

#VIDERUMÁRBÆR



58



FYLKIR

1967-2025



ÍPRÓTTAFÉLAGIÐ FYLKIR

KYNNING Á STARF-
SEMI ALLRA DEILDA
INNAN FÉLAGSINS



VETUR
2025-2026



GLEÐI - VIRÐING - METNAÐUR

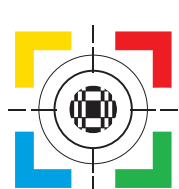


Traust

og persónuleg þjónusta

Endurskoðun & ráðgjöf ehf.

Garðatorgi 7 • 210 Garðabær
Sími 544 8989 • cpa@cpa.is • www.cpa.is



LITRÓF
umhverfisvottuð prentsmiðja

Sími 563 6000 • litrof@litrof.is • www.litrof.is



Útgefandi og ábyrgð: Íþróttafélagið Fylkir - Ritnefnd: Hörður Guðjónsson og Halldór Steinsson
Auglýsingasöfnun: Öflun EHF - Ljósmyndir: Jakob Örn Heiðarsson og frá deildum félagsins.
Umbrot: KT10 - Prentun: Litróf/Prenttækni

HÁTÍÐARKVEÐJA FORMANNS FYLKIS

Það gleður mig að segja ykkur frá því að starf félagsins hefur sjaldan eða aldrei verið blómlegra en það er í dag. Innan félagsins eru starfandi 7 íþróttagreinar ásamt öflugum starfi eldri borgara. Það framboð sem er í boði er fyrir börn, unglinga og fullorðna á öllum aldri og því ættu allir að geta fundið eitthvað við sitt hæfi. Ég hvet alla sem eiga eftir og hafa áhuga að kynna sér starf Fylkis að vera í sambandi við starfsfólk félagsins varðandi nánari upplýsingar.

Félagið hefur síðustu mánuði verið í stefnumótun til framtíðar með það að markmiði að gera okkar frábæra starf enn betra. Að þessari vinnu hafa margir komið, bæði innan félagsins og fyrir utan. Markmiðið er að samræma og stilla saman áherslur milli deilda félagsins sem mun auðvelda öllum sem koma að starfinu.

Hluti af þessari stefnumótun er samþykkt á gildum félagsins sem eru Gleði-Virðing-Metnaður. Gleði skín úr öllu starfi Fylkis, á æfingum, í leikjum og í sjálfböðastarfi. Hvert okkar leggur sitt af mörkum til að skapa skemmtilegt umhverfi innan sem utan vallar. Við fögnum öllum sigrum og látum mótlæti ekki stela frá okkur gleðinni. Við komum fram af virðingu við liðsfélaga jafnt sem mótherja. Við sýnum háttvísi, tillitssemi og pössum uppá að allir iðkendur upplifi sig velkomna til Fylkis. Metnaður til að ná árangri og gera ætíð betur er krafturinn sem einkennir Fylki og fylgir iðkendum út í lífið.

Nú er verið að vinna náið með starfsfólki, þjálfurum og stjórnarfólki hvernig við getum nýtt þessa vinnu sem best. Í framhaldinu verður svo farið í að kynna þetta fyrir iðkendum og foreldrum. Það er von okkar að allir taki vel í þetta og hjálpi okkur í þessari mikilvægu vegferð.

Það er í raun með ólíkindum hversu gott starf er unnið miðað við mikið aðstöðuleysi á mörgum sviðum. Ber þar helst að nefna fimleika, rafíþróttir og svo þær greinar sem nýta sér salinn í Fylkishöllinni en það bráðvantar annan sal fyrir blak, handbolta og

körfubolta. Einnig þarf félagið yfirbyggt fjölnotahús sem yrði meðal annars notað fyrir yngstu iðkendur í knattspyrnu sem í dag æfa úti allan veturinn. Jafnframt vantar alla félagsaðstöðu og betri aðstöðu fyrir starfsfólk. Viðræður við Reykjavíkurborg í nær 10 ár varðandi þessi mál hafa engu skilað.

Til þess að félagið geti haldið áfram að vaxa þá þarf félagið að fá stærra umráðasvæði og þá er það aðeins í eina átt vegna legu hverfisins en það er í norðurátt með svokölluðu Höfðahverfi. Gerð var skýrsla á vegum Reykjavíkurborgar 2019 þar sem talað var um að Höfðahverfið myndi henta vel þar sem það liggur samhliða Árbænum. Í byrjun árs 2022 tók Reykjavíkurborg ákvörðun að afhenda Höfðahverfið félagi sem er í dag með tvöfaldan íbúafjölda á bak við sig miðað við Fylki. Það þýðir að þegar Höfðahverfi er klárt er þetta einstaka hverfafélag orðið fjórum til fimm sinnum stærra sem mun hafa mjög miklar og neikvæðar afleiðingar fyrir Fylki til framtíðar. Forsvarsmenn Fylkis hafa allt frá þessum tíma mótmælt þessari ákvörðun og krafist að hún verði tekin til baka en því miður fyrir daufum eyrum þeirra sem hafa stjórnað borginni. Hvetjum við íbúa til að kynna sér þessi mál og láta í sér heyra.



Ég óska öllu Fylkisfólki, Árbæingum og fjölskyldum þeirra gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári.

Björn Gíslason, formaður Fylkis.

KÖRFUKNATTLEIKSDEILD FYLKIS

Körfuboltadeild Fylkis á metár, stórt stökk í uppbyggingu og sögulegur árangur

Körfuknattleiksdeild Fylkis fagnar nú sínu fimmta starfsári og hefur starfið aldrei verið öflugra. Fjöldi iðkenda heldur áfram að vaxa jafnt og þétt og starfar deildin nú með 13 hópá, bæði fyrir stelpur og stráka. Sérstaklega ánægjulegt hefur verið að fylgjast með fjölgun í yngri-flokkum og þeirri grósku sem hefur skapast í kringum körfuboltann í Árbænum.

Nýjungar í starfinu, Krílabolti og tákn-máls hópar fagna góðri aðsókn

Tímabilið 2025–2026 hófst af krafti, og hefur deildin kynnt ýmsar nýjungar til að efla

íþróttastarfið enn frekar. Krílabolti fyrir 4–6 ára börn er nú haldinn á sunnudagsmorgnum undir handleiðslu Adams þjálfara og hefur slegið í gegn. Þá hefur verið stofnaður táknmálshópur fyrir börn og fullorðna með skerta heyrn, þar sem aðeins heyrast í boltunum skoppa um gólfið og stemningin

er einstök. Mikill áhugi hefur verið á þessum hópum og hefur þegar þurft að fjölga æfingartímum. Einnig hafa fjölskyldutímar verið teknir upp, þar sem foreldrar og börn geta æft saman og notið hreyfingar í skemmtilegu og uppbyggilegu umhverfi.

Fylkir hélt á árinu fjögur sumarnámskeið og fór í annað skiptið í röð á Eurocamp æfingabúðirnar

sem Laszlo Nemeth stofnaði. Þá var haldið sérstakt vináttumót fyrir stelpur í minnibolta og viðburðurinn „Komdu og upplifðu körfubolta“ vakti mikla athygli.

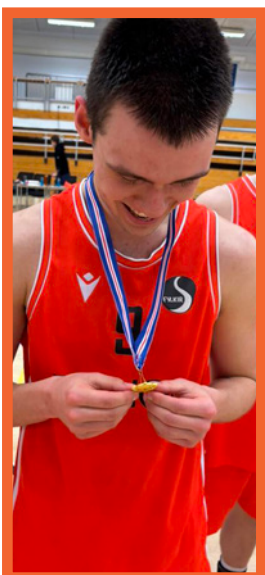
Sögulegur árangur meistara-flokks karla, tryggðu sér sæti í fyrstu deild

Árið 2025 markaði tímamót þegar meistaraflokkur karla tryggði sér í fyrsta sinn sæti í fyrstu deild eftir glæsilega sigurgöngu í annarri deild. Liðið vann deildina og tryggði sér heimaleikjarétt í úrslita-keppninni, þar sem frábær mæting og stemning í Fylkis-höllinni varð stór hluti af veltengninni. Fylkir sigraði Vestra í undanúrslitum og hafði betur gegn Leikni í tveggja sigra einvígi um sætið í fyrstu deild.

Fyrsti leikurinn í Fylkishöll reyndist æsispennandi, en Fylkismenn tryggðu sigurinn og kláruðu svo verkið á útivelli.

Undirbúningur fyrir fyrstu deild og áframhaldandi uppbygging

Sumarið fór í umfangsmikinn undirbúning fyrir nýtt hlutverk í fyrstu deild. Fjárfest var í nýjum



Við kynnum með stolti Flügger 32,
einstakt litasafn með 32 vandlega völdum
hlutlausum litum – innblásið af hreinni
norrænni náttúru.



Kíktu í næstu Flügger verslun – starfsfólkið
er til staðar og aðstoðar þig með ánægju.

körfum og stigatöflu til að Fylkishöllin uppfyllti kröfur deildarinnar, og stóð liðið fyrir fjölbreyttum fjóröflunum til að mæta þeim kostnaði.

Leikmannahópurinn var styrktur og gert var nýtt samstarf við Val, þar sem leikmenn eru venslaðir milli félaga og rekið sameiginlegt ungmennalið í 2. deild. Fylkir stofnaði einnig B-lið og er nú með lið í þremur meistaraflokkss deildum, merki um mikla grósku og fjölgun leikmanna.

Tímabilið í fyrstu deild hefur verið krefjandi en Fylkismenn náðu sínum fyrsta sigri í sjöundu umferð, gegn Hamri á útivelli. Þrátt fyrir spár um næsta sæti eru leikmenn staðráðnir í að sýna að þeir eiga fullt erindi í deildinni.



Að lokum hvetur deildin alla áhugasama til að fylgjast með auglýsingu um árlega Fylkisbingóið, sem er orðin hefð í starfinu.



Sterkt samfélag, nýir búningar og björt framtíð

Haustið hefur farið afar vel af stað og deildin heldur áfram að vaxa. Nýir Errea-búningar voru teknir í notkun og stemmningin innan félagsins hefur sjaldan verið betri. Þjálfarinn Víkingur hefur verið lykilmáður í að halda góðu utanumhaldi um meistaraflokkana og tryggja fagleg vinnubrögð.

Fjárhagsstaða félagsins hefur styrkst

Heimaleikir meistaraflokkssins draga að fjölda stuðningsfólks sem fyllir Fylkishöllina og skapar einstaka stemningu.

Körfuknattleiksdeild Fylkis vill þakka öllum foreldrum og forráðamönnum fyrir ómetanlegt framlag, hvort sem það er með stuðningi á leikjum, sjálfboðastarfi eða þátttöku í uppbyggingu deildarinnar. Samheldnin er einn af hornsteinum þess að framtíð körfuboltans í Árbænum virðist bjartari en nokkru sinni fyrr.



ÍPRÓTTAFÉLAGIÐ FYLKIR KYNNIR



KOMANDI VIÐBURÐI UM JÓL OG ÁRAMÓT



FLUGELDASALA



Flugeldasala Fylkis og Hjálparsveitar skáta verður sem fyrr í nýju áhorfendastúkunni við Fylkiskvöll dagana 28.-31. desember. Nánari upplýsingar koma á heimasíðu okkar þegar nær dregur.



ÍPRÓTTAFÓLK FYLKIS

Jólakaffi fyrir félagsmenn 19. desember kl. 12:00 í Fylkishöll þar sem tilkynnt verður um val á íþróttafólki Fylkis fyrir árið 2025



SKÖTUVEISLA

Öll velkomin í "dásamlega" skötuveislu þriðjudaginn 23. desember frá kl. 11:30-14:00 í Fylkishöll. Verð 5.400 kr.



FLUGELDABINGÓ

Allir velkomnir í Flugeldabingó Fylkis. Bingóinu sem er tvískipt fyrir fjölskyldur og fyrir fullorðna í Fylkishöll. Nánari upplýsingar síðar.



FYLKISBRENNAN

Fylkisbrennan verður á sínum stað við Rauðavatn 31. desember. Nánari upplýsingar koma á heimasíðu okkar þegar nær dregur.



JÓLATRÉÐ SÓTT

Handknattleiksdeild Fylkis mun bjóða uppá að sækja jólatré heim í póstnúmeri 110. Nánari upplýsingar koma á heimasíðu okkar þegar nær dregur.



HERRAKVÖLD FYLKIS

Herrakvöld Fylkis verður haldið föstudaginn 16. janúar. Veislustjóri, ræðumaður, málverkaupboð, frábærir skemmtikraftar, vel súrt og ekki súrt þorrahlaðborð. Flott í jólapakkann fyrir herrann.

Íþróttafélagið Fylkir óskar öllum félagsmönnum og fjölskyldum gleðilegra jóla og farsældar á nýju ári.

ATH: Allar nánari upplýsingar verða settar á heimasíðu Fylkis, www.fylkir.is þegar nær dregur



www.fylkir.is

KARATEDEILD FYLKIS



Karate deild Fylkis hefur starfað í 38 ár og leggur áherslu á jákvæða og uppbyggilega þjálfun undir handleiðslu reynsluríkra þjálfara. Deildin er með þeim stærstu karatedeildum á Íslandi og geymir einnig stærsta karatesalinn á Íslandi og af Norðurlöndunum.

Skipulagðar æfingar í karate hófust haustið 1987 og var æft í félagsmiðstöðinni Ársel og var þá í upphafi æft karatestíllinn Sanku Do Kai. Formleg stofnun karatedeildar Fylkis var árið 1996 en deildin hafði starfað í skjóli aðalstjórnar um nokkurt skeið. Þetta ár var Fylkishöll byggð og starfsemi karatedeildar flutt þangað. Þá tók Halldór Svavars-son við þjálfun en hann var jafnframt landsliðs-þjálfari og margfaldur Íslands- og Norðurlanda-meistari. Þá var skipt yfir í karatestílinn Goju Ryu. Pétur Freyr Ragnarsson tók síðan við yfir þjálfunina árið 2004 og lét af störfum 20 árum seinna í maí í fyrra. Núverandi formaður er Elías Guðni Guðna-son.

Allan var landsliðsþjálfari Íslands frá 2002-2007. Sportkarate er ákveðin bylting í karateheiminum þar sem það byggist eingöngu á kumite hluta karatesins, en karate skiptist í Kata og Kumite.



Kata er gólfæfing þar sem barist er við ímyndaðan andstæðing en í Kumite er keppt í bardaga við annan andstæðing. Þessir tveir hlutar hafa verið að fjarlægast meira og meira í seinni tíð og er öll þjálfun orðin markvissari fyrir annaðhvort Kata eða Kumite.

Andri Sveinsson fór út í nám til Álaborgar árið 2004 og til að æfa með Allan og félögum í Sportkarate við bestu hugsanlegu aðstæður. Andri var úti í fimm ár og tileinkaði sér þennan nýja stíl. Andri flutti svo heim eftir nám árið 2009 og hjálpaði við að innleiða Sportkarate í Fylki. Andri var jafnframt sá fyrsti ásamt einum öðrum í heiminum til að ná svarta beltinu í þessum nýja karatestíl. Núna í Fylki eru sex einstaklingar á Íslandi með svarta beltid í Sportkarate. Aðalþjálfari er Ólafur ásamt Ivetu og Ísold, þau einnig í stjórn. Haustið 2010 var bylting í húsnæðismálum karatedeildar og þá fengum við afhent Mesthúsið sem fékk heitið Fylkissel. Þangað flutti karatedeildin ásamt fimleikadeildinni. Þetta er án efa stærsti og flottasti karatesalur á öllum Norðurlöndunum og þótt víðar væri leitað.



Sportkarate stíllinn sem við æfum núna var fyrst innleiddur formlega árið 2009 en hafði verið hægt og bítandi í innleiðingu frá 2004. Þetta er vegna þess að sama ár var sportkarate stofnað í Álaborg, Danmörku, af bræðrunum Allan og Tommy Busk ásamt Thomas Bjuring.

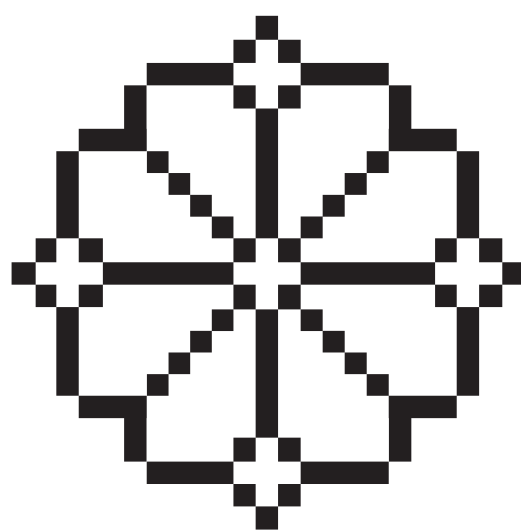


Rekstrarvörur
- vinna með þér



merking
...til að vekja athygli

**VERKFÆRA
SALAN**



Handverkskúnnst
Hraunbæ 102a - 110 Reykjavík
www.garn.is

Hægur en greinilegur stígandi hefur verið í barna- og unglingastarfi deildarinnar og er árangur á mótum mjög góður. Fylkir hefur verið Íslandsmeistarar í Kumite 8 ár í röð árin 2014-2022 og Íslandsmeistarar unglinga í Kumite 13 ár í röð 2001-2019. En árið 2023 og 2024 urðum við aftur Íslandsmeistarar unglinga. Árið 2025 gekk ansi vel hjá deildinni og má þá nefna á mótum eins og Reykjavíkurleikunum (Reykjavík International Games), Swedish Open og Íslandsmeistaramóti unglinga í Kumite.

Karatedeildin á einnig frábært landsliðsfólk sem hefur og er að standa sig gríðarlega vel á alþjóðlegum mótum og stórmótum á borð við smáþjóðameistara, NM, EM, og HM. Og eigum við Norðurlandameistara og þó nokkra smáþjóðameistara. Einnig á karatedeildin fjóra Fylkiskarla ársins og þrjár Fylkiskonur ársins. Einnig á Fylkir karatekarl ársins 1998, 1999, 2001, 2001, 2006, 2015, 2018 og 2023 og svo karatekonu ársins 2017 og 2018.

Karatedeildin reynir að hafa þó nokkra viðburði til að koma saman og skemmta okkur, t.d. með pizzaveislum eftir mót, foreldraæfingar, útileigur, jólaböll, gistinætur og bíókvöld og einstaka keppnisferðir erlendis. Pizzaveislan er án efa sú vinsælasta. Deildin býður upp á æfingar fyrir alla aldurshópa! Það er sko aldrei of seint að byrja.

Öll eru velkomin!



LÚXUS JÓLAGJÖF FYRIR HÚÐINA



Gefðu fegurð, ljóma og vellíðan í jólapakkann



Gjafabréf frá Bleiku Stofunni

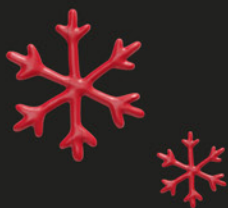
Fullkomið fyrir húðmeðferðir, vöruval og persónulega ráðgjöf.

Ferskari. Frískari. Þú.

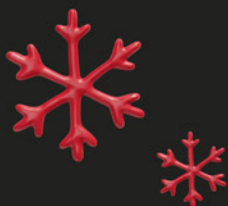
Bleika Stofan

Hraunbær 102 B
Sími 777 4631



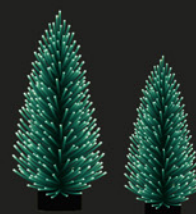
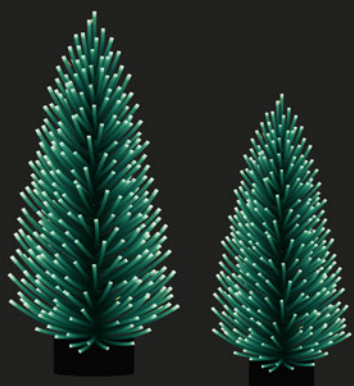


ÁRNASON



FASTEIGNIR

LÍFIÐ ER DÝRMÆTT



ÁRNASON

LÖGMENN

FYLKIR - STOLTUR - ALLTAF

KNATTSPYRNUDEILD FYLKIS

Hvernig rekum við knattspyrnudeild?

Það er aldrei róleg stund í rekstri knattspyrnudeildarinnar í félaginu okkar. Sem betur fer. Verkefnin eru út um allt. Hvort sem litið er til barna- og unglingastarfsins. Þar sem stöðugt er unnið að því að bæta þjónustu við yngstu iðkendur félagsins. Eða meistaraflokkanna. Þar sem unnið er að því að bæta umgjörðina og starfið og gera okkar öflugasta fólki kleift að ná sem bestum árangri og vera sem bestar fyrirmyndir fyrir okkar yngra fólk. Það er áskorun að tvíanna saman uppeldishlutverk og afreksstarf. Og koma því þannig fyrir að allir njóti sín. Svo, hvernig er skipulagið í knattspyrnudeild Fylkis. Hvernig gerum við þetta?



Í starfinu eru þrjár megin stoðir. Fyrst er að nefna meistaraflokksráð kvenna. Þar er öflugur hópur fólks sem sér um allt sem kemur að stelpunum okkar. Þessum hópi er ekkert óviðkomandi þegar kemur að skipulagningu og að skapa stelpunum okkar sem allra besta umgjörð og aðstöðu. Og verkefnin eru allskonar. Allt frá því að semja við leikmenn til þess að sjá um mat fyrir leikmenn kringum síðustu æfingu fyrir leik. Og svo allt hitt. Næsta stoð undir starfinu er svo spegilmynd af þessu strákamegin. Þar eru verkefnin þau sömu. Mikil áhersla er lögð á að gæta samræmis milli stelpna og stráka í starfi félagsins. Þriðja stoðin er svo stjórn Barna- og unglingaráðs (BUR). Þar

fer hópur sem ber hag okkar yngsta og fjölmenasta hóps fyrir brjósti. Þar eru um 600 iðkendur sem mæta reglulega til að æfa leikinn sem þeim finnst skemmtilegastur, fótbolli. Verkefni BUR eru ekki síður fjölbreytileg. Það þarf að ráða til starfa þjálfara. Skipuleggja þátttöku í mótum. Skipuleggja mótin sem við höldum sjálf og tökum við þar á móti um 3.000 iðkendum. Í starfi yngri flokka gegna líka foreldraráð stóru hlutverki. En þar koma saman foreldrar iðkenda og skipuleggja ýmsa viðburði hjá hverjum flokki fyrir sig.

Ofan á þessar þrjár stoðir kemur svo stjórn deildarinnar. Hennar hlutverk er að samræma allt starfið. Halda utan um fjármálahliðina og vera til stuðnings. Þar eru einnig teknar ýmsar stefnumarkandi ákvarðanir og séð um samskipti við önnur félög. Og hugað almennt að framgangi knattspyrnunnar á Íslandi í heild.

En starfið er ekki bara fótbolli. Það þarf fleira til. Það þarf að reka starfið og það þýðir að afla þarf fjármuna. Það felst í því að koma á samstarfi við styrktaraðila. Safna styrkjum. Síðast en ekki síst þá stendur þessi öflugi hópur sjálfbóðaliða sem manna stjórn og ráð auk fleiri sjálfbóðaliða fyrir fjölbreyttum viðburðum til fjáröflunar starfsins. Hér erum við að tala um Herrakvöldið, Kvennakvöldið, Skötuveisluna, Bingóin okkar, Happraðtti deildarinnar og margt fleira. Ekkert af þessu gengi upp nema með þátttöku foreldra og annars Fylkisfólks. Knattspyrnudeildin treystir alfarið á að nær-





umhverfið taki þátt og leggi sitt af mörkum svo við getum skapað öflugt umhverfi fyrir okkar iðkendur.

Eins og fram hefur komið byggir starfið eingöngu á framlagi sjálfboðaliða. Fólks sem brennur fyrir að skapa þessar aðstæður sem við viljum að séu til staðar í hverfinu okkar. Fyrir börnin okkar. Þess vegna vil ég að lokum hvetja ykkur öll til að gefa ykkur fram og taka þátt. Verkefnið eru endalaus. En líka af ýmsum stærðum og gerðum. Og allir geta fundið eitthvað við sitt hæfi.

Fyrir hönd okkar allra í knattspyrnu-deildinni óska ég ykkar gleðilegra jóla og gæfuríks nýs árs.

Áfram Fylkir, alltaf og allsstaðar.
Ragnar Páll,
formaður knattspyrnudeildar Fylkis



BÍLPRO

RÉTTINGAR OG SPRAUTUN

**VERTU MEÐ HEIMILIÐ
EÐA FYRIRTÆKIÐ Í
SÍMANUM**

**EKKERT
MÁNAÐARGJALD**



**HAFÐU
SAMBAND!**

VORN@VORN.IS

SÍMI 561 5600

WWW.VORN.IS



@lhua
TECHNOLOGY

MÁLMTÆKNI



Lagnalist ehf.

FLUGELDA SALA FYLKIS



AFGREIÐSLUTÍMAR

28. DES. KL. 10:00-20:00

29. DES. KL. 10:00-20:00

30. DES. KL. 10:00-20:00

31. DES. KL. 12:00-16:00



**FLUGELDASALA FYLKIS OG HJÁLPAR-
SVEITAR SKÁTA VERÐUR SEM FYRR Í NÝJU
ÁHORFENDASTÚKUNNI VIÐ FYLKISVÖLL
DAGANA 28.-31. DESEMBER.**



#viðerumÁrbær

www.fylkir.is

HANDKNATTLEIKSDEILD FYLKIS

Gleði, samvinna og árangur

Handboltadeild Fylkis er sannkölluð uppspretta gleði og samveru fyrir börn og ungmenni í hverfinu. Yfir 200 iðkendur æfa reglulega undir leiðsögn reyndra þjálfara og aðstoðarþjálfara, þar sem áhersla er lögð á að allir fái að njóta sín og taka þátt – óháð aldri eða reynslu. Æfingarnar fara fram í Fylkishöll og Norðlingaskóla, en þegar iðkendur eldast og ganga upp í 4. flokk, hefst spennandi samstarf við Fjölni sem nær allt upp í meistara-flokk. Sameinuð lið Fylkis og Fjölnis æfa í Fylkishöll og Egilshöll og taka þátt í fjölbreyttum mótum og keppnum.

Markmið deildarinnar er að bjóða upp á verkefni fyrir öll börn sem vilja prófa handbolta. Í yngstu flokkunum er lögð sérstök áhersla á leikgleði og vináttu, en eftir því sem iðkendur eldast er aukin áhersla á tækni, leikskilning og samvinnu. Það er ómetanlegt að sjá krakkana vaxa og dafna í gegnum íþróttina – bæði sem leikmenn og einstaklingar.

Yngri flokkar taka þátt í helgarmótum yfir veturinn, en eldri flokkar spila í þremur lotum þar sem leikið er bæði á heimavelli og útivelli.

Starfið hefur skilað frábærum árangri síðustu ár – ungir og efnilegir leikmenn hafa stigið sín fyrstu skref í Fylki og verið kallaðir inn á landsliðsæfingar yngri landsliða. Margir hafa einnig náð að spila með meistaraflokkum Fjölnis, bæði í kvenna- og karla-flokkum.

Það er ótrúlega gaman að spila handbolta! Íþróttin býður upp á hraða, spennu og mikla hreyfingu, en það sem skiptir mestu máli er samveran og vináttan sem myndast innan liðsins. Allir krakkar sem hafa áhuga á að prófa handbolta eru hjartanlega velkomnir á æfingar hjá Fylki – það er aldrei of seint að byrja og allir finna sér sinn stað. Æfingatoflur og nánari upplýsingar má finna á heimasíðu félagsins.



KAPP

SKAGINN | KAMI TECH



Bilabúið Benni

Í fimmtíu ár



Partille Cup í Svíþjóð 2025



Karfan

Fyrsti deildarsigur í 1. deildinni hjá körfunni þegar þeir unnu Hamar á úti-velli 94-115. Með sigrinum náði liðið að lyfta sér úr fallsæti upp í 10. sætið og eru þeir með tvö stig eftir 8 leiki spilaða. Finnur Tómasson var atkvæðamestur í Fylkisliðinu í leiknum með 18 stig í leiknum.

Pubquiz

Á dögunum stóð knattspyrnudeildin fyrir einstaklega vel heppnuðu Pubquiz kvöldi þar sem Sigurður Orri, fjölmiðlamaður, stýrði leiknum af sinni alkunnu nærgætni og lipurð. Mæting var mjög góð og má með sanni segja að húsið hafi verið nánast fullt. Kvöldið skapaði frábæra stemningu þar sem íbúar og stuðningsmenn úr hverfinu komu saman, skemmtu sér konunglega og styrktu í leiðinni starf félagsins. Þetta var hinn sannkallaði samfélagsviðburður sem sýnir hversu öflugt og samstillt Árbæjarsamfélagið er.

Knattspyrna karla

Knattspyrnudeild Fylkis tilkynnir með mikilli ánægju að þrír ungir og efnilegir markmenn úr yngri flokkum félagsins hafa skrifað undir samning við félagið. Einnig hafa Benedikt Daríus Garðarsson, Birkir Eypórsson og Nikulás Val Gunnarsson framlengt samning sinn við félagið til næstu tveggja ára, eða út tímabilið 2027 hið minnsta.



ORKAN

RAFÍPRÓTTAÐEILD FYLKIS

Rafípróttadeild Fylkis hefur átt frábæra haustönn. Biðlistar hafa myndast í vetur og það er greinilegt að áhuginn á rafípróttum heldur áfram að aukast. Í haust tók Fylkir þátt í tvennum spennandi rafípróttamótum í Arena í Smáratorgi þar sem



mætingin var frábær og stemningin í toppi. Fylkir mætti með rúmlega tuttugu iðkendur og gekk þeim mjög vel. Það hefur verið sérstaklega gaman að sjá hve margir foreldrar hafa áhuga á að fylgjast með börnunum sínum keppa og taka þátt í andanum sem fylgir svona mótum. Fleiri mót eru framundan og skráning fyrir vorönn 2026 hefst á næstu dögum.

Markmið Rafípróttadeildarinnar eru:

1. Að bjóða upp á skipulagt starf fyrir börn og unglunga þar sem þau geta stundað rafípróttir undir handleiðslu þjálfara.
2. Að stuðla að jákvæðri tölvu upplifun.
3. Að hjálpa iðkendum að hugsa vel um líkama og sál.
4. Að efla félagslegan og siðferðislegan þroska.
5. Að iðkendur læri undirstöðuatriðin í þeim leik sem það æfir.
6. Að iðkendur hafi ánægju af rafípróttum.
7. Að búa til atvinnufólk í faginu sem leyfa ekki tölvum að stjórna lífinu sínu.
8. Að efla félagsfærni og valdefla þau sem eru

mikið ein heima að spila.

9. Að búa til félagsmenn.

10. Að vera með öflugt meistaraflokkastarf.

Ef þú eða einhver sem þú þekkir hefur áhuga á að kynna sér rafípróttir, þá má senda tölvupóst á hordur@fylkir.is til að fá nánari upplýsingar og aðstoð við skráningu.

Hlökkum til að sjá ykkur!



Þórlákur Gunnlaugsson þjálfari, Þórlákur Gottskálk Guðfinnson (FH) og Alexander Orri Eiríksson (Fylkir) á palli eftir rafípróttamót.



olis



HÖFÐABÍLAR
... þar sem bílar seljast



Kjarnaborun og steinsteypusögun

Erum sérfræðingar í steypusögun og kjarnaborun, gerum tilboð, þér að kostnaðarlausu.

www.borehf.is - sími 895 9490

Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar

Stofnað 1990

Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi



Elís Rúnarsson



Rúnar Geirmundsson



Sigurður Rúnarsson

Sími · 567 9110 · utfarir@utfarir.is · www.utfarir.is

FÖSTUDAGINN 16. JANÚAR 2026



HERRAKVÖLD FYLKIS

MÁLVERKAUPPBOÐ
HAPPDRAETTI - GÍSLI EINARS
MAGNÚS KJARTAN
SVEPPI - GREIPUR
ÞORRAMATUR & LAMB

Fjölmennum á glæsilegt og skemmtilegt HERRAKVÖLD
með góðum vinum og Fylkismönnum.

MÍÐASALA
stubbur

#viðerumÁrbær

VERÐ AÐEINS
13.900 kr.

Borðapantanir á herrakvold@fylkir.is



www.fylkir.is

BLAKDEILD FYLKIS

Blakdeild Fylkis býður upp á reglulegar blakæfingar fyrir breiðan aldur eða allt frá 8 ára til áttræðs.

Barna og unglingastarfið gengur vel hjá okkur. Rúmlega þrjátíu krakkar, á aldrinum 8-16 ára, eru að æfa blak undir handleiðslu Valgeirs Valgeirssonar, sem er reyndur þjálfari og landsliðsmaður. Yngri blakflokkar Fylkis, U-12, U-14 og U-16, fóru á Íslandsmót sem haldið var nú í nóvember, drengir spiluðu í Laugardalshöll og stúlkur í Kórnum. Stefnt er á



að fara á fimm önnur mót með öll yngri liðin eftir áramót en þau verða haldin víðs vegar um landið.

Markmiðið með fullorðins blakinu er andleg og líkamleg lýðheilsa sem fæst með reglulegri hreyfingu í góðra vina hópi. Í fullorðins blakinu æfa um 80 manns á öllum aldri þar sem yngsti iðkandinn er 18 ára og sá elsti 76 ára. Fylkir heldur úti kvennaliði í 1. deild, 2. deild og 4. deild auk þriggja karlaliða í 1. deild, 2. deild og 3. deild. Metnaður og góður liðsandi einkennir öll liðin.

Bæði 1. deildar liðin okkar keppa staka leiki yfir allan veturinn, konur í 10 liða deildum á meðan karlar eru í fjögurra liða deildum, ýmist á heimavelli eða útivelli. Neðri deildarliðin okkar (2. 3. og 4. deildir) keppa á þremur mótaroðum á Íslandsmóti BLÍ yfir veturinn sem eru bæði haldin á höfuðborgarsvæðinu sem og á hinum ýmsu stöðum úti á landi. Fyrsta mótið var í lok október en hin verða í janúar og mars. Blakdeild Fylkis mun einmitt halda BLÍ-mót fyrir 2. deild karla sem og 7. deild kvk. dagana 9.-11. janúar í Fylkishöllinni og þar munu Fylkisliðin okkar í viðeigandi deild taka þátt. Hvetjum við íbúa hverfisins að leggja leið sína í Fylkishöllina og fylgjast með leikjum þá helgi og taka inn fjörið sem fylgir blakmótum.

Fylkisliðin taka svo þátt í fjölmörgum skemmtimótum yfir veturinn auk þess sem við höldum sjálf jólamót 29. nóvember og svo vormót. Hápunkturinn er svo Öldungamótið sem verður haldið 30. apríl-2. maí á næsta ári hjá KA á Akureyri, þar sem um 1.500 blakarar (sem náð hafa 30 ára aldri) af öllu landinu taka þátt í þriggja daga blakveislu.

Strandblak á Íslandi hefur eflst mjög seinustu ár og æfa og keppa margir úr Fylki reglulega úti yfir sumartímann. Einnig halda margir strandblakstækninni við allt árið með æfingum inni í Sandkastalanum í Árbænum en þar eru einu inni-strandblaksvellir landsins. Fylkir tekur þátt í uppbyggingu strandblaksins með því að halda eitt af strandblaksmótum sumarsins.

Mikil eftirspurn hefur verið eftir námskeiði eða æfingum fyrir byrjendur í blaki síðustu ár og Fylkir er nú annað árið í röð að bjóða upp á byrjendablak.

Heyrið endilega í okkur ef áhugi er fyrir því að æfa blak og hvetjum við sérstaklega krakka og unglunga til að kíkja á æfingarnar í Árbæjar- og Norðlinga-skóla en upplýsingar um æfingatöflur má finna inni á fylkir.is.





A AÐALSKOÐUN

FIMLEIKADEILD FYLKIS

Árið 1975 var ákveðið innan Fylkis að stofna fimleikadeild og var ráðist að því með heilum huga, stofnuð stjórn og leitað að aðstöðu. Janúar 1976 byrjaði starfsemin og mættu nokkur tug barna á fyrstu æfinguna.

Þetta var fyrir 50 árum síðan og síðan hefur margt breyst. Fyrstu æfingarnar voru í Árbæjarskóla og á laugardögum í Kennaraskóla Íslands. Síðan 1995 þegar Fylkishöllin var tilbúin fóru fimleikarnir



þangað inn og var það mikil bylting þar sem lítill gryfja var sett út í enda hússins og betri tæki og tól vor keypt. Október 2010 var síðan önnur stærri og betri breyting þegar Reykjavíkurborg gerði samning við Eyktina um Mest-húsið í Norðlingaholti sem var breytt í fimleika- og karatehús. Það var mjög mikil breyting fyrir deildina þar sem við fengum hús sem var útbúið með áhöldum og þar með lauk öllum burðum með uppsetningu og tiltekt eftir hverja æfingu.

Margt hefur breyst á tæplega 50 árum, í dag höfum við átt nokkra íslandsmeistara á hinum ýmsum áhöldum, bæði stúlkur og drengir hafa verið valin í unglunga svo og fullorðins landsliðshópa, keppt bæði hérlandis og erlendis. En alltaf er hægt að gera betur og reynum við að gera okkar allra besta í því að bæta þjálfun, menntun og ánægju bæði hjá iðkendum svo og hjá þjálfurum, því jú það allt saman tvinnar saman.

Við hjá Fimleikadeildinni erum með rúmlega 600 iðkendur, húsið hjá okkur er alltaf fullt alla daga frá morgni til kvölds hvort sem er á virkum dögum eða um helgar.

Yngstu iðkendur hjá okkur eru 1 – 2 ára og æfa á laugardögum þar hefur verið algjört met þátttaka og mikil ánægja hjá forráðamönnum að koma með litlu krílin til að klifra og leika sér í hreyfingu og frjálsum leikjum. Iðkendur þar eru 103 börn og þó nokkuð mörg börn á biðlista.

Á sunnudögum æfa 3 – 5 ára börnin og er sú deild alltaf að stækka og stækka, þar erum við með þrjá hópa og hvor hópur um sig með 50 börn sem gera 150 börn í þremur hópum og yfir 90 börn á biðlista. Þetta segir okkur að forráðamenn hafa mikla



ánægu og þörf á að koma með börnin í hreyfingu og leyfa þeim að fá útrás í allskonar æfingum og leikjum.

Kæru nágrannar,
Múrbúðin óskar ykkur gleðilegra jóla og farsæls
nýs árs! Takk fyrir ánægjuleg viðskipti á árinu
- við hlökkum til að sjá ykkur á nýju ári.

MÚRBÚÐIN

Byggingavöruverslunin þín í Árbænum



Tannlæknar

HÖFÐABAKKA

TANNLÆKNAR HÖFÐABAKKA 9

STYÐJA FYLKI

Síðan koma fimleikahóparnir sem eru frá 5 ára og eldri bæði drengir og stúlkur þar er kennt eftir stigum FSÍ (Fimleikasamband Íslands) og byrja börnin að keppa í þrepum 9 ára. Uppúr 11 ára aldri er fækkingun hjá börnum sem vilja ekki æfa mikið heldur vera í hópum sem æfa lítið og keppa ekki og þar þurfum við að herða á okkur og opna fleirri þannig hópa og koma til móts við þarfir iðkenda um að hafa gaman en ekki harðar æfingar til keppni og erum við mikið að vinna í þannig starfsemi. Þrír hópar fóru í æfingarbúðir til Portó í sumar og var það mjög vel heppnuð ferð og allir komu glaðir og fullir af orku heim úr þeirri ferð. En svona æfingarferðir eru nauðsynlegar til að efla andann og komast úr sýnum venjulegum aðstæðum og reyna eitthvað nýtt. Fimleikadeildin er með jólasýningu á hverju ári og á vorönn erum við með innanfélagsmót Fylkis og þar fá allir að keppa frá 5 ára og eldri.

meðal iðkanda okkar og reynum við að gera okkar allra besta til að öllum líði vel og gera æfingar við sitt hæfi. Við reynum líka að brjóta upp æfingar t.d. með bleikum degi, ætlum að bjóða upp á námskeið, fáum til okkar allskonar kynningar með allskonar smakki. Eftir allar æfingar erum við með kaffi og meðlæti með því og mega iðkendur okkar sitja eins lengi og þau vilja og spjalla saman. Tvisvar á ári erum við með ball, fyrir jólin erum við með jólabalspema, þá erum við með jólamat frá Grillvagninum, fáum hina ýmsu skemmtikrafta til að skemmta okkur og erum með veglega happdrættisvinninga síðan dönsum við inn í nóttina. Á vorin erum við með eins nema þá erum við með sumarpema með skreyttum sal og kósýheit. Stefnt er að því að fara í ferðalag með iðkendur okkar nú í mars og ætlum við að stefna á fleirri slík ferðalög í framtíðinni.



Gleði, virðing og metnaður er okkar einkunarorð og ætlum við hjá fimleikadeildinni að gera okkar allra besta að standa við þessi stóru orð.

Fimleikadeild Fylkis sendir öllum okkar iðkendum svo og öllum Árbæingum jóla og nýárskveðju og

vonum að allir hafi það gott yfir jól og áramót jafnt og alla aðra daga.

Hjá fimleikadeildinni starfa 25 þjálfarar.

Áfram Fylkir!

Guðrún Ósk Jakobsdóttir

Formaður fimleikadeildar Fylkis

Rekstrarstjóri Fylkissels.

Parkour hefur alltaf verið vinsælt hjá okkur og erum við með þrjá aldurshópa í þessari íþróttagrein, parkour C eru yngstu iðkendur frá 6 – 9 ára parkour B 10 – 12 ára og parkour A 13 ára og eldri. En Parkour hefur slegið í gegn um allan heim og er orðin mjög vinsæl íþróttagrein. Parkour Fylkir var í fyrsta sinn nú í haust með innanfélagsmót hjá sér og heppnaðist það mjög vel. Stefnt verður á stærra mót á næsta ári og jafnvel bjóða fleirri liðum að vera með.

Eldri borgara leikfimi hefur heldur betur slegið í gegn hjá okkur síðustu ár og erum við núna komin með yfir 200 iðkendur nánar eru 218 iðkendur skráðir hjá okkur. Við höfum fundið fyrir mikilli ánægu





LEIKSKÓLABOLTI FYLKIS

Leikskólafótbolti Fylkis er kominn á fullt!

Fylkir hefur nú hafið nýtt og spennandi verkefni, leikskólafótbolta, sem hófst formlega 1. september. Fylkir fór í samstarf við leikskólana, Árborg, Ártúnskóla-Leikskóladeild, Heiðarborg, Rauðaborg og Rauðhól og er að bjóða upp á fótboltaæfingar á leikskólatíma.



Verkefnið er samskonar 8. flokki sem hefur verið hjá okkur undanfarin ár en stóra breytingin er að ein æfing fer fram á leikskólatíma í íþróttahúsum nálægt leikskólunum, þar sem leiðbeindur, leikskólakennarar eða foreldrar koma með börnin og þjálfari á vegum Fylkistekur á móti þeim. Hin æfingin er haldin á laugardagsmorgnum, þar sem hópurinn æfir saman á hefðbundinni æfingu, kynjaskipt í stráka og stelpur. Verkefnið hefur þegar vakið mikla athygli og þátttaka farið langt fram úr væntingum. Iðkendafjöldinn hefur aukist um 64,2% og nú æfa 110 krakkar á leikskólaaldri fótbolta! Þetta sýnir greinilega hversu mikill áhugi meðal yngstu íbúa hverfisins og vilji til að taka þátt í starfi félagsins.

Leikskólafótbolti Fylkis er frábær leið fyrir börn að kynnast fótbolta á eigin forsendum, með bros á vör, í sínu nærumhverfi, með sínum vinum og bolta við fætur!

Kær kveðja

Steinar Leó Gunnarsson Yfirþjálfari yngri flokka Knattspyrnudeildar Fylkis

YFIRÞJÁLFUN YNGRI FLOKKA

Fylkir styrkir framtíðina: Steinar Leó Gunnarsson tekur við yfirþjálfun yngri flokka

Barna- og unglingaráð Fylkis hefur ráðið Steinar Leó Gunnarsson sem nýjan yfirþjálfara yngri flokka félagsins. Hann tekur við af Sigurði Þór Reynissyni og hefur formlega störf 1. desember næstkomandi. Steinar Leó er með UEFA A þjálfaragráðu og býr yfir árangri og dýrmætri reynslu af þjálfun, bæði innan Fylkis og hjá öðrum félögum á Íslandi.



Barna- og unglingaráð Fylkis segir ráðninguna styrkja sýn félagsins um að vera í fremstu röð í uppbyggingarstarfi, veita bestu mögulegu þjálfunina og vera mikilvægt skref í áframhaldandi og kraftmikilli þróun deildarinnar.

Við hlökkum til spennandi framtíðar. Þessi nýi kafli lofar afar góðu fyrir allt Fylkisfólk.

Steinar Leó Gunnarsson
yfirþjálfari yngri flokka Fylkis

SKÖTUVEISLA FYLKIS

ÞRIÐJUDAGINN 23. DESEMBER
kl. 11:30-14:00
Í FYLKISHÖLL

Öll velkomin í Skötuveislu
Fylkis, 23. desember.

Boðið verður upp á
sérlega ljúffenga skötu,
tindabykkju, saltfisk
og meðlæti á meðan
birgðir endast.

Fyrst koma - fyrst fá

Verð aðeins
5.400 kr.

Borðapantanir á fylkir@fylkir.is
eða hjá Sigrúnu í síma 824 0403

#viðerumÁrbær



www.fylkir.is

EFTIRTALDIR AÐILAR SENDA ÍPRÓTTAFÉLAGINU FYLKI BARÁTTU- OG JÓLAKVEÐJUR!

Reykjavík

AB varahlutir ehf.

Alda M Magnúsdóttir

Almenna bílaverkstæðið ehf.

Árbæjarblóm

Bananar ehf.

BGI málarar ehf.

Biobú ehf., lífrænar mjólkurvörur

Bílasmiðurinn hf.

Bjossi 16 ehf., jarðverktaki

Bólstrun Óskars Sigurðssonar

Dalbær sf.

Daníel Bergur Gíslason

El Framkvæmdir ehf.

Einar Schweitz Ágústsson

Eypór Guðmundsson

Fanntófell ehf.

Fínka ehf., málningarverktakar

GB Tjónaviðgerðir ehf.

Gólflagnir ehf.

Grettir, vatnskassar ehf.

Gunnar Kristinn Baldursson

Gunnar Viggósson

H&S Rafverktakar ehf.

Henson sports

Hjá Ingvarsson ehf.

Hrönn Ágústsdóttir

HS pípulagnir ehf.

Höfðakaffi ehf.

Ís-spor ehf.

J.E. 101 ehf.

Jakob Halldórsson

Jón Hilmarsson

Jón Magnússon

Karl Sigurðsson

Kristinn Kristjánsson

Kristján Steingrímsson

Magni Jónsson

Matthías Sveinsson

Meba- úr og skart

MIO MIO ehf.

Orkuvirki ehf.

Ólafur Björgvin Pétursson

Ólafur Hans Grétarsson, tannlæknir

Ólafur Magnússon

PR flutningar slf.

PRÓFÍLSTÁL

Briddebilt

SMÍÐSHÖFÐA 15 - SÍMI 587 - 8999



Kælitækni

Pökkun og flutningar ehf.

Rafstjórn ehf.

Rafviðgerðir ehf.

Ragnar Páll Bjarnason

Ragnar W Hallbergsson

Reiðskóli Reykjavíkur

Rekstrarvörur

Reykjavíkurborg

Rut Jónsdóttir

S.Ó.S. Lagnir ehf.

Sigrún Jónsdóttir

Skjaldbaka ehf.

Steinn Halldórsson

Straumkul ehf.

Sveinn Jónatansson hrl.

Tannlæknastofa Elínar Wang

Tómas Kristinsson

Túnþökupjónustan ehf.

Valdimar Þ Valdimarsson

Würth á Íslandi ehf.

Z - brautir og gluggatjöld

Þór Hauksson

Kópavogur

Alhliða pípulagnir sf.

Arkís arkitektar ehf.

Bílaklæðningar hf.

Reykofninn ehf. - reykofninn.is

Suðurverk hf.

Zenus gluggatjöld

Garðabær

Geislatækni ehf. - Laser þjónustan

Selfoss

Ómar Hugi Egilsson



URÐOGGRJÓT

**DREGIÐ
27. DES**

Milljónla leikurinn

27 spilarar vinna heila milljón hver

Leikurinn er hafinn og hann hefur aldrei verið sætari!

Milljónaleikurinn hefur svo sannarlega fest sig í sessi sem jólahefð og í ár drögum við 27. desember. Þá fá 27 heppnir spilarar heila jólamilljón hver!

Þú kemst með í pottinn í hvert skipti sem þú kaupir 10 raðir í Lottó, Vikinglotto eða EuroJackpot til og með 27. desember. Að vanda fara okkar tryggu áskrifendur líka í pottinn í hverri viku en auðvelt er að tryggja sér áskrift á lotto.is. Má ekki bjóða þér að vera með? **Nánar á lotto.is**



**viking
lotto**

**EURO
JACKPOT**