



# **Afreksstefna Hnefaleikasambands Íslands 2020 - 2022**

*Samþykkt á ársþingi 3.október 2020*



## Inngangur

Á starfsárinu 2019 eru starfandi 7 hnefaleikafélög í 6 íþróttahéröðum. Iðkendur samkvæmt starfsskýrslum árið 2019 eru rúmlega 1400. Hnefaleikasambandið er ungt, var stofnað haustið 2015, og hefur farið mikil vinna í að búa til stöðugt bakland fyrir íþróttafólkið okkar.

Afreksstefna þessi er uppfærsla upphaflegrar stefnu er varð til á vormánuðum 2018 þegar vinnuhópur var stofnaður. Upphafleg afreksstefna var lögð fyrir ársþing 30.maí 2018 og samþykkt þar. Uppfærð afreksstefna verður lögð fyrir ársþing 2020 til samþykktar.

Stefnan nær til næstu tveggja ára, sem er hæfilegt þar sem við erum lítið samband sem hefur mikið rúm til að stækka og þróast.

Afreksstefnan gengur út á það að bæta árangur í íþróttinni hér á landi og vinna markvisst að því að nota þá reynslu til að færa okkur nær verðlaunum á stórmótum í framtíðinni. Unnið verður að því að bæta allt bakland fyrir íþróttafólk og þjálfara, auðveldara verður að skipuleggja alla þjálfun fram í tímann, vegna fyrirfram uppsettra dagatala og íþróttafólk veit að hverju það gengur bæði þjálfunarlega og fjárhagslega.

## Almenn þátttaka og hæfileikamótun

Hér á landi eru í boði tvö keppnisform hnefaleika, keppni í ólympískum hnefaleikum og diplómakeppni.

Keppni í ólympískum hnefaleikum er dæmd út frá lentum höggum, virkni keppenda og framferði. Á diplómamótum er eingöngu dæmt á tækni og framferði keppenda og föst högg eru bönnuð. Umgjörð diplómamóta er góð leið til þess að læra íþróttina í stjórnun, öruggu umhverfi. Í dag er umgjörð diplóma aðalform þjálfunar barna og unglinga hér á landi á meðan umgjörð ólympískra hnefaleika er aðallega stunduð af fullorðnum og ungmönnum. Samfella er frá diplóma og yfir í ólympíska hnefaleika. En alls ekki allir velja að færa sig yfir í seinni mótaumgjörðina.

Í dag eru hnefaleikar aðallega stundaðir á suðvesturhorninu og á Akureyri. Stefna HNÍ er að kynna hnefaleika, þá sér í lagi umgjörð diplómamóta, um allt land. Stefnt er á að halda opin námskeið á staðnum og bjóða upp á þjálfaranámskeið fyrir íþróttakennara og aðra sem sýna íþróttinni áhuga. Einnig verður útbúið bæði kynningarefni og kennsluefni sem auðvelt verður að dreifa. Ef vel tekst til þá verður hægt að halda landshlutamót seinna meir og þar með ýta undir frekari þátttöku. Mikilvægt verður að byggja upp grasrótina úti á landi meðal annars með því að útvega nauðsynlegan búnað fyrir þau bæjarfélög sem hafa áhuga.

Að sama skapi er áætlun um að auka og efla þátttöku stúlkna og kvenna í íþróttinni.

### *Mótahald í diplómahnefaleikum*

Í dag eru haldin diplómamót einu sinni í mánuði. Félag sem eru með virka diplómahnefaleika hjá sér skiptast á að halda mótin. Diplómanefnd sér um að skipuleggja mótin og manna dómara og félagin útvega starfsfólk og umgjörð. Þessi umgjörð hefur reynst vel hingað til en verið er að þróa frekari mótagerðir eftir því sem fleiri krakkar ná ofar á getuskalanum. Upphafleg hugmynd diplómaumgjarðarinnar er að búa til öruggt umhverfi fyrir einstaklinga til að æfa tækni og leikskilning. Í ljós hefur komið að ekki allir vilja færa sig yfir í umgjörð ólympískra móta eftir útskrift úr diplóma. Það gefur okkur einstakt tækifæri til þess að gera meira úr þessum hluta íþróttarinnar. Að gera diplómahnefaleika aðgengilega fyrir fólk á öllum aldri og getustigum.



### *Mótahald í ólympískum hnefaleikum*

Lengi vel voru eingöngu fá mót á ári sem iðkendur gátu keppt á. Við stofnun Hnefaleikasambandsins var komið skipulagi á mótamál og stofnuð mótanefnd. Félögum var gert að halda að lágmarki eitt mót hvert keppnistímabil og farið var af stað með byrjendamót til að vinna gegn miklum getumun sem hafði myndast milli nýrra og reyndari keppenda og þar með tregðu við að fara í hringinn. Með þessu hefur nýliðun í íþróttinni margfaldast og getumunur hefur minnkað. Þetta gerir það að verkum að þátttaka á Íslandsmeistaramóti hefur aukist og fleiri keppendur fara á félagamót erlendis og standa sig betur.

Stefnan er að koma á fót bikarmótum til að auka þátttöku enn frekar og skapa betri samtengingu og virkni yfir keppnistímabilið.

### *Dómarar*

Markmið HNÍ er að nægt framboð sé af dómurum bæði á landsstigi og alþjóðlegu stigi.

Til þess að öðlast réttindi til að dæma sem stigadómari á innanlandsmótum þarf einstaklingur að hafa setið og staðist dómaranámskeið HNÍ ásamt því að sitja ákveðinn fjölda móta sem aðstoðardómari. Til þess að öðlast réttindi til að vera hringdómari þarf einstaklingur að hafa dæmt ákveðinn fjölda viðureigna sem stigadómari ásamt því að hafa setið dómaranámskeið í endurmenntun með áherslu á hringdómara. Þessa menntun er að fullu hægt að vinna sér inn hér á landi í gegnum HNÍ og þurfa allir dómarar að sækja sér endurmenntun á þriggja ára fresti. Námskeið í alþjóðlegum réttindum dómara, AIBA 1\*star, 2\*star og 3\*star, mun HNÍ í samvinnu við dómara senda þá á eftir því sem reynsla og geta dómara eykst.

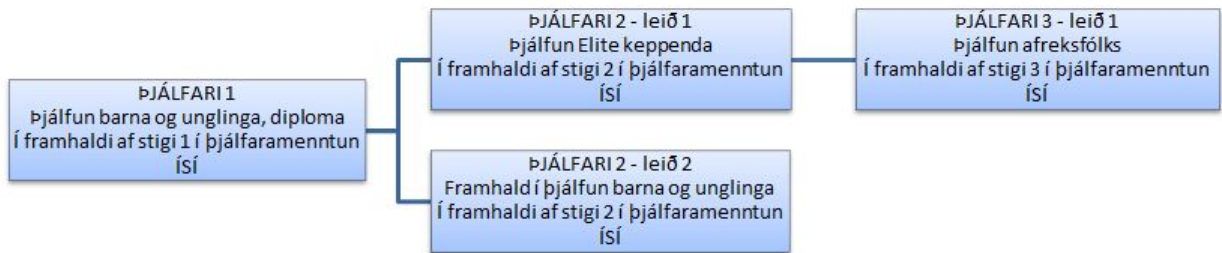
Í dag býr sambandið að 11 virkum stigadómurum og af þeim eru 3 einnig hringdómarar. Af hringdómurum hafa nú þegar 3 einstaklingar haft getu og reynslu til að taka AIBA 1\*star alþjóðaréttindin í allt að fjögur ár. En mikil aðsókn er í AIBA 1\*star réttindin á alþjóðavísu og námskeiðin fá og takmörkuð og hefur því reynst mjög erfitt að koma þeim inn á þau.

Lagt er upp með að á næstu tveimur árum nái a.m.k. tveir dómarar á okkar vegum AIBA 1\*star alþjóðlegri dómargráðu. Haft hefur verið samband við nokkur af Norðurlöndunum og hafa þau samþykkt að gera ráð fyrir íslenskum dómurum ef þau taka sig saman og halda námskeið. Langtímamarkmið fyrir dómara er að eiga fimm alþjóðavottaða dómara, AIBA 1\*star 2\* eða 3\*star, er geta dæmt alþjóðleg mót.

Skipulagning og vinna í dómaramálum HNÍ er unnin af dómaranefnd í samstarfi við skrifstofu HNÍ.

### *Fræðslumál*

Þjálfaramenntun HNÍ verður byggð upp á eftirfarandi hátt;



Í framhaldi af þjálfara 3 - leið 1 er í boði fyrir þjálfara að sækja AIBA stjórnun þjálfaranámskeið (1-3\*) hjá alþjóðahnefaleikasambandinu. Þessar stjórnur eru nauðsynlegar fyrir þjálfara sem vilja fylgja keppendum sínum á stærri alþjóðleg mót. Í framhaldi af þjálfara 2 - leið 2 er í boði fyrir þjálfara að sækja erlend námskeið er auka geta þekkingu þeirra á þjálfun barna og unglínga.

Í dag erum við með 9 þjálfara með AIBA 1\*star þjálfaramenntun. Hér er þó engin samtenging, því margir þeirra hafa ekki lokið fyrri námskeiðum. Þess vegna er brýn þörf á að koma á legg samtengdri menntun til að tryggja sem mest gæði. Einnig erum við með þó nokkra þjálfara sem hafa lokið ÍSí hluta þjálfaranámskeiða á stigum 1 og 2, en þá vantar sérgreinahlutann.

Langtímamarkmið er að innan 3 ára þurfi allir hnefaleikabjálfarar að hafa menntun til að mega starfa sem þjálfarar hér á landi. Einnig er markmið að sem flestir yfirþjálfarar hjá félögum hér á landi hafi lokið allri samfelldri menntun hér á landi sem og að lágmarki einni stjórnun hjá AIBA.

Fræðslunefnd ásamt skrifstofu HNÍ vinnur að fræðslumálum.

### Kröfur

Lágmörk verða sett sem þarf að ná til þess að komast í afrekshópin. Auk þess verður tekið mið af árangri í keppni, heilsufari, aldri, ástundun, hugarfari og skipulagi frá íþróttamanni og þjálfara þegar einstaklingar verða valdir í hópinn. Landsliðsþjálfari í samstarfi við landsliðsnefnd hafa ákvörðunarvald í þessum efnum.

Þannig verða lágmörkin aldurstengd fyrir unglínga og ungmenni, en fyrir elite keppendur verða einnig sett ákveðin lágmörk. Svo þegar kemur að mismunandi þrepum afrekshópsins verður að auki farið eftir huglægum gildum til jafns á við mælanlegan árangur.

Til að byrja með verður áherslan aðeins önnur fyrir unglínga (15-16 ára) og ungmenni (17-18 ára). Verður þar minna unnið með afrek og meira með alhliða uppbyggingu íþróttamansins.

Allir þátttakendur í afrekshópum skuldbinda sig til að taka þátt í verkefnum HNÍ bæði innan lands og utan eftir því sem líkamleg og fjárhagsleg geta leyfir.



## Afreksíþróttafólk

### Afrekshópur HNÍ

Afrekshópur HNÍ er starfandi til að undirbúa afreksfólk undir þátttöku á alþjóðlegum mótum, þar með talið ÓL, HM, EM og NM. Markmiðið er að koma sem flestum einstaklingum á verðlaunapall á opnum stórmótum, alþjóðlegum meistaramótum, NM, EM og að lokum HM og ÓL. Afrekshópnum er skipt upp í þrjá mismunandi flokka eftir árangri síðustu þriggja ára, A, B og C.

*Flokkur A:* Einstaklingar sem eru í fremstu röð á alþjóðavísu. Komast inn á lokakeppni Ólympíuleikanna, HM eða EM. Í flokki A getur aðeins verið einn einstaklingur í hverjum aldurs- og þyngdarflokki.

*Flokkur B:* Einstaklingar sem eiga góðan möguleika á að ná inn á lokakeppni Ólympíuleikanna, HM eða EM. Einnig þeir einstaklingar sem hafa náð sigri í úrslitum á millisterkum alþjóðlegum meistara- eða AIBA mótum, þar á meðal NM. Í flokki B getur aðeins verið einn einstaklingur í hverjum aldurs- og þyngdarflokki.

*Flokkur C:* Þeir einstaklingar sem eiga góða möguleika á að ná góðum árangri á NM eða á millisterkum AIBA mótum. Einnig efnilegir einstaklingar sem eru ennþá undir 19 ára en hafa náð góðum árangri í hnefaleikum innanlands og eru mjög virkir í keppnum sem og einstaklingar í fjölmönnum þyngdarflokkum. Í flokki C geta verið fleiri en einn einstaklingur í hverjum aldurs- og þyngdarflokki.

### Afrek

Afrek telst að komast í úrslit á sterkustu opnu alþjóðamótunum, svo sem Boxam, Tammer og öðrum sterkum mótum innan Evrópu, 1. sæti á millisterkum mótum, þar með talið Norðurlandamóti, efsta fjórðung á Evrópumeistaramótum og Heimsmeistaramótum, eða komast á lokakeppni Ólympíuleikanna, hvort sem um er að ræða elite eða unglinga og ungmennamót.

### Afrekshópur

Haldið verður úti afrekshópi er æfir saman einu sinni til tvisvar í mánuði. Landsliðsþjálfari ásamt landsliðsnefnd velja í hópinn í samráði við mótanefnd HNÍ. Í hópinn er valið upprennandi íþróttafólk sem og þau sem nú þegar hafa sannað sig.

### Landsliðsverkefni

Þar sem landslið Íslands í hnefaleikum er enn ungt þá verður lögð mest áhersla á milli sterk mót innan Evrópu svo sem Norðurlandamótið, Boxam, Tammer og önnur sterk mót innan Evrópu. Einnig verður reynt að greiða leið bestu einstaklinganna til að komast inn á lokakeppni EM.

### Landsliðsval

Valdir verða landsliðshópar samkvæmt flokkaskiptingu fyrir ákveðin verkefni.



### *Æfingabúðir*

Landsliðsnefnd og -þjálfari munu skipuleggja ferðir í æfingabúðir erlendis sem og skipuleggja að lágmarki einar innlendar æfingabúðir hvert ár.

Tilgangur æfingabúða er margþættur. Meðal annars kemur þar saman íþróttafólk með svipuð markmið, kynnast og mynda liðsheild. Þær auka á samvinnu iðkenda og þjálfara. Þar myndast tækifæri til þroska, aukinnar getu og færni sem og fyrir aukna þekkingu með fyrirlestrum, prófunum og uppákomum.

### **Landsliðsnefnd**

Þriggja manna landsliðsnefnd verður skipuð af stjórn HNÍ, sem verður með yfirumsjón með að vinna að og viðhalda afreksstefnunni og því sem að henni fylgir.

Verksvið landsliðsnefndar verður eftirfarandi:

- Sjá um stefnumótun afreksstarfsins til framtíðar.
- Sjá um umsóknir í Afrekssjóð og aðra sjóði í samvinnu við stjórn HNÍ.
- Aðstoða landsliðsþjálfara í skipulagningu æfinga- og keppnisferða.
- Aðstoða við val í afrekshópa og landslið.
- Vera tengiliðir milli íþróttafólks og fjölmiðla.
- Koma að útbreiðslu og kynningu á íþróttinni á vegum HNÍ.

### **Landsliðsþjálfari**

Stefnt er að því að ráða landsliðsþjálfara í valin verkefni fyrir afrekshópin. Hann mun hafa umsjón með afreksstefnunni í samráði við landsliðsnefnd, samkvæmt starfssamningi sem stjórn HNÍ gerir við hann.

Verksvið landsliðsþjálfara verður eftirfarandi:

- Hafa yfirumsjón með afrekshópum og landsliði.
- Velja í hópana og landslið í samráði við landsliðsnefnd að fenginni ráðgjöf mótanefndar HNÍ.
- Vinna í samstarfi við félagsþjálfarana.
- Hafa eftirlit með að undirbúningur landsliða og einstaklinganna í keppnisferðir á vegum HNÍ séu í lagi.
- Hafa eftirlit með að þjálfunarmál og aðstöðumál einstaklinga allra hópa séu í lagi.
- Skipuleggja æfinga- og keppnisferðir í samráði við félagsþjálfara, félögin og íþróttafólkið.
- Skipuleggja æfingabúðir innanlands í samráði við landsliðsnefnd.
- Sjái til þess að íþróttafólk fái og nýti sér þau fagteymi sem í boði eru.
- Vera milligöngumaður milli íþróttafólks og landsliðsnefndar og stjórnar HNÍ.

Landsliðsþjálfari þarf að hafa staðgóða þekkingu á hnefaleikum með keppni í huga. Hann þarf að hafa lokið þjálfaranámi ÍSÍ eða sambærilegri menntun. Þjálfari er hvattur til að afla sér aukinnar þekkingar í íþróttinni sem og öðrum þáttum afreksíþróttar.



Í dag eru félagsþjálfarar staðgenglar landsliðsþjálfara og fylgja sínum keppendum á mót erlendis. Til þess að bæta þekkingu félagsþjálfara mun vera lögð vinna í að mennta þá betur og auka á reynslu þeirra. Í dag gegnir landsliðsnefnd, starfsmaður afreksmála og félagþjálfarar hlutverkum landsliðsþjálfara.

## Aðstaða

HNÍ býr ekki að neinni aðstöðu, annarri en skrifstofu í höfuðstöðvum ÍSÍ. Ekki er til eiginlegur þjóðarleikvangur og sambandið býr ekki að æfingaaðstöðu. Íþróttina er hægt að stunda við mjög einföld skilyrði, en í keppni er þörf á hnefaleikahring er uppfyllir alþjóðlega staðla. Árið 2019 fjárfesti HNÍ í hnefaleikahring sem uppfyllir öll þau skilyrði. Hringinn er hægt að setja upp í hvaða húsnæði sem er með nægilegri lofthæð. Því munu næstu stóru mót HNÍ vera haldin í fullnægjandi aðstöðu til þess háttar móta. Í dag eru einnig tveir samþykktir hringir í eigu aðildarfélaga okkar. HNÍ hefur leitað til þeirra við æfingar og mótahald ef ekki hefur reynst svara kostnaði að setja upp hring HNÍ.

## Stoðþjónusta

Í dag er eingöngu að finna lækna innan fasts fagteymis sambandsins.

Eins og staðan er í dag þá er keppendum skylt að fara í árlega læknisskoðun til þess að fá samþykktu þátttökubók. Einnig er læknir staðsettur á öllum ólympískum mótum innan vébanda HNÍ og þar eru keppendur skoðaðir áður en leikur hefst og eftir leik ef þess telst þörf. Í býgerð er aukin samvinna við lækna og er langtíma markmið að eiga AIBA alþjóðlega vottaða lækna innan sambandsins. Einn læknir á okkar vegum hefur setið námskeið í Oslo tilætlað læknum við hringinn.

Sambandið mun aðstoða keppendur við að útvega sjúkráþjálfara, nuddara eða íþróttasálfræðinga eftir því sem við á og hefur verið að byggja upp sambönd til þess að auðvelda aðgengi að fagfólki sé þess þörf.

## Fjármögnun

Landsliðsverkefni eru í dag fjármögnuð með Lottó tekjum og með öðrum tekjum Hnefaleikasambandsins. Einnig greiða keppendur og/eða félög þeirra hluta kostnaðar við hverja ferð ef þess gerist þörf. Markmiðið er að afreksstyrkir frá Afrekssjóði ÍSÍ og styrkir frá styrktaraðilum bætist þar í. Langtímamarkmið er að Hnefaleikasambandið sjái alfarið um kostnað vegna keppnisferða og æfingabúða þeirra sem eru í afrekshópum, sem og dómara sem fara erlendis að dæma á okkar vegum.

Árin 2020 og 2021 er lagt upp með að senda keppendur á Norðurlandamót, á a.m.k. 2 AIBA vottuð mót og valdar æfingabúðir sem sambandið fær boð á frá samböndum í Evrópu. Einnig mun sambandið standa að æfingabúðum innanlands fyrir afrekshópa að lágmarki einu sinni hvert ár. Lagt er upp með að á næstu tveimur árum nái a.m.k. tveir dómara á okkar vegum AIBA 1\*star alþjóðlegri dómaraáráðu.





Full fjárhagsáætlun fyrir afreksstarfið verður unnin þegar afreksstyrktarsamningur liggur fyrir. Áætlun um kostnað afreksstarfsins gerir ráð fyrir milli tæplega 3 og 4 millj. kr. veltu hvert ár næstu 2 ár. Kostnaður verkefna staðgengla landsliðsþjálfara verður milli 0,3 og 0,5 millj. kr. Árlegur kostnaður við keppnisferðir, æfingabúðir innanlands og utan og sérfræðipjónustu er áætlaður milli 2,2 og 3,2 millj.kr. Árlegur kostnaður vegna ferða, námskeiða og móta erlendis hjá dómurum er áætlaður 0,3 millj.kr. Gróf kostnaðaráætlun fylgir stefnunni.

Fylgst verður með því að útgjöld fari aldrei fram úr tekjum sem búið er að tryggja hverju sinni. Langtímamarkmið eru að hafa starfandi afreksstjóra og landsliðsþjálfara og geta stutt betur við bakið á okkar afreksfólki bæði fjárhagslega og með því að byggja því betra bakland. Langtímamarkmið fyrir dómara er að eiga fimm alþjóðavottaða dómara, AIBA 1\*star 2\* eða 3\*star, er geta dæmt alþjóðleg mót.

### **Aðilar og ábyrgð**

Stjórn HNÍ hefur alla umsjón með og ber alla ábyrgð á afreksstefnu sambandsins. Beinir aðilar að afreksstefnunni eru: Stjórn HNÍ, landsliðsnefnd, landsliðsþjálfari, sérþjálfarar, hnefaleikafélögin og keppendur. HNÍ hefur yfirumsjón með allri fjáröflun og úthlutun afreksstyrkja. Stjórn HNÍ getur falið undirnefndum á vegum stjórnar og félögum að annast framkvæmd einstakra þátta afreksstefnunnar. HNÍ skal kynna keppendum hlutverk þeirra, skyldur og væntingar sem gerðar eru til þeirra sem valdir eru í afrekshóp og/eða landslið sambandsins. HNÍ skal vinna að því að virkja það fólk sem kemur að afreksstefnunni, til að vinna jafnframt með hóp ungs og upprennandi afreksfólks.



Fjárhagsáætlun verkefna afreksstefnu árin 2020-2022									
					Kostnaður				
	Fj þátttak.	Þjálf/starfsm.	Dómarar	Gistinætur	Áætlun			Greitt af keppendum	
<b>Verkefni 2020</b>									
NM 2020 cancelað									
Boxam opið AIBA mót á Spáni	4	3	2	9	900 þús			210	
Tammer opið AIBA mót í Finnlandi	2	1		5	300 þús			105	
Æfingabúðir fyrir keppnislið á Íslandi					600 þús			500	
EM Youth	1	2		5	400 þús			70	
Womens Winter box cup	2	2	1	3	350 þús			105	
Kostnaður v þjálfara í verkefnum					300 þús				
AIBA 1*star dómaranámskeið			2	5	200 þús				
<b>Áætlaður heildarkostnaður fyrir 2020</b>					<b>3,050 þús</b>			<b>990</b>	
<b>Verkefni 2021</b>									
NM hér - kostnaður v okkar þátttakenda	12	3	2	3	459 þús			120	
Boxam opið AIBA mót á Spáni	4	3		9	800 þús			210	
Tammer opið AIBA mót í Finnlandi	2	1		3	300 þús			105	
Æfingabúðir fyrir keppnislið á Íslandi				2	600 þús			500	
Kostnaður v þjálfara í verkefnum					300 þús				
AIBA 1*star dómaranámskeið			2	5	200 þús				
<b>Áætlaður heildarkostnaður fyrir 2021</b>					<b>2,659 þús</b>			<b>935</b>	
<b>Verkefni 2022</b>									
Norðurlandameistaramót í Svíþjóð	7	5	2	3	1,400 þús			350	
Boxam opið AIBA mót á Spáni	4	3	2	9	900 þús			210	
Tammer opið AIBA mót í Finnlandi	2	1		3	300 þús			105	
Æfingabúðir fyrir keppnislið á Íslandi					600 þús			500	
AIBA 1*star dómaranámskeið			2	5	200 þús				
Kostnaður v þjálfara í verkefnum					500 þús				
<b>Áætlaður heildarkostnaður fyrir 2022</b>					<b>3,900 þús</b>			<b>1,165</b>	