



FIMMTUDAGUR 27. APRÍL 2017

Tíska



Hrafnhildur Ósk útskrifast af listnámsbraut VMA nú í vor. Hún hannaði glæsilegan brúðarkjól sem lokaverkefni og stefnir á nám í förðun og fatahönnun.

tíska ➔4



Áhuginn byrjaði snemma

Eftir þriggja ára búsetu í Englandi kviknaði áhugi Tómasar Urbancic á tísku og hönnun fyrir alvöru. Hversdagslega reynir hann að vera þægilega klæddur og þá verða góð hettupeysa og flottir strigaskór oftast fyrir valinu. ➔2



Sumarkjólar

Fallegt, fágað og töff

comma,
SMÁRALIND



Casper og Frank.

Konan stýrir lífi Caspers

Casper Christensen sem þekktastur er hér á landi fyrir hlutverk sitt í dönsku þáttunum Klovn segir í viðtali við Hér og nú í Danmörku að konan hans, Isabella, stýri lífi hans. „Hún er umboðsmaður minn og framkvæmdastjóri. Hún hefur komið skipulagi á líf mitt,“ segir leikarinn, sem er fæddur 22. ágúst 1968. Casper viðurkennir að vera óskipulagður og því hafi eiginkonan tekið yfir. „Hún stýrir lífi mínu og það er strax orðið miklu betra,“ segir hann. „Hún heldur utan um dagskrá, bókar ferðir og sér um alla praktiska hluti fyrir mig. Þótt Isabel reki eigin snyrtistofu í Kaupmannahöfn og hafi eignast fyrsta barn þeirra í janúar lætur hún sig

ekki muna um að taka þetta starf að sér líka. Casper var áður kvæntur leikkonunni Anettu Toftgård og eignuðust þau tvö börn. Árið 2002 upplýsti danska Séd og heyrt að Casper ætti í ástarsambandi við leikkonuna Iben Hjejle. Anetta og Casper skildu í kjölfarið. Iben og Casper tóku þá upp sambúð sem lauk árið 2011. Árið 2014 upplýsti Casper að hann ætlaði að kvænast hinni átján árum yngri Isabellu Friis-Mikkelsen, sem er dóttir þekchts sjónvarpsmanns og leikara í Danmörku. Hjónin búa núna í 300 fm villu á Friðriksbergi með sundlaug í garðinum. Fyrsta barn þeirra fæddist í janúar, sonurinn Cooper.



Stone Island úlpuna keypti Tómas í Illum í Danmörku, BAPE hettupeysan er úr BRDR Store, buxurnar frá MNML og skórnir eru Adidas Stan Smith x Raf Simons skór sem hann keypti í Englandi.

Starri Freyr
Jónsson
starri@365.is



Framhald af forsiðu ➔

Á hugi Tómasar Urbancic á tisku jókst verulega þegar hann flutti til Englands árið 2013 en þar lék hann sem atvinnumaður í fótbolta með Reading til ársins 2016. Hann segist þó lengi vel hafa verið frekar meðvitaður um hverju hann klæddist. „Síðan ég man eftir mér hef ég alltaf viljað hafa eitthvað um það að segja í hvað ég var klæddur og foreldrar mínir réðu yfirleitt litlu um það. Á árum mínum í Englandi kynntist ég öðruvísi menningu og þar kviknaði bæði áhugi minn á tisku og hönnun fyrir alvöru.“ Í dag starfar Tómas sem verslunarstjóri í Galleri 17 í Smáralindinni og spilar fótbolta með Þrótti í Vogum.

Hann lýsir fatastil sínum sem „street“ fatastil í bland við vandaðri hönnunarmerki. „Hversdaglega reyni ég alltaf að vera þægilega klæddur. Þá verður einhver góð hettupeysa og flottir strigaskór oftast fyrir valinu.“

Tómas fylgist mest með tiskunni á Instagram þar sem hann fylgir mörgum merkjum eftir. „Þangað sækir ég yfirleitt innblástur en auk þess skoða ég líka reglulega síðurnar HypeBeast og Upscale Hype á netinu.“ Honum finnst margt hafa breyst undanfarin ár þegar kemur að klæðnaði karlmanna. „Það sem mér finnst hafa breyst er áhersla á vönduð merki. Það er mjög gaman að sjá hversu mikið þetta hefur breyst undanfarin ár, t.d. hjá ungum strákum.“

Áttu uppáhaldsverslanir? Þegar ég kaupir fót heima verður Galleri 17 yfirleitt fyrir valinu en hvað varðar strigaskó þá er Húrra Reykjavík skrefinu á undan. Þegar ég bjó úti verslaði ég mikið í Selfridges og Dover Street Market var í miklu uppáhaldi.

Hverjir eru uppáhaldshönnuðir þínir? Uppáhaldshönnuðirnir mínir eru Jerry Lorenzo, Gosha Rubchinskiy og Alexander Wang. Svo

finnst mér alltaf töff það sem Kanye West gerir með Adidas. Hér á Íslandi er það Bergur Guðnason sem er að útskrifast í vor frá Listaháskóla Íslands. Hann veit alveg hvað hann er að gera og það er alltaf gaman að sjá hvað hann er að bralla.

Áttu þér uppáhaldsflik? Ætli það sé ekki Yeezy 350 Moonrock skórnir mínir sem eru mér kærastir. Þeir eru bara uppi á hillu nema þegar veður leyfir.

Bestu og verstu kaup þín? Bestu kaupin voru All Saints leðurjakkinn

sem ég er búinn að eiga í fjögur ár og hef notað mjög mikið. Ég er líka nýlega búinn að kaupa Stone Island úlpu sem ég fer varla úr þannig að það voru líka góð kaup. Verstu kaup mín eru Adidas skór sem ég keypti í Húrra og notaði held ég bara þrisvar sinnum.

Notar þú fylgihluti? Ég keypti Louis Vuitton armband í París fyrir nokkrum árum með mömmu. Það er mér mjög kært. Annars eru það bara einhverjar derhúfur sem ég grip oftast til.



Hettupeysan er frá Kappa x Gosha Rubchinskiy, buxurnar frá Cheap Monday og skórnir eru Adidas NMD x Pharrell sem hann keypti í Húrra Reykjavík.

FRÉTTABLAÐIÐ / GVA

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnar-efni. Blaðið fylgir fréttablaðinu daglega.

Útgefandi:
365 miðlar

Ábyrgðarmaður:
Svanur Valgeirsson

Sölmenn: Atli Bergmann, atlib@365.is, s. 512 5457 | Jóhann Waage, johannwaage@365.is, s. 512 5439 | Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@365.is, s. 512 5429 | Ólafur H. Hákonarson, olafurh@365.is, s. 512 5433



25%

Við eigum 25 ára afmæli og bjóðum því 25% afslátt af öllu í Sigurboganum!

Dagana 26. - 29. apríl



LAUGAVEGI 80 ■ TEL: 561 1330 ■ WWW.SIGURBOGINN.IS

TIMEOUT

VORTILBOÐ

STÓLL + SKEMILL

kr. 279.900



Stóll + skemill kr. 357.600



Timeless sófi - 206 cm kr. 311.800
Timeless sófi - 226 cm kr. 334.500



Rugged Mottur 170x240
kr. 49.900

House Doctor myndir



30x21 kr. 2.100
42x59 kr. 5.300



Eikarhilla
kr. 38.500



Sham - 2 saman
kr. 77.800



Woodland
kr. 22.700



Monty
kr. 6.700



Pattern vasar
stór kr. 5.400
lítill kr. 2.900



Cupid
kr. 32.900



Bow lampi
kr. 43.200

Paloma kr. 77.400

LÍNAN

BÆJARLIND 16 KÓPAVOGUR SÍMI 553 7100 WWW.LINAN.IS
ÓPIÐ MÁNUDAGA TIL FÖSTUDAGA 11 - 18 LAUGARD. 11 - 16



KOMDU Á ÚTIVISTARDAGA

SALEWA 19. - 30. apríl



20-40% AFSLÁTTUR

VERSLUN SALEWA | LAUGAVEGI 91



Jakki kr. 8.900.-
fleiri litir



Jakki kr. 8.900.-
fleiri litir



Buxur kr. 7.990.-
3 litir



Kvartbuxur kr. 7.900.-
3 litir

Str. S-XXL



Við erum á Facebook

Bæjarlind 6 • S. 554 7030



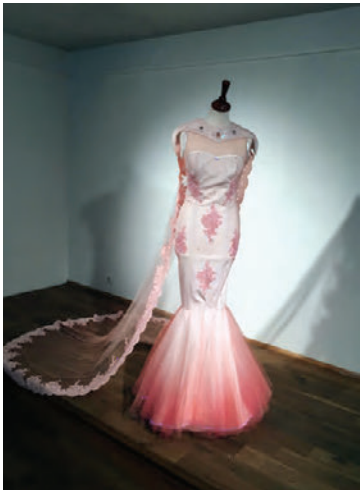
Flótt fót, fyrir flóttar konur

Stærðir 38-58

Verslunin Belladonna



Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is



„Kjöllinn er úr brúðarkjólafni, „off-white“ að lit sem ég keypti í Vogue og svo er netefni þar yfir sem ég fékk frá Chanel í París.“



„Slóðinn eða „skikkjan“ er úr brúðarkjólafni en ég saumaði alla blúnduna og litaði ásamt netinu.“



Kjöllinn kemur vel út á fallegu kvöldi.

Langar til að læra förðun

Hrafnhildur Ósk Birgisdóttir útskrifast af listnámsbraut VMA nú í vor. Hún hannaði glæsilegan brúðarkjól sem lokaverkefni og stefnir á nám í förðun og fatahönnun.

Ragnheiður Tryggvadóttir
heida@365.is



Kjöllinn er lokaverkefni mitt sem ég hannaði og saumaði. Ég hef ekki ennþá fengið einkunn fyrir hann, hún kemur í maí,“ segir Hrafnhildur Ósk Birgisdóttir, spurð út í glæsilegan brúðarkjól sem hún sýndi á dögnum í Verkmenntaskólanum á Akureyri en Hrafnhildur útskrifast frá listnámsbraut skólans nú í vor. Saumaskapurinn tók rúman tvo og hálfan mánuð en undirbúningurinn hófst strax í haust. „Allt ferlið, hugmyndavinnan, litaprufur, efnisleit, sníðagerð og saumaskapur hófst í október í fyrra en ég byrjaði ekki á sjálfum brúðarkjólum fyrr en í lok janúar. Kjöllinn er úr brúðarkjólafni, „offwhite“ að lit sem ég keypti í Vogue og svo er netefni þar yfir sem ég fékk frá Chanel í París. Ég litaði netefnið sjálf og keypti blúndu á netinu, klippi út og saumaði á kjöllinn. Slóðinn eða „skikkjan“ er úr brúðarkjólafni en ég saumaði alla blúnduna og litaði ásamt netinu. Slóðinn er fastur við axlarstykki sem ég handsaumaði allar perlurnar á,“ útskýrir Hrafnhildur. „Vonandi kem ég kjólum á sýningar og



Hrafnhildur Ósk Birgisdóttir hannaði glæsilegan brúðarkjól sem útskrifaverkefni frá listnámsdeild Verkmenntaskólans á Akureyri.

MYNDIR/HRAFNHILDUR ÓSK BIRGISDÓTTIR

Ég litaði netefnið sjálf og keypti blúndu á netinu, klippi út og saumaði á kjöllinn.

Hrafnhildur Ósk Birgisdóttir

mögulega verður hann seldur.“ Hrafnhildur segist hafa mikinn áhuga á tisku og sérstaklega skóm. Hún gæti vel hugsað sér að læra fatahönnun en langar að njóta lífsins áður en frekara nám tekur við. „Eftir stúdentinn fer ég í Reykjavík Makeup School að læra förðunarfræði en svo eru það bara ferðalög og reyna að njóta smá áður en annað nám tekur við, mögulega í fatahönnun og grafískri hönnun.“ Hvernig myndirðu lýsa eigin fatastíl? „Ætli honum sé ekki best lýst sem breytilegum. Ég klæði mig bara eftir því hvernig stuði ég er í. Stundum fer ég „all in“ í sportfötin en svo fer ég líka alveg í „fancy“ fatastíl þar sem ég klæðist síðkjól og hælaskóm,“ segir Hrafnhildur. „Ég sauma ekki mikið á mig sjálf en hanna mikið á sjálfa mig. Það hefur samt komið fyrir að ég hef hent í eina flik á mig.“ Áttu þér einhverja tiskufyrirmynd? „Sheri Hill. Hún er frábær kjólahönnuður og kjólarnir hennar eru gullfallegir. Hún gaf mér einmitt innblástur í lokaverkefninu mínu. Svo á ég líka fyrirmynd í frænku minni, Guðbjörgu Þóru, en hún er við nám í London og stendur sig fáránlega vel. Ég er ekkert smá stolt litla frænka.“

SUMARSPRENGJA

25%

afsláttur af öllum vörum



NÝ SENDING



LAUGAVEGI LÁGMÚLA KRINGLUNNI SMÁRATORGI SELFOSSI AKUREYRI NETVERSLUN HEILSUHUSID.IS

Veldu með hjartanu 100% vegan hárvörur frá Maria Nila

Sænsku gæðahárvörurnar Maria Nila eru hundrað prósent vegan, súlfat- og parabenfrjár. Maria Nila hefur fengið viðurkenningu frá Leaping Bunny, PETA og The Vegan Society.

Maria Nila er sænskt fjölskyldufyrirtæki með fjörutíu ára farsæla sögu. Upphafið og nafn fyrirtækisins má rekja til ómmunnar Mariu Nilu sem bjó í norðurhluta Svíþjóðar og bjó til sínar eigin náttúrulegu sápur, útskýrir Friða Rut Heimisdóttir, eigandi Regalo ehf. sem flytur vörurnar inn.

Hún segir Maria Nila afar vinsælt meðal hárgreiðslumeistara um allan heim enda bjóði Maria Nila upp á afar breiða línu af einstökum hárvörum sem verji bæði lit og heilbrigði hársins án þess að nota efni



Friða Rut Heimisdóttir, hárgreiðslumeistari og eigandi Regalo.

sem hafa slæm áhrif á umhverfi og dýravelferð.

„Vörurnar eru 100 prósent vegan. Þær eru súlfat- og parabenfrjár og framleiddar í verksmiðju Maria Nila í Helsingborg í Svíþjóð,“ segir Friða. Með því að nota eigin verksmiðju segir Friða að hægt sé að fylgjast betur með ferlinu frá upphafi til enda og ganga þannig úr skugga um að vinnuáðstæður séu með besta móti og að gæði vörunnar séu fullkomin. „Með ástríðu og vandvirkni að leiðarljósi velja þróunarstjórar og efnafræðingar fyrirtækisins þau innihalds-

efni sem síðan eru notuð í vörurnar.

Markmið fyrirtækisins er að vinna ávallt í átt að enn umhverfisvænni vörum,“ segir Friða en Maria Nila hefur meðal annars fengið viðurkenningu frá Leaping Bunny, PETA og The Vegan Society.

Facebook: Regalo ehf. Iceland www.marianila.com Snapchat: regalofagmenn.



Vörur Maria Nila fást á öllum betri hárgreiðslustofum um land allt. Nánari upplýsingar á regalo@regalo.is



Ólíkar meðferðir fyrir ólíkar hártegundir

Ólíkar hártegundir þarfnast ólíkar meðferðar. Hver flokkur er styrktur með sérstökum innihaldsefnum sem tryggja einstök gæði. Á þennan hátt eru uppfylltar kröfur bæði til hárgerðar og lítar. Allar vörurnar eru lausar við bæði súlfat og paraben.

HEAD AND HAIR HEAL vinnur á og kemur í veg fyrir flösu og önnur vandamál í hársverðinum, vinnur á hárlosi og örvar hárvöxt. Virk innihaldsefni sem vinna á flösu eru: aloe vera, piroctone olamine og E-vítamín.

SHEER SILVER er sérstaklega búið til fyrir ljóst, grátt og silfr-að há. Fjólubláar litaagnir vinna á móti gulum tóni auk þess sem liturinn fölnar síður og verður líflegri.

LUMINOUS COLOUR inniheldur andoxunarefni úr granateplum og er fyrir þá sem er virkilega annt um lit hársins og gljáa.

STRUCTURE REPAIR inniheldur styrkjandi þörungum sem mýkja og endurbyggja skemmt og þreytt há.

TRUE SOFT er byggt á arganolíu sem endurvekur raka hársins og lífgar við þreytt og brothætt há.

PURE VOLUME inniheldur B5-vítamín og er sérstaklega framleitt fyrir þá sem leita eftir aukinni lyftingu og styrk.

Allar vörurnar í **Maria Nila Care** línunni innihalda **Colour Guard Complex**, blöndu af virkum innihaldsefnum sem vinna saman að því að veita hámarksvörn fyrir lit hársins og gljáa þess. Blandan tryggir einnig að vörurnar vernda hárið fyrir hita, endurbyggja það og færa því aukinn gljáa.



Colour Refresh

Maria Nila Colour Refresh er mildur hármaski með litaögnum sem virka í skamman tíma. Með því að nota Colour Refresh má á auðveldan hátt annaðhvort gera hárlitinn skarpari eða breyta honum. Liturinn endist í allt að 10 þvotta og fer smám saman úr. Útkoman veltur á ástandi hársins og mun verða betri eftir því sem hárið er gljúpara. Tvö þör af gæðahönskum fylgja maskanum.

MASKINN HENTAR

- Þeim sem vilja endurlífga litað há sitt.
- Þeim sem vilja prófa nýjan hárlit en eru ekki tilbúnir að lita hárið varanlega.
- Þeim sem vilja breyta hárlit sínum í afmarkaðan tíma.



Style & Finish

Maria Nila Style & Finish er lína af hármótandi vörum sem vernda lit hársins og inniheldur allt sem fólk þarf til að öðlast þá tilfinningu og yfirbragð sem það óskar. Allar vörurnar eru lausar við paraben og súlfat, innihaldsefnin eru öll vegan og umbúðirnar eru umhverfisvænar. Í línunni eru þrenns konar ólík sprej sem veita allt frá mjúku haldi til sérlega stífs halds – Styling Spray, Finishing Spray og Extreme Spray.

Lyfting og rétt tilfinning næst með áferðarvörum Maria Nila – Volume Spray, Styling Mousse, Dry Shampoo og Salty Mist. Einnig eru í boði þrenns konar krem – Cream Heat Spray, Styling Cream og Salty Cream.

ÞESSAR VÖRUR ERU GLÚTENFRÍAR Styling Mousse, Dry Shampoo, Salty Cream, Cream Heat Spray, Finishing Spray, Extreme Spray, Styling Spray, Volume Spray, Salty Mist, Heal Shampoo, Heal Conditioner, Heal Masque, Luminous Colour Hair Lotion, True Soft Argan Oil.



Benedetta Barzini.



Gillian McLeod.



Lyn Slater.



Jan de Villeneuve.

Flottar fyrirsætur á besta aldri

Aldursfordómar hafa lengi loðað við tísku-bransann en nú virðast bæði fyrirtæki og tískuhönnuðir meðvitaðri um að viðskiptavinir þeirra eru á öllum aldri.

SUNDFÖT

Stærðir 12-26 og skálar frá C uppí J

Skoðaðu úrvalið á **Curvy.is** eða komdu við í verslun okkar að Fákafeni 9

póstsendum frítt hvert á land sem er!

SUNDBOLUR MED ABHALDI VERÐ: 7.990 KR

Curvy.is

Fákafeni 9, 108 RVK | Sími 581-1552 | www.curvy.is

Mun meira hefur borið á eldri fyrirsætum bæði á tískupöllum og í auglýsingum tískufyrirtækja undanfarin misseri. Sem dæmi var hin 73 ára gamla Lauren Hutton kynnt sem ein af stjórnnum nýrrar undirfataauglýsingaherferðar Calvin Klein en hún steig einnig á tískupall fyrir Bottega Veneta í september. Á síðasta ári sat hin sextuga Gillian McLeod fyrir í sundfataauglýsingu H&M.

Hinn 63 ára gamli háskólaprófessor Lyn Slater er Instagram-stjarna sem er með 111 þúsund fylgjendur á síðu sinni Accidental Icon. Hún er nú nýtt andlit spænska merkisins Mango en auglýsingaherferðin ber nafnið „A story of Uniqueness“.

Þá má einnig nefna hina 43 ára gömlu ofurfyrirsætu Amber Valletta sem situr fyrir á forsiðu breska Vogue núna í maí.

Á tískusýningu Simone Rocha í febrúar, þar sem sýnd var haust- og vetrarlína merkisins, voru



Amber Valletta.

þrjár þroskaðar og flottar konur meðal fyrirsæta. Það voru þær Jan de Villeneuve, 70 ára, hin 73 ára gamla Benedetta Barzini og hin 53 ára gamla franska fyrirsæta Marie-Sophie Wilson.



Lauren Hutton.



Marie Sophie Wilson.



Nigel Barker á afmæli

Tískuljósmyndarinn Nigel Barker fagnar 45 ára afmæli í dag. Nigel er einna þekktastur fyrir dómarastörf í þáttunum America's Next Top Model við hlið ofurfyrirsætunnar Tyru Banks. Ferill hans innan tiskuheimsins hófst hins vegar árið 1986 þegar hann tók þátt í The Clothes Show, breskum sjónvarpsþætti þar sem leitað var að fólki í fyrirsætustörf. Móðir hans hvatti hann til að taka þátt en hann stundaði nám í líffræði, efna- og eðlisfræði við Bryantson School í London. Hann vakti athygli umboðsskrifstofa og starfaði sem tiskufyrirsæta í tíu ár eða þar til hann setti á fót ljósmyndastúdíó í New York. Nigel hefur myndað fyrir tímarit eins og GQ, Interview, Tatler og Seventeen. Hann starfar nú sem tiskuljósmyndari og framleiðandi og stýrir raunveruleikabættinum The Face. Þá vann Nigel með söngkonunni Taylor Swift að ljósmyndabókinni 8 hours.



Femínísk tískulína í H&M

Sænska söngkonan Zara Larsson stígur sín fyrstu skref á tiskubrautinni í næsta mánuði þegar ný lína eftir hennar hugmynd verður seld í verslunum H&M. Larsson fékk innblástur frá femínisma við hönnun línunnar. Bleiki liturinn er ríkjandi í línunni en í henni er meðal annars að finna gallajakka og sportlegan fatnað. Ýmis slagorð má sjá á flikunum, til dæmis „Cats against catcalling“, „Equality“, „Feminist“ og „Thick thighs save lives“. Þetta er enn ein fjöður í hatt hinnar 19 ára gömlu söngkonu sem gaf út sína fyrstu plötu, So Good, á þessu ári. Línan fer í sölu í verslunum og á netinu 18. maí.

Kvikmyndin Frozen 2 verður frumsýnd árið 2019

Ein vinsælasta bíómyndin frá Disney fyrir börn var Frozen. Nú hefur fyrirtækið kunngjört að ný Frozen-mynd verði frumsýnd 27. nóvember 2019. Þetta kom fram á Twitter. Þá verða liðin sex ár frá frumsýningu fyrri myndarinnar. Flestar raddir úr fyrri mynd verða áfram í nýju myndinni. Ekki hefur verið greint frá söguþræði myndarinnar en handritið hefur verið í vinnslu um nokkurn tíma. Fyrri Frozen-myndin sló öll met og halaði inn 1,3 milljarða dala á heimsvisu. Það gerir hana



að einni best sóttu teiknimynd sögunnar. Myndin vann Óskarsverðlaun sem besta teiknimyndin og lagið Let It Go fékk sömuleiðis Óskar. Frozen er byggð á áventýri Hans Christians Andersen um Snædrottninguna. Með hlutverk Elsu í íslensku útgáfunni fór Ágústa Eva Erlendsdóttir en Idina Menzel í hinni upprunalegu. Disney hefur einnig tilkynnt að ný Lion King-mynd verði frumsýnd í júlí 2019.



JSB fyrir þig í 50 ár!

Frábær afmælistilboð í ræktina

Mótun BM

Síðustu námskeið fyrir sumarfrí hefst 8/5 - 3/6
Verð 12.200 kr. með 30% afmælisafslætti.

Í Mótun BM er aðaláherslan lögð á styrk, liðleika og góðan líkamsburð. Mótandi æfingar fyrir allan líkamann. Hentar öllum aldurshópum.

Mán. og mið. kl. 16:50. Þri. og fim. kl. 16:50

Opna kerfið og tækjasalur

Sérstakt afmælistilboð í ræktina!
Sumarkort á 30% afslætti, 19.900 kr.

Gildistími 2. maí - 30. júní.
Mikið úrval af frábærum tímum í opna kerfinu.
Sjá stundatöflu á www.jsb.is

Fit form (60+)

Síðustu námskeið fyrir sumarfrí hefst 8/5 - 3/6
Verð 12.200 kr. með 30% afmælisafslætti.

Markviss þjálfun og hentar vel konum sem vilja lokaða tíma.

Þinn hópur - þinn þjálfari!

mán. og mið. kl. 9:30. Þri. og fim. kl. 9:30

Hraðlestin

Námskeið hefst 22. maí
2 vikna námskeið - 5 x í viku. Verð 10.900 kr.

Matseðill fyrir allt tímabilið
Fjölbreyttir, krefjandi og hvetjandi tímar
Vigtað í upphafi og enda hvorrar viku.

EFLUR almannatengi / HNOTSKÓGUR grafísk hönnun

Innritun er hafin í síma 581 3730

Velkomin í okkar hóp!





Smart föt, fyrir smart konur

Netverslun á tiskuhus.is

My Style Stærðir 38-52 tiskuhús

my style f Holtasmára 1 201 Kópavogur (Hjartaverndarhúsið) Sími 571 5464



Til í hvítu og svörtu

SKYRTA 4.995

KRINGLUNNI | 588 2300

INDISKA



D.O.H.O.P.

FÖSTUDAGA KL. 19:45

ÁSISKÍ DRAUMURINN

MARGFALT SKEMMTILEGRI

1817 | 365.IS | 365

Hljómsveitarbolir rokka

Hver tiskufyrirmyndin á fætur annarri spókar sig nú um í hljómsveitarbol á götum úti. Það er því um að gera að fara að gramsa í gömlum skúffum og skápum.

Hljómsveitarbolir eru farnir að skjóta rótum á ný eftir nokkurt hlé. Ef þú átt gamlan, upplitaðan, teygðan og togaðan hljómsveitarbol lengst inni í skáp er því ráð að fara að draga hann fram. Ekki verja ef hann er af kærastanum. Því að bolur í yfirstærð er enn þá betri og gefur enn afslappaðra yfirbragð.

Það er engin þörf á að vera eldheitur AC/DC eða Rolling Stones aðdáandi. Það er aukaatriði. Hljómsveitarbolur við gallabuxur og bomber- eða leðurjakka er einfaldlega töff. Ef þig þyrstir í nýjan bol má benda á vefverslun tónlistartimaritsins NME, nmemerch.com, en þar er að finna rómaða boli í miklu úrvali.



Fyrirsætan og tiskubloggarinn Alexandra Lapp í Chanel bol eftir Karl Lagerfeld. Innblásturinn er fenginn frá Iron Maiden.

Tisku- og lífsstílsbloggarinn Amelie Lloyd í Guns N' Roses bol úr Zöru.

Tisku- og lífsstílsbloggarinn Sofya Benzakour í glænýjum AC-DC bol úr Zöru.

Lífið tók miklum breytingum

Bio-Kult Candéa hylkin veita öfluga vörn gegn Candida sveppnum í meltingarvegi. Unnur og Kolbrún segja að notkun hylkjanna sé það eina sem hafi virkað í baráttu þeirra við síendurtekin meltingarópægindi.

Unnur Gunnlaugsdóttir fékk fyrst sveppasýkingu fyrir fjórtán árum og fékk í kjölfarið síendurtekin óþægindi. „Ég hef prófað allt til að losna við Candida sveppinn, allt frá grasa-lækningum til lyfseðilsskyldra lyfja til að losna við þennan ófögnuð en ekkert hefur virkað. Ég minnkaði líka mjög neyslu á einföldum kolvetnum en það hafði ekkert að segja. Tímabilið í kringum blæðingar var algjör hryllingur, stanslaus sviði og vanlíðan, ég var orðin mjög þunglynd,“ segir Unnur.

Hún segir líf sitt hafa tekið miklum breytingum eftir að hún fór að taka inn Bio Kult Candéa hylkin. „Ég er algjörlega laus við sviða og kláða og önnur óþægindi sem fylgja Candida sveppnum. Að auki get ég loksins farið í sund og nýt þess að fara í sund reglulega með börnunum mínum, þvílíkur munur.

Ég mun hiklaust halda áfram að nota Bio-Kult Candéa og mæli með Bio-Kult Candéa hylkjunum.“ Bio-Kult Candéa hylkin henta vel fyrir alla, einnig fyrir barnshafandi

Unnur segir notkun á Bio-Kult Candéa hylkjunum hafa breytt lífi sínu. Hún er laus við síendurtekin óþægindi af Candida sem hrjáðu hana áður í mörg ár.

konur, mjólk-andi mæður og börn. Þau fást í öllum apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna.

Bio-Kult Candéa er öflug blanda af vinveittum gerlum, hvítlauk og grape seed extract. Það virkar sem öflug vörn gegn Candida sveppnum í meltingarvegi kvenna og karla. Candida í meltingarvegi getur lýst sér á mismunandi hátt og komið fram með ólíkum hætti. Einkenni Candida sveppsins geta meðal annars verið munnangur, fæðu-óþol, pirringur, skapsveiflur, þreyta, meltingartruflanir, brjóstsviði, verkir í liðum, migreni og alls



Kolbrún Hlín Hlöðversdóttir mælir með því að taka inn Bio-Kult Candéa til að bæta meltinguna og losa fólk við óþægindin sem geta fylgt notkun sýklalyfja.

kyns húðvandamál. Kolbrún Hlín Hlöðversdóttir var gjörð á að fá sveppasýkingar, hún var mjög viðkvæm og fékk kláða og óþægindi ef hún notaði dömubindi eða túrtappa. „Ég varð himinlifandi þegar ég áttaði mig á því að ég fékk ekki kláða og pirring þegar ég var á sýklalyfjakúr, blæðingum eða eftir samfarir eins og ég var vön, og það eina sem ég hafði breytt út af vananum með var að nota hylkin frá Bio-Kult Candéa. Venjulega þegar ég hef ég verið á sýklalyfjakúr hef ég tekið inn margfalda skammta af mjólkursýrugerlum (acidophilus), en það virkar miklu betur fyrir mig að nota Bio-Kult Candéa hylkin. Eftir að ég kynntist Bio-Kult Candéa hef ég ekki notað neina aðra mjólkursýrugerla þar sem það virkar langbest fyrir mig. Ég er mjög ánægð með árangurinn af BioKult Candéa.“

Bio-Kult Candéa er öflug vörn gegn Candida sveppnum á viðkvæmum svæðum hjá konum.

Hægt er að nálgast ítarlegar upplýsingar í íslenskum bæklingi á heimasíðu IceCare, www.icecare.is og heimsækið Facebook-síðu IceCare til að taka þátt í léttum leik.

Bio-Kult Candéa hylkin fást í öllum apótekum, heilsuverslunum og heilsuhillum stórmarkaðanna.



Stundar hreyfingu án verkja

Sigurður átti orðið erfitt með fjallgöngur vegna verkja, en stefnir núna á IronMan í sumar eftir að hann fór að taka inn Amínó Fiskprótín Liðir.

Sigurður Ólafsson kynntist Amínó Fiskprótín Liðir eftir ábendingu frá fjölskyldu-meðlimi sem vissi að hann var búinn að glíma við ónot í hnjam. Sigurður hefur alla tíð verið duglegur að stunda einhvers konar hreyfingu, en fyrir um það bil fimm árum fór að bera á verkjum í hnjam.

„Árið 2012 byrjaði ég að stunda fjallgöngur í töluvert miklum mæli en það eina sem skyggði á ánægjuna voru verkir sem ég fór að finna fyrir þegar leið á göngurnar,“ segir Sigurður.

„Þegar ég byrjaði að taka þátt í Landvættapógrammi hjá Ferðafélagi Íslands haustið 2015, þar sem mikið er um hlaupa- og hjólaæfingar, fór enn meira að bera á þessum verkjum. Eftir að hafa reynt ýmsar vörur prófaði ég Amínó Fiskprótín Liði. Mjög fljótlega tók ég eftir gríðarlega

miklum mun. Þetta er í fyrsta skipti sem ég tek fæðubótarefni sem algjörlega breytir aðstæðum mínum þannig að ég get stundað hreyfingu án verkja,“ segir hann.

„Haustið 2016 byrjaði ég að æfa fyrir IronMan keppni sem verður haldin í Kaupmannahöfn seinni-part sumars 2017. Æfingaálagið er töluvert mikið og ef ekki væri fyrir Amínó

Fiskprótín Liði þá væri ég ekki að ná sama magni af æfingatímum í viku.“

Amínó® vörulínan samanstendur af fæðubótarefnum sem innihalda IceProtein® ásamt öðrum lífvirkum efnum. Amínó® Liðir er liðkandi blanda með náttúrulegum efnum úr hafinu við Ísland. Það inniheldur sæbjúgu (Cucumaria frondosa) og IcePro-

tein® (vatnsrofin þorskprótín). Skrápurinn samanstendur að mestu leyti af brjóski og er því mjög ríkur af kollageni en einnig lífvirka efni chondroitin sulphate sem verndar liði fyrir skemmdum og örvar endurbyggingu á skemmdu brjóski.

Fyrir utan að innihalda kollagen og chondroitin sulphate er sæbjúga-extraktið ríkt af sinki, jöði og járn sem og bólguhemjandi efnum sem nefnast saponin. Auk sæbjúga og IceProteins® innihalda Amínó Liðir túrmerik, D- og C-vítamín og mangan. Rannsóknir hafa sýnt að vatnsrofin fiskprótín, eins og eru í IceProtein®, auka upptöku á kalki úr meltingarvegi og styðja þannig við liðaheilsu. Kollagen, chondroitin sulphate, D- og C-vítamín og mangan eru allt efni sem eru mikilvæg fyrir liðaheilsu. Amínó® vörulínan samanstendur af fæðubótarefnum sem innihalda þorskprótín, ásamt öðrum lífvirkum efnum sem styðja við eða auka heilsuþætandi virkni þorskeptidanna.

Að sögn dr. Hólmfríðar Sveinsdóttir, stofnanda og framkvæmdastjóra PROTIS ehf., sem framleiðir



Sigurður Ólafsson getur sannarlega mælt með Amínó Liðir.

Amínó® vörulíuna, er fiskprótínið unnið úr hágæða hráefni sem fellur til við flakavinnslu á íslenskum þorski. „Markmiðið er að hámarka nýtingu á einstakri náttúruauðlind og bæta lýðheilsu.“

Fæst í apótekum, heilsuverslunum og í heilsuhillum stórmarkaða. Nánari upplýsingar má finna á www.icecare.is.





CREENSTONE | ©

CREENSTONE

ÁVALT Á UNÐAN MEÐ NÝJA HÖNNUN



Fylgdu okkur á facebook.com/laxdal.is



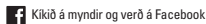
Stretch - háar í mittið

Gallabuxur á
13.900 kr.3 litir:
dökkblátt, svart,
milliblátt/snjáðar

- stærð 34 - 52

3 síddir:
76 + 83 + 89 cm.- liggja vel
að mjóbakiOpíð virka daga kl. 11-18
Opíð laugardaga kl. 11-15black pepper
FASHION

Laugavegi 178 | Sími 555 1516



Klíkið á myndir og verð á Facebook

ALLTAF VIÐ HÖNDINA

Þú getur lesið
Fréttablaðið í heild
sinni á Vísi og í
Fréttablaðs-appinu

Þú færð appið á visir.is/fbl eða beint í gegnum

FRÉTTABLAÐIÐ
... allt sem þú þarftRosie Huntington-Whiteley var
gestur á tiskuviku í Seoul í S-Kóreu.Rosie í Radio City Music Hall í New
York núna í apríl.

í Los Angeles í mars.

Glæsileg á
meðgöngu

Súpermódelið Rosie Huntington-Whiteley sem starfað hefur fyrir Victoria's Secret auk þess að leika í tveimur bíómyndum fagnaði 30 ára afmæli sínu 18. apríl.

Rosie sem er fædd og uppalin á Englandi hefur búið og starfað í Bandaríkjunum undanfarin ár og vakið mikla athygli fyrir glæsileika. Í febrúar tilkynnti Rosie að hún ætti von á barni með unnusta sínum, hinum vel þekktu leikara Jason Statham, en hann heldur upp á fimmtugs-afmæli sitt í júlí nk. Þau hafa verið saman frá árinu 2010. Rosie sendi afmælismynd af sér á Instagram þar sem hún þakkaði öllum fylgjendum sínum frábærar afmæliskveðjur. „Bless, þrítugsaldur, þú varst æði. Halló, fertugsaldur, ég get ekki beðið eftir að upplifa hvað tíminn mun bjóða mér,“ sagði ofurfyrirsætan.

Þótt Rosie hafi leikið í kvikmyndunum Transformers: Dark of the Moon og í Mad Max: Fury Road, er hún langþekktust sem fyrirsæta fyrir hina frægu undirfatakeðju Victoria's Secret. Hún var sömuleiðis andlit Burberry's og M&S á Bretlandi. Rosie hóf fyrirsætustörf aðeins 16 ára gömul fyrir Levi's gallabuxur. Stóra tækifærið kom síðan árið 2004 þegar henni bauðst að koma til New York og sitja fyrir í tímaritinu Teen Vogue. Nokkru seinna gekk hún á tiskupallinum í New York með Naomi Campbell sem var mikil upphæfð.

Rosie hefur verið ófeimin að birta bumbumyndir af sér á Instagram, meðal annars í bikini í suðrænni strönd. Hún gengur með fyrsta barn sitt en hefur ekki gefið upp væntanlegan fæðingardag.

Rosie Hunting-
ton-Whiteley
kann að klæða
sig smart á
meðgöng-
unni.Rosie var
glæsileg í
Óskars-
verð-
launa-
partíi hjá
Vanity
Fair í lok
febrúar.



SHIMANO®

TRI VERSLUN er umboðsaðili CUBE á Íslandi



BEETELITE
NeOSHOT™

CUBE AIM

27,5" 2017 - 69.990kr 🔥



Tacx



WWW.TRI.IS

#cube_your_life!

Suðurlandsbraut 32, 108 Reykjavík

RolfPRIMA

Verslunin er opin:
Alla virka daga kl. 10:00 til 18:00
Laugardaga kl. 11:00 til 16:00

Smáauglýsingar

512 5000

Afgreiðsla smáauglýsinga og simi
er opin allra virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki



TAMCO SPORT bensinvespa 50cc 25 km/h, 13 ára lámarksaldur, þrír litir í boði. Ekkert próf, engar tryggingar, BARA GAMAN. Verð Kr. 219.000,-

SUZUKI UMBODIÐ ehf
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 565-1725
suzuki@suzuki.is
Suzuki.is / suzukisport.is



Vissir þú að...
börn ega rétt
að leika sér

STÓRA BÍLASALAN



100% LÁN
CHEVROLET Aveo. Árgæð 2006, ekinn 137 þ.KM, bensín, 5 girar. Verð 490.000 staðgreitt. Rnr.159279.



100% LÁN
NISSAN Micra. Árgæð 2005, ekinn 105 þ.KM, bensín, sjálfskiptur 4 girar. Verð 590.000. Rnr.159363.



100% LÁN
TOYOTA RAV4. Árgæð 2006, ekinn 152 þ.KM, bensín, sjálfskiptur 4 girar. Verð 1.380.000. Rnr.136020.

STÓRA BÍLASALAN



100% LÁN
KIA Sorento. Árgæð 2006, ekinn 193 þ.KM, dísel, sjálfskiptur 4 girar. Verð 1.280.000. Rnr.162478.



100% LÁN
SKODA Octavia Dísel. Árgæð 2008, ekinn 95 þ.KM, dísel, 5 girar. Verð 990.000 staðgreitt. Rnr.159326.



100% LÁN
FORD Focus Station. Árgæð 2004, ekinn 145 þ.KM, bensín, 5 girar. Verð 390.000 staðgreitt. Rnr.136102.

Stóra bílasalan
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 5861414
<http://www.stora.is>

BÍLA GALLERÍ



BENZANN 2016 !
MERCEDES-BENZ C 300 HYBRID DÍSEL AMG. Árgæð 2016, ekinn 6 þ.KM, Sjálfsk, Leður, álf, ofi ofi. Sjón er sögu ríkari ! Verð 8.490þ Rnr.111384.



TILBOÐ-TILBOÐ
VW Golf STW 4WD DÍSEL. Árgæð 2015, ekinn 73 þ.KM, Krókur, 6 girar. Súpertilboð ! 2.690.þ Ásett 3.690þ Rnr.100919.



TILBOÐ-TILBOÐ
VW Tiguan track & style. Árgæð 2015, ekinn 81 þ.KM, dísel, sjálfskiptur. Tilboðsverð 3.370.þ Rnr.110986.

Bílagallerí bílasala
Hagasmára 2-4 v.Smáralind, 201
Kópavogur
Sími: 554 6700
www.bilagalleri.is

Bílar til sölu



KAUPUM BÍLA
Við staðgreiðum bílinn þinn og þú getur þar með fengið staðgreiðsluafslátt af nýja bílnum. Sendu okkur upplýsingar í gegnum www.seldur.is og við sendum þér staðgreiðslutilboð

500-999 þús.



TILBOÐ 950 ÞÚS - 100% LÁN
SKODA FABIA CLASSIC 1.2 MPI 6/2011 ek.70 þús, 5 gíra, sk.19, eyðsla 4,8/100, ásett verð 1190 þús TILBO 950 ÞÚS möguleiki á 100% s.841 8955

Bílar óskast



STAÐGREIÐI BÍLA 0-750 ÞÚS!
Óska eftir að kaupa bíla á allt að 750 þús. staðgreitt! Þeir mega þarfnast lagfæringa helst ekki eldri en '05, skoða allt er með pening og pappíra klára og get gengið frá kaupum strax, ef mér lýst vel á. Uppl. s. 691 9374.

Hópfæribílar



Til sölu Bova 70 manna Nýleg vél og nýlega klæddur að innan, mikið endurnýjaður Verð ca. 3m uppl. 8923102



Til sölu MAN Lion Star 50 manna árg 2000. ek. 680þ Góður bill í finu lagi Verð 4m uppl. 8923102



GEFÐU HÆNU
gjofsemgefur.is
907 2003



Hjálparstarf kirkjunnar

Frjórkorn?



Tilboð í apríl kr 25.990 (áður 33. 547)



Svissnesku lofthreinsitækin draga úr frjórkornum inni.



ishúsið

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur



viftur.is
-andaðu léttar

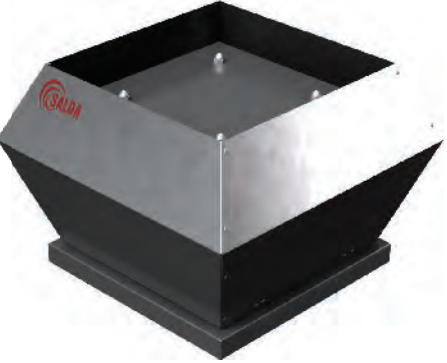
Baðviftur

Hljóðlátu þaðvifturnar



VENTS

Þakblásari



Rör-fittings

Rör og fittings fyrir loftræstikerfi
Plast eða blökk



Kerrur



Til sölu yfirbyggð kerra. 550þ m/vsk. Á fjöðrum. Tilvalin fyrir hálendið. Nánari upplýsingar í síma 8438282

Bátar



Slöngubátur 320 cm 199.000kr. Frir rafmagnsmotor fylgir með að verðmæti 49.900 kr. Takmarkað magn. Veðiportið Grandagarði 3 552-9940

MARÁS

TOHATSU
UTANBORDSMÓTORAR

JAPÖNSK GÆÐI!

Léttir Fyrirferðalittir Hljóðlátir Kraftmiklir Sparneytnir 3,5-250 hö

Miðhraun 13 - 210 Garðabær Sími: 555 6444 - www.maras.is

Hjólbarðar



NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.

Einnig úrval notaðra dekkja. Tökum notuð uppi ný. Vaka s. 567 6700

Þjónusta

Garðyrkja

Tek að mér slátt fyrir húsfélög og einstaklinga og klippingar og umhirðu á gördum. Uppl. í s. 616 1569.

Felli tré, grísa og klippi runna. Besti tíminn. Halldór garðyrkjum. Sími 698 1215

Bókhald

Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur og stofnun fyrirtækja. Fagleg vinnubrögð á sanngjörnu verði. Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511 2930.

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025
Tilboð dyrasímakerfi, töfluskripti. Löggildur rafverktaki. rafneisti@simnet.is

Húsaviðhald

FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf. S. 893 6994

Trésmiði

BH þjónustan ehf öll almenn trésmiði 20 ára reynsla S. 787 9102

Keypt & Selt

Til sölu



Þjóðlagagítarpakki. Kr. 23.900,- Gítar, poki, öl, auka strengjasett stillitæki og kennsluforrit. Gítarinn ehf Stórhöfða 27, S: 552 2125 www.gitarinn.is

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar jonogoskar.is s.552-4910

Heilsa

Nudd

TANTRA NUDD

Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir pör, konur og karla. S. 698 8301 www.tantrateemple.is

Skólar & Námskeið

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

Húsnæði

Hönnun



VERKFRÆÐITEIKNINGAR

Tek að mér að gera verkfræðiteikningar af íbúðarhúsum og sumarhúsum. Fast verð. Upplýsingar í síma 783 4180 eða kjartangardars@gmail.com

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR

á minna en 7 m2. Ódýrt eftir það. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Atvinna

Atvinna í boði

BAKARÍ / KAFFIHÚS

Starfskraftur óskast í sumarafleysingar í bakarí eftir hádegi og annan hvern lau. Íslensku kunnátta skilyrði og ekki yngri enn 20 ára.

Uppl. sendist á: sveinsbakari@sveinsbakari.is

BAKARÍ / KAFFIHÚS

Starfskraftur óskast í sumarafleysingar í bakarí eftir hádegi og annan hvern lau. Íslensku kunnátta skilyrði og ekki yngri enn 20 ára.

Uppl. sendist á: sveinsbakari@sveinsbakari.is



MEIRAPRÓFSBÍLSTJÓRI

Við leitum að bílstjórum með meirapróf í sumarstörf í Reykjavík. Óliudreifing greiðir ADR námskeið og laun á námskeiðstíma fyrir þá bílstjóra sem ekki hafa ADR réttindi. Við hvetjum jafnt konur og karla til að sækja um störf. Nánari upplýsingar veitir Helgi Marcher Egonsson í síma 550 9937 eða á www.odr.is

Sótt er um störfina á vef Óliudreifingar www.odr.is

Garðyrkjufyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir starfsfólki í sumarvinnu. Viðkomandi verður að vera með bílpróf. Umsókn ásamt ferilskrá sendist á netfangið hreinirgardar@gmail.com

Atvinna óskast

Laghentur rúmlega sextugur karlmaður með mikla reynslu og þekkingu óskar eftir hlutastarfi. S. 823 6724

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is



Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

EYJALIND

Gúmmíbelti
- Fyrir smágröfur

Vertu vinur okkar á Facebook

Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

Sérhæfð viðgerða- og viðhaldsþjónusta fyrir húsbilaeigendur

Verkstaði
VARAHLUTIR
S. 564 2004

CHRYSLER FORD DODGE Jeep Alfa Romeo

SÍMAR 564 2004 / 864 4571 / 864 4572 - Öseyrarbraut 7 Hafnarfirði

FMP

Flisar - Múrverk - Parket

S. 855 4420 • flisarmp@gmail.com

Rafstilling ehf

startarar - alternatorar - perur viðgerðir - sala hröð og góð þjónusta Dugguvogi 23 - s: 5814991 rafstilling@rafstilling.is

GRAFARVOGS VERKSTÆÐI

- Hjólbarðaviðgerðir
- Smurþjónusta
- Bremsur
- Demparar
- Rafgeymar
- o.fl.

Gylfafiöt 3 Grafarvogi Sími 567 4468 dekk@gummisteypa.is

GENERAL HJÓLBARÐAR

Húsarif • Jarðvinna • Uppsláttur Steypusögun • Kjarnaborun • Múrbrot

PRIMA

S: 555-1819 / 852-5804 / 852-5808 prima@primaehf.is

Parketslípun

sólpallaslípun | parketlagning

551 1309 / 690 5115

golflist@golflist.is | www.golflist.is

Gólf list
Parketlagning og viðhald

99% RYKFRÍTT

viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

íshúsið

S: 566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

Öryggismyndavél fyrir sumarbústað og heimili.

Tekur venjulegt GSM SIM kort, Hægt að panta mynd eða hlusta svæði. SMS og MMS viðvörn í síma og netfang. Lætur vita ef rafmagn fer af og hiti breytist. Hægt er að tengja allt að 15 auka skynjara. Vöktun á heitum potti, raka, þrýstingi o.fl. Stýring á hita, kveikja ljós, renna í pottinn. Getur tengst blikkljósi og sírenu. Stýrist með appi.

Uppl. í síma 699-6869 og rafeindir.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is

Fasteignir



Sumarbústaður
óskast – staðgreiðsla

Traustur kaupandi óskar eftir u.þ.b. 100 fm góðum sumarbústað á eignarlandi. Bústaðurinn má vera í allt að 2ja klst akstursfjarlægð frá Reykjavík.

Nánari upplýsingar veitir:
Sverrir Kristinsson löggiltur fasteignasali
s: 588 9090, sverrir@eignamidlun.is

588 9090 · www.eignamidlun.is · Grensásvegi 11 · 108 Reykjavík



Kristján Baldursson hdl.
Löggiltur fasteignasali
og leigumíðlari
867-3040



Guðbjörg G. Sveinbjörnsdóttir
Sölustjóri. Viðskiptafr.
Lögg. fasteigna-, fyrirtækja-
og skipasali, leigumíðlari.
S. 889-5848

DRÁPUHLÍÐ 15, 105 REYKJAVÍK
OPIÐ HÚS Í DAG KL.17:30 – 18:00



Rúmgóð og björt 4ra herbergja 106,8 fm. íbúð á 2. hæð í snyrtilegu fjórþýli við Drápuhlíð. Samliggjandi stofur, útgengt út á svalir. Rúmgóð svefnherbergi. Snyrtilegt þvottahús í sameign.
Verð: 49,9 millj.

Trausti fasteignasala, trausti@trausti.is,
s.546-5050, Vegmúla 4, 108 Reykjavík



GODHEIMAR 2, RVK



OPIÐ HÚS FIMMTUDAG 27.04. 2017 KL. 17.30 TIL 18.00
Borgir s. 588-2030 kynna til sýnis í dag fimmtudag:
Góða ca 125 fm íbúð á efstu hæð í fjórþýli, staðsettu á horninu Goðheimar / Sólheimar. Húsið allt ný-viðgert og málað að utan. Vinsæl staðsetning. Stutt í alla þjónustu og skóla - Laugardalurinn rétt hjá. Mikið útsýni. Góður garður bak við húsið og þar rækta íbúar grænmeti hver í sínum reit. Þrjú svefnherbergi, stór stofa og sólstofa. Verð 49,9 milj. Áhugasamir velkomnir milli KL. 17.30 og 18.00 í dag. Nánari upplýsingar veitir Ægir s. 896-8030 eða aegir@borgir.is.

Grensásveg 50, 108 Rvk • Sími 588-2030
Fax 588-2033 • Lögg.fast. Sigríður Gunnlaugsdóttir



Einar Harðarsson
Lögg. fasteignasali
s: 662 5599
einar@kaupstadur.net



Bakarí á Hellu



Höfum fengið í sölu öflugt bakarí á Hellu. Bakaríið er í 275 fm húsnæði við Þingskála 4. Verslun og kaffihús er í verslunarmiðstöð við aðalveginn. Á efri hæð hússins er 250 fm íbúð, samtals um 525 (540)fm. Bakaríið hefur mjög góða markaðsstöðu á öllu suðurlandi með 8-15 manns í vinnu og hefur verið í góðum rekstri og verið rekið af sama aðila í 25-30 ár. Bakaríið getur selst sér. Allar nánari upplýsingar veitir Einar G. Harðarson lfs einar@kaustadur-fasteigna.is s. 662 5599 eða Steinunn Einarisdóttir aðst.m. fasteignasala steinunn@kaupstadurfasteigna.is s. 662 5599.

Kaupstadur.net • kaupstadur.com • s. 773 2100 • Austurvegur 56, 800 Selfoss

Atvinna

Smiðir óskast!

Upplýsingar sendist á netfangið
magnush@centrum.is
eða hafið samband í síma 8924547 / 8975547

Magnús og Steingrímur ehf.

Fundir

AÐALFUNDUR
HÚSEIGENDAFÉLAGSINS

Aðalfundur Húseigendafélagsins 2017 verður haldinn föstudaginn 5. maí n.k. í sal Ásatrúarfélagsins, Síðumúla 15, Reykjavík og hefst hann kl. 16:00

Dagskrá:

Venjuleg aðalfundarstörf samkvæmt samþykktum félagsins.

Stjórnin.

Húsnæði óskast

Ártúnsholt / Árbær

Hjón með þrjú börn óska eftir einbýli/raðhúsi/hæð á svæði 110, Ártúnsholt / Árbær.

Aðeins langtímaleiga kemur til greina. Reglusemi og skilvísar greiðslur.

Allar nánari upplýsingar sendist á:
sendtohelgi@gmail.com

Tilboð

Snyrti & nuddstofan Smart

Kirkjulundi 19 • 210 Garðabæ



Sumartilboð

Indverskt höfuð og andlitsnudd, litun og plokkun á augabrúnir á aðeins 5.500.-

Verið hjartanlega velkomin.

Tímamantanir í síma 789 3031 & 897 3035, helgasig2@gmail.com eða á facebook síðu: Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart