

LEIÐ

FÖSTUDAGUR 23. ÁGÚST 2019

Lífsstíll

Aðalmálið að vera í stuði

Kvennabandið er ábreiðuhljómsveit sem skipuð er sex miðaldra konum og einni sem gæti verið dóttir þeirra. Sýlvía B. Gústafsdóttir, söngkona hljómsveitarinnar, segir að þær taki sig ekki of alvarlega og vilji bara vera í stuði. ➔2



Sýlvía B. Gústafsdóttir, söngkona Kvennabandsins, segir að þær hlakki til að spila á Menningarnótt. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Lean On Me Fatahengi kr. 45.400



The Reader Wing Chair kr. 199.800 / My Spot table kr. 36.200 / A Conversation Piece Lounge Chair kr. 159.800

Sandra Guðrún
Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is



Framhald af forsiðu →

Hljómsveitin kemur fram á morgun í Iðnó og er þetta í þriðja sinn sem þær spila á Menningarnótt. Þær koma fram undir dagskrárlíð sem kallast „Komið úr skúrnum“ þar sem „Bílskúrshljómsveitir skipaðar síungum og ferskum pönkurum, rokkurum og blúsurum koma úr skúrum borgarinnar og troða upp“, eins og viðburðinum er lýst á vefsíðu Menningarnætur. „Bandið var stofnað fyrir um það bil þremur árum, við spilum í raun bara alls kyns tónlist. Það mætti segja að við værum svona popp/rokk ábreiðuband, við byrjum að spila klukkan 17.30,“ segir Sýlvía.

„Við erum hreinræktað kvennaband, allar komnar vel yfir fimmtugt,“ segir Sýlvía. Nema það gekk svolítið illa að finna kvenkynsbassaleikara á miðjum aldri, við lögðum mikla áherslu að að hafa þetta kvennaband. Við erum núna komnar með frábæra stelpu á bassann sem er reyndar á sama aldri og börnin okkar. En hún er ótrúlega þroskuð og skemmtileg og passar vel inn í fiðlaganginn í okkur.“

Sýlvía segir að þær langi svolítið að fara að semja eigin tónlist en þeim hafi ekki gefist tími til þess. „Við spilum mjög fjölbreytta tónlist, einhver kemur kannski með hugmynd að lagi og við prófum það og athugum hvernig okkur líkar það.“

Stuð á fullorðinsballi

Eitt af því sem Kvennabandið hefur gert og vill halda áfram að gera, er að halda föstudagsgleði. Það eru böll fyrir fullorðið fólk sem byrja snemma kvölds og eru búin um miðnætti. „Við höfum haldið þessi böll nokkrum sinnum, í Iðnó, Catalinu í Kópavogi og á bar í Hafnarfirði. Okkur langar að þróa þetta betur. Við erum komnar á þann aldur að við nenum ekkert að vera að djamma fram eftir nóttu. Það hefur verið vel tekið í þessi böll. Mæting hefur verið góð og mikið stuð,“ segir Sýlvía.

Kvennabandið hefur haldið böllin með öðrum hljómsveitum. „Við höfum til dæmis spilað með Gleðisveitinni plús, sem er svona fullorðins karlaband. Þeir eru rosa skemmtilegir og passa vel við okkur og taka sig ekki of hátiðlega,“ segir Sýlvía.

„Það er alltaf ótrúlega gaman hjá okkur, þetta er næstum eins og saumaklúbbur. Við þekktumst lítið áður en hljómsveitin var stofnuð en við tengjumst samt



Sylvía hlakkar til að koma fram með Kvennabandinu í Iðnó á morgun og vonar að sem flestir mæti. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

„Það þarf ekki að vera sérfræðingur til að stofna hljómsveit. Bara hafa gleðina að leiðarljósi og taka sig ekki of hátiðlega og þá er gaman.“

allar einhverri á einhvern hátt, við erum svo heppnar að við náum sérlega vel saman og það er mjög gaman á æfingum. Þetta er alveg ótrúlega skemmtilegur félagskapur og við hlæjum mikið, erum flestar á breytingaskeiðinu og erum oftast hálf berar í hitakófi á



Kvennabandið skipa sjö konur, þær Guðbjörg, Bergþóra, Stína, Sýlvía, Hildur, Kristín og Margrét.

æfingum,“ segir Sýlvía hlējandi.

Sjö konur skipa hljómsveitina, það er Sýlvía söngkona, Margrét Sigurðardóttir gítarleikari, Bergþóra Sveinsdóttir bassaleikari, Guðbjörg Pálsdóttir trommu-leikari, Kristín Jóna Þorsteinsdóttir slagverksleikari, Hildur Ásta Viggósdóttir hljómborðsleikari og Kristín Valsdóttir spilar á hljómborð og harmonikkunni.

„Við erum með tvo hljómborðsleikara, önnur fór í árs námsleyfi og sem betur fór kom hún aftur, en sú sem leysti hana af var svo frábær að við vildum ekki missa hana og

hún vildi ekki hætta svo þær eru bara tvær núna, sem er mjög gott því harmonikkann kemur þar inn sem viðbót,“ útskýrir Sýlvía.

Skemmtilegar á sviði

„Við komum hvaðanæva í tónlist, með mismunandi lærdóm á baki sem nýtist allur á einhvern hátt á okkar æfingum, í okkar flutningi og túlkun okkar á lögum. Það þarf ekki að vera sérfræðingur til að stofna hljómsveit. Bara hafa gleðina að leiðarljósi og taka sig ekki of hátiðlega og þá er gaman,“ segir Sýlvía.

„Það er eitt og annað fram undan hjá okkur. Það er aldrei að vita nema við skellem fljótlega í annað fullorðinsball. Svo er búið að panta okkur í sextugsafmæli og ýmislegt fleira svo það er alveg nóg að gera.“

Þau sem hafa áhuga á að sjá þessar hressu konur á sviði geta mætt í Iðnó á morgun klukkan 17.30 og hlustað á þær spila.

„Við erum kraftmiklar og skemmtilegar á sviði og hlökkum mikið til að spila á Menningarnótt, vera í stuði og sjá sem flesta,“ segir Sýlvía að endingu.

Evonia

Evonia eykur hárvöxt með því að veita hárrótinni næringu og styrk.



Fyrir

Eftir

Evonia er hlaðin bæti-efnum sem næra hárið og gera það gróskumeira. Myndirnar hér til hliðar sýna hversu góðum árangri er hægt að ná með Evonia.

www.birkiaska.is

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Hjördis Erna Þorgeirsdóttir | hjordiserna@frettabladid.is, s. 550 5767 | Oddur Freyr Þorsteinsson, oddurfreyr@frettabladid.is, s. 550 57686 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

Útgefandi: Ábyrgðarmaður: Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 550 5657, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 550 5653, Torg ehf

ROD STEWART

Hópferð til **Manchester** 21. - 24. nóvember 2019



Aukaferð vegna vinsælda. Fyrri ferðin er uppseld!

Innifalið: Flug með Icelandair og skattar. Gisting með morgunverði á Holiday Inn Manchester City Center - 4 stjörnur. Handfarangur og ein innrituð 23kg taska. Rúta til og frá flugvelli. Miði á tónleikana í Manchester Arena höllinni á góðum stað. Íslensk fararstjórn.

Verð frá **146.900** á mann miðað við 2 saman í herbergi.

Nánari upplýsingar um ferðina og sala er á **visitor.is**

**VIÐ ERUM SÉRFRÆÐINGAR
Í HÓPFERÐUM**

SVÖRUM STRAX Á: **hopar@visitor.is**



Visitor
FERÐASKRIFSTOFA



Bílar & Farartæki



Suzuki fjörgengis utanborðsmótorar. Nettir, léttir, sparneytnir, hljóðlátir og áreiðanlegir. Eigum til flestar stærðir á lager.

SUZUKI
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 568 5100
suzukisport@suzuki.is
Suzuki.is

Bílar til sölu



Til sölu M.Bens C-280 V6 árgærd 1997 ekinn 239 þús. Í góðu lagi og ný skoðaður. Verðhugmynd 350 þús. Upplýsingar í síma 892-8825.

Þjónusta

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Garðyrkja

HELLULAGNIR

LÓÐAFRAMKVÆMDIR

- Jarðvinna
- Drenlagir
- Hellulagnir
- Þökulagnir

☎ 788 8870
eind@eind.is

Eind ehf

Hellulagnir, lóðastandsetning, skjólveggir og pallasmíði. Jónas Freyr Harðarson garðyrkjufraeðingur s: 697-8588.

Bókhald

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

Málarar

Getum bætt við okkur verkefnum innan og utanhús. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758.

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

Húsviðhald

HÚSAVIÐGERÐIR

ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI

- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

☎ 788 8870
eind@eind.is

Eind ehf

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagir og trésmíði. S. 616 1569

Atvinna

Atvinna í boði

Stýrimann vantar í 2 vikur í afleysingar á MB Friðrik Sigurðsson Á.R.17. Uppl. hjá skipstjóra í síma 694-8908.

Keypt & Selt

Til sölu



Kassagítarar á tilboði

Kassagítarar í úrvali Gítarinn ehf Kassagítarar á tilboði Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

Óskast keypt

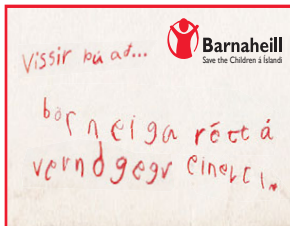
STADGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERKI!

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupungull.is

Opið mán - fös 11-16,
Skipholt 27, 105

Upplýsingar í síma 782 8800



Vissir þú að... Barnaheill Save the Children & Iceland
þú hefur rétt á vernd gegn einelti.

Heilsa

Nudd



TANTRA NUDD

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

Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 165 - 570 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í 116 REYKJAVÍK VERÐ FRÁ KR 990 FM

165 og 285 fm bil með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.

Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS

Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m². S: 564-6500

GEYMSLUR.IS SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is



VILT ÞÚ SELJA HÚSIÐ ÞITT?

STAKFELL
FASTEIGNASALA | 1984

☎ 535-1000

ERTU Í LEIT AÐ DRAUMASTARFINU?



Finndu þitt starf á **Job.is**

FRÉTTABLAÐIÐ IS **Job.is**

Skemmtanir

CATALINA

CAFÉ • RESTAURANT • SPORTBAR

Best geymda leyndarmál Kópavogs

Gullnáman

BOLTINN Í BEINNI

LAUGARDAGUR
14:00 Man.Utd. - Crystal Palace
16:30 Liverpool - Arsenal

SUNNUDAGUR
13:00 Bournemouth - Man.City
15:30 Tottenham - Newcastle

LIFANDI TÓNLIST SMELLUR

FÖSTUDAG FRÁ KL. 00.00 - 03.00

MADONNA TRIBUTE SHOW ásamt EDDU ARA

LAUGARDAG KL. 01.00

HAPPY HOUR VIRKA DAGA FRÁ 16-19

HEITUR MATUR ALLA DAGA 11-21

SÍMI 554 2166
HAMRABORG 11 • 200 KÓPAVOGUR

WWW.CATALINA.IS