

2021



ELDING



UMFA

KNATTSPYRNUDEILDAR

BLAÐ

PLUG INTO MORE ADVENTURE

THE 2021 WRANGLER
4xe



GOÐSÖGNIN RAFMÖGNUM

ALVÖRU JEEPI MEÐ 100% DRIFLÆSINGUM Á VERÐI SEM
Á SÉR ENGAN SAMANBURÐ OG NÚ 374HÖ/637NM

NÝR WRANGLER RUBICON 4xe PLUG-IN-HYBRID

VERÐ FRÁ KR. 9.490.000*

LAUNCH EDITION KR. 10.490.000*

35"-40" ÍSBAND BREYTINGAPAKKAR Í BOÐI FRÁ KR. 300.000

TRYGGIÐ YKKUR BÍL Í FORSÖLU. VÆNTANLEGUR Í BYRJUN SUMARS.



GLEÐILEGT KNATTSPYRNU- SUMAR

Gríðarleg aukning hefur verið í fjölda iðkenda hjá knattspyrnu-deild Aftureldingar á síðustu 10 árum í okkar vaxandi bæjarfélagi.

Gríðarleg aukning hefur verið í fjölda iðkenda hjá knattspyrnu-deild Aftureldingar á síðustu 10 árum í okkar vaxandi bæjarfélagi. Árið 2011 voru iðkendur í barna- og unglingastarfinu 450 en eru í dag rétt rúmlega 700 talsins. Plön eru um að bæta íþróttaaðstöðuna á Varmá á næstu árum og við fögnum nýju knatt húsi. En það má enn bæta í svo aðstaðan á Varmá og Tungu-bökkum verði sambærileg við það sem gerist best í okkar næsta nágrenni. Ég hvet þá stjórnmalaflokka sem ætla að bjóða fram í sveitarstjórnarkosningum 2022 að leggja áherslu á kröftugan stuðning við Aftureldingu og aðstöðu félagsins. Stór hluti bæjarbúa er hagsmunadili að því að hér sé íþróttastarfið eins og best verður á kosið.

En að því sögðu þá er unnið mjög gott starf innan deildarinnar. Við höfum í gegnum tíðina átt góð lið í yngri flokkum félagsins og vel haldið utan um þá starfsemi. Meistaraflokkarnir okkar eru að bæta sig frá ári til árs svo það er óhætt að hlakka til sumarsins með eftirvæntingu.



Nú þegar langþráð knattspyrnusumar er handan við hornið langar mig að þakka okkar frábæru styrktaraðilum, bæjarfélaginu og þeim sjálfboðaliðum sem leggja félaginu lið, kærlega fyrir því án þeirra væri þetta ekki hægt. Áfram Afturelding!

Gísli Elvar Halldórsson
— Formaður mfl.ráðs KK



NÝR STYRK TARADILI

Hljómsveitin KALEO verður framan á treyju mfl. karla í sumar og verður næstu tvo tímabil. Þetta er ný nálgun og líklega í fyrsta skipti sem hljómsveit gerir styrktarsamning og prýðir keppnisbúning knattspyrnufélags í heiminum. Tenging á milli félagsins og KALEO er sterk enda meðlimir hljómsveitarinnar allt Mosfelllingar og þeir æfðu knattspyrnu með liðinu. Jökull fór alveg upp í 3ja flokk áður en hann fór að einbeita sér að tónlistinni. Það verður gaman að fylgjast með hvort lag af nýjustu plötu þeirra verði innkomulag sumarsins.

Ritstjórn: Hanna Símardóttir — afturelding@internet.is
Útgefandi: Knattspyrnudeild Aftureldingar
Umbrot og hönnun: Hvati — @hvatione

Ljósmyndir: Sjálfboðaliðar Aftureldingar
Forsíðumynd: Raggi Óla

BÍLALEIGA

JÓNS B. ehf.

Flugumýri 2
270 Mosfellsbær

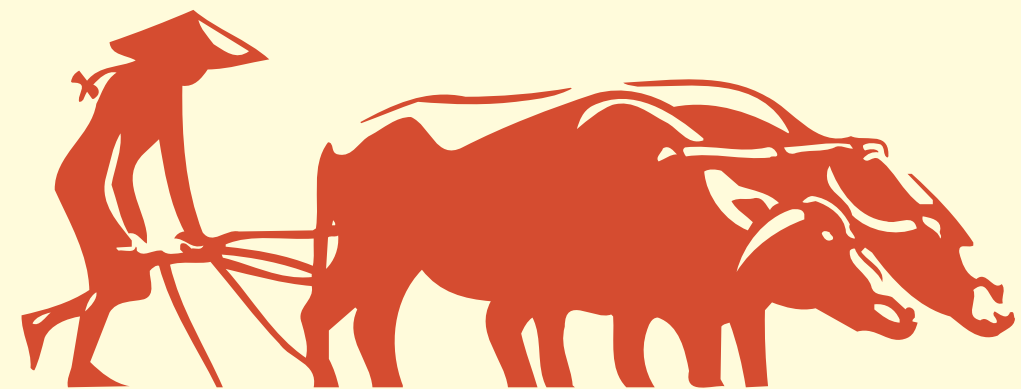
Tel. +354 566 7660
Mobile +354 697 7685

jonrett@internet.is
www.jonb.is



Hrein snilld fyrir reksturinn

papco.is



NINGS

ÁFRAM AFTURELDING



GEGN FRAMVÍSUN AFRIFUNNAR Á NÆSTA NINGS STAÐ
FÆRÐU 25% AFSLÁTT, GILDIR ÚT ÁGÚST 2021
Gildir ekki í heimsendingu eða með öðrum tilboðum

25%
NINGS
GILDIR ÚT
ÁGÚST 2021



BÆNDURNIR OKKAR
sem við þekkjum og treystum



KJÚKLINGUR OG KALKÚNN FRÁ ÍSFUGLI ER REKJANLEGUR TIL BÓNDA



Kíktu í heimsókn
til Ísfuglsbónda!



*Ísinn hjá Erlu
er engum líkur!*

Erlu.is

MOSFELLSBÆ

HÁHOLT 13-15 | 564 4500 | [f ERLUISMOS](#) [@ISBUDERLU](#)



**Kristall er
tannvænn drykkur**





BARNA- OG UNGLINGARÁÐ

Starfið hjá Barna- og unglingaráði (BUR)hefur eins og öll önnur starfsemi ekki farið varhluta af Covid-19 faraldrinum síðastliðið ár.

Við urðum af stórum fjáröflunum - þorrablóti Aftureldingar, Liverpoolskólanum og Weetos mótinu. Knattspyrnskólinn var það eina sem hélt velli, fjárhagslega hefur þetta ár því verið mjög krefjandi. Í öllu þessu er þó mjög ánægjulegt að við sjáum ekki neina fækkun iðkenda hjá okkur sem hefði mögulega getað orðið staðan. Stór partur af því eru störf þjálfaranna okkar sem flestir voru mjög duglegir í æfingahléunum að senda iðkendum æfingar, myndbönd og hvatningu af ýmsum toga. Í dag er fjöldi iðkenda í kringum 620, samsetningin hefur etv. aðeins breyst – kvennaflokkarnir okkar stækka, sem er mikið fagnaðarefni. Í 6. flokki kvk. eru 54 stelpur skráðar og helsta áskorunin okkar verður að halda þeim við efnið fram á unglingsár og sjá þær skila sér upp í mfl. Við höfum um 40 þjálfara að sinna flokkunum okkar, vel menntaða og áhugasama – tilbúnir að bæta við og breyta þegar á reynir. Markmið BUR er að gefa

öllum iðkendum tækifæri til að sinna áhugamálinu sínu svo lengi sem þau kjósa. Ekki munu allir geta haft fótboltann að atvinnu en í hópi iðkenda og foreldra leynast líka dómara, framtíðar stjórnarmeðlimir og gallharðir stuðningmenn. Þau verkefni eru ekki síður mikilvæg. Við eigum að standa í þessu eins og almannavarnir — saman.

Við vitum ekki frekar en aðrir hvernig næstu mánuðir munu vera en vonumst til að sumarið fari góðum höndum um okkur og flokkarnir okkar geti spilað á þeim mótum sem áætlað er og að sem minnst röskun verði á Íslandsmótinu.

Með knattspyrnkveðju fh. BUR

Ása Dagný
— Formaður BUR

Litaspilið í teppinu Vetrarljós
veitir yl og birtu í sálina

Fáanlegt á Lopidraumur.is

Frí heimsending innanlands



LOPI



Íslensk ull
Gæðamerki



FULLELDADUR
KJÚKLINGUR
HÆGELDADUR
Sous Vide

KJÚKLINGABRINGUR



KFC

VELDU EINA OG
FATAÐU ÞIG!

15 VENJULEGIR HOT WINGS

EDÁ 15 BBQ HOT WINGS

EDÁ 15 BUFFALO HOT WINGS

EDÁ 9 ORIGINAL LEGGIR

1.999 kr.

KOMDU Í LÚGUNA

EDÁ NOTAÐU APPID

TAKTU ÞÁTT!

Það er virkilega ánægjulegt að sjá þá miklu iðkendafjölgun sem á sér stað innan knattspyrnudeildar Aftureldingar þessa stundina.

Aðstaðan er alltaf að verða betri og mikill uppgangur hjá bæði meistaraflokki karla og kvenna hefur svo sannarlega jákvæð áhrif á starfið í heild. En þó má ekki gleyma að vandi fylgir vegsemd hverri og eins og góður maður sagði eitt sinn „Enginn dómari - enginn leikur“. Með fjölgun iðkenda þá fjölga leikjum og það skiptir Aftureldingu miklu máli að hafa dómaramálin í toppstandi. Nú hefur undirritaður sinnt starfi dómara stjóra knattspyrnudeildar síðastliðin þrjú ár og stefnan er alltaf að leita leiða til að bæta þennan stóra hluta leiksins sem dómgæslan er. Það er staðreynd að við höfum ekki framleitt marga dómara síðastliðin ár og er það miður. Afturelding er stórt félag og næg eru verkefnir sem þarf að manna ár hvert. Nú væri gaman að sjá alla spekingana í stúkunni taka skrefið



Jóhann Ingi, KSÍ dómari, frá Aftureldingu

og stíga inn á völinn. Taka þátt og dæma nokkra leiki yfir sumartímann. Bæði er þetta fin hreyfing, þetta er félaginu mikilvægt og svo greiðir deildin fólki fyrir hvern leik sem það dæmir. Stefnan er að halda dómaramámskeiði fyrir sumarið og hvetjum við alla sem hafa skilning á leiknum og áhuga á því að starfa fyrir félagið að mæta þegar námskeiðið verður auglýst. Ef þú hefur einhverjar spurningar, ekki hika við að hafa samband: thorgeirleo@gmail.com — Sjáumst á vellinum í sumar og áfram Afturelding!

Þorgeir Leó Gunnarsson
— þjálfari og dómara stjóri Aftureldingar.

COLLAB

5,9G AF KOLLAGENI Í HVERRI DÓS

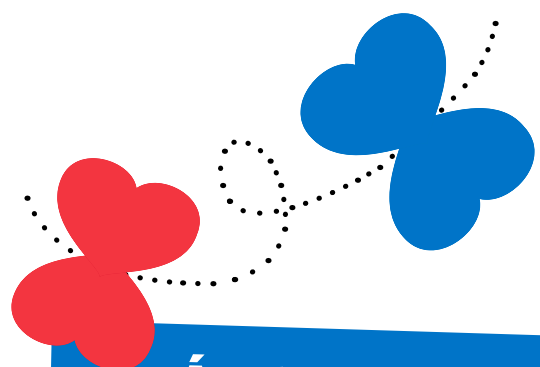
@collabiceland

FEEL ICELAND

Mundu Múlalund

Ritfangaverslunin þín í Mosfellsbæ

Skoðaðu úrvalið á mulalundur.is



ÚTIVISTAR- REGLURNAR*

*Skv. 92 gr. laga nr. 80/2002

Á skólatíma 1. september til 1. maí

12 ára börn og yngri
mega lengst vera úti til kl. 20

*13 – 16 ára börn mega
lengst vera úti til kl. 22*

1. maí til 1. september

12 ára börn og yngri
mega lengst vera úti til kl. 22

*13 – 16 ára börn mega
lengst vera úti til kl. 24*



MOSFELLSBÆR



www.samanhopurinn.is

FORELDRAR VERUM SAMTAKA!

Foreldrum er heimilt að stytta þennan tíma en ekki lengja. Bregða má út af reglu-
num þegar börn eru í fylgd með fullorðnum og börn 13-16 ára eru á heimleið frá
viðurkenndri skóla,- íþróttá- eða æskulýðssamkonu. Aldur miðast við fæðingarár.

Gæði – alla leið!

Í SÁTT VIÐ NÁTTÚRUNA



Fjölskyldurnar í Lambhaga eru hluti þeirra 900
bænda sem eiga SS. Þau sinna bústörfum í fullri
sátt við umhverfið. Með fyrsta flokks aðbúnaði
 tryggja þau að kjötið frá SS skilar sér í gæðum
alla leið á diskinn þinn.

Íslenska sveitin og SS - fyrir þig







Pitt hlutverk eftir slys er að einbeita þér að **bata**. Okkar hlutverk er að vernda þína hagsmuni.

FULLTINGI - ÞINN RÉTTUR TIL BÓTA
Slysa- og skaðabótamál | fulltingi.is | 533 2050

Er kominn tími á góða skoðun?





Frumherji



KF ÁLAFOSS



Nýir og breyttir tímar
Öll höfum við verið að berjast við þetta hundleiðinlega og þreytta ástand í samfélaginu s.l. ár sem hefur sett sitt spor á íþróttafélög landsins. Það er ekkert við því að gera nema að halda ótrauð áfram og leggja okkar af mörkum til að koma öllu í sitt rétta far aftur. Við vonum og trúum því að frekari hindranir séu búnar og okkar elskulega íþrótt verði ekki trufluð meira í kjölfarið, en nóg um það.

Á árinu 2020 sögðum við skilið við Ásgrím Helga Einarsson sem hafði verið þjálfari liðsins frá árinu 2019, við þökkum honum fyrir sín störf og eigum við honum mikið að þakka.

Á síðustu mánuðum höfum við fengið inn nýtt þjálfarateymi sem samanstendur af fjórum, glæsilegum drengjum. Snorri Heiðar Andrésson

er tekinn við sem aðalþjálfari, honum til halds og trausts eru Kristinn Hjartarson sem aðstoðarþjálfari, Vilhjálmur Rúnarsson styrktarþjálfari og Daniel Már Aðalsteinsson markmannsþjálfari.

Undirbúningstímabilið hefur gengið upp og niður eins og gengur og gerist í boltanum. Við höfum þó á undanförunum vikum styrkt liðið gífurlega með mörgum flottum leikmönnum og er hópurinn orðinn einkar stór og samkeppni í öllum stöðum. Þess má geta að á síðustu æfingu fyrir nýjasta 10 manna samkomubann mættu hátt í 30 strákar á æfingu.

Stefnan í ár er sett hátt og höfum við fulla trú á okkar hæfileikum og hæfileikum náungans við hlið okkar. Við ætlum okkur sæti í úrslitakeppninni á þessu tímabili og heiti ég því hér að ef ekki verður af því byð ég Hönnu Símonardóttir,

okkar stuðnings-aðila númer 1, út að borða hvert sem hún vill fara.

Að lokum vil ég nýta tímann til að þakka öllum þeim sem koma að þessu æðislega liði: stjórnendum, leikmönnum og þjálfurum, fyrir sinn kraft og dug. Mosfellsbæ fyrir þeirra hjálp og sérstakar þakkir til Barion, Fébætur, Sólningu, Jarðavinnu og vélaleigu og Bakarans á hjólinu. Án ykkar væri þetta ekki hægt.

Við óskum síðan auðvitað frændum okkar í Hvíta Riddaranum góðs gengis og sama má segja með Stóra bróður í Aftureldingu. 2021 verður ár knattspyrnunnar í Mosó.

Álafoss alltaf í boltanum!

— Patrekur Helgason, formaður KF Álafoss



MOSFELLINGUR

DREIFT FRÍTT INN Á ÖLL HEIMILI OG FYRIRTÆKI Í MOSFELLSBÆ, Á KJALARNESI OG Í KJÓS



Maria Nila er 100% vegan,
sulfate og paraben frítt.



Pílus

MOSFELLSBÆ

HÁRSNYRTING OG VERSLUN
Þverholt 2 (Kjarni) Sími 566-6090

ÍSLENSKA ÁBURÐARFJÖLSKYLDAN

Frábær alhliða áburður
fyrir alla garðyrkju.
Gerðu vel við garðinn þinn
og veldu góðan áburð.



**FÆST Í VERSLUNUM
UM LAND ALLT!**

ÁFRAM AFTURELDING



GANGI YKKUR VEL Á VELLINUM

Apótekarinn er fluttur í Sunnukrika 3. Verið velkomin!

Sunnukriki 3
566 7123

www.apotekarinn.is

Apótekarinn⁺
Mosfellsbæ



Vinnuföt

Góð þjónusta og vandaðar vörur

**Glænýjar „full strech“
smíðabuxur komnar í hús.**

100% teygjanlegar.
Hægt að renna verkfæravösum af.

Vinnuföt ehf | Bæjarlind 1-3 | vinnufot.is | s:544 5250



VILTU SELJA?

Ertu í söluhugleiðingum eða að
velta fyrir þér að kaupa fasteign?

**VEGNA MIKILLAR SÖLU VANTAR
OKKUR ALLAR GERÐIR EIGNA**



Svanþór Einarsson
Löggiltur fasteignasali
svanthor@fastmos.is
S: 698 8555



Sigurður Gunnarsson
Löggiltur fasteignasali
sigurdur@fastmos.is
S: 899 1987

**Fasteignasala Mosfellsbæjar hefur starfað í Mosfellsbæ síðan 1998
og hefur lagt metnað sinn í að þjónusta Mosfellinga frá upphafi**

NETTÓ Á NETINU

- EINFALT OG ÞÆGILEGT -



SPARAÐU ÞÉR SPORIN
OG GERÐU INNKAUPIN
Í SÓFANUM HEIMA

NETTO.IS

nettó

Lægra verð – léttari innkaup



ÁFRAM
AFTURELDING!



GLUGGATÆKNI

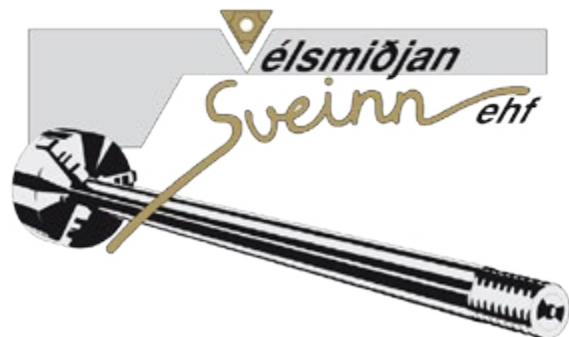
RAFVIRKJAR SF



s. 8610665



Verktakar • ☎ 892 1882



SPURNING DAGSINS



**Guðmundur Nói Gunnarsson,
9 ára**

Uppáhalds drykkur: Fanta/Appelsín
Uppáhalds sjónvarpsefni: Fótbolti
Uppáhalds lag: Veit ekki
Uppáhalds lið: Liverpool/Afturelding
Skemmtilegasti leikur/mót: Kjörismótið



**Snorri Valur Guðjónsson,
10 ára**

Uppáhalds drykkur: Kók
Uppáhalds sjónvarpsefni: Fótbolti
Uppáhalds lag: Con Calma
Uppáhalds lið: Afturelding
Skemmtilegasti leikur/mót: Norðurlásmótið



**Arnar Logi Hallsson,
9 ára**

Uppáhalds drykkur: Gatorade
Uppáhalds sjónvarpsefni: Fótbolti
Uppáhalds lag: Holiday
Uppáhalds lið: Afturelding
Skemmtilegasti leikur/mót: Króksmótið



**Vignir Þór Ingimarsson,
6 ára**

Uppáhalds drykkur: Djús
Uppáhalds sjónvarpsefni: Svampur Sveinsson
Uppáhalds lag: Daði og gagnamagnið
Uppáhalds lið: Liverpool
Skemmtilegasti leikur/mót: Krónumótið



**Theodór Snær Hafberg,
6 ára**

Uppáhalds drykkur: Eplasafi
Uppáhalds sjónvarpsefni: Svampur Sveinsson
Uppáhalds lag: Daði og gagnamagnið
Uppáhalds lið: Ísland
Skemmtilegasti leikur/mót: Hafnarfjarðarmótið



**Frosti Snær Snorrason,
6 ára**

Uppáhalds drykkur: Safi
Uppáhalds sjónvarpsefni: Youtube
Uppáhalds lag: Veit ekki
Uppáhalds lið: Afturelding
Skemmtilegasti leikur/mót: Hafnarfjarðarmótið



**Elísa Þórðardóttir,
8 ára**

Uppáhalds drykkur: Sóðavatn
Uppáhalds sjónvarpsefni: Raya og síðasti drekinn
Uppáhalds lag: Think about things
Uppáhalds lið: Afturelding
Skemmtilegasti leikur/mót: Weetosmótið



**Margrét Birta Nönnudóttir,
8 ára**

Uppáhalds drykkur: Vatn
Uppáhalds sjónvarpsefni: Masters of junior
Uppáhalds tónlist: Hafdís Huld
Uppáhalds lið: Afturelding
Skemmtilegasti leikur/mót: Síamótið



**Þórdís Lára Rebora,
9 ára**

Uppáhalds drykkur: Safi
Uppáhalds sjónvarpsefni: Raya og síðasti drekinn
Uppáhalds lag: Daði og gagnamagnið
Uppáhalds lið: Afturelding
Skemmtilegasti leikur/mót: Keflavíkurmótið



**Zuzana Maika,
7 ára**

Uppáhalds drykkur: Kókomjólk
Uppáhalds sjónvarpsefni: Valana
Uppáhalds lag: Daði og gagnamagnið
Uppáhalds lið: Afturelding
Skemmtilegasti leikur/mót: Lambhagamótið



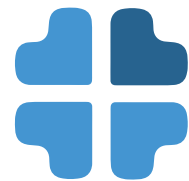
**Þórhildur Malín Hilmarsdóttir,
7 ára**

Uppáhalds drykkur: Boozt
Uppáhalds sjónvarpsefni: Everest
Uppáhalds lag: Daði og gagnamagnið
Uppáhalds lið: Afturelding
Skemmtilegasti leikur/mót: Keflavíkurmótið



**Birta María Ægisdóttir,
7 ára**

Uppáhalds drykkur: Bleikt boozt
Uppáhalds sjónvarpsefni: Everest
Uppáhalds lag: Daði og Gagnamagnið
Uppáhalds lið: Afturelding
Skemmtilegasti leikur/mót: Keflavíkurmótið



LYFSALINN

BÍLAAPÓTEK

Mosfellingar

Verið velkomnir að renna við á leiðinni heim og fá lyfin afgreidd beint í bílinn.

Erum við hlið Orkunnar við Vesturlandsveg. Snertilausar afgreiðslur.

OPIÐ

10.00-22.00

alla daga

APÓTEK LYFSALANS

LYFSALINN GLÆSIBÆ Opið 8.30 - 18.00 Sími 517 5500 / glaesibaer@lyfsalinn.is
LYFSALINN VESTURLANDSVEGI Opið 10.00 - 22.00 Sími 516 5500 / vesturlandsvegur@lyfsalinn.is
LYFSALINN URÐARHVARFI Opið 8.30 - 18.00 Sími 516 5505 / urdarhvarf@lyfsalinn.is

www.lyfsalinn.is



LEIKJAHÆSTU LEIKMENN AFTURELDINGAR

Á dögunum var tekinn saman listi yfir leikjahæstu meistaraflokksleikmenn karla og kvenna hjá Aftureldingu í gegnum tíðina en farið var eftir fjölda deildarleikja. Það var Víðir Sigurðsson, íþróttafrétta- maðurinn reyndi á Morgunblaðinu og ótæmandi uppspretta fróðleiks þegar kemur að tölfraði í sambandi við knattspyrnu, sem aðstoðaði við að koma listanum saman. Þeir leikmenn sem leikið hafa yfir 100 leiki með Aftureldingu í deildarkeppni í meistaraflokki karla og tíu leikjahæstu konurnar má sjá hér að neðan.

Það er verðugt verkefni ungra og efnilegra yngri iðkenda að stefna að því að komast þarna á meðal í framtíðinni!

Meistaraflokkur karla

Wentzel Steinarr Kamban	227
Magnús Einarsson	156
Alexander Aron Davorsson	149
Ríkharð Örn Jónsson	145
Sævar Freyr Alexandersson	130
Geir Rúnar Birgisson	128
Magnús Már Einarsson	125
Andri Hrafn Sigurðsson	115
Lárus Haukur Jónsson	110
Einar Guðmundsson	108
Einar Marteinsson	103
Steinar Ægisson	103

Meistaraflokkur kvenna

Sigríður Þóra Birgisdóttir	38
Aldís Mjöll Helgadóttir	85
Kristrún Halla Gylfadóttir	79
Sandra Dögg Björgvinsdóttir	78
Kristín Tryggvadóttir	66
Halldóra Þóra Birgisdóttir	64
Stefanía Valdimarsdóttir	63
Sesselja Líf Valgeirsdóttir	61
Lára Kristín Pedersen	58
Svandís Ösp Long	56



Wentzel Steinarr Ragnarsson Kamban, 33 ára, er leikjahæsti leikmaður Aftureldingar.

Hvenær byrjaðir þú í fótbolta? Mætti á fyrstu æfinguna fimm ára á mölinni fyrir utan Varmá þar sem Fellið er núna. Þá var maður aðallega í því að búa til hól með sandinum og tíu boltann upp. Maður skaut miklu fastar þannig.

Hvenær lékstu fyrsta meistaraflokksleikinn? Það var árið 2005. Kom inn á á 80. mínútu á móti Njarðvík í stöðunni 2-0 fyrir okkur. Mjög góð innkoma. Leikurinn endaði 2-1. Gaman að segja frá því að markvörður Aftureldingar í þeim leik var Hannes Þór Halldórsson. **Hvað er eftirminnilegast úr yngri flokkunum?** Stóru sumarmótin. Shellmótið í Eyjum, Essómótið á Akureyri og Króksmótið á Sauðárkróki. Þar leið manni eins og maður væri á HM.

Eftirminnilegasti meistaraflokksleikurinn? Það var gaman þegar við mættum KR og Fram í bikarnum sem voru þá í úrvalsdeild og við í 2. deild. Svo var líka gaman að vinna 2. deildina árið 2018 með því að vinna síðasta leik tímabilsins á Egilsstöðum 1-3 eftir að hafa verið 1-0 undir í hálfleik. Við þurftum að vinna leikinn til þess að fara upp. Þar lauk loksins níu ára veru samfleytt í 2. deildinni. Fullt af leikjum sem maður gæti nefnt í viðbót.

Eftirminnilegasti þjálfari þinn á ferlinum? Það eru Enes og Baldvin sem voru með liðið 2013. Það var hrikalega gaman. Við vorum með virkilega gott lið það ár þar sem langflestir leikmenn liðsins voru uppaldir í Aftureldingu. Enes með sínar eldræður fyrir leiki sem létu alla finnast þeir geta sigrað heiminn og svo Balli á hliðarlínunni allan leikinn að fjarstýra mönnum á vellinum, öskra á dómarmann, pirra andstæðinginn og peppa okkur áfram. Það vantaði bara herslumuninn (eitt stig) upp á að við færum upp. Annars man ég nú auðvitað eftir öllum þjálfurunum ég er ekki það gamall!

Stærstu breytingarnar í umgjörð kringum fótboltann síðan þú byrjaðir að æfa? Það var rosalegur munur þegar gervigrösin komu. Fyrst litla gervigrasið, svo það stóra og svo auðvitað Fellið núna.

DÝRALÆKNIRINN
MOSFELLSBÆ

AFLTAK EHF.

GLERTÆKNI ehf

HIN HLÍÐIN

Guðrún Elísabet Björgvinsdóttir — 21 árs



Hjúskaparstaða: í sambandi
Hvenær lékstu þinn fyrsta meistaraflokksleik: 16 ára
Uppáhalds sjónvarpsþáttur: Friends
Uppáhalds tónlistarmaður: Enginn einn uppáhalds
Uppáhalds samskiptamiðill: Instagram
Hvernig hljómaði síðasta sms sem þú fékkst: Eh fallett frá kæró ;)
Sætasti sigurinn: Úff, margir en sigurinn á Haukum í bikarnum var mjög sætur
Mestu vonbrigðin: Þegar ég fékk rautt í æfingarleik fyrir kjaft :/
Hvað er það fyrsta sem þú gerir þegar þú vaknar: Skoða símann
Í hvernig skóm spilarðu: Nike eða Adidas
Segðu okkur frá skemmtilegu atviki tengt æfingu eða leik: Þegar Alli fékk rautt á Sauðárkrók og var sendur upp á fjall
Hvaða þrjá leikmenn tækirðu með þér á eyðieyju: My besties Eleni, Rögnu og Kötu
Sturluð staðreynd um sjálfa þig: Ég byrjaði að æfa fótbolta 14 ára

Valgeir Árni Svansson — 23 ára



Hjúskaparstaða: Lausu
Hvenær lékstu þinn fyrsta meistaraflokksleik: Maí 2017
Uppáhalds sjónvarpsþáttur: Game of Thrones
Uppáhalds tónlistarmaður: Friðrik Dór
Uppáhalds samskiptamiðill: Snapchat
Hvernig hljómaði síðasta sms sem þú fékkst: Vegna viðgerða verður lokað fyrir heitt vatn milli 10-15
Sætasti sigurinn: Sigurinn á Gróttu á Gróttuvelli 2019, jafnvel þótt ég hafi bara verið uppi í stúku
Mestu vonbrigðin: Að hafa ekki spilað með liðinu þegar við unnum 2. deild
Hvað er það fyrsta sem þú gerir þegar þú vaknar: Bursta tennurnar
Í hvernig skóm spilarðu: Nike Vapor
Segðu okkur frá skemmtilegu atviki tengt æfingu eða leik: Alltaf skemmtilegt þegar maður lendir á móti Óskari á æfingum, þá vinnur maður alltaf
Hvaða þrjá leikmenn tækirðu með þér á eyðieyju: Tæki Aron Elí hann er verkfræðingur, Óskar Wasilewski ekki mikið gagn af honum en hann kæmi með góða brandara og svo tæki ég Óliver Beck til að halda uppi stemningunni í hópnum
Sturluð staðreynd um sjálfa þig: Ég er alislenskur

Gunnar Ingi Garðarsson — 21 árs



Hjúskaparstaða: Á lausu
Uppáhalds sjónvarpsþáttur: Dexter
Uppáhalds tónlistarmaður: Daft Punk
Uppáhalds samskiptamiðill: Messenger
Uppáhalds litur: Appelsínugulur
Hvernig hljómaði síðasta sms sem þú fékkst: "Hahahahahaha" frá Jasoni Daða like usual.
Hvenær byrjaðirðu að þjálfra: 2015
Hvað er það fyrsta sem þú gerir þegar þú vaknar: Set á mig gleraugun
Uppáhalds Eurovision-lag frá upphafi: All kinds of everything
Fylgistu með öðrum íþróttum en knattspyrnu: Quidditch og Dominos deildinni.
Sturluð staðreynd um sjálfa þig: Ég var tíu ára þegar ég ákvað að hætta að borða allan mat sem innihélt hvítan sykur í fyrstu þremur sætunum í innihaldslýsingunni og hef staðið við það.

Porgeir Leó Gunnarsson — 28 ára



Hjúskaparstaða: einhleypur
Uppáhalds sjónvarpsþáttur: The Walking Dead og Fóstbræður
Uppáhalds tónlistarmaður: Hilmar Árni Halldórsson
Uppáhalds samskiptamiðill: Twitter og Instagram
Uppáhalds litur: Grænn
Hvernig hljómaði síðasta sms sem þú fékkst: Pizzan er að leggja af stað til þín kveðja Domino's pizza
Hvenær byrjaðirðu að þjálfra: Fyrsta gíggið var í knattspyrnskóla sumarið 2005.
Hvað er það fyrsta sem þú gerir þegar þú vaknar: Segi við sjálfan mig „Þetta verður góður dagur Porgeir Leó“
Uppáhalds Eurovision-lag frá upphafi: Daði Freyr – Hvað með það?
Fylgistu með öðrum íþróttum en knattspyrnu: Já reyni að gera það. Hef gaman af flestu sporti. Sérstaklega ef Gunnar Birgis er að lýsa.
Sturluð staðreynd um sjálfa þig: Ég tala spænsku upp á 10!



Jónar
Transport

VGH Mosfellsbæ
VERKTAKI SÍÐAN 1968
896-9443 896-2279
ÞAÐ SEM TIL ÞARF



Fiskbúðin Mos



Útilegu
maðurinn®



STEYPUSTÖÐIN





NÝ ÚTFÆRSLA AF
TOYOTA LAND CRUISER

KONUNGURINN
ER ORÐINN ENN
KRAFTMEIRI
KOMDU OG REYNSLUAKTU



Verð frá: 9.840.000 kr.

70 ára afmælisútgáfa, kaupauki að verðmæti

950.000 kr.*

- 33" breyting, heilsársdekk og felgur
- Hliðarlistar
- Hlíf undir framstuðara
- Hlíf á afturstuðara
- Krómliði á hlera
- Krómstútur á púst

TOYOTA TRYGGINGAR
vátryggt af TM



Toyota Kaupúni
Kaupúni 6
570 5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
460 4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
420 6600

Toyota Selfossi
Fosnesi 14
480 8000



UMHVERFISVERÐLAUN ATVINNULÍFSINS
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

Billinn í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er. Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds. 7 ára ábyrgð gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. *Gildir ekki með öðrum tilboðum eða LX útfærslu Land Cruiser og á eingöngu við um nýja bíla. Birt með fyrirvara um villur.



HUGLEIÐINGAR YFIRÞJÁLFA

27

Síðastliðnir mánuðir hafa farið í reynslubankann hjá allri heimsbyggðinni og því var knattspyrnu-tímabilið á Íslandi með óvenjulegu sniði í yngri flokkum og meistaraflokkum í fyrra.

Íslandsmót meistaraflokka var blásið af í byrjun október áður en því lauk. Meistaraflokkur karla gerði betur í Lengjudeildinni en árið áður og meistaraflokkur kvenna endaði í fjórða sæti Lengjudeildar eftir að hafa endað í fimmta sæti árið 2019. Yngri flokkar félagsins tóku þátt í Íslandsmótum líkt og undanfarin ár og náðu allir flokkar að ljúka sínum leikjum, nema 2. flokkur karla. Nýtt knattspyrnutímabil hófst í september að vanda hjá öllum yngri flokkum og flokkarnir hafa verið að taka þátt í æfingamótum í vetur með góðum árangri. Starf knattspyrnudeildar hefur verið að eflast mikið undanfarin ár og nú starfa í kringum 50 þjálfarar hjá deildinni í öllum flokkum. Í yngri flokkum deildarinnar eru yfir 600 börn og unglingar sem leika knattspyrnu daglega. Alla virka daga eru í kringum 12 æfingar á dag. Aðstaðan batnaði með tilkomu knattshússins í nóvember 2019 en miðað við æfinga- og leikjafjölda þarf deildin að fá annan gervigrasvöll í fullri stærð sem allra fyrst til þess að geta haldið úti metnaðarfullu starfi á næstu árum.

Á síðastliðnu keppnistímabili léku allir flokkar um 600 mótssleiki og þar eru ekki talin öll hraðmót og helgarmót yngri flokka sem hlaupa á tugum. Starfið er umfangsmikið og það krefst mikils skipulags að halda úti tugum æfinga í hverri viku. Starf þjálfara er viðamikil og hefur deildin staðið sig vel í því að ala upp efnilega þjálfara með aðstoð þeirra reynslumeiri. Barna- og unglingaráð sendir okkar ungu og efnilegu þjálfara á námskeið hjá KSÍ á haustin til að undirbúa

þá betur. Við eigum sem betur fer marga efnilega og metnaðarfulla þjálfara í deildinni sem við getum verið stolt af. Við eigum líka marga leikmenn sem koma upp úr starfinu hjá okkur sem hella sér út í þjálfun eftir að þeir hætta að spila sjálfir. Það er gaman að segja frá því að tveir af þjálfurum meistaraflokka félagsins eiga langan leikmannaférl að baki fyrir Aftureldingu og nýtur nú félagið góðs af þeirra reynslu eftir að hafa leikið upp alla flokka félagsins.

Ég verð líka að minnst á það hve mikið kvennaknattspyrnan hefur verið að eflast í deildinni síðastliðin tvö ár. Stelpum hefur fjölgað mikið í yngstu flokkum og getum við þakkað óeigingjörnu starfi þjálfara hve vel hefur gengið að efla kvennastarfið. Svona öflugt starf er ekki einungis mannað af iðkendum, foreldrum og þjálfurum heldur eigum við hrikalega öfluga sjálfboðaliða sem leggja mikla vinnu í að halda starfi deildarinnar gangandi alla daga. Starfið væri fátæklegt án sjálfboðaliða í Barna- og unglingaráði og meistara-flokksráðum deildarinnar. Það eru forréttindi að fá að starfa fyrir svona öflugt félag í ört stækkandi sveitarfélagi og mikil gleði sem fylgir því að horfa uppá iðkendur deildarinnar þroskast og dafna á öllum aldursstigum.

Með von um frábært fótboltasumar fyrir okkur öll

Bjarki Már Sverrisson
— Yfirþjálfari knattspyrnudeildar Aftureldingar

Bíllinn yngist
allur upp



BÓN &
ÞVOTTA
STÖÐIN

GRJÓTHÁLSI



ELDING

GRILLPAKKAR

ÖLLUM PÖKKUM FYLGIR MEÐLÆTI AÐ EIGIN VALI

fyrir hópa

1 GRILLTILBOÐ **VINSÆLT**

Lambaribeye í rósarín- og timjanmarineringu.

2 GRILLTILBOÐ

Lambafilé með fiturönd, villijurtakryddað.

3 GRILLTILBOÐ

Lamba konfekt „Rodizio Spicy“.

4 GRILLTILBOÐ

Lambalæri, úrbeinað.

5 GRILLTILBOÐ

Ungnauta ribeye Smokey pepper marinerung.

6 GRILLTILBOÐ

Nautafilé í pipar-marinerungu.

7 GRILLTILBOÐ

Nautalundur meðalíur í trufflu sveppamarinerungu.

8 GRILLTILBOÐ

Grísamedalíur í smjör- og hvítlauksmarinerungu.

9 GRILLTILBOÐ

Grísahnakki í BBQ kryddlegi.

10 GRILLTILBOÐ **VINSÆLT**

140 gr. hamburgari með brauði, hamburgara- og bernaísesósu, osti, káli, tómötum, agúrkum, lauk, sultuðum rauðlauk og sætkartöflusalati.

11 GRILLTILBOÐ

90 gr. hamburgari með brauði, hamburgara- og bernaísesósu, osti, káli, tómötum, agúrkum, lauk, sultuðum rauðlauk og sætkartöflusalati.

12 GRILLTILBOÐ **NYTT**

Kjúklingabringur í lime-, basil- og salvíu marinerungu.

MEÐLÆTI FYLGIR MEÐ

Hægt er að velja um sætkartöflusalat, venjulegt kartöflusalat, eplasalat og forbakaða kartöflu eða veglegt ferskt salat. Grillsósa að eigin vali.



KJÖTBÚÐIN
www.kjotbudin.is



HVÍTI RIDDARINN



Meistaraflokkur karla hjá Hvíta riddaranum hóf æfingar í desember á síðasta ári. Þjálfarar liðsins eru Sindri Snær Ólafsson og Frans Wöhler, en þeir tóku við liðinu þegar nokkuð var liðið á árið 2020 og stýrðu því út tímabilið. Mikil áhersla hefur verið lögð á gott

samstarf við Aftureldingu enda er leiðarljós Hvíta riddarans að vera vettvangur fyrir metnaðarfulla mosfellska knattspyrnumenn. Bæði þá sem eru að koma upp úr unglingastarfinu og fyrir þá reynslumeiri sem vilja gefa af sér og taka þátt í því að búa til öflugt knattspyrnulið.

Liðið í ár er einmitt skemmtilega samsett blanda af reynslumiklum og yngri leikmönnum og er líklegt að samkeppni um sæti í byrjunarliðinu verði hörð í sumar.

Hvítir riddarinn samdi í ársbyrjun við átta öfluga styrktaraðila og mun spila í vel merktum, glænýjum heima- og útibúningum í sumar. Takk kærlega Jako, Kjötubúðin, Fasteignasala Mosfellsbæjar, Barion, Ökuskóli Lárusar, Stál og Suða, Ístex, Hraunhús Reykjavík og Kettlebells Iceland.

Sjáumst hress á vellinum í sumar! Hvítir riddarinn, ekki bara lið heldur lífstíll

Gaui Svans
— Formaður



Framúrskarandi
fyrirtæki

ALEFLI
BYGGINGAVERKTAKAR



KNATTSPYRNUSKÓLI AFTURELDINGAR SUMARIÐ 2021

Knattspyrnuskólinn er fyrir hressa krakka fædda 2007-2014

Skóli þar sem meginmarkmiðið er að börn á aldrinum sjö til fimmtán ára læri undirstöðuatriði í fótbolta á leikrænan og skemmtilegan hátt. Lögð er áhersla á grunntækni í knattspyrnu og að allir fá verkefni við sitt hæfi. Skólinn er kjörinn vettvangur fyrir nýja iðkendur til að kynnst grunnatriðum í knattspyrnu, en er jafnframt ætlaður börnum sem æfa fótbolta og vilja skemmtilega viðbót við hefðbundnar æfingar.

Fimm námskeið í boði:

- Námskeið 1: 14.-18.júní (4 dagar)
- Námskeið 2: 21.-25.júní (5 dagar)
- Námskeið 3: 28.júní-2.júlí (5 dagar)
- Námskeið 4: 3.-6.ágúst (4 dagar)
- Námskeið 5: 9.-13.ágúst (5 dagar)



Kennt er alla virka daga frá kl. 09.30–12. Gæsla innifalin í verði frá kl. 09. Hverju námskeiði lýkur með knattþrautum og grillveislu

Leynigestir kíkja í heimsókn Verð fyrir hvert námskeið kr. 8.000 (5 dagar) og 6.500 (4 dagar) Veittur er 10% systkinaafsláttur

Nánari upplýsingar hjá yfirþjálfara: bjarki@aturelding.is

Skráning fer fram á skráningarsíðu Aftureldingar: aturelding.felog.is

Kennsla fer fram á gervigrasinu á Varmá

MEISTARAFLOKKUR KARLA

Nú þegar sól tekur að hækka á lofti stýttist í fótoltasumarið.



Meistaraflokkur karla er nú að sigla inn í sitt þriðja tímabil í röð í Lengjudeildinni. Við hefðum viljað vera ofar í fyrri en 8. sæti, en tímabilið var blásið af vegna Covid-19 þegar að tvær umferðir voru eftir. Okkar síðustu leikir voru á móti liðum sem voru einnig í neðri helmingi töflunnar. Það sem stóð upp úr var samt að okkar strákar spiluðu skemmtilegan fótbolta og Afturelding var það lið sem átti flestar sendingar milli manna og næst flestar sendingar inn í teig andstæðingsins í deildinni. Þjálfararnir eru að byggja ofan á þetta í dag og Mosfellingar mega búast við fallegum leik og fullt af mörkum hjá strákunum okkar í sumar. Undirbúningstímabilið hefur verið brokkgengt og okkur hefur vantað marga leikmenn vegna meiðsla og náms erlendis. Það hefur hins vegar gefið okkar ungu leikmönnum tækifæri til þess að spila og öðlast reynslu sem mun nýtast þeim og liðinu inn í framtíðina.

Við viljum halda áfram að bæta okkar árangur frá ári til árs. Vonandi verður baráttan við veiruna komin langt á veg þegar tímabilið byrjar og þá vil ég hvetja alla til þess að mæta á Fagverksvöllinn og styðja við bakið á liðinu okkar.

Að lokum vil ég þakka öllum okkar frábæru styrktar-aðilum, bæjarfélaginu og þeim sjálfboðaliðum sem leggja félaginu lið, kærlega fyrir því án þeirra væri þetta ekki hægt.

Áfram Afturelding!

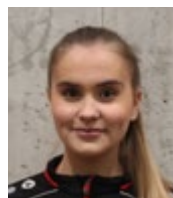
Gísli Elvar Halldórsson
— Formaður mfl.ráðs KK



Andrea Katrín



Anna Hedda



Anna Kolbrún



Anna Pálína



Briet



Elena



Elfa Sif



Eva María



Eva Ýr



Guðrún Elísabet



Guðrún Embla



Halla Margrét



Harpa



Ísabella Sara



Jade



Katrín Rut



Kristín Þóra



Lilja Björk



Olivia



Sara



Sesselja Líf



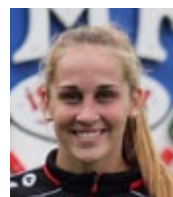
Signý Lára



Sigrún Gunnðís



Sofie



Taylor

LIVERPOOL SKÓLINN

Afturelding og Liverpool undirbúa Liverpool skólann í Mosfellsbæ 10.–12. ágúst og á Akureyri 13.–15. Ágúst, miðandi við að samkomutakmarkanir og sóttvarnir leyfi.



International Football Academy
SOCCER SCHOOLS



KVENNAKNATTSPYRNA Í STÓRSÓKN!

Mikill uppgangur hefur verið í kvennaknattspyrnu allt frá því að ég tók við sem formaður meistaraflokksráðs kvenna hjá Aftureldingu í byrjun árs 2017.

Bæði hér innanlands sem og erlendis hefur umfjöllun um kvennaknattspyrnu aukist til muna, stóru liðin úti í heimi stofnað kvinnalið og dælt inn í þau fjármagni til leikmannakaupa, þjálfararráðningar og umgjörð.

Hér heima fyrir keppast stúlkur um að elta drauma sína og komast í atvinnumennsku erlendis en mikil aukning hefur verið á fjölda stúlkna sem komast að hjá liðum í Evrópu.

Við hjá Aftureldingu finnum fyrir auknum áhuga fyrirtækja sem og einstaklinga fyrir okkar starfi, enda vinnum við gríðarlega gott og öflugt starf. Mikill stígandi hefur verið í uppgangi liðsins allt frá því að liðið féll úr efstu deild árið 2015.

Tekin hafa verið lítil sem og stór skref í átt að því að gera samkeppnishæft lið í efstu deild á ný. Núna fyrir sumarið 2021 er liðinu spáð góðu gengi, svo góðu að í ótímabærri spá á vefmiðlinum fótbolta.net er liðinu spáð 2.sæti og sæti í efstu deild að ári.

Það er göfugt markmið að stefna á sæti í efstu deild og mörg lið í deildinni sem stefna á það. Það er því ljóst að það verður mikil samkeppni um þessi tvö sæti í lok sumars.

Með bættri aðstöðu á Varmá, með tilkomu knattþúss og uppbyggingu á svæði knattspyrnudeildar, hefur aldrei verið jafn auðvelt að selja leikmönnum annarra félaga að ganga til liðs við okkar lið. Okkur hefur því tekist til muna að styrkja liðið með því að selja leikmönnum aðstöðuna sem og góða þjálfun. Það er því margt sem má þakka bæjarstjórn sem hefur lagt mikla fjármuni í uppbyggingu svæðisins. Ég vona að bæjarstjórnin láti ekki þar við sitja heldur bæti í og geri svæði Aftureldingar að einu því besta á á Íslandi.

Við hjá Aftureldingu leggjum ríka áherslu á að leikmenn okkar fái góða umgjörð og þjálfun. Hjá meistaraflokki kvenna starfa sex þjálfarar. Við erum með tvo aðalþjálfara, þá Alexander Aron Davorsson og Bjarka Má Sverrisson. Þeim til halds og traust er aðstoðarþjálfarinn Ruth Þórðar



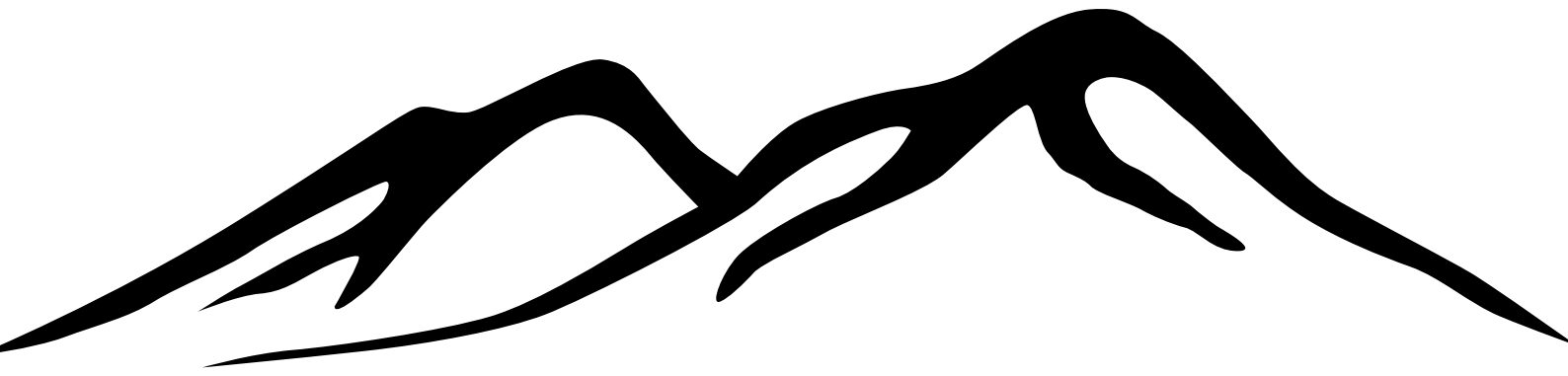
Þórðardóttir, sjúkraþjálfarinn Svandís Ösp Long, markmannsþjálfarinn Ingólfur Orri Gústafsson og loks styrktarþjálfarinn Sævar Örn Ingólfsson. Þetta þjálfarateymi hefur viðveru á flestum æfingum liðsins.

Við erum með öflugt lið, teymi og stjórn. Hinsvegar má alltaf bæta í og gera betur. Því biðla ég til fyrrum leikmanna meistaraflokks kvenna að gefa sér tíma til þess að starfa í stjórn meistaraflokksráðs og taka þátt í þeirri vegferð að byggja upp lið sem á heima í efstu deild. Vöntun er á að fyrrum leikmenn liðsins skili sér í stjórn félagsins.

Einnig skora ég á fyrirtæki í bænum að styðja við bakið á liðinu. Ykkar stuðningur skiptir gríðarlegu máli í að búa til góða umgjörð í kringum okkar knattspyrnukonur.

Með bestu kveðju,

Sigurbjartur Sigurjónsson
— Formaður meistaraflokksráðs kvenna



HELGAPELL

F A S T E I G N A S A L A

ÞAÐ SKIPTIR MÁLI...



Rúnar

Löggiltur fasteignasali
7755 805



Gunnar

Hdl. Löggiltur fasteignasali
842 2217



Knútur

Löggiltur fasteignasali
7755 800



Hólmur

Löggiltur fasteignasali
893 3276



Linda

Löggiltur fasteignasali
868 7048



Ingimar

Löggiltur fasteignasali
612 2277



María

Skrifstofustjóri
849 5002



Rúry

Innanhússráðgjafi
7755 808