

Guðni Halldórsson:

# SÖGUGRUNNUR FRÍ

## STIKLUR

### Tímabilið 1907 – 1926

Sögustiklur frá því tekið var að stunda æfingar 1907 - fyrstu 20 ár meðan frjálsíþróttir voru að komast úr frumbersku, ná fótfestu og „upp á fæturna“. Atriði sem snerta söguna á Íslandi sem og þau alþjóðlegu samtök, sem hafa haft áhrif hér með samræmdum reglum og réttindum sem og ákvæðum varðandi þátttöku í alþjóðlegum mótum.

**1907** – ÍR hóf í júní, fyrst félaga á Íslandi, að standa fyrir æfingum í frjálsíþróttum á Landakotstúni. Fullgild áhöld og tæki voru útveguð frá útlöndum (spjót, kringla, kúla og stöng) Norðmaðurinn A. J. Bertelsen og Matthías Lesa Einarsson læknir voru hvatamenn. (sjá 50 ára afmælisrit FRÍ) ?

UMFÍ stofnað í ágúst 1907 – frjálsíþróttir komust víða á dagskrá meðal ungmennafélaga.

**1908** -- Ólympíuleikarnir haldnir í London. Íslendingar sem sóttu leikana miðluðu næstu ár á eftir ýmsum fróðleik til íþróttafélaga. Jóhannes Jósefsson, Sigurjón Pétursson, Hallgrímur Benediktsson, Guðmundur Sigurjónsson (S .Hofdal) og Magnús Tómasson (Kjaran)

**1909** – Fyrstu íþróttamótin á Íslandi haldin þetta ár þar sem keppt var í greinum frjálsíþróttar: **Fjórðungsmót Norðlendinga 17. júní á Akureyri** - (Sjá Norðri, útg. á Akureyri, 3. mars – 1909 - einnig 10. júní 1909 - og Norðri 24. júní 1909 – einnig Árbók frjálsíþróttamanna 1942 – 43, bls. 11 ) (fyrir mistök gerð um 30 árum síðar var það talið fyrsta Landsmót UMFÍ )

ÍR hélt mót í Reykjavík 2. ágúst, sem sannarlega var fyrsta mótið þar sem eingöngu var keppt í frjálsíþróttum.

Á Þjóðhátíð í Vestmannaeyjum var keppt í 800 m hlaupi.

Skinfaxi – útgáfa hófst á blaði UMFÍ og hefur haldist síðan – oft miðlað ýmsu um frjálsíþróttir.

**1910 – ÍSR stofnað** – stofnað 12. september. Fyrst nefnt Íþróttasamband Reykjavíkur stofnað 12. september til að vinna að byggingu leikvallar á Melunum – ( **Melavöllurinn fyrri**) Félögin sem stóðu að stofnun voru: Ármann, ÍR, UMFR, KR, Skautafélag Reykjavíkur, Fram og U.M.F. Iðunn.

**Þrjú íþróttamót haldin í Reykjavík** þetta sumar þar sem keppt var í greinum frjálsíþróttá.

**Fyrsta héraðssamkoman á Suðurlandi haldin að Þjorsárbrú 9. júlí.** Keppt var þar í þremur frjálsíþróttagreinum

**Annað Fjórðungsmót Norðlendinga haldið á Húsavík 17. júní.**

**U.M.F. Geisli í Aðaldal og Reykjahverfi í Suður-Þing.** Hélt í fyrsta sinn mót þar sem keppt var m.a. í hlaupum og stökkum.

**1911 – Melavöllurinn vígður** – fyrsti sérbyggði íþróttavöllur landsins með sérrunnum hlaupabrautum, sem raunar þóttu lélegar alla tíð – lausamöl. Engin stökkgryfja var á vellinum heldur grafin gryfja í hvert sinn sem keppt var og síðan mokað yfir að nýju.

**Fyrsta Landsmót UMFÍ** haldið við vígslu vallarins 17. júní - á 100 ára afmæli Jóns Sigurðssonar. Stóð mótið yfir til 24. júní og var keppt á virkum dögum á kvöldin.

*(Skinfaxi 2. tbl. – 01.02. 1911 – Íþróttamót U.M.F. Íslands - bls. 16 -auglýsing. Skinfaxi 3. tbl. Sambandsþing 1911 , bls. 18 og bls. 22)*

Þriðja **Fjórðungsmót Norðlendinga haldið á Akureyri 17. júní** – örfáir keppendur.

**Guðmundur Sigurjónsson hélt fyrstu farkennslu úti á landi um haustið** þar sem m.a. var frætt um greinar frjálsíþróttá. Í Skinfaxes janúar 1912 segir: „*Hann hefir farið um Árnes-, Rangaárvalla- og Vestur- Skaftafellssýslu og kennt á 10 stöðum. Grísk-rómverska glímu lærðu 7 menn, stangarstökk 15, kappgöngu 18, íslenska glímu 132.*“

Guðmundur hélt til Vestmannaeyja í ársbyrjun 1912 og í Skinfaxes febrúar var ritað:

„*Guðmundur Sigurjónsson er nýkominn frá Vestmannaeyjum; hafði hann þar íþróttanámskeið. Aðsókn hin besta.*“ *(Guðmundur nefndi sig síðar Guðmundur S. Hofdal)*

**1912 – Íþróttasamband Íslands, ÍSÍ stofnað 28. janúar.**

Hafði á stefnuskrá yfirumsjón með íþróttamálum í landinu, þ. á. m. frjálsíþróttum allt þar til fyrsta stjórn FRÍ tók formlega við frá og með 1. janúar 1948.

Frjálsíþróttasamband Íslands stofnað 16. ágúst 1947.

**Ekkert mót haldið í Reykjavík** þetta sumar en **U.M.F. Afturelding í Mosfellssveit** stóð 30. júní þetta sumar fyrir **mótshaldi á Kollfjarðareyrum**. Keppt var m.a. í þremur greinum frjálsíþróttá.; 400 m hlaupi, hástökki og langstökki.

**Metrakerfið lögleitt á Íslandi 1. janúar.** Þar með hættu menn að miða við ensk mál að flestu leyti. Sama gerðist við stofnun IAAF.

**Jón Halldórsson ÍR** keppti fyrstur Íslendinga í frjálsíþróttum á Ólympíuleikum er hann keppti í 100 m hlaupi á leikunum í Stokkhólmi. Jón síðar ríkisféhirðir - einnig kunnur sem

stjórnandi Karlakórs KFUM síðar Fóstbræðra um áratuga skeið.

**IAAF stofnað.** Undirbúningsfundur að stofnun IAAF – Alþjóða frjálsíþróttasambandsins - nú talinn stofnfundur – haldinn í Stokkhólmi 17. júní í kjölfar Ólympíuleikanna þar. Formlega gengið frá stofnun á þingi IAAF í Berlín 20.-23. ágúst 1913. Samræmdar keppnisreglur og viðurkenning meta helstu verkefni í byrjun.

Metrakerfið tekið til viðmiðunar og heimsmet staðfest skv. því. Enn lifa þó eftir ensk mál í fáeinum atriðum t.d. míluhlaup (1609 m) - 16 punda kúlu og sleggju (7.260 kg) og 7 feta kasthring í kúluvarpi og sleggjukast (2.135 m)

**1913 – ÍR stóð fyrir leikmóti á Melavelli** í byrjun ágúst. **Nýmæli á Íslandi.** Spjótkast með afturfærslu kasthandar í atrennu sást í fyrsta sinn hjá Magnúsi Tómassyni (Kjaran) og snúningur í kringlukasti hjá Sigurjóni Péturssyni. (Árbók frjálsíþróttamanna 1944, bls. 4)

**Fyrsta Héraðsmót Borgfirðinga haldið að Hvítárvöllum.** Síðar voru þau haldin hjá **Ferjukoti.**

**Fyrstu leikreglur IAAF prentaðar þetta ár á ensku og frönsku.**

**1914 – Annað Landsmót UMFÍ** haldið í Reykjavík. Aðeins einn þátttakandi utan af landsbyggðinni þrátt fyrir samning við Sameinaða gufuskipafélagið um hagstætt fargjald. Eini þátttakandinn utan af landi var úr Hrunamannahreppi og kom alls ekki sjóleiðina til mótsins. Skúli Ágústsson hét hann og sigraði m.a. í **þrístökki í fyrsta sinn** sem keppt var í þeirri grein.

Gefið var út sérprent í tilefni mótsins, sem þó dugði ekki til að brýna marga til þátttöku. Þar segir m.a.: „*Leikmót U.M.F.Í. 17. júní 1911 var fyrsta leikmót Sambands U.M.F.Í., og jafnframt fyrsta allsherjar leikmót á Íslandi. Að því móti loknu var því hreyft meðal Ungmennafélaga, að æskilegt væri að Sambandið beittist fyrir slíkum leikmótum framvegis og þá með jöfnu og ákveðnu millibili, t.d. þriðja hvert ár.*“

Í **Reykjavík voru næstu ár engin keppnismót haldin;** með hlaupum, stökkum og köstum – eða allt til 1920. Eini árlegi viðburður þar frá og með 1916 var Víðavangshlaup ÍR á sumardaginn fyrsta.

**1915— Suður-Þingeyingar héldu fyrsta héraðsmót sitt á Breiðumýri í Reykjadal** í kjölfar námskeiðs, sem **Guðmundur Kr. Guðmundsson hélt.** Hann hafði tekið þátt í flestum greinum mótsins í Reykjavík árið áður – Guðmundur var lengi í stjórn ÍSÍ.

**Ólafur Sveinsson hélt námskeið á Akureyri í nóvember og desember.**

**Fyrstu alþjóðlegu leikreglur í frjálsíþróttum þýddar og útgefnar af ÍSÍ.**

**1916 – ÍR kemur á Víðavangshlaupi** á sumardaginn fyrsta. **Jón J. Kaldal** kom fram á sjónarsviðið, sem fremsti langhlaupari landsins um langt árabíl. Hefur hlaupið verið haldið öll ár síðan nema 1949 vegna veikindafaraldurs og leiðinda veðurs og 2020 vegna Covid 19 veirufaraldurs.

**Sumarblaðið, fyrsta íþróttablað á Íslandi gefið úr af ÍR-ingum.**

**Sérblöð, tímarit og dagblöð hafa frá upphafi haft grundvallarþýðingu við miðlun upplýsinga vegna frjálsíþróttar.**

**1917** – **Jón J. Kaldal** sigraði í Víðavangshlaupi ÍR öðru sinni. Sigldi árið eftir til Danmerkur til að nema ljósmyndun. **Æfði og keppti í Danmörku næstu ár** og einnig á Ólympíuleikunum Antwerpen 1920 undir fána Danmerkur.

Suður-Þingeyingar héldu annað héraðsmót sitt að Ljósavatni.

**1918** – **Ólafur Sveinsson** sigraði í Víðavangshlaupi ÍR. Hann hélt námskeið um vorið í frjálsíþróttum á **Valþjófsstað á Héraði**.

**ÍR gaf út Íþróttablaðið Þrótt frá 1. janúar** og næstu 5 ár á en þá keypti ÍSÍ blaðið.

**1919** – Suður-Þingeyingar héldu þriðja héraðsmótið á Álftabáru við Mývatn. Dofnaði yfir þeim næsta áratug en tóku aftur við sér nálægt 1930.

**1920** – **Jón J. Kaldal** keppti á Ólympíuleikunum í Antwerpen undir fána Danmerkur.

**ÍSÍ styrkti Ólaf Sveinsson** til farar á leikana í Antwerpen til að afla sér frekari þekkingar á frjálsíþróttum, sem gagnaðist vel því Ólafur leitaðist við að vinna þeim framgang næstu 40 ár – t.d. með námskeiðum, skipulagningu og starfi á kappmótum, farastjórn í keppnisferðir, m.a. á Ólympíuleikana í Melbourne 1956.

Miðlun hans á fróðleik um fyrstu áratugi starfseminnar mun lengst halda nafni hans á lofti.  
(Sjá 50 ára afmælisrit FRÍ)

**ÍR – stóð fyrir tveimur mótum á Melavelli** þetta sumar en engin vallarmót höfðu farið þar fram í Reykjavík síðan 1914.

**1921** – **Alþjóða íþróttasamband kvenna stofnað IWSF** – Alice Millat frá Frakklandi leiddi baráttu kvenna fyrir jafnrétti, sem ekki höfðu hlotið hjómgrunn innan IOC, Alþjóða Ólympíunefndarinnar né heldur IAAF, Alþjóða Frjálsíþróttasambandsins.

Héldu konurnar **Ólympíumót í Monte Carlo næstu ár á eftir**, til að koma boðskapnum á framfæri. Um svipað leyti voru stofnuð sambönd kvenna í nokkrum Evrópulöndum. Baráttan skilaði sér í því að konur fengu að keppa í 5 greinum á Ól 1928. Áfram hélt baráttan og gekk hægt.

Kvennasambandið leið undir lok 1934 en barátta skilaði sér í því að vinna á íhaldsemi karlanna að opna augu stjórna AOL og IAAF fyrir mikilvægi þátttöku kvenna.

Frjálsíþróttahluti IWSF rann inn í IAAF árið 1936 og næstu áratugi fjölgaði þeim greinum sem konur tóku þátt í á frjálsíþróttamótum. Eftir tæplega 90 ára baráttu varð jafnri stöð kynjanna náð í byrjun 21. aldar.

(sjá t.d. Peter Radford – ATHLOS / women in athletics)

**Allsherjarmót ÍSÍ** haldið í fyrsta sinn. Árlega til 1924 en síðan á tveggja ára fresti til 1946. Þessi mót ásamt síðar með meistaramótum í hinum ýmsu flokkum ýtti undir bættan árangur og áhuga.

**Útlendingar kepptu í frjálsíþróttum í fyrsta sinn á Íslandi** á Allsherjarmótinu en það voru þeir Norðmenn, sem allir kepptu í hástökki og tveir þeirra í kringlukasti.

**Álafosshlaupið haldið í fyrsta sinn. Ármenningar stóðu fyrir hlaupinu** og árlega næstu 18 ár eða allt til 1939 er það féll niður. Endurvakið 1980.

**1922** – Jón J. Kaldal ÍR setti Íslandsmet í 3000 m hlaupi sem stóð allt til 1946 og 5000 m hlaupi, sem stóð enn lengur eða til 1952.

ÍR stóð fyrir sex vikna íþróttanámskeiði. Fyrsta slíka námskeið á Íslandi. Var m.a. frætt um frjálisíþróttir ásamt sundi, fimleikum og knattspyrnu. Var ætlað þátttakendum af öllu landinu, sem voru alls 33. Kennarar: Björn Jakobsson, Steindór Björnsson og Reider Tönsberg.

Slyasjóður íþróttamanna stofnaður af ÍSÍ.

**1923** – Allsherjarmót ÍSÍ haldið á Melavelli. Dauft yfir mótahaldi í landinu öllu.

**1924** – ÍSÍ og UMFÍ stóðu fyrir íþróttanámskeiði sem stóð frá nóvember 1924 – til mars 1925.

Kennari var Jón Þorsteinsson. Kennslugreinar voru: Íslensk glíma, Mullersæfingar, sund, fimleikar og köst, stökk og hlaup. Þátttakendur voru 13 og komu víða að af landinu.

Ármenningar fyrstir til að halda sérstakt kappmót fyrir drengi

Hafnarfjarðarhlaupið háð í fyrsta sinn. Ármenningar stóðu fyrir því árlega til ársins 1939, nema árið 1936 er það féll niður.

Lesstofa íþróttamanna starfrækt frá haustmánuðum og fram til 1925. Átti að nýtast áhugafólki til að afla sér þekkingar varðandi þjálfun o.fl. Lítið sótt – hætt, en tekið upp síðar.

**1925** – ÍSÍ byrjaði að skrá Íslandsmet karla (sjá skrá um Íslandsmet).

Héraðsskólinn á Laugum í Reykjadal tók til starfa um haustið. Næstu ár á eftir fylgdu héraðsskólarnir á Laugarvatni, Reykholti, Núpi, Eiðum og Reykjum og höfðu skólarnir mikla þýðingu fyrir aukinn áhuga og útbreiðslu á frjálisíþróttum næstu 50 ár á eftir - allt til um 1980.

**1926** – Konur keppa í fyrsta sinn í greinum frjálisíþróttanna – þar sem tími var skráður – allt stúlkur úr ÍR. (Met í greinum kvenna ekki skráð hjá ÍSÍ fyrr en 1944) Guðbjört Ólafsdóttir ÍR sigraði í 60 m hlaupi á 8.8 sek. og var sá tími skráður sem Íslandsmet þegar ÍSÍ hóf að skrá met kvenna í frjálisíþróttum árið 1944.

Melavöllurinn endurbyggður. Sá fyrri frá 1911 var orðinn ónothæfur – nýr völlum með sama nafni byggður, færður austar og sunnar og brautum snúið (suður/norður í stað austur/vestur. (mynd frá ÍBR).

Steindór Björnsson, ritstjóri Íþróttablaðsins, varar í grein, við ólöglegum keppnisvöllum og metum, sem standist ekki skoðun og verðskuldi því ekki skráningu sem gildur árangur. Hvetur til úrbóta. (sjá St. Bj. Íþróttablaðið okt. 1926, bls. 11)

**Við Húsavík var komið á götuhlaupi – Saltvíkurhlaupi.** Hlaupið frá bænum Saltvík til Húsavíkur um 5 km leið. Hlaupinu var viðhaldið nokkra áratugi.

**ÍSí og UMFÍ stóðu fyrir íþróttanámskeiði** frá 1. nóv. – lauk eftir áramót.

## Tímabilið 1927 – 1946

Meistaramót Íslands haldið í fyrsta sinn 1927 og markar tímabilið að þeim tímamótum er sársamband um frjálsíþróttir var stofnað, sem yfirtók æðstu stjórn mála er lúta að málaflokknum frá aðalstjórn ÍSí. Frjálsíþróttasaband Íslands – FRÍ var stofnað 16. ágúst 1947.

**1927 – Meistaramót Íslands haldið í fyrsta sinn. ÍR sá um framkvæmd.**

**ÍSí þing** ákveður á sækja um aðild að IAAF.

ÍSí þing skoraði á alþingi að senda þátttakendur, bæði karla og konur á ÓL 1928.

ÍSí þing skoraði á **yfirvöld í Reykjavík að „klára“ framkvæmdir við Melavöllinn.** Sífelld vandamál næstu ár með þennan „Höfuð-völl“ landsins og brautir slæmar þar til skipt var um efni í þeim 1943.

Raunar má segja að þá rúmu öld, sem liðin er frá því að „Höfuð-völlur“ landsins var byggður í höfuðborginni þá séu þau tiltölulega fá árin sem aðstæður til frjálsíþróttakeppni hafi verið fullnægjandi. Baráttu fyrir „þjóðarleikvangi“, sem fullnægir kröfum FRÍ líkur seint!

**Íþróttaskóli Sigurðar Greipssonar í Haukadall** tók til starfa þetta ár og var starfræktur allt til 1971. Hafði veruleg áhrif til að auka þekkingu og áhuga á íþróttum.

**Geir Gígja KR** keppti í Kaupmannahöfn, setti **Íslandsmet í 1500 m hl. 4.11.00** - stóð 18 ár.

**1928 – Alþjóða Ólympíunefndin samþykkti að leyfa konum að keppa í 5 greinum** á leikunum þetta ár í Amsterdam. Andstaða enn hjá mörgum körlum gegn þátttöku kvenna! Konur héldu áfram baráttu sinni fyrir jafnrétti.

(sjá t.d. Women in the Olympics)

**Íþróttafélagið Þór á Akureyri tók að sér að halda Meistaramót Íslands** og skyldi mótið haldið 7. og 8. júlí. **Sunnlendingar allir neituðu að ferðast til Akureyrar.** Loks var KR falið að sjá um framkvæmd M.Í. í ágústmánuði.

**Héraðsskólinn á Laugarvatni** tók til starfa um haustið.

Leikreglur ÍSí 1928 önnur útgáfa gefin út. Fyrsta útgáfa frá 1915 löngu ófáanleg.

**1929 – Um haustið réð ÍSí sænskan þjálfara, Evert Nilsson til undirbúnings fyrir íþróttamótið, sem var nefnt „Hátíðarmótið“ með vísan til Alþingishátíðar.** Nilsson var aftur ráðinn veturinn 1936 til að undirbúa þátttöku í Ólympíuleikunum í Berlín

um sumarið.

**1930** – **Alþingishátíðin 1930** verkaði hvetjandi á Íþróttahreyfinguna og þar með taldar frjálsíþróttir. Allsherjarmótið ÍSÍ, „Hátíðarmótið“ þótti takast nokkuð vel.

**Ríkisútvarpið** tók til starfa í desember og hefur síðan miðlað fréttum og upplýsingum, sem tengjast frjálsíþróttum.

Benedikt Jakobsson, þjálfari KR og kennari við Háskóla Íslands áratugum sama og jafnframt fyrsti landsþjálfari FRÍ“ 1950 og oft „landsliðsþjálfari“ flutti mörg erindi í útvarpinu – m.a. um þrekþjálfun og þrekmælingar allt fram til um 1965. Eftir að aðrar útvarpsstöðvar bættust við eftir 1980 hafa þær líka miðlað upplýsingum.

Á Héraðsmóti Suður-Þingeyinga **keptu stúlkur í fyrsta sinn**. Þrjár keptu í 75 m hlaupi.

**1931** – **Fyrstur yfir 50 m í spjótkasti. Ásgeir Einarsson úr Ármanni** bætti Íslandsmetið um 5 metra á Allsherjarmótinu 17. júní þegar hann kastaði 52.41 m.

**1932** – **Íþróttaráð Reykjavík, ÍRR**, var formlega skipað 21. febrúar. Fyrsti formaður var Jón J. Kaldal. Skyldi ráðið m.a. úthluta mótum á Melavelli og hafa yfirumsjón frjálsíþróttamála í Reykjavík. Umsvif ÍRR lítill fyrstu ár en meiri eftir 1940. (**síðar nefnt Frjálsíþróttaráð Reykjavíkur, FÍRR**)

**Ármenningar komu Drengjahlaupinu á fyrsta sunnudag í sumri.**

**Evrópunefnd IAAF** komið á fót í ársbyrjun. Fyrsta verkefni var að undirbúa **fyrsta Evrópumeistaramótið**.

Til Evrópunefndar IAAF var kosið á fjögurra ára fresti á þingi IAAF og hélt þetta skipulag til 1969 er Frjálsíþróttasamband Evrópu, EAA var stofnað.

**1933** – **Íþróttakennaraskólinn á Laugarvatni útskrifaði tvo fyrstu nemendurna.**

Margir íþróttakennarar hafa æ síðan haft mikil áhrif á viðgang frjálsíþróttar, bæði með miðlun þekkingar á greinum, keppnisreglum o.fl. – þ.e. með því að hafa grunnæfingar frjálsíþróttar í kennslunni. Erfitt að búast við miklum áhuga hjá börnum og unglingum ef enginn áhugi er sýndur í skóla eða nærumhverfi.

**1934** – **ÍR gaf út – ÚTÍÞRÓTTIR - fyrstu kennslubók um frjálsíþróttir á íslensku.** Höfundar tveir danskir þjálfarar: Carl Silverstrand og Moritz Rasmussen. Formála ritaði Jón J. Kaldal

**Evrópumeistaramót haldið í fyrsta sinn** og fór fram í **Torínó á Ítalíu**. Ísland átti fyrst keppendur á EM 1946.

**1935** – Fyrsta sinn **kastað keppnisleggju** karla á Íslandi. (sjá þróun Íslandsmeta)

**1936** – **Ólympíuleikarnir haldnir í Berlín í Þýskalandi. Fjórir frjálsíþróttamenn valdir til þátttöku.**

**Nýmæli – æft var 5 sinnum í viku** innanhúss eftir að æfingar hófust í mars hjá Evert Nilsson. Slíkt hafðu ekki þekkt áður á Íslandi.

**Einnig nýmæli að æfingabúðir** voru haldnar á Laugarvatni fyrir íþróttamennina fjóra um tíma í júní til að undirbúa þá sem best fyrir keppnina í Berlín.

**Ólafur Sveinsson var aðstoðarþjálfari** Nilsson á æfingatímabilinu en titlaður aðalþjálfari frjálsíþróttamannanna á leikunum en **Benedikt Jakobsson** var nuddari (sjúkrapþjálfari) í undirbúningi og förinni til Berlínar. Benedikt síðar fyrsti landsþjálfari FRÍ og margoft landsliðsþjálfari frá 1948 – 1967.

Þátttaka frjálsíþróttamanna ýtti undir aukinn áhuga auk þess sem hópur íþróttakennara og þjálfara auk fararstjóra sótti leikana í boði Þjóðvera – um 30 manns. Markmiðið átti að vera það að kynna sér hið nýjasta varðandi íþróttir, æfingar og skipulag.

**Kristján Vattnes KR kastaði fyrstur yfir 40 metra í kringlukasti** - eða 40.25 m á Melavelli.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

**1937 – Sænskir frjálsíþróttamenn**, 5 talsins, kepptu í Reykjavík í júlí í boði KR. Þetta var í annað sinn sem útlendir frjálsíþróttamenn kepptu á Íslandi. Fyrsta sinn var 1921.

**1938 – Sveinn Ingvarsson KR fyrstur Íslendinga undir 11 sek** er hann hljóp á 10.9 sek.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

**Álafosshlaup**, sem **Ármenningar héldu árlega frá 1921** - hlaupið í síðasta sinn 1938. Var endurvakið 1980.

**1939 – Hafnarfjarðarhlaup**, sem **Ármenningar héldu árlega frá 1924** - haldið í síðasta sinn.

**Fyrsta innanhússmót á Íslandi** haldið í íshúsinu við Tjörnina 8. mars 1939. Húsið nefnt Tjarnarbíó síðar (nú Listasafn Íslands). Sveinn Ingvarsson KR setti ísl.met í hástökki án atrennu er hann stökk 1.42 m. Var moldargólf í húsinu

**Vilhjálmur Guðmundsson KR settir tvö met í sleggjukasti.** Setti síðast met í greininni 12 árum síðar.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

Heimsstyrjöldin sem hófst í september – stöðvaði öll alþjóða samskiptum – engir Ólympíuleikar 1940 og 1944 haldnir né Evrópumeistaramót 1942. Í Reykjavík var það svæði við Öskjuhlíð, sem umrætt var sem framtíðar svæði fyrir íþróttavöll, tekið undir flugvöll. Þá varð að leita að öðru svæði og beindist athygli að Laugardalnum.

**1940 – Öldungamót í frjálsíþróttum** haldið á Melavelli. (fyrir 32 ára og eldri)

Leikreglur ÍSÍ í frjálsíþróttum - þriðja útgáfa. (Fyrst 1915 síðan 1928)



**1941 – Á Akureyri fór fram 21.-22. júní keppni milli Sunnanmanna og Norðanmanna**

ÍSí bannaði öll samskipti við hermenn á íþróttasviðinu þegar leitað var eftir því að breskir hermenn gætu fengið að keppa við Íslendinga.

**1942 – Boðhlaup Ármanns** umhverfis Reykjavík fór fram í fyrsta sinn.

**1943 – Tjarnarboðhlaup KR** haldið í fyrsta sinn.

**Vormót ÍR haldið í fyrsta sinn og óslitið síðan.**

**E.Ó.P. mót KR haldið í fyrsta sinn** og síðan árlega í um hálfu öld.

Leikreglur ÍSí í frjálsíþróttum – 4. útgáfa. ( I. 1915, II.1928, III. 1940)

**Melavöllur lagfærður.** Skipt um malarblöndu í brautum, sem þóttu eftir það mun betri og sambærilegri við bestu malarbrautir á Norðurlöndum.

**Íþróttakennaraskólinn á Laugarvatni útskrifaði í fyrsta sinn kennara með dómaraéttindi í frjálsíþróttum. Einnig ári síðar.** (Árbók frjálsíþróttamanna 1945)

**1944 – Fyrsta dómaranámskeiðið í frjálsíþróttum haldið í Reykjavík.** ÍSí hafði í nokkur skipti auglýst slík námskeið allt frá 1931 en ekki reyndist nægur áhugi. **Íþróttaráð Reykjavíkur, ÍRR** sá um námskeiðið 1944 sem og hið næsta sem var haldið 1945.

Jóhann Bernhard bar fram tillögu á aðalfundi ÍRR 1944 (síðar nefnt Frjálsíþróttaráð Reykjavíkur, FÍRR) um að ráið beitti sér fyrir stofnun sérsambands í frjálsíþróttum.

**ÍBR – Íþróttabandalag Reykjavíkur** stofnað 31. ágúst. Heildarsamtök íþróttafélaga í Reykjavík.

ÍSí hóf að skrá staðfest met kvenna.

**Óliver Steinn Jóhannesson FH** fyrstur yfir 7 metra í langstökki – **þ.e. 7.08 á Melavelli.** (sjá þróun Ísl.meta)

**1945 – Kjaran Jóhannsson ÍR** fyrstur til að hlaupa 800 m undir 2 mín. Hljóp á 1:57.8 mín. (sjá skrá um þróun meta)

**Meistaramót Reykjavíkur haldið í fyrsta sinn.** Á því móti í fyrsta sinn keppt í 400 m grindahlaupi.

**Gunnar Huseby KR og Skúli Guðmundsson KR** komust framarlega á alþjóðlega afrekaskrá þetta ár. Miklar framfarir urðu þetta ár frá árinu áður og alls sett 18 Íslandsmet – upphaf af afrekstímabili sem fylgdi næstu 5 ár. Áhugi á frjálsíþróttum aldrei verið meiri en þá.

**1946 – Evrópumeistaramótið í Osló.** Íslendingar taka þátt í fyrsta sinn og eignast meistara.

**Gunnar Huseby KR varð Evrópumeistari fyrstur Íslendinga .** Árangur íslenska hópsins, sem taldi 10 menn, vakti mikla athygli ( sjá nánar 50 ára afmælisrit FRÍ)

Sænski þjálfarinn Georg Bergfors hóf að þjálfa frjálsíþróttamenn ÍR í mars. (Vísir 14.3.1946) Miðlaði þekkingu sinni til ÍR og einnig þjálfari ásamt Benedikt Jakobssyni með hópnunum sem

hélt á EM í Osló. (G. Bergfors var á Íslandi frá 1945 fram á 1947)

**Konur keppa í fyrsta sinn á Héraðsmóti Skarphéðins.**

**Allsherjarmót ÍSÍ haldið í síðasta sinn.**

**Konur keppa í fyrsta sinn í frjálssíþróttagreinum á Landsmóti UMFÍ á Laugum í Reykjadal.** Það var í 80 hlaupi. UMFÍ mótin höfðu síðar jákvæð áhrif til aukinnar þátttöku kvenna.

**Finnbjörn Þorvaldsson ÍR fyrstur undir 23 sek í 200 m hlaupi, 13. júlí á Melavelli, hljóp á 22.8.** Bætti metið 4 sinnum betur þetta sumar, **síðast í 22.1** í Borås í Svíþjóð 4. september. (sjá skrá um þróun meta)

**Óskar Jónsson ÍR fyrstur til að hlaupa 1500 m undir 4 mínútum eða 3.58.4** í Osló 24. ágúst. (sjá skrá um þróun meta)

## Tímabilið 1947 – 1956

### SÉRSAMBAND VERÐUR AÐ VERULEIKA

**1947** – Frjálssíþróttasamband Íslands stofnað 16. ágúst 1947. Konráð Gíslason kosinn fyrsti formaður FRÍ. Stjórn FRÍ tók formlega við yfirstjórn allra málefna frjálssíþróttafólks frá og með 1. janúar 1948.

**Íþróttaráð Reykjavíkur ÍRR (síðar nefnt Frjálssíþróttaráð Reykjavíkur FÍRR)** hafði forystu um að sérstakt sérsamband um frjálssíþróttir skyldi stofnað. Jóhann Bernhard flutti tillögu á aðalfundi ráðsins 1944 um stofnun slíks sérsambands. (sjá 50 ára afmælisrit FRÍ)

**Haukur Clausen fyrstur undir 22 sek. er hann hljóp á 21.9 í Stokkhólmi 7. sept.** (sjá skrá um þróun meta)

Ólympíunefnd réð Olle Ekberg um vorið til að sjá um þjálfun væntanlegra keppenda á ÓL í London 1948. Æfingar hófust í október.

**Frjálssíþróttadómarafélag Reykjavíkur, F.D.R. stofnað.**

**1948** - Fyrsta landskeppni háð gegn Noregi á Melavelli dagana ) - (sjá 50 ára afmælisrit FRÍ bls.?)  
Landsliðsþjálfarar: Benedikt Jakobsson og Olle Ekberg

**Ólympíuleikarnir haldnir í London. Ísland sendi 14 frjálssíþróttamenn til keppni.** Þjálfari frjálssíþróttamanna á var Olle Ekberg – Guðmundur S. Hofdal nuddari/sjúkraþjálfari.

**Örn Clausen varð 12. í tugbraut.**

Konur kepptu í fleiri greinum á á Ólympíuleikunum í London og æ síðan þar **til jöfnuði var náð 60 árum síðar, þ.e. árið 2008 þegar 3000 m hindrunarhlaup bættist við.**

**1949 - Íslendingur setti í fyrsta sinn Norðurlandamet, Gunnar Huseby KR 16.41 í kúluvarpi.**

**Konur tóku í fyrsta sinn þátt í Meistaramóti Íslands. Hafdís Ragnarsdóttir KR, vann nokkra titla - setti mörg met þetta sumar og vakti athygli til eftirbreytni.**

**Ásmundur Bjarnason KR fyrstur Íslendinga til að hlaupa 400 m undir 50 sek.** Það gerði hann á MÍ 24. ágúst í undanriðli með því að hlaupa á 49.7 sek.  
**Guðmundur Lárusson** Á bætti metið um 45 mínútum síðar með því að hlaupa á 49.4 í úrslitum. **Fyrsta sinn** sem það gerðist að tveir einstaklingar bættu slíkt met á sama degi.  
**Gerðist næst 2019 þegar met kvenna var bætt í 100 m hlaupi.** (sjá þróun Íslandsmeta)

**Guðmundur Lárusson Á varð fyrstu til að hlaupa 400 m undur 49 sek.** er hann hljóp á 48.9 á móti í Noregi í september. Jafnaði þetta met í landskeppni gegn Dönum í byrjun júlí sumarið eftir og bætti það síðan í 48.0 sek í undanriðli á EM í Brussel í lok ágúst. Það met stóð í 21 ár.

**Nýmæli hjá stjórn FRÍ.** Fyrir árslok ráðinn í fyrsta sinn sérstakur „Landsþjálfari FRÍ“

**1950 – Benedikt Jakobsson var ráðinn fyrsti landsþjálfari FRÍ. Nýmæli einnig var að** landsþjálfari valdi sérstakan „Úrvalsflokk“ til sameiginlegra æfinga einu sinni í viku frá byrjun árs. Þeim sem boðið var í úrvalsflokkinn en voru staðsettir úti á landi gátu fengið æfingaseðla í pósti. (sjá grein um Benedikt Jakobsson)

**Landslið valið endanlega eftir 17. júní mótið,** sem var notað til ákvörðunar um annað sæti í nokkrum greinum, s.s. kringlukasti og spjótkesti.

**Fyrsti sigur í landskeppni er Ísland vann Danmörku 3.-4. júlí** (sjá 50 ára afmælisrit FRÍ)

**Haukur Clausen ÍR setti Norðurlandamet 21.3 sek í 200 m hlaupi, sem var besti árangur í Evrópu þetta ár.**

**Gunnar Huseby KR fyrstur til að kasta kringlu yfir 50 metra – með 50.13 á Melavelli.**

**Association of Track and Field Statisticians - ATFS,** stofnað í Brussel 26. ágúst. Alþjóðasamband afrekasérfræðinga – hefur gefið árlega út afrekaskrár síðan 1951. (Fulltrúi Íslands fyrstu 10 árin var Jóhann Bernhard)

**Lágmörkum til þátttöku í Evrópumeistaramótinu í Brussel náðu 10 íþróttamenn.** Staða íslenskra frjálsíþróttamanna vakti mikla athygli útlendra áhugamanna og árangur á Evrópumeistaramótinu ýtti undir þjóðarstolt.

**Gunnar Huseby KR gull í kúluvarpi og Torfi Bryngeirsson KR gull í langstökki.**

**Örn Clausen ÍR silfur tugþraut.** Þrír aðrir komust í úrslit auk boðhlaupsveitar.

(sjá 50 ára afmælisrit FRÍ)

**1951** – Ísland vann bæði Danmörku og Noreg í landskeppni í Osló.

(sjá 50 ára afmælisrit FRÍ)

**Nýmæli. ÍR stóð fyrir fyrstu keppni í 3000 m hindrunarhlaup, sem fram fór á Íslandi.**

**Örn Clausen setti Norðurlandamet í tugbraut** á Melavelli eftir einvígi 29. og 30. júlí við Frakkann Heinrich, sem vann með 23 stigum. Árangur Arnar 7.452 stig var þriðji besti árangur í heiminu þetta ár.

**Gunnar Huseby varð breskur meistari í kúluvarpi með 15.87.**

**FRJÁLSAR ÍÞRÓTTIR**, út kom kennslurit um iðkun frjálsíþróttanna eftir Stefán P. Kristjánsson og Þorstein Einarsson .

**1952** – Ólympíuleikarnir í Helsinki – 10 frjálsíþróttamenn valdir - Vonbrigði með árangur

Íslendinga. Leiðindi í hreyfingunni í kjölfarið. FRÍ samþykkti ályktun á ársþingi í nóv. að FRÍ „haldi eigi uppi þjálfun einstaks flokks úrvalsmanna...“. Félögin skyldu sjá um grunnþjálfun. Ekki rætt aftur um landsþjálfara hjá FRÍ – þingi fyrr en 1978.

**1953** – Kristján Jóhannsson ÍR setti Íslandsmet í 3000 m og hleypur fyrstur undir 9 mínútur.

(sjá þróun Íslandsmeta)

**1954** – FRÍ sendi 7 keppendur á Evrópumeistaramótið í Bern.

**Meistaramót Íslands í kvennaflokki** var haldið í ágúst. Vegna lítillar þátttöku var aðeins keppt í fimm greinum.

**Þórður B. Sigurðsson KR kastaði fyrstur sleggju yfir 50 m** í júní á Melavelli.

(sjá þróun Íslandsmeta)

**1955** – Landskeppni gegn Hollandi í Reykjavík.

(sjá 50 ára afmælisrit FRÍ)

**Vilhjálmur Einarsson ÚÍA sigraði í keppninni 15.19 metra þrístökki og varð þar með fyrsti Íslendingur yfir 15 m**

(sjá þróun Íslandsmeta)

**Meistaramót Íslands í kvennaflokki fórst fyrir af þátttökuleysi.** Auglýst í Reykjavík í sept. en engin þátttökutilkynning barst. (Árbók íþróttamanna 1955-1956, bls. 179)

„Brautin rudd“ heitir grein sem Brynjólfur Ingólfsson formaður FRÍ ritaði og birtist fyrst í Íþróttablaðinu og síðan Þjóðviljanum 7. október. Eftir afreksárin 1950 og 1951 hrundi margt hjá FRÍ. Gerði hann grein fyrir vonbrigðum frá og með 1952 og rísandi gengi 1955 og bjartari horfum. Þessar línur hjá Brynjólfi lýsa sveiflum í frjálsíþróttum, sem þá voru nýbúnar og virðast hafa gengið fyrir sig á svipaðan hátt æ síðan.

Ársþing FRÍ 1955, haldið í nóvember beindi því til sambandsaðila, „að íþróttæfingum og kappmótum kvenna verði meiri sómi sýndur í hvívetna.“

**1956** – Vilhjálmur Einarsson ÍR hlaut silfverðlaun á Ólympíuleikunum í Melbourne með því að stökkva **16.26**, sem var nýtt ólympíumet er stóð í um 2 klst.  
(sjá 50 ára afmælisrit FRÍ )

## Tímabilið 1957 – 1966

**1957** – Landskeppni gegn Danmörku í Reykjavík. Danir unnu (sjá 50 ár afmælisrit FRÍ )

Nýlunda var að þrír landsliðsþjálfarar voru tilnefndir vegna landskeppninnar:  
Benedikt Jakobsson, Guðmundur Þórarinsson og Stefán P. Kristjánsson

Hilmar Þorbjörnsson Á bætti metið í 100 m hlaup í **10.3 sek** (sjá skrá um þróun meta)

Kristján Jóhannsson ÍR fyrstur til að hlaupa 5000 m undir 15 mínútum – þ.e. á **14.56.2**  
( um þróun meta)

Þrír Íslendingar valdir í lið Norðurlanda gegn Balkanþjóðum.

**1958** - Vilhjálmur Einarsson ÍR varð í **3. sæti** á Evrópumeistaramótinu í Stokkhólmi , stökk **16.00**

Gabor Simonyi ráðinn til ÍR sem frjálsíþróttþjálfari.

Svavar Markússon KR fyrstur undir **3.50.0** í 1500 m - Hljóp 13. ágúst í Vesterås á 3.47.8

**1959** - Laugardalsvöllur - Víglumót í frjálsíþróttum haldið **3. – 5. júlí**. Bæjarkeppni haldin Reykjavík – Malmö.

**1960** – Vilhjálmur Einarsson ÍR stökk **16.70** í þrístökki **7. ágúst** á Laugardalsvelli og jafnaði gildandi heimsmet. Var Norðurlandamet sem stóð í nokkur ár. Stendur enn sem Íslandsmet.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

Jón Pétursson KR stökk fyrstur Íslendinga yfir **2 metra** í hástökki á Laugardalsvelli **7. ágúst**.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

Vilhjálmur Einarsson ÍR varð í **5. sæti** á Ólympíuleikunum í Róm - stökk **16.37 m**.

Leikreglur FRÍ í frjálsíþróttum – 5. útgáfa. ( I. 1915, II.1928, III. 1940, IV. 1943)

**1961** – Vilhjálmur Einarsson ÍR setti heimsmet í hástökki án atrennu **1.75 metra**. Fyrstur

Íslendinga til að setja heimsmet einstaklings í íþróttagrein.

**1962** – Vilhjálmur Einarsson ÍR 6. sæti í þristökki með 15.62 á Evrópumeistaramótinu í Belgrad. Endaði glæsilegan feril á alþjóðamótum á EM – hófst einnig á EM í Bern 8 árum áður.

Jón Þ. Ólafsson ÍR stökk 2.11 innanhúss, setti Norðurlandamet. Var besti árangur í Evrópu þetta ár og í öðru sæti á heimslistanum innanhúss. Jón setti heimsmet unglunga í hástökki án atrennu, stökk 1.70 m. (sjá þróun Íslandsmeta)

**1963** – Jón Þ. Ólafsson ÍR bætti Íslandsmetið í 2.06 í ágúst. (sjá þróun Íslandsmeta)

**1964** – FRJÁLSÍÞRÓTTIR - Tækni og æfing – bók eftir Gabor Simonyi og Vilhjálm Einarsson  
Útgefandi: Bókaútgáfa Menningarsjóðs.

Ólympíuleikarnir haldnir í Tókýó í Japan. Valbjörn Þorláksson varð 12. sæti í tugbraut. (sjá 50 ára afmælisrit FRÍ)

**1965** – Jón Þ. Ólafsson ÍR bætti Íslandsmetið í 2.10 - stóð metið til 1983. (sjá þróun Íslandsmeta)

Evrópubikarkeppni landsliða í fyrsta sinn haldin. Nefnd upphaflega Bruno Zauli Cup. B. Zauli var forseti Evrópunefndar IAAF (undanfari Frjálsíþróttasambands Evrópu 1969)

**1966** – Ríkissjónvarpið hóf útsendingar. Hefur sýnt frá frjálsíþróttamótum í gegnum árin.

Jón Þ. Ólafsson var í 7. sæti á Evrópubikarmóti innanhúss í Dortmund í V-Þýskalandi. Þetta var í fyrsta sinn sem slíkt mót var haldið. Undanfari að Evrópumeistaramótum, sem hófust 1970 eftir að Evrópusambandið EAA hafði verið stofnað. Ísland sendi í fyrsta sinn þátttakanda á EM innhúss 1972.

Bikarkeppni FRÍ haldin í fyrsta sinn. KR sigurliðið í þeirri fyrstu.

## Tímabilið 1967 – 1976

**1967** – Karlalandslið Íslands tók þátt í Evrópubikarkeppninni í Dublin.

Benedikt Jakobsson lést um aldur fram. Fyrsti Landsþjálfari FRÍ og Landliðsþjálfari oftast en nokkur annar frá 1948 – 1966. Hafði sinnt frjálsíþróttþjálfun í 35, fyrst hjá ÍR í 2 ár síðan hjá KR í 33 ár. Haldið ótal námskeið hjá öðrum félögum og héraðssamböndum. Gaf út kennslubæklinga fyrir mismunandi greinar frjálsíþróttar o.fl.

Guðmundur Hermannsson KR bætti Íslandsmetið í kúluvarpi í 17.34 m. Fyrstur yfir 17 metra og bætti því um 60 cm Íslandsmet Gunnars Huseby, sem staðið hafði frá 1950.

(sjá þróun Íslandsmeta)

**1968** – Ólympíuleikarnir í Mexíkóborg. **Guðmundur Hermannsson KR tók þátt í kúluvarpi, þá 43 ára.** Elsti keppandi Íslands í frjálsíþróttum til þessa dags.

**Guðmundur Hermannsson KR fyrstur til að varpa kúlu yfir 18 metra.**

(sjá þróun Íslandsmeta)

**1969** – **Frjálsíþróttasamband Evrópu formlega stofnað.** Tók við yfirstjórn allra mála í Evrópu er áður höfðu verið í verkahring Frjálsíþróttanefndar IAAF fyrir Evrópu, sem komið var á 1932.

FRÍ réð **famkvæmdastjóra í fyrsta sinn um sumarið, Kristmann Eiðsson.** (sjá skrá)

**Guðmundur Hermannsson KR náði sínum besta 18.48 m þetta ár - 44 ára gamall.**

**Evrópumeistaramótið haldið í Aþenu í Grikklandi.**

**Guðmundur Þórarinsson þjálfari hjá ÍR kom á Hljómskálahaupi fyrir börn og unglina,** sem hafði mikið útbreiðslugildi. Síðar einnig Breiðholtshlaup ÍR. Guðmundur var þá nýlega fluttur til Íslands eftir 7 ára dvöl Norrköping í Svíþjóð. Guðmundur var oft landsliðsþjálfari hjá FRÍ, fyrst 1957 og fram undir 1990. Þjálfari hjá ÍR í um 30 ár.

**1970** – **Evrópubíkarkeppni haldin í Reykjavík í fyrsta sinn.**

**Erlendur Valdimarsson ÍR fyrstur til að kasta kringlu yfir 60 metra.** (sjá þróun Íslandsmeta)  
FRÍ sendi í **fyrsta sinn þátttakendur á Andrésar Andarleikana í Noregi.** (50 ára afm. rit FRÍ)

**1971** - **Bjarni Stefánsson KR setti Íslandsmet í 400 m hlaupi** – á 47.46 sek. og bætti 21 árs gamalt met Guðmundur Lárussonar Á, sem sett var á EM 1950.

**1972** – **Ólympíuleikarnir haldnir München.** (sjá) 50 ára afmælisrit FRÍ

**Fyrsta þátttaka í EM innanhúss. Þorsteinn Þorsteinsson KR í EM í Grenoble**

**Bjarni Stefánsson KR hljóp fyrstur Íslendinga undir 47 sek. í München – þ.e. á 46.76 sek.**

**Fyrsta júní var stofnfundur Félags frjálsíþróttþjálfara. Jóhannes Sæmundsson kosinn formaður.**

**Lára Sveinsdóttir Á varð fyrsta íslenska konan til að taka þátt í keppni á Ólympíuleikum** þegar hún keppti 16 ára gömul á leikunum í München.

**Afmælimót FRÍ - þriggja daga dagskrá. Unglingalandskeppni Ísland – Danmörk, tveir í grein.** Einnig sérstakar **boðsgreinar með erlendri þátttöku. Mesta athygli vakti Ricky Bruch frá Svíþjóð, sem fyrr um sumarið hafði sett heimsmet í kringlukasti.**

**Fyrsta þátttaka Íslands í Kalottkeppni.** Fór fram í Mo í Rana í Noregi (50 ára afmælisrit FRÍ)  
**Guðmundur Hermannsson KR** sigraði í kúluvarpi á HM öldunga í München.

**1973 – Víðavangshlaup Íslands háð í fyrsta sinn.**

FRÍ sendir í fyrsta sinn þátttakendur í Evrópubikarkeppni kvenna, sem fram fór í Kaupmannahöfn.

Reykjavíkurléikar haldnir í fyrsta sinn.

Íslenskir unglingar tóku í fyrsta sinn þátt í Evrópumeistaramóti unglinga í frjálsíþróttum. Mótið var haldið í Duisburg í Vestur-Þýskalandi. FRÍ sendi þrjár stúlkur og þrjá pílta.

Evrópubikarkeppni í tugþraut haldin í Reykjavík. Fyrsta sinn sem Íslendingar tóku þátt.

Unglinga- landskeppni gegn Dönum fór fram í Kaupmannahöfn.

Erlendur Valdimarsson kastaði fyrstur sleggju yfir 60 m á Laugardalsvelli í ágúst.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

**1974 – Landskeppni við Írland í Reykjavík.**

Óskar Jakobsson ÍR fyrstur til að kasta spjóti yfir 70 metra (sjá þróun Íslandsmeta)

Kalottkeppni í Luleå í Svíþjóð

EM haldið í Róm

Norðurlandameistaramót unglinga í fjölþrautum í Fredrikstað.

**1975 - Landskeppni Ísland – Skotland fór fram í Reykjavík.**

Hreinn Halldórsson KR fyrstur til að varpa kúlu yfir 19 metra – þ.e. 19.46 á Melavelli.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

Kalottkeppni í Tromsö í Noregi

**1976 – Landskeppni: Ísland – Skotland – N-Írland fór fram í Edinborg.**

Kalottkeppni haldin á Íslandi í fyrsta sinn.

Ólympíuleikarnir haldnir í Montreal í Kanada.



Úthlutað fjárstyrkjum í fyrsta sinn til íþróttafólks eftir afreksgetu í vegna þátttöku í Ólympíuleikunum.

Hreinn Halldórsson KR fyrstur til að varpa kúlu yfir 20 metra – þ.e. 20.24 á Laugardalsvelli.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

## Tímabilið 1977 – 1986

**1977** – Hreinn Halldórsson KR Evrópumeistari í kúluvarpi á EM innhúss í San Sebastian á Spáni.  
Hreinn Halldórsson KR fyrstur til að varpa kúlu yfir 21 metra – þ.e. 21.09 í Stokkhólmi.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

Evrópubíkarkeppni í fjölþrautum karla og kvenna í Kaupmannahöfn.

Heimsleikar stúdenta í Sofía í Búlgaríu. Vilmundur Vilhjálmsson KR tók þátt. Slíkir leikar haldnir á tveggja ára fresti. Nokkrir íslenskir frjálsíþróttamenn tóku þátt í leikum sem fylgdu í kjölfarið m.a. í Mexíkó, Kanada og Japan.

**1978** – EM innanhúss haldið í Milánó á Ítalíu. Íslenskar konur taka í fyrsta sinn þátt; Ingunn Einarsdóttir ÍR og Lilja Guðmundsdóttir ÍR.

EM haldið í Prag. FRÍ sendi 5 keppendur. Hreinn Halldórsson komst í úrslitkeppnina í kúluvarpi og varð í 8. sæti  
(sjá 50 ára afmælisrit FRÍ)

Jón Diðriksson UMSB fyrstur til að hlaupa undir 1.50.0 mín. í 800 m (sjá þróun Íslandsmeta)

Samþykkt á FRÍ-þingi tillaga um **LANDSÞJÁLFARA FRÍ**. Leið meira en áratugur áður en málið komst aftur á dagskrá.

**1979** – Íslandsmeistaramót öldunga háð í fyrsta sinn, Mótið fór fram í Kópavogi.

Valbjörn Þorláksson KR þrefaldur heimsmeistari öldunga á HM í Hannover.

Unglingalandskeppni Norðurlanda. Ísland og Danmörk senda í fyrsta sinn sameiginlegt lið

Þórdís Gísladóttir HSK fyrst kvenna til að stökkva yfir 1.80 m í hástökki.

Heimsleikar stúdenta í Mexíkóborg

Kastlandskeppni við Ítalíu í Reykjavík.

**1980** – Ólympíuleikarnir haldnir í Moskvu. Hreinn Halldórsson og Óskar Jakobsson komust báðir í úrslit í kúluvarpi.  
(sjá 50 ára afmælisrit FRÍ)

Norðurlandabíkarkeppni kvenna í Varberg.

Norðurlandakeppni unglíngalandsliða í Malmö.

Álafosshlaupið endurvakið

## **1981 – Keppt í fyrsta sinn í maraþonhlaupi og hálfu maraþoni á Meistaramóti Íslands.**

EM innanhúss í Grenoble í Frakklandi. Hreinn Halldórsson KR varð í 6. sæti í kúluvarpi og Óskar Jakobsson ÍR í 7. sæti.

Sigurður T. Sigurðsson KR fyrstur til að stökkva yfir 5 metra utanhúss.

Einar Vilhjálmsson UMSB varð fyrstur til að kasta spjóti yfir 80 metra – eða 81.22 m  
(gerð á spjóti sem gildi til 1986) (sjá þróun Íslandsmeta)

Íris Inga Grönfeldt UMSB var fyrst til að kasta spjóti yfir 40 metra – eða 42.96 m  
(gerð af spjóti sem gildi til 1998) (sjá þróun Íslandsmeta)

Leikreglur FRÍ í frjálsíþróttum – 6 útgáfa. ( I. 1915, II.1928, III. 1940, IV. 1943, V. 1973)

Reykjavíkurléikar haldnir með þátttöku margra þekkra erlendra íþróttamanna.

## **1982 – Evrópumeistaramótið haldið í Aþenu.**

Sigurður T. Sigurðsson KR fyrstur til að stökkva yfir 5 metra innanhúss.

Íris Inga Grönfeldt UMSB var fyrst til að kasta spjóti yfir 50 metra – eða 51.58 m  
(sjá þróun Íslandsmeta)

Tæknimál 1.tbl. 1. árg útg. af FRÍ

## **1983 – Fyrsta Heimsmeistaramót IAAF í frjálsíþróttum haldið í Helsinki.**

Vésteinn Hafsteinsson HSK fyrstur yfir 65 m í kringlukasti þ.e. 65.60 í Reykjavík í júlí.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

Reykjavíkurléikar haldnir á Laugardalsvelli af FRÍ í síðasta sinn.

Einar Vilhjálmsson UMSB fyrstur til að kasta spjóti yfir 90 metra - með 90.66 m í Stokkhólmi.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

Bryndís Hólm ÍR fyrst til að stökkva löglega yfir 6 metra - eða 6.17 m í Edinborg.  
(sjá þróun Íslandsmeta)

## **1984 - Reykjavíkur maraþon – háð í fyrsta sinn.**

Oddur Sigurðsson KR – fyrstur undir 46 sek - setti Norðurlandamet í 400 m hlaupi í Texas um vorið með því að hlaupa á 45.36 sek. Stóð sem Norðurlandamet allt til 2007.

Ólympíuleikar haldnir í Los Angeles. Einar Vilhjálmsson 6. Í spjótkaсти. (sjá 50 ára afmælisritFRÍ)

Fyrsta norræna þjálfunarráðstefnan haldin í Noregi. Skyldi framvegis haldin annað hvert ár en ekki þau ár þegar ráðstefna sambands evrópskra frjálsíþróttapjálfa er á dagskrá.

Öldungaráð FRÍ- hið fyrsta, samþykkt á ársþingi . Einnig sérstök Skráningarnefnd FRÍ.  
Áður hafði skráningarvinna fallið undir Laganefnd.

## **1985 – Fyrsta Heimsmeistaramót IAAF innahúss haldið í París.**

**Miklar viðgerðir í maí og júní á keppnisvelli í Laugardal svo Evrópubíkarkeppnin gæti farið fram.** Stjórn EAA fylgdist stöðugt með svo hægt væri að flytja keppnina annað ef ekki næðist að klára verkið af hálfu Reykjavíkurborgar á tilsettum tíma.

**Evrópubíkarkeppni karla og kvenna haldin í Reykjavík.** Fjölmennasti hópur afreksfólks, sem til lands hafði komið til þess tíma, tók þátt.

**Samningur FRÍ við Adidas-fyrirtækið.** Tók mörg ár að semja og gilti fyrsti samningur í 3 ár.

**Meistaramót í götuboðhlaupi háð í fyrsta sinn.**

## **1986 – EM í Stuttgart. Einar Vilhjálmsson ÚÍA og Sigurður Einarsson Á kepptu spjótkesti. Íris Grönfeldt UMSB í spjótkesti og Helga Halldórsdóttir KR í 400 m grindhl.**

**Einar Vilhjálmsson ÚÍA varð fyrstur til að kasta spjóti yfir 80 metra** eftir breytingar á spjóti, IAAF lögleiddi 1986. Hann kastaði 80.18 m í Kaupmannahöfn 20. júlí. (sjá þróun Ísl.meta)

Leikreglur FRÍ í frjálsíþróttum – 8. útgáfa. ( I. 1915, II.1928, III. 1940, IV. 1943, V. 1960, VI. 1973, VII. 1981)

**Landsbankahlaupi fyrir börn komið á um allt land þar sem LB hafði útibú.** Samningur við FRÍ um framkvæmd.

**Lottó – fyrsti útdráttur hjá Íslenskri getspá var 29. nóvember.** Hefur síðan skilað miklum fjárhagslegum stuðningi til frjálsíþróttanna í landinu.

## **Tímabilið 1987 – 1996**

### **1987 – Einar Vilhjálmsson ÚÍA setti Norðurlandamet í spjótkesti á Landsmóti UMFÍ á Húsavík 10. júlí er hann kastaði 82.96 metra.** (sjá þróun Íslandsmeta)

Skrifstofa FRÍ tölvuvædd.

**HM í Róm** – sex keppendur á vegum FRÍ

**Frjálsar: Tímarit um frjálsíþróttir.** Útg. FRÍ – 1. tbl. 1. á.1987. Ritst. Gunnar Páll Jóakimsson  
Sjá um mikilvægi fjölmiðla: Ágúst Ásgeirsson - Brotið blað í sögu FRÍ – bls. 3

### **1988 - Íris Grönfeldt UMSB var fyrst til að kasta spjóti yfir 60 metra – eða 61.04 m** (sjá þróun Íslandsmeta)

**Ólympíuleikarnir haldnir í Seoul í S-Kóreu.**