

Ársskýrsla
Klifurfélags
Reykjavíkur

2023 – 2024

EFNISYFIRLIT

Reksturinn

1

Pistill formanns
Húsnæði Klifurhússins
Klifurbúðin
Styrkir
Rekstrartölur
Iðkendatölur
Æfingagjöld
Eitt skipti

Námskeið og æfingar

2

Byrjendaboulders
V-æfingahópar
Team KH
Barna- og unglingastarf
Hópar
Sumarnámskeið
Sportklifur

Mót

3

Klifursamband Íslands
RIG 2024
Bikarmót 2023
Krakka- og skemmtimót
Íslandsmeistaramót í grjótblímu
Bikarmeistarmót í leiðsluklifri
Pistil Ben: „Bikarmót 2023“

Annað

4

Boltasjóður
Nýjungar og viðburðir
Ferðasaga



Fyrst og fremst viljum við þakka öllum starfsmönnum og sjálfboðaliðum kærlega fyrir árið sem er liðið og allar stundirnar sem hafa farið í að styðja við starfsemi félagsins og rekstur Klifurhússins.

Starfsmenn og sjálfboðaliðar félagsins gera Klifurhúsinu kleift að halda úti því frábæra starfi sem KFR stendur fyrir og eiga þið endalaust þakklæti skilið fyrir alla ykkar vinnu.

Stjórn Klifurfélags Reykjavíkur 2023 - 2024:

Hilmar Ingimundarson (formaður)

Sigtryggur Ari Jóhannsson

Ágústa Gunnarsdóttir

Marinó Eggertsson

Valdimar Björnsson

Emil Bjartur Sigurjónsson

Jóhann Haraldsson



Klifurfélag Reykjavíkur, KFR, er íþróttafélag sem á aðild að ÍBR og er eitt að aðildarfélögum Kilfursambands Íslands.

Meginhlutverk félagsins er að sjá um rekstur stærstu innanhúss klifuraðstöðu Íslands í Klifurhúsinu í Ármúla 21 og 23 og línuklifurveggjarins í Miðgarði í Garðabænum

KFR heldur Íslandsmeistaramót og Bikarmót í grjótgímu, styrkir klifrara til þátttöku á Norðurlandamótum, heldur námskeið og æfingar í grjótgímu og sportklifri og hefur umsjón með klettaklifursvæðum á Íslandi. Helstu markmið félagsins eru að hlúa að klifuríþróttinni og efla klifur á Íslandi.



Þessi skýrsla er gefin út af Klifurfélagi Reykjavíkur fyrir aðalfund 2024, fyrir starfstímabilið mars 2023 – apríl 2024.

Myndir:

Sannija Brunovksa & Galadrielle Guitard

Katla Lind & Lukka Mörk

Sigtryggur Ari & Sigurður Ólafur

Og fleiri stuðklifrarar sem eiga þakkir skilið, þið vitið hver þið eruð!

Texti:

Starfsmenn og stjórn

Uppsetning:

Þuríður Sóley Sigurðardóttir



Eflingu klifuríþróttarinnar!

Kæru klifrarar.

Mig langar að byrja á því að þakka öllum þeim fjölmörgu einstaklingum sem komið hafa að því að gera klifurstarfið á Íslandi jafnöflugt og áhugavert sem það nú er. Án vinnuframlags ykkar og ástundunar væri félagið okkar og aðstaðan í Klifurhúsinu ekki sú em hún er í dag.

Á nýliðnu rekstrarári höfum við haldið þétt á spöðunum og fylgt eftir uppbyggingu og vexti félagsins. Við kláruðum smíði og prufukeysrslu á aðstöðunni í Ármúla 21 og nú stefnum við á opnun fyrir almenning á vormánuðum 2024.

Rekstrartekjur félagsins jukust um rétt tæplega 30% og eru tekjur vegna barna- og unglingastarfs rúmlega 40% af innkomu æfingagjalda og er gaman að geta þess að yfir 7.000 einskíptis kort seldust á árinu. Við höldum áfram að fjárfesta í aðbúnaði og höfum fjárfest ríkulega í gripum til að auka fjölbreytni og möguleika á uppsetningu klifurleiða - hvort heldur sem er í Miðgarði eða Ármúla 21 og 23.

Á árinu 2023 var tap á rekstri félagsins sem nam 5,4 mkr, en það má rekja til stækkunar og aukins kostnaðar samhliða því að litlar sem engar tekjur voru af barnaafmælum, þar sem ekki náðist að klára úttekt á aðstöðunni í Ármúla 21. Reksturinn var í samræmi við áætlanir stjórnar fyrir árin 2023-2025. Að því sögðu er mikilvægt að við sýnum ráðdeild í rekstri félagsins á þessu rekstrarári og náum því markmiði að vera réttum megin við núllið til að tryggja stöðugleika í rekstri, en jafnframt að við einsetjum okkur að efla þjónustu við iðkendur. Liður í því er að afla aukinna tekna, og þá sér í lagi leigu á sal í Ármúla 21 fyrir ýmsa viðburði, en einnig að bæta vöruframboð Klifurhússins og þjónustu við klifrara með klifurtengdan varning og heilsusamlegri næringu fyrir, meðan og eftir æfingu.

Klifurfélag Reykjavíkur hefur verið sigursælt á liðnu ári og hafa keppendur félagsins staðið sig með glæsibrag og fjölmargir sigrar unnist. Þau eru ófá skiptin sem iðkendur hafa staðið á palli fyrir hönd félagsins. Það er gríðarlega ánægjulegt og mikilvægt fyrir alla og jafnframt mikil viðurkenning á því flotta og faglega starfi sem fram fer innan veggja félagsins alla daga ársins.

Klifurfélagið ætti að setja sér það markmið að verða „Fyrirmyndarfélag ÍSÍ“ og legg ég til að við hefjum þá vegferð sem fyrst.

Ég er enn tilbúinn til þess að bjóða fram krafta mína til áframhaldandi formennsku næstu tvö árin og halda áfram með þau verkefni sem stjórn hefur einsett sér að klára. Hugur minn er að þjóna félaginu og halda áfram að vinna að uppbyggingarstarfi með öllu þeim sem hafa markvisst komið að því á undanförunum árum. Einu risastóru máli er enn ólokið, en það er að tryggja félaginu framtíðarhúsnæði og aðstöðu til frekari stækkunar og eflingar samfélagi klifrara og sömuleiðis öllum þeim sem vilja kynnast klifuríþróttinni og læra inná það hvernig takast megi á við þyngdaraflið í sinni fjölbreyttustu mynd. Viðræður við Reyjavíkurborg um uppbyggingu á Toppstöðinni hafa gengið ágætlega undanfarna mánuði. Vonandi sjáum við til lands í þeim málum á komandi vikum og að samningar geti náðst um uppbyggingu í Elliðárdalnum.

Ég hlakka til að sjá ykkur sem flest í klifrinu í sumar, í Miðgarði snemma á sunnudagsmorgnum eða í góðu „session-i“ í Klifurhúsinu.

Með kærri kveðju,

Hilmar Ingimundarson

Formaður Klifurfélags Reykjavíkur

Yfirferð á húsnæðum Klifurfélags Reykjavíkur

Klifurhúsið í Ármúla 23

Í klifursalnum í Á23 eru cirka 15 klifurveggir með mismunandi hallastigum og leiðirnar þar eru allt frá fyrir byrjendur í klifri til lengra komna. Í húsinu er lyftinga- og teygjuaðstaða ásamt svæði til að stunda styrktaræfingar fyrir klifur og Moon veggur félagsins er staðsettur þar.

Í enda klifursalarins er síðan 6,90 m hár línuklifurveggur með tveimur sjálfvirkjum tryggingartækjum (e. autobelay). Við mælum með að klifrarar nýti þessa aðstöðu til að æfa sig fyrir línuklifurpróf KÍ (ath. vegna öryggisástæðna er ekki hægt að leigja línuklifurbúnað í Klifurhúsinu og þurfa klifrarar því að koma með hann sjálfir). Í Á23 má einnig finna afgreiðslu Klifurhússins og Klifurbúðina, ásamt búningsklefum félagsins og sturtuaðstöðu.

Opnunartíma Klifurhússins í Á23 má finna neðst á heimasíðunni en við viljum benda á að hann skiptist í sumar- og vetraropnunartíma. Skiptingin á sér iðulega stað þegar grunnskólar í Reykjavík fara í sumarfrí og hefjast að nýju, þar sem á sumrin stendur klifurfélagið fyrir sumarnámskeiðum fyrir börn á aldrinum 6 – 10 ára.

Fjölskyldu- og æfingasalirnir í Ármúla 21

Í Ármúla 21 við hlið Klifurhússins í Ármúla 23 er fjölskyldu- og æfingasalur félagsins. Í fjölskyldusalnum eru klifurveggir sérstaklega ætlaðir börnum og hægt er að leigja salinn fyrir viðburði. Á efri hæð húsnæðisins er síðan lítil veitingasalur sem er hægt að nýta fyrir bæði afmæli og fundi.

Klifurveggirnir í æfingasalnum í Á21 eru nýttir fyrir leiðir sem eru helst til plássfrekar fyrir salinn í Á23 og eru á yfir miðlungs háu erfiðleikastigi. Þar má einnig finna tvo “kaos” vegg, (klifurveggir með ótal gripum þar sem klifrarar geta skapað sínar eigin leiðir eftir hentugleika). Markmið annars kaos veggjarins er að reyna meira á puttastyrk og líkamlega spennu en markmið hins veggjarins er að reyna meira á axlir og klemmugrip (e. slopers).

Í kjallaranum í Á21 er lyftingar- og teygjuaðstaða ásamt tveimur teygjusölum sem félagið og iðkendur geta nýtt sér og hægt verður að nálgast stundatöflu fyrir þá á heimasíðu félagsins.

Opnunartími Á21 er misjafn eftir dögum og svæðum:

Fjölskyldusalurinn er ýmist frátekinn fyrir æfingar, afmæli og almennan opnunartíma.

Æfingasalurinn í Á21 er að mestu leyti opin á sama tíma og Klifurhúsið í Á23 fyrir korthafa félagsins en 4 sinnum í viku er hann lokaður í 2-3 klst. í senn vegna æfinga afrekshóps Klifurhússins og landsliðsæfinga KÍ.

Salurinn er frátekinn fyrir æfingar afrekshóps Klifurhússins og landsliðs KÍ þriðjudaga og fimmtudaga kl. 18-20 og um helgar kl. 12-15.

Línuklifurveggurinn í Miðgarði

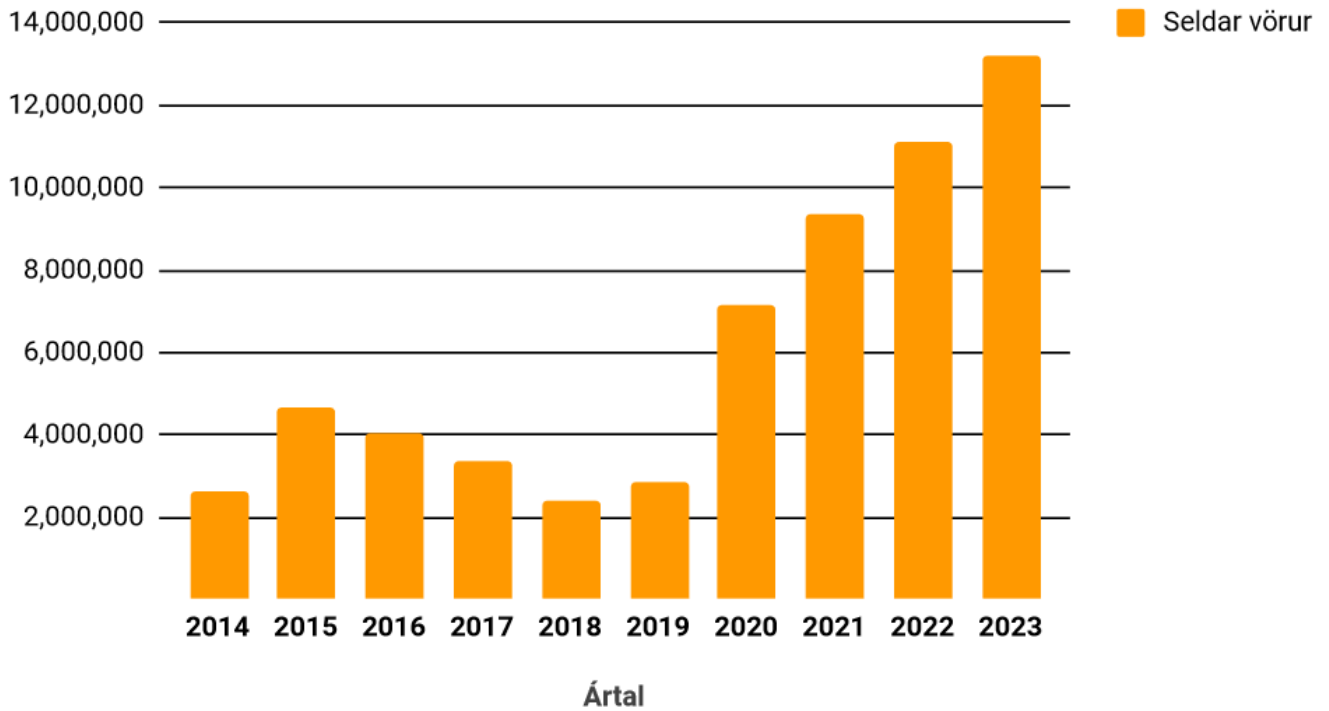
Í fjölnota íþróttahúsinu Miðgarði í Garðabæ er 13 m hár línuklifurveggur sem Klifurhúsið sér um að reka fyrir hönd Miðgarðs. Aðgangur að veggnum fæst í gegnum Klifurhúsið en allir þeir sem eiga kort í Klifurhúsinu eru með aðgang að honum.

Til að klifra í Miðgarði þarf klifrarinn að mæta með sinn eigin búnað og vera með prófskírteini frá Klifursambandi Íslands (KÍ).

Klifurbúðin

Rekstur Klifurbúðarinnar gengur vel og jókst salan um 18% á milli ára annað árið í röð. Helstu áherslurnar í henni eru á klifurskó, æfingabúnað og fatnað. Litlar breytingar hafa verið á milli ára á birgjum en helstu birgjarnir eru: Tenaya, La Sportiva, Red Point, GG sport (klifurbelti og línur), YYVertical, Beastmaker, Into the Wild og Moon Climbing. Nýjasta vörumerkið er Into the Wild en Klifurhúsið hóf sölu á klifurbuxum frá þessu franska merki snemma á árinu 2023 við góðar viðtökur.

Klifurbúðin





Styrkir

Styrkir til Klifurfélagsins eru ómetanlegir fyrir allan rekstur og framþróun og því er mikilvægt að gera þeim skil hér. Félagið þakkar innilega fyrir okkur.

ÍBR: Verkefnasjóður, Afrekssjóður, Hitt húsið og Lottó.

ÍTR: Íþróttahús, félagsaðstaða og sumarnámskeið.

Rekstrartölur

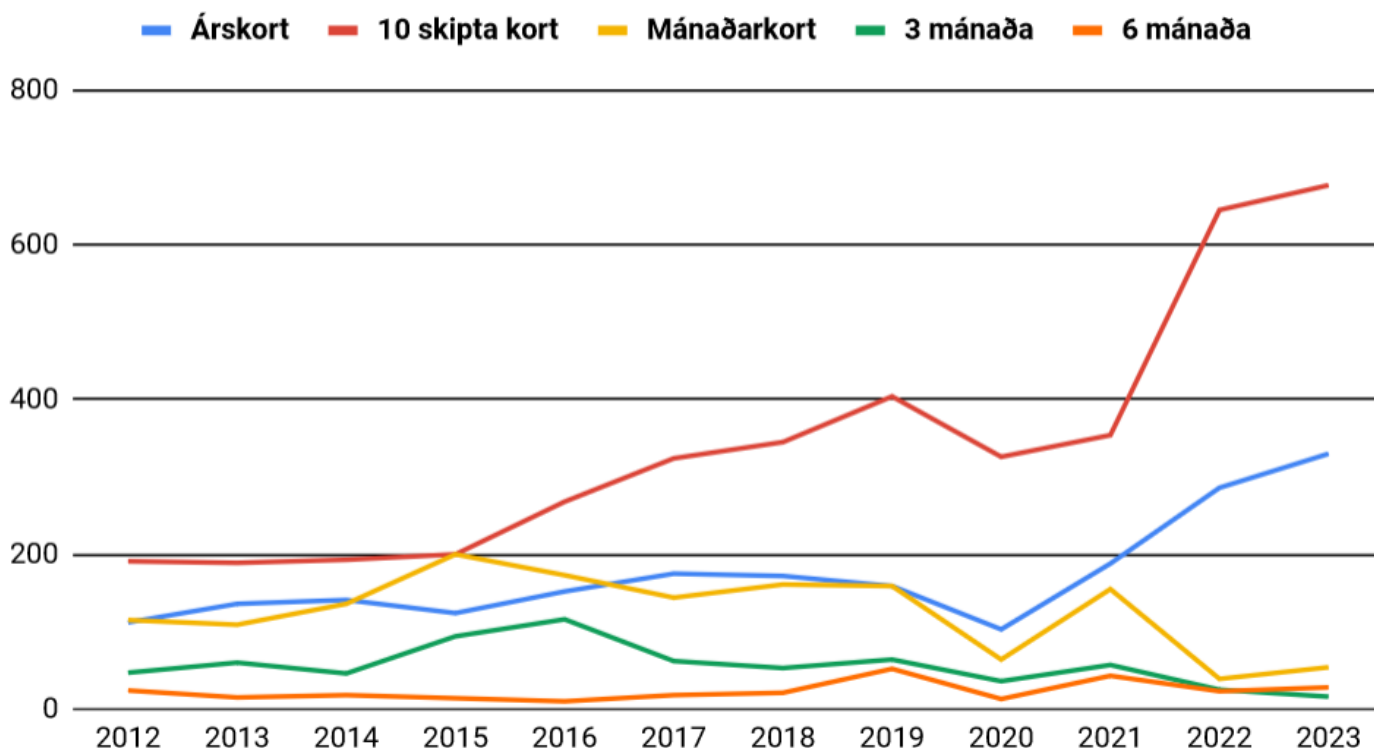
| | 2023 | 2022 | 2021 | 2020 |
|-----------------|----------------|-----------------|----------------|----------------|
| Rekstrartekjur: | 159.466.619 | 123.403.109 kr. | 99.906.380 kr. | 67.837.096 kr. |
| Laun: | 75.358.219 | 59.415.082 kr. | 48.265.045 kr. | 33.752.967 kr. |
| Rekstrargjöld: | 167.100.493 | 131.262.171 kr. | 84.194.261 kr. | 61.066.394 kr. |
| Hagnaður,(Tap): | (5.356.383kr.) | (7.022.289 kr.) | 15.211.825 kr. | 6.770.702 kr. |

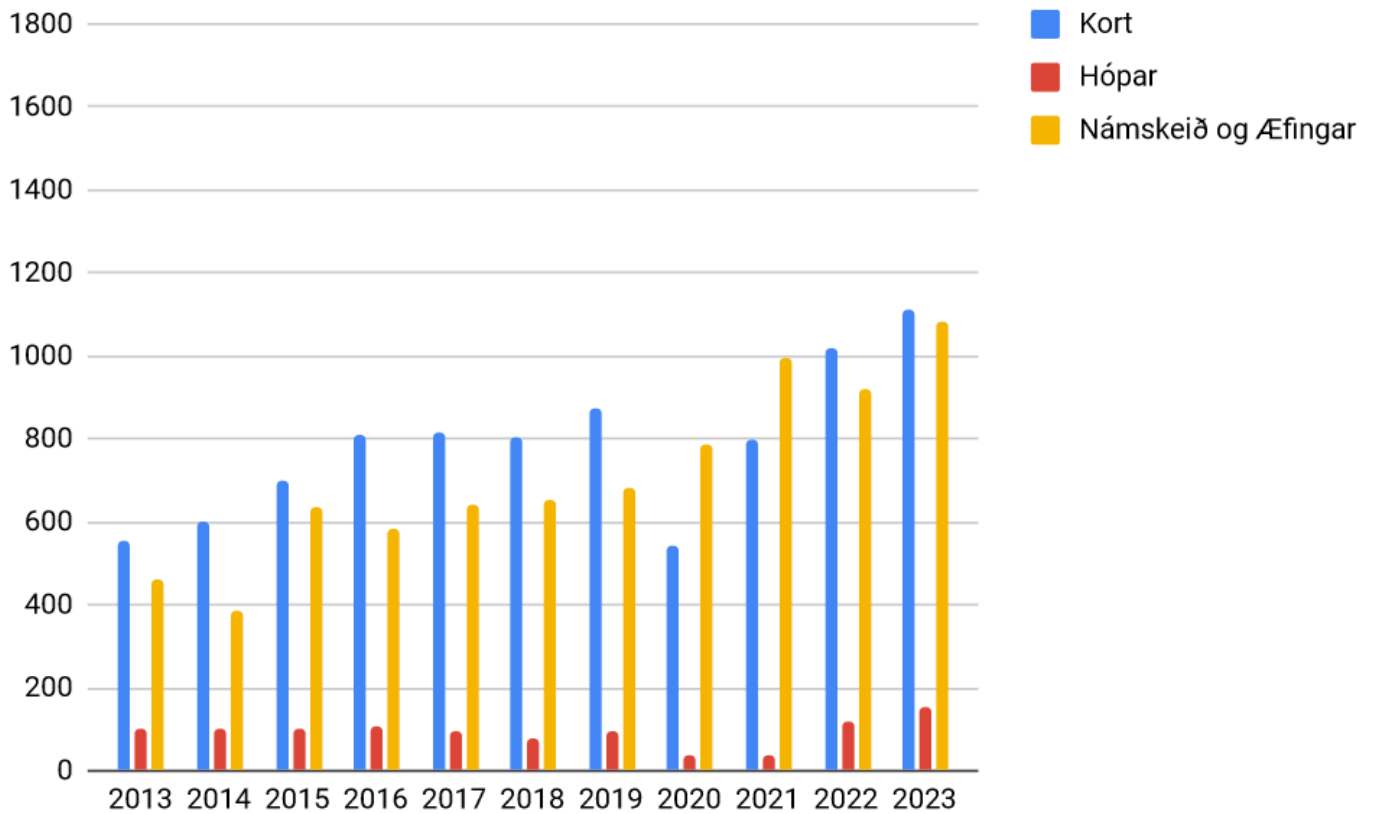
Halli var á rekstrinum upp á rétt rúmar fimm milljónir sem útskýrist af mestu leiti af fjárfestinum í nýja húsnæðinu og loftræstikerfi fyrir bæði Ármúla 23 og Ármúla 21.

Iðkendatölur

Ágætis aukning var á iðkendatölum Klifurhússins 2023. Fjöldi plássá á æfingar hjá börnum og ungmennum fjölgaði með tilkomu viðbótarhúsnæðis í Ármúla 21 og það sama gildir um fjölda þátttakenda á sumarnámskeiðum félagsins. Við fögnum öllum þessu nýju iðkendum og bjóðum þau velkomin í samfélag klifrara hér á landi!

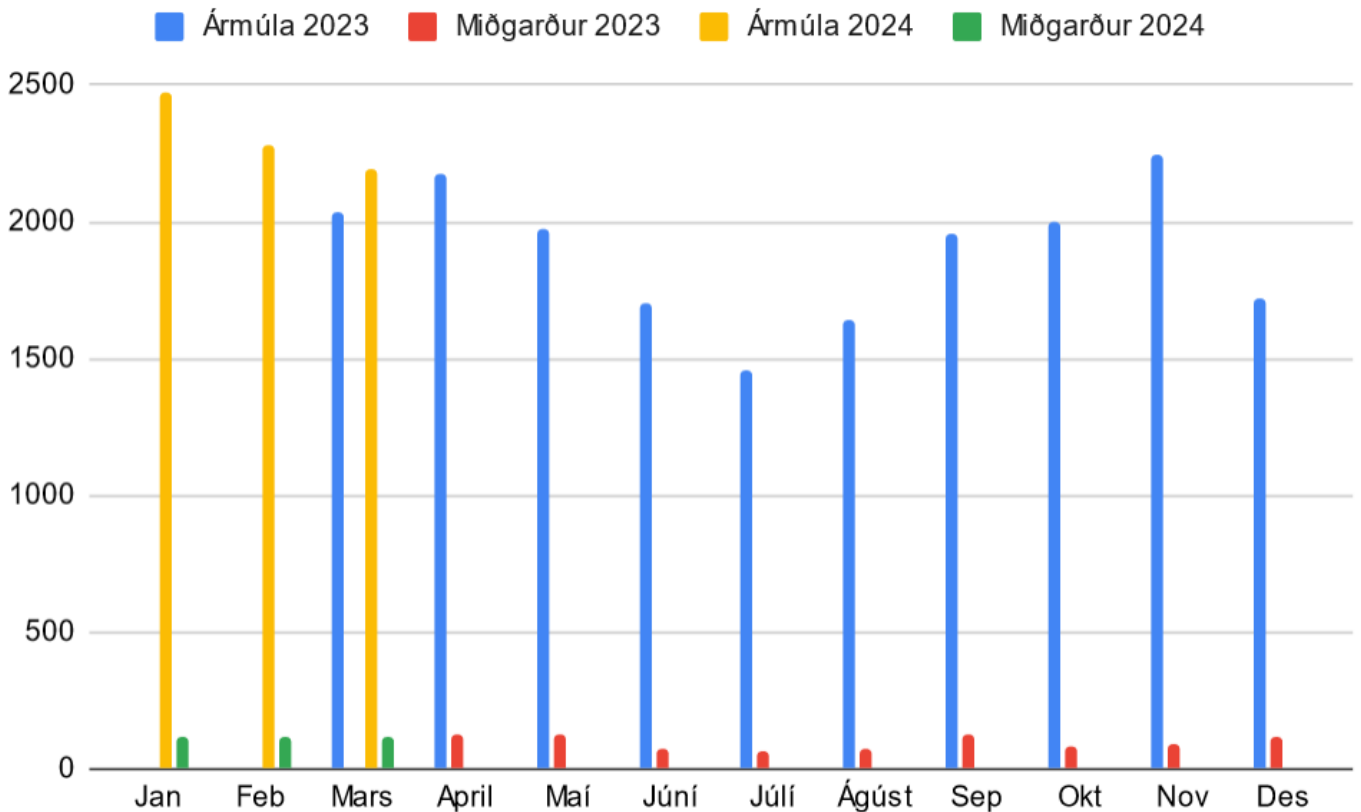
Árskort, 10 skipta kort, Mánaðarkort, 3 mánaða, 6 mánaða...





Mæting milli mánaða

Hér fyrir neðan má sjá mætingu milli mánaða í þrjú húsnæði Klifurfélagsins frá apríl 2023 út mars 2024.



Æfingagjöld

Skiptingu æfingagjalda milli hópa 2023 má sjá hér fyrir neðan en í grafið vantar eftirfarandi „vörur“ sem falla undir flokkinn æfingagjöld í ársreikningnum: Mótagjöld, aðgangseyrir hópa og stök leiga á kalki og/eða klifurskóm sem telur u.þ.b. 3,5 millj. fyrir árið 2023.

Flokkarnir eru eftirfarandi:

Börn og ungmenni: Allar æfingar og aðgangur undir 18 ára ásamt sumarnámskeiðum.

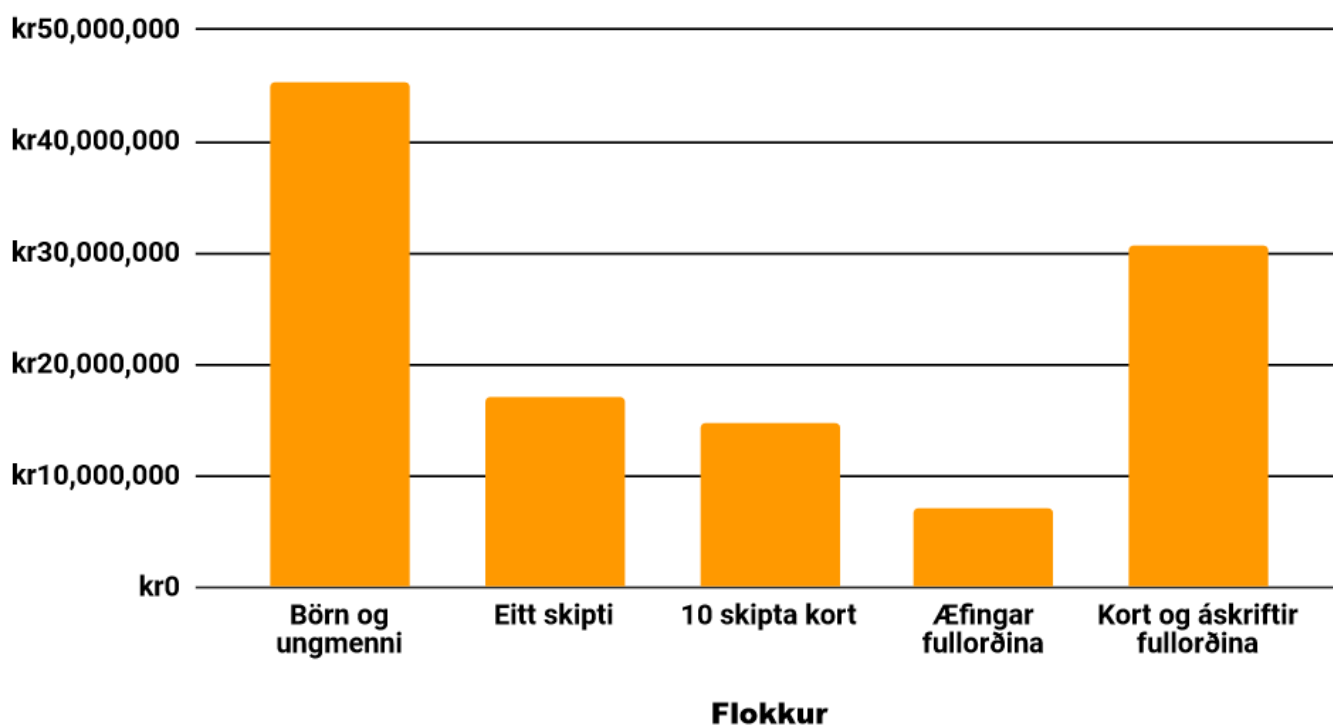
Eitt skipti: Allur stakur aðgangur á árinu, með eða án skóleigu.

10 skipta kort: Öll skiptakort seld á árinu, með eða án skóleigu.

Æfingar fullorðina: Skipulagt æfingastarf og námskeið fyrir fullorðina. (V hópar, línuklifurnámskeið, byrjendaboulders og fleira).

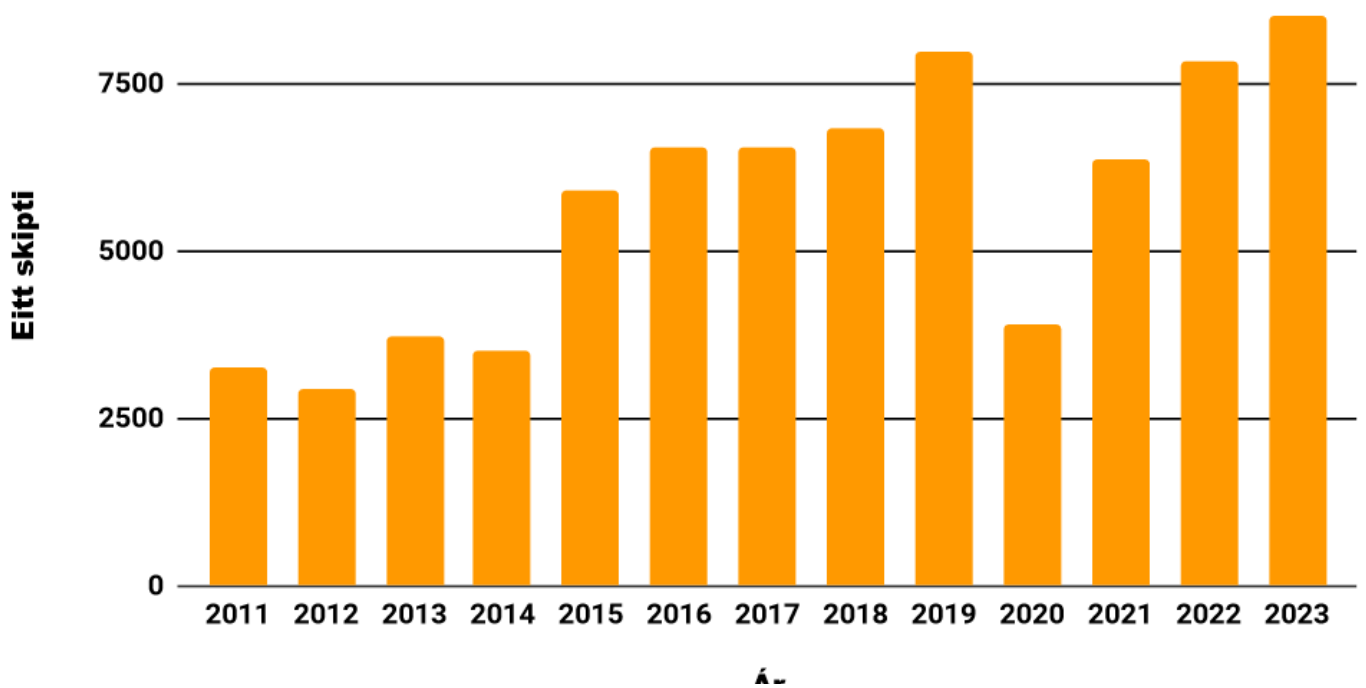
Kort og áskriftir fullorðina: Öll aðgangskort fyrir fullorðina, þ.m.t. námsmannakort, staðgreidd kort og mánaðarleg áskriftarkort.

Æfingagjöld 2023



Eitt skipti

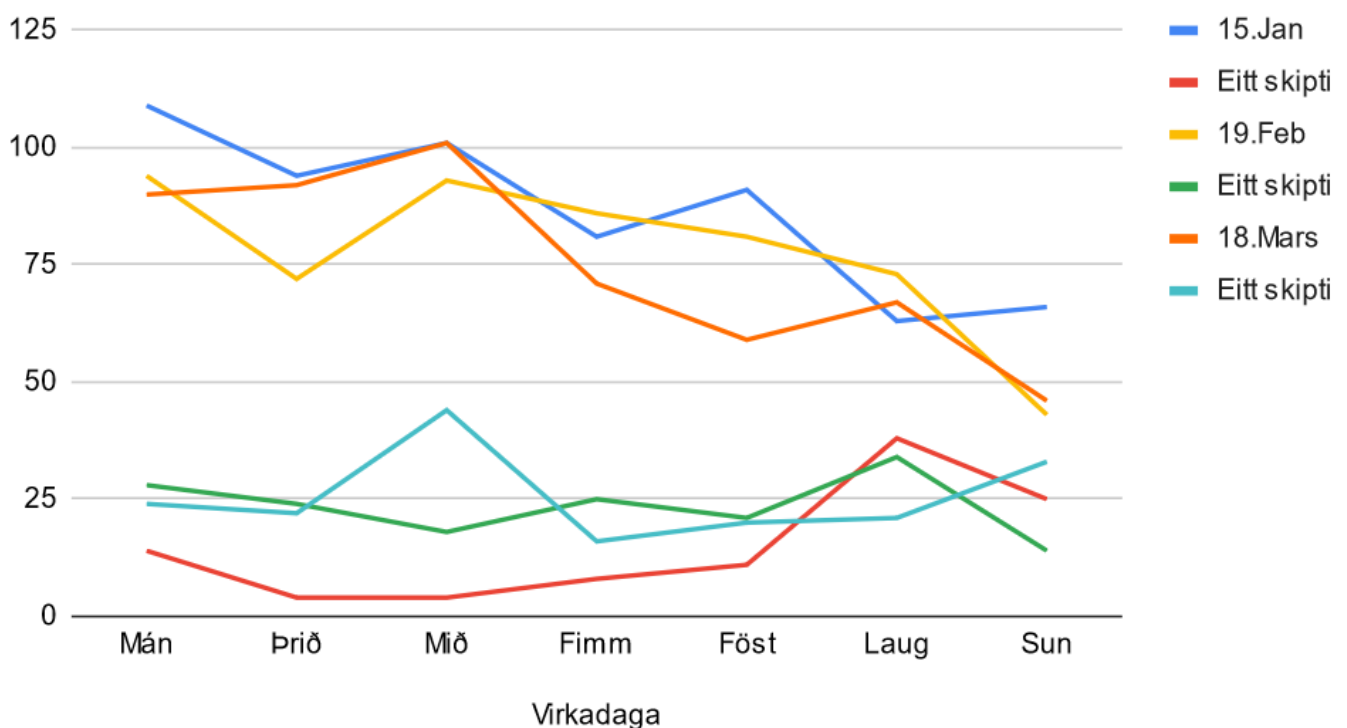
Mikið var um sölu á stökum aðgangi á árinu en til gamans má geta þá deilist heildartalann á árið þannig að rúmlega 19 stök skipti seldust fyrir hvern dag.



Mæting milli vikudaga

Með tilkomu Sportabler aðgangsstýrikerfinu þá er núna auðvelt að sækja mætingarskýrslur úr kerfinu og til gamans má sjá hér fyrir neðan hvernig mætingin skiptist

Aðgangskort fullorðina og eitt skipti



2

Námskeið og Æfingar

- Byrjendaboulders
- V æfingarhópar
- Team KH

- Barna- og unglíngastarf
- Hópar
- Sumarnámskeið
- Sportklífur

Námskeið & æfingar

Það var nóg að gera hjá félaginu síðastliðið ár og fjöldi iðkenda sótti þau námskeið og þær æfingar sem voru í boði að hverju sinni. Æfingar barna og ungmenna voru eins og áður vel sóttar og öll pláss tekin en allt í allt æfðu 389 börn og ungmenni hjá félaginu árið 2023.

Stundataflan er í hámarksnýtingu og voru ákveðnar æfingar hjá börnum fluttar yfir í Ármúla 21 (allar æfingar fyrir 7-8 ára og hjá hópum 1 fyrir 9-10 ára og 11-12 ára).

Æfingarnar hjá afrekshópi Klífurhússins fóru að mestu leiti fram í Ármúla 21 sem skapaði meira svigrúm fyrir leiðauppsetningu fyrir almenna klífrara í Ármúla 23 en 32 iðkendur eru í Team KH og flutningur þeirra í Á21 létti mikið undir starfseminni í Á23.



Byrjendaboulders

Byrjendaboulder er haldið reglulega yfir árið yfir tveggja vikna tímabil og er hvert námskeið fjórum skipti en 93 iðkendur sóttu námskeiðið árið 2023.

Skipulagið á hverju námskeiði fyrir sig er með eftirfarandi hætti:

„Fyrsti tíminn á námskeiðinu fer í að kynna fólk fyrir Klífurhúsinu og hvernig leiðakerfið hjá okkur virkar. Markmiðið er að fá fólk til að prufa sem fjölbreyttastar leiðir til að prufa að beita líkamanum á mismunandi hátt. Í öðrum tímanum er áherslan á fótavinnu. Ég legg áherslu á að þau reyni að nota stóru tánna og geri æfinguna „hljóðir fætur“ til að fá þau til að hugsa um það hvernig þau stíga á gripin. Í þriðja tímanum er farið í hvernig er hægt að hreyfa líkamann á mismunandi hátt á veggnum. Þar sem fólk á það yfirleitt til að snúa mjöðmunum beint að veggnum til að byrja með þá reyni ég að fá þau til að prófa að snúa mjöðmunum að veggnum í hreyfingum. Einnig legg ég áherslu í þessum tíma á að fólk átti sig betur á því hvernig þau geta komið í veg fyrir „barn door“. Í fjórða og síðasta tímanum fá þau tækifæri til þess að vinna í leiðum. Áherslan er á að þau vinni saman í hópum í leið og tali saman um leiðina. Í gegnum námskeiðið legg ég áherslu á að enginn einn möguleiki sé réttari en annar þegar kemur að því að komast upp leið, við erum öll með svo misjafna styrkleika.“

V æfingarhópar

Arnar Steinn skrifar:

Á síðasta ári fóru fram sirka 6 tímabil af námskeiðum sem hvert var um 2 mánuði í senn.

Boðið var upp á ýmis erfiðleikastig frá v0-v2 upp í v3 – v5.

Í hverjum hóp voru 6-10 einstaklingar af öllum kynjum og aldursbilum.

Þjálfunin á þessum hópum var að öllu leyti í höndum á þjálfurunum því gat verið mikill munur á hvernig þjálfarar nálguðust hvern æfingarhóp, hvort það væri þá meiri áhersla á tækni, þrek eða félagskapin.

Það er krefjandi að þjálfarar svona fjölbreytta klifrarar því er engin nálgun best, í v3-v5 var mikil tilraunastarfsemi í gangi síðasta ár og var prufað að vera með stóra hópa þá í því mesta 16 mans og að auka æfingarnar upp í 3 í viku. Það var reynt á workout of the day (W.O.D), sérstakar teygjuæfingar, tækniæfingar, þrekæfingar, reynt á erfiðar hreyfingar á erfiðum gráðum og margt fleira.

Það sem var og er helsta áherslan er einfaldlega bara að klifra og hafa gaman, sem má segja að hafi gengið ágætlega þar sem það var nánast sami hópurinn öll tímabilin í v3-v5. Því má vonast að það verði fleiri hópar í boði á næsta ári svo það komist fleiri klifrarar að.

Team KH

Klifurfélag Reykjavíkur býður upp á afreksstarf fyrir framúrskarandi klifrarar. Í afrekinu fer fram hæfileikamótun fyrir unga og efnilegra klifrarar á aldrinum 13 til 19 ára auk þess sem meistara-flokkurinn er fyrir klifrarar sem keppa í fullorðinsflokki.

Þjálfarar hópsins eru Elmar Orri Gunnarsson, Hildur Björk Adolfsdóttir, Elísabet Birgisdóttir og Sigrún Rósa Hrólfsdóttir.

Samantekt á helstu afrekum á erlendum mótum

- Svana Bjarnason, 73. sæti í heildarkeppninni HM (s.s. bæði grjótblíma og línuklifur) og 56. sæti á heimsbikarmóti í línuklifri í Briancon.
- Gabríela Einarisdóttir, 6. sæti á NM í línu og náði 3. sæti á dönsku bikarmóti í línuklifri.
- Guðmundur Freyr Arnarson, 88. sæti í grjótblímu og 85. sæti í heildarkeppni HM. Hann endaði í 7. sæti á NM í línu.
- Birgir Óli Snorrason náði 9. sæti á NM í línuklifri.
- Stefán Þór Sigurðsson endaði í 10. sæti á NM í línuklifri.
- Lukka Mörk Blomsterberg, 25. sæti í U20 á Evrópumeistaramóti ungmenna í grjótblímu.
- Vítoría Reuter, 5. sæti á sænsku bikarmóti.
- Paulo Mercado Guðrúnarson, 1. sæti í U18 á bikarmóti í grjótblímu í Danmörku.
- Agnes Matthildur Folkmann, 5. sæti í U18 á NM í grjótblímu.
- Jenný Þóra Halldórsdóttir, 8. sæti í U16 á NM í grjótblímu og 2. sæti í U16 á dönsku bikarmóti í grjótblímu. Hún sigraði síðan í U16 á dönsku bikarmóti í línuklifri í nóvember.
- Ilmur Jónsdóttir, 3. sæti í U14 í Skoska unglingsmeistaramótinu í línuklifri og 6. sæti (U14) í skosku grjótblímumótaröðinni. 3. sæti í fyrstu umferð Four Nations Lead Series og 4. sæti á English Lead Cup í Exeter.

Barna- og unglíngastarf

Rúmlega 389 börn og unglíngar stunda skipulagðar æfingar hjá félaginu. Fyrirkomulag æfinga hefur haldist svipað og síðastu ár. Nokkuð stór hópur áhugasamra og sterkra klífrara hefur myndast í almennu æfingarhópunum. Æfingarnar eru þétt setnar og biðlistar fyrir þær flestar. Á vor- og haustönn eru æfingar í húsinu fyrir börn og ungmenni á aldrinum 5-18 ára alla daga vikunnar og mikill metnaður fer í að halda uppi gæðum æfinganna.

Frábært teymi af þjálfurum vinnur gott verk í þessu starfi og ánægja iðkenda og aðstandenda með félagið ber oft til tals. Félagið hefur síðan undanfarin ár unnið hörðum höndum að því að tryggja að upplýsingarflæði til forráðamanna sé gott og að skipulag við skráningar sé með sem besta hætti. Sú vinna hefur skilað góðum árangri, nokkrir foreldrar hafa jafnvel haft orð á því að upplýsingaflæðið sé með því besta sem þau hafa upplifað frá íþróttafélagi hérlendis og tökum við þeim hrósum fagnandi! Áfram Klífurhúsið!

Sumarnámskeið KH Klífurhúsið

Handbók Foreldra

Börnin mæta alltaf kl 9:00 í Klífurhúsið, Ármúla 23 eða 21 bakhús (gengið er inn á hlið hússins) og enda daginn þar, ætlast er til þess að allir séu sóttir tímanlega kl. 16:00

Vegna þess hversu mikið námskeiðið fer fram úti er einnig rætt um virðingu fyrir náttúrunni og mikilvægi þess að taka allt rusl með sér aftur til baka svo eitthvað sé nefnt.

Ath: "Pottapartý" daginn (mið eða föst - sjáðu niður) er grillveisla og grillaðar eru pylsur og djús eða kókmjólk með, þá þarf aðeins 2 nesti.

Dagskrá:
Dagskráin er spiluð eftir veðri og getu hópsins, en ef að það rignir mikið er meiri áhersla lögð á innklífur, æfingar og leiki þar.

Börnin byrja alltaf daginn á frjálsum klífri og æfingu, áður en dagskrá dagsins hefst.

Mánudagur: Farið er með hópinn í leiki og hópefingu á leikjavæðinu við Langholtsskóla.

Þriðjudagur / Fimmtudagur: Farið verður með hópinn út í klettaklífur í Öskjuhlíðinni. Þann dag sem veður er ekki ákjósanlegt, þá förum við í Miðgarð eða Á23 fyrir innklífur.

Hinn daginn fer yngri hópinn í Árbæjarsafnið þar sem krakkarnir fá að kynna gömlum leikjum sem íslensk börn léku sér í á árum áður, og eldri hópinn fer í fjallgöngu á Úlfarsfell.

Miðvikudagur / Föstudagur: Einum af þessum dögum verður varið í Fjölskyldu- og húsdýragarðinum, fyrst er farið að skoða dýrin og síðan í leiki í garðinum sjálfum. Hinn dagurinn er alltaf fullur af skemmtilegheitum! Við horfum á bíómynd saman, grillum pylsur í hádeginu, setjum upp aparólu inni í Klífurhúsinu sem börnin fá að renna sér eftir og eigum glaðan lokadag saman!

6 - 7 ára: Langó, Árbæjarsafn, Pottapartý, Öskjuhlíð, Húsdýragarður. Þau byrja og enda daginn í Á21
8 - 10 ára: Langó, Öskjuhlíð, Húsdýragarður, Úlfarsfell, Pottapartý. Þau byrja og enda daginn í Á23

Útbúnaðarlisti

- Þægileg æfingarföt
- Hlján yfirfatnað eftir veðri (námskeiðið er mikið úti).
- 3 holl nesti
- Þægilegur bakpoka
- Sundföt og handklæði fyrir pottapartý daginn en við buslum saman í heimatilbúnum heitum pottum fyrir aftan húsið

Búnaður sem allir fá að láni:

- Klífurskó
- Klífurbelti
- Kalk
- Hjálmur
- Allur annar búnaður sem þarf



Hópar

Klífurhúsið tekur á móti hópum allan ársins hring en að mestu leiti fyrir kl. 15:00 á virkum dögum. Hóparnir eru þá í flestum tilvikum skóla- og frístundaheimilishópar en einnig íþróttatímar með kennurum. Stuttu áður en þessi orð voru rituð var byrjað að halda afmæli í nýja húsnæðinu í Ármúla 21 við mikla lukku.

Aðrir hópar eru meðal annars æfingahópar frá öðrum íþróttafélögum, starfsmannahópar og vinahópar fullorðinna einstaklinga sem vilja gera sér glaðan dag í klífursalnum.

Sumarnámskeið Klifurhússins

Klifurhúsið heldur úti mjög vinsælum sumarnámskeiðum fyrir börn á aldrinum 6-12 ára yfir 9 vikna tímabil á sumrin og hefur verið fullt á öll námskeiðin undanfarin sumur og var árið 2022 engin undantekning þar á. Frábært úrval starfsfólks starfar við þessi námskeið á hverju sumri og hafa sumir í starfsmannahópnum jafnvel verið sjálf á sumarnámskeiðum félagsins á sínum yngri árum. Án starfsmannana væru námskeiðin svo sannarlega ekki svona gríðarlega vinsæl og við viljum þakka starfsmannahópnum alveg sérstaklega fyrir að vera eins frábær og raun ber vitni. Þið eruð best!



Sportklifur

Vikar Hlynur Þórisson skrifar:

Bætt aðstaða fyrir æfingar í leiðsluklifri innanhúss allt árið um kring er meiri breyting en ég hafði gert mér í hugalund. Það hefur sýnt sig með tilkomu aðstöðu í Miðgarði. Það tekur ekkert frá okkur í útiklifri, er aðeins viðbót í sportið og nýtist öllum sem vilja. Til verða klifrarar sem aðeins vilja klifra línuklifur innanhúss sér til gamans og aðstaða er fyrir afreks íþróttafólkið okkar í undirbúning fyrir stórmót erlendis. Einnig nýtir fólk sér aðstöðuna til að koma sér í leiðsluklifurform fyrir utanlands klifurferðina sína. Mikill uppgangur og aukinn áhugi er á sportklifri á landinu með tilkomu betri æfingaraðstöðu og meiri þátttöku afreks klifrara í mótum erlendis.

Miðgarður:

Bætt aðstaða fyrir æfingar í leiðsluklifri innanhúss þar sem hægt er að stunda æfingar allt árið um kring á rigningardögum sem og köldum vetrar dögum. Að skreppa í aðgengilegt línuklifur eftir vinnu án þess að keyra útfyrir bæjarmörkin er mikil breyting fyrir sportið. Það hefur sýnt sig með tilkomu aðstöðunnar í Miðgarði. Þetta kallar á allskonar ófyrirgætt móguleika fyrir klifur iðkendur. Aðstaða fyrir æfingar afreks íþróttafólks, kennsla fyrir byrjendur og allt þar á milli. Sem dæmi: fyrir þrjátíu árum æfði Björn Baldursson einungis leiðsluklifur í klettum fyrir heimsmeistaramót í leiðsluklifri þar sem leiðir eru settar upp með plastfestum. Einnig er hægt að vera í sportklifurformi hér á klakanum í desember og fljúga út til heitari landa í styttri ferðir. Lenda þar hlaupandi beint í sínar erfiðari gráður og njóta þess að klifra í toppformi. Án þess að þurfa of langan tíma til að aðlagast klettinum og koma sér í leiðsluklifurgírinn. Það er ekki bara úthald eða æfing í að klippa línunni í tvísta. Fyrir marga er líka æfing að vera með hausinn tilbúinn í átökin og áhættuna við að detta í línuna og treysta á búnaðinn.

Aðstaðan í Miðgarði er nýtt af almennum iðkendum, yfir 300 manns hafa nú þegar náð sér í réttindakort og smám saman fjölgar klukkustundunum sem veggurinn er í notkun. Nú þegar eru alltaf einhverjir sem klifra í veggnum öll kvöld vikunnar til viðbótar við skipulagðar æfingar í hverri viku. Dreift álag er um helgar frá 10 - 18. Gróflega má ætla að 50 manns klifri reglulega í veggnum, en þeim fer fjölgandi. Það sýnir sig að ef aðstaðan er fyrir hendi þá verður hún nýtt. Nú með tíðari námskeiðum og æfingum í leiðsluklifurveggnum "okkar" er greinileg ástæða til þess að fá stærri vegg eða skipuleggja tímann betur. Stærri veggur og fleiri autobelay tæki gera meiri umferð (það er þekkt frá nágrannalöndum okkar) og gerir okkur auðveldara fyrir að taka á móti hópum. Sportklifur veggur hefur öðruvísi rekstrar þarfir en boulder og það verður áhugavert hvernig má nýta þessa aðstöðu sem best til innkomu fyrir félagið og aðstöðu fyrir afrekshópin og áhugasama útiklifur iðkendur.

Línuklifurnámskeiðið:

Línuklifurnámskeiðið eru tveir dagar og tveir tímar í senn sem kenndir eru í sömu vikunni. Þar er farið yfir tryggingu með grigri (tryggingartól með hjálparbremsu) þar sem klifrað er í ofanvaði (e. top-rope). Það er ágætis tími til að æfa einfalt handbragð við tryggingu og svo eru iðkendu hvattir til að prófa að taka fall. Þannig lærist rétt handbragð við tryggingu betur og viðbragðið verður náttúrulegra. Það kemur líka hraðar traust á búnaðinn þegar reynt er á hann og iðkendur njóta sín betur við að reyna við erfitt klifur í línu. Á þessu námskeiði er meira talað um tryggjarann og öryggi. Farið er yfir endingu og ástandsskoðun á búnaði ásamt fleiru.

Leiðsluklifurnámskeiðið:

Leiðsluklifurnámskeiðið er aðeins einn dagur. Tveir tímar sem eru vel nýttir í leiðsluklifur og tækni við að klippa í, hvíla og meta hvenær er hætt á falli og hvenær maður er öruggur. Það er lítil viðbót fyrir tryggjarann þar sem einbeitingin er mikil á hann í fyrra námskeiðinu. Aðal viðbótin er að gefa slaka þegar klifrari þarf að klippa í næsta tvist. Á þessu námskeiði hefur einnig þótt vinsælt að prófa að taka fall í línuna. Hugtökin pendúl-fall og mjúk trygging (e. soft catch) er útskýrt svo fátt eitt sé nefnt.

Vinnustofur

Vinnustofurnar eru tvær. Ein tveggja tíma vinnustofa þar sem farið er yfir grunninn í útiklifri sem er fyrir utan það sem kennt er í línu- og leiðsluklifurnámskeiðinu. Þar er farið yfir það hvernig þræða á akkeri og einhver tími er fyrir tækni æfingar og spurningar frá iðkendum. Hin vinnustofan er fyrir aðeins lengra komna og þá sem vilja bæta sig í leiðsluklifri og læra á öruggan hátt að ná betri árangri í erfiðari leiðum. Farið er ítarlega yfir smáatriði sem skipta máli fyrir tryggjara til að tryggja öryggi klifrarans þegar hann er að klifra á mörkum þess að detta, eða þegar klifrari er að vinna í leið og er að detta ítrekað. Farið er yfir fallæfingar og hvernig er best að byrja þær og skref fyrir skref að byggja upp traustið til að reyna sitt besta í erfiðari leiðum. Farið er yfir ýmis jaðartilfelli sem koma upp í náttúrulegum aðstæðum og mikilvægt er að þekkja. Þá er líka talað um ýmis praktísk mál svo sem þyngdarmun á klifrum og hvernig best er að hreinsa eða topropa yfirhangandi leið. Farið er yfir flest allt varðandi tvista sem eru ekki varanlegir í öllum leiðum úti eins og við þekkjum nú í innanhús klifri og einnig er farið er yfir klifurtækni og aðferðir við að læra að nýta grjótblímu styrkinn í sportklifri.

Lokaorð

Með stærri vegg í framtíðinni er klárt mál að meiri peningur kemur inn og styrkir heildarstarfið í félaginu. Fjölbreytt starf afrekshóps, ásamt áhuga klifrara og byrjenda með námskeið og vinnustofur eru klárlega að fara að blómstra með bættri aðstöðu. Það hef nú þegar sýnt sig. Með aukinni aðstöðu fyrir sportklifur og æfinga afreks klifrara hefur áhugi á sportinu aukist. Línuklifur og leiðsluklifur námskeiðin eru ágætlega sótt og fleiri klára þessi námskeið nú en áður því þau eru stutt og hnitmiðuð.

Vinnustofurnar vekja meiri áhuga en skráningar. Aðeins var haldin önnur vinnustofan vegna dræmrar skráningar en einhver áhugi hefur sýnt sig eftirá. Aðstaðan er mikilvæg til að geta haldið innanhúss æfingar fyrir keppnir erlendis. Það er mikilvægt að hafa aðstöðu fyrir Íslandsmeistaramót og bikarmót í sportklifri sem hefur undanfarin ár verið ábótavant hjá félaginu.

Höldum áfram að ýta upp mörkum þess mögulega. Reynum okkar besta í hvert skipti sem við reynum. Í hverju því sem við brennum fyrir.



Mót

3

- Klifursamband Íslands
- RIG 2024
- Bikarmót 2023
- Krakka- og skemmtimót
- Íslandsmeistaramót í grjótblímu 2023
- Bikarmeistaramót í leiðsluklifri 2023
- Pistill Ben: „Bikarmót 2023“

Klifursamband Íslands

Í gildi eru samstarfsamningar milli Klifurfélags Reykjavíkur (KFR) og Klifursambands Íslands (KÍ) sem fela í sér að KÍ greiðir KFR árlega fyrir hlutdeild í launum fyrir bæði starfsmannakostnað skrifstofu og afreksstarfs og einnig kostnað vegna notkun mannvirkja fyrir landsliðsæfingar. Inni í þessu er þjálfun, skrifstofustarf (t.d. bókanir og skipulag á landsliðsferðum), leiðasmíði og fleira fyrir Úrvalshóp KÍ. Samstarfið gengur vel og heldur áfram árið 2024.

RIG 2024

Reykjavíkurlíkanir fóru fram í lok janúar 2024 og var keppnin í fyrsta skipti haldin í Laugardalshöllinni á færanlega klifurvegnum sem félagið fjárfesti í á síðasta ári. Þetta er í fimmta sinn sem keppnin er haldin og andrúmsloftið í höllinni var rafmagnað þar sem stór hópur klifrara kom saman og horfði á keppnina úr stúku. Við hlökkum mikið til að endurtaka leikinn á næsta ári en það má með sanni segja að það er klárlega markaður fyrir klifurkeppni með áhorfandapalli miðað við stemminguna og mætuna á RIG 2024!



Sigurvegarar Reykjavíkurlíkana 2024 voru Guðmundur Freyr Arnarson og Clara Stricker Pedersen.

Bikarmót 2023

Bikarmeistarar 2023 í opnum flokki í grjótblímu voru Birgir Óli Snorrason og Lukka Mörk Blomsterberg. Mótið fór fram í Laugardalshöllinni við góðar viðtökur.

Bikarmeistarar 2023 í opnum flokki í línuklifri voru Vera Leoni Bakker Valdimar Björnsson. Mótið var haldið í Miðgarði og tókst það mjög vel. Það er gott að vera loksins komin með almennilega aðstöðu fyrir línuklifurmót hér á landi.

Krakkamót og skemmtimót

Klifurhúsið hélt amk. fimm skemmtimót á árinu, meðal annars sitt fyrsta hattaskemmtimót og síðan tvö krakkamót á haustönn og tvö á vorönn. Stefnt er að því að gera það sama á nýju ári og við þökkum öllum þeim sem koma að undirbúningi og uppsetningu þessara móta kærlega fyrir aðstoðina!



Íslandsmeistaramót í grjótglímu og línuklifri.

Sigurvegarar hvers flokks fyrir sig eru eftirfarandi:

Grjótglíma

Opin flokkur KK

1. Guðmundur Freyr Arnarson
2. Birgir Óli Snorrason
3. Stefán Þór Sigurðarson

Opni flokkur KVK

1. Hekla Petronella Ágústsdóttir
2. Lukka Mörk Blomsterberg
3. Gabríela Einarisdóttir

Junior flokkur KK

1. Sólon Thorberg
2. Árni Hrafn Hrólfsson
3. Óðinn Arnar Freysson

Junior flokkur KVK

1. Lukka Mörk Blomsterberg

A-flokkur KK

1. Elís Gíslason
2. Paulo Mercado Guðrúnarson
3. Greipur Ásmundarson

A-flokkur KVK

1. Hekla Petronella Ágústsdóttir
2. Agnes Matthildur Folkmann
3. Þórdís Nielsen

B-flokkur KK

1. Hlynur Þorri Benediktsson
2. Sigurður Orri Óskarson
3. Kári Þór Þórsson

B-flokkur KVK

1. Jenný Þóra Halldórsdóttir
2. Þórkatla Þyrí Sturludóttir
3. Sigrún Vala Valgerðardóttir

C-flokkur KK

1. Breki Einarsson
2. Guðmundur Björnsson
3. Gunnar Þór Stefánsson

C-flokkur KVK

1. Dagbjört Lilja Oddsdóttir
2. Friðrika Gunnarsdóttir
3. Sóley Freyja Friðsteinsdóttir

Línuklifur

Opin flokkur KVK

1. Gabríela Einarisdóttir
2. Agnes Matthildur Folkmann
3. Sylvía Þórðardóttir

Opni flokkur KK

1. Óðinn Arnar Freysson
2. Greipur Ásmundarson
3. Guðmundur Freyr Arnarson

Junior flokkur KK

1. Óðinn Arnar Freysson
2. Sólon Thorberg Helgason
3. Ólafur Bjarni Ragnars

A-flokkur KVK

1. Agnes Matthildur Folkmann
2. Sylvía Þórðardóttir
3. Hekla Petronella Ágústsdóttir

A-flokkur KK

1. Greipur Ásmundarson
2. Garðar Logi Björnsson
3. Paulo Mercado Guðrúnarson

B-flokkur KVK

1. Jenný Þóra Halldórsdóttir
2. Anabel Guðlaug L. Guðmundsdóttir
3. Sigrún Vala Valgerðardóttir

B-flokkur KK

1. Sigurður Orri Óskarsson
2. Kári Þór Þórsson
3. Hlynur Þorri Benediktsson

C-flokkur KVK

1. Ilmur Jónsdóttir
2. Friðrika Gunnarsdóttir
3. Dagbjört Lilja Oddsdóttir

C-flokkur KK

1. Breki Einarsson
2. Heimir Steinn Svansson
3. Daníel Ingi

Bikarmót 2023

Benjamin Mokry skrifar:

Klifurkeppnir hafa breyst í gegnum árin. Ólympíuleikar, Heims- og Evrópumót eru haldin á torgum og í stórum íþróttamannvirkjum. Skipt er upp í hraðaklifur annars vegar, þar sem tveir keppa hlið við hlið í að klifra upp 15m vegg undir sex sekúndum, og sportklifur og grjótglímu hins vegar. Þar þurfa keppendur að leysa flókin vandamál frá leiðasmiðum og það helst í fyrstu tilraun.

Klifurveggirnir eru í dag sérstaklega hannaðir af stórum fyrirtækjum sem gera sífellt betur þegar kemur að hönnun gripa og veggja.

Klifurhúsið hefur staðið fyrir flestum stærri keppnum undanfarin ár og alltaf átt í vandræðum með að finna pláss fyrir áhorfendur.

Árið 2020 var Klifurhúsið í fyrsta sinn hluti af RIG (Reykjavík International Games) og seinustu tvö skipti var keppnin í beinni útsendingu á RÚV 2. Plássleysi fyrir áhorfendur og aukið áhorf leiddi til þess að við urðum að finna betri aðstöðu fyrir úrslitakeppnina.

Markmiðið var alltaf að halda keppnina í Laugardalshöllinni og gera hana þar með að frábærri upplifun fyrir sterka íslenska keppendur. Í fyrra var hægt að kaupa færanlegan keppnisvegg með stuðningi frá Íþróttasjóði Íslands.

Veggurinn er 14m breiður og 4,30m hár og hægt er að setja hann upp nánast hvar sem er. Í nóvember 2023 fengum við fjóra daga í Laugardalshöllinni til að halda profumót sem undirbúningur fyrir komandi RIG 2024. Þetta reyndist þröngur tímarammi til að halda mót og setja vegginn upp í fyrsta skipti.

Á tveimur dögum og með tíu manna teymi tókst að gera allt klárt til að leiðasmiðateymið gæti sýnt töfra sína og búið til krefjandi leiðir fyrir mótið.

Fyrir undanfarnar keppnir gátum við fengið erlenda yfirleiðasmiði til að læra af og hafa nýjan stíl fyrir keppendur. Fyrir Bikarmótið fengum við Nikoline sem starfar sem leiðasmiður í klifurhúsi í Stokkhólmi. Þessi samvinna við KH leiðasmiðateymið heppnaðist mjög vel.

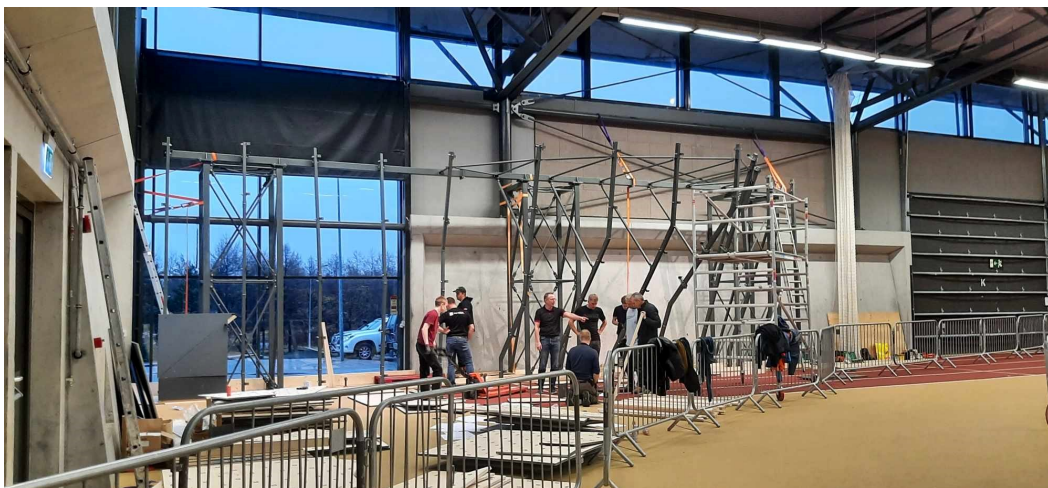
Keppnisumferðirnar hófust sem 15 leiða undankeppni í gamla góða Klifurhúsinu og síðan komu fjórir probbar í undanúrslitum í nýja Klifurhúsinu. Eftir umferðirnar í Klifurhúsinu voru sex keppendur í kvenna og karla flokki eftir til að glíma við fjóra probba beint af augum fyrir framan ágætis hóp af áhorfendum. Keppnin var æsispennandi og Lukka Mörk og Birgir Óli tóku fyrsta sætið.

En er öll þessi vinna þess virði mun einhver spyrja? Svarið er einfalt. Já!

Við viljum búa til gott keppinsfyrirkomulag fyrir komandi kynslóðir. Hvort iðkendur feta stígg keppnisklifurs eða nota

lærdómshæfileika

sína í fjöllunum mun bara framtíðin leiða í ljós, en vissulega munum við sjá marga sterka klifrara í framtíðinni frá Íslandi.





4

Annað

- Boltasjóður
- Nýjungar og viðburðir
- Ferðasaga

Boltasjóður

Jón Viðar skrifar:

Stjórn Boltasjóðs skipuðu þeir Jón Viðar Sigurðsson, Stefán Steinar Smárason, Björn Baldursson og Valdimar Björnsson.

Yfirlit um starfsemi og úthlutanir úr Boltasjóði árið 2023

Í Boltasjóðsnefnd sátu Björn Baldursson, Jón Viðar Sigurðsson, Stefán Steinar Smárason og Valdimar Björnsson. Aldrei hefur verið úthlutað jafn mörgum einungum úr Boltasjóði en árið 2023 eða 479. Í ágúst stóð Boltasjóður fyrir aðkallandi viðgerð á Tóftinni. Sjálfbóðaliðar úr röðum klifrara unnu verkið og efniskostnaður var einungis um 45.000 krónur.

Taflan að neðan sýnir úthlutanir úr sjóðnum síðustu fimm ár.

Yfirlit um úthlutanir úr Boltasjóði síðustu fimm ár:

| Boltasjóður | | | | | | Samtals |
|--------------|------------|------------|------------|------------|------------|--------------|
| Úthlutanir | | | | | | |
| | 2019 | 2020 | 2021 | 2022 | 2023 | |
| Augu | 89 | 89 | 124 | 101 | 210 | 613 |
| Akkeri | 29 | 30 | 51 | 17 | 17 | 144 |
| Akkerisbínur | 0 | 0 | 0 | 5 | 0 | 5 |
| Boltar | 112 | 240 | 219 | 126 | 252 | 949 |
| Alls: | 230 | 359 | 394 | 249 | 479 | 1,711 |

| Svæði | Hnappavellir Hnefi Valshamar | Akrafjall Amarneshamar Háubjallar Hnappavellir Norðurfjörður Valþjófsdalur Ögur | Akrafjall Hnappavellir Munkapverá Norðurfjörður Pöstin Seyðisfjörður Vaðlaheiði | Akrafjall Eystrahorn Hnappavellir Valþjófsdalur | Hnappavellir Seyðisfjörður Valþjófsdalur Vestrahorn |
|-------|------------------------------------|---|---|--|--|
| | | | | | |

Nýjungar og viðburðir

Árshátíð Klifurhússins var haldin með pomp og prakt 2. júní 2023 og hittust klifrara í miðbænum á Kex og skemmtu sér saman.

Haustið 2023 var haldið hattaskemmtimót í Klifurhúsinu sem sló heldur betur í gegn og um áramótin var miðnæturklifur fyrir 18 ára og eldri í Á23 sem vakti mikla lukku.



Ferðasaga

Knútur Garðarsson Bruun skrifar:

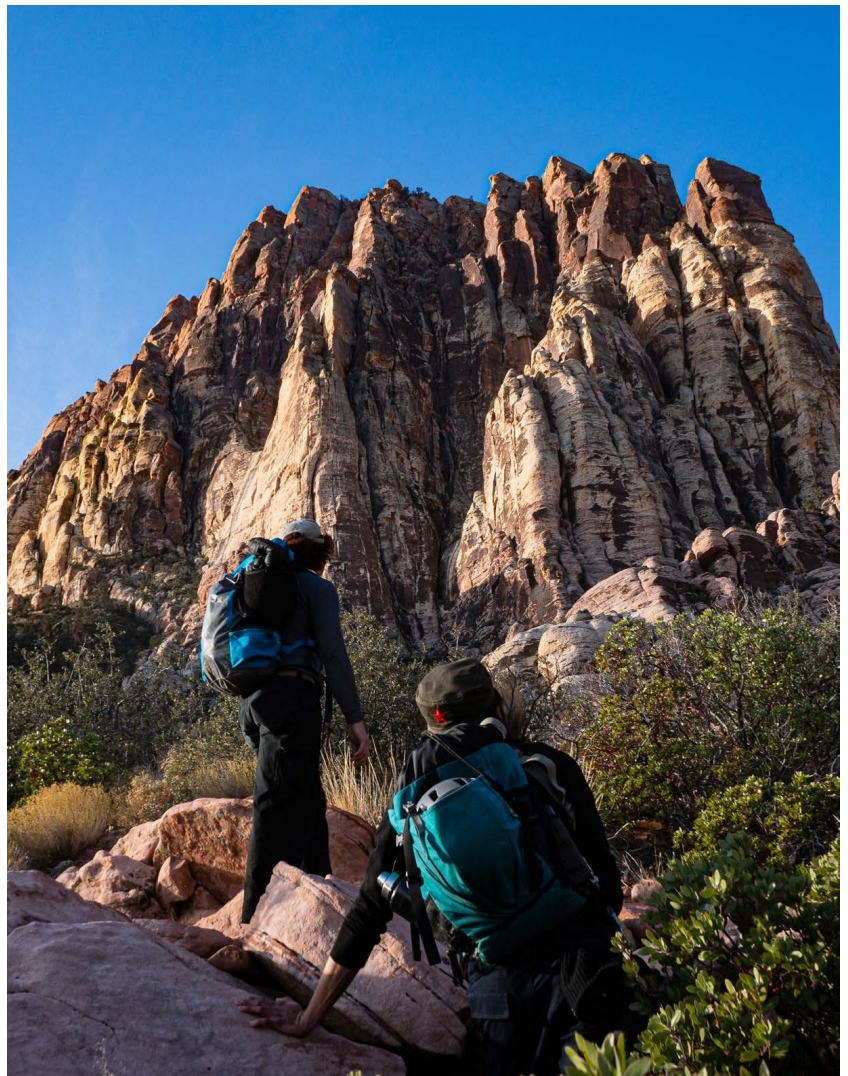
Frá Smyrlabúðum til Red Rocks og aftur

2021

Þegar ég heyrði bandarískan hreim í Klifurhúsinu settist ég við hliðina á stráknum sem var að tala og kynnti mig. Ég var farinn að sakna þess að hitta Kana og þarna var Carter, þá nýkominn til Íslands frá Nevada ríki og í þann mund að byrja nám í HR. Sjálfur var ég nýbyrjaður að stunda útiklifur þegar við kynntumst og margra ára reynsla hans af klifri heillaði mig. Þar sem hann var þrælvanur útiklifrari sem hafði klifrað í Bandaríkjunum, á Spáni og víðar þá langaði mig að sýna honum hvað Ísland hefur upp á að bjóða, svo auðvitað fór ég með hann í Smyrlabúðir. Þegar ég sagði honum að ég væri á leiðinni til Bandaríkjanna að hitta fjölskyldu mína, stakk hann upp á þeim möguleika að framlengja ferðina, stoppa í Las Vegas og klifra með honum og vinum hans. Það leið að vísu dágóður tími þar til ég gat látið verða af ferðinni, sem skrifast á eftirmála ákveðinnar óværu

2022

Ári síðar, eftir rúma viku af rólegheitum með fjölskyldunni í Iowa ríki, sem er álíka flatt og Danmörk, tók við 10 daga stanslaust stuð þar sem ég klifraði meira en allt árið á undan. Carter fór á undan mér til Íslands en á þeim tímapunkti voru vinir hans orðnir vinir mínir og við höldum áfram að klifra saman. Ég dóta- og fjölspannaklifraði, lærði sprunguklifur og lærði hvernig maður kúkar í poka. Það var svo undir lok ferðarinnar þegar ég var spurður hvað ég vildi klifra næst sem ég lagði til að við klifruðum eitthvað stórt, síðasta daginn minn á svæðinu. Klifurfélagarnir tóku vel í það og byrjuðu strax að skoða leiðarvísinn. Ég var búinn að ganga í nær tvo tíma þegar sólin skreið yfir fjöllin á bak við mig og lýsti upp hægri hluta Rainbow Mountain í Red Rocks. Við, ég og tveir strákar, sem ég hafði kynnst nokkrum dögum áður, áttum enn eftir að ganga góðan spöl áður en við gátum skipt úr gönguskóm í klifurskó.



Klukkan var rétt orðin níu að morgni þegar ég byrjaði á fyrstu spönn Ginger Crack sem er 270m dótaklifurleið í Juniper Canyon. Við náðum toppnum um klukkan eitt og borðuðum nestið okkar í rólegheitum á veglegri syllu. Í framhaldinu var ákveðið að klifra viðbót við dótaleiðina sem kallast Blade Runner og er 100m egg þar sem klifrað er á tæpum gripum. Mælst er til þess að vera með bæði tvista og vini því leiðin er sparlega boltuð. Við vorum aftur á móti búnir að pakka öllu nema tvistum í töskuna og ég lagði því af stað upp 35m leið með örfáa tvista. Ég huggaði mig við að það væri a.m.k. ekki mikið viðnám á línunni þegar þú ert bara klipptur í 6 tvista á 30 metrum. Leiðin var toppuð í myrkri og henni fylgdi föst lína eftir annað sig. Mike hafði gleymt túbunni sinni og við vorum bara með eitt höfuðljós sem virkaði. Á þeirri stundu áttum við ennþá eftir fimm sig og tveggja tíma göngu að bílnum en það tókst og úr varð tuttugu og eins klukkustunda ógleymanlegt ævintýri.

Stuttu eftir heimkomu til Íslands vorum við Carter farnir að skipuleggja þriggja mánaða haustferð til Bandaríkjanna.

2023

Það er ekki gefið að vera hleypt inn í Bandaríkin þótt áritun sé í lagi og maður sé mættur á staðinn. Tollvörðurinn leit mig og rifnu klifurfötin mín hornauga. Þegar ég sagði henni að ég ætti bókað flug heim 88 dögum seinna, tveimur dögum frá því að brjóta reglur ESTA, var ég beðinn um að setjast á bekk og bíða.

Ég var settur í gluggalaust herbergi með ryðfríum stálbekkjum og öryggisvörðum við allar dyr. Eftir langa bið, mikið stress og stutt viðtal við annan tollvörð, sem þekkti til klifurs, náði ég að innrita töskuna mína í næsta flug, mínútu fyrir lokun innritunar, og upplifði að vera síðasti farþegi um borð.

Árinu áður var ég að feta mín fyrstu skref í dóta- og fjölspannaklifri en í þetta sinn fékk ég að velja leiðirnar og leiða þær. September er frekar heitur mánuður í Utah sem gerði það að verkum að fyrstu klifurdagarnir voru margir búnir snemma dags eða byrjuðu seint. Nágrenni Salt Lake City býður upp á eins fjölbreytt klifur og hægt er að hugsa sér, allar gerðir af grjóti. Ég var aðallega að glíma við granítveggi Little Cottonwood og Big Cottonwood canyon. Fljótlega eftir komuna til Bandaríkjanna og klifur með fólki sem ég bæði þekkti og þekkti ekki, lá leið okkar í gestahús í Las Vegas, þar sem ég hafði verið ári áður og sameinaðist nú hópnum sem ég hafði kynnst í síðustu ferð.

Áður en restin af hópnum hittist í annarri viku októbermánaðar keyrði ég frá Salt Lake City til Las Vegas, hitti á og klifraði með Juliu Reimer vinkonu minni. Fyrsti dagurinn var tekinn í Calico Basin þar sem hægt er að finna auðveldar og auðtryggðar tveggja og þriggja spanna leiðir, til að koma sér í gang fyrir lengri daga. Eftir góðan fyrsta dag var ákveðið að næsta dag yrði Olive Oil 5.7(R) klifruð, frábær 5 spanna leið þar sem hægt er að tengja aðra og þriðju spönn ef línan er nógu löng. Á svæði sem þessu, þar sem klukkutíma aðkoma að klifursvæðinu er talin stutt, var krúx ferðarinnar hvorki lélegt gönguform né þekkingarleysi, heldur brennheit sólin.

Fyrri hluta októbermánaðar er heiðskírt flesta daga og hitinn fer vanalega upp fyrir 30 gráður sem hefur í för með sér að klifurskór verða sjóðheitir, þreyta eykst og hætta er á sólsting.

Seinni hluti október einkenndist aftur á móti af löngum bílferðum og lengri klifurdögum en vikurnar á undan.



Strax eftir Red Rocks ferðina keyrðum við Carter til Moab þar sem við vorum búinir að skrá okkur á stórveggja klifurnámskeið. Hundrað metra háir, lóðréttir, sandsteinsklettur umkringja Moabsvæðið þar sem eina leiðin frá botni til topps er oftast að fylgja sprungum.

Námskeiðið át upp allan þann tíma sem við Carter höfðum í Moab og því ákváðum við að þangað þurfum við að koma aftur og klifra sjálfir. Að námskeiði loknu talaði ég við kennarann minn, Kevin, um aðra ferð til Moab. Hann ætlaði að heyra í mér sem fyrst með möguleika á öðru námskeiði um björgunaraðgerðir þar sem fjallað er um það hvernig maður bregst við þegar annaðhvort klifrari eða tryggjari slasast í klettinum.

Eftir stutta ferð til City of Rocks var Kevin óvænt laus með litlum fyrirvara og ég lagði aftur af stað til Moab. Þegar þessu námskeiði var lokið keyrðum við Kevin að tjaldsvæði í hálf tíma fjarlægð. Það er við rætur Castleton Tower sem við klifruðum svo daginn eftir. Nokkrar leiðir liggja upp drangann og North chimney varð fyrir valinu þar sem tveir hópar voru þá þegar á Kor-Ingalls og ekki pláss fyrir fleiri. Það kemur ekki á óvart að Castleton er heimsfrægur eyðimerkurdrangi. Fyrsta spönn er 40 metra sprunga sem reynir á margar tegundir sprunguklifurs. Svo tekur við strompur fullur af sleipu kalsíti sem er þekkt fyrir að kasta fólki niður fyrir minnstu mistök. Seinustu 50 metrarnir eru auðtryggt stemm- og fésklifur þar sem við tekur eitt besta útsýni ferðarinnar. Á leiðinni heim til SLC sé ég að klifrari sem ég kynntist í klifurhúsinu í sumar var búinn að senda mér skilaboð og vildi tala við mig í símann. Þetta var Jamie en hann sagðist vera með nokkuð galna hugmynd. Tveimur vikum seinna var hann mættur til SLC og morguninn eftir var stefnan tekin lengra suður, á klifursvæði sem heitir Indian Creek.



Fyrstu tvo mánuði ferðarinnar hafði ég oftast en ekki kosið langar og frekar auðveldar leiðir þar sem hægt var að finna flæði, gleyma sér og njóta. Nú tók við lærdómsríkt tímabil þar sem mér leið eins og byrjanda í fyrsta sinn í ferðinni. Indian Creek er þekkt fyrir tvennt, sprungur og sprunguklifur. Engar auka festur eins og í Red Rocks, né litlu fætturnir í City of Rocks eða bunnurnar í Little Cottonwood sem gera dótaklifur svo aðgengilegt. Mér var sagt að ef ég kynni ekki almennilega sprunguklifurtækni myndi lítið geta bjargað mér í Indian Creek, líka í léttustu leiðunum. Það reyndist rétt og fyrstu dagarnir einkenndust af öskrum, ofanvaði, og ælu. Maður þarf virkilega að setja stoltið til hliðar og gefa sér tíma í að læra þennan klifur stíl sem er svo gjörólíkur flestu öðru. Ferðafélagar mínir, Jamie og kunningjar hans frá Katalóníu og Baskalandi á Spáni, héldu mér vel við efnið og studdu mig. Við hættum oftast að klifra um fjögurleytið svo að Baskarnir gætu mætt á tjaldsvæðið og byrjað að elda. Þeir vildu ekki sjá frostþurrkaða útilegumatinn minn, heldur var ég settur í vinnu á hverju kvöldi við undirbúning máltíðanna. Besti matur ferðalagsins var borðaður úr skítugum skálum undir stjörnubjörtum himni á tjaldsvæðinu. Eftir átta daga var ég loks farinn að dansa upp léttari leiðir og byrjaður að reyna eitthvað erfitt. Vegna vetrarlægðar, sem átti eftir að gera lífið í dalnum erfitt, var ákveðið að flýta brottför og leggja af stað til Red Rocks, Las Vegas.

Seinni Red Rocks ferðin var jafn lærdómsrík og sú fyrsta og nú reyndi vel á skipulagsgetu okkar Jamie. Þakkargjörðarhátíðin setti stórt strik í úrval klifursvæða sem bauðst. Gríðarleg aðsókn var inn á bestu svæðin þessa vikuna og Red Rocks og Calico Basin voru stútfull af ferðamönnum og klifurum. Var þá öllum fyrri plönun breytt og frekar en að velja sígildar leiðir var ákveðið að stefna á klifursvæðin lengst frá bílastæðinu í veikri von um að þar væru ekki raðir í góðu leiðirnar.

Engin smá tilbreyting frá Indian Creek þar sem þú varst heppinn ef þú mættir fjórum öðrum klifurum á sama svæði. Traffíkin minnkaði eftir helgi og þá var hægt að kíkja á nokkrar klassískar leiðir í Black Corridor og Sweet Pain veggnum. Red Rocks er þekkt fyrir það lúxus vandamál að leiðirnar eru svo góðar að röð myndast undir vinsælustu fjölspanna leiðunum. Við Jamie vorum sammála um að svoleiðis bull væri ekki fyrir okkur þannig að seinasta kvöldið var gíst á tjaldsvæðinu við garðinn. Þannig gætum við verið fyrstu klifrarar dagsins til að leggja af stað upp Unimpeachable Groping, eina flottustu fjölspannaleið Ameríku. Hún er 200metrar af 5.10a og 5.10b spönnum til skiptis. Frábær leið til að binda endi á fyrstu löngu klifurferð mína erlendis.



Það er svo mikið fleira sem ekki er hægt að koma fyrir í þessari grein, eins og Þyrlubjörgun eða Alex Honnold hittingur í Red Rocks, brotið Portaledge í Little Cottonwood, Svarti kúrekinn (hans orð) og skotárás í grennd við klifurfestivalið í Moab osfrv.

Öll bestu ævintýri ferðarinnar byrjuðu á dýnum klifurhússins þegar ég kynntist nýju fólki og allar bestu minningar ferðarinnar eru sambland af góðu klifri og ennþá betri félagsskap.



