

# Íþróttakona ársins í taekwondo er Ástrós Brynjarsdóttir

---



Ástrós Brynjarsdóttir úr Keflavík hefur verið valin íþróttakona ársins 2014 í taekwondo. Þetta er þriðja árið í röð sem Ástrós hlýtur þessa viðurkenningu.

Ástrós er ein efnilegasta taekwondokona heims og eini Íslendingurinn sem hefur keppt bæði á heimsmeistaramóti í bardaga og í formum á árinu, með eftirtektarverðum árangri, en greinarnar eru það ólíkar að það má líkja þeim við mismunandi greinar í frjálsum íþróttum.

Á heimsmeistaramóti unglunga í bardaga í Tævan tapaði hún naumlega fyrir þeim keppanda sem stóð síðan upp sem heimsmeistari á því móti.

Á heimsmeistaramótinu í Mexicó í formum varð Ástrós í 10. sæti í afar fjölmennum flokki eftir að hafa slegið út m.a. ríkjandi Evrópumeistara. Þess má geta að eftir fyrstu umferð var Ástrós með 4 bestu einkunn af 18 keppendum, en til að komast á þessi mót þarf að komast í gegnum erfitt úrtökuferli þar sem einungis hinir allra bestu keppendur heims komast á lokamótin.

Á Norðurlandamótinu í maí átti Ástrós frábæran dag. Hún varði Norðurlandameistaratitilinn í bardaga með glæsibrag er hún sigraði bestu keppendur Noregs og Danmerkur með miklum mun, eða samtals með 33 stig skoruð gegn einungis 6 sem hún fékk á sig. Í tækni stóð hún sig einnig mjög vel en Ástrós var aðeins 0.05 í einkunn frá gullinu sem er ótrúlega lítill munur á henni og einum besta keppanda Evrópu í greininni og þurfti því að láta sér silfrið duga. Hún fékk einnig silfur í hópatækni.

Á Reykjavík Interntional Games vann Ástrós til fjögurra gullverðlauna, sigraði í öllum greinum sem hún keppti í, og var ennfremur valin keppandi mótsins.

Ástrós keppti á Íslandsmótinu í tækni og sigraði allar keppnisgreinarnar. Hún fékk gull í einstaklings, gull í hópa og gull í paratækni og er þetta í 3. sinn sem hún tekur öll gullin sem eru í boði á

Íslandsmóti í tækni. Ástrós er enn ósigruð á íslenskum vettvangi í tækni eftir yfir 35 framkomur. Hún var einnig valin keppandi mótsins á Íslandsmótinu en hún hefur ávallt fengið þá viðurkenningu þegar hún hefur keppt.

Þess utan er Ástrós margfaldur bikarmeistari bæði í bardaga og formum.

Ástrós er einstaklega ákveðinn og einbeittur íþróttamaður sem hefur sýnt fram á mikinn vilja til að ná langt í sinni íþrótt. Hún tileinkar sér venjur marga bestu íþróttamanna heims og sættir sig ekki við neitt nema fyrsta flokks frammistöðu á öllum sviðum.

Helstu afrek Ástrósar á árinu eru:

- Norðurlandameistari í bardaga
  - Silfurverðlaun á Norðurlandamóti í formum
  - RIG meistari í bardaga
  - RIG meistari í formum, einstaklings,para og hópa.
  - RIG valinn keppandi mótsins
  - Gullverðlaun í formum á Rodövre Cup í Danmörku
  - Þrefaldur Íslandsmeistari í formum
  - Íslandsmeistaramót í formum, valinn keppandi mótsins með lang hæstu einkunn.
  - Bikarmeistari í bardaga
  - Bikarmeistari í formum
  - Bikarmeistari keppandi mótsins í samanlögðu.
  - 10. sæti á heimsmeistaramótinu í formum í Mexíkó
  - 9-16.sæti á heimsmeistarmótinu í bardaga.
- Samtals 13 gull og 2 silfur.



**Ástrós á móti Serbnesku stúlkunni sem varð heimsmeistari í flokknum**