

UMFÍ



MÓTASKRÁ
UNGLINGA
LANDSMÓT
UMFÍ

BORGARNES
1-4. ÁGÚST



ALLT UM MÓTIÐ
UMFI.IS

GRÍPTU GULLIÐ



NÝTT!

HVÍLD ER KRAFTUR

ÍSLENSKA
SVEITIN OG SS

FYRIR ÞIG



Fjölskyldurnar á Helgavatni
eru hluti þeirra 900 bænda sem eiga SS.

Þau sinna bústörfum í sátt við náttúruna
og lágmarka áburðarnotkun í þágu umhverfisins.

Með alúð og natni tryggja þau gæði
sem skila sér alla leið á diskinn þinn.

Gæði alla leið

Í SÁTT VIÐ NÁTTÚRUNA

EFNISYFIRLIT

Ungmennafélagskveðja	6	Frjálssar íþróttir/glíma/golf	24
Velcomin í Borgarnes og Borgarfjörð ...	8	Grasblak/grashandbolti/hestaíþróttir..	26
Landsmótshefð í Borgarfirði	10	Hjólreiðar/knattsp./kökuskreytingar...	28
Framkvæmdanefnd	12	Körfubolti/pílukast	30
Dagskrá mótsins	14	Skák/stafsetning/sund/upplestur.....	32
Kort af mótssvæðinu.....	20	Algengar spurningar	36
Keppnisgreinar	22	Ungmennasamband Borgarfjarðar	44
Badminton/bogfimi/borðtennis	22	Afþreying og skemmtun	45

AÐALSTYRK TARÆDILAR UNGLINGALANDSMÓTS UMFÍ 2024

nettó

 Arion banki











UM MÓTSBLAÐIÐ

Útgefandi og mótshaldari: Ungmennafélag Íslands – UMFÍ, Engjavegi 6, 104 Reykjavík, s. 568 2929. Ábyrgðarmaður: Jóhann Steinar Ingimundarson. Ritstjóri: Jón Aðalsteinn Bergsveinsson. Umbrot/útlit: Indígó. Ljósmyndir: Gunnar Gunnarsson, Hafsteinn Snær Þorsteinsson, Hulda Margrét, Tjörvi Týr Gíslason, Davíð Þór Friðjónsson, Davíð Már Sigurðsson, Jón Aðalsteinn Bergsveinsson o.fl. Prentun: Pixel.



Allar nánari upplýsingar um Unglingalandsmót UMFÍ er að finna á umfi.is. Þú getur líka skannað QR-kóðann hér til hliðar og fylgst með nýjustu fréttum, mögulegri breytingu á dagskrá og mörgu fleiru.




LÁTTU ÞÉR LÍÐA VEL

KJARNAÐU ÞIG Í KRAUMA



KRAUMA

+354 555 6066 / krauma@krauma.is / Deildartunguhver / 320 Reykholt

  [@kraumageothermal](https://www.instagram.com/kraumageothermal)

KÆRU LANDSMÓTSGESTIR

Góðar minningar verða til á Unglingalandsmóti UMFÍ

Fyrsta Unglingalandsmótið mitt var árið 1995. Við fjölskyldan brunuðum frá Borgarnesi til Blönduóss og þar vildi ég keppa í öllu mögulegu. Allar sundgreinar voru eftar á blaði. Á eftir fylgdu flestar greinarnar í frjálsum íþróttum. Því þvældumst við á milli Blönduóss, þar sem frjálssar voru og Hvammstanga, þar sem sundið var.

Ég man að miðað við árstíma var mjög kalt og því klæddu flestir keppendur sig í Kraftgalla á milli greina til að halda á sér hita.

Slysin gera auðvitað aldrei boð á undan sér og mótið á Blönduósi var engin undantekning. Ég lenti í því að fá kúlu úr kúluvarpi í hnéð og nýju strigaskórnir mínir týndust. Þrátt fyrir það var ég svo glöð. Gleðin skýrðist af því að ég var á yngsta ári. Það þýddi að ég gæti mætt aftur á Unglingalandsmót. Þau voru á þessum tíma aðeins fyrir 11–14 ára og haldin á þriggja ára fresti. Það næsta var haldið í Reykjavík árið 1998 og ég mætti galvösk í Grafarvoginn í rútu sem þurfti að þræða Hvalfjörðinn til að komast í bæinn. Þetta var sennilega með síðustu langferðum í höfuðborginar því um viku síðar eða tveimur voru göngin

opnuð og þá styttist leiðin töluvert. Skýrasta minning mín af mótinu er sú þegar við bestu vinkonurnar gistum saman í skólastofu hver með sinn ferðageislaspilara og hlustuðum á nýja geisladiskinn með Skítamóral.

Þegar ég heyri „Farin“ og önnur lög af plötu Skítamóral spiluð í útvarpi þá verður mér í hvert sinn hugsað aftur til okkar stelpnanna í skólastofunni á Unglingalandsmóti UMFÍ árið 1998. Minningar geta verið svo magnaðar. Við minnsta áreiti munum við eftir löngu liðnum atburðum, lykt, bragði, tónlist og mörgu því sem kallar fram tilfinningar. Unglingalandsmót UMFÍ snýst um nákvæmlega þetta. Það skapar minningar hjá þátttakendum og fjölskyldum þeirra.

Ég vona svo sannarlega að þær minningar sem munu lifa með ykkur á næstu árum verði upplifun af Unglingalandsmóti UMFÍ í Borgarnesi nú um verslunarmannahelgina.

Kæru keppendur, þjálfarar, fjölskyldur, aðstandendur og allir sjálfbóðaliðarnir sem standa vaktina um helgina, ég óska ykkur góðrar skemmtunar.



*Hallbera Eiríksdóttir
er úr Borgarnesi og
situr í stjórn UMFÍ.*



8

**Besta bankaappið
áttu ár í röð!**



Samkvæmt Maskínu 2024

GEFUM HVERT ÖÐRU TÍMA

Velkomin í Borgarnes og Borgarbyggð

Við höfum beðið eftir ykkur og hlakkað til. Borgarnes er bær við þjóðveginn, á krossgötum landshluta. Í Borgarnesi mætast leiðirnar norður, suður og vestur. Við erum fjölbreytt samfélag, dreifbýli í jaðri höfuðborgarsvæðisins, skóla- og iðnaðarsamfélag. Nýir Borgnesingar bera með sér ferskan blæ og sköpunarkraft inn í gott samfélag. Sem dæmi um andvarann þá fagnaði fjöldi manns fjölbreytileikanum í Borgarnesi, á Brákarhátíð og hátíð Hinsegin Vesturlands fyrir mánuði. Hér er svo sannarlega allt að gerast. Mikil uppbygging er víða í bænum, framkvæmdum nýlokið eða þær handan við hornið. Það á sem dæmi við um frekari uppbyggingu íþróttamannvirkja.

Við hlökkum til að taka á móti gestum Unglingalandsmóts UMFÍ. Ég krossa fingur og vona að veðurguðirnir verði með okkur í liði. En hvernig sem viðrar er ég sannfærður um að þið munnið eiga góðar og gefandi stundir í Borgarnesi.

Borgarnes er nefnilega íþróttabær. Í ellefu aldir hefur Borgarnes verið vettvangur íþróttta. Hér tókust á feðgarnir Skallagrímur og Egill. Hvorugur þoldi að

tapa, þessir tapsárustu menn Íslands-sögunnar. Skyldu aðra eftir í sárum. Eins og gerist þegar kappið hefur algjörlega yfirtekið forsjálnina.

Sumarið er tíminn. Grasið, hlaupa-brautin, salurinn, malbikið, netið. Sveitt í sólinni eða blaut í rigningunni. Við tökumst á og gleymum okkur í leiknum – keppninni. Sigrum, töpum og allt þar á milli. Ekki aðalatriði – ekki frekar en þið viljið. Tökum þátt, prófum nýjar greinar og eignumst nýja vini – segjum já við lífinu. Á unglíngalandsmóti safna sumir medalíum en öll söfnum við minningum.

Á Unglíngalandsmóti UMFÍ kemur ungt fólk saman, fjölskyldur og vinir. Ég vona að þið talið við hvert annað, hlustið og horfið í augu hvers annars, hlæið og brosið. Það er fátt mikilvægara á okkar tímum. Gefum hvert öðru tíma.

Ég þakka Ungmennafélagi Íslands og Ungmennasambandi Borgarfjarðar fyrir frábært samstarf. Loks eru það sjálfbóðaliðarnir sem virkilega láta hlutina gerast, ómetanleg öllsöm.

*Stefán Broddi Guðjónsson,
sveitarstjóri
Borgarbyggðar*



Endurgreiðslur í 30 ár



Á hverju ári fá þúsundir tjónlausra viðskiptavina Sjóvá Stofnendurgreiðslu. Þannig hefur það verið í 30 ár.

Sjóvá | Kringlunni 5 | 440 2000 | sjova@sjova.is

SJÓVÁ

ÖFLUGIR SJÁLFBÓÐALIÐAR

Landsmótshefð í Borgarfirði

Löng hefð er fyrir mótahaldi hjá okkur hér í Borgarfirði og kannast margir ungmennafélagar innan UMSB við flest þau verk sem inna þarf af hendi.

Fyrsta mótið fór hér fram á Hvítárbakka árið 1913. Þrjátíu árum síðar fór 5. Landsmót UMFÍ fram á Hvanneyri. Árið 1975 sáu Borgfirðingar um 15. Landsmót UMFÍ. Í fyrstu stóð til að halda það á Varmalandi og Húsafelli og jafnvel víðar í héraðinu. Að lokum var niðurstaðan sú að flytja það á Akranes og halda það með Umf. Skipaskaga.

22. Landsmót UMFÍ var haldið í Borgarnesi 1997. Það var umfangsmesta verkefni sem sjálfbóðaliðar á vegum UMSB höfðu ráðist í. Undirbúningur mótsins hófst þremur árum fyrr og í aðdraganda þess var búinn til fullkominn frjálsíþrótt- og fótboltavöllur ásamt því að ráðist var í byggingu myndarlegrar sundlaugar. Þessi frábæra aðstaða nýttist vel þegar 13. Unglingalandsmót UMFÍ var haldið 2010 – og auðvitað aftur nú. Metþáttaka var á mótinu, keppendur 1.650 talsins og mótsgestir yfir 10.000. Sex árum síðar héldum við Unglingalandsmót á nýjan leik. Mótið fór fram í blíðskaparveðri um verslunarmannahelgina 2016 og tókst mjög vel.

Landsmót UMFÍ 50+ í Borgarnesi sumarið 2022



var fyrsti viðburður UMFÍ eftir heimsfaraldurinn. Þar gafst gott tækifæri til að gaumgæfa breytingar á þátttöku fólks í fjölmönnum viðburðum eftir faraldurinn.

Ljóst er að innan raða UMSB er gríðarleg reynsla af mótahaldi. Við fundum það vel í aðdraganda Unglingalandsmótsins hversu mikið gildi það hefur fyrir Borgfirðinga að fá mótin heim í hérað. Við erum með öfluga sjálfbóðaliða sem unnið hafa ómetanlegt starf fyrir UMSB í gegnum tíðina og eru hokin af reynslu. Það hefur komið hvað skýrast í ljós við undirbúning mótsins. Ómetanleg verðmæti felast í þeim mannaúði, í því að hafa slíkan hóp sjálfbóðaliða innan sinna raða. Þess vegna brýni ég fyrir öllum félögum um allt land að hlúa vel að sjálfbóðaliðum á sínu svæði.

Við erum spennt og full tilhlökkunar hér í Borgarbyggð að taka á móti þátttakendum og mótsgestum hvaðanæva að af landinu. Unglingalandsmót UMFÍ er framlag til forvarna, ekki síst sú samvera foreldra, forráðafólks, vina og systkina sem einkennir mótið. Samvera undir heilbrigðum formerkjum er besta forvörnin. Það er leiðarljós þurfum að standa vörð um.

Við hjá UMSB óskum öllum mótsgestum góðrar helgar.

*Guðrún Hildur Þórðardóttir,
sambandsstjóri UMSB*

Tilboð á UMFÍ

2. - 4. ágúst



Santa Rosa Sumarborgari,
franskar, Coca Cola
og Twix

1.995 kr.



Við erum á Olís



MÓTSHALDARAR 2024

UMFÍ



FRAMKVÆMDANEFND

Guðrún Hildur Þórðardóttir, sambandsstjóri UMSB, formaður, Ragnheiður Högnadóttir og Raket Másdóttir, fyrir hönd UMFÍ, Sigurbjörg Þórunn Marteinsdóttir, ritari, Sigríður Guðbjörg Bjarnadóttir, gjaldkeri, Guðríður Hlíf og Raket Guðjónsdóttir, keppnisstjórnar, Ernir Daði Arnberg Sigurðsson og Kristján Guðmundsson, afþreyingastjórnar, Sæunn Ósk Kjartansdóttir og Heiðar Örn Jónsson, tjaldbúða- og öryggisstjórnar, Gunnar Örn Kárason, veitingastjóri, Sóley Baldursdóttir og Ámundi Sigurðsson, svæðisstjórnar og Bjarney Lárudóttir Bjarnadóttir framkvæmdastjóri UMSB. Ómar Bragi Stefánsson, framkvæmdastjóri mótsins, og Silja Úlfarsdóttir, verkefnastjóri.

BORGARVERK

**Vegagerð – Klæðingar – Sementsfestun
Grunnar – Gatnagerð – Lagnavinna
Jarðvinna – Vélaflutningar
Efnisflutningar**

Sími 430-0300 | borgarverk@borgarverk.is

Borgarbraut 57 – Borgarnes | Víkurheiði 6 – Selfoss | Faxabraut 9 - Akranesi



DAGSKRÁ MÓTSINS - EITTHVAÐ FYRIR ÖLL Í FJÖLSKYLDUNNI

Dagskrá Unglingalandsmótsins er afar fjölbreytt. Alls eru 18 keppnisgreinar í boði auk ýmiss konar afþreyingar og skemmtunar fyrir alla fjölskylduna. Hér er að finna dagskrá keppnisgreina, afþreyingar og skemmtunar fyrir alla daga mótsins.

Dagskráin er birt með fyrirvara um breytingar. *

Dagskrá mótsins: <https://www.umfi.is/vidburdir/unglingalandsmot/dagskra/>

FIMMTUDAGUR 1. ÁGÚST

TÍMI	VIÐBURÐUR	FYRIR HVERJA	STAÐSETNING
15:00–23:00	Móttaka og skráning þátttakenda	Öll velkomin	Menntaskóli
15:00–23:00	Mótsstjórn	Öll velkomin	Grunnskóli
16:00–22:00	Veitingasala	Öll velkomin	Hamarsvöllur
17:00–22:00	Golf	Keppni	Hamarsvöllur
18:00–19:00	Fjölskylduskokk – engin tímataka	Öll velkomin	Frá skemmtitjaldi á tjaldsvæði
18:00–23:00	Veitingasala	Öll velkomin	Tjaldsvæði
21:00–23:00	Tónleikar: DJ Ísak & Ernir	Öll velkomin	Skemmtitjald á tjaldsvæði



* Þú getur fylgst með dagskrá mótsins hér eins og hún lítur út á [umfi.is](https://www.umfi.is). Ef breyting verður á dagskránni þá missirðu ekki af neinu ef þú fylgist með netútgáfunni. Við munum líka segja frá öllum breytingum í skilaboðum til þín á Sportabler og eftir öllum mögulegum leiðum.



NORÐJENSKA



EYJA- OG MIKLAHOLTSHREPPUR



Eymundsson

FÖSTUDAGUR 2. ÁGÚST

TÍMI	VIÐBURÐUR	FYRIR HVERJA	STAÐSETNING
08:00–18:00	Móttaka og skráning þátttakenda	Öll velkomin	Menntaskóli
08:00–18:00	Mótsstjórn	Öll velkomin	Grunnskóli
09:00–12:00	Körfubolti 15–16/17–18 ára	Keppni	Íþróttahús
09:00–12:00	Grashandbolti 13–14 ára	Keppni	Íþróttasvæði
09:00–12:00	Frjálsar íþróttir 11 - 12 ára	Keppni	Íþróttasvæði
09:00–17:00	Veitingasala	Öll velkomin	Íþróttasvæði
10:00–11:30	Fótboltafjör 8–10 ára barna	Öll velkomin	Gervigrasvöllur við Grunnskóla
10:00–17:00	Veitingasala	Öll velkomin	Grunnskóli
11:00–17:00	Opinn frísbíggjövöllur	Öll velkomin	Hvanneyri
12:00–15:00	Körfubolti 11–12 ára	Keppni	Íþróttahús
12:00–15:00	Grashandbolti 15–16 ára og 17–18 ára	Keppni	Íþróttasvæði
12:00–16:00	Bogfimi	Keppni	Menntaskóli
12:00–18:00	Pílukast	Keppni	Grillhúsið
12:30–18:00	Frjálsar íþróttir, eldri hópur	Keppni	Íþróttasvæði
13:00–17:00	Leikjagarður	Öll velkomin	Skallagrímssgarður
15:00–18:00	Körfubolti 13–14 ára	Keppni	Íþróttahús
15:00–18:00	Grashandbolti 11–12 ára	Keppni	Íþróttasvæði
16:00–18:00	Upplestur	Keppni	Menntaskóli
16:00–18:00	Bogfímikynning	Öll velkomin	Menntaskóli
17:00–23:00	Veitingasala	Öll velkomin	Tjaldsvæði
19:15–19:45	Glímukynning/sýning	Öll velkomin	Íþróttasvæði
20:00–20:45	Mótssetning	Öll velkomin	Íþróttasvæði
21:00–23:00	Tónleikar: Jón Jónsson, Friðrik Dór og Sigga Ózk	Fyrir alla	Skemmtitjald á tjaldstæði



HS VEITUR



LAUGARDAGUR 3. ÁGÚST

TÍMI	VIÐBURÐUR	FYRIR HVERJA	STAÐSETNING
08:00–18:00	Móttaka og skráning	Öll velkomin	Grunnskóli
08:00–18:00	Mótsstjórn	Öll velkomin	Grunnskóli
09:00–09:45	Jóga og slökun	Öll velkomin	Menntaskóli
09:00–12:00	Sund	Keppni	Sundlaug
09:00–12:00	Grasblak 13–14 ára	Keppni	Íþróttasvæði
09:00–12:30	Frjálsar íþróttir 11–12 ára	Keppni	Íþróttasvæði
09:00–17:00	Veitingasala	Öll velkomin	Íþróttasvæði
10:00–14:00	Brettafjör	Öll velkomin	Brettavöllur við sundlaug
10:00–14:00	Hestaíþróttir	Keppni	Hestaíþróttasvæði
10:00–16:00	Axarkast fyrir 14 ára og eldri	Öll velkomin	Menntaskóli
10:00–17:00	Veitingasala	Öll velkomin	Grunnskóli
10:30–11:30	Fótboltafjör 5–7 ára barna	Öll velkomin	Gervigrasvöllur við Grunnskóla
10:30–13:00	Körfuboltafjör	Öll velkomin	Íþróttahús
11:00–17:00	Opinn frísbíggjvöllur	Öll velkomin	Hvanneyri
11:45–12:30	Körfuboltamót ÍF	Keppni	Íþróttahús
12:00–13:00	Sundleikar 10 ára og yngri	Öll velkomin	Sundlaug
12:00–15:00	Grasblak 15–16 ára og 17–18 ára	Keppni	Íþróttasvæði
12:30–18:00	Frjálsar íþróttir 13–18 ára	Keppni	Íþróttasvæði
13:00–14:00	Bæjarganga með leiðsögn	Öll velkomin	Frá sundlaug
13:00–15:00	Pickleball	Öll velkomin	Gervigrasvöllur við Grunnskóla
13:00–17:00	Leikjagarður	Öll velkomin	Skallagrímargarður
13:00–17:00	Frísbíggj	Öll velkomin	Hvanneyri
13:00–17:00	Badminton	Keppni	Íþróttahús
14:00–14:30	Hestafimleikar – sýning krakka frá Hvammstanga	Öll velkomin	Reiðhöllin
15:00–16:00	Danssmíðja	Öll velkomin	Menntaskóli
15:00–18:00	Grasblak 11–12 ára	Keppni	Íþróttasvæði
16:00–18:00	Stafsetning	Keppni	Menntaskóli
17:00–20:00	Badmintonfjör LED	Öll velkomin	Íþróttahús

TÍMI	VIÐBURÐUR	FYRIR HVERJA	STAÐSETNING
17:00–23:00	Veitingasala	Öll velkomin	Tjaldsvæði
18:00–19:00	Frjálsíþróttaleikar barna 10 ára og yngri	Öll velkomin	Íþróttasvæði
18:00–19:30	Sundlaugarpartý með tónlist	Öll velkomin	Sundlaug
19:30–21:00	Hæfileikasvið fyrir 10 ára og yngri	Öll velkomin	Skemmtitjald á tjaldsvæði
21:00–23:00	Tónleikar: Meginstreymi og Björgvin úr Idol	Öll velkomin	Skemmtitjald á tjaldsvæði

GRUNNUR AÐ GÓÐRI HEILSU



Fylgdu okkur á [f](#) [i](#) [y](#) [mjolka.is](#)



SUNNUDAGUR 4. ÁGÚST

TÍMI	VIÐBURÐUR	FYRIR HVERJA	STAÐSETNING
09:00–09:45	Fjölskyldujóga	Öll velkomin	Menntaskóli
09:00–18:00	Móttaka og skráning	Öll velkomin	Grunnskóli
09:00–18:00	Mótsstjórn	Öll velkomin	Grunnskóli
09:00–12:00	Fótbolti 11–12 ára	Keppni	Íþróttasvæði
09:00–17:00	Veitingasala	Öll velkomin	Íþróttasvæði
10:00–11:00	Blindrabolti fyrir 13–14 ára	Öll velkomin	Gervigrasvöllur við grunnskóla
10:00–11:00	Glíma	Keppni	Íþróttasvæði
10:00–13:00	Skák	Keppni	Menntaskóli
10:00–15:00	Borðtennis	Keppni	Íþróttahús
10:00–17:00	Veitingasala	Öll velkomin	Grunnskóli
11:00–12:00	Blindrabolti fyrir 15–18 ára	Öll velkomin	Gervigrasvöllur við grunnskóla
11:00–14:00	Hjólreiðar	Keppni	Einkunnir
11:00–17:00	Opinn frísbíggjvöllur	Öll velkomin	Hvanneyri
12:00–13:00	Blindrabolti fyrir 11–12 ára	Öll velkomin	Gervigrasvöllur við grunnskóla
12:00–15:00	Fótbolti 13–14 ára	Keppni	Íþróttasvæði
13:00–17:00	Leikjagarður	Öll velkomin	Skallagrímargarður
15:00–18:00	Fótbolti 15–16 ára/17–18 ára	Keppni	Íþróttasvæði
16:00–17:00	Kökuskreytingar 11–12 ára	Keppni	Íþróttahús
17:00–18:00	Kökuskreytingar 13–14 ára	Keppni	Íþróttahús
17:00–23:00	Veitingasala	Öll velkomin	Tjaldsvæði
18:00–19:00	Kökuskreytingar 15–18 ára	Keppni	Íþróttahús
19:30–21:00	Hæfileikasvið fyrir 11 ára og eldri	Öll velkomin	Skemmtitjald á tjaldsvæði
21:00–23:00	Tónleikar: GDRN, Júlí Heiðar og brekkusöngur með Orra Sveins	Öll velkomin	Skemmtitjald á tjaldsvæði
23:30–00:00	Mótsslit og flugeldasýning	Öll velkomin	Tjaldsvæði

Góða skemmtun á Unglingalandsmóti UMFÍ!

Opið í
Borgarnesi
9–20



Við óskum öllum
keppendum góðs gengis.

nettó

KORT AF MÓTSSVÆÐINU



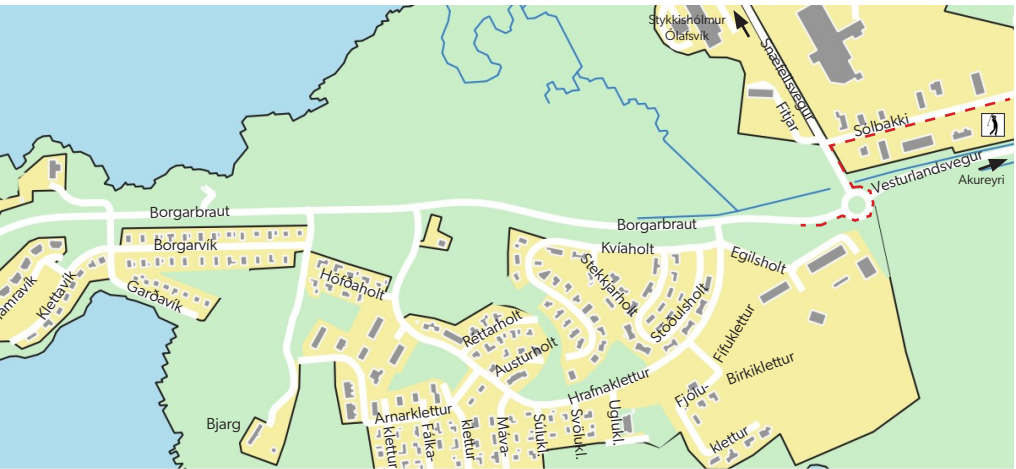
- 1 **Gervigrasvöllur við Grunnskóla: Borgarnes:** Fótboltafjör/Pickleball/Blindrabolti
- 2 **Grillhúsið:** Pílukast/Veitingasala
- 3 **Grunnskóli Borgarnes:** Þjónustumiðstöð mótsins/Veitingasala kl. 10:00–17:00
- 4 **Hestaípróttasvæði:** /Keppni í hestaípróttum/Hestafimleikar
- 5 **Menntaskóli Borgarfjarðar:** Móttaka þátttakenda og afhending gagna/Bogfimi/Upplæstur/Skák/Axarkast/Kökuskreytingar/Jóga og slökun/Fjölskyldujóga
- 6 **Íþróttamiðstöð:** Kórufubolti/Sund/Badminton/Kórufuboltafjör með KKÍ/Borðtennis/Sundleikar barna/Bæjarganga með leiðsögn/Badmintonfjör LED/Sundlaugarparty
- 7 **Íþróttasvæði:** Frjálsar íþróttir/Grashandbolti/Grasblak/Fótbolti/Glíma/Frjálsíþróttaleikar barna/Mótssetning/Brettafjör/Veitingasala alla daga kl. 09-17
- 8 **Skallagrímgarður:** Leikjagarður
- 9 **Nettó** Borgarnesi
- S **Stoppistöð fyrir strætó:** Við tjaldsvæði/Við Skallagrímögötu

Tjaldsvæðið á Kárastöðum: Tjaldsvæði mótsgesta/Tónleikar í samkomutjaldi/Veitingasala kl. 17:00-23:00/Hæfileikasvið í samkomutjaldi/Mótsslit/Flugeldasýning á mótsslitum

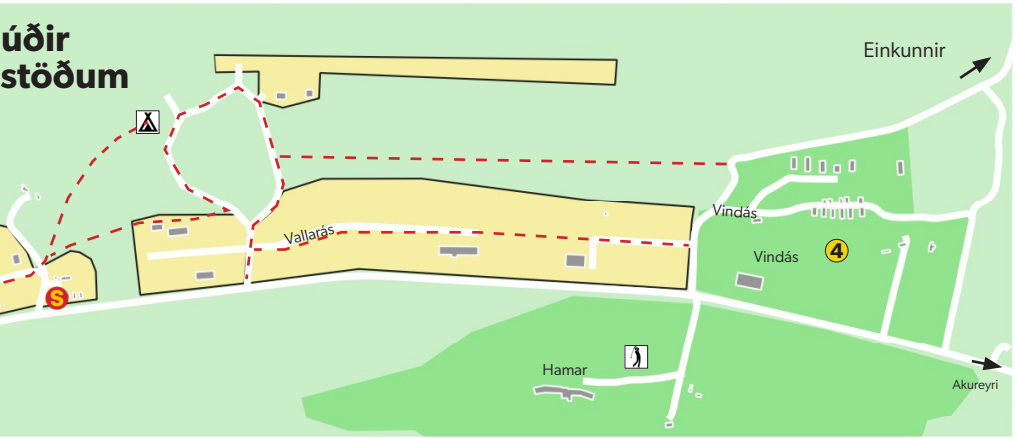
Einkunnir: Keppni í hjólreiðum/Fjölskylduskokk

Golfvöllur: Golf/Veitingasala









Frisbíggolfvöllurinn á Hvanneyri: Opinn frisbíggolfvöllur alla daga



Úðir stöðum



Skýringar

-  Heilsugæsla
-  Apótek
-  Lögregla
-  Tjaldstæði
-  Bílastæði
-  Golfvöllur
-  Strætostoppistöð
-  Göngustigur



KEPPNISGREINAR

Á Unglingalandsmóti UMFÍ er boðið upp á 18 keppnisgreinar af ýmsum toga. Gott er að kynna sér reglur áður en farið er af stað. Settu myndavél símans yfir QR-kóðann.



BADMINTON

Keppni fer fram í íþróttahúsinu. Fyrirkomulag fer eftir fjölda skráðra þátttakenda.

Aldursflokkar:

Strákar: 11–12 ára/13–14 ára/15–18 ára

Stelpur: 11–12 ára/13–14 ára/15–18 ára

Keppendur að koma með boga. Lokaða flokkum er skipt upp í Sveigboga, Trissuboga og Berboga. Þar er fjarlægð 18 m.

Aldursflokkar:

Opinn flokkur, einn kynjaflokkur:

11–14 ára/15–18 ára

Lokaður flokkur: 11–14 ára/15–18 ára

BOGFIMI

Keppni fer fram við Menntaskóla Borgarfjarðar. Í boði er að koma og kynnast íþróttinni en líka að taka þátt í opinni og lokaðri keppni. Í opnum flokki þurfa keppendur ekki að koma með boga. Þar er einn kynjaflokkur, keppt á sveig/langboga í 12 m fjarlægð. Í lokaðum flokki þurfa

BORÐTENNIS

Keppni er einliðaleikur í riðlum og fer fram í íþróttahúsinu. Ef riðlar eru fleiri í hverjum flokki komast tveir efstu áfram úr hverjum riðli í útsláttarkeppni.

Aldursflokkar:

Drengir: 11–14 ára/15–18 ára

Stúlkur: 11–14 ára/15–18 ára



 Allt um hlaupið
UMFÍ.IS
UNGFRUMMARRÁÐGÆTAN
UNGFRUMMARRÁÐGÆTAN

UMFÍ
DRULLUHLAUP
KRÓNUNNAR

MOSFELLSBÆ 17. ÁGÚST

Hraun

er æði



VELJUM ÍSLENSKT



GLÍMA

Keppni fer fram á Skallagrímsvelli eftir reglum Glímusambands Íslands.

Aldursflokkar:

Strákar: 11–12 ára/13–14 ára/15–16 ára/17–18 ára

Stelpur: 11–12 ára/13–14 ára/15–16 ára/17–18 ára

FRJÁLSAR ÍPRÓTTIR

Keppni fer fram á Skallagrímsvelli.

Aldursflokkar:

11 ára piltar og stúlkur

12 ára piltar og stúlkur

13 ára piltar og stúlkur

14 ára piltar og stúlkur

15 ára piltar og stúlkur

16–17 ára piltar og stúlkur

18 ára piltar og stúlkur

GOLF

Keppni fer fram á Hamarsvelli.

Aldursflokkar:

Strákar: 11–13 ára (48) 9 holur

14–15 ára (53) 18 holur

16–18 ára (53) 18 holur

Stelpur: 11–13 ára (48) 9 holur

14–15 ára (48) 18 holur

16–18 ára (48) 18 holur



Útilíf



Spyrjum okkur af stað,
teygjum okkur í markið,
höldum áfram og njótum
þess að komast alltaf lengra.

KÍKTU VIÐ Í UNDRAHEIMI KAUPFÉLAGSINS



-Leikföng
-Veiðivörur
-Ferðavörur
-Flugnafætur
-Fatnaður og svo
margt, margt fleira!

Spil - púsl - sápukúlur -
litabækur - litir o.fl.!

Kælibox - hitablásarar -
tjalddýnur - hreinsiefni fyrir
ferðasalerni o.fl.!



120 ÁRA
1904 - 2024

WWW.KB.IS

Egilsholti 1
Opið virka daga 8 - 18
og laugardaga 10 - 14

Allt sem þú vissir ekki
að þig vantaði!



GRASBLAK

Keppni fer fram á íþróttasvæðinu og er keppt eftir Monrad kerfi sem gengur út á sjálfvirka geturöðun. Í fyrstu umferð er liðum raðað saman handahófskennt og spila þau tiltekinn fjölda leikja.

Aldursflokkar:

Strákar: 11–12 ára/13–14 ára/
15–16 ára/17–18 ára

Stelpur: 11–12 ára/13–14 ára/
15–16 ára/17–18 ára

GRASHANDBOLTI

Keppni fer fram á íþróttasvæðinu. Keppt er eftir Monrad kerfi sem gengur út á sjálfvirka geturöðun. Í fyrstu umferð er liðum raðað saman handahófskennt og spila tiltekinn fjölda leikja.

Aldursflokkar:

Strákar: 11–12 ára/13–14 ára/15–18 ára
Stelpur: 11–12 ára/13–14 ára/15–18 ára

HESTAÍPRÓTTIR

Keppni fer fram á Vindási, félagssvæði Hestamannafélagsins Borgfirðings. Keppt eftir reglum Landssambands hestamanna.

Aldursflokkar:

Keppt er einum kynjaflokki: 11–14 ára og 15–18 ára

Keppnisgreinar:

11–14 ára: Tölt T7 og Fjörgangur V5.
15–18 ára: Tölt T3, Fjörgangur V2 og Fimmgangur F2.



Grillhúsið Borgarnesi

Vinalegur veitingastaður við brúna

Moskító- og mýflugnafælan er Lúsmýfæla



Evrópsk framleiðsla

Fæst í öllum betri landbúnaðar-
og byggingavöruverslunum

radarcan®

Segðu **BLESS**
við óværuna!



YKKAR
pest control

BANINN SEM VIRKAR

- fæst í öllum betri landbúnaðar- og byggingavöruverslunum

Góða skemmtun á Unglingalandsmóti UMFÍ

Skapaðu þína framtíð á eigin
forsendum, þegar og þar sem þér
hentar. Fjarnám fyrir alla!

Fjölbreytt nám og
námskeið í miklu úrvali.
Nánari upplýsingar hér



www.smha.is



STJÓRNENDANÁM

HJÓLREIÐAR

Keppni fer fram við Einkunnir sem eru rétt fyrir ofan Kárastaði. Hringurinn er 1 km. Yngri flokkur (11–14 ára) hjólar þrjá hringi. Eldri flokkur (15–18 ára) hjólar fimm hringi.

Aldursflokkar:

Strákar: 11–14 ára og 15–18 ára
Stelpur: 11–14 ára og 15–18 ára

KNATTSPYRNA

Keppni fer fram á æfingavæði við Skalla-grímsvöll. Keppt eftir Monrad kerfi sem gengur út á sjálfvirka geturöðun. Í fyrstu umferð er liðum raðað saman handahófs-

kennt og spila þau tiltekinn fjölda leikja.

Aldursflokkar:

Strákar: 11–12 ára/13–14 ára/
15–16 ára/17–18 ára
Stelpur: 11–12 ára/13–14 ára/
15–16 ára/17–18 ára

KÖKUSKREYTINGAR

Keppni fer fram í Menntaskóla Borgarfjarðar. Keppt er í einum kynjaflokki og er keppnin einstaklings- og liðakeppni.

Aldursflokkar:

Strákar og stelpur:
11–12 ára/13–14 ára/15–18 ára



Limtrevirnet

BYGGJUM FRAMTÍÐINA SAMAN

limtrevirnet.is



Aðalnúmer: 412 5300 | Netfang: sala@limtrevirnet.is
Söluskrifstofur: Lynghálsi 2, 110 Reykjavík | Borgarbraut 74, 310 Borgarnesi





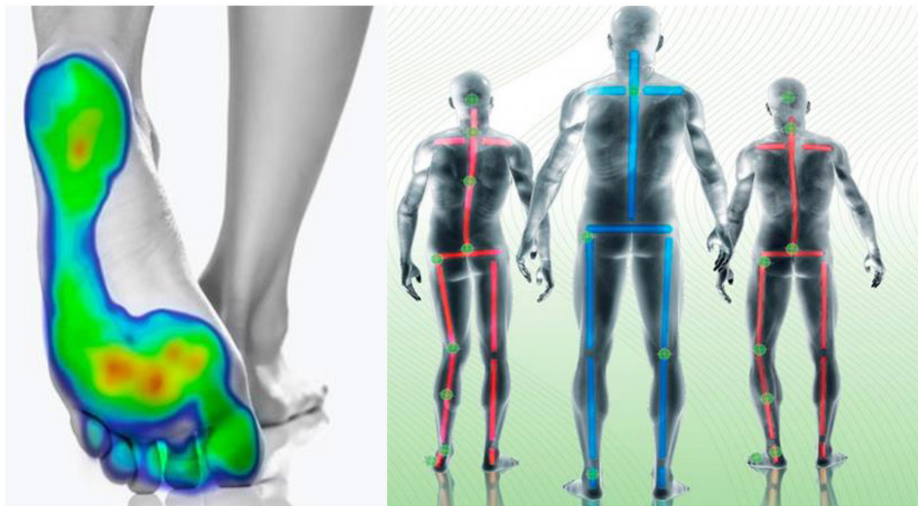
GÖNGUGREINING

Staðsett í anddyri íþróttamiðstöðvarinnar

Göngugreiningar alla helgina á tilboði, þeir sem koma í greiningu eða panta tíma fara í pott, drögum út skó á hverjum degi frá Asics, Hoka eða Brooks

Tilboð á skóm og sokkum

Footbalance innlegg mótuð á staðnum á frábæru kynningartilboði



Reynslumesta starfsfólk landsins í göngugreiningum - Fullkomnasti greiningarbúnaður sem völ er á (Var að fá verðlaun sem vara ársins í íþróttalækningum). - Tæknilegustu innlegg á markaðnum - Vandaður skóbúnaður fyrir vinnu og frístundir - Fótavörur í miklu úrvali - Sokkar með hlutverk og stoðvörur fyrir fætur

www.gongugreining.is

Lágmúla 4 (2 hæð) – sími 481 1000

KÖRFUBOLTI

Keppni fer fram í Íþróttahúsinu og er leikið eftir Monrad kerfi sem gengur út á sjálfvirka geturöðun. Í fyrstu umferð er liðum raðað saman handahófskennt og spila tiltekinn fjöldi leikja. Leikið er eftir reglum Korfuknattleikssambands Íslands (KKÍ). Allir leikir eru spilaðir á eina körfu (3:3).

Aldursflokkar:

Strákar: 11–12 ára/13–14 ára/
15–16 ára/17–18 ára
Stelpur: 11–12 ára/13–14 ára/
15–16 ára/17–18 ára

PÍLUKAST

Keppni fer fram í Grillhúsinu. Keppt er í einföldum píluleik og eru byrjendur



sérstaklega velkomnir. Keppendur fá að kasta þrisvar sinnum þremur pílum, í heildina níu pílur.

Aldursflokkar:

Strákar: 11–14 ára/15–18 ára
Stelpur: 11–14 ára/15–18 ára

Þú finnur það á isbillinn.is

Allar upplýsingar um áætlun, verð og símanúmer í bílum.

Þú getur einnig séð hvar bílarnir eru staddir á kortinu www.isbillinn.is/kort

Tjölbreytt úrval



Ís fyrir alla



Bara í Ísblum



www.isbillinn.is

Nesti | Heitt og
grillað

Tilboð

á Unglingalandsmót UMFÍ

16" pizza með 2 áleggstegundum
3.190 kr.

Borgarnes
1. - 4. ágúst



Nesti

Tilboð

á Unglingalandsmót UMFÍ

Ís í brauði
með og án dýfu
399 kr.

Borgarnes
1. - 4. ágúst



N1

SKÁK

Keppni fer fram í Menntaskóla Borgarfjarðar. Engin kynjaskipting er og er keppt er í tveimur flokkum, Aðalflokki og Opnum flokki.

Aldursflokkar:

Aðalflokkur: 11–14 ára/15–18 ára

Opinn flokkur: 11–18 ára

STAFSETNING

Keppni fer fram í Menntaskóla Borgarfjarðar. Lesinn er texti með eyðufyllingum og einnig skrifaður texti.

Aldursflokkar:

Einn kynjaflokkur:

11–12 ára/13–14 ára/15–18 ára

SUND

Keppni fer fram í sundlauginni skv. reglum Sundsambands Íslands (SSÍ). Þó ekki í boðsundum þar sem skrá má á staðnum, blanda saman félögum og helmingur sveitar má koma úr yngri aldursflokkum.

Aldursflokkar:

Strákar: 11–12 ára/13–14 ára/

15–16 ára/17–18 ára

Stelpur: 11–12 ára/13–14 ára/

15–16 ára/17–18 ára

UPPLESTUR

Keppni fer fram í Menntaskóla Borgarfjarðar.

Aldursflokkar:

Einn kynjaflokkur, strákar og stelpur:

11–12 ára/13–14 ára/15–18 ára



Mjólfjörður
Noválfjörður
Ekki fjörður
Reyðarfjörður
Pískröðufjörður
Stöðvarfjörður
Breiddalur

FIJARDABYGGÐ

ÞÚ ERT Á GÓÐUM STAÐ

FIRÐIR, FJÖLL OG FJÖLBREYTT MANNLÍF

Í Fjarðabyggð eru stórbrotnir firðir og tignarleg fjöll aðeins brot af því besta. Menning og fjölbreytt mannlíf er ekki síður minnstætt þeim sem heimsækja sveitarfélagið. Eitt af öðru raða lágreist sjávarþorpin sér meðfram strandlengjunni, hvert með sínum þájarbrag og áhugaverðu sérkennum. Í Fjarðabyggð er fjöldi skemmtilegra gönguleiða við allra hæfi, hvort sem um er að ræða krefjandi fjallgöngur eða styttri og auðveldari leiðir um fjöror og dali. Velkominn til Fjarðabyggðar!

SKANNADU KÓÐANN

KYNNTU ÞÉR HVAD FJARDABYGGÐ HEFUR UPP Á AÐ BJÓÐA Á FJB.IS/VISIT



Kynntu þér spennandi
námsmöguleika hjá okkur
á sviðum sem skipta
máli í framtíðinni



Ibhi.is

TAKK FYRIR STUÐNINGINN

A. Wendel ehf.
Agnar Ludvigsson ehf.
Auðhumla svf.

ÁTVR

Bæjarfasteignir ehf.
Benni pípari
Bifreiðastöð ÞÞÞ
Bílar og tjón ehf.
Bílaverkstæðið
Smur og dekk ehf.
Bíliðjan ehf.
Bílnet

Bláskógarbyggð
Bókráð bókhald og ráðgjöf
Bolungarvíkurkaupstaður
Bortækni ehf.
Brunahönnun ehf.

DMM lausnir
DS lausnir

Egersund Ísland
Einhamar seafood
Eldstoðir ehf.
Enor ehf.
Eyjafjarðasveit

Faxi ehf.
Fjarðaveitingar ehf.
Fögrusteinar ehf.

Gjögur ehf.
Gleipnir verktakar
Gluggaiðjan Ölfusi ehf.
Grímsnes ehf.
Gröfutækni ehf.
Grýtubakkahreppur
Guðmundur Runólfsson
ehf.
Gunnar Jónsson ehf.

Hamraborg ehf.
Harpa útfararstofa
Héraðsprent ehf.
Hjá Maddý ehf.
Hraunfossar - Barnafoss
Hrunamannahreppur
Húnaþing vestra
Hvalfjarðarsveit
Hvalur hf.
Höfðakaffi ehf.

ÍAV
Ís grill
Ísblikk
Ísfélag Vestmanneyja hf.
Íþróttamiðstöðin
Fjallabyggð

Jarðefnaiðnaður ehf.
Jáverk ehf.
Jóhann Helgi og co

Kalka sf.
Kemi ehf.
KHG þjónustan ehf.
Klettur
Koltinna ehf.
Krappi ehf.
Króm og hvítt ehf.

Landhönnun slf.
Landslag ehf.

HUPP HUPP HÚRRA
fyrir
unglíngalandsmóti

HUPPA

ÞIGRANSESGATA 4

OPÍÐ ALLA DAGA
FRÁ 12 - 23

Langbest
Launafl ehf.
Leikur að læra/Draumagolf
Lín Design
Loðnuvinnslan

Máni verktakar
Meitill – GT tækni ehf.
Metatron ehf.
Mosfellsbakarí
Múrþjónusta Helga
Þorsteins

Nonni litli ehf.
Norðanfiskur ehf.
Norðurorka
Nytjamarkaðurinn Selfossi

Ósal
Óskirnar þrjár

Pingpong.is
Polýhúðun ehf.

Rafey ehf.
Raftækniþjónusta Trausta
Ragnar og Ásgeir
Reykholahrepuur
Reykhusið Reykhólar
Reykjavík
RH gröfur ehf.
Rima Apotek

Sendibílar Reykjavíkur
Síldarvinnslan hf.
Síminn ehf.
Skaftárhreppur
Skipalyftan ehf.
Skrifstofuþjónusta
Austurlands
Snæfellsbær
Snow Dogs ehf.
Sólskógar ehf.
Sparisjóður Austurlands
Steinnull ehf.
Stigahús ehf.

Stjórnedafélag Austurlands
Strendingur ehf.
Súðavíkurhreppur
Sveitafélagið Múlaþing

Tannlæknafélag Íslands
Tannlæknafélag Íslands
Tannlæknastofa
Halldórs Gísla
THG arkitekta
Trésmiðjan Borg
TSA ehf.

Umsi ehf.

Úti og inni sf.
Verbúðin 66
Verkfræðistofan Tera
Viðburðastofa Suðurlands
ehf.
Vinnslustöðin hf.
Víkurlhraun
Vörðufell ehf.
Þernan fatahreinsun
Þjónustustofan ehf.
Öryggisgirðingar



Glacier lagoon

ÖGLEYMANLEG SIGLING

Með hjólabát eða zodiac gúmmibát á Jökulsárlóni

WWW.ICELAGOON.IS

Bókanir í síma 478-2222 milli 9 og 17 eða í tölvupósti booking@jakulsarton.is

ALGENGAR SPURNINGAR

Við vonum að þið njótið góðrar upplifunar á Unglingalandsmóti UMFÍ í Borgarnesi um helgina. Ef þið veltið einhverju fyrir ykkur eða eitt-hvað kemur upp á þá höfum við hér tekið saman helstu vangaveltur sem fólk hefur spurt sig á fyrri mótum. Ef þið finnið ekki svarið hér hikið þá ekki við að banka upp á hjá okkur í þjónustumiðstöð mótsins. Þið getið líka sent okkur spurningar á samfélagsmiðlum eða í tölvu-pósti á umfi@umfi.is.

ARMBAND

Allir þátttakendur 11–18 ára á Unglingalandsmóti fá armband sem þeir þurfa að hafa alla mótsdagana. Armbandið veitir aðgang að þeim keppnisgreinum sem þau hafa skráð sig í og öðrum viðburðum. Systkini 10 ára og yngri geta einnig fengið armband. Þau kosta ekki neitt en tryggja að þau geta verið með í íþróttaveislunni.

Ef armbandið slitnar meðan á mótinu er hægt að fá nýtt í þjónustumiðstöðinni.

BÖRN - YNGRI SYSTKINI

Ert þú að velta því fyrir þér hvort yngri systkini geti komið með? Börn yngri en 10 ára geta fengið fjölmörg verkefni eins og foreldrarnir á meðan Unglingalandsmóti UMFÍ stendur. Á meðal þess sem boðið verður upp á fyrir 10 ára og yngri er fótboltafjör, frjálsíþróttaleikar, sundleikar, hæfileikasvið, kvöldvökur, tónleikar og margt fleira. Öll afþreying er opin og kostar ekki krónu.

Börn í fylgd fullorðinna á mótinu greiða ekkert þátttökugjald. Ekki er gert ráð fyrir því að börn og ungmenni yngri en 18 ára séu á eigin vegum á mótinu.

BÍLAR OG BÍLASTÆÐI

Íþróttasvæðið í Borgarnesi er í hjarta bæjarins. Tjaldsvæðið er á Kárastöðum, aðeins fyrir utan bæinn. Auðvitað bönnum við ekki bíla á mótinu. Í nágrenni íþróttasvæðisins er takmarkaður fjöldi bílastæða. Við hvetjum mótsgesti til að leggja bílnum á tjaldsvæðinu og nýta sér frekar strætó, sem gengur reglulega frá tjaldsvæði að mótssvæðinu.

STRÆTÓ

Strætó ekur frá tjaldsvæðinu að mótsvæðinu í hjarta Borgarness alla helgina. Fyrsta ferðin frá tjaldsvæðinu er kl. 8:30 og síðasta ferð er eftir að síðustu grein lýkur.

TJALDSVÆÐI

Við hvetjum mótsgesti til að gista á tjaldsvæði mótsins á Kárastöðum. Tjaldsvæðið er sérstaklega útbúið fyrir mótið og er gjaldfrjálst fyrir gesti mótsins. Aðeins þarf að greiða fyrir rafmagn.

Sérstakar tjaldbúðareglur gilda á svæðinu. Tjaldsvæðið opnar kl. 15:00 miðvikudaginn 31. júlí. Mótshaldarar minna tjaldsvæðagesti á að vera með breyti- og millistykki til að tengjast rafmagn.



Hjarta heimilisins

Við hönnum innréttingar að þínum þörfum



Sumaropnun:
Mán. — Föst. 10—17
Laugardaga LOKAÐ

Fríform ehf.
Askalind 3,
201 Kópavogur.
562—1500
Friform.is.

Raftvistur ehf.

Líklegast bestir í rafmagni!





Snyrtingar og rennandi vatn eru á tjaldsvæðinu og eru mótsgestir beðnir að ganga vel um.

Þjörgunarsveitarfólk stendur vaktina á tjaldsvæðinu allan sólarhringinn til að gæta öryggis tjaldbúðagesta.

REGLUR Á TJALDSVÆÐI

Mótsgestir fá límmiða sem á að setja á framrúðu bifreiðar þegar hún er á tjaldsvæðinu. Óskað er eftir að tjaldbúðagestir fari sparlega með rafmagn. Ekki má hlaða rafmagnsbíla í rafmagnskerfi tjaldsvæðisins. Kerfið þolir ekki álagið og slær út.

Öll umferð ökutækja á og við tjaldsvæði er óheimil frá kl. 24:00 til kl. 07:00 nema með sérstakri heimild eftirlitsfólks.

Öðrum en tjaldbúðagestum er ekki hleypt inn í tjaldbúðirnar eftir kl. 24:00.

Kyrrð skal vera komin á í tjaldbúðum kl. 00:30.

Allar eigur gesta eru á ábyrgð þeirra í tjaldbúðunum.

Brýnt er fyrir öllum að flokka sorp.

Öll neysla vímuefna er að sjálfsögðu bönnuð.

Aðgát skal höfð í meðförum elds. Athugið að aldrei skal setja grill inn í tjald eða for-

tjald. Þegar tjaldað er eða hjólhýsi/felli-hýsi/húsbíll er staðsett á tjaldsvæðinu skulu ætíð vera a.m.k. 3 metrar á milli eininganna.

Fari einstaklingur ekki eftir reglunum hefur mótshaldari heimild til að vísa viðkomandi af svæðinu.

Ef eitthvað kemur upp á er neyðarnúmer 112.

SALERNI

Salerni eru á tjaldsvæðinu, í íþróttamannvirkjum og á sumum keppnisstöðum.

STURTU- OG BAÐAÐSTAÐA

Íþróttamannvirki og sundlaugar eru á þremur stöðum í Borgarbyggð. Sundlaugar eru í íþróttamiðstöðinni í Borgarnesi, á Kleppjárnsreykjum og á Varmalandi. Þátttakendur Unglingalandsmótsins fá frítt í sund í Borgarbyggð og þurfa aðeins að framvísa armbandi mótsins.

ÞJÓNUSTUMIÐSTÖÐ MÓTSINS/MÓTTAKA ÞÁTTTAKENDA

Á fimmtudegi og föstudegi tókum við á móti öllum þátttakendum í Menntaskól-



REYKJANESAPÓTEK

Saman hugum við að heilsunni

Opið í Fitjum:

Virka daga 10-20

Laugardaga 10-14

Opið á Hólagötu:

Virka daga 9-20

Helgar 12-19

Fitjar s: 421-3383 Hólagata 15 s: 421-3393

 /reykjanesapotek

 /reykjanes.apotek

 reykjanesapotek.is



ÞVERHOLTI 2 • 270 MOSFELLSBÆ – SÍMI 5660270



anum. Þar fá allir afhent armbönd og móts-
gögn sem er forsenda fyrir þátttöku í kepp-
inni. Mikilvægt er að allir fari þangað
áður en lengra er haldið. Án armbands
getur enginn keppt. Yngri systkini geta
einnig fengið armband. Á laugardegi og
sunnudegi flytjum við síðan í Grunnskól-
ann beint fyrir ofan aðal íþróttasvæðið.

Þjónustumiðstöðin er opin alla móts-
dagana og þar er hægt að fá upplýsingar
um allt er varðar mótið og mótahaldið.

Mótsstjórn verður staðsett í grunnskól-
anum alla mótisdagana og þar reynum við
að svara spurningum og leysa úr öllum
málum sem upp kunna að koma.

TAPAÐ FUNDIÐ

Óskilamunum verður safnað saman í
þjónustumiðstöð mótsins í Menntaskólan-
um og Grunnskólanum. Að móti loknu
verður farið með munina í Sundlaugina.

RUSLAFÖTUR

Hjálpaðu okkur að halda mótssvæðinu
og tjaldsvæðinu snyrtilegu og flokkaðu
rusl á rétta staði. Ruslafötur verða víða
og hægt að flokka þar.

DÝR OG FIÐURFÉNAÐUR

Sumir geta ekki verið án dýranna sinna.
Við hvetjum bændur ekki til að taka fiður-

Skínandi sólskins burrito

SUMAR BURRITO

2.599 Kr.

Lífa fánlegur ískál

Hrisgrjón, pintó baunir, kjúklingalundir, maís-salsa, mild-salsa, mangó-salsa, feta ostur, sýrður rjómi, sæt chipotle, kál, graskersfræ

serrano



Simon Pípari ☎ 664-8892

fé og annan bústofn með á mótið. Við reiknum með að einhverjir mótsgestir komi með kisur og hunda. Dýraeigendur eru hvattir til að hafa hunda og ketti í bandi og þrifa upp eftir þau.

HRADBANKI

Hraðbankar eru í Arion banka og við NETTÓ, sem er ekki langt frá íþróttasvæðinu. Við bendum líka á að NETTÓ og Arion banki eru einmitt á meðal bakhjarla Unglingalandsmótsins.

SLYS OG MEIÐSLI

Fyrir öll minniháttar meiðsli er hægt að

fá aðgang að sjúkrakassa með plástrum fyrir smáar skeinur í þjónustumiðstöð mótsins. Á tjaldsvæðinu er hjörgunar-sveitarfólk með sólarhringsvakt. Fyrir alvarleg meiðsli þarf að hringja í neyðarsímamann 112.

HEILSUGÆSLAN Í BORGARNESI

Heilsugæslan í Borgarnesi sinnir slysum og bráðum veikindum allan sólarhringinn fyrir héraðið. Aukin viðvera verður á bakvakt hjá lækni og hjúkrunarfræðingi um verslunarmannahelgina í tengslum við Unglingalandsmót UMFÍ.



Ekki verður um opna móttöku að ræða. Til þess að erindi frá réttan forgang eftir alvarleika biðjum við alla um hringja í símanúmerið 1700 líkt og vani er og fá þar upplýsingar og aðstoð eftir þörfum. Í síma 1700 mun erindum verða vísað áfram á heilsugæslulækni þegar mál hefur verið metið.

Apótek Vesturlands í Borgarnesi:

Fimmtudagur	kl. 10:00–18:00
Föstudagur	kl. 10:00–18:00
Laugardagur	kl. 10:00–14:00
Sunnudagur	kl. 12:00–14:00
Mánudagur	kl. 12:00–14:00

Lyfja í Borgarnesi:

Fimmtudagur	kl. 10:00–18:00
Föstudagur	kl. 10:00–18:00
Laugardagur	kl. 10:00–16:00

TRYGGINGAR

Við vekjum athygli á því að þátttakendur og gestir á mótinu eru á eigin ábyrgð.

ÍPRÓTTAHERUÐ

Það getur verið ruglingslegt og flókið að skilja allt tal um íþróttaheruð, sambandsaðila og félög. UMFÍ er landssamband íþrótt- og ungmennafélaga um allt land. Sambandsaðilar UMFÍ eru 25 talsins sem skiptast í 24 íþróttaheruð og eitt ungmennafélag með beina aðild.

Dæmi:

Sigga býr í Borgarnesi og æfir fótbolta með Skallagrími. Skallagrímur er félag undir Ungmennasambandi Borgarfjarðar (UMSB), sem er sambandsaðili UMFÍ. Sigga tilheyrir því UMSB.

Gunnar æfir körfubolta hjá Haukum í Hafnarfirði. Haukar eru aðildarfélag Íþróttabandalags Hafnarfjarðar (ÍBH), sem er sambandsaðili UMFÍ. Gunnar tilheyrir því ÍBH.

Hvaða sambandsaðila tilheyrir þú?

Hér er listi yfir landshluta og íþróttaheruð.



SJÁLFBODALIÐAR

Um 450 sjálfbodaliðar koma að undirbúningi og framkvæmd Unglingalandsmótsins. Miklar líkur eru á því að þú mætir sjálfbodaliða í ýmsum hlutverkum

á meðan móti stendur. Við mælum með að mótsgestir brosi til sjálfbodaliðanna, sem eru að leggja sitt af mörkum til að gera mótið að ánægjulegri upplifun.

Höfuðborgarsvæðið:

ÍBH – Íþróttabandalag Hafnarfjarðar

ÍBR – Íþróttabandalag Reykjavíkur

UMSK – Ungmennasamband

Kjalarnesþings

V – Ungmennafélagið Vesturhlíð

(félag með beina aðild að UMFÍ)

Vesturland

HSH – Héraðssamband Snæfellsness- og Hnappadalssýslu

ÍA – Íþróttabandalag Akraness

UDN – Ungmennasamband Dalamanna og Norður-Breiðfirðinga

UMSB – Ungmennasamband

Borgarfjarðar

Vestfirðir

HHF – Héraðssambandið Hrafna-Flóki

HSB – Héraðssamband Bolungarvíkur

HSS – Héraðssamband Strandamanna

HSV – Héraðssamband Vestfirðinga

Norðurland

HSP – Héraðssamband Þingeyinga

ÍBA – Íþróttabandalag Akureyrar

UÍF – Ungmenna- og íþróttasamband Fjallabyggðar

UMSE – Ungmennasamband Eyjafjarðar

UMSS – Ungmennasamband

Skagafjarðar

USAH – Ungmennasamband Austur-Húnvetninga

USVH – Ungmennasamband Vestur-Húnvetninga

Austurland

UÍA – Ungmenna- og íþróttasamband Austurlands

USÚ – Ungmennasambandið Úlfjótur

Suðurland

HSK – Héraðssambandið Skarphéðinn

USVS – Ungmennasamband Vestur-Skaftafellssýslu

Suðurnes

ÍRB – Íþróttabandalag Reykjanesbæjar

ÍS – Íþróttabandalag Suðurnesja



HOTEL SOUTH COAST
Selfoss Iceland

HOTEL SOUTH COAST

VIÐ HLÖKKUM TIL AÐ
TAKA Á MÓTI YKKUR
Í ALLT SUMAR

+354 464-1113
INFO@HOTELSOUTHCOAST.IS
WWW.HOTELSOUTHCOAST.IS



UNGMENNASAMBAND BORGARFJARÐAR

Ungmennasamband Borgarfjarðar (UMSB) var stofnað árið 1912. Starfssvæði þess nær yfir Mýra- og Borgarfjarðarsýslu. Aðdraganda að stofnun sambandsins má rekja til þess þegar hópur ungra manna, sem var á bændanámskeiði á Hvanneyri í ársbyrjun 1912, kom saman. Stofnfundurinn var haldinn á Hvítárþakka 26. apríl 1912 og voru stofnfélögin átta.

Aðildarfélag UMBSB:

Dansíþróttafélag Borgarfjarðar
í Borgarnesi

Frjálsíþróttafélag Borgarfjarðar
í Borgarnesi

Golfklúbbur Borgarness

Golfklúbbur Húsafells

Golfklúbburinn Glanni Norðurárdal

Golfklúbburinn Skrifla í Reykholti

Hestamannafélagið Borgfirðingur
(sameinuð hestamannafélögin Faxi og
Skuggi í Borgarnesi)

Mótorsportfélag Borgarfjarðar
í Borgarnesi

Skotfélag Vesturlands í Borgarnesi

Ungmennafélagið Skallagrímur
í Borgarnesi

Ungmenna- og íþróttafélag Hvalfjarðar-
sveitar

Ungmennafélagið Björn Hítðælakappi
í Hítardal

Ungmennafélagið Dagrenning
í Lundarreykjadal

Ungmennafélagið Íslendingur
í Andakílhreppi (fyrrum) og Skorra-
dalshreppi

Ungmennafélag Reykdæla í Reykholti
Ungmennafélag Stafholtstungna
á Varmalandi

AFPREYING OG SKEMMTUN

Unglingalandsmót UMFÍ er íþrótt- og fjölskylduhátíð. Þótt keppt sé í íþróttum alla daga er ýmislegt fleira um að vera. Boðið er upp á kynningar á mörgum greinum og allskonar afþreyingu. Hér má sjá hvað er í boði.

Alla daga:

LEIKJAGARÐUR

Alla daga kl. 13:00–17:00 í Skallagrímsgarði. Sett verða upp allskonar leiktæki sem krakkarnir geta spreytt sig á og leikið sér í.

FRISBÍGOLF

Alla daga kl. 11:00–17:00 á Hvanneyri. Á Hvanneyri er skemmtilegur frisbígolfvöllur og þangað er aðeins um 12 mínútna akstur frá Borgarnesi. Endilega að kíkjja á völlinn og taka einn hring eða tvo.

Fimmtudagur:

FJÖLSKYLDUSKOKK

Fimmtudagur kl. 18:00–19:00. Lagt af stað frá skemmtitjaldi á tjaldsvæði Unglingalandsmótsins. Hver skokkar á sínum hraða um nágrennið. Öll velkomin.

TÓNLEIKAR Á TJALDSVÆÐI

DJ Ísak og Ernir halda uppi stuðinu í samkomutjaldinu. Öll velkomin.

Föstudagur:

FÓTBOLTAFJÖR

Föstudagur kl. 10:30–11:30 fyrir 8–10 ára á gervigrasvelli við grunnskólann. Fótboltafjör er fyrir krakka 10 ára og

yngrí. Þjálfarar taka á móti börnunum og setja upp allskonar skemmtilegheit.

SETNING MÓTSINS

Föstudagur kl. 20:00 á íþróttasvæðinu. Mælst er til þess að allir þátttakendur komi á mótssetninguna. Mæting er kl. 19:30 á æfingasvæðið við aðalvöllinn. Þar mun þátttakendur ganga með liðum sínum í skrudgöngu inn á íþróttavöllinn við upphaf mótssetningar. Foreldrar og yngrí systkini eru velkomin að vera með.

TÓNLEIKAR Á TJALDSVÆÐI

Jón Jónsson, Friðrik Dór og Sigga Ózk halda uppi stuðinu. Öll velkomin.

Laugardagur

JÓGA OG SLÖKUN

Laugardagur kl. 09:00–09:45 í Hjálmaskletti, húsnæði Menntaskóla Borgarfjarðar. Þægilegur og slakandi jógatími áður en farið er inn í daginn. Öll velkomin.

PICKLEBALL

Laugardagur kl. 13:00–15:00 á gervi-grasvelli við grunnskólann. Pickleball er skemmtileg íþrótt sem hefur rutt sér til rúms um allan heim. Mótsgestir á öllum aldri er hvattir til á kíkjja við og prófa.



SÖNGGLEÐI

Föstudagur kl. 15:30–16:00 í Skallagrímssgarði. Skemmtileg söngdagskrá.

BADMINTONFJÖR LED

Laugardagur kl. 17:00–20:00 í íþróttahúsinu. Við slökkvum ljósin í íþróttahúsinu, setjum skemmtilega tónlist á og leikum okkur í badminton. Kúlurnar eru með LED ljósi og stemningin verður geggjuð. Öll velkomin.

BRETTAFJÖR

Laugardagur kl. 10:00–14:00 á brettasvæði við sundlaugina. Iðkendur úr Brettafélagi Hafnarfjarðar mæta á svæðið með bretti og hjálma og leiðbeina forvitnum þátttakendum.

Bræðurnir Jón og Friðrik Dór

eru alls engir nýgræðingar á Unglingalandsmóti UMFÍ. Enginn er með nógu marga fingur til að telja skipti Jóns, sem líka kemur fram á setningu mótsins. Þeir komu báðir fram á mótinu á Sauðárkróki í fyrra og héldu uppi miklu stuði. Eins og þjóðin veit eru þessir stórskemmtilegu orkuboltar hluti af strákabandinu Ice Guys sem hefur sprengt alla vinsældarlista.

BÆJARGANGA MEÐ LEIÐSÖGN

Laugardagur kl. 13:00–14:00 frá sundlauginni. Gengið um Borgarnes með skemmtilegri og fróðlegri leiðsögn. Öll velkomin.



FÓTBOLTAFJÖR

Laugardagur kl. 10:30–11:30 fyrir 5–7 ára á gervigrasvelli við grunnskólann. Fótboltafjör með krökkum 10 ára og yngri. Þjálfarar taka á móti börnunum og setja upp allskonar skemmtilegheit.

SUNDEIKAR BARNNA

Laugardagur kl. 12:00–13:00 í sundlauginni. Skemmtilegur klukkutími með börnum 10 ára og yngri þar sem þau spreyta sig á ýmsum þrautum.

SUNDLAUGARPARTÝ

Laugardagur kl. 18:00–19:30 í sundlauginni. Tónlist og fjör í sundlauginni þar sem allir skemmta sér á sínum forsendum.

FRJÁLSÍPRÓTTALEIKAR BARNNA

Laugardagur kl. 18:00–19:00 á frjáls-

íþróttavellinum. Skemmtileg verkefni fyrir 10 ára og yngri. Hlaup, stökk og köst. Öll á þessum aldri velkomin.

HÆFILEIKASVIÐ BARNNA

Laugardagur kl. 19:30–21:00 í skemmtitjaldi á tjaldsvæði fyrir 10 ára og yngri sem vilja láta ljós sitt skína. Þátttakendur geta stigið á svið og sungið og dansað.

HESTAFIMLEIKAR

Laugardagur kl. 14:00–14:30 í reiðhöllinni við hestaíþróttasvæðið. Krakkar frá Hvammstanga sýna listir sínar á hestbaki. Skemmtileg sýning hjá flottum krökkum og hestum. Öll velkomin.

KÖRFUBOLTAFJÖR MEÐ KKÍ

Laugardagur kl. 10:30–11:45 í íþróttahúsinu. Landsliðsþjálfari U20 sér um



körfuboltafjórið. Börn og ungmenni á öllum aldri velkomin.

TÓNLEIKAR Á TJALDSVÆÐI

Hljómsveitin Meginstreymi og Björgvin úr Idol. Tónleikarnir hefjast kl. 21:00 og standa til kl. 23:00. Öll velkomin.

Sunnudagur

FJÖLSKYLDUJÓGA

Sunnudagur kl. 09:00–09:45 í Hjálma-kletti. Notaleg fjölskyldustund með jóga-kennara. Öll velkomin.

HÆFILEIKASVIÐ Í SKEMMTITJALDI

Sunnudagur kl. 19:30–21:00 í semmtitjaldi á tjaldsvæði fyrir 11–18 ára.

BLINDRABOLTI

Sunnudagur kl. 10:00–13:00 á gervi-grasvelli við grunnskólann. Krakkar fá tækifæri til að upplifa heim sjónskertra. Þátttakendur fá hlíf fyrir augu og sjá ekki fótboltann. Boltinn er með bjöllu í svo þátttakendur verða að hlusta vel eftir henni. Öll velkomin.

TÓNLEIKAR Á TJALDSVÆÐI

GDRN og Júlí Heiðar. Orri Sveins stýrir brekkusöng. Tónleikarnir hefjast kl. 21:00 og standa til kl. 23:00. Öll velkomin.

MÓTSSLIT

Sunnudagur kl. 23:00 í skemmtitjaldi á tjaldsvæðinu. Mótsslit fara fram að loknum tónleikum um kvöldið.



Skagafjörður



SUÐURNESJABÆR



HVERAGERDISBÆR



ÖLFUS



SNÆFELLSBÆR
Par sem jókulinn ber við loft...



FLUGELDASÝNING Á MÓTSSLITUM

Sunnudagur kl. 23:30 við tjaldsvæðið.

Við ljúkum dagskrá mótsins með flugeldasýningu. Öll velkomin.

GDRN Þetta er fjórða skiptið sem Guðrún Ýr Eyfjörð kemur á Unglingalandsmót UMFÍ. Hún hefur tvisvar keppt og einu sinni komið fram sem tónlistarkona.

„Ég fór á fyrsta mótið með bestu vinkonu minni og mömmu hennar árið 2009. Við skráðum okkur ekki í neitt lið og spiluðum með stelpum frá Sauðárkróki. En svo skráði ég mig líka í frjálssar af því að það var hægt að taka þátt í öllu. Það var æðislega gaman,“ segir hún. Ári síðar fór hún aftur á Unglingalandsmótið, sem þá var í Borgarnesi.



UMFÍ

FJÖLSKYLDUHÁTID FYRIR 11-18 ÁRA.
TÓNLEIKAR OG SKEMMTUN Á KVÖLDIN.

**UNGLINGA
LANDSMÓT
UMFÍ**

**SJÁUMST Á
EGILSSTÖÐUM
Á NÆSTA ÁRI!**

UNGMENNAFÉLAG ÍSLANDS
UNGMENNA- OG ÍÞRÓTTASAMBAND AUSTURLANDS
MÚLAPING

UMFÍ logo, Íþróttasamband Austurlands logo, and UMFÍ.IS logo.

GARPAR EHF.
GARÐYRKJA  **VÉLALEIGA**
 Þorsteinn Hannibalsson · Skrúðgarðyrkjumeistari · 8940444

UMFÍ Í HNOTSKURN

Ungmennafélag Íslands er landssamband ungmennafélaga. Heiti þess er skammstafað UMFÍ. UMFÍ var stofnað á Þingvöllum í ágúst árið 1907. Sambandsaðilar UMFÍ eru 25 talsins sem skiptast í 24 íþróttahéruð og eitt ungmennafélag með beina aðild. Alls eru um 450 félög innan UMFÍ, að stærstum hluta íþrótt- og ungmennafélög um allt land.



Einfalt
að velja
hollara

SMELLPASSAR í nestisboxid



Góða skemmtun og gangi ykkur vel
á Unglingalandsmótinu!

Við erum
öll í þessu
saman



LEIKURINN OKKAR