

BLAKFRÉTTIR

FRÉTTABRÉF BLAKSAMBANDS ÍSLANDS

APRÍL 2023



ÁRÍÐANDI TILKYNNINGAR



- Umsóknir fyrir mótshaldara neðri deilda túrninga 2023-24 eru opnar! Helgarnar verða eftirfarandi:
 - 10. - 12. nóvember 2023
 - 12. - 14. janúar 2024
 - 15. - 17. mars 2024
- Úrslitakeppni úrvalsdeildanna er að hefjast, ekki láta þig vanta á völlinn! Sjá dagskrá á bls. 3
- Skráningar á Íslandsmót yngri flokka opna miðvikudaginn 12. apríl.
 - U12 og U14 keppa í Neskaupstað 13. og 14. maí
 - U16 og U20 keppa á Ísafirði 20. og 21. maí
- Skráningar á Íslandsmót fullorðinna 2023-2024 (allar deildir) opna 17. apríl og loka 15. maí.

NÆSTU VIÐBURÐIR

Árþing BLÍ

15. apríl 9:30-15:30
Íþróttamiðstöðin Laugardal

Úrslit 1. deildar kvk

14.-16. apríl
Fagralundi og Álftanesi

Öldungamót BLÍ

28.-30. apríl
Akureyri



Ljósmynd:: Abela Nathans

Blakarar Mánaðarins



HELENA KRISTÍN GUNNARSDÓTTIR & MARCIN GRASZA VALIN BESTU LEIKMENN BIKARÚRSLITANNA

Helena Kristín

Gunnarsdóttir var valin besti leikmaður úrslitaleiksins milli KA og HK en hún var stíghæst með 14 stig. Helena er uppalinn í Neskaupstað en byrjaði að spila með KA stuttu eftir að hún kom heim frá Bandaríkjunum þar sem hún var bæði leikmaður í 4 ár og þjálfari í 2 ár. Við fengum Helenu í stutt spjall:

Hvernig var að vinna bikarmeistaratitilinn og ofan á það að vera valin besti leikmaðurinn?

"Það er alltaf gaman að vinna titla og þá sérstaklega bikarmeistaratitilinn, þar sem að umgjörðin og utanumhaldið er til fyrirmyndar. Svo getur líka allt gerst í bikarnum! Það er sannarlega mikill heiður að vera valin besti leikmaðurinn, en við spiludum allar mjög vel saman".

Hvað gerðir þú til að undirbúa þig fyrir leikinn?

"Ég reyndi að ná góðum svefni og fara vel yfir leikplanið. Síðan bara þetta klassíska: góð næring og góður kaffibolli".

Nú er úrslitakeppnin að hefjast,

Hvernig þurfa leikmenn og lið að undirbúa sig fyrir að keppa marga leiki á stuttum tíma?

"Ég held að þetta snúist að miklu leyti um að vera í góðu formi þegar kemur að úrslitakeppninni, geta spilað marga leiki með stuttu millibili. Og að sjálfsögðu að hugsa vel um sig á milli, sofa og nærast vel".

Er það öðruvísi að vera að verja titil fyrir félagið?

Ég upplifi ekki neina pressu frá félaginu að verja titlana en það er að sjálfsögðu markmiðið hjá okkur að ná þrennu aftur.

Hvernig finnst þér íþróttin hafa þróast síðustu ár? Hver er framtíðin hér?

"Blakið er klárlega á uppleið. Við færumst sífellt nær nágrannalöndum okkar í gæðum, t.d. Danmörku og Svíþjóð.

Nú veit ég ekki hvernig þetta er hjá öðrum félögum en hérna hjá KA hefur verið mikil fjölgun meðal yngri iðkenda og áhuginn í rauninni aldrei verið meiri. Framtíðin er svo sannarlega björt með vaxandi yngri flokka starfi.

Það er einnig sérlega gaman að aukin breidd hefur skapast í kvemboltanum þetta árið. Það gerir blakið meira spennandi og áhorfendavænna fyrir þá sem fylgjast með að baráttan um titla sé hörð milli fleiri en tveggja liða.

Bætt umgjörð og umfjöllun um blakið, líkt og KA TV hefur staðið fyrir og RÚV að sýna undanúrslit í bikarnum um daginn, lyftir sportinu okkar líka á hærri stall og eykur áhuga almennings".

Að lokum, hvað einkennir gott lið og við hverju megum við búast við frá þér og KA liðinu í úrslitakeppninni?

"Gott lið einkennist að samheldni, trausti og samvinnu. Samblanda af ungun og efnilegum ásamt reynslumeiri leikmönnum er góð blanda að mínu mati.

Það má búast við mikilli baráttugleði frá okkur og við viljum klárlega halda öllum titlumum fyrir norðan".

Marcin Gracza var valinn besti leikmaður úrslitaleiksins en hann var stíghæstur Hamarsmanna með 20 stig. Við fengum hann einnig til að svara nokkrum spurningum.

First of all, what is your history as a volleyball player? How does volleyball currently fit in your daily routine?

"Volleyball has been an inseparable part of my life since I was young. My dad is a retired volleyball player and a coach, so since I can remember, I often spent my evenings with my dad at trainings, even to pass the balls. If we think about my routine I can honestly say that the volleyball practice is my daily routine because I train every day after work. I'm used to it and I can't imagine my life without volleyball".

How was the feeling both winning the cup and being chosen the MVP of the match?

What did you do to prepare for a match like that?

"The feeling was amazing. Not only did we win the most important trophy of my life, but I also won the MVP. To be honest, I'm convinced that without my teammates it wouldn't have been possible. We gave a good display on the court. I was awarded and it was an amazing feeling. We had started preparations much earlier before the match. Every training was specially designed, taking into consideration the skills of our opponents. The round of applause should be given to the coach Tamas Kaposi because he did a great job".

Now we have the playoffs starting with multiple matches in matter of 3 weeks. How does that affect team culture and preparation?

Do you feel the pressure of defending the title for your club?

"We are focused on winning. Since the beginning of the season,

We have been preparing for the next 3 weeks, so the mentality is in a great condition. We are starting trainings for these matches soon. We have no idea what the coach has prepared, but we trust him 100% and we will definitely do what he wants and we will be well prepared for it.

We all push ourselves a little bit, but no one else presses us. We want to win and that's what we're going to do".

As a new player, how has the transition into Icelandic volleyball culture been? What do you think is unique about Icelandic players and clubs?

"I'm positively surprised at how it looks here, especially the Icelandic Cup. There's no doubt that the level is not very high, but I'm shocked how well it looked if we think about the organization. It was a really great show.

There are a few good players who could cut their teeth on foreign leagues because they have a high jump and a strong shot. I'm glad that I could play against such players"

Finally, what do you think defines a good team and what can we expect from you and Hamar in this last month of the season?

"As far as I'm concerned, the most important thing in the team is the atmosphere. It's really great here, we are like a family. The individual skills of the players are definitely very important, but with a great atmosphere you can bring skills to the higher level.

To be honest, my main goal is just winning. I have an athlete's mentality - I love winning".



**BLAKSAMBAND
ÍSLANDS**



MARSMÁNUÐUR Í HNOTSKURN

Stærsti blakviðbuður ársins, Kjör síbikarinn fór fram í Digranesi dagana 9.-12. mars. Þar voru Hamar krýndir bikarmeistarar þriðja árið í röð í karlaflokki og KA tók titilinn í kvennaflokki.

Bikarúrslit yngri flokka fóru einnig fram á sunnudeginum en þar voru krýndir sigurvegarar í U14 og U16 flokkum karla og kvenna.

Lokahelgi Íslandsmóts neðri deilda fór fram þriðju helgina í mars og þar voru krýndir Íslandsmeistarar í 2. og 3. deild karla og 2. - 6. deild kvenna.

Síðara helgarmót U20 deildar karla fór fram í Digranesi síðustu helgina í mars en þar fóru Völsungar heim ósigráðir. Ennþá eru nokkrir leikir eftir í deildarkeppninni en samanlögð úrslit helgarmóta og deildarleikja ráða því hvaða lið komast í úrslitakeppnina.

Úrslit úr krossumferð úrvalsdeildanna eru orðin ljós og klárt er hvaða lið mætast í fyrstu umferð úrslitakeppninnar.

Allir leikir og úrslit eru inni á bli.is -> mótamál -> stöðutöflur



Gleðilega páska!

