrja með fóru æfingar fram úti en voru svo færðar inn í íþróttahús eftir því sem veðri hrakaði.*

### *Frjálsar íþróttir.*

*Frjálsíþróttæfingar eru tvisvar í viku fyrir tvo aldurshópa (5.-7.b og 8.-10.b) og einn tími sameiginlegur. Þrekæfing er svo einu sinni í viku fyrir báða aldurshópa. Þjálfari er Sigrún Líndal Þrastardóttir.*

## *Fótbolti*

*Fótboltaæfingar eru tvisvar til þrisvar í viku fyrir þrjá aldurshópa (1.-4.b, 5.-7.b og 8.-10.b). Þjálfari er Finnbogi Guðmundsson.*

## *Körfubolti*

*Körfuboltinn hjá Fram hefur vaxið umtalsvert á árinu. Um 25 krakkar æfa íþróttina reglulega og var æfingum fjölgað úr einum tíma á viku fyrir 3.-7. og 8.-10. bekk í 2 tíma á viku fyrir þessa aldurshópa ásamt einum tíma fyrir 1. og 2. bekk.*

*Fram sendi 3 lið á Króksamótið þann 25. janúar, tvö stelpulið og eitt strákalið. Eldri stelpurnar nutu liðsinnis þriggja stúlkna frá Hvammstanga og kepptu undir sameiginlegum fána Kormáks og Fram. Mótið jók áhuga krakkanna og ýtti undir betri mætingu í framhaldinu.*

*Helgi Margeirsson fyrrv. leikmaður Tindastóls hélt nokkur körfuboltanámskeið á Skagaströnd á árinu og hefur Fram niðurgreitt þátttökugjald fyrir félagsmenn um þúsund kr. á haus.*

## *Karate*

*Haustið 2015 var í fyrsta skipti boðið upp á karateæfingar fyrir börn og unglunga hjá Ungmennafélaginu Fram á Skagaströnd. Það hafa fáir unglingar sýnt karate áhuga en yngri kynslóðin, börn á aldrinum 6-12 ára eru glöð með þessa viðbót við íþróttæfingar sem í boði eru. Skipt hefur verið í tvo hópa, byrjendur og lengra komna og hafa að jafnaði 11 börn æft reglulega einu sinni í viku.*

*Æft er Goju Ryu Karate sem er upprunnið frá Okinawa og er Séra Bryndís Valbjarnardóttir 1. Dan sem sér um þjálfun og á vordögum hefur Reinhard Reinharðsson 4. Dan komið frá Karatefélagi Reykjavíkur til að dæma þekkingu og færni iðkenda ásamt þjálfara. Börnin taka próf eða gráðun eins og það er kallað, fá ný belti og viðurkenningarskjal en Karatefélag Reykjavíkur hefur frá upphafi gefið börnunum bæði búninga og ný belti.*

## *Fimleikar/Íþróttaskóli*

*Einu sinni í viku er fimleikar/íþróttaskóli fyrir 1.-5.b. Þjálfari er Sigrún Líndal Þrastardóttir.*

## Sumarið og mótin

### Frjálsíþróttamót

Um 20 krakkar á aldrinum 10-16 ára æfðu frjálsar íþróttir innanhúss á árinu 2020. Árið byrjaði vel og fóru 11 krakkar frá Umf. Fram á Stórmót ÍR sem haldið var í Laugardalshöll 18.-19. janúar, stóðu krakkarnir sig vel og höfðu gaman af skemmtilegu móti. Sumarið 2020 voru um 13 krakkar að æfa frjálsar. Meistaramót Íslands 11-14 ára var haldið 4.-5. júlí á Sauðárkróksvelli og fóru fimm keppendur frá Umf. Fram á það mót. Síðasta mót sumarsins var Héraðsmót USAH sem haldið var á Blönduósvelli í júlí og fjölmenntu Frammarar eins og áður á það mót. Vegna Covid var mörgum mótum aflýst.

### Fótboltamót

Fótboltasumarið árið 2020 gekk að mestu leyti mjög vel þrátt fyrir að nokkur mót duttu út vegna covid. Það voru þó nokkur mót haldin og kepptu strákar á Goðamótunum og á NI mótinu á Akureyri og stelpurnar kepptu á TM mótinu, Síamótinu og Steinullarmótinu. Þar spiluðum við með Kormáki og Hvöt og náðu liðin á mótunum fínum árangri. Stelpurnar í 6. flokki unnu sinn riðil á Steinullarmótinu sem er haldið á Sauðárkróki og stelpurnar í 5. flokki stóðu sig sérstaklega vel á TM mótinu í Vestmanneyjum þar sem þær fengu mikla athygli fyrir góðan árangur. Einnig var keppt á Íslandsmótinu í fótbolta í sumar og þar náðu t.d. stelpurnar í 5. flokki að komast í úrslitakeppnina hjá A og B liðum sem má teljast sem frábær árangur. Úrslitakeppnin var haldin á Akureyri í september og stóðu bæði lið sig mjög vel og eftir þá keppni þá endaði A liðið sem fjórða besta lið Íslands í 5. flokki sem er magnað afrek þar sem stelpurnar æfa ekki saman og koma frá þremur bæjarfélögum. Einnig fengum við heimsókn frá Siguróla frá KSÍ sem var að ferðast til minni bæjarfélaga og kynna fótbolta og svo hélt Þórólfur frá Knattspyrnuakademíu Norðurlands námskeið í fótbolta þar sem aðsókn var góð og krakkarnir ánægðir með æfingarnar. Síðastliðin ár þá höfum við átt gott samstarf með Hvöt og Kormáki og fengu þessi félög Grasrótarverðlaun KSÍ fyrir öflugt knattspyrnustarf fyrir börn.

Búnaðarkaup á árinu voru endurnýjanir á frjálsíþróttabúnaði og boltum en seint á síðasta ári fékk Inga Jóna Sveinsdóttir leyfi hjá stjórn til að panta pönnuvöll sem KSÍ var að standa fyrir hópkaupum á. Völlurinn barst til okkar seint í haust svo því miður var ekki hægt að setja hann upp fyrir veturinn en honum verður fundinn staður þegar vora tekur og verður góð viðbót við útivistarmöguleika barnanna okkar.

Venju samkvæmt tók Fram höndum saman með Björgunarsveitinni Strönd og stóð fyrir flugeldasölu og flugeldasýningu um áramótin en því miður varð að aflýsa brennu vegna samkomutakmarkana.

### COVID-19

*Kórónuvírusfaraldurinn sem braust út um heim allan hefur haft áhrif á starf Ungmennafélagsins. Æfingar féllu niður nokkrar vikur á vordægum þegar íþróttahúsi var lokað og svo aftur á haustdægum, einnig féllu mörg mót niður en mikill missir var í Unglingalandsmótinu í sumar. Vonandi sjáum við þó fyrir endann á þessu ástandi og höldum ótrauð áfram að halda úti öflugum starfi fyrir börnin okkar því það er markmið sem er þess virði að eyða tíma, orku og verðmætum í, því við uppskerum sem við sáum.*