



ÍPRÓTTAFÓLK ÁRSINS 2023



ÍPRÓTTA- OG
ÓLYMPÍUSAMBAND
ÍSLANDS





Akstursíþróttakona og Akstursíþróttamaður ársins eru **Heiða Karen Fylkisdóttir og Daníel Jökull Valdimarsson**



Heiða Karen Fylkisdóttir

Aldur: 21 árs

Félag: Akstursíþróttafélag Hafnarfjarðar (AÍH)

Heiða Karen hefur allt sitt líf verið alin upp í kringum akstursíþróttir og á ekki langt að sækja áhugann þar sem móðurafi hennar og móðir hafa verið leiðtogar í akstursíþróttahreyfingunni á Íslandi.

Heiða Karen hóf keppni árið 2018 í unglingsflokki í rallycrossi, þá 15 ára gömul.

Árið 2023 ákvað hún að keppa með bróður sínum sem aðstoðarökumaður. Kepptu þau í öllum keppnum sumarsins og lönduðu Íslandsmeistaratitli í flokki B.

Bróðir Heiðu er aðeins 17 ára og komust þau systkin í sögubækurnar sem yngsta áhöfn sem keppt hefur saman í rally.

Í október þá héldu þau systkin til Bretlands og tóku þátt í Cambrian rallinu sem er hluti af bresku meistararöðinni í rally og stóðu sig eftir atvikum vel.

Heiða Karen hefur einnig verið virk í íþróttastarfinu sem sjálfboðaliði við skipulagningu á rallycross keppnum og verið þannig góð fyrirmynd fyrir aðra.

Daníel Jökull Valdimarsson

Aldur: 17 ára

Félag: Akstursíþróttafélag Hafnarfjarðar (AÍH)

Daníel Jökull er sautján ára og hefur keppt í rallycrossi síðastliðin þrjú ár með mjög góðum árangri.

Hann varð Íslandsmeistari í unglingsflokki í ár eftir harða baráttu en fjöldi keppenda í þeim flokki hefur aldrei verið meiri en árið 2023.

Þá keppti hann sumarið 2023 einnig sem aðstoðarökumaður í rally í Íslandsmótinu í þeirri grein.

Hann tók einnig þátt í Can-Am Iceland Hill Rally 2023 sem er ugglaut ein erfiðasta rallykeppni á Íslandi um þessar mundir. Hann hlaut, í lok þeirrar keppni, viðurkenninguna „Spirit of the Rally“, sem er veitt þeim sem þykja sýna góða fyrirmynd.





Badmintonkona og Badmintonmaður ársins eru **Arna Karen Jóhannsdóttir og Davíð Bjarni Björnsson**



Arna Karen Jóhannsdóttir

Aldur: 26 ára

Félag: Tennis- og badmintonfélag Reykjavíkur (TBR)

Þetta er í fyrsta skipti sem Arna Karen er valin badmintonkona ársins.

Arna Karen er búsett í Danmörku. Þar spilar hún badminton og les íþróttافرæði við Háskólann í Árósum. Í Danmörku spilar hún með Viby Badmintonklub en á Íslandi spilar hún með TBR.

Í apríl 2023 náði Arna Karen því afreki að verða tvöfaldur Íslandsmeistari í Úrvalsdeild í tvíliða- og tvenndarleik. Auk þess varð hún deildarmeistari í Úrvalsdeild ásamt TBR.

Í janúar 2023 komst Arna Karen, ásamt tvenndarleiksspilara sínum, lengst Íslendinga á alþjóðlega mótinu Iceland International (partur af Reykjavík International Games), þar sem þau komust í 8-liða úrslit.

Arna Karen var partur af landsliðinu sem vann til silfurverðlauna á Evrópukeppni smáþjóða í badminton í nóvember. Þar vann hún 5 af 6 leikjum sínum, ásamt því að vera sá íslenski kvenspilari sem spilaði flesta leiki.

Arna Karen átti mjög gott tímabil 2022/2023 hjá Viby Badmintonklub. Hún vann 11 af 12 tvenndarleikjum sínum á tímabilinu, ásamt því að vera valin spilari ársins hjá klúbbum. Spilaðar hafa verið 6 umferðir af tímabilinu 2023/2024 og þar stendur hún enn ósigruð í tvenndarleik.



Davíð Bjarni Björnsson

Aldur: 25 ára

Félag: Tennis- og badmintonfélag Reykjavíkur (TBR)

Þetta er í fyrsta skiptið sem Davíð er valinn badmintonmaður ársins.

Davíð hefur sérhæft sig í tvíliðaleik og er ásamt meðspilara sínum efstur Íslendinga á heimslista Alþjóðabadminton sambandsins og er stefnan tekin á að komast inná Evrópumeistaramótið í apríl 2024.

Davíð er sexfaldur Íslandsmeistari í tvíliðaleik karla og hefur unnið síðastliðin 5 ár í röð. Davíð varð einnig Íslandsmeistari í tvenndarleik í fyrsta skipið árið 2023. Auk þess varð hann Deildarmeistari í Úrvalsdeild ásamt TBR.

Í janúar 2023 komst Davíð Bjarni, ásamt tvenndarleiksspilara sínum, lengst Íslendinga á alþjóðlega mótinu Iceland International (partur af Reykjavík International Games), þar sem þau komust í 8-liða úrslit.

Davíð spilaði lykilhlutverk í landsliði Íslands sem vann til silfurverðlauna á Evrópukeppni smáþjóða í badminton í nóvember. Þar vann hann 8 af 9 leikjum sem hann spilaði og spilaði flesta leiki íslendinga á mótinu.



BLAKSAMBAND
ÍSLANDS

Blakkona og Blakmaður ársins eru Thelma Dögg Grétarsdóttir og Hafsteinn Valdimarsson



Thelma Dögg Grétarsdóttir

Félag: Umf. Afturelding (UMFA)

Thelma Dögg spilaði með Hylte Hamstad í sænsku úrvalsdeildinni á síðustu leiktíð og endaði liðið hennar með silfurverðlaun eftir mikla baráttu. Thelma Dögg var valin besti leikmaður í þremur af fjórum leikjum í úrslita-keppninni auk þess sem hún var stigahæst í flestum leikjum liðsins.

Thelma Dögg var fyrirliði íslenska kvennalandsliðsins á Evrópumóti smáþjóða í Luxemborg síðastliðið sumar þar sem Ísland vann til gullverðlauna. Thelma Dögg var valin besti leikmaður keppinnar auk þess að vera valin í úrvalslið mótsins sem besti „díó“ mótsins.

Í sumar varð Thelma Dögg Íslandsmeistari í strandblaki ásamt meðspilara sínum.

Thelma Dögg kom heim og spilar með uppeldisfélagi sínu Aftureldingu á þessari leiktíð og er hún stigahæst í úrvalsdeild kvenna á Íslandi.

Thelma er mjög metnaðarfull og leggur mikið á sig fyrir íþrótt sína og er góð fyrirmynd fyrir yngri iðkendum í blaki á Íslandi.

Hafsteinn Valdimarsson

Félag: Íþróttafélagið Hamar

Hafsteinn var fyrirliði Íslands í Evrópukeppni smáþjóða þar sem Ísland lenti í 3. sæti. Hann var einnig valinn í lið mótsins sem besta miðjan á mótinu.

Hafsteinn varð deildar- og bikarmeistari með liði sínu Hamri á árinu. Hann er með bestu blokkurum í úrvalsdeild karla og er hann með bestu sóknarnýtinguna á Íslandsmótinu.

Hafsteinn er mikil hvatning og góð fyrirmynd fyrir unga iðkendum í blaki á Íslandi og ekki síst í sínum heimabæ, Hveragerði, þar sem hann hefur komið að uppbyggingu yngri iðkenda í bænum.



Bogfimikona og Bogfimimaður ársins eru **Marín Aníta Hilmarsdóttir og Haraldur Gústafsson**



Marín Aníta Hilmarsdóttir

Aldur: 19 ára

Félag: Bogfimisfélagið Boginn, Kópavogi

Þetta er í þriðja sinn sem Marín hreppir titilinn Bogfimikona ársins en hún var einnig valin árin 2020 og 2021.

Marín endaði hæst allra keppenda með 5,18 stig í útreikningi á tölfræði um tilnefninguna.

Meðal árangurs Marínar árið 2023 er: Norðurlandameistari, setti Norðurlandamet, setti fjögur Íslandsmet, vann sjö Íslandsmeistaratitla einstaklings/félagsliða, varð Íslandsbikarmeistari og vann til tveggja annarra verðlauna í alþjóðlegum mótum erlendis.

Marín vann einnig þátttökurétt á European Games 2023 (Evrópuleikarnir), keppti þar fyrir Ísland og var m.a. fánaberi Íslands á leiknum.

Marín náði einnig lágmörkum fyrir Ólympíuleikana í París á árinu og stefnir að því að vinna þátttökurétt.

Marín Aníta Hilmarsdóttir var einnig valin sveigbogakona ársins 2023 hjá Bogfimisambandi Íslands og er fjallað nánar um hana og hennar árangur á árinu 2023 á heimasíðu sambandsins, www.bogfimi.is.



Haraldur Gústafsson

Aldur: 51 ára

Félag: Skotfélag Austurlands (SKAUST)

Þetta er í fyrsta sinn sem Haraldur hreppir titilinn Bogfimimaður ársins.

Haraldur byrjaði í íþróttinni árið 2012 og er því búinn að vera að keppa í rúman áratug.

Haraldur endaði hæstur karla með 3,92 stig í útreikningi á tölfræði um hver fengi tilnefninguna.

Haraldur sýndi slíka yfirburði í sinni grein á innanlands á árinu að sá árangur dugði honum til þess að taka tilnefninguna.

Haraldur var fyrstur í sjö af átta tilfellum í undankeppni og útsláttarkeppni um Íslandsmeistaratitla ársins í sinni grein. Í það eina af þessum 8 tilfellum sem hann þurfti að sætta sig við annað sætið var gegn Bogfimikonu ársins, Marín Anítu, um Íslandsmeistaratitilinn óháð kyni utandyra.

Haraldur var skráður til þátttöku á EM og HM á árinu en EM í febrúar var aflýst vegna náttúruhamfara í Tyrklandi og Haraldur þurfti því miður að aflýsa þátttöku sinni á HM í júlí vegna veikinda.

Haraldur Gústafsson var einnig valinn sveigbogamaður ársins hjá Bogfimisambandi Íslands og fjallað er nánar um hann og hans árangur á árinu 2023 á heimasíðu sambandsins, www.bogfimi.is.



Borðtenniskona og Borðtennismaður ársins eru **Nevena Tasic og Magnús Gauti Úlfarsson**



Nevena Tasic

Aldur: 32 ára

Félag: Knattspyrnufélagið Víkingur

Allt frá því að Nevena mátti fyrst keppa á Íslandsmótinu í borðtennis vorið 2021 hefur hún átt einliðaleik kvenna og í ár varð engin breyting þar á.

Nevena var jafnframt lykilleikmaður Víkings í sigri kvennaliðs þeirra á Íslandsmeistaratitlinum 2023.

Nevena hefur verið mikill styrkur fyrir íslenska landsliðið í borðtennis. Þar dregur hún vagninn bæði á æfingum og í keppni og hefur lyft upp getu annarra leikmanna í landsliðinu.

Á erlendri grundu var helsti árangur Nevenu á árinu að komast í 8-manna úrslit á Smáþjóðaleikunum á Möltu.

Nevena er frábær fyrirmynd og enn betri liðsfélagi.



Magnús Gauti Úlfarsson

Aldur: 23 ára

Félag: Badmintonfélag Hafnarfjarðar (BH)

Magnús Gauti var lykilleikmaður í sigri félagsliðs síns, BH, á Íslandsmeistaratitli karla í liðakeppni árið 2023 en hann hefur þrisvar orðið Íslandsmeistari í einliðaleik.

Magnús var leikjahæsti leikmaður karlalandsliðsins á árinu og tók m.a. þátt í Smáþjóðaleikunum á Möltu og komst í 8 manna úrslit í Finlandia Open.

Þrátt fyrir ungan aldur er hann með mikla keppnisreynslu á alþjóðlegum vettvangi og burðarás í landsliðinu.

Magnús er ávallt reiðubúinn að mæta nýjum áskorunum og er frábær fyrirmynd, bæði innan vallar sem utan.



Dansarar ársins eru
Sara Rós Jakobsdóttir og Nicolo Barbizi



Sara Rós Jakobsdóttir **Nicolo Barbizi**
Aldur: 31 árs **Aldur: 28 ára**
Félag: Dansíþróttafélag Hafnarfjarðar **Félag: Dansíþróttafélag Hafnarfjarðar**

Árið 2023 hefur verið viðburðarríkt hjá Nicolo Barbizi og Söru Rós Jakobsdóttur. Þau hafa reglulega keppt á opnum mótum erlendis fyrir Íslands hönd, með góðum árangri. Einnig á alþjóðlegum stórmótum WDSF en þau unnu sér keppnisrétt í öllum þremur greinunum, þ.e. Standard, Latin og 10 dönsum, á Heims- og Evrópumeistaramótum. Því miður hafa engin Evrópumeistaramót verið haldin á árinu, fyrir utan EM Standard. Hér fyrir neðan er samantekt af þeirra besta árangri á árinu:

- Íslandsmeistarar í Latin dönsum
Íslandsmeistarar í 10 dönsum
8. sæti á HM 10 dansa WDSF (aðeins 0.582 stigum frá að ná inn í úrslit samkvæmt einkunnakerfi WDSF)
 1. sæti Open 10 dance í Maison-Laffite í Frakklandi
 1. sæti WDSF Open 10 dance í Cambrils á Spáni
 20. sæti EM Standard WDSF í Vilnius, Litháen
 37. sæti HM Standard WDSF í Wuxi, Kína
 38. sæti HM Latin WDSF í Sibiu, Rúmeníu
 2. sæti WDSF International Open Standard í Osaka, Japan
 2. sæti WDSF Open Latin í Osaka, Japan
 5. sæti WDSF International Open Standard í Riga, Lettlandi
 5. sæti WDSF International Open Latin í Riga, Lettlandi

Einnig hafa þau keppt á fleiri opnum WDSF mótum á árinu og komist nokkrum sinnum í úrslit og undanúrslit í fjölmönnum hópi erlendra dansara.

Fimleikakona og Fimleikamaður ársins eru
Thelma Aðalsteinsdóttir og Valgarð Reinhardsson



Thelma Aðalsteinsdóttir

Aldur: 23 ára

Félag: Íþróttafélagið Gerpla

Árangur Thelmu á árinu hefur verið glæsilegur þar sem hæst ber að nefna Norður-Evrópumótstitil á tvíslá. Thelma var í liði Gerplu sem varð bikarmeistari með yfirburðum, hún varð Íslandsmeistari í fjölþraut og á jafnvægisslá auk þess að vera fastakona í landsliði Íslands.

Thelma keppti á Evrópumóti í Tyrklandi fyrir hönd Íslands fyrr á árinu en á því móti tryggði hún sér fjölþrautarsæti á Heimsmeistaramótinu. Varð hún efst íslenskra kvenna á mótinu. Á Heimsmeistaramótinu náði hún markmiðum sínum sem voru að enda með yfir 49 stig í fjölþraut, sem er hennar besti fjölþrautarárangur á alþjóðlegu móti til þessa. Thelma endaði með 49.099 stig og var hársbreidd frá því að tryggja sér sæti á Ólympíuleikunum 2024.

Thelma keppti á World Challenge Cup í Ungverjalandi í september, þar sem hún keppti til úrslita á stökki. Bætti hún sig milli daga og endaði í 7. sæti. Thelma var einnig fyrsti varamaður inn í úrslit á slá.

Á Norður-Evrópumótinu í haust varð hún sem fyrr segir Norður-Evrópumeistari á tvíslá þrátt fyrir meiðslu sem hún lenti í á æfingadeginum. Var hún meðlimur í kvennaliðinu sem varð aðeins 0.401 stigum frá bronsinu á mótinu.



Valgarð Reinhardsson

Aldur: 27 ára

Félag: Íþróttafélagið Gerpla

Valgarð er okkar fremsti fjölþrautarkeppandi og er hann nú sjöfaldur Íslandsmeistari. Hann varð Íslandsmeistari í fjölþraut á árinu. Valgarð er einnig ríkjandi Íslandsmeistari á tvíslá, svifrá og vann til silfurverðlauna á hringjum og bogahesti. Lið Valgarðs, Gerpla, varð einnig bikarmeistari á árinu.

Valgarð keppti til úrslita á gólfi á sterku heimsbikarmóti í Ungverjalandi í haust þar sem hin frábæra einkunn 13.850, í undanúrslitunum, skilaði honum inn í úrslitin.

Valgarð vann sér inn keppnisrétt á HM í Antwerpen með frábærri frammistöðu á EM í Antalya. Valgarð lagði allt undir á HM til þess að freista þess að vinna sér inn ÓL sæti, það gekk því miður ekki að þessu sinni. Valgarð stóð sig engu að síður mjög vel og sýndi hann og sannaði enn og aftur hversu magnaður fimleikamaður hann er.

Valgarð varð efstur íslensku karlanna á Norður-Evrópumótinu sem haldið var í Svíþjóð í nóvembermánuði. Þar hafnaði hann í 9. sæti. Valgarð keppti til úrslita á stökki, tvíslá og svifrá. Á úrslitadegi framkvæmdi Valgarð stórkostlega tvísláarseríu sem skilaði honum 13.700 stig sem er hans besta tvísláareinkunn hingað til.



Frjálsíþróttakona og Frjálsíþróttamaður ársins eru **Erna Sóley Gunnarsdóttir og Guðni Valur Guðnason**



Erna Sóley Gunnarsdóttir

Aldur: 23 ára

Félag: Íþróttafélag Reykjavíkur (ÍR)

Kúluvarparinn og Íslandsmethafinn Erna Sóley Gunnarsdóttir er Frjálsíþróttakona ársins.

Hún tók þátt í sínu fyrsta Heimsmeistaramóti og hafnaði í 27. sæti, var í 3. sæti á Evrópubikar í Póllandi, varð svæðismeistari á Conference USA Indoor Championships þriðja árið í röð og sigraði á J Fred Duckett Twilight móttinu í Houston Texas.

Erna Sóley sló Íslandsmet þrisvar sinnum á árinu, innan- og utanhúss.

Erna endaði árið í 23.- 24. sæti á Evrópulistanum.

Guðni Valur Guðnason

Aldur: 26 ára

Félag: Íþróttafélag Reykjavíkur (ÍR)

Kringlukastarinn og Íslandsmethafinn Guðni Valur Guðnason er Frjálsíþróttamaður ársins.

Hann keppti á HM í Búdapest og hafnaði í 22. sæti, var í 3. sæti á Evrópubikar í Póllandi, sigraði á Bottnarydskastet í Svíþjóð og varð Norðurlandameistari í Kaupmannahöfn.

Guðni Valur bætti mótsmetið á MÍ utanhúss. Stöðugleiki hans hefur verið mikill á árinu og á 13 af 15 mótum kastaði hann kringlunni yfir 62m.

Guðni endaði árið í 11. sæti á Evrópulistanum.





Glímukona og Glímumaður ársins eru
Kristín Embla Guðjónsdóttir og Einar Eypórsson



Kristín Embla Guðjónsdóttir

Aldur: 23 ára

Félag: Umf. Valur/UÍA

Kristín Embla sigraði Íslandsglímuna og varð Glímudrottning Íslands árið 2023 en það er í þriðja sinn sem hún hlýtur þann titil.

Einnig fékk hún Fegurðarglímuverðlaun á Íslandsglímuni.

Kristín stóð sig afar vel á mótum á árinu, bæði hér á landi og erlendis.



Einar Eypórsson

Aldur: 29 ára

Félag: Umf. Mývetningur/HSP

Einar sigraði Íslandsglímuna og varð Glímukóngur Íslands árið 2023 og fékk Fegurðarglímuverðlaun á Íslandsglímuni.

Hann býr yfir framúrskarandi glímutækni og hefur verið einn fremsti glímumaður Íslands undanfarin ár.



Kylfingar ársins eru Ragnhildur Kristinsdóttir og Haraldur Franklín Magnús



Ragnhildur Kristinsdóttir

Aldur: 26 ára

Félag: Golfklúbbur Reykjavíkur

Ragnhildur lék á sínu fyrsta ári sem atvinnukylfingur á LET Access mótaröðinni í Evrópu.

Hún lék á 12 mótum á mótaröðinni og náði best 22. sæti í móti í júlí.

Ragnhildur varð Íslandsmeistari í höggleik í fyrsta sinn á Urriðavelli í ágúst.

Hún tók þátt í úrtökumóti í fyrir Evrópumótaröðina í Marokkó í desember og komst á lokastig mótsins.



Haraldur Franklín Magnús

Aldur: 32 ára

Félag: Golfklúbbur Reykjavíkur

Haraldur lék á 13 mótum á Áskorendamótaröðinni í ár.

Hann komst 9 sinnum í gegnum niðurskurðinn og náði best 19. sæti í móti í júní.

Haraldur komst í fyrsta sinn á lokastig úrtökumótsins fyrir Evrópumótaröðina í nóvember og tryggði sér þar takmarkaðan þátttökurétt á Evrópumótaröðinni á næsta tímabili ásamt fullum þátttökurétti á Áskorendamótaröðinni.

Haraldur lék nýverið í tveimur mótum á Evrópumótaröðinni í Ástralíu og lenti til að mynda í 33. sæti í fyrra mótinu.



Handknattleikskona og Handknattleiksmaður ársins eru Sandra Erlingsdóttir og Gísli Þorgeir Kristjánsson



Sandra Erlingsdóttir

Aldur: 25 ára

Félag: TuS Metzingen, Þýskalandi

Handknattleikskona ársins 2023 er Sandra Erlingsdóttir, 25 ára leikstjórnandi TuS Metzingen í Þýskalandi og A-landsliðs kvenna.

Sandra lék stórt hlutverk með Tus Metzingen í þýsku úrvalsdeildinni auk þess sem liðið komst í Final 4 í bikarkeppninni. Sandra var m.a. valin besti leikmaður 1. umferðar þýsku úrvalsdeildarinnar.

Sandra er ein burðarása kvennalandsliðsins sem tók nýverið þátt í HM 2023 og vann Forsetabikarinn. Sandra skoraði 34 mörk á HM og var markahæsti leikmaður Íslands á HM og einnig markahæsti leikmaður Íslands á HM frá upphafi.

Sandra er frá Vestmannaeyjum og lék bæði með ÍBV og HK í yngri flokkum auk þess að vera um tíma með Fúchse Berlin í Þýskalandi þegar fjölskylda hennar bjó ytra. Þegar hún flutti aftur heim fór Sandra, 18 ára, að leika með meistaraflokki ÍBV og lék þar í 2 ár þar til hún skipti til Vals sumarið 2018. Hún varð Íslandsmeistari með Val vorið 2019 og fór árið eftir í atvinnumennsku í Danmörku þaðan sem hún fór sumarið 2022 til Þýskalands.

Sandra hefur leikið 32 leiki með kvennalandsliðinu og skorað í þeim 145 mörk.



Gísli Þorgeir Kristjánsson

Aldur: 24

Félag: SC Magdeburg, Þýskalandi

Handknattleiksmaður ársins er Gísli Þorgeir Kristjánsson, 24 ára leikstjórnandi Magdeburg í Þýskalandi og A-landsliðs karla.

Gísli Þorgeir vann í vor ásamt liðsfélögum sínum í Magdeburg Meistaradeild EHF ásamt því að fá silfurverðlaun í þýsku bikarkeppninni.

Gísli Þorgeir var valinn mikilvægasti leikmaður Final 4 úrslitahelgi Meistaradeildarinnar ásamt því að vera valinn besti leikmaður þýsku úrvalsdeildarinnar og besti leikmaður Magdeburg á síðustu leiktíð.

Gísli Þorgeir er Hafnfirðingur og lék alla yngri flokka með FH. Hann spilaði sinn fyrsta meistaraflokksleik með FH árið 2015. Árið 2018 gerði Gísli Þorgeir samning við THW Kiel og lék með liðinu þangað til í upphafi árs 2020 þegar hann færði sig til Magdeburg þar sem hann leikur í dag.

Með landsliðinu lék Gísli Þorgeir á HM í Svíþjóð og Póllandi í janúar en á árinu tók hann þátt í 12 landsleikjum og skorað í þeim 37 mörk.

Gísli á að baki 51 landsleik sem hann hefur skorað í 113 mörk.





Knapi ársins er **Elvar Þormarsson**



Elvar Þormarsson

Aldur: 42 ára

Félag: Hestamannafélagið Geysir

Árangur Elvars á árinu 2023 var ótrúlegur. Hæst ber að nefna einstakan árangur á Heimsmeistararmótinu í Hollandi 2023 þar sem hann og Fjalladís áttu frábæra spretti í gæðingaskeiði og hlutu einkunnina 8.92 sem tryggði þeim heimsmeistaratitilinn. Þau sigruðu einnig 250m skeið í eftirminnilegum lokaspretti og eru því tvöfaldir heimsmeistarar. Þá áttu þau glæsilega spretti í 100m skeiði sem skilaði þeim 4. sæti. Hreint út sagt frábært heimsmeistaramót hjá þeim.

Elvar og Fjalladís unnu einnig gæðingaskeið á Íslandsmótinu í þriðja skipti með einkunnina 9.0.

Elvar Þormarsson er einstakur afreksknapi, sönn fyrirmynd fyrir elju sína, jákvæðni og fagmennsku í hvívetna og hlýtur hann því nafnbótina Knapi ársins 2023.

Hjólreiðakona og Hjólreiðamaður ársins eru Hafdís Sigurðardóttir og Kristinn Jónsson



Hafdís Sigurðardóttir

Aldur: 34 ára

Félag: Hjólreiðafélag Akureyrar (HFA)

Hafdís er frábær íþróttakona og fyrirmynd og hefur skarað fram úr í hjólreiðum á Íslandi. Hún hefur lagt hart að sér í íþróttinni og stefnir ennþá lengra. Í ár byrjaði hún tímabilið á því að setja Íslandsmet með því afreki að hjóla í 46 klst. og yfir 1000 km. í einu.

Hafdís er tvöfaldur Íslandsmeistari, í götuhjólreiðum og í tímatöku. Hún er bikarmeistari í A-flokk kvenna tímatöku með sigur í öllum þremur keppnum tímabilsins. Þá sigraði hún einnig allar þær götuhjólakeppnir sem hún tók þátt í. Hafdís keppti einnig í criterium og lenti í 2. sæti á Akureyri og í 3. sæti á Íslandsmótinu. Hafdís tók þátt í Bláa Lóns þrautinni og bar þar sigur úr bitum og var hún efst íslenskra kvenna í The Rift 200 km elite flokki.

Hafdís sótti sér mikilvæga keppnisreynslu erlendis og keppti í vor í þriggja daga keppni í Danmörku þar sem hún lenti í 9. sæti. Hún keppti í tveggja daga keppni í Hollandi í júlí og í 6 daga keppni í Svíþjóð þar sem hún lenti í 5. sæti.

Hafdís keppti fyrir hönd Íslands bæði á HM í Glasgow í ágúst og á EM í Hollandi í september. Þar keppti hún bæði í tímatöku og götuhjólreiðum, gaf allt sitt í keppnirnar og stóð sig frábærlega.

Helstu afrek sumarsins eru:

Íslands- og bikarmeistari í götuhjólreiðum.

Íslands- og bikarmeistari í tímatöku.



Kristinn Jónsson

Aldur: 23 ára

Félag: Hjólreiðafélag Reykjavíkur (HFR)

Kristinn hefur lagt mikinn metnað og einurð í æfingar sínar á þessu tímabili þar sem hann dvaldi stóran hluta vetrar erlendis við æfingar og keppnir.

Hann er fyrirmyndar liðsmaður sem tekur gott frumkvæði að því að leiða afrekshóp félagsins, HFR-Alvogen, í götuhjólreiðum þar sem hann er óspar á hrós og hvatningu.

Kristinn er mikil fyrirmynd í íþróttinni, er opinn og vel liðinn. Hann keppti með Hjólreiðafélagi Reykjavíkur í 3 daga í Nord í Danmörku í mars auk þess að keppa með félaginu í U6 í Svíþjóð í júlí þar sem hann átti góð mót og sýndi þrautseigju og baráttuvilja í erfiðum aðstæðum.

Þar að auki fór hann á eigin vegum í fleiri keppnir erlendis og stóð sig með þryði.

Kristinn keppti fyrir Íslands hönd á Heimsmeistaramótinu í fjallahjólreiðum.

Kristinn lenti iðulega á palli í keppnum hér heima á tímabilinu.

Helstu afrek sumarsins eru:

Íslandsmeistari í Fjallahjólreiðum.

Íslandsmeistari í Maraðon fjallahjólreiðum.

Íslandsmeistari í Criterium.



Hnefaleikakona og Hnefaleikamaður ársins eru Íris Daðadóttir og Elmar Gauti Halldórsson



Íris Daðadóttir

Aldur: 19 ára

Félag: Hnefaleikafélag Reykjavíkur

Íris Daðadóttir er hnefaleikakona ársins 2023. Íris er 19 ára og kemur frá Hnefaleikafélagi Reykjavíkur/World Class Boxing Academy. Íris byrjaði að stunda hnefaleika árið 2018 og hefur náð góðum árangri, sérstaklega undanfarin tvö ár. Hún barðist 10 bardaga á þessu ári og bar sigur úr þítum í 6 af þeim viðureignum. Hún er Íslandsmeistari í -70kg flokki og bikarmeistari á vorbikarmótinu. Íris fór einnig erlendis þar sem hún gerði gott mót en hún vann til silfurverðlauna á Golden Girl í Svíþjóð. Einnig sigraði hún sterkan andstæðing á síðastliðnu Icebox sem var haldið í nóvember á þessu ári.

Þetta er fyrsta ár Írisar þar sem að hún keppir í fullorðinsflokki (Elite) og því er ljóst að hún á framtíð fyrir sér í íþróttinni sem að hún sinnir af kappi.



Elmar Gauti Halldórsson

Aldur: 27 ára

Félag: Hnefaleikafélag Reykjavíkur

Elmar Gauti Halldórsson er hnefaleikamaður ársins 2023. Elmar er 27 ára og kemur frá Hnefaleikafélagi Reykjavíkur/World Class Boxing Academy og hefur stundað hnefaleika frá árinu 2013. Í dag keppir Elmar í -80 kg og hefur keppt fjölda tugi viðureigna. Árið sem er að líða var sérstaklega viðburðarríkt hjá Elmari. Hann keppti 10 viðureignir og bar sigur úr þítum í 8 af þeim. Þær tvær viðureignir sem að hann tapaði var gegn landsliðsfólki frá Danmörku en Danir þykja einstaklega sterkir í íþróttinni. Elmar vann bikarmótaröðina í sínum flokki bæði á haust- og vorönn. Hann vann Íslandsmeistaratitilinn í sínum flokki ásamt því að hljóta Bensabikarinn en þann bikar hlýtur sá sem að dómnefnd þykir vera sterkasti keppandinn þvert á flokka. Erlenndis gerði Elmar einnig frábæra hluti en þar vann hann til silfurverðlauna í Danmörku á Hillerød þar sem hann vann norskan landsliðsmann í undanúrslitum. Hann keppti tvívegis á Icebox þar sem hann vann báðar sínar viðureignir og á seinna mótinu var hann valinn Icebox Champion sem að líkt og með Bensabikarinn fer til þess hnefaleikamanns sem að þykir vera bestur á því móti.

Elmar á því framtíðina fyrir sér og ljóst að framlag hans muni koma til með að setja enn meiri svip á íþróttina hér á landi.



Íshökkíkona og Íshökkímaður ársins eru **Herborg Rut Geirsdóttir og Gunnar Aðalgeir Arason**



Herborg Rut Geirsdóttir

Aldur: 22 ára

Félag: Skautafélag Akureyrar (SA)

Herborg átti var einn af burðarstólpum í Íslandsmeistaraliði Skautafélags Akureyrar á síðasta keppnistímabili. Tímabilið lék hún vel og var með ellefu mörk og sjö stoðsendingar og varð hún þriðja stigahæsta kona tímabilsins.

Herborg er einnig lykilleikmaður í kvennalandsliði Íslands.

Hún leikur í dag með kvennaliði Rögle í Svíþjóð í fyrstu deild þar.



Gunnar Aðalgeir Arason

Aldur: 22 ára

Félag: Skautafélag Akureyrar (SA)

Gunnar átti frábært tímabil með uppeldisfélagi sínu Skautafélagi Akureyrar og var stigahæstur varnarmanna, umtalsvert hærri en aðrir varnarmenn í Hertz deildinni á síðasta tímabili. Þar gerði hann ellefu mörk og átti 25 stoðsendingar, samtals 36 stig í tuttugu og einum leik sem er frábær frammistaða hjá leikmanninum.

Sá varnarmaður sem næst kom var með 15 stig í 16 leikjum og sýnir þetta bil vel hversu öflugur leikmaður Gunnar Aðalgeir er.

Hann hefur einnig sýnt frábæran leik með landsliði Íslands og er einn af hornsteinum í vörn íslenska landsliðsins í alþjóðlegum keppnum.





Íþróttakona fatlaðra og Íþróttamaður fatlaðra ársins eru Sonja Sigurðardóttir og Már Gunnarsson



Sonja Sigurðardóttir

Aldur: 33 ára

Félag: Íþróttafélag fatlaðra í Reykjavík (ÍFR)

Sonja Sigurðardóttir synti til úrslita í fjórum greinum á heimsmeistaramótinu í sundi sem fram fór í Manchester og náði þar frábærum árangri þegar hún hafnaði í 5. sæti í 50m baksundi. Þá varð hún sjötta í 200m skriðsundi, sjöunda í 100m skriðsundi og sjöunda í 50m skriðsundi. Sonja er núna í árslok í 6. sæti heimslistans í 50m baksundi.

Þetta er í fjórða sinn sem Sonja hlýtur nafnbótina Íþróttakona ársins hjá Íþróttasambandi fatlaðra en það gerðist fyrst árið 2008. Hún vann tvö ár í röð, þ.e.einnig árið 2009 og svo aftur 2016. Aðeins tvær íþróttakonur hafa hlotið nafnbótina oftar en það.

Sonja setti alls 18 Íslandsmet á árinu en þetta árið keppti hún í flokki S3 þar sem hún fékk flokkun úr flokki S4 í S3.

Sonja hefur náð lágmörkum fyrir Paralympics í París 2024 en á Paralympics þýða lágmörk ekki það sama og að komast inn. Að svo stöddu hafa verðlaunahafar á síðasta heimsmeistaramóti eingöngu fengið keppnisrétt í París. Í febrúarmánuði 2024 skýrist frekar hverjir hljóta boðið en þá er staða á heimslista og árangur m.a. tekið til skoðunar og sætum úthlutað.



Már Gunnarsson

Aldur: 24 ára

Félag: ÍRB/MCRactive Manchester

Már Gunnarsson keppti á heimsmeistaramótinu í sundi sem fram fór í Manchester á árinu. Már er einn af fremstu baksundsmönnum heims og hafnaði í 6. sæti á mótinu. Már synti þá á tímanum 1:10.72 mín sem er steinsnar frá Íslandsmeti hans sem er 1.10.36 mín. og stendur því enn frá Paralympics í Tokyo 2021. Már er núna í árslok í 8. sæti heimslistans yfir bestu tíma ársins í 100m baksundi S11.

Þetta er í þriðja sinn sem Már hlýtur nafnbótina Íþróttamaður ársins hjá Íþróttasambandi fatlaðra en hann var fyrst kjörinn árið 2019 og aftur árið 2021 í sögulegu kjöri þar sem hann og Róbert Ísak Jónsson hlutu báðir nafnbótina Íþróttamaður ársins fyrir árangur sinn í sundlauginni það árið.

Már hefur náð lágmörkum fyrir Paralympics í París 2024 en á Paralympics þýða lágmörk ekki það sama og að komast inn. Að svo stöddu hafa verðlaunahafar á síðasta heimsmeistaramóti eingöngu fengið keppnisrétt í París. Í febrúarmánuði 2024 skýrist frekar hverjir hljóta boðið en þá er staða á heimslista og árangur m.a. tekið til skoðunar og sætum úthlutað.



Júdokona og júdómaður ársins er **Helena Bjarnadóttir og Karl Stefánsson**



Helena Bjarnadóttir

Aldur: 15 ára

Félag: Júðofélag Reykjavíkur

Helena hefur á sínu fyrsta ári í fullorðinsflokki skarað fram úr öðrum júðókönunum.

Hún er Íslandsmeistari í fullorðinsflokki í bæði sínum þyngdarflokki og opnum flokki. Að auki átti Helena ágæta frammistöðu í opnum flokki á Reykjavík International Games í janúar, en þar náði hún sigri á móti sterkum keppanda þrátt fyrir að hafa aðeins nýverið náð aldri til að mega keppa á mótinu.

Á Smáþjóðaleikunum síðastliðið sumar glímdi Helena um bronsverðlaun og endaði í 5. sæti. Þá er ótalinn frábær árangur hennar í yngri flokkum á árinu.

Helena fluttist til Serbíu sl. haust og stundar þar æfingar af kappi með sterkum klúbbsi.



Karl Stefánsson

Aldur: 28 ára

Félag: Glímufélagið Ármann

Karl Stefánsson er nú valinn Júðómaður ársins annað árið í röð.

Karl hefur átt mjög gott ár og situr um þessar mundir í 125. sæti heimslista IJF. Hans besti alþjóðlegi árangur á árinu var 3. sæti á Yaonde African Open sem haldið var í Kamerún í nóvember og 5. sæti á Hong Kong Asian Open í sama mánuði.

Karl er Íslandsmeistari í sínum þyngdarflokki og vann til bronsverðlauna á Norðurlandamóti.

Karl er í stífum í æfingum um þessar mundir og tekur þátt í flestum mótum sem geta gefið punkta inn á Ólympíuleika þar til punktastöfnunartímabili lýkur næsta sumar.

Karatekona og Karatemaður ársins eru Eydís Magnea Friðriksdóttir og Samuel Josh Ramos



Eydís Magnea Friðriksdóttir

Félag: Karatefélag Reykjavíkur

Eydís er ung og efnileg karatekona sem keppir í báðum greinum karate, kata og kumite.

Eydís á að baki gott keppnisár þar sem hún vann til verðlauna bæði innanlands sem erlendis.

Hún vann kata senior gull og kumite senior gull á RIG23. Gull á ÍM í kata kvenna.

Sigraði bæði sinn þyngdarflokk og opinn flokk kvenna á ÍM í kumite og varð Bikarmeistari í samarlögðu eftir að hafa unnið bæði kata og kumite flokka kvenna.

Erlendis stendur upp úr brons á Kata Pokalen, í Svíþjóð, í flokki U21 kvenna, brons á NM í Gautaborg í Kata senior kvenna og tvö silfur og brons á Evrópumeistaramóti smáþjóða sem fram fór í Luxembourg.

Hún er fastamanneskja í landsliði Íslands í kata, er góð fyrirmynd og verðugur fulltrúi karateíþróttarinnar.



Samuel Josh Ramos

Félag: Íþróttafélagið Fylkir

Samuel er efnilegur keppnismaður sem hefur einbeitt sér að keppni í kumite.

Samuel hefur verið með bestu keppendum Íslands í kumite og unnið til verðlauna innanlands sem utan á árinu.

Hann sigraði opinn flokk karla á RIG23, vann brons á Copenhagen Open í flokki U21 -67kg flokki og vann gull á Evrópumeistaramóti smáþjóða í male kumite -67kg flokki, brons í male U21 -67kg flokki, auk þess að vera í bronsliði Íslands á mótinu með Hannesi Magnússyni og Þórði Jökli Henryssyni.

Hann hefur tekið þátt á Evrópumótum, Heimsmeistaramótum og Heimsbikarmótum á árinu og sótt sér dýrmæta reynslu á þeim.

Samuel er fastamaður í landsliði Íslands í kumite, er góð fyrirmynd og verðugur fulltrúi karateíþróttarinnar.



Kvenkeilari og Karlkeilari ársins eru Katrín Fjóra Bragadóttir og Arnar Davíð Jónsson



Katrín Fjóra Bragadóttir

Aldur: 27 ára

Félag: Keilufélag Reykjavíkur (KFR)

Katrín Fjóra hefur átt einstaklega gott ár sem keilari.

Á árinu varð hún Íslandsmeistari einstaklinga og lék sem slíkur á Evrópumóti landsmeistara sem fram fór í Berlín í október.

Hún varð einnig Íslandsmeistari í tvímenningi ásamt Ísaki Birki Svævarssyni.

Hún varð Íslandsmeistari og Bikarmeistari með liði sínu KFR-Valkyrjum, en liðið setti einnig nokkur Íslandsmet á árinu.

Um árabíl hefur Katrín Fjóra verið góð fyrirmynd ungra og efnilegra keilara.



Arnar Davíð Jónsson

Aldur: 29 ára

Félag: Keilufélag Reykjavíkur (KFR)

Arnar Davíð hefur leikið vel á árinu 2023 og varð í 7. sæti evrópsku mótaraðarinnar árið 2023 og tekur þátt á EBT masters 2024 en þangað er átta efstu mönnum mótaraðar fyrra árs boðið.

Á árinu 2022 endaði hann í 7. sæti á lokamóti mótaraðarinnar eftir að hafa komið inn í mótið sem þriðji.

Arnar Davíð æfir og stundar sína íþrótt að mestu leyti erlendis, en hann er með sænskan þjálfara og leikur með sænsku liði.

Arnar Davíð hefur stundað keiluiþróttina frá unga aldri og segja má að árið 2023 sé eitt af hans bestu árum.

Á árinu 2024 hyggst Arnar stefna enn lengra eða á PBA túrinn í USA, sterkustu mótarað heims í keilunni, og óskum við Arnari góðs gengis þar. Arnar Davíð hefur verið góð fyrirmynd ungra og efnilegra keilara.



Kvenklifrari og Karlklifrari ársins eru **Svana Bjarnason og Guðmundur Freyr Arnarsson**



Svana Bjarnason

Aldur: 33 ára

Félag: Klifurfélag Reykjavíkur

Svana hefur verið ein af sterkustu klifurum þjóðarinnar undanfarinn áratug.

Á síðasta ári tók hún aftur fram keppnisskóna eftir að hafa ekki keppt á Evrópu- eða heimsstigi frá því á unglingsárunum.

Hún hafnaði í 73. sæti í heildarkeppni HM (s.s. keppt í bæði grjótgímu og línuklifri) og 56. sæti á heimsbikarmóti í línuklifri í Briancon það sama ár.

Árið endaði síðan með því að hún tryggði sér keppnisrétt á úrtökumótaröðinni fyrir Ólympíuleikana 2024 með því að vera efst á heimslistanum af þeim íþróttakönnum sem börðust um boðssætið (Universality).

Guðmundur Freyr Arnarsson

Aldur: 24 ára

Félag: Klifurfélag Reykjavíkur

Guðmundur Freyr er margfaldur Íslandsmeistari í grjótgímu og línuklifri.

Á árinu sem lauk keppti hann m.a. á Heimsmeistararóttinu í Bern, heimsbikarmótum og Norðurlandamótum fyrir Íslands hönd í bæði grjótgímu og línuklifri.

Guðmundur, eða Mundi eins og hann er kallaður, hafnaði í 85. sæti í heildarkeppni HM (s.s. keppt í bæði grjótgímu og línuklifri).

Auk þess er hann Íslandsmeistari í grjótgímu og vann Reykjavíkurleikana 2023.





Knattspyrnukona og Knattspyrnumaður ársins eru **Glódís Perla Viggósdóttir og Hákon Arnar Haraldsson**



Glódís Perla Viggósdóttir

Aldur: 28 ára

Félag: Bayern Munich, Þýskalandi

Glódís Perla Viggósdóttir er Knattspyrnukona ársins í annað sinn og annað árið í röð.

Hún hefur sem fyrr verið fastur hlekkur í vörn Bayern München og íslenska landsliðsins á árinu og gegndi lykilhlutverki með báðum liðum.

Glódís fagnaði þýska meistaratitlinum með Bayern í vor sem leið, lék allar mínútur í öllum 22 leikjum liðsins og skoraði þrjú mörk. Þá lék hún einnig 9 leiki með liði sínu í Meistaradeild UEFA þar sem Bayern féll úr leik í 8-liða úrslitum og 4 leiki í bikar.

Á yfirstandandi tímabili hefur Glódís leikið alla leiki Bayern hingað til og er einn af fyrri liðum liðsins.

Glódís, sem hefur leikið 120 A-landsleiki og skorað 10 mörk, er fyrri liði A landsliðs kvenna og lék hún alla leiki liðsins í Þjóðadeildinni og skoraði eitt mark, auk þess að leika sex af sjö vináttuleikjum ársins.



Hákon Arnar Haraldsson

Aldur: 20 ára

Félag: LOSC Lille

Hákon Arnar Haraldsson er Knattspyrnumaður ársins í annað sinn og annað árið í röð.

Hákon hefur fest sig í sessi sem lykilmáður í íslenska landsliðinu og lék hann 8 af 10 leikjum Íslands í undankeppni EM á árinu. Hann hefur alls leikið 15 A-landsleiki og skorað í þeim 3 mörk.

Hákon var máttarstólpi í liði FC København í Danmörku á liðnu tímabili og fagnaði danska meistaratitlinum í vor sem leið, lék 29 leiki í deildinni, skoraði 4 mörk og lagði upp 4, auk 6 bikarleikja og 8 leikja (1 mark) í Meistaradeild UEFA.

Um sumarið flutti Hákon sig um set þegar hann var seldur til franska úrvalsdeildarliðsins LOSC Lille. Þar hefur hann komið við sögu í 12 leikjum í deild og 6 leikjum í Sambandsdeild UEFA það sem af er tímabilinu.



Kraftlyftingakona og Kraftlyftingamaður ársins eru Sóley Margrét Jónsdóttir og Alexander Örn Kárason



Sóley Margrét Jónsdóttir

Aldur: 22 ára

Félag: Umf. Breiðablik

Sóley Margrét Jónsdóttir er Kraftlyftingakona ársins í þriðja sinn en hún hlaut þennan titil einnig árin 2019 og 2020. Sóley sem keppir fyrir Kraftlyftingadeild Breiðabliks, keppir í kraftlyftingum með búnaði í +84kg flokki. Hún er 22 ára gömul og er því enn í unglingaflokki þótt hún hafi á árinu keppt á mótum í fullorðinsflokki.

Sóley náði þeim frábæra árangri að verða Evrópumeistari og vann til silfurverðlauna á HM í kraftlyftingum.

Helstu afrek ársins:

HM í Litháen í nóvember:

Silfurverðlaun samanlagt – 657.5 kg

Gullverðlaun í hnébeygju – 277.5 kg

Silfurverðlaun í bekkpressu – 180 kg

Bronsverðlaun í réttstöðulyftu – 200 kg

EM í Danmörku í maí:

Evrópumeistari í samanlögðum árangri – 660 kg

Gullverðlaun í hnébeygju – 270 kg

Gullverðlaun í bekkpressu – 182.5 kg

Silfurverðlaun í réttstöðulyftu – 207,5 kg

Stigaárangur:

Besti stigaárangur íslenskra kvenna á árinu í kraftlyftingum með búnaði – 93.65 IPF GL stig.



Alexander Örn Kárason

Aldur: 25 ára

Félag: Umf. Breiðablik

Alexander Örn Kárason er Kraftlyftingamaður ársins 2023 og hlýtur nafnbótina í fyrsta sinn. Hann er 25 ára gamall og keppir fyrir Kraftlyftingadeild Breiðabliks. Alexander sem keppir í klassískum kraftlyftingum í –93 kg flokki vann til bronsverðlauna á Vestur–Evrópumóttinu. Þá varð hann Íslandsmeistari á árinu, setti fjölmörg Íslandsmet og náði hæsta stigaárangri íslenskra karla frá upphafi í klassískum kraftlyftingum.

Helstu afrek ársins:

Vestur–Evrópumótið á Íslandi í september:

Þriðja sæti samanlagt – 777.5 kg – nýtt Íslandsmet

Bronsverðlaun í bekkpressu – 195 kg

Íslandsmet í réttstöðulyftu 307.5 kg

HM í klassískum kraftlyftingum á Möltu í júní:

31. sæti – 720 kg

Íslandsmótið í mars:

1. sæti í –93 kg flokki

Íslandsmet í réttstöðulyftu 305.5 kg

Reykjavíkurlaikarnir í janúar:

3. sæti í stigakeppni

Íslandsmet í réttstöðulyftu 302.5 kg

Stigaárangur:

Hæsti stigaárangur íslenskra karla frá upphafi í klassískum kraftlyftingum – 101.90 IPF GL stig.



Körfuknattleikskona og Körfuknattleiksmaður ársins eru Sara Rún Hinriksdóttir og Elvar Már Friðriksson



Sara Rún Hinriksdóttir

Aldur: 27 ára

Félag: Cadi La Seu (A.E Sedis), Spáni

Sara Rún er „Körfuknattleikskona ársins“ árið 2023 fjórða árið í röð.

Sara Rún sem er uppalin með Keflavík, og lék eitt tímabil með Haukum hér heima, hélt í atvinnumensku eftir nám og veru í háskólaboltanum fyrir nokkrum árum. Hún hefur síðan leikið með liðum í Rúmeníu og á Ítalíu við góðan orðstír.

Sara Rún átti gott tímabil í fyrra með liði sínu á Ítalíu, Faenza Basket Project í Serie A. Þar var Sara Rún í veigamiklu hlutverki og frammistaða hennar varð til þessa að hún gerði samning við lið Cadi La Seu sem leikur í efstu deild á Spáni, en liðið keppir einni einnig í FIBA EuroCup Women.

Sara Rún átti við meiðsl að stríða í upphafi tímabils sem varð til þess að hún var fjarverandi með landsliðinu í nóvember í fyrstu leikjum liðsins í undankeppni EM kvenna 2025. Sara Rún hefur verið burðarás íslenska kvennalandsliðsins að undanfögnu og leikið stórt hlutverki í vörn og sókn. Hún undirstrikaði það rækilega í fræknum sigri í lok síðustu undankeppni gegn Rúmeníu, þar sem hún skoraði 33 stig og setti um leið íslenskt landsliðsmet leikmanns í einum leik í sögu KKÍ karla og kvenna landsliða. Sara Rún mun án efa vera áfram einn af burðarstöðum íslenska liðsins á komandi árum í ungu og efnilegu liði Íslands þar sem reynsla hennar mun skipta sköpum í komandi leikjum liðsins.



Elvar Már Friðriksson

Aldur: 29 ára

Félag: PAOK, Grikklandi.

Elvar Már hlýtur nú nafnbótina „Körfuknattleiksmaður ársins“ í þriðja sinn, þriðja árið í röð.

Elvar Már lék mjög vel á síðustu leiktíð fyrir Rytas Vilnius í Litháen en eftir tímabilið skipti hann yfir í PAOK í Grikklandi. Þar hefur Elvar stýrt leik þeirra með glæsibrag bæði í deild og í FIBA Basketball Championship League.

Hann varð á dögnum þriðji leikmaðurinn í sögu keppinnar, og sá fyrsti síðan 2017, til að ná tvöfaldri þrennu í leik. Elvar Már er einn af mikilvægustu leikmönnum PAOK og er vinsæll hjá stuðningsmönnum liðsins. Elvar Már hefur leitt sitt lið bæði í stigum skoruðum og stoðsendingum.

Elvar Már hefur leitt karlalandsliðið í for- og undankeppni að HM 2023, tekið þátt í öllum leikjum þess á undanfögnu árum og verið þar meðal bestu manna liðsins. Hann átti stóran þátt í því að koma liðinu inn í riðlakeppni HM og svo þaðan áfram í aðra umferð í þeirri keppni sem var stórt afrek. Elvar Már átti mjög góða leiki fyrir Ísland á árinu og var hreint óstöðvandi í sóknarleik liðsins. Elvar Már leiddi m.a. alla undankeppni HM 2023 í stigum í leik með 186 stig eða 20.7 stig að meðaltali í níu leikjum og var annar heilt yfir með 89% vítanýtingu. Að öðrum leikmönnum ólöstuðum átti hann einna stærstan þátt í því að íslenska liðið komst í tækifæri til að fara á HM og varð aðeins einu stigi frá því að fara alla leið á sjálft lokamót HM.



Lyftingakona og Lyftingamaður ársins eru Eygló Fanndal Sturludóttir og Brynjar Logi Halldórsson



Eygló Fanndal Sturludóttir

Aldur: 22 ára

Félag: Lyftingafélag Reykjavíkur

Eygló keppir í 71 kg. flokki kvenna fyrir Lyftingafélag Reykjavíkur og stendur í ströngu þessa dagana við að tryggja sér farmiða á Ólympíuleikana í París 2024.

Besti árangur Eyglóar á árinu var í Katar í desember þegar hún lyfti 104 kg. í snörun og 127 kg. í jafnhendingu sem eru Íslandsmet. Samanlagði árangurinn nemur 231 kg. og hefði sá árangur tryggt henni silfurverðlaun á EM 2023.

Eygló endar árið í 14. sæti á úrtökulista fyrir Ólympíuleikana, með fimmta besta árangur Evrópubúa (tímabil sem nær frá desember 2022).

Eygló endar árið í 19. sæti á heimslista (long-list) og er einnig með fimmta besta árangur Evrópubúa þar.

Eygló lyfti mest 231 kg. á árinu og bætti sinn besta árangur um 14 kg. og árangur hennar í Katar gaf 283.3 stig.

Hún setti 12 Íslandsmet í fullorðinsflokki á árinu sem jafnframt töldu sem Íslandsmet í flokki 23 ára og yngri.



Brynjar Logi Halldórsson

Aldur: 21 árs

Félag: Lyftingafélag Reykjavíkur

Brynjar Logi keppir í 89 kg. flokki karla fyrir Lyftingafélag Reykjavíkur. Hann keppti á alls fimm mótum á árinu og þar af þremur mótum erlendis.

Besti árangur Brynjars var á Sumarmóti LSÍ, þar sem hann lyfti 293 kg. sem gáfu honum 359,2 Sinclair stig. Hann vann til silfurverðlauna í -89 kg. flokki á Norðurlandameistaramótinu þar sem hann lyfti einnig 293 kg.

Hann var annar stigahæstur karlkeppenda á Smáþjóðamótinu í lyftingum, þriðji stigahæstur keppenda á Reykjavík International Games 2023 og í 10. sæti á Evrópumeistaramóti Ungmenna 21-23 ára í -89 kg. flokki.

Brynjar Logi setti tvö Íslandsmet í fullorðinsflokki á árinu og 7 Íslandsmet í flokki 23 ára og yngri.



Mótorhjóla- og snjósleðaíþróttafólk ársins eru Elva Hjálmarsdóttir og Máni Freyr Pétursson



Elva Hjálmarsdóttir

Aldur: 37 ára

Félagi: Vélahjólaíþróttaklúbburinn VÍK

Elva Hjálmarsdóttir er Mótorhjóla- og snjósleðaíþróttakona MSÍ í fyrsta skipti.

Elva kom sterk inn í keppni í Enduro árið 2020 og var sama ár valin nýliði ársins.

Elva tryggði sér Íslandsmeistaratitillinn í Enduro flokki kvenna í ár í annað sinn.

Elva hefur verið til fyrirmyndar innan sem utan brautar og verið virk í öllu félagsstarfi. Elva er góð fyrirmynd fyrir yngri kynslóðir.



Máni Freyr Pétursson

Aldur: 18 ára

Félag: Vélahjólaíþróttaklúbburinn VÍK

Máni Freyr Pétursson er Mótorhjóla- og snjósleðaíþróttamaður MSÍ 2023.

Þetta er í þriðja sinn sem Máni hlýtur nafnbótina þrátt fyrir ungan aldur en hann hefur verið einn af okkar fremstu öikumönnum síðustu ár.

Máni varð Íslandsmeistari í flokki MX1 2023 og landaði þar með sínum fimmta Íslandsmeistaratitli.

Máni er einn fárra ökumanna sem hefur keppt að staðaldri erlendis. Máni keppti fyrir hönd Íslands á Motocross of Nations í ár, í annað sinn, en mótið er haldið árlega og keppa þar þrjú bestu ökumenn frá hverju landi.

Máni tryggði Íslandi sigur í C-Final með frábærum akstri þar sem hann kom annar í mark. Máni hefur jafnframt verið keppandi í Enduro þar sem hann hefur einnig verið í toppbaráttunni ásamt því að sinna þjálfun í barnastarfi klúbbsins.

Máni er mikil og góð fyrirmynd innan sem utan brautar og virkur þátttakandi í félagsstarfi.



Siglingakona og Siglingamaður ársins eru Hólmfríður Gunnarsdóttir og Sigurður Haukur Gunnarsson



Hólmfríður Gunnarsdóttir

Aldur: 19 ára

Félag: Siglingafélag Reykjavíkur - Brokey

Hólmfríður er 19 ára og okkar fremsta kænusiglingakona en hún hefur stundað siglingar í Siglingafélaginu Brokey í Reykjavík síðan hún man eftir sér.

Hún byrjaði að keppa á Optimist kænum þegar hún var níu ára með góðum árangri og bætti sig stöðugt. Þegar hún varð sextán ára færðist hún upp um flokk og hóf að sigla ILCA 6, þar sem hún hefur einnig náð mjög góðum árangri.

Árið 2023 tók Hólmfríður þátt á Smáþjóðaleikunum á Möltu fyrir Íslands hönd og var fremst í flokki íslenska siglingahópsins en hún hafnaði í 7 sæti.

Þá var Hólmfríður efst kvenna á Íslandmeistaramóti kæna auk þess sem hún var í verðlaunasæti á öllum þeim mótum sumarsins sem hún tók þátt í.

Hólmfríður er nú búsett í Frakklandi þar sem hún æfir siglingar meðal fremsta siglingafólks Frakklands og stefnir á frekari þátttöku í alþjóðlegum mótum.



Sigurður Haukur Gunnarsson

Aldur: 16 ára

Félag: Siglingafélagið Ýmir, Kópavogi

Sigurður Haukur er aðeins 16 ára gamall og stundar siglingar hjá Siglingafélaginu Ými í Kópavogi.

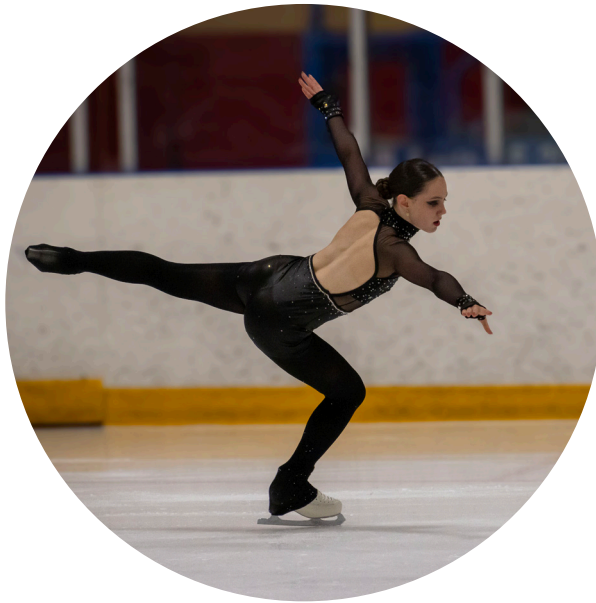
Hann hefur keppt á ILCA 6 síðan árið 2020 og hefur tekið gríðarlegum framförum á þeim stutta tíma.

Haukur var meðal fulltrúa Íslands í siglingum á Smáþjóðleikunum á Möltu og stóð sig best í karlaflokkum á leikunum og náði þar 14 sæti.

Hér heima hefur hann staðið sig einstaklega vel á mótum í ár og verið í verðlaunasæti á öllum þeim mótum sem hann hefur tekið þátt í.



Skautakona ársins er
Júlía Sylvía Gunnarsdóttir



Júlía Sylvía Gunnarsdóttir

Aldur: 18 ára

Félag: Umf. Fjölnir

Þetta er er í fyrsta sinn sem Júlía Sylvía hlýtur tilnefninguna. Júlía æfir með Fjölni undir leiðsögn Benjamin Naggiar og keppir í Senior Women (fullorðinsflokkki kvenna). Júlía Sylvía er dugleg og staðföst á sínum ferli og mikil fyrirmynd innan íþróttarinnar. Hún hefur verið ötul við að fara erlendis að keppa bæði í Junior og Senior flokki til að öðlast frekari reynslu. Júlía Sylvía hefur staðið sig vel í keppnum bæði innanlands og erlendis undanfarin ár. Í ár keppti hún í fyrsta sinn í Senior flokki á Vormóti ÍSS og lauk þar móti með 108.81 í heildarstig. Júlía Sylvía hóf árið á því að keppa á Norðurlandamóttinu í Junior flokki og hafnaði þar í 16. sæti með 114.34 í heildarstig. Hún keppti fyrir hönd Íslands á Junior Grand Prix Istanbul, Tyrklandi, í byrjun september. Þar stóð hún sig prýðilega og hafnaði í 19. sæti af 35 keppendum með 110.20 stig. Í kjölfarið var Haustmót ÍSS þar sem hún keppti í Senior flokki og náði 115.58 stigum. Um miðjan október keppti hún í fyrsta sinn á alþjóðlegu móti í Senior flokki, í Katowice, í Póllandi. Þar hafnaði hún í 3. sæti með 112.21 stig. Í byrjun nóvember keppti Júlía Sylvía í Senior á Volvo Cup í Riga, en þar fékk hún 127.94 stig sem gaf 8. sætið. Í lok nóvember tók Júlía svo þátt á Íslandsmeistaramóti þar sem hún sló Íslandsmet í stuttu prógrammi með 49.18 stig, bætti sitt persónulega heildarstigamet með 131.30 stig og var krýnd Íslandsmeistari í Senior flokki kvenna.



Skíðakona og Skíðamaður ársins eru Kristrún Guðnadóttir og Snorri Eypór Einarsson



Kristrún Guðnadóttir

Aldur: 26 ára

Félag: Skíðagöngufélagið Ullur

Kristrún Guðnadóttir átti mjög gott síðasta ár, en slasaðist rétt fyrir Skíðamót Íslands og náði ekki að fylgja eftir góðum vetri annars.

Hún tók þátt í tveimur almenningsgöngum, Marcialong 70 km og varð þar í 31. sæti sem er mjög góður árangur. Síðan gerði hún ekki síðri göngu í Vasaloppet 90 km þar sem hún endaði í 39. sæti. Bæði þessi úrslit eru langbestu sæti sem íslensk kona hefur náð í lengri göngum. Næst besta sæti í Vasaloppert náði Salome Grímsdóttir þegar hún varð nr. 222 í kvennaflokki árið 2022.

Kristrún náði líka fínun árangri á FIS stigatöflunni á tímabilinu.

Hún er ótrúlega flott skíðakona og með háleit markmið. Hefur aldrei æft eins mikið og þetta árið og ætlar sér stóra hluti í vetur.



Snorri Eypór Einarsson

Aldur: 37 ára

Félag: Skíðagöngufélagið Ullur

Árið 2023 var besta ár Snorra fyrr og síðar og um leið skilaði hann besta árangri skíðagöngumanns fyrr og síðar. Skákaði hann þar með árangri sínum frá því árinu áður. Á HM í Planica í Slóveníu átti Snorri frábærar göngur og í raun betri en á Ólympíuleikunum árið á undan þegar hann var valinn.

Hann hafnaði í 28. sæti í skíðatvíkeppni, 22. sæti í liðakeppni (með Degi Benediktssyni), 22. sæti í 15 km og 15. sæti í 50 km göngunni þar sem hann var á meðal fremstu manna megnið af göngunni. Þessi árangur hans, 15. sæti, er langbesti árangur Íslendinga í skíðagöngu fyrr og síðar á stórmóti. Á Skíðamóti Íslands í Reykjavík vann Snorri tvo Íslandsmeistararitla. Skíðaganga er ein erfiðasta íþrótt sem hægt er að stunda og telja keppendur þúsundir. Það þarf svo margt að smella saman svo hægt sé að ná svona árangri, líkamlegt og andlegt form, óaðfinnanleg tækni og skíði. Snorri var ekki með hóp eða lið á bak við sig eins og allir hans keppinautar. Hann var heldur ekki með hóp á bak við sig sem stóð við brautina til að hvetja hann áfram og láta vita hvar hann stæði í keppinni. Snorri æfði ekki með liði heldur mest einn á Ísafirði á hjólaskíðabretti í bílskúrnum. Það sem hefur einkennt Snorra og gert honum kleift að ná svona langt er ótrúlegur agi, þrautsegja og dugnaður svo ekki sé talað um líkamlegt úthald og bæði andlegan og líkamlegan styrk.



Skotíþróttakona og Skotíþróttamaður ársins eru Jórunn Harðardóttir og Jón Þór Sigurðsson



Jórunn Harðardóttir

Aldur: 55 ára

Félag: Skotfélag Reykjavíkur

Jórunn sigraði í keppni með loftrifflí á Reykjavíkurleikunum í vor.

Hún varð einnig Íslandsmeistari í þremur greinum á árinu, í keppni með riffli í liggjandi stöðu, í loftrifflí auk þess í keppni með loftskammbyssu.

Hún komst í úrslit á Smáþjóðaleikunum á Möltu í bæði loftskammbyssu sem og loftrifflí en náði ekki verðlaunasæti að þessu sinni.



Jón Þór Sigurðsson

Aldur: 44 ára

Félag: Skotíþróttafélag Kópavogs

Jón varð í 8. sæti í keppni með riffli á 50 metra færi og í 14. sæti í keppni með riffli á 300 metra færi, á Heimsmeistaramótinu í Bakú í Azerbaijan.

Hann sigraði á Alþjóðamóti í Hannover í Þýskalandi í 50 metra riffli, varð í öðru sæti á Evrópumótaröðinni í Sviss og tvíbætti þar Íslandsmetið í 300 metra riffli.

Hann varð einnig Íslandsmeistari í sportskammbyssu. Er í 5. sæti yfir bestu 300 metra riffilskytturarnar í Evrópu.



Skylmingakona og Skylmingamaður ársins eru **Anna Edda Gunnarsdóttir Smith og Andri Nikolaysson Mateev**



Anna Edda Gunnarsdóttir Smith
Aldur: 18 ára
Félag: Fimleikafélag Hafnarfjarðar (FH)

Þetta er í þriðja skiptið sem Anna Edda hlýtur titilinn Skylmingakona ársins.

Hún fékk gullverðlaun í keppni kvenna með höggsvörði á Reykjavíkurlaikunum í byrjun árs 2023.

Anna Edda tók þátt í sínu fyrsta heimsmeistaramóti þegar hún keppti fyrir Íslands hönd í skylmingum með höggsvörði á HM 2023 í Plovdiv í Búlgaríu.

Hún er án efa ein efnilegasta skylmingakona Íslands og hefur mikla möguleika á að ná langt í framtíðinni.



Andri Nikolaysson Mateev
Aldur: 23 ára
Félag: Skylmingafélag Reykjavíkur

Andri er Skylmingamaður ársins í áttunda sinn.

Hann var lykilmáður okkar í karlalandsliðinu sem varð í 12. sæti á Evrópuleikunum og Evrópumeistaramótinu 2023.

Andri hafnaði í 55. sæti af 200 keppendum á Heimsmeistaramótinu í Milan og er þetta besti árangur karla í íslenskum skylmingum á HM.

Andri Nikolaysson er fluttur til Sofíu, í Búlgaríu og er að æfa með Ólympíuhópnum þar. Hans aðalmarkmið er að ná þátttökurétti á leikunum og leggur hann mikið á sig í að keppa í París árið 2024.



Sundkona og Sundmaður ársins eru Snæfríður Sól Jórunnardóttir og Anton Sveinn McKee



Snæfríður Sól Jórunnardóttir

Aldur: 23 ára

Félag: Álaborg, Danmörku

Snæfríður Sól er 23 ára gömul og syndir fyrir Álaborg í Danmörku.

Hún náði bestum árangri íslenskra kvenna í sundi á árinu 2023, samkvæmt útgefnum viðmiðum SSI.

Snæfríður Sól varð í 14. sæti í 200m skriðsundi á Heimsmeistaramótinu, HM50 í Fukuoka í júní 2023 og í 17. sæti á sama móti í 100m skriðsundi.

Nú í desember keppti Snæfríður Sól á EM í 25m laug í Búkarest þar sem hún varð í 7. sæti í 200m skriðsundi.

Snæfríður Sól setti samtals 13 Íslandsmet á árinu.

Hún er í 6. sæti á lista yfir hröðustu sundkonur í Evrópu þessa stundina í 200m skriðsundi í 25m laug. Hún er einnig í 6. sæti á heimslistanum í sömu grein.

Í 50m laug er Snæfríður í 11. sæti á Evrópulistanum og í 44. sæti á heimslistanum.

Snæfríður flutti til Árósa þegar hún var 11 ára gömul. Hún keppti á Ólympíuleikum ungmenna sem haldnir voru í Buenos Aires 2018 og á sínum fyrstu Ólympíuleikum í Tokyo 2021.

Snæfríður er góð fyrirmynd jafnt sem sundkona og íþróttamaður utan laugar. Hún stundar sálfræðinám í Háskólanum í Álaborg.

Snæfríður Sól er verðugur fulltrúi sundhreyfingarinnar og hún er vel að viðurkenningunni komin.



Anton Sveinn McKee

Aldur: 30 ára

Félag: Sundfélag Hafnarfjarðar (SH)

Anton Sveinn er sundmaður úr Sundfélagi Hafnarfjarðar. Hann er valinn Sundmaður ársins, sjötta árið í röð.

Anton Sveinn synti í úrslitum á EM í 25m laug í byrjun desember. Þar gerði hann sér lítið fyrir og tryggði sér silfurverðlaun í 200m bringusundi.

Anton Sveinn synti á Heimsmeistaramótinu í 50m laug í Fukuoka í júní þar sem hann komst í 8 manna úrslit í 200m bringusundi og varð í 7. sæti. Á sama móti varð hann í 21. sæti í 100m bringusundi.

Anton Sveinn er í 2. sæti á heimslistanum í 200m bringusundi í 25m laug, hann er einnig nr 2 á Evrópulistanum í 25m laug. Í 50m laug stendur hann í 15. sæti í 200m bringusundi og í 5. sæti á lista yfir hröðustu sundmenn í Evrópu í sömu grein.

Anton býr í Vestur-Virginíuríki þar sem hann stundar æfingar. Hann var eini íslenski íþróttamaðurinn sem náði A- lágmarki fyrir ÓL í Tokyo 2020 og sem stendur er hann eini íslenski íþróttamaðurinn sem hefur tryggt sér þátttökurétt á Ólympíuleikana í París 2024.

Anton Sveinn er góð fyrirmynd jafnt sem sundmaður og íþróttamaður utan laugar. Hann hefur sýnt góða ástundun, mikla þrautseigju og miðlað vel reynslu sinni og þekkingu til ungra og uppnennandi sundmanna.

Anton er afar vel að tilnefningunni kominn.



Taekwondokona og Taekwondomaður ársins eru Ingibjörg Erla Grétarsdóttir og Leo Anthony Speight



Ingibjörg Erla Grétarsdóttir

Aldur: 29 ára

Félag: Fimleikafélagið Björk

Ingibjörgu Erlu þarf vart að kynna fyrir þeim sem fylgjast með taekwondo á Íslandi. Hún keppir nú í -57 senior og hefur verið í algjörum sérflokki þar og er sá kvenkeppandi Íslands sem hefur landað stærstu alþjóðlegu verðlaununum. Má þar meðal annars nefna gull á British Open G1 á þessu ári og silfur á Serbian Open G1 sem var gríðarlega sterkt mót. Þessi verðlaun eru þau stærstu sem íslenskur kvenkyns keppandi í taekwondo hefur hlotið.

Ingibjörg Erla er einnig margfaldur Íslands- og Norðurlandameistari og frábær fyrirmynd fyrir alla sem koma að taekwondo á Íslandi.

Árið 2023 hefur verið viðburðarríkt hjá Ingibjörgu Erlu. Hún hefur sótt fjölda móta og æfinga erlendis og bættingin verið heilmikil og árangurinn eftir því. Ingibjörg Erla hefur verið að keppa á G-mótum sem eru sterkustu alþjóðlegu mótin og hefur núna í haust keppt á þremur slíkum, plús EM í Ólympískum flokkum sem haldið var í Eistlandi. Hún hefur færst upp heimslistann og komist úr sæti 101 upp í sæti 83.

Aftek á árinu á stórmótum sem gilda til stiga á heimslistanum:

1. sæti British International Open 2023 G-1
5. sæti European Games Krakow-Malopolska 2023 G-4



Leo Anthony Speight

Aldur: 21 ára

Félag: Fimleikafélagið Björk

Leo Anthony hefur um árabíl verið okkar öflugasti bardagamaður. Hann hefur tvisvar verið valinn Taekwondomaður ársins.

Leo keppir í -68 senior, einum erfiðasta flokki sem hægt er að keppa í. Hann hefur unnið allt sem hægt er að vinna á Íslandi og er margfaldur Íslandsmeistari og Norðurlandameistari. Hann hefur einnig unnið til margra verðlauna á alþjóðlegum mótum.

Leo er flott fyrirmynd, bæði þegar kemur að aga við æfingar og íþróttamannslega hegðun.

Hann flutti til Manchester í byrjun árs 2022 til að æfa með þeim bestu. Leo hefur verið að keppa á G-mótum, sterkustu alþjóðlegu mótunum, og í fyrra keppti hann fyrstur Íslendinga á Grand Prix móti. Leo keppti í júní á Luxembourg Open G-1 móti sem gildir til stiga á heimslistanum og náði þar í brons eftir að hafa unnið þrjá bardaga. Hann náði einnig bronsi á British Open G-1 móti sem haldið var í júlí. Þessi verðlaun eru með þeim stærstu sem íslenskur karlkyns taekwondo keppandi hefur hlotið. Hann endar árið í sæti 106 á heimslistanum í einum sterkasta karla flokknum -68 Senior.

Aftek á árinu á stórmótum sem gilda til stiga á heimslistanum:

3. sæti á Lux Open 2023 G-1
3. sæti British International Open 2023 G-1
5. sæti Swedish Open G1





Tennissamband Íslands



Tenniskona og Tennismaður ársins eru **Garima Nitinkumar Kalugade og Rafn Kumar Bonifacius**



Garima Nitinkumar Kalugade

Aldur: 13 ára

Félag: Knattspyrnufélagið Víkingur

Þetta er í fyrsta skipti sem Garima er valin Tenniskona ársins og er hún yngsti tennisspilarinn til að hljóta þessa viðurkenningu.

Hún og Emilía Eyva Thygesen sigruðu tvíliðaleikskeppnina á móti smáþjóða U14 í Lúxemborg í sumar og var það í fyrsta skipti sem Ísland hefur unnið 1. verðlaun á slíku móti í tennis. Garima náði þar einnig 4. sæti í einliðaleik.

Garima er yngsti tennisspilarinn til að vinna Íslandsmeistararitil í meistaraflokki í einliðaleik og sigraði hún bæði innan- og utanhúss.

Garima er efsta konan bæði á styrkleikalista og stígalista TSÍ.



Rafn Kumar Bonifacius

Aldur: 29 ára

Félag: Hafna- og mjúkboltafélag Reykjavíkur

Rafn Kumar hlýtur titilinn Tennismaður ársins nú í fjórða skipti og annað árið í röð.

Rafn Kumar keppti á tveimur ITF atvinnumótum í Monastir, Túnis í ár og sigraði meistaraflokk karla í einliða- og tvíliðaleik bæði á Íslandsmóti innanhúss og utanhúss.

Rafn Kumar lék með landsliði karla á HM („Davis Cup“) í Svartfjallaland og sigraði samtals fjóra leiki, tvo einliðaleiki og tvo tvíliðaleiki.

Rafn Kumar er efstur karla bæði á styrkleikalista og stígalista TSÍ.





— / — |
ÞRÍ

Þrjúprautarmaður og Þrjúprautarkona ársins eru **Sara Árnadóttir og Sigurður Örn Ragnarsson**



Sara Árnadóttir

Félag: Sundfélagið Ægir

Sara varð Íslandsmeistari í ofursprettþraut, var í 3. sæti í Íslandsmóttinu í Ólympískri þraut, auk þess að vinna stigakeppni ársins.

Sara sigraði í fjórum keppnum ársins af 6 í stigakeppninni.

Einnig keppti Sara í hálfum járnmanni í Barcelona á Spáni þar sem hún hafnaði í 6. sæti í sínum flokki.



Sigurður Örn Ragnarsson

Félag: Umf. Breiðablik

Sigurður Örn varð Íslandsmeistari í Ólympískri þrjúpraut og ofursprettþraut.

Að auki sigraði Sigurður stigakeppni ársins en hann sigraði öll mót sem hann tók þátt í hér á landi.

Sigurður keppti einnig á heimsmeistaramóttinu 2023 í Ironman sem haldin var í Nice í Frakklandi en keppnisréttinn þar vann hann sér inn með því að sigra Ironman Barcelona í október 2022.

