

## Fréttatilkynning:

**Framfarir**, hollvinafélag millivegalengda og langhlaupara, útnefndi í dag hlaupara ársins 2010. Hlaupari ársins í kalaflokki var Kári Steinn Karlsson Breiðablik, hlaupari ársins í kvennaflokki var Rannveig Oddsdóttir Akureyri, efnilegasti hlauparinn var valinn Snorri Sigurðsson ÍR, mestu framfarir ársins sýndi Bjartmar Örnuson í UFA og hlaupahópur ársins var Hlaupahópur FH með Stein Jóhannsson í fararbroddi.

Nefndina skipuðu þeir Gunnar Páll Jóakimsson, Jón Sævar Þórðarson og Sigurður Pétur Sigmundsson en Framfarir hafa staðið fyrir þessu vali allt frá árinu 2003 eða frá því að **Framfarir** var stofnað. Eftirfarandi einstaklingar og hópar hafa hlotið þessar útnefningar síðan þá.

### 2003

*Framfarir ársins:* Gerður Rún Guðlaugsdóttir ÍR  
Björn Margeirsson FH

*Unglingur ársins:* Stefán Guðmundsson Breiðablik

### 2004

*Hlauparar ársins:* Íris Anna Skúladóttir Fjölni  
Björn Margeirsson FH

*Efnilegasti hlauparinn:* Íris Anna Skúladóttir Fjölni

*Mestu framfarirnar:* Kári Steinn Karlsson UMSS

*Hlaupahópur ársins:* ÍR skokk & Gunnar Páll Jóakimsson

### 2005

*Hlauparar ársins:* Íris Anna Skúladóttir Fjölni  
Björn Margeirsson FH

*Efnilegasti hlauparinn:* Kári Steinn Karlsson Breiðablik

*Mestu framfarirnar:* Stefán Guðmundsson Breiðablik

*Hlaupahópur ársins:* Skokkklúbbur Fjölnis & Erla Gunnarsdóttir

### 2006

*Hlauparar ársins:* Íris Anna Skúladóttir Fjölni  
Björn Margeirsson FH

*Efnilegasti hlauparinn:* Stefanía Hákonardóttir Fjölni

*Mestu framfarirnar:* Kári Steinn Karlsson Breiðablik

*Skokkklúbbur ársins:* Skokkklúbbur Sauðárkróks & Árni Stefánsson

### 2007

*Hlauparar ársins:* Fríða Rún Þórðardóttir ÍR  
Kári Steinn Karlsson Breiðablik

*Efnilegasti hlauparinn:* Stefanía Valdimarsdóttir Breiðablik

*Mestu framfarirnar:* Kári Steinn Karlsson Breiðablik

*Skokkari ársins:* Sigurbjörg Eðvarðsdóttir ÍR

*Hlaupahópur ársins:* Frískir Flóamenn & Pétur Ingi Frantzson

### 2008

*Hlauparar ársins:* Arndís Ýr Hafþórsdóttir Fjölnir  
Kári Steinn Karlsson Breiðablik

*Efnilegasti hlauparinn:* Chelsey Kristína Birgisdóttir ÍR

*Mestu framfarirnar:* Haraldur Magnússon FH  
*Hlaupahópur ársins:* Hlaupasamtök Lýðveldisins & Birgir Þ. Jóakimsson

## **2009**

*Hlauparar ársins:* Fríða Rún Þórðardóttir ÍR  
Kári Steinn Karlsson Breiðablik  
*Efnilegasti hlauparinn:* Björg Gunnarsdóttir ÍR  
*Mestu framfarirnar:* Ólafur Konráð Albertsson ÍR  
*Hlaupahópur ársins:* Riddarar Rósu, Hlaupahópur Ísafjarðar & Martha Ernstsóttir

## **2010**

*Hlauparar ársins:* Kári Steinn Karlsson Breiðablik  
Rannveig Oddsdóttir  
*Efnilegasti hlauparinn:* Snorri Sigurðsson ÍR  
*Mestu framfarirnar:* Bjartmar Örnuson UFA  
*Hlaupahópur ársins:* *Hlaupahópur FH & Steinn Jóhannsson*

Félagið veitir einnig viðurkenningar fyrir Íslandsmet í hlaupavegalengdum frá 800m og upp í heilt maraþon í karla- og kvennaflokki og hefur fjöldi slíkra viðurkenningar verið afhentur á undanförunum árum. **Framfarir** standa einnig fyrir árlegri fræðslu er lúta að þjálfun og árangri í lengri hlaupum, veita árlega æfingastyrki til handa lengri hlaupurum auk þess að standa fyrir víðavangshlaupaseríu á hverju hausti.

Fríða Rún Þórðardóttir

Formaður Framfara