skoðun 16

2 SÉRBLÖÐ
í Fréttablaðinu
Allt
Maraþon

FRÉTTABLAÐIÐ

Miðvikudagur
27. júlí 2011
173. tölublað 11. árgangur
Sími: 512 5000

10 ÁRA 2001-2011
MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI*
*Samkvæmt prentmiðlakönnun Capacent Gallup apríl - júní 2011

Súr gufa tefur fyrir virkjun

Óleyst vandamál eru við borholur í Kröfluvirkjun II. Gufan er of súr til að hægt sé að nýta hana til raforkuframleiðslu. Landsvirkjun segir unnið að lausn vandans. Virkjunin á að framleiða allt að 150 megavött.

VIRKJANAMÁL Ekki hefur enn verið fundin lausn á því hvernig gufan úr borholunum við Kröfluvirkjun II verður nýtt til raforkuframleiðslu. Gufan er of súr til að hægt sé að nýta hana með sama hætti og gert hefur verið í öðrum holum.

Hörður Arnarson, forstjóri Landsvirkjunar, telur að þar á bæ muni menn finna lausn á vandamálinu. Það hefur þó ekki enn tekist.

„Það sem hefur verið viðvarandi í Kröflu er að hluti borholanna er súr. Þessu vonumst við til að ná taki á með tímanum.“ Súrar gufur eru tærandi og hjá Landsvirkjun er unnið að því að ná þessum einkennum úr gufunni. Sú lausn er ekki enn fundin. Fyrir vikið hefur tímaáætlun varðandi virkjunina verið breytt.

> Það sem hefur verið viðvarandi í Kröflu er að hluti borholanna er súr. Þessu vonumst við til að ná taki á með tímanum.
>
> HÖRÐUR ARNARSON
> FORSTJÓRI LANDSVIRKJUNAR

„Það er aðeins að tefjast og verið að breyta forgangsröðun svæðanna. Ef þetta vandamál hefði ekki verið í Kröflu, er mjög líklegt að hún hefði verið stækkuð fyrr.“

Hörður segist ekki vera með það á hreinu hvenær menn gerðu sér grein fyrir vandamálinu, en virkjunin hefur verið færð aftar á forgangslista. „Þetta var fyrir mína tíð í fyrirtækinu,“ segir hann. Reiknað er með að afkastageta Kröfluvirkjunar II verði allt að 150 MW.

Ljóst er að vegna súru gufunnar verður framkvæmdin við Kröfluvirkjun dýrari en ráð var fyrir gert. Óljóst er hve miklu það nemur og fer það eftir þeim leiðum sem á endanum verða ofan á við framkvæmdina, þegar lausnir eru fundnar. Þetta vandamál er ekki til staðar í Bjarnarflagi og á Þeistareykjum og hönnun þeirra virkjana hefur verið boðin út.

Viðræður standa yfir við átta til tíu aðila um orkukaup úr jarðhitasvæðunum. Hörður segir þrjá til fjóra þeirra hreyfa sig hraðar en aðra.

„Þó að fyrstu rannsóknir gefi ábendingar um eitthvað ákveðið þá er það bara eðli jarðhitans að þar er óvissa og það gerir það að verkum að menn geta ekki skuldbundið sig nema fyrir því sem búið er að fá fullt öryggi fyrir.“ Slíkt á ekki við um Kröflu og því er ekki verið að semja um orku þaðan núna. **- kóp**

Landsliðsþjálfari í mýrarbolta

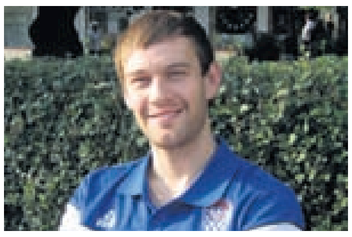
Eyjólfur Sverrisson þjálfar landslið kvenna og karla í mýrarbolta.

fólk 42

Lofsverð viðbrögð

Friðarmenning brýtur vítahring haturs, skrifar Gunnar Hersveinn.

umræðan 16



Logi með þúsund stig

Logi Gunnarsson er kominn í fámennan hóp körfuboltamanna.

sport 38

veðrið í dag

ÞUNGBÚIÐ V-TIL Í dag verður skýjað og úrkoma með köflum V-lands en bjartviðri NA-lands. Vindur víða 5-13 m/s, lægir heldur með deginum.

VEÐUR 4

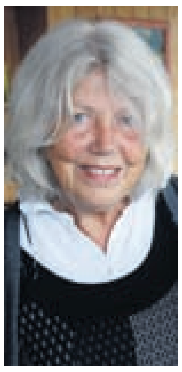
VÆTUTÍÐ Í KORTUNUM Það rigndi hressilega í Reykjavík í gær eftir langt tímabil með þurrki. Í Bankastræti lét mannskapurinn ekki slá sig út af laginu og brá fyrir sig regnhlífum eða setti upp hettur og regnhatta. Af veðurkortum að dæma bíður okkar talsverð væta næstu daga. Flestum landshlutum er ætlaður skerfur af ofankomunni. FRÉTTABLAÐIÐ /STEFÁN

Góðar viðtökur í Rússlandi:

Brúðuleikarar slá í gegn ytra

FÓLK Íslensk brúðuleikhús eru að slá í gegn í Rússlandi. Brúðuleikararnir Hallveig Thorlacius og Bernd Ogrodnik fóru með sýningar sínar til Sankti Pétursborgar á dögunum og fengu góðar viðtökur. Tilboðin hafa ekki látið á sér standa.

„Ég er að fara með brúðusýningu til Múrmansk í september,“ segir Hallveig og bætir við að hún eigi eftir að vinna úr fleiri tilboðum um sýningar í Rússlandi á næsta ári. „Það er mikil hefð fyrir brúðuleikhúsi í Rússlandi,“ segir Hallveig sem hefur fengið gæðastimpil á leikhús sitt þar í landi. **- mmf /** sjá síðu 24



HALLVEIG THORLACIUS

Sameining SpKef og Landsbankans var neyðarráðstöfun, segir fjármálaráðherra:

Sparisjóðsdeila fyrir gerðardóm

STJÓRNMÁL Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra segir langlíklegast að deilan um virði SpKef fari fyrir gerðardóm. Alls munar 20 milljörðum króna á mati því sem lagt var fyrir við sameiningu sjóðsins og Landsbankans og mati sem Landsbankinn sjálfur lét vinna.

Steingrímur segir sameininguna við Landsbankann hafa verið neyðarráðstöfun þegar allt var komið í þrot. Tryggja hafi þurft innstæður í sjóðnum.

„Það er ósköp einfalt að ef ekki næst samkomulag um mat á eignum á móti skuldum þá getur til þess komið að þetta fari í gerðardóm og það stefnir nú frekar í að svo verði.“

Steingrímur vonast til að Vaðlaheiðargöng fari í útboð á næstu dögum. „Sveitarfélögin eiga eftir að gefa út framkvæmdaleyfi en það sem snýr að okkur er klárt,“ segir hann.

Steingrímur segist því vera ágætlega bjartsýnn á framkvæmdahorfur. Hann telur hins vegar að þungt andrúmsloft í samfélaginu hjálpi ekki til. Harðskeyttur áróður sem allt rífi niður, sé ekki til bóta.

Hvað söluna á Byr varðar segir hann að fjármáráðuneytið sé ekki gerandi í henni. Það sé Fjármálaeftirlitið. Kaupverð verði gefið upp þegar endanlega sé ljóst að af kaupunum verði. Steingrímur segir líkur standa til að ríkið fái það fé til baka sem það hefur lagt í Byr, en það eru alls 900 milljónir króna. **- kóp /** sjá síðu 12

STEINGRÍMUR J. SIGFÚSSON

SPURNING DAGSINS

Guðný Gígja, voru þið ekki frekar að ylja upp.

„Jú, og við gerðum það með því að ylja fólki um hjartarætur en ekki undir uggum.“

Guðný Gígja Skjaldardóttir er í þjóðlagadúettinum Ylju, sem hitaði upp fyrir írska tónlistarmanninn Glen Hansard á Café Rosenberg í gær.

Forstjóri AGS uggandi vegna afgreiðslu skuldamála í Bandaríkjunum:

Lýsir eftir pólitísku hugrekki

BANDARÍKIN, AP Christine Lagarde, forstjóri Alþjóðagjaldeyrissjóðsins (AGS), segir að stjórnmálamenn í Bandaríkjunum þurfi að ná niðurstöðu um breytingar á skuldaþaki ríkissjóðs sem allra fyrst. Náist það ekki sé hætta á að áhrifa þess muni gæta um allan heim.

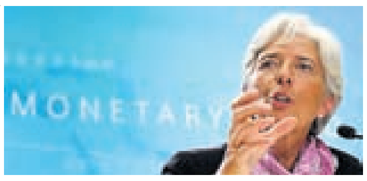
Í ræðu sinni á fundi hjá hugveitunni Council on Foreign Relations kallaði Lagarde eftir því að bandarískir stjórnmálaleiðtogar sýndu viðlíka pólitískt hugrekki og evrópskir starfsbræður þeirra hafa sýnt að undanförnu.

Greiðslufall eða lækkun lánshæfismats Bandaríkjanna vofir yfir ef ekki semst um hækkun skuldaþaks ríkissjóðs fyrir 2. ágúst næstkomandi. Segir Lagarde að slíkt yrði „afar alvarlegur atburður, ekki aðeins fyrir Bandaríkin heldur allt fjármálakerfi heimsins“.

Ríkisskuldabréf Bandaríkjanna eru almennt talin öruggasta fjárfesting sem völ er á, en skuldabréf að upphæð 4 þúsund milljarðar Bandaríkjadala eru í eigu erlendra ríkissjóða, eins og Kína og Japan, sem og einkaaðila.

Deilur repúblikana og demókrata snúast aðallega um hvort eigi að hækka skuldaþakið til skamms tíma eða til lengri tíma.

Mikil harka er hlaupin í málið eftir að upp úr slitnaði í viðræðum flokkanna fyrir skemmstu. - bj



KNÝR Á UM LAUSN Christine Lagarde, forstjóri AGS, hvetur til þess að deilur um skuldaþak Bandaríkjanna verði leystar sem allra fyrst. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Lögreglan tilkynnir:

Öflugt eftirlit á Þjóðhátíðinni

LÖGGÆSLA Lögreglan í Vestmannaeyjum mun að vanda viðhafa öflugt eftirlit fyrir og um Þjóðhátíðina í Eyjum. Það felst meðal annars í eftirliti með hugsanlegu fíkniefnamisferli og eftirliti er varðar velferð ungmenna.

Lögregla vill minna foreldra og forráðamenn barna á að útivistarreglur eru í gildi þessa helgi eins og aðrar. „Þá er rétt að benda á að ungmenni yngri en 18 ára eiga ekkert erindi á útihátíð án þess að vera í fylgd með fullorðnum.“ - jss

Lögreglan leitar að vitni:

Kom í veg fyrir líkamsárás

LÖGREGLUMÁL Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir að ná tali af manni, sem að því er virðist kom í veg fyrir líkamsárás í Mosfellsbæ aðfaranótt laugardagsins 16. júlí.

Málsatvik eru þau að milli klukkan eitt og tvö um nóttina voru tveir menn staddir við bensínstöð N1 í Háholti. Annar þeirra var vopnaður barefli og hugðist berja hinn. Af því varð ekki en talið er að þriðji maðurinn, sem átti þar leið hjá, hafi komið í veg fyrir líkamsárásina með því að skerast í leikinn.

Sá er stöðvaði árásina er beðinn um að hringja í lögregluna í síma 444-1000 eða hafa samband á netfangið abending@lrh.is. - jss

Engin ákvörðun um fangelsi:

Vill taka vopnalög til endurskoðunar

STJÓRNMÁL Ögmundur Jónasson, innanríkisráðherra, íhugar nú breytingar á vopnalögum í kjölfar árásanna í Noregi. Hann segir hins vegar ekki vera þörf á skipulögðu eftirliti með skrifum á internetinu. Frá þessu var greint í kvöldfréttum Stöðvar 2 í gær.

ÖGMUNDUR JÓNASSON

Ríkisstjórnin fundaði með ríkislögreglustjóra í gær um hryðjuverkin.

Þá tókst ekki að ná samkomulagi um fjármögnun á byggingu nýs fangelsis á ríkisstjórnarfundinum í gær líkt og stefnt hafði verið að. Nú er stefnt að ákvörðun um málið í ágúst. - mþl

Saka bæinn um skort á virðingu við íbúana

Íbúar í Faxatúni í Garðabæ eru vonsviknir yfir því að bæjaryfirvöld hafi flutt hús að leikskólanum Bæjarbóli þótt vinnu við nýtt skipulag hverfisins sé ólokið. Bæjarstjórinn segir „standard“ hverfisins munu hækka með nýju deiliskipulagi.

SKIPULAGSMÁL „Ég held að virðingarstiginn hjá bæjaryfirvöldum sé þannig að eldri borgarar og elsta hverfið sé lægst í stiganum,“ segir Hrefna Geirsdóttir, einn íbúa í Faxatúni í Garðabæ sem ósáttir eru við vaxandi umsvif í Túnahverfinu.

Færanleg kennslustofa var í fyrrakvöld flutt að leikskólanum Bæjarbóli aftan við hús Hrefnu. Hún kveður þetta koma íbúunum í opna skjöldu því þeir hafi þegar mótmælt stækkun leikskólans og kært „skipulagsleysi“ á svæðinu til úrskurðarnefndar skipulags- og byggingarmála.

GUNNAR EINARSSON

„Jafnvel þó ekki sé búið að ganga frá skipulagi og þótt búið sé að birta bænum kæruna er samt verið að vinna í flutningi þessa húss. Við bjuggumst við að þeir myndu stoppa þegar undirstöðurnar væru tilbúnar en svo komu þeir með þetta hús,“ segir Hrefna.

Að sögn Hrefnu eru íbúarnir afar ósáttir við að ekki hafi enn verið gengið frá skipulagi Túnahverfisins. „Við viljum ekki að það sé verið að hrúga hér niður kofum stanslaust. Þetta nýja hús þýðir einfaldlega meira álag á svæðið; aukinn hávaða og meiri umferð,“ segir hún.

Meðal þess sem íbúarnir í Túnahverfi voru ósáttir við var útleiga veislusalar í húsi skátafélagsins Vífils. Í kjölfar kvartana frá íbúunum hættu skátarnir að leigja út salinn. „Þeir eru hættir í bili en gráta mikið yfir því að tekjurnar séu horfnar. Nú skilst mér að bærinn vilji stækka lóðina þeirra þannig að hægt sé að byggja einhvern varnarvegg svo við heyrum ekki eins mikið í skemmtanahaldinu. Við teljum ekki eðlilegt að gert sé ráð fyrir útleigu á veislusölum í íbúðahverfi og viljum fá kynningu á áætluðu skipulagi og samþykkt skipulag áður en þeir halda áfram að framkvæma þarna,“ undirstrikar Hrefna.

GÍGJA GRÉTARSDÓTTIR OG HREFNA GEIRSDÓTTIR Fjölga á plássum í leikskólanum Bæjarbóli úr 85 í 110 með færanlegri stofu sem flutt hefur verið að skólanum. Gígja og Hrefna sem búa í Faxatúni þar við hliðina segja hins vegar nóg komið af umsvifum í íbúahverfinu þeirra. FRÉTTABLAÐIÐ/HAG

Gunnar Einarsson bæjarstjóri segir framkvæmdirnar við Bæjarból í fullu samræmi við alla skipulagsskilmála og að málið hafi verið kynnt fyrir íbúum. Hann undirstrikar að um sé að ræða hús sem megi fjarlægja ef hið gagnstæða komi í ljós. „Það er verið að bæta við plássum fyrir um tuttugu börn. Það hefur áhrif á um tuttugu fjölskyldur. Við ætlum að halda okkar striki,“ segir Gunnar.

Undirbúningur nýs deiliskipulags er að sögn Gunnars í eðlilegu ferli. Meðal annars sé gert ráð fyrir útivistarsvæði milli Faxatúns og leikskólans. „Ég er sannfærður um að þegar þessu er lokið verður hverfið komið í enn hærri standard,“ segir bæjarstjórinn.

gar@frettabladid.is

LJÓS GEGN ILLSKU Minningarathöfn vegna voðaverkanna í Noregi fer fram í Norræna húsinu í dag.

Norræna húsið síðdegis í dag:

Fólk velkomið í samverustund

SAMFÉLAGSMÁL Boðað hefur verið til samverustundar í Norræna húsinu í dag klukkan 17 vegna harmleiksins í Noregi á föstudag. Norræna húsið, Norræna félagið og Félag Norðmanna á Íslandi bjóða til samverustundarinnar.

Markmið samkomunnar er að skapa vettvang fyrir fólk til að koma saman, eiga hlýja stund og votta ættingjum og vinum fórnarlamba árásanna samúð.

Minningabækur norska sendiráðsins verða til áritunar á meðan á samverustundinni stendur. Þá verður boðið upp á kaffi og kökur. - mþl

Nýstárleg þjónusta í London:

Hinsta snyrting á 85 þúsund

ENGLAND Breski snyrtivöruframleiðandinn Ilamasqua og útfararþjónustan Leverton & Son í London hafa nú tekið höndum saman um þjónustu sem þau kalla The Final Act of Self-Expression. Er hún ætluð öllum sem vilja líta vel út þegar þeir hafa kvatt hið jarðneska líf.

Í fréttatilkynningu frá snyrtivöruframleiðandanum segir að fyrirtækið hvetji fólk til að líta vel út í lifanda lífi og það eigi ekki að vera öðruvísi þegar lífið er kvatt.

Hinsta snyrtingin kostar allt frá 450 pundum eða sem svarar rúmlega 85 þúsundum íslenskra króna. Þjónustan verður eingöngu veitt í London. - ibs

Stjórnlagaráð hefur lokið vinnu við þrjá af níu köflum stjórnarskrárdraga:

Stinga upp á nýju kosningakerfi

STJÓRNLAGARÁÐ Stjórnlagaráð samþykkti í gær lokaútgáfur þriggja af níu köflum þeirra stjórnarskrárdraga sem það hefur unnið að. Ráðið stefnir að því að klára umræður um þá kafla sem út af standa í dag og skila á föstudag fullunnum drögum til forsætisráðherra.

Í gær voru samþykktar undirstöður stjórnarskrárinnar en þeim er ætlað að vera fyrsti kafli nýrrar stjórnarskrár. Þá var samþykktur nýr mannréttinda- og náttúrukafli auk kafla um Alþingi og kosningar til þess.

Í Alþingiskaflanum er fjöldi nýmæla. Má þar nefna að þar er kveðið á um að atkvæði kjósenda alls staðar á landinu vegi jafnt. Þá er einnig kveðið á um að kjósandi geti með persónukjöri valið frambjóðendur þvert á lista en þó verði heimilt að mæla fyrir um í lögum að valið sé einskorðað við kjördæmalista eða landslista sömu samtaka.

Tíu af hundraði kjósenda munu geta krafist þjóðaratkvæðis um lög sem Alþingi hefur samþykkt samkvæmt drögunum. Þá mun tiltekinn hluti kjósenda geta lagt fram þingmál og frumvörp á Alþingi. Málskotsréttur forseta Íslands er óbreyttur í drögunum.

Í mannréttinda- og náttúrukaflanum koma einnig fram margar nýjungar. Þar á meðal er ákvæði um að auðlindir sem ekki eru í einkaeigu séu sameiginleg og ævarandi eign þjóðarinnar. Enginn geti fengið þær eða réttindi tengd þeim til eignar eða varanlegra afnota auk þess sem aldrei megi selja þær eða veðsetja. Þá er sérstaklega kveðið á um að öllum skuli tryggður réttur til að lifa með reisn og að börnum skuli tryggð í lögum sú vernd og umönnun sem velferð þeirra krefst. Loks er jafnræðisreglan ítarlegri en í núgildandi stjórnarskrá. - mþl

STJÓRNLAGARÁÐ Lokaútgáfur þriggja af níu köflum stjórnarskrárdraga hafa verið samþykktar.

Verið hjartanlega velkomin í verzlanir okkar. Opið frá klukkan 9 til 22.
Geysir Skólavörðustíg 16 og Geysir Haukadal.

GENGIÐ 26.07.2011

GJALDMIÐLAR	KAUP	SALA
Bandaríkjadalur	114,41	114,95
Sterlingspund	187,59	188,51
Evra	165,47	166,39
Dönsk króna	22,198	22,328
Norsk króna	21,324	21,450
Sænsk króna	18,223	18,329
Japanskt jen	1,4647	1,4733
SDR	183,98	185,08

GENGISVÍSITALA KRÓNUNNAR

221,7504

HEIMILD: Seðlabanki Íslands

Skiptar skoðanir á Facebook á norska hryðjuverkamanninum Anders Breivik undanfari líkamsárásar:

Talinn hafa barið manninn með hnúajárni

LÖGREGLUMÁL Grunur leikur á að rúmlega fertugur karlmaður hafi notað hnúajárn þegar hann réðst á mann um sextugt í Grindavík og slasaði hann aðfaranótt síðastliðins laugardags.

Það var um fjögurleytið ofangreinda nótt sem árásarmaðurinn mætti að heimili eldri mannsins. Samkvæmt upplýsingum Fréttablaðsins voru útidyrnar ólæstar. Húsráðandi sá hreyfingu fyrir utan húsið, hugðist hlaupa fram í forstofu og læsa því. Hann varð of seinn og því komst gesturinn óboðni inn. Hann réðst þegar á húsráðandann og veitti honum áverka. Lögreglan á Suðurnesjum var kvödd á vettvang skömmu síðar. Þar var húsráðandinn fyrir og blæddi úr höfði hans. Einnig var hann töluvert marinn.

Árásarmaðurinn var farinn af vettvangi þegar lögreglu bar að. Hann býr skammt frá fórnarlambinu og hélt lögregla til heimilis hans þar sem hann var handtekinn og hald lagt á hnúajárn.

Eldri maðurinn leitaði sér aðhlynningar á sunnudaginn. Árásarmaðurinn var yfirheyrður og síðan sleppt.

Samkvæmt upplýsingum Fréttablaðsins var undanfari líkamsárásarinnar samskipti mannanna á Facebook, þar sem yngri maðurinn hafði lofað ódæði norska hryðjuverkamannsins Anders Breivik, en eldri maðurinn beðið hann að láta af slíku. Samskiptin leiddu til þess að yngri maðurinn hótaði þeim eldri og fjölskyldu hans lífláti.

Að sögn lögreglunnar á Suðurnesjum er málið rannsakað sem stórfelld líkamsárás þar sem grunur leikur á að barefli hafi verið beitt.

LÖGREGLAN Á SUÐURNESJUM Rannsakar árásarmálið.

Fórnarlambið vildi ekki tjá sig um málið þegar eftir því var leitað. **- jss**

VIÐ ÍSAKSSKÓLA Vill selja borginni skólahúsið fyrir 184 milljónir.

Staða Ísaksskóla að vænkast:

Landsbankinn afskrifar skuld

SKÓLAR Fjárhagsstaða Ísaksskóla kann að vænkast eftir að Landsbankinn féllst á að gefa eftir um 76 milljónir króna af um 260 milljóna skuld skólans. Skilyrði er þó að Ísaksskóli nái að selja húsnæði sitt fyrir 184 milljónir króna sem fari í að greiða upp bankaskuldina. Ísaksskóli óskar nú eftir því að Reykjavíkurborg kaupi skólahúsnæðið fyrri þessa upphæð og leigi síðan skólanum.

Eins vill skólinn fá 15 milljóna króna lán frá borginni og fella afborganirnar inn í húsaleiguna. Skólinn eigi síðan forkaupsrétt að húsinu innan fimmtán ára á sama verði að viðbættum verðbótum. **- gar**

Bandarísk könnun:

Færri reykja á hvíta tjaldinu

BANDARÍKIN Reykingar á hvíta tjaldinu hafa minnkað um 70 prósent á undanförnum sex árum. Þetta eru niðurstöður könnunar bandarísku samtakanna Breathe California. Í ár hefur tóbak sést 595 sinnum í bandarískum stórmyndum og er það 70 prósenta minnkun frá árinu 2005. Í helmingi stórmyndanna sjást engar sígarettur í ár en árið 2005 sáust þær ekki í þriðjungi myndanna.

Ástæðan kann að vera sú að kvikmyndaframleiðendur eins og Time Warner og Disney hafa sett bann við sígarettum í myndum fyrir börn og unglinga. - ibs

Sveiflukennt sumar hjá frjókornunum

Magn frjókorna í Reykjavík hefur mælst lítið síðustu daga en um miðjan júlí var útlit fyrir að heildarmagn yrði svipað og í fyrra sem var metsumar. Kuldatíð í byrjun sumars og minni sláttur á túnum en áður hafa haft áhrif á frjómagn.

NÁTTÚRA Magn frjókorna í andrúmsloftinu í Reykjavík hefur sveiflast mikið það sem af er sumri. Um tíma leit út fyrir að frjókornamagnið myndi jafnast á við metsumarið í fyrra en síðustu daga hefur það heldur minnkað.

MARGRÉT HALLSDÓTTIR

„Síðustu daga hafa frjótölur verið nokkuð lágar ef frá er skilinn laugardagurinn þegar hvessti nokkuð. Í dag [í gær] fór svo að rigna þannig að ef veðrið helst svona næstu daga geta ofnæmissjúklingar andað léttar í bili. En svo er reyndar ástandið verra úti á landi, á Akureyri og Egilsstöðum þar sem er gott veður núna,“ segir Margrét Hallsdóttir sem sér um frjómælingar hjá Náttúrufræðistofnun.

Það eru aðallega grasfrjó sem valda fólki óþægindum á þessum tíma ársins. Birkifrjó og súrfrjó valda einnig ofnæmisviðbrögðum en þau eru mest áberandi í lok maí og júní. Kuldatíðin í upphafi sumars gerði það hins vegar að verkum að lítið var af frjóum í upphafi sumars.

„Sé sumarið í ár borið saman við sumarið í fyrra byrjuðu háar frjótölur hér töluvert seinna en í fyrra. Það hefur vafalaust verið vegna þess að það var kaldara í byrjun sumars,“ segir Margrét. Spurð um ástæður mikils magns grasfrjós um miðjan mánuðinn segir Margrét að þurrkatíð hafi haft mest um það segja. Þá hafi einnig sennilega haft áhrif að sláttur á túnum borgarinnar hefur verið stopulli en áður.

FRÁ MIKLATÚNI Þurrt og vindasamt veður er kjörveður fyrir frjókorn. Til að þau valdi ofnæmisviðbrögðum þarf mikið magn en auk þess þurfa þau að innihald ofnæmisvaka. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Þrátt fyrir að frjótölur hafi nú dottið niður segir Margrét þá sem glíma við frjókornaofnæmi þó ekki alveg sloppna. „Það er mjög oft toppur á þessum tíma í lok júlí ef það er þurrt. En svo kemur stundum toppur aftur í fyrstu eða annarri vikunni í ágúst,“ segir Margrét og bætir við: „Það fer í raun eftir því hvort það verður þurrt eða ekki. Verði þurrt og vindasamt má búast við miklu af frjókornum aftur.“

Til að frjókorn valdi ofnæmisviðbrögðum þurfa þau að vera til staðar í miklu magni en einnig að innihalda ofnæmisvaka sem er eggjahvítuefni sem líkami fólks með ofnæmi skynjar sem hættulegt efni, segir á vef Náttúrufræðistofnunar.

magnusl@frettabldid.is

Flutningavél fórst í Marokkó:

78 taldir látnir eftir flugslys

MAROKKÓ, AP Talið er að 78 manns hafi látið lífið þegar herflutningavél fórst í Marokkó í gær. Leit að líkum stóð yfir í gærkvöldi og voru þeir þrír sem lifðu slysið af alvarlega slasaðir.

Ríkisfréttastofan sagði í gær að 60 hermenn, tólf óbreyttir borgarar og níu manna áhöfn hefðu verið um borð. Aðeins höfðu 42 lík fundist og ekki ljóst hvernig herinn gat gefið út tilkynningu um að 78 hefðu látist.

- þeb

HAGKAUP Tax-Free afsláttur Hagkaupa nemur ekki 25,5 prósentum heldur 20,32 prósentum.

Kvartað vegna Hagkaupa:

Tax-Free er ekki 25,5 prósent

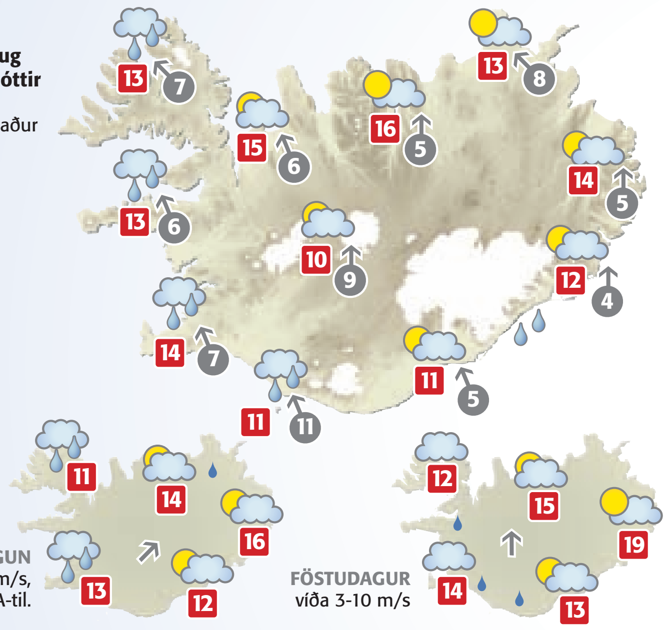
NEYTENDUR Kvartanir bárust til Neytendastofu vegna svonefndra Tax-Free daga Hagkaupa. Kvartanirnar sneru að því að neytendur voru óánægðir með að fá aðeins 20,32 prósenta afslátt af vörum á Tax Free-dögum, en þeir töldu sig eiga rétt á 25,5 prósenta afslætti, sem er prósentuhlutfall virðisaukaskatts. Frá þessu er sagt á vef Neytendasamtakanna.

Neytendastofa segir í úrskurði að nauðsynlegt sé að tilgreina prósentuhlutfall afsláttar skýrlega, bæði á sölustað og í auglýsingum, þannig að fram komi að afslátturinn nemur í raun 20,32 prósentum. Engar athugasemdir voru gerðar við notkun Hagkaupa á hugtakinu Tax Free. **- sv**

VEÐURSPÁ

Snjólaug Ólafsdóttir veðurfréttamaður

BEST NA-TIL
Gróðurinn á V- og SV- landi ætti að vera kátur eftir þessa viku því það lítur út fyrir einhverja vætu áfram næstu daga. Dregur heldur úr vindi í dag. Nokkuð bjart A-til og hlýjast þar sérstaklega þegar sólin nær að ylja.



HEIMURINN

Alicante	28°
Basel	21°
Berlín	24°
Billund	23°
Frankfurt	26°
Friedrichshafen	24°
Gautaborg	21°
Kaupmannahöfn	21°
Las Palmas	26°
London	22°
Mallorca	27°
New York	30°
Orlando	33°
Ósló	24°
París	23°
San Francisco	23°
Stokkhólmur	24°

Vindhraði er í m/s.
Hitastig eru í °C.
Gildistími korta er um hádegi.

AUGLÝSINGADEILDIR FRÉTTABLAÐSINS – AUGLÝSINGASTJÓRI: Jón Laufdal *jonl@frettabladid.is* **ALMENNAR SÍMI 512-5401:** Guðmundur Steinsson *gudmundurs@365.is,* Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is,* Hlynur Þór Steingrímsson *hlynurs@365.is,* Laila Awad *laila@365.is,* Örn Geirsson *orn.geirsson@365.is* **ALLT SÍMI 512-5402:** Jóna María Hafsteinsdóttir *jmh@365.is* **SÉRBLÖÐ SÍMI 512-5016:** Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir *sigridurdagny@365.is,* Sigríður Hallgrímsdóttir *sigridurh@frettabladid.is,* Þórdís Hermannsdóttir *thordish@365.is,* Ívar Örn Hansen *ivarorn@365.is* **RAÐAUGLÝSINGAR/FASTEIGNIR SÍMI 512-5403:** Hrannar Helgason *hrannar@365.is,* Viðar Ingi Pétursson *vip@365.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 512-5407:** Sigurlaug Aðalsteinsdóttir *sigurlaug@365.is,* Arna Rut Kristinsdóttir *arnarut@365.is,* Guðný Gunnlaugsdóttir *gunny@365.is,* **KYNNINGARSTJÓRI:** Einar Skúlason *einar.skulason@365.is*

Nýr Peugeot 508.
Áræðni & öryggi.

Verð frá kr. **4.390.000**

Eyðsla í blönduðum akstri (l/100 km) frá 4,4 til 7,1. CO_2 útblástur (g/km): frá 115 til 164.

Áræðni – Ný hönnun, nýtt viðmót og aksturseiginleikar sem samkeppnin á erfitt með að jafna á þessu verði.
Öryggi – ABS, EBFD, EBA, ESP, ASR, CBC veitir ríka hugarró fyrir bílstjóra, farþega og gangandi umferð.

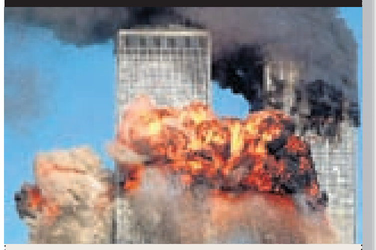
NÝR PEUGEOT *508*

PEUGEOT
MOTION & EMOTION

BERNHARD

Bernhard ehf • Vatnagörðum 24 - 26 • Sími 520 1100 • www.bernhard.is
Umboðsaðilar: Reykjanesbæ, Bernhard, sími 421 7800 • Akranesi, Bílver, sími 431 1985 Akureyri, Höldur, sími 461 6020 • Vestmannaeyjum, Bragginn, sími 481 1535

KJÖRKASSINN



Óttast þú að hryðjuverk verði unnin á Íslandi?

Já	33,5%
Nei	66,5%

SPURNING DAGSINS Í DAG:

Styður þú þá hugmynd að nýtt fangelsi verði reist sem einkaframkvæmd?

Segðu þína skoðun á visir.is

Vísir

Of snemmt að meta áhrifin af vaxandi verðbólgu segir hagfræðingur ASÍ:

Verðbólguþróunin áhyggjuefni

EFNAHAGSMÁL Vaxandi verðbólga er áhyggjuefni og rétt að fylgjast vel með þróuninni, en of snemmt er að segja til um áhrif verðbólgunnar á kjarasamninga, segir Matthías Kjeld, hagfræðingur hjá ASÍ.

Í forsendum kjarasamninga ASÍ og SA frá því í maí er gert ráð fyrir því að verðbólgan haldist í kringum 2,5 prósent. Samkvæmt mælingu Hagstofu Íslands stendur verðbólgan nú í fimm prósentum, og hefur aukist um 0,8 prósentustig á einum mánuði. Þriggja mánaða verðbólgan er meiri og jafngildir því að ársverðbólga sé 6,3 prósent.

„Það hafa verið utanaðkomandi þættir sem hafa kynnt undir verðbólgunni, matvara, bensín og húsnæði, auk þess sem krónan hefur sigið,“ segir Matthías.

Hann segir of snemmt að segja til um áhrif vaxandi verðbólgu á kjarasamningana. Rétt sé að bíða og sjá næstu tvo mánuði í minnsta lagi til að átta sig á þróuninni yfir lengra tímabil. - bj

SAMIÐ Kjarasamningar sem undirritaðir voru eftir mikið þóf í maí síðastliðnum gera ráð fyrir 2,5 prósenta verðbólgu, en nú stendur hún í fimm prósentum. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Vilja eftirlit á landamærum:

Yfir 80% vilja aukið eftirlit

KÖNNUN Mikill meirihluti landsmanna vill auka eftirlit með fólki sem kemur til Íslands frá aðildarríkjum Schengen-samstarfsins ef marka má niðurstöður skoðanakönnunar MMR.

Alls sögðust 49 prósent því mjög fylgjandi að auka eftirlit og 34,5 prósent voru því frekar fylgjandi. Alls vildu því 83,5 prósent auka eftirlitið á landamærum Íslands. Um 11,7 prósent sögðust frekar andvíg auknu eftirliti og 4,8 prósent voru því mjög mótfallin. - bj

Kengúra ræðst á 94 ára konu:

Blóðug og marin eftir spörkin

ÁSTRALÍA Stór rauð kengúra réðst á 94 ára gamla konu í garði við hús konunnar í Queensland í Ástralíu. Konan slapp blóðug og marin frá kengúrunni, að því er fram kemur á vef BBC.

„Ég hélt hún ætlaði að drepa mig,“ segir Phyllis Johnson. Hún var að hengja upp þvott við hús sitt þegar kengúran stökk á hana, felldi hana og sparkaði í hana.

Johnson reyndi að verjast með kústi og skreið undan kengúrunni inn í húsið og hringdi á lögregluna.

Lögreglan yfirbugaði kengúruna með piparúða. Framtíð hennar er óráðin. Rauðar kengúrur geta orðið allt að tveggja metra háar og 90 kíló á þyngd. - bj

VESTFIRÐIR

Planta 300 þúsund trjám

Skjólskógar á Vestfjörðum hafa gróðursett 300 þúsund plöntur það sem af er sumri. Gróðursetning hefur gengið vel þrátt fyrir erfitt tíðarfar.

LÖGREGLUFRÉTTIR

Svindlpóstur í hrönnum

Almenningur lét lögreglu vita af nærfellt 1.500 svindlbréfum frá óprúttnum aðilum í fyrra. Ógerningur mun fyrir lögreglu að rannsaka hvert mál ítarlega en þó er farið yfir allan póst sem berst. Ríkislögreglustjóri hvetur fólk til að vera á varðbergi gegn svindlpósti.

Barn tekið á ofsahraða

Fjórtán ára piltur var tekinn á yfir 100 kílómetra hraða á Vesturlandsvegi í fyrrinótt. Fimm farþegar voru í bílnum, á aldrinum 13 til 15 ára. Ökumaður og farþegar voru færðir á lögreglustöð og síðan var hringt í foreldra þeirra.

Æskulýðsfélög vilja kynferðisbrotafagráð

Íþrótta- og æskulýðsfélög hafa látið í ljós vilja við mennta- og menningarmálaráðuneyti að setja á fót fagráð um meðferð kynferðisbrota. Afar brýnt að slíkt verði gert, segir formaður fagráðs um meðferð kynferðisbrota innan trúfélaga.

SAMFÉLAGSMÁL Mennta- og menningarmálaráðuneytið hefur heyrt af því að íþrótta- og æskulýðsfélög vilji að stofnað verði fagráð eða skýrar verklagsreglur settar um meðferð kynferðisbrota sem fram- in eru innan vébanda félaganna.

Ásta Magnúsdóttir, ráðuneytisstjóri mennta- og menningarmálaráðuneytisins, segir enn enga formlega beiðni hafa borist ráðuneytinu, en henni verði tekið fagnandi.

„Við höfum heyrt af því að innan frjálsra félagasamtaka eins og ÍSÍ, skátanna, KFUM og KFUK sé áhugi fyrir því að að búa að minnsta kosti til skýra viðbragðsáætlun vegna þessara mála,“ segir Ásta. „Við vitum að þetta er í deiglunni.“

Guðrún Ögmundsdóttir, formaður fagráðs innanríkisráðuneytisins um meðferð kynferðisbrota innan trúfélaga, segir afar brýnt að skoða þau lög sem snúa að meðferð kynferðisbrota. Áætlanir séu um að fagráðið fari í samstarf við önnur ráðuneyti í haust til að skoða meðferð kynferðisbrota innan íþrótta- og æskulýðsfélaga.

„Næsta skref er að skoða lög um íþrótta- og æskulýðsmál, sem er afar brýnt,“ segir Guðrún og telur nauðsynlegt að skoða alla lagabálka um fagráð og siðareglur. „Í haust munum við sjá slíkar lagabreytingar, ég efast ekki um það.“

Tilkynningum um mál tengd kynferðislegu ofbeldi mun fjölga með stofnun nýs fagráðs, að mati Guðrúnar.

„Þegar það gerist má búast við gömlum málum úr þessum geira,“ segir Guðrún. „Við eigum eflaust eftir að sjá mun fleiri mál. Ég held að þetta sé bara toppurinn á ísjakanum.“ Hún ítrekar að afar brýnt sé að setja sterkar siðareglur og lagaramma í tengslum við kynferðisbrot innan alls barna- og unglingastarfs, ekki einungis trúfélaga.

Guðrún Jónsdóttir, talskona Stígamóta, telur þessar hræringar með skipun fagráða tákn um aukna vitund, áhyggjur og ábyrgð í kynferðisbrotamálum. Hún bendir jafnframt á að það sé einnig til marks um að heildarstefnumörkun þurfi að eiga sér stað í málaflokknum.

„Það er augljóst að það kerfi sem við búum við dugar ekki. Þess vegna þarf að gera allsherjar breytingu í þessum málum,“ segir Guðrún. „Það þarf að fara ofan í alla sauma og finna framtíðarlausn.“ sunna@frettabladid.is

GUÐRÚN JÓNSDÓTTIR Talskona Stígamóta segir að heildarbreyting sé þörf. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

GUÐRÚN ÖGMUNDSDÓTTIR Formaður fagráðs telur brýnt að skoða meðferð kynferðisbrota hjá æskulýðs- og íþróttafélögum.

> Við eigum eflaust eftir að sjá mun fleiri mál. Ég held að þetta sé bara toppurinn á ísjakanum.“
>
> **GUÐRÚN ÖGMUNDSDÓTTIR**
> FORMAÐUR FAGRÁÐS INNANRÍKISRÁÐUNEYTIS

FERÐAGRILL

Grillbúðin
www.grillbudin.is
Hlíðasmára 13, Kóp - S. 554 0400
LANDMANN
Er frá Þýskalandi

Dr Organic – hreinar náttúruvörur

Kælandi og græðandi, 98,9% hreint Aloe Vera gel án skaðlegra aukaefna.

Fæst í flestum apótekum og heilsubúðum.

Bæjarráð Ísafjarðarbæjar harmar málalok í deilum um þrotabú Eyrarodda:

Atvinnulíf Flateyrar í gíslingu

SJÁVARÚTVEGUR Bæjarráð Ísafjarðarbæjar segir í bókun frá fundi sínum í gær að það sé til skammar hvernig unnið var úr málefnum þrotabús Eyrarodda ehf. á Flateyri. Fyrirtækið Toppfiskur, sem falaðist eftir öllum eignum þrotabúsins með það fyrir augum að hefja útgerð og vinnslu á Flateyri, dró tilboð sitt til baka í síðustu viku.

Deila skapaðist um málið en fyrirtækið Lotna, sem var eina fyrirtækið sem gerði tilboð eftir fyrsta útboð, fékk vilyrði um kaup á hluta eignanna frá Byggðastofnun. Vilyrðið var síðan dregið til baka og eignirnar boðnar upp að nýju. Þá hófust samningaviðræður við Toppfisk, sem Byggðastofnun taldi heppilegri til fiskvinnslu á Flateyri, en Lotna taldi að vilyrði Byggðastofnunar væri bindandi. Nú hafa bæði fyrirtækin fallið frá áformunum eftir margra vikna samningaviðræður.

Eiríkur Finnur Greipsson, formaður bæjarráðs Ísafjarðarbæjar, segir þetta ömurleg málalok. „Það var búið að byggja upp væntingar um að farsæl lausn væri í nánd, síðan er þetta lendingin,“ segir hann. „Það er heilt samfélag sem brennur,“ segir hann um sína heimabyggð, Flateyri.

FRÁ FLATEYRI Bið ætlar að verða á því að atvinnulíf glæðist á Flateyri eftir reiðarslagið í fyrrahaust er Eyraroddi hætti starfsemi sinni.

Í síðasta mánuði sagði Lotna upp tíu af fimmtán starfsmönnum sínum á Flateyri. 42 misstu vinnu sína þegar Eyraroddi hætti starfsemi sinni síðastliðið haust. - jse

ÚTSALA
HAGKAUP
Ein ferð betra verð
TAX FREE ÚTSALA
ENN BETRI KAUP!
ENN MEIRI AFSLÁTTUR!
afnemum VSK af öllum útsöluvörum*
*Að sjálfsögðu fær ríkissjóður 25,5% virðisaukaskatt af þessari sölu. Verðlækkunin 20,32% er alfarið á kostnað Hagkaups.
HAGKAUP
Ein ferð betra verð

Mikil eyðilegging á eyjunni:

Útey verður byggð upp á ný

Útey verður byggð upp á ný eftir hörmungarnar í síðustu viku. Uppbyggingin mun líklega kosta fimmtán til tuttugu milljónir norskra króna, sem eru um 321 til 429 milljónir íslenskra króna.

Eskil Pedersen, formaður ungliðahreyfingar Verkamannaflokksins, segir að ásamt því að byggja staðinn upp verði þeim sem létust reistur minnisvarði þar. Mikil eyðilegging er á eyjunni, ný hús vantar og græða þarf upp landsvæði. Auðmaðurinn Petter Stordalen hefur þegar gefið ungliðahreyfingunni, sem á eyjuna, fimm milljónir norskra króna til uppbyggingar þar. - þeb

BÚGARÐUR BREIVIK Hér smíðaði Anders Breivik sprengjuna sem sprakk í miðborg Óslóar. NORDICPHOTOS/AFP

Dagbækur Anders Breivik:

Var tvisvar næstum flúinn

Með stefnuyfirlýsingu sinni birti Anders Behring Breivik dagbók um athæfi sitt vikurnar fyrir hryðjuverkin. Þar lýsir Breivik vinnu sinni og frístundum meðan á smíði sprengjunnar stóð.

Meðal þess sem fram kemur í dagbókinni eru lýsingar á því hvernig Breivik var tvisvar kominn á fremsta hlunn með að flýja þar sem hann óttaðist að komist hefði upp um sig. Þá kemur fram að hann missti stundum móðinn þegar illa gekk en þá fór hann iðulega út að borða á dýrum veitingastað. Hann tók sér jafnframt stundum frí til að horfa á sjónvarpsþætti og horfði til dæmis á öll þrjú kvöld Eurovision í maí. - mþl

ÓSLÓ Lögreglumenn og hundar hófu í gær að rannsaka byggingar og leita líka eftir sprengjuárásina í Ósló. Þar er fólks enn saknað. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Ódæðismaður telur sig bjargvætt í stríði

Lögfræðingur hryðjuverkamannsins í Noregi segir skjólstæðing sinn líklega geðveikan. Skrifstofur ráðuneyta eru óstarfhæfar og óvíst hvort byggingar munu standa. Nítján manns eru enn í lífshættu á spítala eftir árásirnar tvær.

Anders Behring Breivik er að öllum líkindum geðveikur, að mati Geirs Lippestad lögfræðings hans. Hann telur sig vera bjargvætt og vera í stríði gegn lýðræði og múslímum.

Lippestad sagði í gær að ódæðismaðurinn yrði mögulega kærður fyrir glæpi gegn mannkyni auk hryðjuverka. Þá sagði hann að Breivik yrði aldrei frjáls maður á ný. „Hann spurði mig hvort ég væri í áfalli og hvort ég gæti útskýrt fyrir honum hvað gerðist. Hann vissi ekki hvort honum hefði tekist ætlunarverk sitt,“ sagði Lippestad og bætti því við að Breivik hefði spurt sig hversu marga hann hefði drepið.

Mikil áhersla er nú lögð á það að bera kennsl á lík þeirra sem fundist hafa. Vonast er til að því geti lokið á morgun, en fjörutíu manns vinna að því auk þess sem enn er leitað að fólki í vatninu við Útey og í byggingum í stjórnarráðshverfinu.

Nöfn og myndir af mörgum fórnarlömbum hryðjuverkanna hafa verið birtar í norskum fjölmiðlum. Endanleg tala látinna liggur enn ekki fyrir enda er ekki vitað hversu margra er saknað. Þá eru nítján manns í lífshættu á spítala. Þrettán þeirra urðu fyrir skotum í Útey og sex særðust í sprengjuárásinni í Ósló.

Knut Storberget dómsmálaráðherra greindi frá því í gær að starfsfólks í ráðuneytinu væri saknað. Ráðherra varði einnig lögregluna, sem hefur verið nokkuð gagnrýnd vegna þess að það tók 90 mínútur fyrir hana að komast í Útey eftir að skotárásin hófst. Greint hefur verið frá því að ekki hafi verið hægt að nota þyrlu til verksins þar sem allir starfsmenn hafi verið sendir í frí.

Starfsemi forsætisráðuneytisins hefur verið flutt ótímabundið í húsnæði varnarmálaráðuneytisins en skrifstofur forsætisráðuneytisins skemmdust mikið í sprengjuárásinni á föstudag. Ekki er enn vitað hvort rífa þarf bygginguna en hafist hefur verið handa við að rannsaka bygginguna sem og aðrar sem urðu fyrir sprengingunni.

Pólskur efnafræðingur sem handtekinn var um helgina fyrir að hafa selt Breivik efni segir hann hafa virkað eðlilegan á sig. Rannsókn hefur verið hafin á því hvort hann hafi brotið lög með athæfinu. „Hann var mjög venjulegur viðskiptavinur með venjulegar spurningar. Það var ekkert skrítið í póstum hans,“ segir Lukasz Mikus.

thorunn@frettabladid.is

Öfgahægrimenn í Englandi:

Árásir merki um vaxandi reiði

Árásirnar í Noregi eru merki um vaxandi reiði í Evrópu gagnvart múslímskum innflytjendum. Þetta segir leiðtogi ensku varðdeildarinnar, English Defence League, sem eru öfgahægrisamtök gegn innflytjendum í Bretlandi.

Stephen Lennon, leiðtogi samtakanna, sagðist í gær ekki samþykkja aðgerðir ódæðismannsins. Hann vísaði því einnig á bug að samtökin hefðu haft eitthvert opinbert samband við Breivik. Hann sagði þó að líta ætti á atburðina í Noregi sem merki um vaxandi reiði. Hann hafi ferðast um Evrópulönd undanfarið og orðið var við vaxandi stuðning við samtök eins og þau sem hann er í forsvari fyrir. - þeb

FJAÐRAFOK Danski ráðherrann Sören Pind var gagnrýndur fyrir Facebook-færslu í gær. NORDICPHOTOS/AFP

Ráðherra biðst afsökunar:

Aðgerðasinnar ólíkir Breivik

Sören Pind, ráðherra innflytjendamála í Danmörku, baðst í gær afsökunar á ummælum sem hann lét falla á Face-book-síðu sinni. Þar sagði hann öfgahyggju vera að aukast og nefndi hópa danskra aðgerða-sinna í sömu andrá og fjöldamorð Anders Behring Breivik í Noregi, sem hann sagði „djöfullegustu ásjónu“ öfgahyggjunnar.

Pind var gagnrýndur mjög fyrir þessi orð, bæði innan Danmerkur og utan, og svaraði því til að hann hafi alls ekki verið að líkja þessu saman. Því þyki honum afar leitt að einhver hafi lagt þennan skilning í orð hans. - þj

Betri þjónusta í Vörðunni

Varðan er vildarþjónusta fyrir viðskiptavini Landsbankans. Markmið þjónustunnar er að veita yfirsýn yfir fjármálin, persónulega þjónustu og fríðindi fyrir heildarviðskipti.

Kynntu þér Vörðuna eða pantaðu Vörðuráðgjöf á landsbankinn.is, í næsta útibúi eða í síma 410 4000.

útsala
enn meiri lækkun

70% afsláttur
af All Saints vörum og öðrum vörum

SAINTS
SAINTS Kringlunni | 517-3890

VEISTU SVARIÐ?

1. Hversu mikill var halli ríkissjóðs árið 2010?
2. Hvað heitir hótelþernan sem kærði Dominique Strauss-Kahn?
3. Hvað heitir fyrrverandi eiginmaður Amy Winehouse?

SVÖR

1. 123 milljarðar króna - 2. Nafissatou Diallo - 3. Blake Fielder-Civil

Eftir stöðuga fækkun í sautján hefur íbúum fjölgað í Eyjum síðust þrjú ár í röð:

Húsnæðisskortur ríkir í Vestmannaeyjum

VESTMANNAEYJAR Íbúum hefur fjölgað í Vestmannaeyjum þriðja árið í röð en íbúum fækkaði sautján ár í röð þar á undan. Elliði Vignisson bæjarstjóri segir að nú sé fjöldi íbúa kominn í 4.200 manns og væri sú tala orðin mun hærri ef ekki væri fyrir að fara húsnæðisskorti í bænum.

„Það er slegist um leiguhúsnæði og það er búið að byggja um 40 íbúðar- og einbýlishús á seinustu tveimur til þremur árum en samt stöndum við frammi fyrir því hér í Vestmannaeyjum að húsnæðismarkaðurinn er þröngur og það háir frekari vexti,“ segir hann.

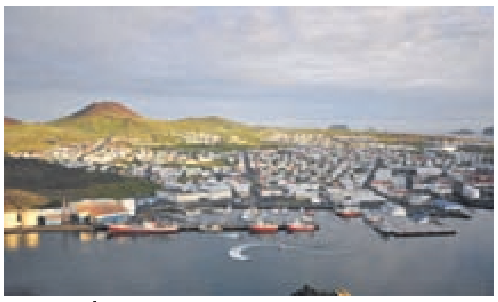
„Við erum alveg í öfugum takti við borgina. Þegar vel gekk þar í fjárhagsbólunni þá vorum við að glíma við mikla erfiðleika en nú erum við aldeilis að rétta úr kútnum.“

Heimaey á þó langt í land með að ná fyrri hæðum en árið 1998 voru 4.628 manns með skráð lögheimili í Eyjum. Þá fór Eyjamönnum stigfækkandi og náði sú dýfa til botns árið 2008 en þá var íbúafjöldinn kominn niður í 4.055. - jse

Íbúafjöldi í Eyjum

1998	4.628
2008	4.055
2009	4.086
2010	4.135
2011	4.200

Heimild: Hagstofa Íslands og fyrir 2011, Elliði Vignisson



HEIMAEY Íbúum fjölgar í Eyjum þriðja árið í röð en þó eiga Eyjamenn langt í land með að ná fyrri hæðum enda hafði íbúum fækkaði stöðugt í sautján ár þar á undan.

Travel John ferðaklósett leysa málið

Fyrirferðalítil, létt, einföld og hreinleg í notkun. Tvöfaldur poki með efni sem gerir vökva að geli og eyðir lykt. Pokanum er lokað eftir noktun, einfaldara verður það varla. Pokana má nota í venjuleg ferðaklósett til að losna við að þrífa þau.

Travel John pokar fyrir þvag eða uppköst gelgera vökvann og eyða lykt. Verð 3 stk. í pakka kr. 960,- Klósettpokar 3 stk. í pakka kr. 990,- Travel John pokarnir fást í flestum **Lyfju** og **Lyf og heilsu apótekum.**

Klósettstóll kr. 4.900,-. Tilboð ásamt 4 pökkum af pokum kr. 7.500,- fæst hjá Donnu, Háahvammi 16, Hafnarfirði. Póstsendum. Donna sími **555 3100** donna@donna.is. Nánari upplýsingar www.donna.is

TravelJohn

Íslendingar gefa tugi milljóna í neyðarhjálp

Söfnun á Íslandi vegna yfirvofandi hungursneyðar í Austur-Afríku gengur vel. Um 18 milljónir hafa þegar safnast í átaki UNICEF og rúmar 13 milljónir hjá Rauða krossinum. Sameinuðu þjóðirnar stefna á að safna 180 milljörðum.

HJÁLPARSTARF Íslendingar hafa gefið rausnarlega í safnanir sem hjálparstofnanir og líknarfélög standa fyrir vegna neyðarástands í austurhluta Afríku.

Um 18 milljónir króna voru komnar inn á söfnunarreikning Barnahjálpar Sameinuðu þjóðanna (UNICEF) síðdegis í gær og segir Sigríður Víðis Jónsdóttir, upplýsingafulltrúi UNICEF, að mikil vitundarvakning hafi greinilega orðið síðustu daga.

„Það er greinilegt að neyðarástandið hefur vakið sterk viðbrögð og við finnum að það snertir við fólki. Enda er mikið í húfi og líf hundruð þúsunda barna í hættu. Við finnum að fólk hér á landi áttar sig á að það er hægt að koma börnunum til aðstoðar og er tilbúið að leggja sitt af mörkum til að hjálpa. Við erum afar þakklát fyrir þetta og snortin af viðbrögðunum.“

Miklir þurrkar hafa verið þarna síðustu tvö ár og nú er svo komið að ellefu milljónir manna eru hjálpar þurfi. Þar af eru um 700 þúsund börn sem eru lífshættulega vannærð, segir í upplýsingum frá Sameinuðu þjóðunum og UNICEF.

Þá hafa rúmar níu milljónir króna safnast hjá Rauða Krossi Íslands, sem hefur auk þess lagt 4,3 milljónir króna úr eigin neyðarsjóði í söfnunina.

Eins og fram hefur komið í fréttum hefur óstöðugleiki innanlands í Sómalíu gert hjálparstofnunum erfitt um vik, en Alþjóða Rauði krossinn og Rauði hálfmáninn í Sómalíu hafa að eigin sögn fengið að dreifa mat óáreittir í landinu, jafnvel á svæðum undir stjórn skæruliðahópa.

HJÁLPAR ÞURFI Milljónir líða skort á þurrkasvæðunum í Austur-Afríku, en Íslendingar hafa styrkt hjálparstarf um tugi milljóna. Á myndinni sést móðir hins sjö mánaða gamla Mihag Gedi Farah hlúa að syni sínum í Dadaab-flóttamannabúðunum í Keníu. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Að sögn Þóris Guðmundssonar, sviðstjóra alþjóðasviðs Rauða krossins á Íslandi, verður öllu söfnunarfé varið til kaupa á næringarbættu hnetusmjöri. Þórir bætir því við að með því að hringja í síma 904-1500 og leggja söfnuninni þannig til 1.500 krónur, sé hægt að kaupa þriggja til fjögurra vikna skammt af hnetusmjöri fyrir eitt barn og hjúkra því þannig til heilbrigðis.

Nánari upplýsingar um hvernig styrkja má hjálparstarfið er að finna á heimasíðum UNICEF og Rauða krossins, en auk þess standa Barnaheill - Save the Children og Hjálparstarf kirkjunnar fyrir söfnunum til handa bágstöddum í Austur-Afríku.

Alþjóðasamfélagið hefur tekið við sér og hyggjast Sameinuðu þjóðirnar safna 1,6 milljörðum Bandaríkjadala, sem jafngildir rúmum 180 milljörðum króna, til hjálparstarfsins næstu tólf mánuði. thorgils@frettabladid.is

Söfnun á Íslandi

Fjórar stofnanir og samtök standa fyrir söfnun fyrir bágstadda í Austur-Afríku. Hægt er að hringja í eftirtalin símanúmer til að styrkja málefnið, en síðustu fjórir stafir númeranna gefa til kynna styrktarupphæð:

- UNICEF: 908-1000, 908-3000, 908-5000.
- Rauði krossinn: 904-1500
- Barnaheill: 904-1900, 904-2900
- Hjálparstarf kirkjunnar: 907-2003 (2.400 krónur)

Nánari upplýsingar má svo finna á heimasíðum viðkomandi aðila.

NÝTT FRÁ NESTLÉ

Ávaxta smoothie

Hver ferna inniheldur allt að þrjá heila ávexti. Allar vörur frá Nestlé barnamat eru án viðbætts sykurs, rotvarnarefna eða annarra aukaefna.

100% náttúrulegt
100% ávextir
C vítamín

Holl og góð millimáltíð hvar og hvenær sem er!

Landeigendur á Hornströndum eru uggandi yfir hval sem rekur úti fyrir landi:

Hvalreki enginn hvalreki lengur

DÝRALÍF Magnúsi Helgasyni, landeiganda í Fljótavík á Hornströndum, leist ekki á blikuna þegar hann horfði út á sjó á sunnudaginn var og sá þar hval á reki. Var hann um tuttugu metra frá landi.

„Það vill enginn fá þetta í sitt land, það er mikill fnykur af þessu og felst mikil fyrirhöfn í því að koma þessu út,“ segir hann.

Honum virðist hafa orðið að ósk sinni því ferlíkið, sem Magnús telur vera um fjögurra metra langt, rak í átt til Rekavíkur.

Það er því af sem áður var þegar menn börðust um hval er rak á land líkt og lýst er til dæmis í Fóstbræðrasögu þegar Þorgeir Hávarsson skoraði Þorgils á hólm eftir að sá síðarnefndi hafði tekið mesta kjötið af hvalnum. „Já, en það var farið að slá verulega í þennan, meira að segja fornmönnum hefði ekki litist á hann svona á sig kominn, jafnvel þótt þorrablót væri á næsta leiti,“ segir Magnús kankvís.

Fréttablaðið hafði ekki frekari fregnir af hvalhræinu í gær en ólíklegt má telja að hann reki á haf út. - jse

HVALREKI ER EKKI ALLTAF MIKILL HVALREKI Enginn vill fá hvalinn, sem rekur fyrir ströndum Hornstranda, upp í sína fjöru. MYND/DROPLAUG ÓLAFSDÓTTIR

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN

ÍÞRÓTTIR Á ÞÍNUM HEIMAVELLI

m.visir.is
Fáðu Vísi í símann!

Meira sjónvarp, meira útvarp, meiri fréttir, meiri upplýsingar, meiri umræða, meira líf, meiri íþróttir, meiri virkni, meira úrval.
Þú færð meira af öllu á Vísi.

Meiri Vísir.

vísir

VERÐI ÞÉR AÐ GÓÐU

Friðrik ræktar spergilkál á bökkum Hvítár ásamt eiginkonu sinni Moniku. Uppskeran er myndarleg ár hvert en það er ekki síst að þakka sveppamassanum sem notaður er sem vistvænn áburður. Jarðvegurinn er frjósamur og ef ekki rignir nóg er tært vatnið sótt í Hvítá til vökvunar. Friðrik segir fáar grænmetistegundir jafn hollar og góðar og spergilkál.

ÍSLENSKA SIA.IS SFG 50278 08/10 - Ljósmyndir: Hari

FRÉTTAVIÐTAL: Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra

Bjartara útlit en ekki má sofna á ver

Fjölmörg mál er snerta fjármálaráðuneytið hafa verið í fréttum undanfarið og nægir að nefna málefni SpKef og Byrs því til sönnunar. Vinna við fjárlagagerð fyrir árið 2012 er einnig í fullum gangi og ljóst er að þar verður aðhaldsaðgerðum beitt áfram. Steingrímur J. Sigfússon fjármálaráðherra segir vel hafa tekist til í endurreisn íslensks efnahagslífs.

FJÁRMÁLARÁÐHERRANN Steingrímur segir að þrátt fyrir uggvænlegar horfur í efnahagsmálum heimsins sé tilefni til bjartsýni hvað íslenskan efnahag varðar. Tækifærin séu mikil og fyrst og fremst þurfi að komast á eðlilegt ástand eftir hrun. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Tilkynnt var um samruna Landsbankans og SpKef í mars, að ákvörðun Fjármálaeftirlitsins. Í síðustu viku bárust hins vegar fregnir af því að matsnefnd á vegum Landsbankans hefði metið eigið fé sparisjóðsins um 20 milljörðum rýrara en fyrr hafði verið gert. Verði það niðurstaðan þýðir að 38 milljarða vantar til að sjóðurinn uppfylli kröfur Fjármálaeftirlitsins.

Steingrímur J. Sigfússon segir að langlíklegast sé að deilan um virði sjóðsins fari í gerðardóm. Björgun hans hafi hins vegar verið óumflýjanleg. Hefði SpKef farið á hausinn hefði innstæðueigendum verið mismunað, en neyðarlögin kveða á um að allar innstæður skuli tryggðar.

„Það er auðvitað alveg ljóst að þegar stofnun er svona illa á sig komin og eignir duga ekki fyrir innstæðum þá er komið þar gat sem enginn nema ríkið getur stoppað í. Það liggur í því að bæði fyrrverandi og núverandi ríkisstjórnir hafa gefið út yfirlýsingar um að allar innstæður verði tryggðar og þeim borgið. Þannig hefur fjárhagsleg endurskipulagning allra fjármálastofnana, þar með talið stóru bankanna þriggja, verið.

Þetta er grundvöllur neyðarlaganna og á þeim grunni hefur áfram verið unnið. Þetta er líka í samræmi við lög sem eru í gildi um sérstakar aðstæður á fjármálamarkaði."

Steingrímur segir sameininguna við Landsbankann hafa verið neyðarráðstöfun þegar allt var komið í þrot. „Það er ósköp einfalt að ef ekki næst samkomulag um mat á eignum á móti skuldum þá getur til þess komið að þetta fari í gerðardóm og það stefnir nú frekar í að svo verði."

Steingrímur ítrekar að fjármálaráðuneytið sé ekki gerandi í málinu, það sé Fjármálaeftirlitsins að gefa út og innkalla leyfi fyrir starfsemi fjármálastofnana. Ríkisins sé að tryggja innstæður.

„Ég er ekki í neinum vafa um að þetta var besti kosturinn úr því sem komið var, að sameina þetta burðugum banka sem getur unnið í þessum málum."

Kaupverð opinberað

Íslandsbanki keypti Byr á dögunum, en kaupverð hefur ekki enn fengist upp gefið. Enn eru fyrirvarar við kaupunum sem snúa að fjármálaeftirliti, samkeppniseftirliti og ESA, eftirlitsstofnun EES. Steingrímur segir mönnum lítill greiði gerður með því að gefa upp kaupverð þegar ekki sé ljóst að verði af endanlegum viðskiptum. Þegar og ef af verði muni kaupverðið að sjálfsögðu verða gefið upp.

„Ljóst var að það voru miklir hagsmunir fólgnir í því að ríkið þyrfti ekki að endurfjármagna Byr, en þetta var fjórða stærsta eignasafnið í bankakerfinu. Strax frá byrjun var reynt að leggja málin þannig upp að aðrir aðilar tækju þá starfsemi yfir og fjármögnuðu hana. Ríkið hefur ekki reitt fram þar neitt fé nema stofnféð, tannféð, sem er lágmarksfjárhæð til að fjármagna nýjar stofnanir; 900 milljónir króna." Steingrímur segir að ríkið muni að uppistöðu til fá það fé til baka.

> Mín trú er að þeir miklu fjármunir sem fara í hagkerfið, í gegnum kjarasamninga, greiðslur í bótakerfinu og greiðslur upp í vaxtakostnað, svo dæmi sé nefnd, muni hafa jákvæð áhrif og styðja við hagkerfið.

„Byr var settur í opið söluferli og öllum sem áhuga höfðu gafst kostur á að fá aðgang að upplýsingum. Þeir sem sýndu áfram áhuga fengu síðan frekari upplýsingar. Síðan komu tilboð og það var gengið til viðræðna við þann sem bauð best, en menn voru sammála um hvaða aðili það væri."

Kvótamálin má leysa

Ríkisstjórnin hefur það á stefnuskrá sinni að breyta stjórnkerfi fiskveiða. Sjávarútvegs- og landbúnaðarráðherra lagði fram tvö frumvörp í þá veru í vor, annað fékkst afgreitt en hið umfangsmeira var sett í nefnd. Nefndin hefur sent það út til umsagnar og mun vinna úr þeim umsögnum í haust. Steingrímur gerir fastlega ráð fyrir því að nýtt og endurbætt frumvarp komi fram á næsta þingi.

„Ég er enn þeirrar trúar að þarna sé efniviður í farsæla lausn í því máli. Menn þurfa bara að setjast yfirvegað yfir það og fara yfir fjölmarga þætti. Ég held að þar sé efniviður í lausn sem allir eiga að geta búið við í farvegi þessara nýtingarsamninga með hliðarráðstöfunum í pottum. Það eru fyrst og fremst lengd og framlengingarákvæði þeirra samninga sem þarf að ræða, hlutfall milli þeirra og pottanna, upphæð veiðileyfagjalds og svo framsals- og veðsetningarákvæði.

Ég tel að það sé ekki sérstaklega flókið að finna lausn á þessu ef menn setjast yfir málið."

Kjarasamningar taka í

Fjárlagavinna fyrir næsta ár er í fullum gangi og Steingrímur segir ekki framhjá því horft að nýgerðir kjarasamningar hafi ansi mikil útgjaldaáhrif. Spurður hvort það þýði meiri niðurskurð en gert var ráð fyrir segir hann það allavega þýða að hvergi sé hægt að slaka á í þeirri glímu við að gera ríkisfjármálin sjálfbær.

„Það stendur ekki til að slá neitt af í þeim efnum. Við þurfum náttúrulega, eins og við höfum alltaf gert, að vega og meta aðstæður út frá því hvað er efnahagslega skynsamlegt. Við þurfum að láta ríkisfjármálin, eftir því sem hægt er, styðja við batann án þess að missa fyrir borð markmiðið að draga úr hallanum. Þetta er dínamísk áætlun sem þarf að endurskoða í takt við aðstæður, þar á meðal atvinnuleysi, hagvaxtarhorfur og hvernig gengur að ná fjárfestingum í gang."

Steingrímur segir atvinnuástandið fara batnandi þó að allir

Tímamót urðu í vor

Steingrímur segir tímamótaviðburð hafa orðið í vor, sem kannski hafi ekki fengið verðskuldaða athygli, þegar ríkið komst á alþjóðlegan skuldabréfamarkað og fékk 1 milljarð dollara lán. Kjörin á því láni hafi verið ásættanleg.

„Það voru gríðarleg tímamót í efnahagslegri endurreisn Íslands, sem hefur vakið jákvæða og verðskuldaða athygli erlendis en minna verið talað um hér. Almennt er litið svo á að með þessu sé Ísland að komast inn úr kuldanum og sýna að það er komið aftur í aðstöðu til að vinna sig úr vandanum. Þá náðist mikill árangur hér í vor með fimmtu endurskoðun Alþjóðagjaldeyrissjóðsins, sem náðist á réttum tíma.

Endurskoðunin, skuldabréfaútboðið og það að lánshæfismat landsins var ekki lækkað eru allt saman mjög jákvæð innlegg í málið. Það þýðir ekki að menn megi sofna á verðinum. Við þurfum áfram að vinna fyrir hverjum einasta hlut sem snýr að því að byggja upp trúverðugleika fyrir landið á nýjan leik og koma okkur í eðlileg samskipti við umheiminn. En okkur miðar mikið í þeim efnum."

Clipper te

Sérvaldar tegundir með 20% afslætti.
Clipper te eru **lífrænt vottuð** og einstaklega ljúffeng.

20% afsláttur

Jasmine | Red Fruits & Aronia
Nettle | Lemon & Ginger | White tea
FAIRTRADE

CLIPPER
NATURAL, FAIR & DELICIOUS

maður lifandi
www.madurlifandi.is

Borgartúni 24
105 Reykjavík
Sími: 585 8700

Hæðarsmára 6
201 Kópavogur
Sími: 585 8710

Hafnarborg
220 Hafnarfirði
Sími: 585 8720

ðinum

vilji sjá það gerast hraðar. Í júní hafi þó verið lægstu tölur yfir atvinnuleysi frá því um áramótin 2008/2009 og hann vonist til að sú þróun haldi áfram í haust.

„Mín trú er að þeir miklu fjármunir sem fara í hagkerfið, í gegnum kjarasamninga, greiðslur í bótakerfum og greiðslur upp í vaxtakostnað, svo dæmi séu nefnd, muni hafa jákvæð áhrif og styðja við hagkerfið.

Ríkið er til dæmis að greiða hærri vaxtabætur en nokkru sinni fyrr, á 19. milljarð króna. Það eru um 30 prósent af heildarvaxtakostnaði heimilanna. Það eru miklir fjármunir. Þar er auðvitað á ferðinni hinn almenni þáttur aðgerða til að aðstoða líka þær fjölskyldur sem ekki hafa fengið aðstoð í gegnum skuldavinnsluaðgerðir.“

Þungt andrúmsloft

Ríkisstjórninni hefur verið legið á hálsi fyrir að hafa ekki staðið við stuðning við stórframkvæmdir, sem lofað var í Stöðugleikasáttmálanum. Steingrímur segir að menn hafi kannski einblínt um of á að fáar og stórar fjárfestingar ættu að draga allt áfram. Stjórnvöld hafi hins vegar staðið við að ýta á þær fjárfestingar sem tök voru að ýta á.

„Undirbúningur undir byggingu Landspítalans er í fullum gangi og það verður stór framkvæmd næstu árin.

Þá fara Vaðlaheiðargöng í útboð innan örfárra daga, vonandi, allavega klárar ríkið sinn hluta af því máli. Sveitarfélögin eiga eftir að gefa út framkvæmdaleyfi en það sem snýr að okkur er klárt.

Þá er stækkun álversins í Straumsvík og bygging Búðarhálsvirkjunar á fullri ferð.

Landsvirkjun hefur nýlega tekið ákvörðun um að auka verulega fjárfestingar sínar á háhitasvæðunum í Þingeyjarsýslu; ætli það slagi ekki í 3 milljarða sem menn eru búnir að ráðstafa þar í sumar í boranir og virkjanaundirbúning. Umsjón með hönnun tveggja gufuaflsvirkjana hefur einnig verið boðin út.

Þá tekst vonandi að klára mál kísilverksmiðju í Helguvík eins og til stóð, þótt það hafi reyndar tafist um tvo mánuði. Það eru einnig ágætar horfur á því að menn muni landa litlum og stórum fjárfestingarverkefnum á sviði iðnaðaruppbyggingar á næstu mánuðum.

Becromal hefur sótt um stækkun á Akureyri og Landsvirkjun hefur upplýst að hún sé í viðræðum við þónokkuð stóran hóp mögulegra orkukaupenda. Mér er kunnugt um að í minnsta kosti þremur tilvikum eru viðræður mjög langt komnar.“

Steingrímur segist því vera ágætlega bjartsýnn á framkvæmdahorfur. Hann telur hins vegar að þungt andrúmsloft í samfélaginu hjálpi ekki til. Harðskeyttur áróður ákveðinna afla, sem allt rífi niður, sé ekki til bóta.

„Mér finnst hins vegar að sá málflutningur bíti minna og minna. Mér finnst ég heyra það úti á meðal almennings að brúnin sé að léttast á fólki og menn eru að sjá að þetta er að lagast. Þá tommar ekki einhver svartagalls- og niðurrifsáróður endalaust, í einhverjum miðlum sem eru minna og minna lesnir hvort eð er.

Það er alltaf veruleikinn sem smátt og smátt tekur völdin í svona stöðu. Hins vegar hefði maður gjarnan viljað sjá meiri glaðbeitni í umræðunum, því þrátt fyrir allt gengur nú prýðilega á ýmsum sviðum.“

Kolbeinn Óttarsson Proppé
kolbeinn@frettabladid.is

RÖNNING

Betri tæki
Betri matur

Eldaðu allan matinn á sama tíma!
Hjá Gorenje færðu stóra ofna og í þeim getur þú eldað steik, kartöflur og grænmeti á þremur af fimm hæðum ofnsins

BLÁSTURSOFN - BO7510AX
Ofn: Heitur blástur
Undir og yfirhiti
Grill með blæstri
Kjöthitamælir fylgir með
Aquaclean hreinsikerfi.

HELLUBORÐ - ECT610AX
Helluborð: Keramik
Snertitakkar
Sjálfvirkur Suðubúnaður
Viðvörunarljós
Barnalæsing

HÁFUR - DK450E
Breidd: 60 cm
Hreinsanleg fitusía
3 aflstillingar
Afkastageta 450m3/klst

Blástursofn, keramik helluborð og háfur saman í einum pakka, á aðeins 245.000 kr staðgreitt.
Verð áður 326.800 kr staðgreitt.

FÓÐURLANDIÐ

www.ronning.is

Reykjavík
Skútuvogi 1
Sími: 562 4011

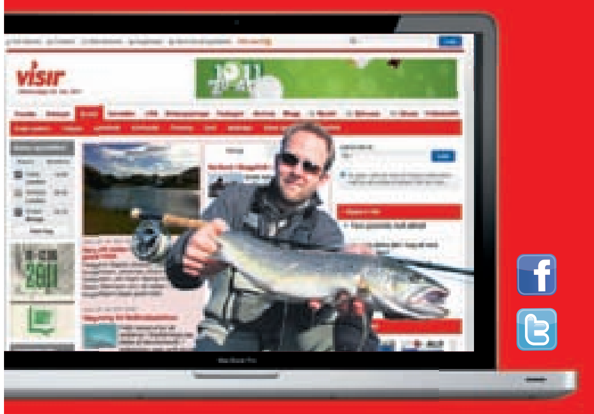
Akureyri
Draupnisgata2
Sími: 460 0800

Reyðarfjörður
Nesbraut 9
Sími: 470 2020

FRÉTTIR VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN

STÓRLAXARNIR ERU Á VEIÐIVÍSI

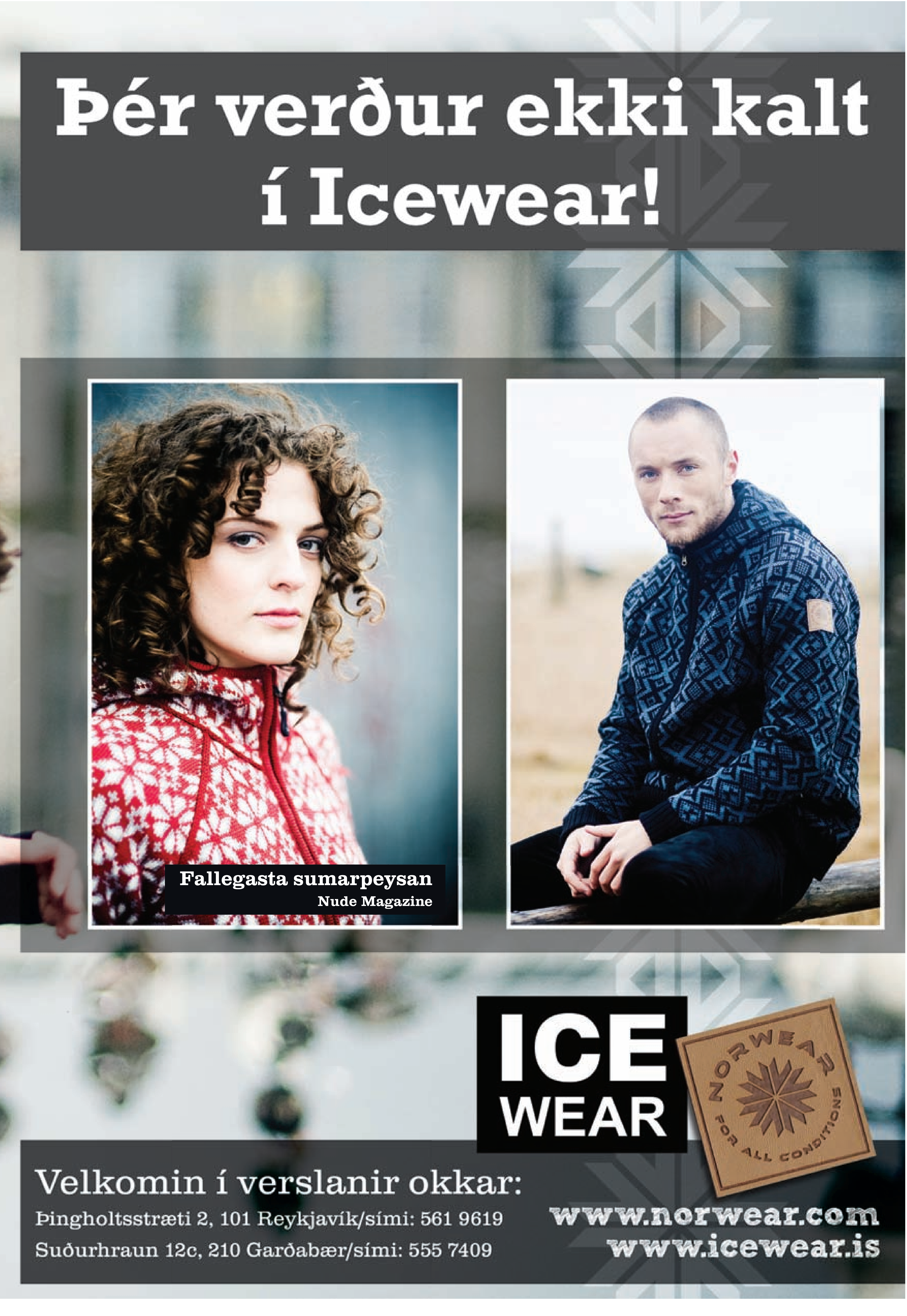
Á Veiðivísi, nýjum veiðivef Vísis, getur þú nálgast helstu fréttir, ítarlega umfjöllun og gagnlegar upplýsingar um veiði, hvort heldur sem er stangveiði eða skotveiði. Fylgstu með í sumar og nýttu þér allt sem Vísir hefur upp á að bjóða.



Meira sjónvarp, meira útvarp, meiri fréttir, meiri upplýsingar, meiri umræða, meira líf, meiri íþróttir, meiri virkni, meiri úrval.
Þú færð meira af öllu á Vísi.

Meiri Vísir.

vísir


Þér verður ekki kalt
í Icewear!
Fallegasta sumarpeysan
Nude Magazine
ICE
WEAR
NORWEAR
FOR ALL CONDITIONS
Velkomin í verslanir okkar:
Þingholtsstræti 2, 101 Reykjavík/sími: 561 9619
Suðurhraun 12c, 210 Garðabær/sími: 555 7409
www.norwear.com
www.icewear.is

skoðun

greinar@frettabladid.is

Meðferð kynferðisbrotamála í æskulýðs- og skólastarfi:

Heildarstefnumótun nauðsynleg

Sífellt fleiri þolendur kynferðisbrota hafa hugrekki til að stíga fram og greina frá þeim brotum sem þeir hafa orðið fyrir. Þetta á ekki síst við fólk sem orðið hefur fyrir brotum innan vébanda skóla, trúfélaga og ýmissa félagasamtaka.

Þessi þróun hefur átt sér stað á löngum tíma en verið eins og snjóbolti þannig að hún fór hægt af stað og varð svo hraðari og hraðari. Þróunin á sér ekki stað vegna þess að kynferðisbrotum fjölgar, enda hafa mörg kynferðisbrot komið fram í dagsljósið sem framin hafa verið fyrir árum og áratugum.

SKOÐUN

Steinunn Stefánsdóttir
steinunn@frettabladid.is

Það er miklu fremur aukin umræða um kynferðisbrot sem hefur leitt til þess að fleiri gera sér grein fyrir því en áður að enginn á að þurfa að þola slík brot og bera þau einn og í hljóði um alla framtíð.

Það er nauðsynlegt að til sé formlegur farvegur þegar slík mál koma upp, ekki síst í ljósi þess að mörg þau brot sem fram koma eru fyrnd samkvæmt lögum eins og þau eru nú.

Í mennta- og menningarmálaráðuneytinu hefur heyrst að áhugi sé á því innan fjölmargra félagasamtaka sem vinna með börnum og unglingum að stofnað verið fagráð um meðferð kynferðisbrotamála innan vébanda slíkra samtaka eða í það minnsta að skýr viðbragðsáætlun verði fyrir hendi sem farið verði eftir þegar kynferðisbrotamál koma upp.

Þegar starfar fagráð vegna meðferðar kynferðisbrota innan trúfélaga þannig að það liggur beint við að farvegur kynferðisbrota sem eiga sér stað í æskulýðsstarfi fái viðlíka farveg. Það sama á við um brot sem framin kunna að verða innan skóla og meðferðarstofnana.

Guðrún Ögmundsdóttir formaður fagráðs innanríkisráðuneytisins um meðferð kynferðisbrota innan trúfélaga segir í frétt hér í blaðinu í dag að brýnt sé að skoða þau lög sem snúa að meðferð kynferðisbrota. Í sama streng tekur Guðrún Jónsdóttir hjá Stígamótum sem einnig ítrekar að heildarstefnumörkun verði að eiga sér stað í málaflokknum.

Guðrún Ögmundsdóttir boðar að áætlað sé að fagráðið efni til samstarfs við önnur ráðuneyti í haust til að skoða meðferð kynferðisbrota innan íþrótta- og æskulýðsfélaga. Hún telur nauðsynlegt að skoða alla lagabálka um fagráð og siðareglur og telur raunar lagabreytinga að vænta strax í haust. Það gengur vonandi eftir.

Það er gríðarlega mikilvægt fyrir það hugrakka fólk sem stígur fram og greinir frá kynferðisbrotum sem það hefur orðið fyrir innan vébanda stofnana eða félagasamtaka að það geti treyst því að mál þeirra fari í fyrirsegjanlegan og faglegan farveg. Það væri því mikill sómi að því að koma slíku umhverfi á hið fyrsta.

FRÉTTABLAÐIÐ

ÚTGÁFUFÉLAG: 365 miðlar ehf. **STJÓRNARFORMAÐUR:** Ingibjörg S. Pálmadóttir **FORSTJÓRI OG ÚTGÁFUSTJÓRI:** Ari Edwald **RITSTJÓRI:** Ólafur Þ. Stephensen *olafur@frettabladid.is* **AÐSTOÐARRITSTJÓRI:** Steinunn Stefánsdóttir *steinunn@frettabladid.is*
Fréttablaðið kemur út í 90.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds.
Issn 1670-3871

AUGLÝSINGAR Í SÉRBLÖÐUM

Sérblöð Fréttablaðsins eru fjölbreytt og höfða til fólks á öllum aldri. Fjöldi mismunandi sérblaða kemur út í hverjum mánuði. Leitaðu ráða hjá ráðgjöfum okkar um hvar auglýsingin þín nær best til markhópsins.

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI
10 ÁRA 2001-2011
FRÉTTABLAÐIÐ

AUGLÝSING Í SÉRBLÖÐUM SKILAR ÁRANGRI!

Ívar Örn Hansen
S: 5125429,
gsm 6154349
ivarorn@365.is

Sigríður Dagný
S: 5125462,
gsm 8233344
sigridurdagny@365.is

Sigríður Hallgríms
S: 5125432,
gsm 6924700
sigridurh@365.is

FRÁ DEGI TIL DAGS

Virðing og tekjur

Eygló Harðardóttir tekur saman athyglisverðar staðreyndir í pistli á Eyjunni. Þar ber hún tekjur þingmanna saman við aðrar stéttir og útkoman er sú að hún og samstarfsfólk hennar á Alþingi eru með svipuð laun og fréttamenn á Ríkisútvarpinu, veðurfræðingar á Veðurstofu Íslands og fangapresturinn. Eygló kemur með þarfa ábendingu þegar hún segir að sögulega sé þekkt að þegar konum fjölgi í ákveðnum stéttum lækki laun og virðing stéttanna. Eygló á hrós skilið fyrir að benda á þessa staðreynd, sem lengi hefur staðið jafnréttisbaráttunni fyrir þrifum. Það má hins vegar einnig velta því upp hvort atburðir undanfarinna ára hafi ekki átt einhvern þátt í þverrandi virðingu fyrir þingmönnum.

Ég um þig og þú um mig

Stjórnalagaráð ræðir nú ný drög að stjórnarskrá. Meðal þess sem þar er að finna er kafli um Alþingi. Drögin fara síðan fyrir hið sama Alþingi og þingmenn munu mögulega gera breytingar á þeim. Það verður spennandi að sjá hvernig þeim hugnast kaflinn um sig.

Stórtíðindin

Fréttamenn biðu með öndina í hálsinum við Stjórnarráðshúsið í gær. Ekki síst biðu menn tíðinda af framkvæmdum við nýtt fangelsi, sem var til umræðu hjá ríkisstjórn. Fimmtíu ár eru síðan umræðan um fangelsisbygginguna hófst og ljóst er að ófremdarástand er í málaflokknum, menn bíða afplánunar árum saman og fangelsi eru rekin á undanþágu. Deilt hefur verið um fjármögnun framkvæmdarinnar og Ögmundur Jónasson innanríkisráðherra tilkynnti niðurstöðu fundarins: Enn er deilt um fjármögnun en ákvörðun verður tekin í ágúst. Stórtíðindin gerast enn.

kolbeinn@frettabladid.is

HALLDÓR

Friðarmenning í Noregi

Friðarmál

Gunnar Hersveinn
rithöfundur

Viðbrögð Norðmanna gegn hryðjuverkunum í Ósló og fjöldamorðunum í Útey eru lofsverð, því þjóðin heitir sér því að leggja áherslu á kærleika og meira lýðræði. Það er ríkur þáttur í þeirri friðarmenningu sem Norðmenn hafa boðað.

Hugtakið friður er viðamikið og felur í sér tilfinningar og dyggðir. Friður er mennska sem borgarar eiga að rækta með sér. Friðarmenning er ekki vopnahlé eða skyndiákvörðun heldur margskonar starfsemi sem lýtur að sama markmiði: að rækta líf, særa engan og virða aðra.

> Hugtakið friður er viðamikið og felur í sér tilfinningar og dyggðir.

Viðbrögð Norðmanna við ódæðisverkum á heimavelli skapa einhug og vekja þeim löngun til að efla kærleikann. Þau ætla að nota þjáninguna, ekki til að hefna sín, heldur til að vinna bug á uppsprettu og afleiðingum haturs og heimsku. Það er aðdáunarvert.

Friður er meginregla en ekki draumur, hann er veruleiki sem er forsenda betra lífs á jörðinni. Líkt og hægt er að ala upp hermenn og þjálfa þá til hernaðar er unnt að leggja stund á frið með uppeldi og þjálfun og kenna hann í skólum. Það er friðarmenning.

Menntuð stjórnvöld skapa aðstæður til að gera út um deilur og áföll á friðsamlegan hátt í stað þess að velja fjölfarna leið óttans. Verkefnið er að setja sig í spor annarra og markmiðið að skapa samkennd milli ólíkra einstaklinga. Það skapar frið og öryggi íbúa.

Norðmenn senda nú þau skilaboð til heimsins að svarið við illvirkjum sé meira lýðræði, gagnsæi og mannúð, svarið við hatri sé kærleikur. Ótta og illsku er vísað á bug. Þetta er sjaldséð, lofsvert og í anda ungmennanna í Útey sem börðust fyrir friði, jafnrétti og opnu samfélagi fyrir alla.

Það er sama úr hvaða ranni ódæðismenn eða hópar spretta, það er sama hvaða nöfnum þeir eru nefndir, það er sama hvort illvirki er kennt við hægri eða vinstri, austur eða vestur, það eru viðbrögðin sem skipta máli. Friðarmenning brýtur vítahring haturs.

FRÉTTABLAÐIÐ Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík **SÍMI:** 512 5000, *ritstjorn@frettabladid.is* **FRÉTTASTJÓRAR:** Arndís Þorgeirsdóttir *arndis@frettabladid.is*, Kristján Hjálmarsson, *kristjan@frettabladid.is* Trausti Hafliðason *trausti@frettabladid.is* og Höskuldur Daði Magnússon (dægurmál) *hdm@frettabladid.is*
HELGAREFNI: Sigríður Björg Tómasdóttir *sigridur@frettabladid.is* **MENNING:** Bergsteinn Sigurðsson *bergsteinn@frettabladid.is* **ALLT OG SÉRBLÖÐ:** Roald Eyvindsson *roald@frettabladid.is* og Sólveig Gísladóttir *solveig@frettabladid.is*
ÍÞRÓTTIR: Sigurður Elvar Þórólfsson *seth@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Pjetur Sigurðsson *pjetur@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Kolbrún Ingibergsdóttir *kolbrun@frettabladid.is*

Skoðanakannanir og þjóðarvilji

Þjóðaratkvæðagreiðsla
Þorkell Sigurlaugsson
viðskiptafræðingur

Þjóðaratkvæðagreiðslur, beint lýðræði og svokallaður þjóðarvilji er talsvert í umræðunni m.a. í tengslum við vinnu stjórnlagaráðs. Að einhverju leyti mótast þetta af vantrú á þjóðkjörnum fulltrúum og þar með fulltrúalýðræðinu, en þetta er líka eðlileg þróun í lýðræðisþjóðfélagi. Hins vegar má nefna mörg dæmi um skoðanakannanir eða kosningar þar sem sjónarmið fjöldans endurspegla ekki endilega skynsamlegustu niðurstöðuna eftir á að hyggja. Meirihluti þingmanna kemst heldur ekki alltaf að skynsamlegustu niðurstöðunni. Hvort sem þing eða þjóð á í hlut þarf að byggja á því að þeir sem kjósa séu vel upplýstir og viti hverjir valkostirnir eru. Þannig er það ekki alltaf, síst af öllu í þjóðfélagi þar sem fjölmiðlar eru veikir og hlutdrægir. Almenningur og þingmenn geta ekki treyst því að fá réttar eða ítarlegar upplýsingar.

Hvalfjarðargöngin

Árið 1996 var meirihluti fólks skv. skoðanakönnun á móti gerð jarðganga undir Hvalfjörð. Um 52% voru andvíg göngunum en 23% fylgjandi. 25% voru hlutlaus. Veitingastaðnum Þyrli í Hvalfirði var lokað árið 2008, en eldsneytissala þar dróst saman um 70% eftir opnun Hvalfjarðarganganna. Olíufélagið, forveri N1, hefur eflaust treyst á að eitthvað væri að marka skoðanakönnunina sem gerð var 1996. Göngin áttu sem betur fer eftir að vera góð og arðsöm samgöngubót fyrir flesta og stuðla að orku- og tímasparnaði.

Reykjavíkurflugvöllur

Árið 2001 kusu Reykvíkingar um það hvort flugvöllur ætti áfram að vera í Vatnsmýrinni eftir árið 2016. Um 37% Reykvíkinga tóku þátt í henni, en þeir einir máttu taka þátt. Úrslitin voru nánast hnífjöfn, 14.529 með flugvellinum en 14.913 á móti. Ekki var þó ljóst hvert flugvöllurinn ætti að fara og mörgu var ábótavant við þessar kosningar varðandi þá valkosti sem voru í boði. Ekki er ólíklegt að niðurstaðan yrði önnur í dag, enda nú flestum ljóst að annaðhvort verður hann í Vatnsmýrinni eða starfsemi hans flyst að fullu til Keflavíkur. Kosning um flugvöll, þar sem valkostir eru ekki skýrir, er dæmi um óheppilegt kosningamál. Aftur á móti þarf að komast að niðurstöðu um flugvöllinn enda verið að endurskoða aðalskipulag Reykjavíkur. Samkvæmt núverandi skipulagi á flugvöllurinn að víkja að hluta árið 2016 og að fullu árið 2024 og í mikilvægum skipulagsmálum þarf að horfa áratugi fram í tímann.

Kárahnjúkavirkjun

Vel má vera að meirihluti landsmanna hafi verið á móti Kárahnjúkavirkjun á sínum tíma. Þar réðu bæði umhverfissjónarmið og arðsemissjónarmið miklu, en sumir töldu framkvæmdina líka tæknilega of áhættusama. Viðhorfin gætu verið önnur í dag. Kosningar um svona verkefni verða alltaf erfiðar og spurning hvort allur almenningur sé best til þess fallinn að ráða úrslitum í svona máli og á þá vægi Austfirðinga að ráða meiru alveg eins og Reykvíkingar töldu sig eiga að ráða því hvort flugvöllur fyrir innanlandsflugið yrði í Vatnsmýrinni eða annars staðar.

Eldsneytisverð og vegatollar

Ólíklegt er að almenningur samþykki í þjóðaratkvæðagreiðslu hækkun skatta t.d. á eldsneyti og upptöku vegatolla, en þetta er þó líklega skynsamlegasta leiðin til að fjármagna uppbyggingu og viðhald vegakerfisins. Skatturinn leggst þyngst á þá sem keyra mest og eru á þyngstu og eyðslufrekustu bílunum. Auk þess stuðlar hærra eldsneytisverð að sparnaði í innflutningi eldsneytis og ýtir undir notkun annarra orkugjafa. Þetta er því betri skattstofn en t.d. tryggingagjald á laun eða almennir launaskattar.

Hlutur fjölmiðla

Hlutur fjölmiðla er umtalsverður þegar kemur að því að móta skoðanir fólks. Svo getur tíðarandinn og ástandið í þjóðfélaginu haft mikil áhrif og hvað fólk telur þjóna best sínum persónulegu hagsmunum. Umræðan um sjávarútvegsstefnuna og kvótamál, stóriðju, eldsneytisverð o.fl. eru dæmi um mál sem geta hentað illa í þjóðaratkvæðagreiðslu.

Þjóðaratkvæðagreiðslur geta verið jákvæðar og æskilegar, en alls ekki í öllum málum. Það þarf því að skilgreina vel hvenær talið er réttlætanlegt og eðlilegt að 10-15% þjóðarinnar geti ákveðið hvort ráðist skuli í kosningar og meirihluti þjóðarinnar eigi að ákveða niðurstöðu í tilteknum málum. Það er ekki alltaf réttlætanlegt að meirihlutinn geti knúið fram niðurstöðu gegn minnihlutanum. Framkvæmdin og hvernig staðið er að kynningu getur ráðið úrslitum um niðurstöðuna. Kjósendum þarf þá að vera ljóst hverjir valkostirnir eru og afleiðingarnar fyrir einstaklinga og almenning.

> Þjóðaratkvæðagreiðslur geta verið jákvæðar og æskilegar, en alls ekki í öllum málum. Það þarf því að skilgreina vel hvenær talið er réttlætanlegt og eðlilegt að 10-15% þjóðarinnar geti ákveðið hvort ráðist skuli í kosningar og meirihluti þjóðarinnar eigi að ákveða niðurstöðu í tilteknum málum.

Kúgun kvenna og barna

Ofbeldi
Dr. Sigurður Pálsson
fyrrverandi sóknarprestur

Sigríður Þorgeirsdóttir heimspekiprófessor skrifaði athyglisverða hugvekju um ofbeldi gegn konum og börnum í Fréttablaðið fyrir skömmu. Svo áleitin var hugvekjan að hún vakti meira að segja huga minn, karlklerks á eftirlaunum. Í hugvekjunni beinir Sigríður athyglinni að menningarbundnum rótum slíks ofbeldis, sem hún telur ekki nægur gaumur gefinn. Hún vekur athygli á rótum vestrænnar menningar og leitast við að greina hvaðan hugmyndir vestrænna hvítra karla um rétt sinn til að vaða yfir konur og börn með ofbeldi séu komnar. Hún skrifar: „Þetta virðingarleysi gagnvart öllum þeim sem eiga ekki hlutdeild í kerfi karlhverfra, hvítra yfirráða, gegnsýrir hugmyndasögu Vesturlanda. Í einu af ritum Páls postula í Biblíunni er boðað að konum skuli meinað að tala í kirkjum. Konur eru sagðar óhreinar.“ Sigríður segir þennan „hugarburð“ eiga sér „rætur í forngrískri heimspeki sem leggur fræðilegan grunn að kvenfyrirlitningu okkar menningar. Heimspeki Aristótelesar fer í gegnum heimspeki Tómasar frá Akvínó beint inn í kenningar kristinnar kirkju.“ Hvetur Sigríður til þess að í menntun guðfræðinga, heimspekinga og kennara sé lögð meiri áhersla á menningarlega greiningu þessa vandamáls. Síðan spyr hún: „Hefur samstaða karla í gegnum aldirnar að einhverju leyti fengið kraft úr ímynd sambands guðföður og sonar?“

Upptendraður af hvatningu prófessorsins til að skoða þennan vanda í ljósi menningar hvarflaði hugur minn til Kína en þar tíðkaðist öldum saman að reyra fætur stúlkubarna í frumbernsku til að auka kvenleika þeirra, þannig að þær urðu nær ófærar til gangs. Hugurinn leitaði einnig til hins kommúníska Kína þar sem stúlkubörn voru gjarnan borin út fremur en piltbörn eftir að stjórnvöld settu kvóta á barneignir. Og mér var hugsað til Indlands þar sem konur hafa verið brenndar lifandi með líki eiginmanna sinna. Og hugurinn leitaði til Afríku, þar sem víða tíðkast að meta gildi kvenna til kýrverðs og ungar stúlkur eru limlestar með umskurði. Og allt eru þetta hefðir lausar við áhrif frá þeim kumpánum Aristótelesi, Páli postula og Tómasi frá Akvínó, og þar sem kristnar ímyndir um samband „guðföður og sonar“ eru órafjarri.

Þetta menningarlega sjónarhorn vakti með mér þá spurn hvort hér væri ekki um að ræða sammannlegan brest, ásókn í vald og hneigð til undirokunar þeirra sem lítils mega sín, hneigð sem býr til eða leitar að farvegi innan heimspekikerfa, trúarbragða og menningar. Er hugsanlegt að menningararfurinn og trúarbrögðin sem slík séu ekki sökudólgurinn, heldur maðurinn sjálfur, hver sem hann er og hvar sem hann er? Ástæða er vissulega til að greina þá þætti menningar eða átrúnaðar sem hægt er að misbeita til illvirkja. Við þá greiningu ættum við jafnframt að hjálpast að við að greina og rækta þá þætti í menningu og trúarbrögðum hvarvetna í heiminum sem hamlað geta hvers konar kúgun og ofbeldi. Þá væri jafnvel hægt að syngja með Páli postula óð hans til kærleikans sem hefst svona: „Þótt ég talaði tungum manna og engla en hefði ekki kærleika, yrði ég hljómandi málmur eða hvellandi bjalla.“ Í slíku mannræktar- og uppbyggingarstarfi væri dýrmætt að geta notið leiðsagnar fordómalausra og víðlesinna fræðimanna. Ég þakka Sigríði hugvekjuna.

100.000.000
+650.000.000
750.000.000
ÞÚ TALDIR RÉTT:
750 MILLJÓNIR

Fyrsti vinningur stefnir í 100 milljónir og Ofurpotturinn stefnir í 650 milljónir.
Ekki gleyma að vera með!
Fáðu þér miða fyrir klukkan fjögur í dag á næsta sölustað eða á lotto.is

VÍKINGA LOTTÓ
ALLTAF Á MIÐVIKUDÖGUM!
MIÐINN GILDIR 27. JÚLÍ 2011

A.	12	14	17	21	41	48
B.	05	16	23	36	37	38
C.	07	09	13	22	34	38
D.	03	06	19	24	25	31
E.	11	19	21	25	38	42
F.	01	25	35	36	39	46
G.	18	19	20	23	28	46
H.	22	27	29	39	40	42

Fíton/SÍA

Barni bjargað í dag

Hungursneyð

Engilbert Guðmundsson
framkvæmdastjóri Þróunarsamvinnustofnunar Íslands

Í austanverðri Afríku er fjöldi barna nú illa haldinn af hungri og mörg þeirra hafa þegar dáið eða munu deyja innan skamms. Þarna verður vafalaust einhver mesti mannlegi harmleikur sem við höfum séð í langan tíma – nema nægjanleg hjálp berist í tæka tíð.

Orsakir hörmunganna eru margvíslegar. Náttúrulegar veðurfarssveiflur hafa magnast að tíðni og hörku vegna gróðurhúsaáhrifa þannig að þurrkar sem áður urðu að jafnaði einu sinni á áratug eða svo verða nú á nokkurra ára fresti. Vegna mannfjölgunar hefur ásókn í land, skóga og vatn vaxið verulega og ýtt undir gróðureyðingu. Í einu landanna, Sómalíu, hefur lengi ríkt pólitísk óstjórn og grimmilegt ættbálkastríð. Hvort tveggja hefur grafið undan möguleikum venjulegs fólks til að sjá sér farborða. Ástandið í landinu hefur líka komið í veg fyrir að hægt væri að bjóða upp á þróunaraðstoð sem gæti komið að gagni. Af nógu er því að taka þegar finna skal skýringar og útdeila ábyrgð.

En eitt er dagljóst: Börnin sem þjást af hungri og þorsta og halda í líftóruna með veikum fingrum eiga þarna enga sök! Samviska okkar hlýtur að kalla á að við réttum þeim hjálparhönd.

Sem betur fer eigum við hér á Íslandi góðra kosta völ þegar við viljum veita aðstoð. Hin afbragðsgóðu félagasamtök Unicef á Íslandi, Rauði Krossinn og Barnaheill hafa hafið söfnun til hjálpar fórnarlömbum þurrkanna. Hjá þessum samtökum starfar fólk sem hefur viljann og getuna til að láta framlög okkar koma að sem mestu gagni. Við getum látið peningana okkar í hendur þeirra fullviss um að peningarnir komast á leiðarenda og verða notaðir með faglegum og ábyrgum hætti til að fæða börn og forða þeim frá verstu hungurvofunni. Þau kunna sem sé að bjarga börnum.

Fátt er eins gott fyrir sálina og samviskuna og að hjálpa nauðstöddum. Hér gefst tækifæri sem er bæði fljótvirkt og einfalt og kostar ekki meira en það sem þú telur þig hafa efni á. Taktu upp símann eða farðu í tölvuna og gefðu peninga í söfnun fyrir börnin sem eru að deyja úr hungri. Þú getur verið þess fullviss að framlag þitt fer í að bjarga barnslífi.

Keppt verður í gæðum og hagkvæmni við byggingu fangelsis

Fangelsismál

Ögmundur Jónasson
innanríkisráðherra

Framkvæmdastjóri Arkitektafélags Íslands, Hrólfur Karl Cela arkitekt, lýsir áhuga félagsins á undirbúningi byggingar fangelsis á Hólmsheiði í opnu bréfi til forsætisráðherra, fjármálaráðherra og innanríkisráðherra í Fréttablaðinu 22. júlí. Fyrir það vil ég þakka og um leið útskýra hvernig að málinu er staðið.

Bygging nýs fangelsis hefur verið á verkefnalista stjórnvalda í langan tíma. Of langan. Mjög brýnt er að hrinda því verkefni í framkvæmd. Um það erum við sammála.

Umgjörð og búnaður fangelsis þarf að standast kröfur um ítrasta öryggi, góðan aðbúnað fanga og starfsmanna og hagkvæmni í byggingu og rekstri. Arkitektinn bendir á að umhverfi fanga skuli vera mannsæmandi enda er það þáttur í því að fangavist leiði til betrunar. Um það erum við einnig sammála.

Þá komum við að undirbúningi verksins og þar lýsir arkitektinn áhyggjum yfir því að fyrirhugað sé að bjóða verkið út í alútboði. Það muni koma niður á gæðum og engin samkeppni verði meðal arkitekta. Þar erum við hins vegar ekki að öllu leyti sammála.

Í alútboði er tiltekið verk boðið út frá upphafi til enda að gefnum ákveðnum forsendum: Hönnun útlits, efnisval, verkhönnun öll, byggingaraðferð og verð. Í alútboði koma allir nauðsynlegir sérfræðingar að verki sem mynda hóp um sitt útboð. Engin takmörk eru fyrir því hversu margir hópar geta boðist til að vinna verkið. Ætlunin er sú að þannig náist fram kostir samkeppni á sviði hönnunar og hagkvæmni. Nýjasta dæmið hjá ríkinu um þetta er háskólatorgið.

Nú er á það að líta að fangelsisbygging er mjög sérhæft mannvirki. Fyrir alllöngu voru fengnir sérfræðingar á þessu sérhæfða sviði til að leggja fram ítarlegar forsendur og skilgreiningar vegna fyrirhugaðs útboðs. Þótt sjálf fangelsisteikningin bíði útfærslu þá reynir öðruvísi á arkitektana sem fá verkefnið en í ýmsum öðrum verkefnum þar sem hendur þeirra eru ekki eins bundnar frá fyrstu stundu. Sérfræðingar á vegum stjórnarráðsins hafa bent á að hönnunarsamkeppni eigi vissulega vel við þegar þarfir eru ekki mjög skilgreindar og leitað er eftir „góðum" hugmyndum. Eftir því sem verkefnið er meira skilgreint því minni þörf er á þannig samkeppni. Að þessu leyti sýnist mér nokkur samhljómur með framkvæmdastjóra Arkitektafélags Íslands og ráðgjöfum okkar þótt ekki komist þeir að sömu niðurstöðu.

Það er mat þeirra sérfræðinga sem ég styðst við að með aðferð alútboðs í þessu verkefni náist að slá tvær flugur í einu höggi: Hópar sérfræðinga keppast um að setja fram vandaðar hugmyndir og áætlanir um útlit, efni, hagkvæmni og verð. Við úrvinnslu vegur verkkaupi og metur síðan alla þessa þætti og mun að sjálfsögðu í tilviki fangelsisbyggingar láta sjónarmið um vandaðan aðbúnað ráða miklu. Það er því að mínu viti of mikil einföldun að segja að alútboð hafi verið nýtt í einföld mannvirki, skemmur eða lagerhúsnæði, sem geri litlar kröfur til mannlegra þarfa eins og Hrólfur Karl heldur fram í grein sinni.

> Það er mat þeirra sérfræðinga sem ég styðst við að með aðferð alútboðs í þessu verkefni náist að slá tvær flugur í einu höggi.

Tilvitnuð ábending arkitektsins úr stefnu stjórnvalda um mannvirkjagerð þar sem segir að kappkosta skuli að viðhafa samkeppni og hvetja til aðkomu yngri hönnuða er því fyllilega í heiðri höfð í alútboði.

Ég hygg að við arkitektinn séum að verulegu leyti sammála um verkefnið þegar allt kemur til alls þótt ég hljóti að fallast á þá ábendingu hans að alútboð setji arkitektastofum þær skorður að þær þurfa að leita samstarfs við aðra sérfræðinga sem koma að mannvirkjagerð. Þetta getur vissulega verið hamlandi en spyrja má hvort slík samhæfing í hönnun og framkvæmd sé ekki jafnframt styrkur fyrir alla hlutaðeigandi, einnig sjálfstætt starfandi arkitektastofur og því sé verkefnið í heild sinni þeim til framdráttar.

Er raforkuverð til stóriðju hér lægra?

Áliðnaður

Þorsteinn Víglundsson
framkvæmdastjóri Samál-Samtaka álframleiðenda á Íslandi

Í fimmtu og síðustu grein minni um vægi áliðnaðar á Íslandi fjalla ég um raforkuverð til stóriðju í alþjóðlegu samhengi.

Því er gjarnan haldið fram að raforkuverð til stóriðju sé langtum lægra hér á landi en gengur og gerist annars staðar. Af neðangreindum samanburði má hins vegar sjá að sú er alls ekki raunin. Eftir því sem næst verður komist eru áform uppi um 35 ný álver í heiminum á næstu árum. 25 þessara verkefna eru áformuð í Asíu, þrjú í Mið-Austurlöndum, fjögur í Evrópu (Rússlandi, Aserbaídsjan og Íslandi), tvö í Kanada og eitt í Argentínu. Samanlögð framleiðslugeta þessara álvera yrði um 16 milljónir tonna, yrðu þau öll byggð.

Raforkuverð til þeirra verkefna sem áformuð eru í Kína og Indlandi er að meðaltali nokkuð hærra en hér á landi, eða liðlega 40 USD/MWh. Á móti vegur hins vegar að fjárfestingarkostnaður við byggingu nýs álvers í Kína er áætlaður um þriðjungur af því sem það kostar að reisa nýtt álver á Vesturlöndum.

Fyrir vikið eru þessi álver með nokkuð lægri framleiðslukostnað, þrátt fyrir hærra raforkuverð.

Rafmagnskostnaður hinna tíu verkefnanna er talinn vera á bilinu 20-25 USD/MWh að meðaltali. Þetta er liðlega 30% lægra verð en áliðnaður hér á landi er að greiða í dag miðað við núverandi stöðu álverðs. Raunar eru aðeins tvö verkefni áformuð utan Kína eða Indlands þar sem áætlað raforkuverð er hærra en 25 USD/MWh.

Raforkufrekur iðnaður flýr hátt orkuverð í Evrópu

Það vekur líka athygli að ekkert verkefni er áformað í aðildar-ríkjum ESB né í Noregi, en í umræðunni að undanförnu hefur mikið borið á samanburði á raforkuverði hér á landi og á þessum markaðssvæðum. Staðreyndin er sú að raforkuverð í þessum löndum er farið að fæla orkufrekan iðnað frá. Raunar er það svo að framkvæmdastjórn Evrópusambandsins er farin að skoða alvarlega að heimila niðurgreiðslu á raforkuverði til orkufreks iðnaðar til þess að sporna gegn þessari þróun. Þegar borin er saman samkeppnisstaða Íslands gagnvart öðrum löndum hvað varðar orkufrekan iðnað verður að horfa til markaðssvæða þar sem uppbygging er að eiga sér stað – ekki markaðssvæða þar sem þessi iðnaður er á undanhaldi.

ÞAÐ ER SPORT AÐ SPARA

(fullt verð 19.990)

SALOMON VEGA GORE-TEX
Gönguskór með Gore-tex vatnsvörn. Mjúkur Conta-grip sóli með góðu gripi. Dömu- og herrastærðir.

16.990

KLÚBBTILBOÐ
GLÆSILEGT TILBOÐ TIL KLÚBBFÉLAGA!

CLUB INTERSPORT

2.690
(fullt verð 4.990)

MCKINLEY BYBLOS SHORTS
Stuttbuxur úr léttu og fljótþornandi efni með góðri öndun. Dömustærðir: 36-42.
Tilboðið gildir aðeins í Intersport Bíldshöfða.

6.900

SKEMMTILEGAKORTIÐ
Fjölskylduskemmtun um allt land, 2 fyrir 1.
FYLGIR FRÍTT MEÐ ÚTIVISTARVÖRUM ef verslað er fyrir 20 þúsund eða meira.*
*Gildir ekki með tilboðsvörum.
www.skemmtilegakortið.is

3.990

KUBB VÍKINGASPILIÐ
Skemmtilegt útispil fyrir alla fjölskylduna.

ALLT FYRIR SKEMMTILEGA ÚTILEGU!

2.690

MCKINLEY LIGGUNDERLAG
Einangrunardýna. Þykkt 15 mm.

3.990

MCKINLEY "PICKNICK" BAKPOKI
Lítill bakpoki með hitabrúsa, 2 bollum, 2 teskeiðum og 2 lokuðum ílátum.

McKINLEY

(fullt verð 44.990)

MCKINLEY ALPHA 4
Fjölskyldutjald með svefnplássi fyrir 4.
Ytra tjald: 3.000 mm vatnsheldni. Gólf: 5.000 mm vatnsheldni. Hæð: 185 cm. Þyngd: 11,7 kg.

36.990

19.990

MCKINLEY DENALI 19
Svefnpoki. Þægindamörk: -3°C. Jaðarmörk: -19°C. Þyngd: 1.650 g. Hámarkshæð notanda: 195 cm.

15.990

MCKINLEY CAMPING SET
Útilegusett: Borð og 4 stólar.

EXPO • www.expo.is

INTERSPORT

AKUREYRI / BÍLDSHÖFÐA / LINDUM / SELFOSSI / www.intersport.is ÞAÐ ER SPORT AÐ SPARA

Europris

ÓDÝRT FYRIR ALLA!

399
GRILLKOL
2 kg

24 tommur
Verð áður: kr 59.900

39.990
24'' LED SJÓNVARP
Denver

Verð áður: kr 2990
1990
GARÐSTÓLL
1,5 cm bólstur

249
RAFHLÖÐUR
Panasonic AA, 4 í pk
Panasonic C, 2 í pk

Verð áður: kr 9990
5990
KETER GEYMSLUKASSI
117x45x58 cm
Flottur fyrir púða og sessur!

Verð áður: kr 9990
7990
BADEN BADEN SÓLSTÓLL

399
SALERNISPAPPÍR
Sex rúllur
Maxi

399
ELDHÚSRÚLLUR
Þrjár rúllur
Maxi

399
ELDHÚSRÚLLUR
Ein rúlla jafngildir átta venjulegum rúllum

59
FAXE KONDI
33 cl

249
PRINGLES
165 gr

399
TANNKREM, 2 PK SAMAN

Fersk pressaður!
298
ÁVAXTASAFI - 1 LTR
Ferskt pressaður ávaxtasafi. Ekki unnin úr þykkni
Í hverjum lítra af appelsínusafa eru 16 fersk kreistar appelsínur og í hverjum lítra af eplasafa eru níu fersk pressuð epli.

www.europris.is

Fiskislóð / Korputorgi / Dalvegi, Kópavogi / Tjarnarvöllum 11, Hafnarfirði / Austurvegi, Selfossi / Glerártorgi, Akureyri

MPM

MASTER OF PROJECT MANAGEMENT

Meistaranám í verkefnastjórnun (MPM-nám) hefst við Háskólann í Reykjavík í haust. MPM-námið er hagnýtt stjórnendanám sem hentar þeim sem vilja stýra flóknum og krefjandi verkefnum hér á landi eða erlendis. Þeir sem ljúka MPM-námi fá alþjóðlega vottun IPMA (Alþjóðasamtök verkefnastjórnunarfélaga).

Umsækjendur skulu hafa lokið grunnnámi í háskóla og æskilegt er að þeir hafi a.m.k. þriggja ára reynslu úr atvinnulífinu.

“The MPM programme has a technical and human compass which provides a truly holistic perspective and will engage students on all levels whatever their experience. It is a superbly practical education for those looking to develop their project management competence.”

Bob Dignen,
kennari í MPM-námi

“It is important in project driven organizations to have employees with an in depth and nuanced understanding of project management. To manage a project is not just about following a standard procedure. A situational approach to handling the challenges when managing a project is essential for the success. The master programme enables you to develop such competencies.”

Morten Fangel,
PhD í verkfræði og kennari í MPM-námi

UMSÓKNARFRESTUR ER TIL 1. ÁGÚST

hr.is/mpm

HÁSKÓLINN Í REYKJAVÍK
REYKJAVIK UNIVERSITY

Hættu að hræða fólk, Jón!

Landbúnaður

Gunnar Hólmsteinn Ársælsson
stjórnmálafræðingur

Jón Bjarnason er merkilegur stjórnmálamaður. Hann hefur verið mikið í fréttum að undanförnu vegna fyrirhugaðra hækkana á íslensku lambakjöti. Íslenskir bændur eru í þeirri óskastöðu að geta flutt út íslenskt lamb og grætt vel. Á móti er bannað að flytja inn erlent kjöt, ef á þarf að halda vegna eftirspurnar hér. Jón Bjarnason, landbúnaðar- og sjávarútvegsráðherra Íslands, segir að það komi ekki til greina, þrátt fyrir samninga þess efnis um að ákveðinn innflutning eigi að leyfa.

Sem rök fyrir máli sínu notar Jón Bjarnason „fæðu og matvælaöryggi“ landsins. Kjarninn í þeim rökum er sá að allur innflutningur á landbúnaðarafurðum (og þetta tengist að sjálfsögðu ESB-málinu, þar sem tollar á ESB-landbúnaðarafurðir myndu falla niður við aðild) myndi ganga af íslenskum landbúnaði dauðum. Rústa landbúnaðinn, eins og sumum bændum er tamt að segja.

Það er hinsvegar svo að í engu ríki sem gengið hefur í ESB hefur landbúnaður lagst í rúst! Nýlegt dæmi um hið gagnstæða er hið mikla landbúnaðarland, Pólland, sem gekk í ESB árið 2004. Þar hefur ESB styrkt landbúnað og eflt þá atvinnugrein í samvinnu við pólsk stjórnvöld. Þar með hefur aðild stóraukið „fæðu- og matvælaöryggi“ Póllands og nútímavætt pólskan landbúnað, gert hann samkeppnishæfari! Nefna má í þessu sambandi að útflutningur á pólskum landbúnaðarafurðum hefur stóraukist og um 70% útflutnings fara til ESB, mest Þýskalands.

Pólskir bændur undirbjuggu aðild mjög gaumgæfilega (settu m.a. upp nýjar stofnanir og annað) og þegar að sjálfri aðildinni kom var fyrirfram ákveðið fjármagn notað til þess að framkvæma nauðsynlegar umbætur, sem búið var að ákveða. Þetta stuðlaði að miklum vexti í landbúnaði Póllands. Þessu er algerlega farið á hinn veginn hér á Íslandi og mikil andstaða við þetta meðal bænda. Það hlýtur að teljast athyglisvert og vekur upp þá spurningu hvort íslenskir bændur séu á móti umbótum?

Um miðja síðustu öld starfaði um þriðjungur vinnandi fólks við landbúnað á Íslandi. Nú er hlutfallið komið niður i 2,5% (tölur frá 2008). Allt þetta án aðkomu ESB! Og „fæðu- og matvælaöryggið“ er óskert, hér hefur enginn dáið úr hungri, sem betur fer!

Á sama tíma hefur þeim sem vinna við viðskipti og þjónustu fjölgað úr rúmum 30% í rúm 70%. Skýringanna er sennilega að leita í aukinni alþjóðavæðingu, ekki síst auknum samskiptum Íslands og Evrópu á undanförnum áratugum, meðal annars EES-samningnum. Hann heldur okkur hinsvegar fyrir utan alla ákvarðanatöku í málefnum Evrópu.

Að vera að hræða fólk og slá ryki í augu þess með því að ala á ótta í sambandi við fæðu og matvælaöryggi er í raun fyrir neðan virðingu ráðherra í ríkisstjórn Íslands. Þetta eru svo fáránleg rök og það er ekki fótur fyrir þeim. Það sér líka hver maður í gegnum þetta!

Verði hér meiriháttar hamfarir, sem valda því að allt flug og allar skipasamgöngur leggist hér af svo vikum skiptir er hægt að ræða í alvöru ógnir í sambandi við fæðuöryggi, þar sem langstærstur hluti matvæla á Íslandi er innfluttur (frá Evrópu). Og varla verður hægt að kenna ESB um náttúruhamfarir!

Að reisa sífellda múra, hindra viðskipti og svo framvegis er aðferðafræði sem tilheyrði síðustu öld, ekki þessari! Væri ekki nær að Jón Bjarnason ynni að því að efla íslenskan landbúnað og gera hann samkeppnishæfan?

Í því fælist t.d. að skapa bændum eðlilegt rekstrarumhverfi með afnámi verðtryggingar, lágum vöxtum, lágri verðbólgu, sem og auknum aðgangi að rannsóknum og þróun til nýsköpunar í landbúnaði, svo dæmi sé tekið. Þetta fæst með fullri aðild að ESB.

Einu lélegasta leikári í sögu Leikfélags Akureyrar lokið

Menning

Hjörleifur Hallgríms
framkvæmdastjóri

Einu lélegasta leikári í sögu Leikfélags Akureyrar (LA) í langan tíma lauk með enn einum tveggja manna farsanum, hrærivélarvitleysunni. Mér varð hugsað til ummæla, sem höfð voru eftir leikhússtjóranum Maríu Sigurðardóttur í Fréttablaðinu í vetur, sem voru á þá leið að svo mikil leikhúsmenning væri á Akureyri. Leikhúsmenningin, sem farið hefur fram á fjölum Samkomuhúss Akureyrar í vetur uppistendur af t.d. Sveppa, Harry og Heimi, Farsælum farsa, sem líkt var við freyðandi undanrennu af Sigurbjörgu Árnadóttur í Fréttablaðinu og tek ég undir það, Villidýr og pólitík og endaði á hrærivélarvitleysunni eins og fyrr er getið. Auðvitað enginn akureyrskur leikari því þeir fá ekki aðgang að leikhúsinu.

Er enginn metnaður orðinn til hjá LA? Allt er aðkeypt og leikarar allir að sunnan og hlýtur að vera kostnaðarsamt uppihald, flugferðir og laun. Á síðasta ári nægðu ekki 120 milljónir, sem LA fékk frá ríki og bæ og óskiljanlegt að Akureyrarbær láti sig hafa það að henda tugum milljóna í slíkan rekstur þar sem uppistaðan er tveggja manna lélegir farsar með aðkomuleikurum. Engar alvöru leiksýningar. Spennandi leikár fram undan er gjarnan haft eftir leikhússtjóra.

Ég, sem félagi í Leikfélagi Akureyrar, sé ekkert spennandi við reksturinn og er ekki einn um það og leyfi mér að fullyrða að rekstur LA er á hraðri niðurleið. Það er kannski lýsandi dæmi fyrir ástandið að þarna er fámenn klíka, sem virðist hafa yfirtekið félagið og dæmi eru um að þeir sem hafa orðið að ganga úr aðalstjórn vegna reglna félagsins láta kjósa sig í varastjórn til þess eins að komast aftur í aðalstjórnina. Að lokum vil ég svo nefna annað dæmi, sem ég þekki ekki frá öðrum félögum og veit ekki hvort er löglegt, að á síðasta aðalfundi var reikningum félagsins ekki dreift uppsettum og prentuðum á meðal félagsmanna heldur var þeim varpað eins og skuggamyndum upp á tjald og illmögulegt að fylgjast með. Ég lagði fram tillögu til stjórnar LA á síðasta aðalfundi um að félagið yrði aftur gert að áhugamanna- eða hálfatvinnumannaleikhúsi og á þar við að byrjað verði aftur á byrjunarreit með akureyrskum leikurum því nóg er til af þeim og virðing Leikfélags Akureyrar verði reist við á ný.

> Er enginn metnaður orðinn til hjá LA? Allt er aðkeypt og leikarar allir að sunnan ...

Freyvangsleikhúsið réðst ekki á garðinn þar sem hann er lægstur þegar það tók tók til sýninga Góða dátann Svejk, sem er stórgóð sýning með hátt í þrjátíu leikurum. Stórgóð leiksýning með mörgum ágætum leikurum og var hún valin athyglisverðasta áhugaleiksýning leikársins 2010-2011. þetta er í annað skiptið á síðustu þremur árum, sem Freyvangsleikhúsinu hlotnast þessi heiður, en í fyrra skiptið var það Vínlandið eftir Helga Þórsson, stórgóð sýning og báðar hlutu þann sess að vera sýndar í Þjóðleikhúsinu. Leikararnir eru bæði úr Eyjafjarðarsveit og frá Akureyri, áhugafólk, sem vinnur kauplaust af áhuga og ánægju og á svo sannarlega heiður skilinn. Fleiri mættu taka þetta fólk sér til fyrirmyndar og sumt ekur tugi kílómetra á æfingar. En af öllu þessu ágæta fólki, sem tekur þátt í Svejknum, ólöstuðu var eftirtektarverður Ingólfur Þórsson í hlutverki lautinants Lúkasar og gerði því sterk og góð skil en síðast en ekki síst Brynjar Gauti Schiöth, sem leikur sjálfan Svejk og fer hreinlega á kostum og gefur ekkert eftir atvinnuleikurum nema síður sé. Þetta var toppleikur hjá þér Brynjar. Hafið öll miklar þakkir fyrir góða sýningu.

Leikfélag Hörgdæla er annað áhugamannafélag, sem tefldi djarft til leiks að þessu sinni og tók til sýningar leikverkið Með fullri reisn. Þrjátíu urðu sýningarnar og varð að hætta fyrir fullu húsi í vor vegna sauðburðar sem var byrjaður hjá bændum, en margir þeirra eru leikarar, en til stendur samt að setja upp fleiri sýningar í haust því sagt er að saumaklúbbar hafi verið sérlega áhugasamir að sjá bændurna striplast í allra handa stellingum þó svo engin hafi verið trúboðastellingin. Annars var þetta mjög fjörug og athyglisverð sýning með um 20 leikurum og haft hefur verið á orði að leikhúsgestir hafi farið hlæjandi heim úr Hörgárdalnum eftir sýningar. Mikil auglýsingaherferð var í gangi hjá Hörgdælingum, sem sýndi bændurna, leikarana, nakta í ýmsum stellingum eins og fyrr segir og skilaði sér vel.

Það er mikið á sig lagt hjá þessum landsbyggðarleikfélögum, en enginn telur eftir sér að eyða tíma í þetta svo vikum skiptir enda fá þau umbun erfiðis síns. Það var mikið þess virði að eyða kvöldstund í Hörgárdalnum því þarna er á ferðinni margur gullmolinn í hlutverkum og af mörgum góðum voru að mínum dómi eftirtektarverðust Stefanía Elísabet Hallbjörnsdóttir í hlutverki Jóhönnu og gerði því góð skil svo og stórleikarinn Bernharð bóndi Arnarson, sem Gunni og stendur Benni sig alltaf vel.

Þakkir fyrir góða skemmtum.

Viðurkenningar fyrir snyrtilegt umhverfi í Garðabæ 2011 voru veittar fyrir helgi. Fjórar einbýlishúsalóðir hlutu viðurkenningu auk þess sem eigendur samliggjandi lóða fjölbýlishúsa við Strikið 2-12 fengu viðurkenningu fyrir vel hirta lóð. Náttúrufræðistofnun Íslands fékk viðurkenningu í flokki fyrirtækja og stofnana og Kjarrás var valin snyrtilegasta gata bæjarins.

;ALLT

FRÉTTABLAÐIÐ

Sölufulltrúar: Jóna María Hafsteinsdóttir jmh@365.is 512 5473 **Snorri Snorrason** snorris@365.is 512 5457

Hótel Klettur við Mjölnisholt dregur nafn sitt af kletti sem brýst í gegnum einn vegg þess innanhúss.

Álfar hollvættir hótels

Það er smá álfaþema á fyrstu hæðinni. Þar er klettur í ganginum sem ferðamönnum finnst mjög gaman að láta mynda sig við. Kletturinn blómstrar svo inni í fundarsal hinum megin við vegginn og sá salur hefur fengið nafnið Álfahellir,“ segir Geir Gígja, sölu- og markaðsstjóri Hótels Kletts, sem var opnað við Mjölnisholt í Reykjavík nýlega.

;Á FERÐINNI | 2

„Okkur finnst liggja beint við að um þennan stein sé inngangur álfanna inn híbýli sín,“ segir Geir Gígja um stein úti fyrir Hótel Kletti. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Útsalan hefst í dag

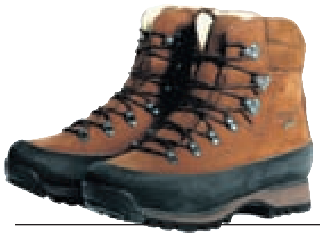
á öllum skóm í GYLLTA KETTINUM

50% afsláttur

Tvö verð 3.900 og 6.400

OPIÐ ALLA DAGA!!!

AUSTURSTRÆTI 8–10 • SÍMI 534 0005



AF STAÐ á Reykjanesið heitir gönguhátíð í umdæmi Grindavíkur um verslunarmannahelgina. Boðið verður upp á fjórar gönguferðir með leiðsögn frá föstudegi til mánudags. Það eru skógarferð, strandgönguferð, seljaferð og hellaferð. Sjá nánar á sjfmenningarmidlun.is.

Kviss Búmm Bang framandverkaflokkurinn í samstarfi við Listasafn Reykjavíkur stendur fyrir göngu um miðbæ Reykjavíkur fimmtudaginn 28. júlí klukkan 20. Gangan er hluti af Kvosargöngum sem menningarstofnanir í Reykjavík gangast fyrir öll fimmtudagskvöld í sumar.

Heimild: www.wix.com/vilborgo/kviss-bummbang5

Oft er í holti heyrandi nær. Í fundarsalnum, sem ber heitið Álfahellir, er þessi myndarlegi klettur.

Framhald af forsíðu

Hótelið var innréttað á fyrri hluta þessa árs en áður voru bæði íbúðir og léttur iðnaður í húsinu. Nú hefur verið byggt ofan á það og við, og útsýnið af efstu hæðunum er vítt og fagurt; yfir flóann, Esjuna og miðbæinn.

Geir segir klettinn hafa verið inni í húsinu þegar framkvæmdir við hótelið hófust. Auðvelt sé að ímynda sér að hann hafi fengið að standa þar til að styggja ekki álfana sem í honum bjuggu og hótelhaldararnir hafi sömu stefnu. „Við lítum á álfana sem hollvætti hótelsins."

Íslenska þemað birtist í fleiru. Til dæmis eru afgreiðsluborðin og einn veggur hótelsins klædd íslenskum bergtegundum og myndir Páls Stefánssonar ljósmyndara af klettum í náttúru Íslands prýða veggi. Geir segir líka nær eingöngu boðið upp á íslenskan bjór á barnum, einar sextán mismunandi tegundir.

Áttatíu og sex herbergi eru í hótel Kletti, rúmgóð og vel útbúin og auk þess morgunverðarsalur og fundarsalur. Geir segir viðtökur hafa verið góðar og nefnir sem dæmi að hótelið hafi fyllst í fyrsta skipti þremur vikum eftir að það var opnað. *gun@frettabladid.is*

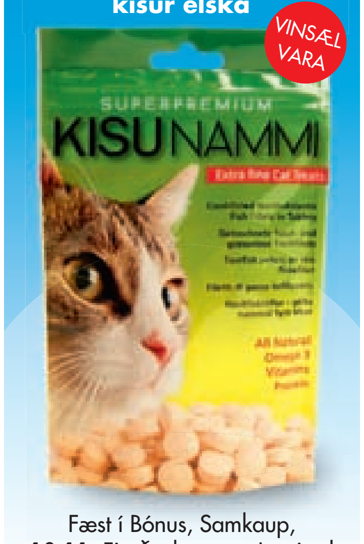
Hótel Klettur er við Mjölnisholt og af efstu hæðum þess er útsýni yfir miðbæinn og Sundin.

Á flestum hótelum eru klukkur sem sýna tímann í Tókýó, New York og víðar í heiminum. Hér er fókusinn á Ísland.

ÍSLENSKT KISUNAMMI

Harðfisktöflur sem kisur elska

VINSÆL VARA



Fæst í Bónus, Samkaup, 10-11, Fjarðarkaup og Inspired Keflavíkurflugvelli

ÚTSALA!

Glæsilegar yfirhafnir

BASLER

Skipholti 29b • S. 551 0770

Er vagninn rafmagnslaus?

Frístunda rafgeymar í miklu úrvali

SKORRI SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM

TUDOR TUDOR

Bíldshöfði 12 · 110 Rvk · 5771515 · skorri.is

MARAÞON

MIÐVIKUDAGUR **27. JÚLÍ 2011**

Kynningarblað
Undirbúningur
Búnaður
Næring
Met
Fróðleikur

NORDICPHOTOS/GETTY

Í hlaupaform á þremur vikum

Nú eru rúmar þrjár vikur í Reykjavíkurmaraþonið. Þeir sem ætla lengri vegalengdir eru væntanlega löngu byrjaðir að æfa og eins þeir sem stefna á góðan tíma í tíu kílómetra hlaupinu. Það er hins vegar enn þá tími til að koma sér í sæmilegt hlaupaform og taka þátt í tíu kílómetrunum fyrir fólk sem er ágætlega á sig komið. Þeir sem eru vanir fjallgöngum, líkamsrækt eða annari hreyfingu ættu að fara nokkuð létt með það Hér eru nokkur ráð:

Af stað!

Byrjið allaf á upphitun því annars er hætt við þrálátum meiðslum. Byrjið svo á því að skokka skamma vegalengd í hverfinu. Haldið út í að minnsta kosti fimmtán mínútur. Hvílið næsta dag en farið svo aftur af stað. Reynið að komast aðeins lengra. Skokkið að minnsta kosti þrisvar í viku og reynið fljótlega að komast upp í fimm kílómetra.

Reynið ykkur á hlaupaleiðinni

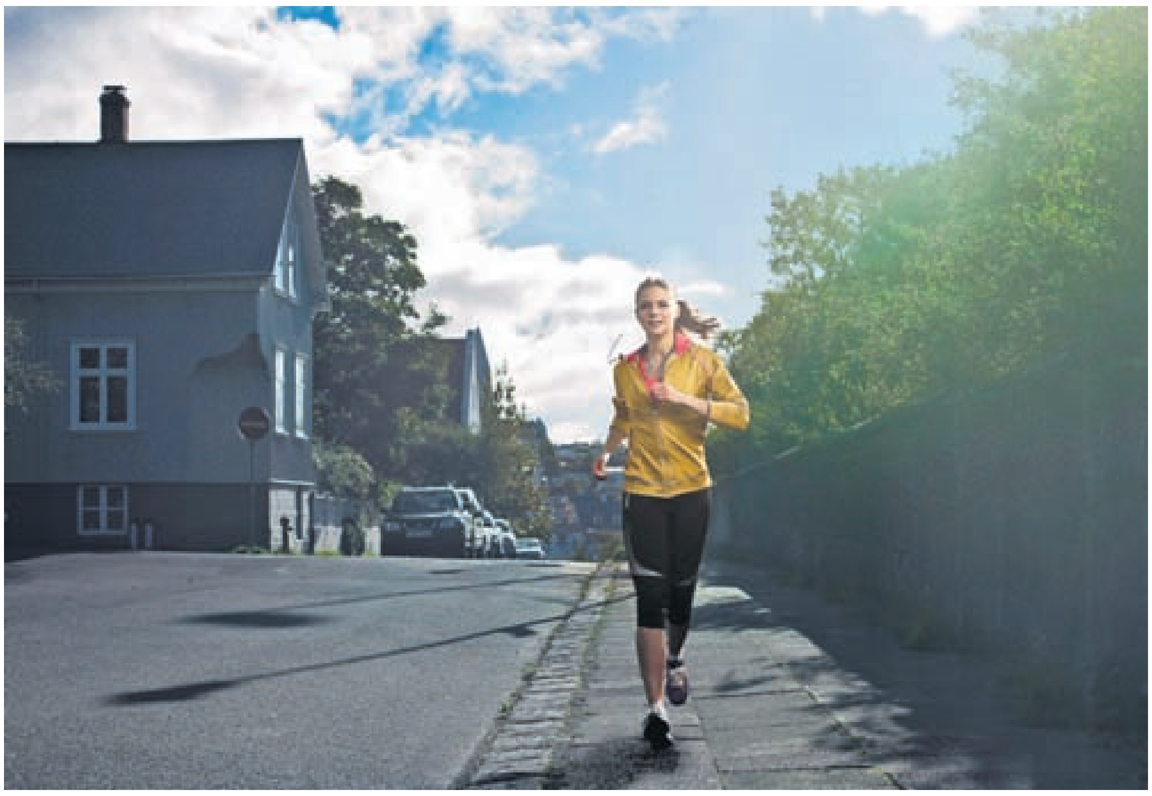
Kynnið ykkur leiðina sem hlaupin verður (sjá www.marathon.is). Takið ykkur stöðu við markið og reynið að komast nokkuð áleiðis. Þá er hægt að gera sér grein fyrir því hvort takmarkið muni yfir höfuð nást. Það gefur góða raun að þekkja hlaupaleiðina sem farin verður. Þá liggur ljóst fyrir hvaða kaflar munu reynast auðveldir og hverjir eru erfiðari. Eins er gott að vita hvað er langt í mark enda hefur hugurinn mikið að segja þegar úthald er annars vegar. Farið að minnsta kosti sjö kílómetra í viku tvö og reynið að komast alla leið í viku þrjú. Þá er hægt að vera viss um að takmarkið muni nást og minni hætta á því að koma skríðandi í mark.

Veljið réttu tónlistina í eyrun

Mörgum gengur betur að hlaupa með hressandi tónlist í eyrum. Þannig má auðveldlega gleyma sér og allt í einu liggja fleiri kílómetrar að baki. Aðrir vilja vera einir með hugsunum sínum og fá aldrei betri hugmyndir en á hlaupum. Finnið út hvað ykkur hentar.

Ekki borða rétt fyrir hlaup

Það er ekki ráðlegt að borða innan við tveimur tímum fyrir hlaup. Þá er maginn enn að melta á meðan á þeim stendur. Í það fer talsverð orka og þyngslatilfinning gerir vart við sig á hlaupunum. Mörgum verður auk þess flökurt, fá hlaupasting og finnst maturinn vera að skila sér öfuga leið og þá fer einbeitingin út um þúfur. Best er að borða um það bil þremur tímum fyrir hlaup og þá fremur létta en kolvetnaríka máltíð.



Aðalatriðið er að byrja! NORDICPHOTOS/GETTY

Hvílið á milli

Tíminn fram að hlaupi er naumur og þó reglulegar æfingar séu nauðsynlegar til að ná settu marki er hvíldin líka mikilvæg og þýðir lítið að mæta uppgefinn með strengi í hlaup. Hvílið vel á milli æfinga og gætið þess að fara ekki langar vegalengdir dagana fyrir hlaup. Ráðlegt er að vakna að minnsta kosti þremur tímum áður en hlaupið er ræst á keppnisdag. Þannig er hægt að láta þrjá tíma líða frá síðustu máltíð og tryggja að líkaminn sé almennilega vaknaður þegar átökin hefjast.

Regenovex gegn liðverkjum og bólgum

Regenovex er náttúrulegt efni sem virkar gegn liðverkjum og bólgum.

Þuríður með undraefnið góða. MYND/ANTON

Fólki sem stundar mikla heilsurækt og hreyfingu er hættara við að fá liðverki. Maraþonhlaupurum er hætt við liðverkjum þar sem álagið á hné og mjaðmir er mikið. Hlauparar ættu því að hugsa um rétta næringu fyrir liðina og huga að fyrirbyggjandi aðgerðum. Náttúrulyfið Regenovex gæti verið lausnin.

„Regenovex hentar jafnt ungum sem öldnum," segir Þuríður Hrund Hjartardóttir, framkvæmdastjóri neytendavörusviðs hjá Icepharma. „Bæði hentar það fólki sem þjáist almennt af liðverkjum og fólki sem hreyfir sig mikið."

Regenovex er samsett úr tveimur náttúrulegum efnum, hýlúrónsýru og bionovex-olíu sem saman mynda þá virkni sem dregur úr sársauka og viðheldur og byggir upp liði. „Þar sem hýlúrónsýra er lykilefni í brjóski og í liðvökvanum í liðamótunum á þetta sama efni í Regenovex að hjálpa okkur að endurhlaða birgðir líkamans af því og þar með virka smyrjandi og höggdeyfandi á liðina," segir Þuríður og tekur fram að sé hýlúrónsýra á undanhaldi í liðunum vanti smurninguna, liðirnir nuddist saman og valdi þannig sársauka.

Bionovex-olían inniheldur hins vegar omega-3 olíu sem unnin er úr grænkræklingi og hefur bólgueyðandi eiginleika. Vegna þessarar olíu hentar varan ekki þeim sem eru með ofnæmi fyrir skelfiski.

„Ég hef sjálf verið ansi slæm í hnjám og hálsliðum eftir íþróttaiðkun," segir Þuríður. „Svo slæm að ég var hætt að geta stundað útihlaup. Með Regenovex fór ég að geta hlaupið á ný. Ég tek alltaf eina töflu á morgnana með vítamíninu mínu og nota svo gelið eftir þörfum á hné og háls ef ég er undir miklu álagi."

Regenovex er hægt að fá í þremur útfærslum: sem perlur til inntöku, gel til að bera á liðina og sem plástur. „Plásturinn virkar svipað og gelið nema hann virkar lengur; hann hefur 12 tíma virkni og gefur góða kælingu á bólgur. Margir setja plástur á álagssvæði á nóttunni og eru lausir við verkinn að morgni," segir Þuríður.

Starfsfólk Icepharma hefur fengið margar ánægjulegar sögur af fólki sem hefur þjáðst lengi af verkjum, til dæmis í mjöðmum, hálsliðum og hnjám, en náð að halda verkjunum í skefjum með Regenovex. „Þessar sögur hafa hvatt okkur til að kynna efnið fyrir fleirum. Aðalplúsinn er svo að varan er hundrað prósent náttúruleg sem þýðir að neytandinn er laus við alls kyns aukaverkanir sem mörg önnur bólgueyðandi og verkjastillandi lyf hafa," segir Þuríður, sem getur með góðri samvisku hvatt alla til að reyna Regenovex.

Útgefandi: 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, s. 512 5000 **Umsjónarmenn auglýsinga:** Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is s. 512 5462 og Þórdís Hermannsdóttir thordish@365.is s. 512 5447. **Ábyrgðarmaður:** Jón Laufdal.

Með þjálfarann í vasanum

Frá adidas kemur fullkominn hlaupaþjálfari, miCoach, sem auðveldar notendum að ná hámarksárangri.

Bjarki Magnússon, markaðsstjóri adidas á Íslandi, segir góða reynslu af notkun miCoach, bæði hér heima og erlendis. MYND/STEFÁN

Þetta er ótrúlega fullkomið kerfi, hannað í þeim tilgangi að auðvelda einstaklingum að ná hármarksárangri í hlaupum," segir Bjarki Magnússon, markaðsstjóri adidas á Íslandi, um miCoach-kerfi sem fyrirtækið setti fyrst á markað árið 2008. Hann lýsir virkni þess nánar.

„Grunnurinn að miCoach-kerfinu er heimasíðan micoach.com þar sem notendur geta meðal annars skipulagt hlaupaæfingar til að ná betri árangri og síðan fylgst með framvindu mála. Allar upplýsingar á vefsíðunni eru mjög aðgengilegar og þægilegar og í raun undir notendum sjálfum komið hversu flókin hún er," bendir Bjarki á og bætir við að tengjast megi síðunni gegnum tæki frá adidas.

„Eitt er miCoach Zone, púlsmælir sem veitir upplýsingar um hvaða álagssvæði er verið að hlaupa hverju sinni. Annað er miCoach Pacer-tækið, púls- og skrefamælir sem veitir upplýsingar um vegalengd, hraða, tíma og púls og leiðbeinir og lætur vita fari maður til dæmis of hægt eða hratt. Síðan er hægt að tengja miCoach Pacer-tækið við alla tónlistarspilara," segir hann og getur þess að adiStar, Supernova og Response bjóði líka föt og skó sem

„Enn er tími til stefnu til að undirbúa sig fyrir hlaupið og mjög góður stuðningur af kerfi á borð við miCoach, þar sem hægt er að setja sér skýr markmið og æfa sig í samræmi við þau."

tengjast tækjunum. Á fötunum eru vasar fyrir tækin og göt til að þræða snúrur og heyrnartól. Vegalengdarmælinum er komið fyrir undir skósólunum.

„Ekkert af þessu er þó skilyrði fyrir því að geta notað micoach-síðuna. Hægt er að nota hana eina og sér og þeir sem eiga snjallsíma (iPhone eða Andriod) geta líka hlaðið niður ókeypis app-i og tengst henni beint," tekur Brynjar fram.

Hann bendir á að miCoach-kerfið henti vel þeim sem eru að undirbúa þátttöku í Reykjavíkurmaraþoninu í ágúst. „Enn er tími til stefnu til að undirbúa sig fyrir hlaupið og mjög góður stuðningur af kerfi á borð við miCoach, þar sem hægt er að setja sér skýr markmið og æfa sig í samræmi við þau."

En hvernig hafa viðtökurnar verið? „Mjög góðar, alveg frá því að adidas setti miCoach á markað," segir hann og tekur fram að það hafi verið gert í samstarfi við fyrirtækið Core Performance sem sérhæfir sig í æfingaáætlunum fyrir íþróttamenn. „Svo er miCoach Pacer auðvitað besta tækið í boði í samanburði við önnur og fyrsta sinnar tegundar sem sameinar púls- og skrefamæli við rödd sem þjálfar á meðan æft er."

Tækið miCoach Pacer er púls- og skrefamælir í einum pakka. Hér má sjá sitthvora hliðina á tækinu og umbúðirnar utan af því.

Púlsmælirinn miCoac Zone veitir upplýsingar um hvaða álagssvæði er verið að hlaupa hverju sinni.

LÉTTUR Á FÆTI

Fyrirtækið adidas hefur sett á markað eina léttustu hlaupalínu sem völ er á, adiZero. Í línunni er meðal annars að finna skó sem voru sérstaklega hannaðir fyrir maraþonhlaup og kallast adiZero Adios. „Þeir hafa allt sem prýða þarf góða skó en ekkert aukalega og eru ótrúlega léttir; þannig vegur skór í stærð 42 og hálft ekki nema 200 grömm," segir Bjarki Magnússon hjá adidas á Íslandi og bætir við að góð reynsla sé þegar komin á notkun skónna. „Sem dæmi má nefna að bæði heimsmetið í maraþoni karla og heimsmetið í hálfmaraþoni kvenna voru sett í slíkum skóm."

GOTT GRIP

Fyrirtækið adidas stendur framarlega í skógerð fyrir hlaup utanvega. Skórnir Response Trail þykja til að mynda sér á parti hvað gæði og grip varðar og henta í grófu og ójöfnu undirlagi. „Ávallt er mikil eftirspurn eftir slíkum skóm og til marks um það kom átjánda týpan eða árgerðin nýverið á markað," segir Bjarki Magnússon hjá adidas á Íslandi. Hann bendir á að adidas lumi á fleiri góðum skóm í þessum flokki. „Fyrirtækið hefur þar á meðal framleitt þess konar skó í samstarfi við dekkjaframleiðandann Continental en þeir hafa aukið grip við allar aðstæður, undirlag og veður."

Response Trail.

Þessi skór er með svokölluðum Continental sóla sem adidas vann í samstarfi við samnefnt fyrirtæki.

Jaxon slöngubátur

Síðustu 290 cm slöngubátarnir í tösku
Verð áður 259.000 kr.
TILBOÐ 199.000 KR.
Rafmagnsmótorar 48 libs.
Verð 44.900 kr.
TILBOÐ 39.900 KR.
JAXON

Visa raðgreiðslur til 36 mán.
Vaxtalaust Visa lán til 6 mánaða
Leigjum einnig út bátana

VEIÐIPORTIÐ
Grandagarði 3, 101 Reykjavík, Sími 552 9940
Opið mán.–fös. kl. 9–18. Laugard. kl. 9–16
Opið á sunnudögum í júní, júlí og ágúst.
ÚT Á GRANDA
ÚT Á GRANDA

GARMIN.
Þjálfun

Náðu settum markmiðum með hlaupafélaganum í tækinu (Virtual Partner). Fáðu nákvæma vegalengd, staðsetningu, hraða, púls, kaloríur og fleira og fleira. Alvöru æfingar = Alvöru árangur.

Geymdu, greindu og deildu. Þú sendir æfingaupplýsingarnar þína í tölvuna og sérð árangurinn strax.

GARMINBÚÐIN
Ögurhvarfi 2, 203 Kópavogi | S: 577 6000 | www.garmin.is
PIPAR\TBWA • SÍA • 111861

Stefnir ótrauður á Ólympíuleikana

Einn fremsti hlaupari Íslands, Kári Steinn Karlsson, tekur þátt í Reykjavíkurmaraþoninu þann 20. ágúst. Hann hleypur hálft maraþon sem æfingu fyrir Berlínarmaraþonið, sem verður hans fyrsta heila maraþon. „Ég stefni á að taka þátt í Ólympíuleikunum árið 2012. Til þess þarf ég að hlaupa heilt maraþon á undir tveimur klukkustundum og átján mínútum." Jöfn keppni og góðar aðstæður eru mikilvægir þættir fyrir hann til þess að ná settu markmiði. Því hleypur hann heila maraþonið erlendis, þar eru fleiri á hans reki og með hugann við þátttöku á Ólympíuleikunum.

Áður hefur Kári, sem er 25 ára, tekið þátt í yfir tíu Reykjavíkurmaraþonum, bæði í fimm og tíu kílómetra hlaupum. „Það þykir gott að ná góðum grunni í brautarhlaupum og styttri hlaupum, sem ég hef verið að gera undanfarið," segir Kári sem varð um síðastliðna helgi Íslandsmeistari í fimm þúsund metra hlaupi líkt og undanfarin ár.

Ferill Kára hófst með götuhlaupum á yngri árum. Hann tók fyrst þátt í Reykjavíkurmaraþoninu þegar hann hljóp tíu kílómetra aðeins níu ára. Símtal frá Ungmannasambandi Skagamanna var það sem breytti öllu. Þá var hann fimmtán ára og höfðu þeir veitt góðri frammistöðu hans athygli. „Margir öflugir langhlauparar voru á þeirra snærum, ég þekkti nöfnin og fannst þetta mjög spennandi." Kári hóf að mæta á æfingar hjá þeim og fann þar með sína hillu í lífinu. Fyrir sex árum gekk hann til liðs við Breiðablik og æfir nú tíu til þrettán sinnum í viku og hleypur á bilinu 130 til 180 kílómetra á viku.

Kári Steinn ætlar að hlaupa sitt fyrsta 42 kílómetra maraþon á undir tveimur klukkustundum og átján mínútum og komast á Ólympíuleikana. MYND/STEFÁN

Þrátt fyrir þrotlausar æfingar segir Kári: „Maraþon er ekkert grín, margt getur farið úrskeiðið á þessari löngu leið." Hann vonar að allt muni þó ganga að óskum í Berlín og veita honum þátttökurétt á Ólympíuleikunum í London næsta sumar.

-hþt

Pro-Gastro8
er fáanlegt á ný!
100% náttúrulegt

Pro-Gastro8 hefur hjálpað þúsundum Íslendinga að koma jafnvægi á meltinguna.
Pro-Gastro8 er stútfullt af hjálpsömum góðgerlum ensímum og trefjum.

Pro-Gastro 8 fæst í apótekum, heilsubúðum og heilsuhillum stórmarkaðanna.
Dreifing: Gengur vel ehf.

GEFÐU LÍF

Líf – styrktarfélag kvennadeildar Landspítalans er meðal hinna fjölmörgu góðgerðarfélaga sem taka þátt í maraþoninu 20. ágúst. Það verður með boðsveit í heilu maraþoni og einnig munu fleiri hlaupa fyrir samtökin og safna með því áheitum. Þeir sem vilja slást í þann hóp eru hvattir til að skrá sig í hlaupið og fara síðan inn á www.hlaupastyrkur.is.

Líf vinnur að því að bæta aðbúnað og þjónustu við konur og fjölskyldur þeirra á meðgöngu, í fæðingu og sængurlegu sem og konur sem þurfa umönnun vegna kvensjúkdóma. Meira um það á síðunni www.gefdulif.is.

HVETJANDI SKIPULAG

Hlauparar nota í auknum mæli farsíma með innbyggðu gps-mælitæki til að fylgjast með hversu langt þeir hlaupa. Á vefsíðunni endomondo.com er hægt að halda utan um slíkar mælingar og deila því hvernig æfingarnar ganga. Það virkar hvetjandi fyrir marga. Á síðunni er einnig hægt að skrá inn hjólavegalengdir.

Hvetjum til heilbrigðis

Sportís er einn af helstu styrktaraðilum Reykjavíkurmaraþonsins. Fyrirtækið er ein stærsta sportvöruheildsala landsins.

Reykjavíkurmaraþonið fer fram 20. ágúst næstkomandi. Fjölmargir styrktaraðilar hafa lagt sitt af mörkum svo það geti orðið að veruleika. Þar á meðal heildverslunin Sportís ehf. Sölustjórinn Kristinn Kristjánsson veit allt um málið.

„Við höfum verið styrktaraðilar að Reykjavíkurmaraþoninu síðastliðin tvö ár og um áramótin ákváðum við að framlengja samninginn til ársins 2013. Sáum ekki ástæðu til annars en að halda áfram þessu frábæra samstarfi, enda varla hægt að styðja betur við og byggja upp hlaupamenninguna hérlendis. Þetta er nú einu sinni stærsta hlaupið,“ útskýrir Kristinn og lætur þess getið að almennt láti fyrirtækið sig heilsu og heilbrigði varða.

„Við höfum í gegnum tíðina reynt að hvetja almenning til heilbrigðara lífernis og leynt og ljóst aðstoðað íslenskt afreksfólk í hinum og þessum íþróttum, svo sem handbolta, blaki, badminton, frjálsum íþróttum og vitanlega hlaupi,“ segir Kristinn.

Kristinn segir starfsfólk verslana taka vel á móti viðskiptavinum. Í þeirra hópi er handboltakappinn góðkunni Logi Geirsson sem er vörumerkjastjóri Asics á Íslandi. MYND/STEFÁN

„Þannig erum við með framúrskarandi íþróttamenn eins og til dæmis Rögnu Ingólfsdóttur badmintonkonu og Helgu Margréti Þorsteinsdóttur frjálsíþróttakonu á samningi auk nokkurra landsliðsmanna í handbolta.“

Kristinn segir fyrirtækið leggja málefninu lið með ýmsum hætti, þar á meðal með íþrótta- og skófatnaði frá Asics. „Sportís er ein stærsta sportvöruheildsala landsins og hefur umboð fyrir nokkur af bestu vörumerkjum heims. Asics er eitt þeirra. Það er aðallega þekkt sem einstaklega vandað hlaupaskómerki enda er Asics með að minnsta kosti 50 prósenta markaðshlutdeild í hlaupaskóm á Íslandi. Framan af lagði Asics hins vegar minni áherslu á íþróttafatnað en hefur sótt í sig veðrið undanfarin ár og framleiðir nú hágæðavöru. Stefnan er að bjóða eingöngu upp á það besta.“

> **Sportís er ein stærsta sportvöruheildsala landsins og hefur umboð fyrir nokkur af bestu vörumerkjum heims. Asics er eitt þeirra.**

Hann segir því um að gera að kynna sér úrvalið í hlaupaskóm og fatnaði frá Asics. „Þarna eru alls kyns vörur sem henta vel til dæmis í Reykjavíkurmaraþonið og skemmtilegar nýjungar á leiðinni, sem er auðvelt að nálgast því Asics er fáanlegt í öllum helstu íþróttavöruverslunum landsins,“ bendir hann á og telur nokkrar upp: „Útilífi, Intersporti, Sportveri á Akureyri, Hafnarbúðinni á Ísafirði, Fjarðasporti í Neskaupstað, Fjölsporti í Hafnarfirði, Tískuhúsinu á Sauðárkróki, Skóbúð Húsavíkur, Efnalaug Suðurlands og verslunum Cintamani í Bankastræti í Reykjavík og Austurhrauni í Garðabæ.“

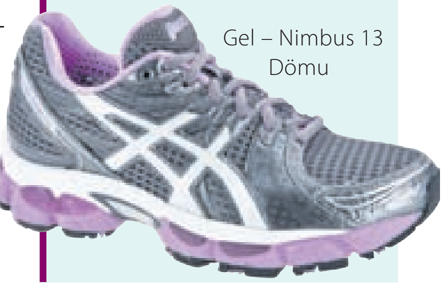
Kristinn getur þess að starfsfólkið aðstoði viðskiptavini eftir fremsta megni við að finna vöru við sitt hæfi.

NOKKRIR VÆNTALEGIR FRÁ ASICS

Gel-Kayano 17 Herra

Gel – Kayano 17 Dömu

Gel – Nimbus 13 Herra

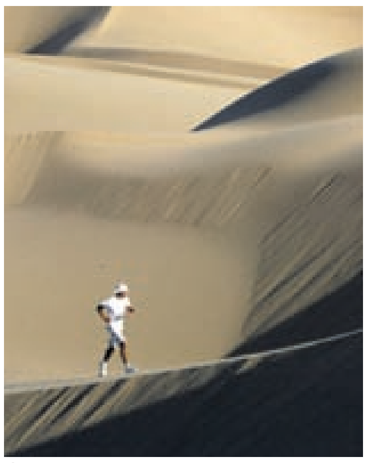


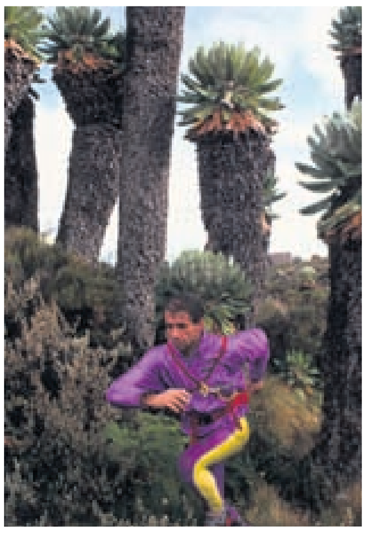
Gel – Nimbus 13 Dömu

Þyngri undir fót en önnur hlaup

Víða um heim eru haldin maraþonhlaup sem slá öðrum við hvað erfiði snertir og eru aðeins á færi velþjálfaðra hlaupara.

Það er enginn barnaleikur að ganga eftir Kínamúrnum, hvað þá að hlaupa eftir honum. NORDICPHOTOS/GETTY


Óbærilegur hiti kemur í veg fyrir margir ljúki Sahara-eyðimerkurmaraþoninu. NORDICPHOTOS/AFP


Harðjaxlar víla ekki fyrir sér að hlaupa upp Kilimanjaro, hæsta fjall Afríku.

Kilimanjaro-maraþonhlaupið í Kenía fellur hæglega í þann flokk. Hlaupið er upp þetta stærsta fjall (5.895 metrar) Afríku í mars á hverju ári þar sem þátttakendum býðst að fara heilt (42,2 kílómetrar) eða hálft (21,1 kílómetri) maraþon. Hlaupið hefst og endar í Moshi þar sem farið er í gegnum þorp, bæi og framhjá skógum og kaffi- og bananaekrum en kuldi og þunnt loft eftir því sem ofar dregur veldur því að mörgum tekst ekki að ljúka hlaupinu.

Óbærilegur hiti verður hins vegar mörgum að falli í Sahara-eyðimerkurmaraþoninu sem er áfangahlaup í eyðimörkinni sunnan Atlasfjalla í suðausturhluta Marokkó. Sex hlaup eru farin á sjö dögum eða um 245 kílómetrar. Farin eru 30 til 40 kílómetra hlaup hvern dag fyrstu þrjá dagana. Ofurmaraþon, allt að 80 kílómetrar, er á fjórða degi, hvíld tekin á fimmta degi og á þeim sjötta er 42,2 kílómetra hlaup. Síðasta daginn er 15-20 kílómetra hlaup. Keppendur bera matarbirgðir og svefnbúnað en fá reglulega vatn og sofa í tjaldbúðum. Sahara-maraþonið fer fram í marslok á hverju ári.

Kínamúrsmaraþonið er opinbert alþjóðlegt maraþon sem fer fram í Tianjin í Kína í maí á hverju ári. Hlaupið er töluverð áskorun þar sem 5.100 steinþrep, mikill halli og hæðir bíða keppenda, sem geta valið um allt frá fimm kílómetra og tíu kílómetra hlaupum og upp í hálft og heilt maraþon. Lagt er af stað snemma morguns til að komast hjá versta hitanum. Allir sem ljúka hlaupinu á minna en átta klukkutímum fá verðlaunapening, en engin verðlaun eru í boði.

Tíbetmaraþonið fer árlega fram í Ladakh-héraði á hásléttum Tíbets Indlandsmegin í júlí. Hlaupið fer fram í 3.800 metra hæð yfir sjó og er gjarnan sett á lista yfir þau erfiðustu í heimi, enda þurfa keppendur að verja nokkrum dögum í Ladakh áður en keppni hefst til að venjast þunnu loftinu. Hefðbundnar vegalengdir eru í boði, tíu kílómetrar, hálft og heilt maraþon. Hlaupinu lýkur með búddistahátíð, nuddi og galakvöldverði um kvöldið.

NÁMSKEIÐ HEFJAST 8. ÁGÚST

NÁNARI UPPLÝSINGAR Á WORLDCLASS.IS OG SÍMA 553-0000

CROSSFIT
FYRIR ÞÁ SEM VILJA MEIRA

ZUMBA FITNESS
DANS OG FITNESS VIÐ KRÖFTUGA TÓNLIST

3x5 SÚPERÁTAK
TOPP ÁRANGUR Á SKÖMMUM TÍMA

World Class ICELAND
HEILSURÆKT FYRIR ÞIG

Alhliða þjálfun skiptir svo miklu máli

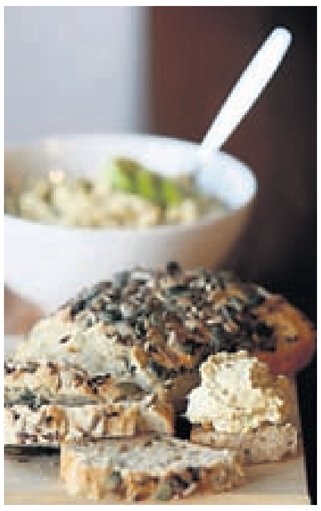
Dísa í World Class sér um upphitun í Reykjavíkurmaraþoninu eins og undanfarin ár. Hún segir reglubundnar, alhliða æfingar ótvírætt gagnast við að skila fólki í mark.

„Það er þessi vellíðan á líkama og sál sem við fáum út úr góðum æfingum sem við erum öll að sækjast eftir," segir Dísa í World Class. MYND/ANTON

Þegar fólk er í heilsurækt allt árið getur það hoppað inn í tíu kílómetra hlaup eins og ekkert sé. Alhliða þjálfun skiptir svo miklu máli en þeir sem fara heilmaraþon verða auðvitað að leggja aukna áherslu á hlaupaþjálfun," segir Hafdís Jónsdóttir þjálfari, sem jafnan gengur undir nafninu Dísa í World Class. Sjálf ætlar hún að sjá um upphitunina niðri í Lækjargötu. „Ég hef verið með upphitunaræfingarnar í mörg ár; þegar krakkarnir mínir voru litlir var ég með þá á pallinum en nú taka þeir þátt í hlaupinu. Þar er alltaf stemning og gaman fyrir fjölskyldur að hlaupa saman."

World Class-stöðvarnar eru níu talsins. Þar æfir fjöldi fólks árið um kring og Dísa segir marga hafa það að markmiði að taka þátt í maraþoninu. „Við erum með hlaupahópa á nokkrum stöðvum, hér í Laugum, í Ögurhvarfi, Mosfellsbæ og á Seltjarnarnesinu. Þeir hlaupa markvisst þrisvar í viku allan ársins hring en það fjölgar alltaf í hópunum á vorin," segir hún.

Stíf þriggja vikna námskeið byrja 8. ágúst í World Class að sögn Dísu. „Þá er æft fimm sinnum í viku, bæði í tækja- og þolþjálfun og einnig Crossfit sem er öflug, alhliða þjálfun. Zumba er líka á dagskránni, það er skemmtileg sporaíþrótt fyrir þá sem hafa gaman af salsa og suður-amerískum dansi. Á sumrin gefur fólk sér oft styttri tíma í að æfa en á öðrum árstímum og finnst gott að byrja í ágúst með dálitlu trukki. Fyrir þá sem hafa reglubundnar æfingar að lífsstíl er gott að taka skorpur, fá einhvern til að ýta á eftir sér og breyta til. Það er þessi almenna vellíðan á líkama og sál, sem við fáum út úr góðum æfingum, sem við erum öll að sækjast eftir. Plúsinn er aukið úthald, sterkari vöðvar og meiri orka."



KOLVETNI TAKK

Langhlauparar sem æfa yfir 90 mínútur á dag þurfa mikla orku. Þeir þurfa um 50 kílókaloríur fyrir hvert kg líkamsþyngdar á dag, þannig að 70 kg hlaupari þarf um 3.500 kkal á dag. Að minnsta kosti helmingur, en helst 60-70 prósent, þessarar orku ættu að koma frá kolvetnum því þau eru það orkuefni sem best tengist árangri í þolgreinum eins og langhlaupum.

Heimild: Blað Reykjavíkurmaraþons 2006. Dr. Sigurbjörn Árni Arngrímsson.

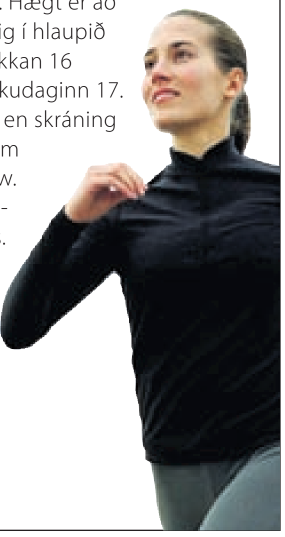
FYRSTA HLAUPIÐ 1984

Keppt var í Reykjavíkurmaraþoni, alþjóðlegu maraþonhlaupi, í fyrsta sinn hér á landi 16. ágúst árið 1984. Íslendingar tóku þessu nýja framtaki fagnandi og þátttakendur í fyrsta maraþonhlaupinu voru 214. Tíu árum síðar voru þeir orðnir á fjórða þúsund og í fyrra voru þeir vel á ellefta þúsund.

Rásmarkið er jafnan í Lækjargötunni.

FLEIRI ERLENDIR ÞÁTTTAKENDUR

Rúmlega þrjú þúsund manns hafa skráð sig til þátttöku í Reykjavíkurmaraþoninu sem fer fram laugardaginn 20. ágúst. Flestir, eða 1.391, eru skráðir í tíu kílómetra hlaupið en 941 í hálft maraþon. Erlendir þátttakendur eru enn sem komið er 889, eða 49 prósent fleiri en á sama tíma í fyrra. Hægt er að skrá sig í hlaupið til klukkan 16 miðvikudaginn 17. ágúst en skráning fer fram á www.marathon.is.



HLJÓP 365 MARAÞON Á ÁRI

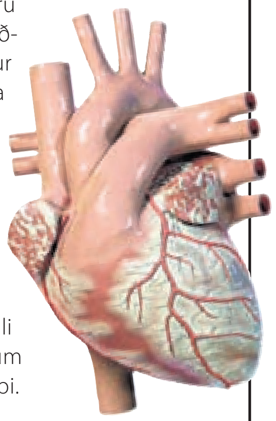
Maraþonmaðurinn, líkt og hinn belgíski Stefaan Engels er oft kallaður, setti heimsmet fyrr á árinu þegar hann kom í mark í 365. maraþonhlaupinu sínu á á 365 dögum. Hinn 49 ára gamli Engels fór fyrsta maraþonið í heimalandi sínu og hljóp eftir það 15.000 kílómetra í sjö löndum, bæði í Evrópu og Norður-Ameríku.

Engels var greindur með astma sem barn og var sagt að stunda ekki íþróttir. Hann segir velgengni sína fólgna í því að fara ekki of hratt en hann hleypur hvert maraþon á fjórum klukkustundum að meðaltali. Hann segir það að vakna hvern dag og hlaupa maraþon hafa þó meiri áhrif á andlegt ástand sitt.

Með hlaupunum vildi Engels vekja athygli á að allir gætu hlaupið eða hjólað örlítið á hverjum degi eða unnið á annan hátt á þyngdarvanda sínum. Eldra heimsmetið af þessu tagi setti japanski hlauparinn Akinori Kusuda árið 2009. Hann hljóp 52 maraþon á 52 dögum, þá 65 ára að aldri.

OF MIKIÐ MARAÞON-HLAUP SKAÐLEGT

Skokk, sund og hjólreiðar minnka líkur á hjartaáfalli. Öðru máli gegnir um maraþonhlaup. Samkvæmt niðurstöðum rannsóknar Herz-zentrum Essen í Þýskalandi eru karlkyns hlauparar yfir fimmtugt, sem hafa hlaupið fimm eða fleiri maraþon á síðustu þremur árum, í meiri hættu á að fá kransæðahersli og hjartaáfall en jafnaldrar þeirra sem stunda ekki íþróttir. Læknarnir telja að þetta skýrist af auknum vöðvamassa hjartans. Rannsóknin sýnir hins vegar að jákvæð áhrif mikilla maraþonhlaupa eru lægri blóðþrýstingur og minna kólesteról í blóði. Ef hlaupið er í hófi minnka líkur á hjartaáfalli hjá þessum aldurshópi.



RAFMAGNAÐUR SKOKKARI

Maður einn tók sig til á þessu ári og hljóp nakinn í maraþonhlaupi í Cincinnati-borg í Ohio í Bandaríkjunum. Þar sem hann var á Adamsklæðunum var lögreglan kölluð á staðinn til að stöðva manninn. Þegar nakti skokkarinn hlýddi ekki fyrirmælum lögreglunnar um að hætta hlaupinu og fylgja sér skaut hún á manninn með rafbyssu. Hann var síðan handtekinn fyrir að valda usla á almannafæri.

FYRSTA MARAÞONIÐ

Uppruni maraþonhlaupsins nær allt aftur til ársins 490 fyrir Krist. Grikkir áttu þá í stríði við Persa í orrustunni um Maraþon. Þegar sigur Grikkja var í höfn var maður að nafni Þersippos sendur til Aþenu til að segja frá sigrinum. Þegar hann kom á leiðarenda hné hann niður örendur.

Fyrstu nútímaólympíuleikarnir fóru fram í Aþenu árið 1896 en þar var maraþonhlaup meðal keppnisgreina. Grikki að nafni Spiridon Louis kom fyrstur í mark á tímanum 2 klukkustundir, 58 mínútur og 50 sekúndur. Vegalengdin var hins vegar einungis 40 kílómetrar en frá og með Ólympíuleikunum í París árið 1924 var vegalengdin fastsett 42 kílómetrar og 195 metrar eða 26,22 mílur eins og Bandaríkjamenn tala gjarnan um.

Heimild: www.visindavefur.is.

KALDASTA MARAÞON HEIMSINS

Kaldasta maraþon í heimi er Norðurpólsmaraþonið. Það var hlaupið í fyrsta sinn árið 2002 þegar skipuleggjandi hlaupsins lagði 42 kílómetra hlaupsins að baki. Fyrst var keppt í Norðupólsmaraþoninu ári seinna þegar tíu keppendur þreyttu það. Síðan hafa 215 hlauparar frá 34 löndum lokið hlaupinu.

Nokkuð kalt er í Norðurpólshlaupinu en kuldinn getur farið niður í mínus þrjátíu gráður. Því er sjálfsagt að vera klæddur í samræmi við það. Frostið hefur að jafnaði verið á milli 20 og 30 stig en í ár náði kuldinn mínus 32 gráðum. Árið 2006 var óvenju milt og hitastigið var við mínus tíu gráður. Næsta Norðurpólsmaraþon verður haldið hinn 7. apríl 2012.

Lagt er af stað frá Svalbarða þaðan sem flogið er yfir á norðurpólinn til þess að þreyta hlaupið.

NORDICPHOTOS/AFP

HLEÐSLA ÍÞRÓTTADRYKKUR | 100% HÁGÆÐA MYSUPRÓTEIN

PRÓTEINDRYKKURINN SEM ÍSLENDINGAR FÁ ALDREI NÓG AF

NÚ EINNIG MEÐ KÓKOS OG SÚKKULAÐI

NÝ BRAGÐTEGUND

HLEÐSLA ER KJÖRIN FYRIR ALLA ÞÁ SEM TREYSTA Á HOLLA OG UPPBYGGILEGA NÆRINGU EFTIR GÓÐA ÆFINGU, LANGT HLAUP EÐA MILLI MÁLA. ÞAÐ ER ENGIN TILVILJUN AÐ HLEÐSLA ER VINSÆLASTI PRÓTEINDRYKKUR Á ÍSLANDI.* HENTAR VEL FÓLKI MEÐ MJÓLKURSYKURSÓÞOL.

MJÓLKURSAMSALAN WWW.MS.IS

BÍLAR & FARATÆKI

Bílamarkaðurinn

FLEETWOOD Grand touring cheyenne m fortjaldi. Árgerð 2004, ekinn -1 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.099.000. áhl 650 ca Rnr.102676.

VW Polo basicline. Árgerð 2004, ekinn 93 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 690.000. tilboð 590.000 Rnr.102693.

DODGE 2500 club cab og camper. Árgerð 1996, ekinn 123 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 2.790.000. Rnr.220985.

HONDA Cr-v stw 4wd rvi. Árgerð 1999, ekinn 185 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 780.000. Rnr.102761.

Bílamarkaðurinn
Smiðjuvegi 46E, Kópavogi
Sími: 567 1800

Bílalíf

DÍSEL - 5 MANNA - TILBOÐ 1.490.000.

PEUGEOT PARTNER. Árgerð 2007, ekinn aðeins 59.þ km, 5 gírar. Verð áður 1.780.000. Tilboð 1.490.000.- Rnr.310530.Til sýnis og sölu hjá Bílalíf, Kletthálsi 2, S:562-1717. Sjá fleiri myndir á www.bilalif.is

Bílalíf
Klettháls 2, 110 Reykjavík
Sími: 562 1717
Opið virka daga 10-18
www.bilalif.is

FORSÍÐA VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN
m.visir.is
Fáðu Vísi í símann!
ÞÚ ERT MEÐ FRÆGA FÓLKIÐ Í VASANUM MEÐ VÍSI
Meira sjónvarp, meira útvarp, meiri fréttir, meiri upplýsingar, meiri umræða, meira líf, meiri íþróttir, meiri virkni, meira úrval. Þú færð meira af öllu á Vísi.
Meiri Vísir. vísir

BÍLA KAUP S:577.1111 bilakaup.com

CHEVROLET K3500 silverado 4wd 35" tilbúinn á fjöll. Árgerð 2008, ekinn 8 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 14.700.000. Rnr.204381.

CAMP LET Concorde með eldhúsi Árgerð 2005, Verð 890.000.verð nú 730.000. Rnr.204211.

COACHMEN Sport 107st clipper. Árgerð 2009, verð 1.490.000. fjármögnun allt að 70% Rnr.203892.

FORD Fiesta ghia. Árgerð 2003, ekinn 114 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 790.000. Rnr.102001.

VIKING 1706 epic. með fortjaldi. Árgerð 2000, Verð 790.000. Rnr.204412.

FORD E150 econoline xl v8 van. Árgerð 2003, ekinn 72 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.400.000. Rnr.101672.

COLEMAN Taos. Árgerð 1998. Verð 790.000. Rnr.260104.

Bílakaup
Korputorgi, 112 Reykjavík
Sími: 577 1111
http://www.bilakaup.com

KRÓKUR

KRÓKUR
Við flytjum bifreiðar og vinnuvélar á öruggan og hagkvæman hátt

Krókur
Sími: 522 4600
http://www.krokur.net

TOYOTA Baldursnes 1 Akureyri
Sími 460 4300
www.toyotaakureyri.is

TOYOTA Land Cruiser 120 GX. 6/2008, ekinn 85 þ.km, dísel, sjálfskiptur,dráttarkrókur. Verð 6.750.000. Ath skipti ód. Rnr.121403.

TOYOTA Land Cruiser 120 GX. 6/2008, ekinn 69 þ.km, dísel, sjálfskiptur, húddhlíf, húddmerki, dráttarkrókur, vindskeið. Verð 6.980.000. Ath skipti ód. Rnr.121378.

TOYOTA Auris Terra 1.4. 5/2008, ekinn 62 þ.km, 5 gírar. Verð 1.990.000. Ath skipti ód. Rnr.121130.

TOYOTA Corolla s/d Terra 1.4. 5/2008, ekinn 64 þ.km, 5 gírar. Verð 2.020.000. Ath skipti ód. Rnr.121070.

Subaru Legacy s/d Sport 2.0. 2/2008, ekinn 30 þ.km, sjálfskiptur. Verð 2.960.000. Ath skipti ód. Rnr.207742.

CAN-AM Outlander 800 XT götuskráð . 3/2008, ekið 1.415 km, spil,kúla,hiti í handföngum, Ath skipti. Verð 1.790.000. Rnr.207535.

FENDT Saphir 560 tfkm.NÝTT HÚS/ Árgerð 2011,kojur,heitt/kalt vatn. Verð 4.820.000. Ath. skipti ód. Rnr.116135.

TRIGANO Rubis 420cp. Árgerð 2005, klósett, Verð 1.840.000. Rnr.240177.

Toyota Akureyri
Baldursnes 1, 600 Akureyri
Sími: 460 4300
Opið virka daga 9-18,

ISBAND.IS BÍLAINNFLUTNINGUR ÚTSALA ÚTSALA

Nýtt Coleman Cheyenne 10feta, 2ja ára ábyrgð, Geymslu hólf, Truma miðstöð omfl, Sumarsprengja verð aðeins 1990þús. kr, 700.000kr afsláttur.

Nýtt Coleman E1 9,5feta Off road, 2ja ára ábyrgð, Truma miðstöð, öflugri dekk ofl, Sumarsprengja verð aðeins 2290þús.kr, 670.000kr afsláttur,

Nýtt Coleman Sedona 8feta, 2ja ára ábyrgð, Truma miðstöð, ísskápur, omfl, Sumarsprengja verð aðeins 1590þús.kr, 600.000kr afsláttur.

Íslensk-Bandaríska ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbæ
Sími: 534 4433
http://www.isband.is

STÓRA BÍLASALAN

Skoda Octavia 1.9 TDi 4x4 Árgerð 11/2007, ekinn 106þ.km, bsk, DÍSEL. Flott eintak sem er á staðnum. Verð 2.590.000kr. Raðnúmar 151979. Sjá nánar á www.stora.is

Subaru Legacy Outback Árgerð 1997, ekinn 169þ.km, ssk, nýleg tímareim. Bíllinn er á staðnum! Verð 490.000kr. Raðnúmer 151916. Sjá nánar á www. stora.is

Stóra bílasalan
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík
Sími: 5861414
Myndeftirlit á plani
http://www.stora.is

HÖFÐABÍLAR ... þar sem bílar seljast

HYUNDAI Santa fe. Árgerð 2005, ekinn 115 Þ.KM, DÍSEL, sjálfskiptur. Verð 1.990.000. Rnr.153617.

BMW 730 d e66. Árgerð 04/ 2006, ekinn 68 Þ.KM, dísel, eiðsla 8 lítrar innanbæjar rosalega mikill útbúnaður, sjálfskiptur. Verðtilboð 7.9. millj Rnr.101937.

Höfðabílar
Fosshálls 27, 110 Reykjavík
Sími: 577 4747
www.hofdabilar.is

TOYOTA Reykjanesbæ

Ford Transit með krana!!!!
Til sölu Frod Transit 125-350 diesel árg. 2002 ekinn ca 140 þ km 5 gíra skoðaður 2012 er á tvöföldu að aftan, bíll mikið endurnýjaður s.s. turbína, vél, kúpling, spíssar, olíuverk og .fl á pallinum er áfastur Hiab krani, bíll í góðu standi verð 1550 þús, án vsk.

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19, 260 Reykjanesbær
Sími: 420 6600

bíll.is bestir í bílum...

VW Golf highline. Árgerð 2004, ekinn 165 Þ.Km Álfelgur Topplúga Sportsæti Ný skoðaður Tombóluverð Dagsins 699.000. Rnr.152886.

VW Passat basic line/sedan. Árgerð 1999, ekinn 148 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Tilboð Dagsins 299.000. möguleiki á 100 % Visaláni Rnr.144615.

HONDA Accord sport. Árgerð 2004, ekinn aðeins 73 Þ.KM sjálfskiptur. Flott verð 1590.000. Rnr.133737.

FIAT P200 clipper '90. Árgerð 2006, ekinn 15 Þ.KM dísel TV, Markísa, parkspegill, sturta, WC, ísskápur, sólarsella, snúningsstólar ofl. ofl. einn eignadi gullmoli Verð 7.500.000. Rnr.144676.

Bíll.is
Sími: 577 3777
www.bill.is

100 bílar bílasala .is

NISSAN Patrol gr 4,2 td 44". Árgerð 2002, ekinn 147 Þ.KM, dísel, beinsk, leður, Topplúga, læsingar, Full breyttur jeppi, Verð 3.390.000. Rnr.116272. Er á staðnum,

Vantar á skrá!!
100bilar.is

HJÓLHÝSI, A-HÝSI, FELLIHÝSI, PALLHÝSI!!, Okkur vantar ferðavagna á staðinn og á skrá, Við sérhæfum okkur í ferðavögnum allt seldist upp síðasta sumar, Frábært 5000m2 plan með góðri nágrannavörslu og flottur 750m2 salur þar sem fellhýsin standa uppsett, Við erum ekki staddir í iðnaðarhverfi, Mikið af vögnum á staðnum, Sendu okkur skráningu og myndir á 100bilar@100bilar.is eða í síma 5179999, www.100bilar.is

100 bílar ehf
Þverholt 6, 270 Mosfellsbær
Sími: 517 9999
Opið virka daga 10-18.00, Lokað á laugardögum.
www.100bilar.is

567 2277 NÝJA BÍLAHÖLLIN

SKODA Octavia ambiente dísel. Árgerð 2007, ekinn 64 Þ.KM, dísel, 5 gírar. Verð 1.990. Rnr.216978.

OPEL Corsa enjoy. Árgerð 2008, ekinn 95 Þ.KM, bensín, 5 gírar. TILBOÐ 1.000. Ásett verð 1.490.Rnr.271508.

HYUNDAI Getz gls. Árgerð 2009, ekinn aðeins 9 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur. Verð 1.890. Rnr.260217.

CITROEN C1 sx. Árgerð 2006, ekinn 70 Þ.KM, bensín, 5 gírar. Verð 950. Rnr.216848.

Nýja bílahöllin
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 567 2277
www.nyja.is

Til sölu

Til sölu Suzuki RMZ 250

fjórgengis árgerð 2005. Ónotað í 1 1/2 ár og það á undan lítið notað. Fékk topp yfirhalningu fyrir ári. Topp hjól, lítur vel út og svínvirkar. Verð 400 þús og hjólakerra fyrir þrjú hjól fylgir með. S. 6969 725

Bílar til sölu

Til sölu VW Passat árg.'01. Sk.'12. Ek. 280 þús. Þarfnast smá lagfæringar á útliti. Verð 320 þús. S. 666 6555.

Coachman '92 keyrður 40þ mílur. Vél er cummins Dísel Turbo, Keyrir á steinolíu. Ás. v. 3,6, Tilb. 2,4 stgr. Uppl. í s: 8977049.

Til sölu Lexus RX 400h, Luxury Hybrid árg. 04.2007. Glæsilegur, einn með öllu. Ekinn 55.000 þ. km. Verð 7.500.000, bein sala. Uppl. í síma 8924588

Kia Sportage, árg. 12/2004, ek:79þ. km, sjálfskiptur, leður/pluss áklæði, dráttarkúla, Nýskoðaður og nýtt í bremsum. Skoða skipti á ódýrari. Upplýsingar í síma 699-5880.

Suzuki Swift GLS 1000 árg.'94. Ssk, ek. aðeins 73þús. km. 2 eig. Finn í skólann. S. 695 3521.

ódýrir ný sk bílar

Galant 96 ssk mikið yfirfarinn, V. 200þ. Subaru Impreza 5d,5g 4x4. árg 97 v. 185þ S. 8446609

Honda Jazz '05 .TOPP EINTAK. Ekinn 50þ., sjálfskiptur, álfelgur, nagla+sumardekk. Verð 1.490 þús. S. 698 4828.

Ford F 150 Lariat árg. 2005 ekinn 121Þ,km Einn með öllu. Og Starcraft Pine Mountain Pallhús. árg. 2006 WC stór hurð. Flott hús. ATH öll skipti. Selst saman eða sér. S: 898-2811.

Húsbíll Fiat Ducato árg. '04 óska eftir skiptum á fólsbifreið eða jeppa uppl: 820 1940.

Bíll Til Leigu

Ford Mondeo árg., 2002 til leigu í 3 mánuði. Verð 42.000 á mánuði. Upplýsingar í síma 772 6238.

0-250 þús.

Renault Megan Coupe. árg00. Beinsk, 1600 vél. 2ja dyra. Ek 153þ. Uppl. 8690617.

250-499 þús.

Toyota Cor. árg 98, ek. 204þ b.sk. 1,6l, nýskoðaður. Verðhugm. 300þ S: 857-5559

1-2 milljónir

Suzuki Grand Vitara árg. 2003. Skoðaður 2012.Ekinn:123 þús. km. Beinskiptur, Rafm. í speglum. Rafm. í rúðum. Hiti í sætum. Góð heilsársdekk. 7manna dísel sparibaukur. Sími:6902136

Til sölu

2 milljónir +

Til sölu Toyota Raw '06,ek.87.þús, sjálfsk. dráttarkúla, ný heilsársdekk. Ásett verð 2.600þ. Uppl. í síma 8656982

Bílar óskast

Óska eftir bíl á bilinu 30-300þ. Ekki eldri en '00. Má þarfnast viðgerðar. S. 866 0784.

ÓSKA EFTIR SUBARU STATION

Legacy, forester, imprezu! ekki eldri en '96 má þarfnast smá lagfæringa, fyrir 0-300 þús .stgr! s. 691 9374.

Bíll óskast á 25-250þús.

Má þarfnast lagfæringa. Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms.

Jeppar

M.Benz ML350 ekinn 130 þús. Innfl. Usa. Ásett verð 4,9 mill. Uppl. í síma 665-9806.

EXCLUSIVE!!! HIGH LEVEL FULL BODY MASSAGE! Reykjavik/ downtown anytime! 8665039

Sendibílar

568 5000 NS NÝJA SENDIBÍLASTÖÐIN

Allar stærðir sendibíla. Nýja Sendibílastöðin sími 568-5000.

Húsbílar

Til sölu Chervolet húsbíll. Nýskoðaður. Frekari uppl. í s 892 0555.

Mótorhjól

KTM 450 EXC árg. '04 ekið 4990km 118 tíma. Rautt númer. Stýrisdemp + 14L tankur fylgir. 450þús. S: 822 1845.

Vespur

BMVehf

JMstar vespurnar komnar, 12" dekk, góð varahlutaþjónusta, sama verð um land allt 249.000kr www.bmvehf.is

Hjólhýsi

Óskum eftir lóð undir Hjólhýsi á Laugarvatni eða Flúðum Vinsamlega hafið samband í síma:8982716 og 6997558

Knaus 450 árg. 2001 með því öllu helsta mjög vel með farið. Stgr.1.690 þús. s. 847 7663.

Stórt Knaus hjólhýsi. Sólarsella, markísa, og fortjald. Ásett 2 m. Engin skipti! Uppl í s: 895-0123

Hef til sölu eldra Astral 390 hjólhýsi m. svefnpláss f.2, á 280 þúsund. Þarfnast aðhlynningar. s: 846-4510.

Fellihýsi

Camplite 1999 8 feta fellihýsi ásamt fortjaldi til sölu. Verð 550 þús. Uppl. í s. 821-9581.

Rockwood freedom 1980. '07 árg. Lítur vel út. Ásett verð 1590 þús. 1450 þús. staðgr. Ekkert ákvílandi. Uppl. í síma 777 9200.

Rockwood Premier 1904 10' fellih. árg. 07. Fortjald sólarsella 2 gask. Verð 1.850þ. Uppl. s. 864 9347.

Til sölu 12 feta Rockwood fellihýsi árg. 2008 með útdragi á hlið, sólarsellu, upphitaðar dýnur og fortjaldi, lítið notað og lítur vel út ásettverð 2.400þ. Tilboð 2.200þ. uppl. 866 3944.

2005 A-liner expedition með 2ja ára fortjaldi 2 gask. sólarsella og wc V: 2.3m Upplýsingar í síma 863 7287 og 865 0859.

Fellihýsi Fleetwood Cheyenne árg. 2006 á LOFTPÚÐUM - mjög vel með farið - hlaðið aukabún. Verð: 1.700.000 sími. 660 6440.

FELLIHÝSI TIL SÖLU

Fleetwood Yumba 91/2 fet, Sólarsella, fortjald, miðstöð o.fl. Nánari uppl. í síma: 899 6485.

Rockwood fellihýsi 12feta 23x17 með útdreginni hlið, sólarsellu og fortjaldi til sölu. uppl: 897-5797, skipti á minna koma til greina.

Til sölu Colemann Cheyenne árg. 2000, fortjald, sólarsella, heitt vatn, útvarp/CD o.m.fl. Verð 1050þús, uppl í síma 8490452.

Tjaldvagnar

Combi Camp Venezia árg.2004. Án fortjalds.Blár á lit.Verð.400.000. Uppl.898-9008

Montana tjaldvagn árg. '98. með fortjaldi og nýr kassi á beisli. Vel með farin og góður vagn. Verð 320þús. Uppl. í s. 898 6410.

Lækkað verð!!! Camp-Let Savanne, nýskoðaður árg. 2006., motta í forjaldi, vaskur,3gashellur,vatnsdæla, varadekk m.m. Verð aðeins 680þús. Uppl. í síma 843 5311.

Montana hústjald

Gríðarlega gott 6 manna hústjald. Tjald fyrir fjölsk. sem vilja hafa rúmt í kringum sig í útilegunni. Tjaldið er úr segli og skiptist í fortjald og svefnálmu með þremur herbergjum. Verð 35.900. Ívar s. 615 4349.

Combi Camp Venezia árg. 04. Tjald og fortjald '08. Allt í góðu ásigkomulagi. Geymslubox, mottur og eldhhús fylgja. V. 650 þús. uppl. 898-9966

Til sölu vegna flutnings nýr combi camp valley með eldhúsi árg. 11 frábært verð aðeins 1490þ. kostar nýr 1970þ. S. 661-3131 - Björn.

Til sölu combi camp venezia árg. '04 V.490Þ. S. 897 2000.

Vinnuvélar

Slátturtraktor

Westwood slátturtraktor til sölu. Slátturbreidd 140 cm. 20 hp. Uppl. í síma 777 9543.

Hjólbarðar

Þarftu að láta hjólastilla bílinn?

Við notum fullkomna hjólastillitölvu. Fullkomin smurstöð, fullkomið dekkjaverkstæði. PITSTOP, S: 565 2121 Hjallahrauni 4, 220 Hafnarfirði.

Varahlutir

Kaupum Toyota bíla. Opið virka daga 9-18. Við erum þjónustuaðilar fyrir Úrvinnslusjóð. Eigum bíla til sölu. Bílapartar, Grænamýri 3, Mosfellsbær.

Bílapartasala

Höfum opnað varahlutasölu með notaða varahluti í nýlega bíla www.netpartar.is

Varahlutavaktin Sími 555 6666

Erum að byrja rífa Peugeot '02, Caddy '00-'07, Golf '98-'05, WV Passat '98-'00, Pajero '97 bensín og disel. Kia carnival '01, Accent '98. Grand vitara LX7 '03. Kaupum bíla niðurrifs og uppgerðar. Opið 09-18 og lau. 10-14.

Varahlutir í VW Golf, Polo,Yaris, Skoda Oktavia árg. '03 og Kangoo. Viðgerðir. Gírkassar. Bremsuviðgerðir, renni diska og skálar. Kaupi bíla. Uppl. í s. 892 7852.

VW, Skoda, Audi, Pajero - varahlutir S: 534 1045

Varahlutir í VW, Skoda og Audi bíla. Kaupum bíla til niðurrifs. Sérhæfum okkur einnig í viðgerðum á sömu tegundum. Bílabúið, Kaplahrauni 11 220 hfj.

Bílhlutir, Kaplahrauni 14, S. 555 4940.

Sérhæfum okkur í Volkswagen, Skoda og Daihatsu. Eigum einnig varahluti í fleiri tegundir bíla. Kaupum bíla til niðurrifs.

Partasalan SU-MI Smiðjuvegi 11. Sonata 97, Impreza 99 og Skoda felicia 99, Peugeot 306 99, 206 og 406 ST. Nissan Almera 97, Ford 250 99, Megane 01. Opel Vectra '98, Baleno '98. Kaupi bíla til niðurrifs. Sími 661 5270.

ÞJÓNUSTA

Pípulagnir

Faglærðir Píparar

Tökum að okkur viðhald og nýlagnir, vönduð vinnubrögð mikil reynsla. Pípulagnaþjónusta Reykjavíkur S: 770 4499.

Hreingerningar

Vy-þrif ehf.

öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. Sími 512-4010 www.vy.is

A-Ö Þrif&Hreinlæti S. 662 0662

Hreingerningar, Flutningsþrif, Gólfbónun, Teppahreinsun og Húsgagnahreinsun.

Bókhald

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

Garðyrkja

Túnþökusala Oddsteins
- Lóðaþökur
- Fótboltaþökur
- Golfvallargras
- Holtagróður
- Þökulagning

Steini S. 663 6666
visa/euro

Sælugarðar.is
- Garðsláttur
- Skjólveggjasmíði
- Beðahreinsun
- Trjáklippingar
- Trjáfellingar
- Þökulagnir
- Hellulagnir
- Sólpallasmíði

Mætum og gerum tilboð þér að *kostnaðarlausu!*
Kári sími: 824-1238

Tökum að okkur allt sem viðkemur garðinum, auk allrar almennrar smíðavinnu - lögg. húsasmíðameistari. Vanir menn, snör handtök. Sælugarðar s. 824 1238.

SMÁVÉLAVIÐGERÐIR & UTANBORÐSMÓTORAR

Smávélaviðgerðir, viðgerðir á utanborðsmótorum: Garðsláttuvélar, sláttuorf, sláttutraktorar, jarðvegsþjöppur, Gokartþjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig viðgerðir á fjórhjólum. JS Vélaverkstæði. S. 554 0661.

Trjáklippingar
Trjáfellingar og runnaklippingar. Alhliða garða þjónusta. Eiríkur Sæland garðyrkjufræðingur. Sími : 848 1723.

Málarar

Málarar geta bætt við sig verkefnum. Góð verð í boði. S. 611 7737.

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., píanófl. o.fl. Extra stór bíll. Flutningaþj. Mikaels. S. 894 4560 www.flytja.is

Húsaviðhald

Flísalagnir - Múrverk

Getum bætt við okkur verkum í flísalögnum, múrverki og múrviðgerðum.

Áratuga reynsla og vönduð vinnubrögð
Tímavinna og tilboð

Strúctor byggingaþjónusta ehf.
S. 893 6994

VIÐHALD
fasteignaviðgerðir

Allt viðhald ehf. annast viðhald og viðgerðir fasteigna fyrir fyrirtæki, húsfélög og einstaklinga.
Við önnumst m.a.:
• múrviðgerðir • þakviðgerðir • málningarvinnu • trésmíðavinnu • pípulagnir • raflagnir • flísalagnir.
Hringdu og við gerum þér tilboð, þér að kostnaðarlausu. • Sími 567 6699. Sendu okkur email og við gerum þér tilboð. • kristjan@vidhald.is

K.R.S. ELDON MÚRVERKTAKAR. Múrviðgerðir og flísalagnir. Vönduð vinna Tilb./tímav. S. 899 4254.

Tölvur

tölvuhjálp!
Yfirhalning á tölvu aðeins 2.900.- kr.
Ókeypis vírusvörn.
Nánar á: www.tolvuhjalp.is
Sími 588 9590
Vesturvör 32a • Kópavogi

Nudd

THE BEST!!! LUXURY WHOLE BODY MASSAGE IN DOWNTOWN ANY TIME!! 24/7 s 8570740

THE BEST!!!!
Whole Body Massage in Reykjavik Any Time 7759441

Líkamsnudd! Frábær þjónusta, tilboðsverð í dag! S:661 8272 eða 693 0348.

Spádómar

KÆRLEIKS-LJÓSID
Spámiðill Tarot lestur og kristalkúla
Visa 566 7311 euro
Tímapantanir í síma 8694650

Spásími 908 6060
Spámiðlun, tarot, andleg leiðsögn, fyrirbænir, draumar og trúnaður. Opið frá 12-23

S. 894 9228 Steinunn visa/euro.

Spásíminn 908 5666. Stjörnuspá. Tarot. Árspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

Önnur þjónusta

Nýtt útlit á gömul plön
Sérhannaðar vélar
Yfirborðshreinsun
Olíuhreinsir
Sápusýruþvottur
Gróðureyðir
Endurfúgun
Lökkun 2 umferðir
4-5 ára ending

Láttu okkur sjá um verkið
Gerum tilboð að kostnaðarlausu
4 400 400 STEYPUSTÖÐIN
www.steypustodin.is Sterkari lausnir

KEYPT & SELT

Til sölu

Gróðurhús TILBOÐ !!!
6fm með hertu gleri 230þ. 9fm með hertu gleri 330þ. KLIF ehf, S:552-3300

DOMTI
Smáratorgi 1

Fyrir útihátíðina
Hattar, regnföt, blikkgleraugu, hringir,ferðavörur og margt fl. Domti Smáratorgi bara ódýrara

Til sölu tvö 9 feta poolborð, einnig nokkur pókerborð. Fást á góðu verði. Uppl. gefur gylfi@players.is eða Gylfi í síma 770 4040.

Eldri vagn í mjög góðu standi, fylgir honum fortjald. Skoðaður til 2014 verð 250þ. S: 891-8087.

9 hluta myndavél, ca 40-70 ára safnhlutur. Ekki dýrt og virkar enn. S. 857 5060.

Óskast keypt

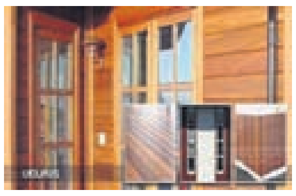
KAUPUM GULL

og aðra eðalmálma gegn framvísun persónuskilríkja.
Sigga & Timo Linnetsstíg 2,
220 Hafnarfjörður S. 565 4854
www.siggaogtimo.is

Kaupi gull !
Ég, Magnús Steinþórsson gullsmíðameistari, kaupi gull, gull peninga og gull skartgripi. Kaupi allt gull, nýlegt, gamalt og illa farið. Leitið til fagmanns og fáið góð ráð.
Uppl. á demantar.is í s. 699 8000 eða í Pósthússtræti 13 (við Austurvöll),
Verið velkomin

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
Kaupum gull til að smíða úr. Spörum gjaldeyri. Heiðarleg viðskipti. Aðeins í verslun okkar Laugavegi 61.
Jón og Óskar - jonogoskar.is
s. 552-4910.

Til bygginga



Harðviður til húsabygginga.
Sjá nánar á www.vidur.is
Vatnsklæðning, panill, pallaefni, parket, útihurðir, ofl. Gæði á góðu verði. Nýkomnar Eurotec A2 harðviðarskrúfur. Penofin harðviðarolía. Indus ehf, Óseyrarbraut 2 Hf, Uppl.hjá Magnúsi í símum 660 0230 og 561 1122.

Verslun

7 rósir 990 kr.
Dalía
BLÓMABÚÐ GLÆSIBÆ
S. 568 9120

Skoðaðu www.hobbystore.is sem býður spy vörur.

HEILSA

Heilsuvörur

Árangur með Herbalife í yfir 30 ár. Hringdu og fáðu frían prufupakka. Edda Borg S. 896 4662 www.lifsstill.is

Fæðubótarefni

Viltu léttast? Eða þyngjast? Prófaðu Herbalife! Ólöf 861 5356, osa@ismennt.is

Nudd

TANTRA MASSAGE
Authentic initiation into the tantric mysteries with tantra massage. Unique experience for men, women and couples. Tel: 698 8301 www.tantra-temple.com

NUDD - DEKUR - ÍÞRÓTTANUDD
Íþróttanudd, Gigtarnudd (krepptir fingur), Svæðanudd, Dekur f. pör, vini og hópa, skrúbb, pottur, nudd og máltíð. Góð tilboð. JB Heilsulind. S. 823 8280.

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Flug

1/6 hlutur til sölu í Piper Cherokee PA-28-180 4ja sæta árg. '64 góð vél S: 898 5544.

Ökukennsla

www.aksturinn.is
S. 694 9515
Öku og bifhjólakennsla. Tek einnig að mér akstursmat. Uppl. í s. 694 9515 Haukur Vigfússon.

HEIMILIÐ

Barnavörur

Einstaklega fallegur Silver Cross barnavagn. Lítið notaður eins og nýr. Framleiddur 2006. Mjög rúmgóður. Verð 195.000,- Upplýsingar í síma 660 2320

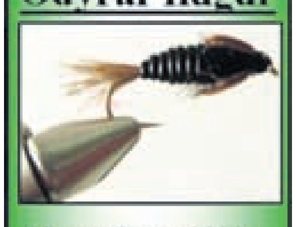
Dýrahald

Sylvía er týnd! Hún er gráböndótt læða með rauða ól og skekkju á skottinu. Hún á heima á Bergstaðastræti. Hún gæti hafa lokast einhvers staðar inni, ef það er einhver staður í hverfinu sem köttur gæti hafa lokast inni vinsamlegast athugið hvort hún leynist þar. Ef þú hefur séð hana á ferðinni síðan á föstudaginn 22. júlí vinsamlegast hringið í síma 848-3190 eða 865-9018. Takk fyrir. Oddur og Elísabet.

TÓMSTUNDIR & FERÐIR

Fyrir veiðimenn

Ódýrar flugur



Silungaflugur 200 kr.
Laxaflugur 350 kr.
Straumflugur 285 kr.
Brasstúpur 395 kr.

Við erum ódýrari!
Veiðiportið
Grandagarði 3
Sími: 552-9940

Veiðiportið

Straumflugur 285 kr.
Laxaflugur 350 kr.
Silungaflugur 200 kr.
Brasstúpur 395 kr.

Við erum ódýrari!
Veiðiportið
Grandagarði 3
Sími: 552-9940

HÚSNÆÐI

Húsnæði í boði

www.leiguherbergi.is

1-2 manna herb.Funahöfða 17a -19 Rvk og Dalshraun 13 Hfj M/ baði. eldh., þurrkara og þvottavél. 824 4535.

Room for rent 1-2 person,. Funahöfða 17a -19 Rvk and Dalshraun 13 Hfj Whith Bath, kitch, washing room incl. Uppl/info í S. 824 4535. www.leiguherbergi.is

Skammtímaleiga í 101 Reykjavík. Til leigu fullbúin íbúð fyrir 2-5 persónur nálægt gömlu höfninni. Upplýsingar í síma 899 6400 Einar Sörli.

Herbergi í 101 til leigu. Nálægt HÍ. Sími 773 3182.

Leigjendur, takið eftir!
Þið eruð skrefi á undan í leit að réttu íbúðinni með hjálp Leigulistans. Kíktu inn á www.leigulistinn.is eða hafðu samb. við okkur í s. 511 1600.

Lítil 2. herb. íbúð m. sérinngangi í 101 Rvk. Uppl. á ibudlaus@gmail.com

2 íbúðir í 108, Jöldugróf. Upplýsingar í síma 863 8892.

Húsnæði óskast

Par í námi með hvolp óskar eftir 2ja herb. eða studíó íbúð til leigu. Erum reykl.og reglussöm. S. 899 1780.

Óskum eftir 3 - 4 herb íb. langtíma leigu í Rvk. skilvísar greiðslum. Reglusöm / reyklaus uppl: 8485614

Óska eftir 4-5 herbergja húsnæði til langtímaleigu. Skilvísar greiðslur. Reglusemi. Upplýsingar í síma 824 2356.

Geymsluhúsnæði

geymslur.com
Geymslur frá 3990.- kr á mán. Í Garðabæ (hjá Ikea) og Reykjavík (Fiskislóð) Upphitað, vaktað & öryggismyndavélar. S. 555 3464.

www.geymslaeitt.is
Sér geymslur frá 4 til 17 m2. Lágt verð. Opið 8-22. Búslóðir, lagerar, bókhald, iðnaðarmenn. Upphitað og vaktað. S: 564-6500

Atvinnuhúsnæði

ATVINNUHÚSNÆÐI Til sölu á Krókháls nr 10 c.a 120 fm . Verð 23.000.000. Húsnæðið er laust til afhendingar strax. Áhvílandi lán frá Íslandsbanka kr c.a 13.9 mill. Uppl. síma 517-1111 eða 696-1001.

Gisting

GISTING Í KAUPMANNAHÖFN

Fullbúnar lúxus íbúðir í göngufæri frá miðbænum.

Góður kostur fyrir fyrirtæki og einstaklinga.
Verð frá 1050 dkr nóttin fyrir 3ja herb. íbúð.

Nánari uppl. í s. 891-8612, +45 27111038, www.stracta.com eða annalilja@stracta.com

stracta
CONSTRUCTION AND DEVELOPMENT

ATVINNA

Atvinna í boði

Leikskólinn Undraland ehf
Okkur vantar jákvæðan og duglegan starfsmann í 1 ár á lítinn einkarekinn leikskóla í Kópavogi. Fullt starf.

Íslensku kunnátta skilyrði.
Áhugasamir hringi í s. 899 8654 Sonja eða 862 3029 Bryndís

Players sportbar óskar eftir vönu fólki á bar. Einnig óskum við eftir að ráða kokk í fullt starf. Uppl. gefur gylfi@players.is eða Gýlfi í síma 770 4040.

Okkur vantar til vinnu í Noregi einn gröfumann og 3 handlagna menn, gjarnan fagmenn en ekki skilyrði. Sendið skilaboð á netfang bvvigbjo@gmail.com eða í síma 0047 97612713

Bílstjóri óskast í dagvinnu frá 12-18 alla virka daga. Mjög góð laun í boði og bíll til umráða. Fyrirspurnir óskast í síma 847-2389 - Kjartan.

Vantar mann til að vera með bát á strandveiðum á C-svæðinu, út ágúst. Reynsla æskileg. S 847-3758

Vanann yfirvélstjóra vantar á 200 tonna bát með 650 hestafla vél. Uppl. í s. 894 1899.

Atvinna

Fjölbreytt og gefandi starf

Ég er fertug, gift kona og verðandi móðir með hreyfihömlun. Ég þarfnast aðstoðar við flestar athafnir daglegs lífs og óska eftir persónulegri aðstoðamanneskju til starfa. Hægt er að velja á milli dagvakta, helgarvakta og kvöldvakta.

Þeir sem starfa hjá mér stuðla að tækifærum mínum til þáttöku í samfélaginu og auka lífsgæði mín. Æskilegt er að umsækjandi hafi bílpróf þar sem ég hef eigin bíl til umráða. Viðkomandi þarf einnig að vera barngóður því von er á barni í ágúst.
Jákvæðni, sveigjanleiki og virðing er lykillinn að farsæld í þessu samstarfi.
Fyrirspurnir, umsóknir og ferilskrá ásamt meðmælum má senda á netfangið: asdisjenna@simnet.is en einnig er hægt að hringja í síma 775-7377.

Ásdís Jenna Ástráðsdóttir

tímamót

timamot@frettabladid.is

ALEXANDRE DUMAS (1824-1895) rithöfundur fæddist þennan dag.

„Hamingjan er eins og þeir staðir í ævintýrunum sem vaktaðir eru af drekum, við verðum að berjast til að öðlast hana.“

Elskuleg eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma

Guðlaug Eggertsdóttir

Andrésbrunni 12, Reykjavík,

verður jarðsungin frá Dómkirkjunni í Reykjavík föstudaginn 29. júlí kl. 13.00.

Kristján Ragnarsson
Gunnar S. Jónsson
Þuríður M. Jónsdóttir **Kristján Gunnarsson**
Heiða Björk Jónsdóttir
Þröstur I. Jónsson **Kolbrún Jónsdóttir**
ömmubörn og langömmubörn

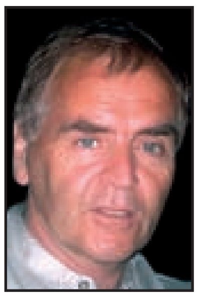
Yndislega eiginkona mín, móðir, tengdamóðir og amma,

Róshildur Stefánsdóttir

Ljósuvík 14, Reykjavík,

sem lést aðfaranótt fimmtudagsins 21.júlí, verður jarðsett föstudaginn 29. júlí kl. 11 frá Grafarvogskirkju. Þeim sem vildu minnast hennar er bent á Líknardeild Landspítalans í Kópavogi.

Birkir Þór Gunnarsson
Gunnar Birkisson **Jóhanna Bergmann Þórhallsdóttir**
Stefán Hjálmar Birkisson **Margrét Björk Kjartansdóttir**
Dagný Björk Stefánsdóttir **Steindór Hjartarson**
Aron Birkir Stefánsson
Hanna Björt Stefánsdóttir



Faðir okkar, tengdafaðir, bróðir, mágur og afi,

Guðmundur Helgason

Sæbólsbraut 23, Kópavogi,

sem lést fimmtudaginn 21. júlí, verður jarðsunginn frá Kópavogskirkju föstudaginn 29. júlí kl. 13.00. Blóm og kransar vinsamlega afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hans er bent á Ljósið.

Helgi Ragnar Guðmundsson **Jóna Heiða Hjálmarsdóttir**
Sölvi Rúnar Guðmundsson
Þorsteinn Rafn Guðmundsson
Þorsteinn Helgason **Ástfríður Árnadóttir**
og barnabörn.

Elskuleg eiginkona, móðir, tengdamóðir og amma,

Ása Kristinsdóttir

Grenimel 43,

sem andaðist mánudaginn 11. júlí, verður jarðsungin frá Dómkirkjunni fimmtudaginn 28. júlí kl. 15.00. Blóm og kransar eru afþakkaðir, en þeim sem vildu minnast hennar er bent á styrktarfélagið **Göngum saman** (gongumsaman.is, eða sími Krabbameinsfélagsins: 5401990).

Svavar Björnsson
Ásta Svavarsdóttir **Tómas R. Einarsson**
Sigrún Svavarsdóttir
Kristín Svavarsdóttir **Sæmundur Runólfsson**
Björn Þór Svavarsson **Sigrún Jóna Andradóttir**
og barnabörn

VINSÆL Í RÚSSLANDI Úlfur Elíasson fór ásamt ömmu sinni Hallveigu Thorlacius til Rússlands og komst að því að Grýla myndi ekki vera spennt fyrir að borða Rússa, sem reykja mikið. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

HALLVEIG THORLACIUS: BRÚÐURLEIKHÚS HENNAR EFTIRSÓTT Í RÚSSLANDI

Rússnesk tilboð streyma inn

Íslensk brúðuleikhús eru að slá í gegn í Rússlandi. Hallveig Thorlacius með sýninguna Minnsta tröll í heimi og Bernd Ogrodnik með Umbreytingu sóttu rússnesku brúðuhátíðina Baltic Sea Countries Puppet Theatre Festival í Sankti Pétursborg í Rússlandi á dögunum. Viðbrögðin létu ekki á sér standa og þeim hafa borist mörg tilboð um sýningar í Rússlandi.

„Ég er að fara með brúðusýningu til Múrmansk í september,“ segir Hallveig Thorlacius brúðuleikari og bætir við að hún eigi eftir að vinna úr fleiri tilboðum um sýningar í Rússlandi á næsta ári. „Það er mikil hefð fyrir brúðuleikhúsi í Rússlandi og virðing borin fyrir því,“ segir Hallveig sem fengið hefur gæðastimpil á leikhús sitt í Rússlandi. Hallveig segir að Rússar séu óvanir því að fólk leiki eitt. „Þetta eru stór leikhús en þeir eru að læra af okkur því við höfum reynslu í að vera fá,“ útskýrir Hallveig

Sýningu Hallveigar í Sankti Pétursborg sóttu aðallega fullorðnir. Hallveig segir hlæjandi að einungis þrjú börn hafi verið á staðnum. „Það gerði ekkert til, það var bara dásamlegt,“ segir Hallveig sem lék í Dostojevskísafni. „Frá því að ég kom inn á sviðið og þar til ég fór út aftur þá var ég með óskipta athygli áhorfenda.“ Áhorfendur taka þátt í sýningu Hallveigar. „Ég læt börnin, vanalega, hjálpa söguhetjunni að bjarga sér úr klónum á Grýlu en í þetta skiptið mátti ég hafa mig alla við til að leyfa börnunum að taka þátt af því að fullorðna fólkið var svo fljótt að grípa tækifærið.“

Dóttursonur Hallveigar, Úlfur Elíasson, átta ára, fór til Sankti Pétursborgar með henni. Honum fannst það mikil upplifun en komst að þeirri niðurstöðu að Grýla myndi ekki vera spennt fyrir því að borða Rússa. „Af því þeir voru alltaf að reykja.“

martaf@frettabladid.is

Elskuleg móðir okkar, amma, dóttir, systir og mágkona,

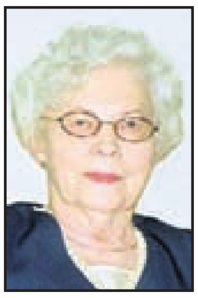
Ástríður Karlsdóttir

Klapparstíg 14, 101 Reykjavík,

andaðist á gjörgæsludeild Landspítalans í Fossvogi, laugardaginn 23. júlí.

F.h. aðstandenda,

Dóra Sif Tynes
Hrefna Tynes.



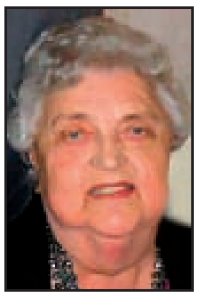
Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og langalangamma,

Guðrún Ágústa Sigurjónsdóttir

Árskógum 2,
áður Norðurgarði, Vestmannaeyjum,

andaðist föstudaginn 22. júlí á Hjúkrunarheimilinu Skógarbæ. Jarðarförin auglýst síðar.

Ólafur R. Guðnason **Kristín A. Schmidt**
Helgi Þ. Guðnason **Guðlaug K. Einarsdóttir**
Ása F.M. Guðnadóttir
barnabörn, barnabarnabörn og barnabarnabarnabörn.



Elskuleg móðir okkar og tengdamóðir,

Herdís Guðrún Ólafsdóttir

Brúnavegi 9, Reykjavík,

sem andaðist fimmtudaginn 21. júlí, verður jarðsungin frá Fossvogskirkju föstudaginn 29. júlí kl. 15.

Viðar Gunnarsson **Guðbjörg Bergs**
Ómar Þór Gunnarsson **Guðný Ólafsdóttir**
Ástríður Ólöf Gunnarsdóttir **Kjartan Hrafn Helgason**
Bjarni Matthías Gunnarsson **Hulda Björk Erlingsdóttir**

Innilegar þakkir til allra sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför okkar ástkæra eiginmanns, föður, tengdaföður, afa og langafa,

Sigurðar Úlfarssonar

Teigagerði 16.

Sérstakar þakkir til starfsfólks deildar A6 á Landspítalanum Fossvogi.

Margrét K. Björnsdóttir
Björn Úlfar Sigurðsson **Ósk Halldórsdóttir**
Sigríður Margrét Sigurðardóttir **Ágúst Benediktsson**
barnabörn og langafabörn.

SUMARÚTSALA

ÚTSÖLULOK

ALLT AÐ 80% AFSLÁTTUR

TX-P42S30E

ÚTSÖLUVERÐ 159.995

VERÐ ÁÐUR 189.995

-16%

TX-P42S30E - 42" Panasonic sjónvarp

- Full HD 1080 p • 600 Hz • Háskerpu móttakari • DVB-T
- USB 2.0 • DivX • Progressive Scan • Kortalesari

Panasonic

42LE730N

LG

ÚTSÖLUVERÐ 199.995

VERÐ ÁÐUR 269.995

-26%

42" LG LED Full HD 100 Hz sjónvarp

- Full HD LED sjónvarp frá LG með 1920x1080 punkta upplausn • Intelligent Sensor 2 myndstýring
- 100 Hz • Fjögur HDMI • DivX HD stuðningur á USB, spilar MKV-skrár • Nettengjanlegt

PIPAR\TBWA • SÍA • 111852

ÚTSÖLUVERÐ 79.995

VERÐ ÁÐUR 119.995

-33%

Yamaha YHT-S400 3.1 heimabíókerfi

- 3xHDMI tengi • Uppskölun í Full HD 1080 p • Hannað fyrir 32"-50" sjónvörp
- Með innbyggðu FM-útvarpi • Bassabox innbyggt í magnara þar sem allar tengingar eru og aðgerðir á skjá

YHTS400

YAMAHA

Yamaha MCR-230 smástæða

YAMAHA

- iPod-vagga
- USB-tengi
- Geislaspilari
- FM útvarp
- 2x20w
- Sub out

ÚTSÖLUVERÐ 39.995

VERÐ ÁÐUR 59.995

-33%

MCR-230

MP4 spilari Airis 1,8" 4GB svartur

- Þægilegur og einfaldur MP3-spilari
- 4GB minni

MPA214

ÚTSÖLUVERÐ 6.495

VERÐ ÁÐUR 12.995

-50%

AIRIS

Nokia C3-01 Silfur

Takkar og snertiskjár

- Wi-Fi
- Facebook
- Twitter
- 5 MP myndavél

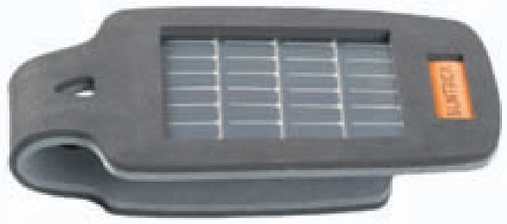
ÚTSÖLUVERÐ 24.995

VERÐ ÁÐUR 39.995

-38%

NOKIA

002S9L7



VERÐ FRÁ 4.995

Allt að 50% afsláttur

SUNTRICA

SSW201

Sólarhleðslutæki fyrir Nokia-síma, iPhone og Android-síma

- Frábært fyrir göngugarpa, hestamenn og fleira útivistarfólk sem er oft á tíðum í lengri ferðum fjarri rafmagni • Þolir vel íslenska veðráttu

TILBOÐSHORNIÐ

TAKMARKAÐ MAGN

Númer	Verð áður	Útsöluverð	Magn
YAMAHA HEIMABÍÓMAGNARI			
RXV367BL	59.995	39.995	5
YAMAHA HEIMABÍÓMAGNARI			
RXV667TI	99.995	59.995	1
YAMAHA HEIMABÍÓMAGNARI			
RXV765TI	99.995	69.995	3
YAMAHA SMÁSTÆÐA			
TSX130B	69.995	39.995	16
YAMAHA HEIMABÍÓKERFI			
YHT292	99.995	59.995	4
YAMAHA HÁTALARAR			
NS555	79.995	49.995	8
HEIMABÍÓHÁTALARAR			
KEF 1005.2	119.995	69.995	4

SUMARÚTSALA

20% afsláttur af öðrum aukahlutum fyrir farsíma

Mikið úrval af farsímum á allt að **60%** afslætti

10% afsláttur af nýjum símum

Rýmum til fyrir nýjum vörum!

Hátækni

Opið: Virka daga 9.30–18 • lokað á laugardögum í sumar

Verslun Ármúla 26 | Sími 522 3000 | www.hataekni.is/utsala

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS

ATH. OPNUM *ALLAR* VERSLANIR Í DAG KL.11:00 ATH. OPNUM *ALLAR* VERSLA

98 KR. FL
FANTA LEMON 500ml

98 KR. STK
CORNY BIG MÚSLÍ KEX 50g

59 KR.DS
COKE ZERO 33 CL

Orkudrykkir eru ekki ætlaðir börnum yngri en 15 ára
98 KR. DS
EURSHOPPER ORKUDRYKKUR 500ml

69 KR. DS
MOUNTAIN DEW - EGILS MIX - EGILS APPELSÍN - PEPSI - PEPSI MAX

98 KR. PK
MARYLAND KEX 150g SEX TEGUNDIR

98 KR. 1 LTR
PURE ICELANDIC; 1 ltr. ÍSL. VATN

ALLT ÞETTA FYRIR MINNA EN 100 KR.

29 KR. PK
EUROSHOPPER NÚÐLUR 85g

98 KR. STK
YUM-YUM NÚÐLUR 70g

35 KR. PK
ROOKEE NÚÐLUR 85g

98 KR. DS
EUROSHOPPER KATTAMATUR nokkrar teg. 400g

98 KR. PK
TVEIR FROSNIR MAISSTÖNGLAR

98 KR. PK
FROSIN MAISKORN 450g

98 KR. PK
EURSHOPPER 25 STK. PLASTBURÐARPOKAR 25 ltr.

98 KR. PK
BÓNUS FLATKÖKUR 5 STK.

49 KR. DS
KATTAMATUR 100g

98 KR. DS
HUNDMATUR 300g

98 KR. PK
SALTSTENGUR 250g

98 KR. PK
HAFRAMJÖL 500g

FYRIR GÓÐA TANNHEILSU
TVEIR TANNBURSTAR Í PAKKA
SOFT & MEDIUM
98 KR. PK

98 KR. PK
EYRNAPINNAR 200stk

98 KR. PK
RÍSKÖKUR 100g

AFGREIÐSLUTÍMI
MIÐVIKUDAGUR
11:00-18:30

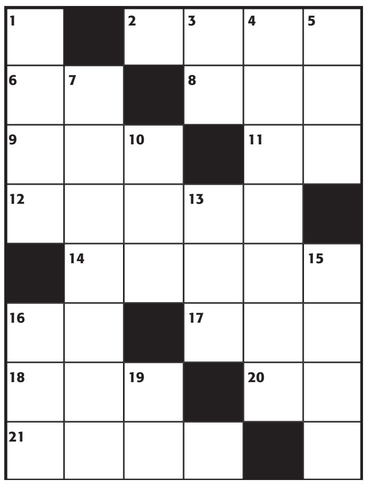
BÓNUS BÝÐUR BETUR

Hér færðu veltutengda VILDARPUNKTA
VISA Vildarklúbbur

AFGREIÐSLUTÍMI
MIÐVIKUDAGUR
11:00-18:30

BÓNUS BÓNUS BÓNUS BÓNUS
ANIR Í DAG KL.11:00 ATH. OPNUM ALLAR VERSLANIR Í DAG KL.11:
PYLSUR Í FERÐALAGIÐ
198 KR. 5 STK
SS DANSKAR PYLSUR 5 STK.
575 KR. PK
SS VÍNARPYLSUR 10 STK.
139 KR. 5 STK
BÓNUS PYLSUBRAUÐ 5 STK
139 KR. 4 STK
BÓNUS STÓR HAMBORGARABRAUÐ
198 KR. 4 STK
BÓNUS NÝBAKAÐAR MJÚKAR KRINGLUR
259 KR. 4 STK
BÓNUS NÝBAKAÐAR KJALLARABOLLUR M.OSTI
395 KR. PK
BÚRFELLS HANGIKJÖTSÁLEGG 143g
295 KR. 250g
BÚRFELLS BRAUÐSKINKA 250g
BÓNUS BRAUÐSALAT 198 KR.
TÚNFISKSALAT - LAXA OG RÆKJUSALAT - HANGIKJÖTSSALAT 200G
359 KR. 100g
GRANDOS INSTANTS GOLD SKYNDIKAFFI
159 KR. 3 FERNUR
10.000 PAKKAR
579 kr.pk
Gevalía kaffi rauður melanrost 500g.
10.000 pakkar eftir á þessu frábæra verði.
MÖNDLUKAKA
MYLLU MÖNDLUKAKA 420g
298 KR. 420g
FERSKT BLANDAÐ HAKK
NAUT OG GRÍS 100% KJÖT
998 KR.KG
BÓNUS BÝÐUR BETUR
Hér færðu veltutengda VILDARPUNKTA
AFGREIÐSLUTÍMI
MIÐVIKUDAGUR
11:00-18:30

krossgáta



LÁRÉTT
2. íþrótt, **6.** frá, **8.** skír, **9.** fljótfærni, **11.** hætta, **12.** kompa, **14.** iðja, **16.** skóli, **17.** skjön, **18.** fuglahljóð, **20.** tveir, **21.** meiri.

LÓÐRÉTT
1. leikur, **3.** pot, **4.** fugl, **5.** af, **7.** hjáguð, **10.** sæti, **13.** framkoma, **15.** ekki margir, **16.** frjó, **19.** fyrir hönd.

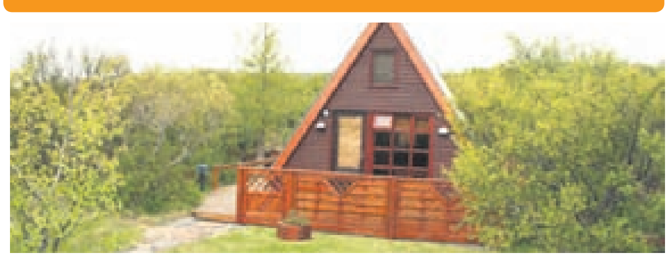
LAUSN
LÁRÉTT: 2. golf, **6.** af, **8.** tær, **9.** ras, **11.** vá, **12.** klefi, **14.** starf, **16.** fg, **17.** ská, **18.** rop, **20.** ii, **21.** æðri.
LÓÐRÉTT: 1. hark, **3.** ot, **4.** lævirki, **5.** frá, **7.** falsgoð, **10.** set, **13.** fas, **15.** fáir, **16.** fræ, **19.** pr.

HÖFÐI FASTEIGNASALA
Suðurlandsbraut 20
Sími 533 6050
Faxnr. 533-6055
www.hofdi.is

Sumarhús - Hvítársíðu Borgarfirði.

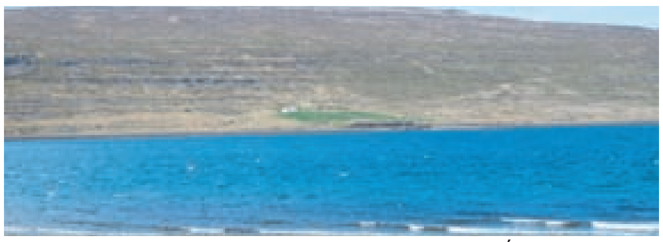
Mjög vinalegt og vel staðsett 57 fm. sumarhús í landi Fljótstungu í Hvítársíðu, Borgarfirði. Örstutt í Húsafell þar sem er sundlaug, golfvöllur o.fl. Húsið skiptist í forstofu og geymsluherbergi, stofu og eldhús, tvö svefnherbergi og baðherbergi. Stór lóð og víðsýnt til allra átta. **Verð kr. 15,2 millj. Upplýsingar veitir Runólfur á Höfða s. 892 7798.**

Húsafell – sumarhús.



Fallegur A-bústaður við Stuttárbotna í landi Húsafells. Einstaklega góð staðsetning í göngufæri við sundlaug, golfvöll o.fl. Bústaðurinn skiptist í andyri, eldhús, stofu og svefnherbergi á neðri hæð og tvískipt svefnloft sem er yfir hæðinni.. Mögulegt að stækka húsið. Áhugavert sumarhús á góðum stað með mikla útivistarmöguleika. **Verð kr. 11 millj. Upplýsingar veitir Runólfur á Höfða s. 892 7798.**

Jarðir við Ísafjarðardjúp.



Um er að ræða samliggjandi eyðijarðir, Eyri og Bjarnastaði við Ísafjarðardjúp. Jarðirnar eru landmiklar og liggja að sjó. Fjallendi er mikið og er talsvert af landinu lyngi og kjarri vaxið og er þar gott berjaland og veiðilendur fyrir gæs og rjúpu. Jarðhiti er á landinu og veiðiréttur í Ísafjarðará. **Verð kr. 24 millj. hvor jörð. Upplýsingar veitir Runólfur á Höfða s. 892 7798.**

Þingvellir

Til sölu 1562 fm eignarlóð í landi Miðfells v/Þingvallavatn. Húsið sem er á lóðinn er 22,4 fm ásamt svefnlofti. Hægt er að byggja við húsið. Mikill gróður er þegar til staðar á lóðinni. Einungis 35 mín akstur frá Reykjavík. Rennandi vatn og rafmagn. Lokað afgirt svæði stutt frá Þingvallavatni. **Verð 7,5 millj. Upplýsingar veitir Ásmundur á Höfða s. 895-3000.-**

Runólfur Gunnlaugsson lögg. fast. - Ásmundur Skeggjason lögg. fast.

Ástarleikur allra tíma

BAKÞANKAR
Jóns Sigurðar Eyjólfssonar

Í íþróttaleikjum er hægt að krýna menn sigurvegara einungis fyrir það að standa best að vígi á einhverjum ákveðnum tímapunkti. Þannig er það óumdeilt að það lið sem hefur skorað fleiri mörk í fótbolta að 90 mínútum liðnum er sigurvegari. En í lífinu sjálfu gengur þetta ekki eins vel því tíminn stoppar aldrei sama hvaða dómari blæs í flautuna. Menn geta því gengið til náða sem hetjur en vaknað sem skúrkar eða dáið halloka en síðan verið minnst í sögunni sem sigurboga andans.

BESTA dæmið um þetta er mesta ástarsaga allra tíma. Hún er frá elleftu öld en þá varð Frakkinn Pierre Abélard ástfanginn af henni Heloise. Hún var undir verndarvæng Fulberts frænda sem jafnframt var háttsettur maður innan kirkjunnar. Turtildúfurnar stungu af frá ofurvaldi Fulberts í París og var svo vingott með þeim á flóttanum að Heloise óx á þverveginn. Létu þau svo pússa sig saman á laun.

FULBERT frændi brást hinn versti við og lét hafa upp á þeim. Þegar hann kom höndum yfir Abélard vildi hann ráðast að rót vandans svo hann lét gelda hann. Ég er ansi hræddur um að íþróttafréttamaðurinn Henry Birgir Gunnarsson myndi segja að við svo búið væri leik lokið með sigri Fulberts. En í lífinu sjálfu er ekkert sigurmark til. Hvort sem við höfum himin höndum tekið eða misst allt lóðrétt niðrum okkur þá liggja úrslitin enn ekki fyrir.

ABÉLARD gengur í klaustur enda fátt um fína drætti þegar hér er komið sögu. Þar sem lífið var búið í brókunum sneri hann sér að bókunum og varð mikill fræðimaður. Þó að Heloise gengi heil til rekkju gekk hún líka í klaustur. Engir urðu endurfundir en þau skrifuðust á til æviloka.

ÁSTARBRÉF þeirra eru talin með perlum heimsbókmenntanna og rennur tár á hvarmi jafnvel hrjúfustu manna sem þau lesa. Fulbert reyndi hins vegar eins og rjúpa við staur að eigna sér einhver tónverk en fátt skilur hann eftir sig sem heimsbyggðin hefur áhuga á.

SJÖ öldum eftir andlát þeirra voru menn svo innblásnir af ástarbréfum þessara ólánsömu elskenda að þeir ákváðu að sameina jarðneskar leifar þeirra í sömu gröf. Hvað segir Henry Birgir um það?

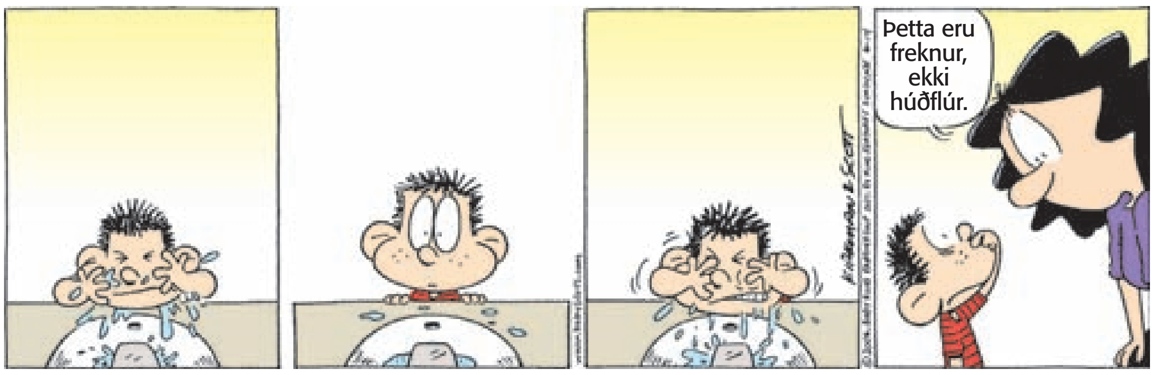
myndasögur

Pondus
Eftir Frode Øverli

Gelgjan
Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Handan við hornið
Eftir Tony Lopes

Barnalán
Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



EPSON

TILBOÐSDAGAR

AÐEINS Í NOKKRA DAGA

ALLTAF BETRA VERÐ

FJÖLNOTATÆKI

Epson PX660
Prentari og skanni sem prentar A4 í 5760 x 1440 punkta upplausn og skannar 1200 x 2400. 6,3 sm LCD skjár og kortalesari. Prentar allt að 38 bls. á mín. USB. Windows og Mac.

19.990

FULLT VERÐ KR. 22.990

ÞRÁÐLAUS +LCD

FJÖLNOTATÆKI

Epson SX420W
Prentari og skanni með LCD skjá og þráðlausu netkorti. Prentar A4 í 5760 x 1440p upplausn og 35 bls. á mín. Skannar í 1200 x 2400. Kortalesari. USB. Windows og Mac.

11.990

FULLT VERÐ KR. 13.990

FJÖLNOTATÆKI

Epson SX218
Prentari og skanni sem prentar A4 í 5760 x 1440p upplausn og skannar í 1200 x 2400. Með LCD skjá, kortalesara og USB. Virkar með Windows og Mac.

9.990

FULLT VERÐ KR. 11.990

FJÖLNOTATÆKI

Epson SX130
Prentari og skanni sem prentar A4 í 5760 x 1440p upplausn og skannar 600 x 1200. Prentar allt að 28 bls á mín. USB. Windows og Mac.

8.490

FULLT VERÐ KR. 9.990

ÞRÁÐLAUS +FAX

FJÖLNOTATÆKI

Epson BX610FW
Prentari, skanni og fax tæki. Prentar A4 í 5760 x 1440p upplausn og skannar 2400 x 2400. Prentar allt að 38 bls á mín. Með LCD skjá, kortalesara og USB. Windows og Mac.

19.990

FULLT VERÐ KR. 21.990

MYNDASKANNI

Epson Perfection V330
A4 mynda- og filmuskanni með 4800 x 9600 dpi upplausn. USB tengi. Windows og Mac.

16.990

FULLT VERÐ KR. 19.990

MYNDASKANNI

Epson Perfection V33
A4 skanni með 4800 x 9600p upplausn - 3.2Dmax. Epson ReadyScan LED styttir biðtíma. Flýtihnappar fyrir helstu aðgerðir og hugbúnaður til að lagfæra myndir fylgir. USB. Windows, Mac ofl.

13.990

FULLT VERÐ KR. 16.990

BLEKSPRAUTU PRENTARI

Epson S22
Bleksprautuprentari sem prentar A4 í 5760 x 1440p upplausn og allt að 28 bls. á mín. USB. Windows, Mac ofl.

6.990

FULLT VERÐ KR. 8.490

500 SÍÐUR AF VÖNDUÐUM PAPPÍR FYLGJA ÖLLUM EPSON PRENTURUM ÚT VIKUNA

TÖLVULISTINN

TL.IS

REYKJAVÍK • AKUREYRI • EGILSSTAÐIR • KEFLAVÍK • SELFOSS • HAFNARFJÖRÐUR

NÓATÚNI 17 SÍMI 414 1700	GLERÁRGÖTU 30 SÍMI 414 1730	MIÐVANGI 2-4 SÍMI 414 1735	HAFNARGÖTU 90 SÍMI 414 1740	AUSTURVEGI 34 SÍMI 414 1745	REYKJAVÍKURVEGI 66 SÍMI 414 1750

Fólk

folk@frettabladid.is

2001 **LAG SEM MICHAEL JACKSON** tók upp með Barry Gibb úr hljómsveitinni Bee Gees árið 2001 er fáanlegt til niðurhals á heimasíðu Gibbs. Lagið heitir All in Your Name og hefur aldrei áður heyrst opinberlega.

SÁTTUR Popparinn er ánægður með lögin sem leyfa hjónabönd samkynhneigðra.

Sigur fyrir jafnréttið

Popparinn og leikarinn Justin Timberlake er ánægður með að ráðamenn í New York hafi samþykkt frumvarp um að leyfa hjónabönd samkynhneigðra í ríkinu. Ríkið varð það sjötta í Bandaríkjunum til að leyfa slík hjónabönd.

„Ég er mjög ánægður með þetta. Fólk er eins misjafnt og það er margt. Við eigum að sameinast um það sem er öðruvísi við okkur og ekki vera hrædd við eitthvað sem við þekkjum ekki," sagði Timberlake. „Margir vina minna eru samkynhneigðir. Tveir bestu vina minna eru par. Þetta er mikill sigur fyrir jafnréttið. Ég er stoltur af því að New York hafi haft hugrekki til að gera hið rétta í stöðunni."

Mynd um U2 í Toronto

Ný heimildarmynd um írsku hljómsveitina U2 verður opnunarmynd alþjóðlegu kvikmyndahátíðarinnar í Toronto 8. september. Myndin nefnist From the Sky Down og fjallar um feril U2 með söngvarann Bono í fararbroddi. Leikstjóri myndarinnar er Davis Guggenheim, sem leikstýrði einnig heimildarmyndinni An Inconvenient Truth, sem hlaut Óskarsverðlaunin. Þetta verður í fyrsta sinn í 36 ára sögu Toronto-hátíðarinnar sem hún hefst með heimildarmynd.

EKKI NORN LENGUR Melissa Joan Hart, sem lék táningsnornina Sabrinu í samnefndum þáttum, mætti á frumsýninguna í New York.

ALLT AF STAÐ Neil Patrick Harris bregður á leik ásamt Strympu, Æðstastrumpi og óþekktum strumpi.

STRUMPANDI STRUMP Á STRUMPUNUM

Þrívíddarmynd um strumpana var frumsýnd í New York í vikunni. Söngkonan Katy Perry, Modern Family-stjarnan Sofia Vergara og How I Met Your Mother-dólgurinn Neil Patrick Harris eru á meðal þeirra sem ljá strumpunum raddir sínar.

KYNÞOKKASTRUMP Sofia Vergara lætur vel að heppnum strumpi.

GÓÐUR HÓPUR Neil Patrick Harris, Hank Azaria og Jayma Mays stilla sér upp með góðum strumpum.

FLOTT STRYMPA Katy Perry er ekki ólík Strympu.

Útsalan er hafin 30-70% afsláttur

LAURA ASHLEY
Faxafeni 14 108 Reykjavík S:5516646
Opið alla virka daga 10-18

Nærbuxum Greifanna stolið

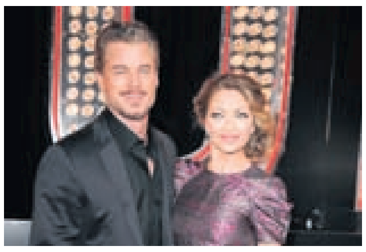
„Nú er maður bara nærbuxnalaus," segir Kristján Viðar Haraldsson, betur þekktur sem Viddi í Greifunum, en nærbuxum þeirra var stolið fyrir utan skemmtistaðinn SPOT í Kópavogi. Um er að ræða risavaxnar nærbuxur sem hengdar voru upp í auglýsingaskyni, en Greifarnir halda útihátíð á skemmtistaðnum um verslunarmannahelgina ásamt Sigga Hlö og Hvanndalsbræðrum. „Brækurnar voru komnar upp og áttu að auglýsa tónleikana, en einhver óprúttinn hefur bara tekið þær ófrjálsri hendi," segir Viddi, og bætir við að nærbuxurnar séu aðeins vikugamlar.

Saga nærbuxnanna nær þó lengra en viku aftur í tímann, en fyrstu nærbuxur Greifanna voru gerðar fyrir 27 árum. „Þetta byrjaði allt árið 1984 þegar við komum í fyrsta skipti fram í bíóinu á Húsavík. Móðir mín saumaði handa okkur risanærbuxur sem á stóð Special Treatment, eins og við hétum í byrjun, en þetta reyndist frábært auglýsingatrikk því við fylltum bíóið," segir Viddi. „Seinna létum við gera nærbuxur sem á stóð „Greifarnir" og þær hafa fylgt okkur í gegnum tíðina. Það var samt kominn tími til að gera nýjar og þær fengum við fyrir viku. Þær fóru fyrst upp á Mærudögum á Húsavík um síðustu helgi, en svo er þeim bara stolið núna," segir Viddi, en brækurnar voru hengdar upp á mánudag.

Viddi segir það líklegast að einhver sé að gera at í þeim Greifum. Ætli þetta sé einhver rosaleg grúppía? „Hún er þá allavega hrikalega stór," segir Viddi og hlær, en nærbuxurnar eru 3,80 metrar á breidd. Hann vonast til að endurheimta nærhaldið en segir þetta mál þó hið alvarlegasta. „Þetta er háalvarlegt mál, þó svo að ég sjái húmorinn í þessu líka." -ka

KRISTJÁN VIÐAR HARALDSSON

NÆRBUXNALAUSIR Greifarnir hafa löngum hengt upp risavaxnar nærbuxur til þess að kynna komandi tónleika. Þeir voru búnir að hengja upp glænýjar brækur fyrir framan SPOT í Kópavogi, en brókunum var stolið aðfaranótt þriðjudags.

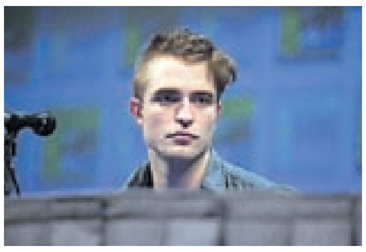


VERKJAPILLUFÍKN Eric Dane, hér ásamt konu sinni, Rebeccu Gayheart, er í meðferð vegna ofnotkunar á verkjatöflum. NORDICPHOTO/GETTY

Í meðferð

Leikarinn Eric Dane, betur þekktur sem læknirinn McSteamy úr sjónvarpsþáttunum Greys Anatomy, skráði sig inn í meðferð í sumar. Talsmaður leikarans segir Dane hafa tekið þessa ákvörðun eftir að honum fannst notkun hans á verkjapillum hafa farið úr böndunum.

Leikarinn á von á sínu öðru barni með leikkonunni Rebeccu Gayheart og veit að hann hefur miklu að tapa ef hann nær ekki að losa sig við fíknina.



NÝSTÁRLEGT Aðeins helmingingurinn af hári Roberts Pattison var til staðar á blaðamannafundinum. NORDICPHOTOS/GETTY

Óvanaleg hárgreiðsla

Leikarinn Robert Pattison skartaði óvenjulegri hárgreiðslu á teiknimyndaráðstefnunni Comic Con á dögunum. Pattison mætti ásamt leikaraliði Twilight-myndanna til að kynna næstu mynd í seríunni, The Twilight Saga: Breaking Dawn – Part 1, sem frumsýnd verður í nóvember.

Pattison mætti með hálfan hausinn rakaðan á blaðamannafundinn og skar sig úr hópnum með tætt hárið. Ekki er víst hvort hann þurfti að rjúka úr rakarastólnum eða var að reyna að hefja nýja tískubylgju. Líklegast er þó að greiðsla leikarans tengist starfinu á einhvern hátt.

FATAHÖNNUÐUR Emma Watson ætlar að taka kúrsa í saumaskap og fatahönnun þegar hún hefur nám við Oxford háskóla í haust. FRÉTTABLAÐIÐ/AP

Stefnir á fatahönnun

Leikkonunni Emmu Watson er fleira til lista lagt en að láta til sína taka á hvíta tjaldinu. Watson undirbýr sig undir að hefja háskólanám við Oxford-háskóla og ætlar sér að taka kúrsa í fatahönnun og saumaskap.

Með því að læra fatahönnun telur Watson sig fá útrás fyrir listhneigð sína og hver veit nema afraksturinn rati í búðirnar í framtíðinni.

Leikkonan unga er ekki ókunn tískuheiminum en Watson hefur verið andlit Burberry-tískuhússins og er fyrirmynd í klæðaburði.

Tóku upp plötu með Taylor

Strákarnir í Velvet Revolver uppljóstruðu á dögunum að þeir hefðu tekið upp heila plötu með Corey Taylor, söngvara Slip-knot. Ólíklegt er að platan komi nokkurn tímann út.

Matt Sorum, trommari Velvet Revolver, sagði í samtali við vefmiðilinn Lakaos.net að það hefði verið hugmynd hans að fá Corey Taylor í hljómsveitina. Gítarleikarinn Slash kunni hins vegar ekki að meta framlag Taylors.

„Við vorum ánægðir með efnið, þetta voru tíu lög," sagði Sorum. „Við gætum gefið út plötu á morgun. Hún er tilbúin. Ég sagði „kýlum á það" en Slash var ekki sáttur við lögin og ef það fíla ekki allir af okkur efnið getum við ekkert gert."

Sorum segir að það hafi verið afar ánægjulegt að vinna með Taylor, sem hann segir algjöran ljúfling. Hann bætti við að hljómsveitin yrði í hléi næstu misseri, eða þangað til söngvari finnst til að koma í stað Scotts Weiland, sem hætti árið 2008.

PRÓFUÐU TAYLOR Slash og félagar í Velvet Revolver prófuðu að taka upp tónlist með Corey Taylor úr Slipknot. Efnið verður líklegast ekki gefið út vegna þess að Slash var ekki að fíla það.

Allar ferðavörur

20-50%

útsala

LÝKUR UM HELGINA! LÝKUR UM HELGINA! LÝKUR UM HELGINA! LÝKUR U

SALA! ÚTSALA! ÚTSALA! ÚTSALA! ÚTSALA! ÚTSALA!

BYKO
útsala
Gerðu allt klárt
í ferðalagið!
Ferðagrill
Útilegustólar
Útileguljós
Svefnpokar
og dýnur
Ferðahátíð
í BYKO Breidd!
Opið til kl. 21
í kvöld!
Allar ferðavörur á
útsölu, mikill afsláttur.
Mikill
afsláttur
ÚTSALA! ÚTSALA! ÚTSALA!
LÝKUR UM HELGINA! LÝKUR UM HELGINA! LÝKUR UM HELGINA!

Komust ekki í 27-hópinn

Söngkonan Amy Winehouse komst á dögunum í hóp frægra tónlistarmanna sem hafa fallið frá aðeins 27 ára. Margir aðrir hafa ekki náð í þennan hóp en er sárt saknað úr bransanum.

27-hópurinn samanstendur af tónlistargoðsögnum á borð við Robert Johnson, Brian Jones, Jimi Hendrix, Janis Joplin, Jim Morrison, Kurt Cobain og nú síðast Amy Winehouse.

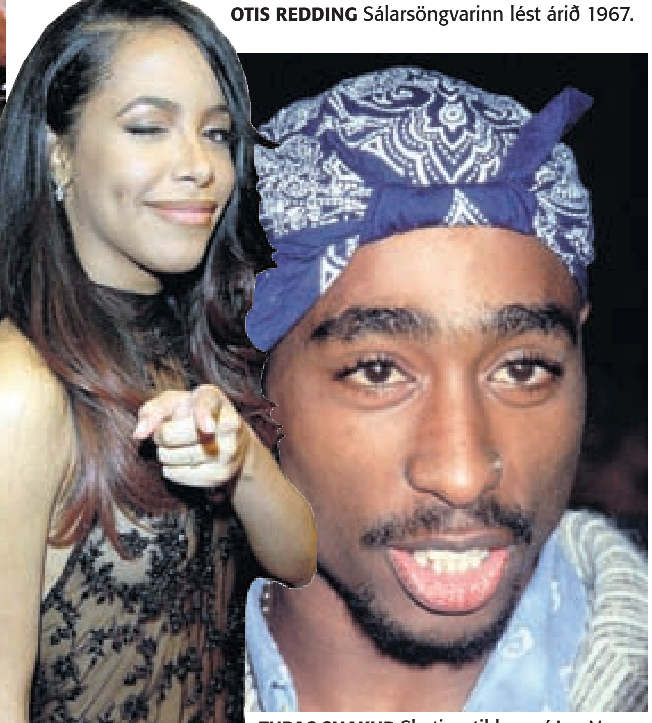
Þau eru þó ekki einu goðsagnirnar sem hafa látist langt fyrir aldur fram. Þrátt fyrir að hafa ekki komist í 27-hópinn hafa margir frægir tónlistarmenn látist þrítugir eða yngri. Nægir þar að nefna Jeff Buckley, rapparann Tupac Shakur, Buddy Holly og söngkonuna Aaliyah.

Hið merkilega er að fíkniefni komu ekkert við sögu í dauða þeirra, ólíkt megninu af hinum alræmda 27-hópi.

TÍU SEM LÉTUST ÞRÍTUGIR EÐA YNGRI

Nafn	Dánarorsök	Ár	Aldur
Aaliyah	Flugslys	2001	22 ára
Jeff Buckley	Drukknaði	1997	30 ára
Notorious B.I.G.	Skotinn	1997	24 ára
Tupac Shakur	Skotinn	1996	25 ára
Cliff Burton	Bílslys	1986	24 ára
Ian Curtis	Sjálfsvíg	1980	23 ára
Nick Drake	Sjálfsvíg	1974	26 ára
Otis Redding	Flugslys	1967	26 ára
Buddy Holly	Flugslys	1959	22 ára
Ritchie Valens	Flugslys	1959	17 ára

OTIS REDDING Sálarsöngvarinn lést árið 1967.



JEFF BUCKLEY Tónlistarmaðurinn drukknaði í ánni Mississippi árið 1997.

BUDDY HOLLY Lést í flugslysi ásamt Richie Valens í Iowa í Bandaríkjunum.

TUPAC SHAKUR Skotinn til bana í Las Vegas.

AALIYAH Söngkonan fórst í flugslysi, aðeins 22 ára.

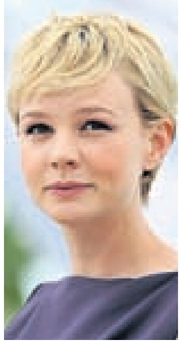
Rihanna kona ársins

Söngkonan Rihanna hefur verið kjörin kona ársins af tískutímaritinu Vogue á Ítalíu. Verðlaunin fær hún fyrir góðgerðarstarf sitt, farsælan poppferil og hvernig hún hefur tekist á við mótlæti í lífi sínu. Þar er meðal annars átt við samband hennar við fyrrum kærasta, Chris Brown, og föður hennar, Ronald Fenty, sem hefur átt við fíkniefnavandamál að stríða. „Sjálfstæð og kraftmikil. Hin unga Robyn Rihanna Fenty (aðeins 23 ára) er kona ársins, ekki bara fyrir sölutölur og útlit, heldur fyrst og fremst fyrir góðvild sína og baráttuanda," sagði í tímaritinu. „Rihanna kemur án efa sterkast til greina sem drottning poppsins."

RIHANNA Söngkonan er kona ársins að mati Vogue.

Mulligan trúlofuð Mumford

Carey Mulligan og söngvari Mumford and Sons, Marcus Mumford, opinberuðu trúlofun sína um helgina. Þau hófu samband í febrúar og hafa verið óaðskiljanleg síðan. Þau eyddu helginni á óðalssetri í Englandi, en þar á Marcus að hafa beðið leikkonunnar. „Carey leit út eins og kisa sem búin var að fá rjómann sinn. Hún var með fallegan trúlofunarhring og var ekkert að fela hann," sagði vitni.



CAREY MULLIGAN

BÍÓ ★ PARADÍS Sjá sýningartíma á midi.is og bioparadis.is

MEÐ STUÐNINGI REYKJAVÍKURBORGAR OG KVIKMYNDAMIÐSTÖÐVAR ÍSLANDS WWW.BIOPARADIS.IS / MIDI.IS

SMÁRABÍÓ GLERAUGU SELD SÉR 5%

CAPTAIN AMERICA 3D	KL. 5.25 - 8 - 10.35	12
CAPTAIN AMERICA 3D Í LÚXUS	KL. 5.25 - 8 - 10.35	12
FRIENDS WITH BENEFITS	KL. 5.40 - 8 - 10.20	12
ZOOKEEPER	KL. 3.30 - 5.45	L
TRANSFORMERS: DARK OF THE MOON 3D	KL. 10.40	12
BAD TEACHER	KL. 8 - 10.10	14
MR. POPPER´S PENGUINS	KL. 3.40 - 5.50	L
BRIDESMAIDS	KL. 8	12
KUNG FU PANDA 2 ÍSLENSKT TAL 3D	KL. 3.30	L

HÁSKÓLABÍÓ NÁNAR Á MIÐI.IS 5%

CAPTAIN AMERICA 3D	KL. 5.25 - 8 - 10.35	12
FRIENDS WITH BENEFITS	KL. 10.40	12
HARRY POTTER 3D	KL. 5.20 - 8	12
BAD TEACHER	KL. 5.50 - 8 - 10.10	14
ZOOKEEPER	KL. 5.45 - 8 - 10.15	L

BORGARBÍÓ NÁNAR Á MIÐI.IS

CAPTAIN AMERICA 3D	KL. 5.40 - 8 - 10.20	12
FRIENDS WITH BENEFITS	KL. 8 - 10.10	12
BRIDESMAIDS	KL. 5.40	12

midi.is Miðasala og nánari upplýsingar

LAUGARÁS BÍÓ www.laugarasbio.is -bara lúxus sími 553 2075

LAUGARÁSBÍÓ Sýningartímar

CAPTAIN AMERICA	5, 7.30 og 10(POWER)
FRIENDS WITH BENEFITS	5.50, 8 og 10.15
BRIDESMAIDS	4, 6.30 og 9
KUNG FU PANDA 2	4 - ISL TAL

SAMBÍÓIN

SAMBÍÓIN ÁLFABAKKA

HORRIBLE BOSSES	Sýnd í 2D kl. 8 - 10.15	12
HORRIBLE BOSSES LUXUS VIP	í 2D kl. 3 - 5.30 - 8 - 10.15	VIP
BÍLAR 2 M/ ísl. Tali	Sýnd í 3D kl. 3 - 5.30	L
BÍLAR 2 M/ ísl. Tali	Sýnd í 2D kl. 3 - 5.30	L
CARS 2 textalaus	Sýnd í 2D kl. 8 - 10.30	L
HARRY POTTER	Sýnd í 3D kl. 2.45 - 5.20 - 8 - 10.40	12
HARRY POTTER	Sýnd í 2D kl. 2.45 - 5.20 - 8 - 10.40	12
TRANSFORMERS 3	Sýnd í 2D kl. 8	12
THE HANGOVER 2	Sýnd kl. 5.30	12
KUNG FU PANDA 2 M/ ísl. Tali	Sýnd í 2D kl. 3	L

SAMBÍÓIN AKUREYRI

CARS 2 ísl tal 3D	kl. 5:40	L
HORRIBLE BOSSES	kl. 8 - 10:10	12
HARRY POTTER	kl. 6 - 9	12

SAMbio.is

SAMBÍÓIN EGILSHÖLL

CAPTAIN AMERICA 3D	kl. 2:30 - 5:30 - 8 - 10:45	12
HORRIBLE BOSSES	kl. 5:30 - 8 - 10:20	12
HARRY POTTER 3D	kl. 2:30 - 5 - 8 - 10:45	12
BÍLAR 2 ísl tal 3D	kl. 2:30 - 5	L
TRANSFORMERS 3 3D	kl. 8 - 11	12
KUNG FU PANDA 2 ísl tal 3D	kl. 2:30	L

SAMBÍÓIN KRINGLUNNI

CAPTAIN AMERICA	Sýnd í 3D kl. 6 - 9	12
HORRIBLE BOSSES	Sýnd í 2D kl. 6 - 8 - 10.20	12
BÍLAR 2 M/ ísl. Tali	Sýnd í 3D kl. 5.30	L
SUPER 8	Sýnd kl. 8 - 10.20	12

SAMBÍÓIN SELFOSS

CAPTAIN AMERICA	kl. 8 - 10.30	12
HORRIBLE BOSSES	kl. 8 - 10.15	12

SAMBÍÓIN KEFLAVÍK

CAPTAIN AMERICA DIGITAL-3D	kl. 8 - 10:40	L
HORRIBLE BOSSES	kl. 8 - 10:10	12

Fura • Lerki

SVONA FÆRÐU TILBOÐ Í PALLINN

Sérfræðingar okkar í Timburmiðstöðinni Grafarholti, Skútuvogi og verslunum um land allt hjálpa þér að finna bestu lausnina á lægra verði

- það er ekkert mál að smíða pallinn með okkur!

1. Þú kemur til okkar með teikningar eða þínar hugmyndir.
2. Við hjálpum þér að efnistaka og útfæra pallinn og mæta þínum þörfum um verð og gæði.
3. Þú sækir efnið eða við sendum þér það heim að dyrum.

FÁÐU TILBOÐ Í PALLINN HJÁ OKKUR!

20% afsláttur AF ÖLLUM GARÐHÚSUM
miðvikudag til sunnudags

285.000,-

Garðhús 7,2 m²
Breidd = 250 sm • Lengd = 290 sm
Vegghæð = 210 sm • Bjálkaþykkt = 44 mm
600236

139.900,-

Garðhús 4,4 m²
Breidd = 167 sm • Lengd = 267 sm
Vegghæð = 170 sm • Bjálkaþykkt = 32 mm
600239

139.900,-

Barnahús 2,69 m²
Breidd = 167 sm • Lengd = 267 sm + verönd 100 sm
Vegghæð = 170 sm (brúttó) • Bjálkaþykkt = 32 mm
600230

KLÁRAÐU PALLINN Á LÆGRA VERÐI!

HÚSASMIÐJAN

EIÐUR SMÁRI GUÐJOHNSEN spilar væntanlega sinn fyrsta leik með AEK í dag þegar liðið mætir tyrkneska liðinu Karabükspor í æfingaleik í Slóveníu. Eiður Smári mun hafa tekið þátt í sex æfingum með AEK-liðinu fyrir leikinn, þremur á mánudaginn, tveimur í gær og svo einni í morgun. Það er búist við því að Eiður byrji í framlínunni með Jose Carlos nýjum spænskum framherja liðsins.

Lið 12. umferðarinnar

Fréttablaðið hefur valið þá leikmenn sem stóðu sig best í sínum stöðum í 12. umferð Pepsi-deildar karla:

Úrvalsliðið:
Hannes Þór Halldórsson, KR
Skúli Jón Friðgeirsson, KR
Haraldur Guðmundsson, Keflavík
Guðm. Reynir Gunnarsson, KR
Finnur Ólafsson, ÍBV
Bjarni Guðjónsson, KR
Tómas Þorsteinsson, Fylki
Gunnar Már Guðmundsson, Þór
Matthías Vilhjálmsson, FH
Dávid Disztl, Þór
Hilmar Geir Eiðsson, Keflavík

GUÐJÓN PÉTUR LÝÐSSON Valsmenn eru ekki öflugir 11 á móti 10. FRÉTTABLAÐIÐ/HAG

Karlalið Vals í Pepsi-deildinni:

Skora einir ekki manni fleiri

FÓTBOLTI Valsmenn fóru illa með góða stöðu þegar þeir urðu manni fleiri á móti FH-ingum í Pepsi-deildinni í fyrrakvöld og töpuðu þar með dýrmætum stigum í toppbaráttunni. Þetta er ekki í fyrsta skiptið í sumar sem Valsliðið tapar leik þar sem liðið spilar ellefu á móti tíu í langan tíma. Valur tapaði 0-1 á móti ÍBV í 3. umferð þrátt fyrir að vera 11 á móti 10 allan seinni hálfleikinn.

Þegar betur er að gáð kemur í ljós að Valsliðið er nú eina liðið í Pepsi-deildinni sem hefur ekki skorað mark ellefu á móti tíu. Valsmenn hafa verið manni yfir í 78 mínútur og tapað þeim kafla 0-3. Aðeins eitt annað lið er í mínus, Víkingar voru í 62 mínútur manni yfir á móti Val en töpuðu leiknum 1-2. Hér fyrir neðan má sjá hvernig Pepsi-deildarliðin hafa nýtt þá stöðu að vera manni yfir. - óój

Markatala liða 11 á móti 10:

+3 Breiðablik (í 95 mínútur manni yfir)	3-0
+2 FH (68)	4-2
+2 Grindavík (58)	2-0
+2 KR (99)	3-1
+1 Keflavík (3)	1-0
+1 Fram (11)	1-0
-1 Víkingur (62)	1-2
-3 Valur (78)	0-3

ÍBV, Stjarnan, Þór Ak.og Fylkir hafa ekki spilað manni yfir í sumar.

Íslandsmeistarar Breiðabliks:

Verstir allra liða á útivelli

FÓTBOLTI Íslandsmeistarar Breiðabliks sitja aðeins í 8. sæti eftir fyrstu 12 umferðir Pepsi-deildar karla og þar spilar stórt hlutverk slök frammistaða liðsins á útivelli enda hafa 87 prósent stiga Blika komið í hús í Kópavogi.

Blikar eru aðeins búnir að ná í 2 stig af 18 mögulegum í sex fyrstu útileikjum sínum og að auki hafa Blikar tapað báðum útileikjum sínum í Evrópukeppni og bikarkeppni með markatölunni 1-9. Blikar hafa tapað 6 af 8 útileikjum sumarsins í öllum keppnum og markatalan er 7-25 þeim í óhag.

Breiðablik er líka það lið í Pepsi-deildinni sem er með verstan árangur á útivelli. Víkingur hefur einnig aðeins fengið tvö stig en er með einu marki betri markatölu. - óój

Vægast sagt lélegur með hægri

Guðmundur Reynir Gunnarsson, bakvörður KR-inga, hefur farið á kostum með liðinu í sumar. Hann segir sig langa í atvinnumennsku hvenær sem af því verður. Guðmundur Reynir átti frábæran leik í 4-0 sigrinum á Breiðablik í 12. umferð Pepsi-deildar og er besti leikmaður umferðarinnar að mati Fréttablaðsins.

FÓTBOLTI „Það er búið að vera mikið leikjaprógramm. En við mættum alveg tilbúnir í leikinn og náðum að skora þrjú mörk í fyrri hálfleik úr föstum leikatriðum. Það kláraði þetta. Ég held að fyrsta markið hafi slegið þá út af laginu," sagði Guðmundur Reynir um sigurinn gegn Blikum.

Guðmundur Reynir, sem allir í póstnúmeri 107 og víðar þekkja sem Mumma, segir stemninguna í leikmannahópi KR ástæðuna fyrir frábærum árangri liðsins í sumar.

„Mórallinn er frábær í liðinu og Rúni (Rúnar Kristinsson, þjálfari KR) bæði heldur okkur á tánum og sér til þess að mórallinn sé í lagi. Svo er hann líka frábær í því að leggja upp leikina á réttan hátt," segir Mummi.

Aðspurður hvort mórallinn sé ekki svo góður vegna þess hve vel gengur svarar hann:

„Ég myndi segja að við værum að vinna af því að mórallinn og liðsheildin eru svo sterk. En auðvitað gerir það liðsheildina og móralinn enn betri að vinna. En svo er Rúnar auðvitað mjög stór hluti af þessu."

Mummi hefur komið við sögu í öllum deildarleikjum KR í sumar og spilað einstaklega vel. Líklega aldrei betur.

„Ég held ég passi mjög vel inn í liðið. Mér finnst mjög þægilegt að spila með Grétar hægra megin við mig og Skara (Óskar Örn) fyrir framan mig á kantinum. Svo eru miðjumennirnir duglegir að detta í stöðu fyrir mig þegar ég fer fram. Ég er í mjög góðu formi og hef gaman af þessu," segir Mummi sem virkar þindarlaus í hlaupum sínum upp og niður völlinn. Hann er sammála því að hlaupin séu hans styrkleiki.

„Mér finnst ég vera bestur í því að hlaupa mikið. Ég hleyp mikið í leikjunum og það nýtist mér að þreytast minna en andstæðingurinn. Svo myndi ég segja að ég væri með ágætis hraða og áræðni," segir Mummi sem veit hvar hann þarf að bæta sig á vellinum.

„Ég get alltaf bætt varnarleikinn. Ég er ekki orðinn 100 prósent í honum en finnst ég samt hafa bætt mig mikið."

ÆFÐI DANS ÞEGAR HANN VAR LÍTILL Guðmundur Reynir neitar því að hann hugsi mikið um dansinn þegar hann leikur listir sínar með knöttinn. Hann útilokar ekki að danssporin séu í undirmeðvitundinni hjá honum. FRÉTTABLAÐIÐ/HAG

Mummi er örvfættur og blaðamaður spyr Mumma hvort hann geti ekki bætt hægri löppina eitthvað og uppsker hlátur.

„Ég mætti líka bæta það. Ég er mjög lélegur með hægri, vægast sagt og nota hægri fótinn í mesta lagi einu sinni til tvisvar í leik," segir Mummi og hlær.

Haustið 2008 hélt Mummi í atvinnumennsku til GAIS í Svíþjóð. Með í för var Guðjón Baldvinsson en óhætt er að segja að þeir félagar hafi ekki slegið í gegn líkt og þeir hafa gert í KR-búningnum í sumar.

„Við Gaui fórum þarna út. Síðan kom nýr þjálfari í fyrsta mánuðinum og við náðum einhvern veginn ekki að slá í gegn undir hans leiðsögn. Fljótlega fór ég aftur að láni til KR. Þetta einhvern veginn gekk bara ekki."

Undirritaður hleraði vini Mumma í Vesturbænum sem sögðu honum að Mummi væri afar heimakær. Hugsanlega hefði hann engan áhuga á að fara í atvinnumennsku yfir höfuð.

„Nei, mig langar nú aftur í atvinnumennsku þó svo mér finnist gott að vera á Íslandi. Ég stefni á að komast aftur út á næstunni. Hvort það verði í ár eða á næsta ári, það verður að koma í ljós," segir Mummi sem undanfarið hefur verið orðaður við norska liðið Brann.

Vinstri bakvarðarstaða íslenska landsliðsins í knattspyrnu er annáluð vandræðastaða. Miðað við frammistöðu Mumma í sumar gerir hann tilkall til landsliðssætis.

„Ég er ekki mikið að velta því fyrir mér en það hlýtur að vera stefnan hjá öllum knattspyrnumönnum að komast í landsliðið. Ég ætla að sjá hvað gerist í því."

Mummi er hæfileikaríkur píanóleikari og gaf út sinn fyrsta geisladisk á síðasta ári.

„Það er fullrólegt í tónlistinni í augnablikinu. Ég er bara aðeins að trúbadorast. Aðeins að leika mér. Það er ekki von á næstu plötu bráðlega en hún hlýtur að koma einhvern tímann."

Hann segist lítið hafa gert af því að skemmta í gleðskap með félögum sínum í KR-liðinu.

„Nei, við höfum gert lítið af því að detta í gítarstemningu í KR-liðinu. En kannski mæti ég einhvern tímann með gítarinn inn í klefa."

Mummi er annáluð svefnpurka og mætti halda miðað við sumar sögur að hann hafi varið meiri tíma ævi sinnar sofandi en vakandi.

„Mér finnst ágætt að sofa, ég neita því ekki. Sérstaklega í svona æfingaferðum þegar maður hangir uppi á hótelherbergi og hefur ekkert að gera. Þá finnst mér fínt að sofa, " segir Mummi sem útilokar ekki að svefninn sé ávísun á árangur hans. Það sé hollt fyrir mann að sofa segir hann meir í gríni en alvöru.

Líklegt er að Mummi hafi lagt aftur augun í gær en fram undan var síðdegisæfing með óhefðbundnu sniði.

„Við förum í spa í World Class. Það er bara lúxus," sagði vinstri bakvörðurinn en mikið álag hefur verið á KR-liðinu undanfarið og ekkert lát á því á næstu vikum.

kolbeinntd@365.is

Valskonur yfirspiluðu Fylki með frábærum sóknarleik og minnkuðu forskot Stjörnunnar á toppnum í tvö stig:

Hólmfríður skoraði í fyrsta leiknum með Val

FÓTBOLTI Valur vann Fylki örugglega 4-0 á heimavelli sínum í Pepsí-deild kvenna í gærkvöldi þar sem liðið lék við hvern sinn fingur, sérstaklega í fyrri hálfleik þegar Kristín Ýr Bjarnadóttir skoraði þrennu.

Augu flestra voru á Hólmfríði Magnúsdóttur sem er komin heim á ný eftir atvinnumennsku í Bandaríkjunum en Hólmfríður sat á varamannabekknum á meðan Valur yfirspilaði Fylki í fyrri hálfleik og gerði út um leikinn, 3-0.

„Liðið spilaði frábærlega. Aðstæður voru erfiðar, mikill vindur þannig að við ákváðum að halda boltanum á jörðinni, spila einfalt og vel. Mörkin voru gullfalleg og liðið spilaði bæði vörn og sókn frábærlega," sagði Gunnar Rafn Borgþórsson þjálfari Vals að leiknum loknum.

Hólmfríður kom inn á þegar tæpur hálftími var eftir og var ljóst að hún ætlaði að skora í fyrsta leik sínum í rauðri treyju Vals þar sem hún sótti að marki í hvert skipti sem hún fékk boltann.

„Ég ætlaði mér að skora í fyrsta leiknum fyrir Val, það var alveg klárt og það tókst. Það var gaman að opna markareikninginn með nýju liði. Ég er komin hingað til að hjálpa Val að vinna alla titlana," sagði Hólmfríður.

Það var mikill vindur og kalt á vellinum í gær en Hólmfríður vill það frekar en hitann og rakann í Philadelphiu . „Það er búið að vera of heitt úti og því var gott að koma heim í ferska íslenska loftið og íslenska veðrið," sagði Hólmfríður að lokum.

„Sóknarleikur Vals í fyrri hálfleik var stórkostlegur og þær gjörsamlega slátruðu okkur. Ég hefði viljað verjast vel en ég tek það ekki af Val að sóknarleikurinn var til fyrirmyndar. Við vissum að þær myndu sækja svona og við ætluðum að loka á þær en það eru mikil gæði í Valsliðinu og það sást mjög vel," sagð Jón Páll Pálmason þjálfari Fylkis eftir leik en lið hans virkaði andlaust gegn beittu liði Vals í fyrri hálfleik þrátt fyrir að Valur léki gegn sterkum vindinum.

Fylkir þétti varnarleikinn hjá sér í seinni hálfleik og gerði

TÍU MÖRK Í SUMAR Kristín Ýr Bjarnadóttir skorar hér eitt af þremur mörkum sínum á móti Fylki í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/HAG

Valur lítið sóknarlega þar til Gunnar gerði tvöfalda skiptingu og Hólmfríður og Caitlin Miskel komu inn á. „Einn munur á Val og Fylki í dag var að Valur skipti inn á tveimur atvinnumönnum en við skiptum inn á þremur kjúklingum," sagði Jón Páll en Valur er tveimur stigum á eftir toppliði Stjörnunnar í efsta sæti deildarinnar en Fylkir er sem fyrr um miðja deild. -gmi

TÍU Í RÖÐ Skagamenn fagna marki Gary Martin. FRÉTTABLAÐIÐ/GUÐMUNDUR BJARKI HALLDÓRSSON

Mark Doninger tryggði Skagamönnum sigur með marki beint úr aukaspyrnu:

Skagamenn á hraðferð upp

FÓTBOLTI „Ég var alltaf viss um að skora úr þessu færi og Gary (Martin) var alveg brjálaður að fá ekki að taka aukaspyrnuna. Ég hlustaði ekkert á hann og skoraði eins og ég ætlaði að gera. Þetta var frábær endir á skrýtnum leik en ég hef aldrei spilað fótbolta í verra veðri,“ sagði Englendingurinn Mark Doninger í gær eftir að hann tryggði Skagamönnum 2-1 sigur gegn liði Selfoss í toppslag 1. deildar karla í fótbolta.

Skagamenn eru enn taplausir eftir 14 leiki og liðið er með 40 stig, 12 stigum fyrir ofan Selfoss sem er í öðru sæti. Þeir hafa nú unnið tíu leiki í röð síðan þeir gerðu jafntefli við Víking úr Ólafsvík snemma í sumar.

Skagamenn hafa ennfremur 19 stiga forskot á Hauka sem eru í 3. sætinu en eiga leik inn á móti ÍR-ingum á Ásvöllum í kvöld.

Skagamenn léku einum færri í um 80 mínútur þar sem Heimir Einarsson fyrirliði var rekinn af velli eftir um 13 mínútur. Gary Martin kom ÍA yfir á 20. mínútu en Viðar Örn Kjartansson jafnaði metin fyrir Selfoss á 36. mínútu. „Þetta er bara karakterinn í þessu liði. Veðrið var slæmt, við vorum einum færri megnið af leiknum, en ég var alltaf viss um að þetta myndi takast,“ sagði Þórður Þórðarson þjálfari ÍA eftir leikinn.

Logi Ólafsson þjálfari Selfoss sagði að sínir menn hefðu ekki leikið nógu vel. „Skagamenn vildu þetta meira en við. Svo einfalt er það. En Skagamenn eru svo gott sem komnir upp,“ sagði Logi.

- seth

ÚRSLIT Í GÆR

Pepsi-deild kvenna

Afturelding-ÍBV **2-1**
1-0 Vaila Barsley, 1-1 Vesna Smiljkovic, 2-1 Íris Dóra Snorradóttir.

Valur-Fylkir **4-0**
1-0 Kristín Ýr Bjarnadóttir (19.), 2-0 Kristín Ýr Bjarnadóttir (28.), 3-0 Kristín Ýr Bjarnadóttir (36.), 4-0 Hólmfríður Magnúsdóttir (86.).

Breiðablik-KR **3-2**
1-0 Fanndís Friðriksdóttir (32.), 2-0 Greta Mjöll Samúelsdóttir (58.), 2-1 Sonja Björk Jóhannsdóttir (65.), 3-1 Greta Mjöll (75.), 3-2 Berglind Bjarnadóttir (77.).

STAÐA EFSTU LIÐA Í DEILDINNI

Stjarnan	**11**	**10**	**0**	**1**	**33-9**	**30**
Valur	11	9	1	1	33-8	28
Þór/KA	**11**	**7**	**1**	**3**	**23-21**	**22**
ÍBV	11	6	2	3	19-7	26

1. deild karla

ÍA-Selfoss **2-1**
1-0 Gary Martin (20.), 1-1 Viðar Örn Kjartansson (36.), 2-1 Mark Doninger (89.).

KA-HK **2-1**
0-1 Eyþór Helgi Birgisson (4.), 1-1 Davíð Rúnar Bjarnason (51.), 2-1 Daniel Howell (89.).

Grótta-Víkingur Ó. **1-2**
Jónmundur Grétarsson - Guðmundur Magnússon, Þorsteinn Ragnarsson, víti.

STAÐA EFSTU LIÐA Í DEILDINNI

ÍA	**14**	**13**	**1**	**0**	**41-6**	**40**
Selfoss	14	9	1	4	30-14	28
Haukar	**13**	**6**	**3**	**4**	**17-13**	**21**
BÍ/Bolungarvík	13	6	2	5	17-22	20
Þróttur R.	**13**	**6**	**2**	**5**	**16-21**	**20**

Upplýsingar um markaskorara af vefsíðunni fótbolti.net

INGIMUNDUR NÍELS Á bara tvo leiki eftir á móti Víkingum. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Ingimundur Níels Óskarsson:

Skorar bara á móti Víkingum

FÓTBOLTI Fylkismaðurinn Ingimundur Níels Óskarsson er meðal markahæstu leikmanna Pepsi-deildar karla í sumar en hann hefur skorað sex mörk í tólf leikjum. Þegar markatölfræði Ingimundar er skoðuð nánar kemur í ljós að hann hefur bara skorað í leikjunum á móti Víkingum deildarinnar það er liðum Víkings, Grindavíkur og Keflavíkur.

Ingimundur hefur skorað 6 mörk í 4 leikjum á móti fyrrnefndum liðum en á enn eftir að opna markareikning sinn á móti hinum átta liðum deildarinnar þrátt fyrir að hafa leikið í 639 mínútur á móti þeim. Ingimundur hefur líka átt 3 af 4 stoðsendingum sínum á móti Víkingum deildarinnar.

- óój

Ingimundur Níels í sumar:

Á móti Víkingum deildarinnar
Leikir 4 Mínútur 349
Mörk 6 Stoðsendingar 3
Þáttur í mörkum 9

Á móti öðrum liðum
Leikir 8 Mínútur 639
Mörk 0 Stoðsendingar 1
Þáttur í mörkum 1

Logi og landsliðið

Stigaskor Loga eftir leikjum:

30 stig eða meira	1 leikur
26-29 stig	4 leikir
20-25 stig	9 leikir
16-19 stig	8 leikir
10-15 stig	27 leikir
1-9 stig	29 leikir
0 stig	1 leikur

Stigaskor Loga eftir árum:

2000 -	10,9 í leik (7 leikir/76 stig)
2001 -	13,5 (13/175)
2002 -	13,7 (3/41)
2003 -	15,5 (8/124)
2005 -	10,5 (6/63)
2006 -	12,7 (13/165)
2007 -	14,4 (9/130)
2008 -	10,5 (8/84)
2009 -	12,0 (9/108)
2011 -	11,3 (3/34)

Stigaskor Loga eftir þjálfurum:

Friðrik Ingi	13,4 í leik (31 leikir/416)
Sigurður Ingimundarson	12,2 (45/550)
Peter Öqvist	11,3 (3/34 stig)

Stigaskor Loga eftir keppnum:

Smáþjóðal.	13,9 (20 leikir/278 stig)
Vináttuleikir	12,7 í leik (16/203)
Evrópumót	12,4 (29/359)
Norðurlandamót	11,4 (14/160)

Flest stig fyrir landsliðið 1983-2011:

Guðmundur Bragason	2163 (12,8 í leik)
Valur Ingimundarson	1647 (12,4)*
Teitur Örlygsson	1494 (12,8)
Herbert Arnarson	1129 (10,3)
Guðjón Skúlason	1071 (8,9)
Logi Gunnarsson	1000 (12,7)
Jón Kr. Gíslason	935 (6,6)*
Falur Harðarson	735 (7,0)
Pálmar Sigurðsson	715 (10,7)*
Friðrik Stefánsson	654 (5,8)

***Vantar hluta landsliðsferilsins**

Logi yfir þúsund stiga múrinn

Logi Gunnarsson er nú kominn í fámennan en góðan hóp þeirra sem hafa skorað þúsund stig fyrir landslið. Hann fór á kostum gegn Dönum og náði tímamótunum í fyrsta sigri liðsins undir stjórn Peters Öqvist. Logi fagnar nýju hlutverki í landsliðinu og stefnir á að spila í mörg ár til viðbótar með liðinu.

79 LEIKIR OG 1.000 STIG Logi Gunnarsson í miðbæ Sundvall í gær. MYND/KRISTINN GEIR PÁLSSON

KÖRFUBOLTI Logi Gunnarsson var aðalmaðurinn á bak við góðan sigur á Dönum á Norðurlandamótinu á mánudagskvöldið og það var vel við hæfi að hann næði stórum tímamótum á landsliðsferlinum í þessum fyrsta sigri íslenska liðsins undir stjórn Svíans Peters Öqvist.

Logi skoraði nefnilega sitt þúsundasta stig fyrir landsliðið þegar hann gulltryggði sigur Íslands með körfu fjórum sekúndum fyrir leikslok sem kom eftir stoðsendingu frá hinum unga Hauki Helga Pálssyni sem er að spila sína fyrstu landsleiki á NM. Þarna unnu elsti og yngsti leikmaður liðsins vel saman.

„Það var mjög mikilvægt að vinna Danina. Þeir hafa oft verið erfiðir og við töpuðum til dæmis fyrir þeim á síðasta Norðurlandamóti í Finnlandi fyrir nokkrum árum. Þeir voru með alla sína bestu menn og þetta var hörkuleikur allan tímann,“ segir Logi og hann fagnar nýju hlutverki sínu í liðinu.

„Ég er ekki orðinn þrítugur en er bæði elstur og leikjahæstur í liðinu. Maður er því kominn í öðruvísi hlutverk og reynir að miðla af reynslunni til yngri leikmanna,“ sagði Logi sem fannst það góðar fréttir að hann væri búinn að brjóta þúsund stiga múrinn.

„Það er gaman að heyra það og það eru víst komin tíu ár sem maður byrjaði. Maður er búinn að vera svolítinn tíma í þessu og vonandi á ég mörg ár eftir,“ segir Logi í léttum tón. „Maður reynir alltaf að gera allt sem maður getur til þess að spila fyrir Ísland. Ég hef haft mikla ánægju af þessum tíu árum í landsliðinu,“ segir Logi. Logi lék sína fyrstu landsleiki á Norðurlandamótinu á Íslandi í ágúst 2000 og það var einmitt í sínum þriðja landsleik á móti Dönum sem hann braut fyrst tíu stiga múrinn. Logi skoraði þá 11 stig í sigri á Dönum.

Logi hefur mest skorað 30 stig í einum landsleik en það gerði hann í sigri í vináttulandsleik á móti Norðmönnum í DHL-höllinni í maí 2003. Hann hefur tvisvar náð að skora 29 stig í keppnislandsleik, fyrst á móti Slóveníu á EM í Laugardalshöllinni 29. nóvember 2000 og svo í sigri á San Marínó á Smáþjóðaleikunum 1. júní 2001.

Logi braut 20 stiga múrinn í fjórtánda sinn á móti Dönum en það var frábær frammistaða hans í lokaleikhlutanum (11 af 24 stigum íslenska liðsins) sem lagði grunninn að sigri íslenska liðsins. Logi tók af skarið á móti Dönum í forföllum Jóns Arnórs Stefánssonar en hann segir að liðið sakni Jóns.

> Maður reynir alltaf að gera allt sem maður getur til þess að spila fyrir Ísland. Ég hef haft mikla ánægju af þessum tíu árum í landsliðinu
>
> **LOGI GUNNARSSON**
> LANDSLIÐSMAÐUR

„Það var svolítil synd að í eitt af fáu skiptunum sem allir gefa kost á sér þá missum við Jón Arnór í fyrsta leikhluta í fyrsta leik. Við höfum ekki oft átt svona góðan möguleika á að vinna Svíana eins og við áttum núna. Við vorum í jöfnum leik fram í seinni hálfleik og ég held að það sé ekki spurning að ef hann hefði verið með okkur þá hefðum við átt góða möguleika á að vinna Svíana,“ segir Logi.

Logi er ánægður með nýjan þjálfara, Svíann Peter Öqvist. „Mér líst mjög vel á nýja þjálfarann. Hann er mjög skipulagður og við erum að venjast því að vinna eftir hans skipulagi. Það er að verða betra og betra með hverjum leiknum. Þetta lofar mjög góðu,“ segir Logi og hann talar um að hraður leikstíll liðsins undir hans stjórn henti sér vel en að auðvitað þurfi hann tíma eins og aðrir að venjast nýjum stíl.

„Það er mjög mikilvægt fyrir yngri strákana og fyrir okkur sem lið að fá þetta Norðurlandamót til þess að fá tækifæri til að spila saman. Við erum að taka fyrstu skrefin í undirbúningi fyrir undankeppni Evrópumótsins næsta haust. Svo verður gaman að sjá í framtíðinni hvernig þessi kjarni helst og vonandi helst hann lengi. Við erum samstilltir og þetta er góður hópur,“ segir Logi en hann er einnig þakklátur þeim Friðriki Inga Rúnarssyni og Sigurði Ingimundarsyni, forverum Peter.

„Þeir voru mínir þjálfarar í landsliðinu í tíu ár og hafa hjálpað mér mjög mikið á mínum ferli af því að ég hef fengið að spila svo mikið með landsliðinu. Ég hef komist í atvinnumennskuna í gegnum landsleikina sem ég hef spilað. Ég er þeim því mjög þakklátur að hafa komið mér á framfæri. Það hefur gefið mér mikið í gegnum tíðina að spila með landsliðinu og þess vegna hef ég alltaf gefið kost á mér,“ segir Logi en það hefur oft haft sín áhrif á atvinnumannsferilinn.

„Ég hef í einhver skipti þurft að súpa seyðið af því að vera ekki með í undirbúningstímabilinu hjá mínum liðum en það er ákveðin fórn hjá manni. Það er rosalega gaman að vera í þessum félagsskap og maður er stoltur af því að spila fyrir Ísland. Ég viðurkenni það alveg að það hefur stundum ekki hentað vel að sleppa undirbúningstímabilinu með liðinu til þess að fara að spila landsleiki en ég hef alltaf gert það,“ segir Logi.

Íslenska landsliðið mætir Noregi í lokaleik sínum í dag og tryggir sér bronsið með sigri. „Það verður ekki auðveldur leikur á móti Norðmönnum. Svíarnir voru í erfiðleikum með þá framan af og það má ekkert slaka á. Við verðum að vera mjög vel undirbúnir fyrir þann leik og vinna þá á morgun.“ ooj@frettabladid.is

VEIGAR PÁLL Hefur alls komið að 11 mörkum í sumar. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

Veigar Páll Gunnarsson:

Búinn að velja Rosenborg

FÓTBOLTI Veigar Páll Gunnarsson vill frekar fara til Rosenborg en Vålerenga samkvæmt frétt Aftonbladet í gær. Bæði lið vilja kaupa íslenska framherjann frá Stabæk sem þarf að sjá á eftir sínum besta leikmanni vegna fjárhagsvandræða.

„Hann vill fara til Rosenborg. Hann er búinn að ná samkomulagi við Rosenborg og nú þurfa félögin bara að semja um kaupverðið,“ sagði Arnór Guðjohnsen við Aftonbladet en Arnór er umboðsmaður Veigars Páls.

Veigar Páll vildi ekki tjá sig um málið við blaðamann Aftonbladet ekki frekar en forráðamenn Stabæk-liðsins. - óój

Það verður sannkallaður landsbyggðarslagur þegar Þór tekur á móti ÍBV í undanúrslitum Valitor-bikars karla:

Bikarúrslitaleikurinn í húfi fyrir norðan

FÓTBOLTI Þórsarar taka á móti ÍBV í undanúrslitum Valitor-bikars karla í knattspyrnu í kvöld. Þórsarar geta komist í úrslit keppninnar í fyrsta skipti en Eyjamenn hafa unnið bikarinn fjórum sinnum, síðast árið 1998.

„Ég held að menn séu nokkuð spenntir fyrir þessu þar sem við erum ekki í undanúrslitum á hverjum degi. Ég vona bara að fólk átti sig á því. Ef það kemur ekki á þennan leik þá veit ég ekki hvenær það ætti að koma. Við ætlum að sýna hvað við getum,“ segir Páll Viðar Gíslason þjálfari Þórs.

Staða liðanna í deildinni er ólík. Eyjamenn eru í 3. sæti í toppbaráttunni en nýliðar Þórs berjast fyrir sæti sínu í 9. sæti deildarinnar. Liðin mættust á Þórsvelli í 6. umferð Pepsi-deildar og þá höfðu Þórsarar betur 2-1.

„Þeir segjast örugglega ekki hafa verið með allan sinn mannskap og þar fram eftir götunum. Við erum ekkert að velta okkur upp úr því. Það er okkar lið sem við þurfum að vera með á hreinu og að allir séu í gírnum. Þeir eru alltaf með mjög sterkt lið sama hvernig þeir stilla upp.“

Eyjamenn hafa tapað mikilvægum stigum gegn liðunum í neðri hluta deildarinnar í sumar, litlu liðunum títtnefndu. Páll Viðar segir Þórsara ekki hafa tíma til þess að pirra sig á svoleiðis umræðu.

PÁLL VIÐAR GÍSLASON Fór í bikarúrslitaleikinn með KA fyrir 19 árum síðan. FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

„Við værum ekki að gera neitt annað ef við værum að pirra okkur á því að vera lítið í sviðljósinu fyrir utan að vera nýliðar, lítið lið með ljótan völl og einbýlishús á vallarsvæðinu. Við værum þá uppteknir af allt öðrum hlutum en við ættum að vera,“ segir Páll Viðar.

Páll Viðar var í liði KA sem tapaði í bikarúrslitunum árið 1992 gegn Val. Þá var Gunnar Már Guðmundsson í tapliði Fjölnis í úrslitum 2007 og 2008. Aðrir hafa ekki komist í bikarúrslit.

Tryggvi Guðmundsson, leikmaður ÍBV, á góðar minningar úr bikarnum, þó ekki með ÍBV. Hann varð bikarmeistari með KR árið 1994 og með FH árið 2007. Hann var hins vegar í tapliði Eyjamanna 1996 og 1997. Þegar Eyjamenn unnu loks bikarinn 1998 var Tryggvi farinn í atvinnumennsku.

„Menn eru vel stemmdir. Það er langt síðan við komumst í úrslit. Það er alltaf extra kikk í leikmönnum síðasta leik fyrir Þjóðhátíð hvort sem það er í deild eða bikar,“ segir Tryggvi.

„Okkur langar svakalega mikið að hefna fyrir tapið fyrir norðan í deildinni. Það var svolítið sárt tap enda töldum við okkur eiga að fá meira út úr þeim leik,“ segir markaskorarinn sem gefur ekki mikið fyrir þá skoðun blaðamanns að meiri pressa sé á Eyjamönnum.

„Þessi leikur snýst um það að komast í stóra úrslitaleikinn á Laugardalsvellinum. Ég veit ekkert hvort liðið er stærra eða minna. Þetta eru tvö góð fótboltalið, tvö úrvalsdeildarlið,“ segir Tryggvi.

Allir leikmenn eru heilir hjá báðum liðum og enginn í leikbanni. Því er von á sterkustu liðum beggja félaga á Þórsvelli í kvöld Leikurinn hefst klukkan 19.15.

- ktd

VILDARÁSKRIFT AÐ STÖÐ 2 INNIHELDUR 2 2+ 2 BÍÓ 2 BÍÓ+ 2 EXTRA 2 EXTRA+ AUK STIGVAXANDI AFSLÁTTAR. 512 5100 | STOD2.IS | VERSLANIR VODAFONE | VERSLANIR OG ÞJÓNUSTUVER SÍMANS 800 7000

> Matt Damon

„Það er betra að vera maður sjálfur heldur en að reyna að vera einhver sem þú heldur að öðrum muni líka við.“

Matt Damon leikur í njósnamyndinni Bourne Identity, sem er sú fyrsta í þríleiknum um Bourne og hefur fengið mikið lof gagnrýnenda. Myndin er sýnd á Stöð 2 bíói kl. 20.

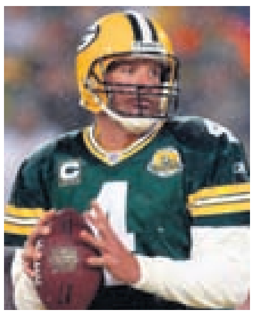
dagskrá

VIÐ TÆKIÐ KOLBEINN TUMI DAÐASON GAFST UPP Á AÐ HORFA Á SJÓNVARP Í BANDARÍKJUNUM

Auglýsingar geta gengið frá góðu sjónvarpsefni

Á þeim árum sem ég hélt að framtíð mín lægi í byggingaverkfræði lagði ég stund á nám í Bandaríkjunum. Það er óhætt að segja að líf mitt hafi tekið ákveðnum breytingum vestra. Fluttur úr foreldrahúsum, frjáls eins og fuglinn og hitt kynið meira að segja farið að sýna mér áhuga. Ótrúlegt. Ofan á allt hafði ég loksins, í fyrsta skipti á ævi minni, aðgang að fleiri en einni sjónvarpsstöð.

Fyrstu dagana var ég í skýjunum en smám saman dró ský fyrir sólu. Það var ekki við sjónvarpsefnið sjálft að sakast. Á hverju kvöldi gat ég valið úr frábærum sjónvarpsþáttum, bíómyndum eða íþróttaviðburðum. Eitt átti allt þetta sjónvarpsefni sameiginlegt. Það var gatað í tætlur af auglýsingum.



Sú hugmynd að rjúfa fyndna sem spennandi sjónvarpsþætti með auglýsingahléi hlýtur að vera uppsprottin frá fulltrúa myrkrahöfðingjans hér á jörð. Úthugsuð hugmynd og háþróuð. Tökum bíómynd sem dæmi. Framan af eru hléin tiltölulega fá á meðan áhorfandinn er að komast inn í myndina. Eftir því sem á myndina líður fjölgar hins vegar hléum svo mjög að maður skammast sín fyrir að sitja enn við sjónvarpið.

Verst af öllu eru auglýsingahlé á bandarískum íþróttaviðburðum. Það er óhætt að segja að auglýsingarnar ráði ferðinni þrátt fyrir að um beina útsendingu sé að ræða. Yfirleitt eru leikhlé nýtt til þess að senda út auglýsingar. Ákveði hvorugur þjálfarinn að taka leikhlé er einfaldlega gert hlé á leiknum hafi liðið of langur tími frá því að síðustu skilaboð voru send áhorfendum heim í stofu. Svo spyrja menn sig hvers vegna knattspyrna hafi átt erfitt uppdráttar vestanhafs.

Við Íslendingar búum við þau forréttindi að auglýsingar eru nánast aðeins sýndar á milli dagskrárliða. Forréttindin eru raunar svo mikil að því fer nærri að ég kjósi eina góða stöð lausa við auglýsingar frekar en sundurtætta dagskrárliði á eitt hundrað stöðvum.

RÚV

16.35 Leiðarljós
17.20 Reiðskólinn (14:15)
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 Disneystundin
18.01 Finnbogi og Felix (27:35)
18.24 Sígildar teiknimyndir (2:10)
18.30 Gló magnaða (1:10)
18.54 Víkingalottó
19.00 Fréttir
19.30 Veðurfréttir
19.35 Rupert Murdoch (Panorama - Murdoch: Breaking the Spell)
20.10 Læknamiðstöðin (Private Practice)
21.00 Hringiða (4:8) (Engrenages II) Franskur sakamálamyndaflokkur. Lögreglukona, saksóknari og dómari sem koma að rannsókn sakamáls hafa hvert sína sýn.
22.00 Tíufréttir
22.15 Veðurfréttir
22.20 Kviksjá (Á hjara veraldar) Sigríður Pétursdóttir kynnir Á hjara veraldar, mynd Kristínar Jóhannesdóttur og að sýningu hennar lokinni ræðir hún stuttlega um hana við Ólaf H. Torfason.
22.25 Á hjara veraldar Fyrsta kvikmynd Kristínar Jóhannesdóttur og vakti hún athygli á sínum tíma fyrir nýstárleg efnistök og óvenjulega nálgun. Í myndinni stillir Kristín margvíslegum andstæðum saman og kafar í kjölinn á íslenskri þjóðarvitund. (e)
00.15 Kviksjá
00.25 Landinn (e)
00.55 Fréttir (e)
01.05 Dagskrárlok

2 BÍÓ

08.00 Waynes' World 2
10.00 Yes Man
12.00 Race to Witch Mountain
14.00 Waynes' World 2
16.00 Yes Man
18.00 Race to Witch Mountain
20.00 Bourne Identity
22.00 The X-Files: I Want to Believe
00.00 Even Money
02.00 The Kovak Box
04.00 The X-Files: I Want to Believe
06.00 Me, Myself and Irene

STÖÐ 2

06.20 Fréttir og Ísland í dag
07.00 Barnatími Stöðvar 2
08.15 Oprah
08.55 Í fínu formi
09.10 Bold and the Beautiful
09.30 The Doctors (78:175)
10.15 Cold Case (5:22)
11.05 Glee (4:22)
11.50 Grey's Anatomy (15:24)
12.35 Nágrannar
13.00 In Treatment (40:43)
13.25 Chuck (17:19)
14.15 Gossip Girl (13:22)
15.00 iCarly (23:45)
15.25 Barnatími Stöðvar 2
17.05 Bold and the Beautiful
17.30 Nágrannar
17.55 The Simpsons (17:21)
18.23 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Íþróttir
18.54 Ísland í dag
19.06 Veður
19.15 Two and a Half Men (19:24)
19.35 Modern Family (3:24)
20.00 Hot In Cleveland (2:10) Frábærir gamanþættir sem fjalla um þrjár vinkonur frá Los Angeles, rithöfundinn Melanie Morretti, augnabrúnasérfræðing stjarnanna, Joy Scroggs, og fyrrverandi sápuóperuleikkonuna Victoriu Chase. Líf þeirra breytist til frambúðar þegar flugvélin þeirra, sem var á leið til Parísar, stoppar óvænt í Cleveland.
20.25 Cougar Town (2:22) Önnur þáttaröðin af þessum skemmtilega gamanþætti með Courtney Cox úr Friends í hlutverki afar óöruggrar, einstæðrar móður unglingsdrengs. Hana langar að hitta draumaprinsinn en á erfitt með að finna réttu leiðina til þess.
20.50 Off the Map (8:13)
21.35 Ghost Whisperer (20:22)
22.20 True Blood (2:12)
23.20 Sex and the City (14:20)
23.50 NCIS (24:24)
00.35 Fringe (22:22)
01.20 Medium (11:22)
02.05 True Blood (2:12)
05.00 Off the Map (8:13)
05.40 Ghost Whisperer (20:22)

2 SPORT *besta sætið*

07.00 Barcelona - Internacional Útsending frá leik Barcelona og Internacional Porto Alegre í Audi Cup í Þýskalandi.
13.40 Símamótið Sýnt frá Símamótinu í Kópavogi þar sem knattspyrnustjörnur framtíðarinnar eru í aðalhlutverki. Það eru stelpur í 5., 6. og 7. flokki sem keppa á Símamótinu og sýna snilldartilþrif. Umsjónarmaður þáttarins er Guðjón Guðmundsson.
14.20 Bayern - AC Milan Útsending frá leik Bayern München og AC Milan í Audi Cup í Þýskalandi.
16.05 Leikur um 3. sætið Bein útsending frá leiknum um 3. sæti í Audi Cup í München í Þýskalandi. Það eru Bayern München, AC Milan, Barcelona og Internacional sem taka þátt í mótinu. Úrslitaleikurinn er í beinni útsendingu á Stöð 2 Sport 3 kl. 18.20 í dag.
18.15 Sterkasti maður Íslands Sýnt frá keppni um nafnbótina Sterkasti maður Íslands þar sem allir helstu kraftajötnar landsins mæta til leiks.
19.00 Þór - ÍBV Bein útsending frá leik Þórs og ÍBV í undanúrslitum Valitor-bikarsins.
21.15 Úrslit Útsending frá úrslitaleiknum í Audi Cup í München í Þýskalandi. Það eru Bayern München, AC Milan, Barcelona og Internacional sem taka þátt í mótinu.
23.00 Þór - ÍBV

2 SPORT 2 *enski boltinn*

08.55 Aston Villa - Blackburn Bein útsending frá leik Aston Villa og Blackburn Rovers í Asíukeppni ensku úrvalsdeildarinnar (Barcleys Asia Trophy).
11.25 Chelsea - Kitchee Bein útsending frá leik Chelsea og Kitchee frá Hong Kong í Asíukeppni ensku úrvalsdeildarinnar (Barcleys Asia Trophy).
18.00 Dalglish Næstur í röðinni er enginn annar en King Kenny Dalghlish sem lék með Liverpool við magnaðan orðstír á árum áður.
18.30 Season Highlights 2002/2003
19.25 PL Classic Matches: Liverpool - Newcastle, 1998
19.55 Aston Villa - Blackburn Útsending frá leik Aston Villa og Blackburn Rovers í Asíukeppni ensku úrvalsdeildarinnar (Barcleys Asia Trophy).
21.40 Chelsea - Kitchee Útsending frá leik Chelsea og Kitchee frá Hong Kong í Asíukeppni ensku úrvalsdeildarinnar (Barcleys Asia Trophy).
23.25 Copa America 2011

SKJÁREINN

06.00 Pepsi MAX tónlist
08.00 Rachael Ray (e)
08.45 Dynasty (13:28) (e)
09.30 Pepsi MAX tónlist
17.25 Rachael Ray
18.10 How To Look Good Naked (4:8) (e)
19.00 The Marriage Ref (10:12) (e)
19.45 Will & Grace (16:27) Endursýningar frá upphafi á þessum frábæru gamanþáttum.
20.10 Top Chef (10:15) Bandarískur raunveruleikaþáttur þar sem efnilegir matreiðslumenn þurfa að sanna hæfni sína og getu í eldshúsinu.
21.00 My Generation (5:13) Bandarísk þáttaröð í heimildamyndastíl sem fjallar um útskriftarárgang frá árinu 2000 í Texas.
21.50 The Bridge (4:13) Bandarískir spennuþættir sem fjalla um lögreglumanninn Frank og baráttu hans við spillingaröfl innan lögreglunnar.
22.40 The Good Wife (3:23) (e) Endursýningar frá byrjun á fyrstu þáttaröðinni um góðu eiginkonuna Aliciu. Alicia tekur að sér að verja son gamallar vinkonu sinnar sem er sakaður um morð á öryggisverði eftir innbrot í hús í fínu hverfi.
23.25 Californication (3:12) (e)
23.55 Hawaii Five-0 (21:24) (e)
00.40 Law & Order: Los Angeles (18:22) (e)
01.25 CSI (12:23) (e)
02.10 Will & Grace (16:27)
02.30 Pepsi MAX tónlist

SKJÁRGOLF

06.00 ESPN America
08.10 RBC Canadian Open (2:4)
11.10 Golfing World
12.50 RBC Canadian Open (2:4)
15.45 Ryder Cup Official Film 1997
18.00 Golfing World
18.50 Inside the PGA Tour (29:42)
19.15 LPGA Highlights (10:20)
20.40 Champions Tour (14:25)
21.35 Inside the PGA Tour (30:42)
22.00 Golfing World
22.50 PGA Tour - Highlights (27:45)
23.45 ESPN America

2 EXTRA

19.40 The Doctors
20.25 Grillskóli Jóa Fel (6:6) Jói Fel snýr aftur í glænýrri þáttaröð þar sem hann kennir okkur réttu handtökin og sýnir okkur að vel megi grilla annað og meira en bara kjötsneiðar, hamborgara og pylsur.
21.00 Fréttir Stöðvar 2
21.25 Ísland í dag
21.45 The Middle (22:24) Frábærir gamanþættir í anda Malcholm in the Middle um dæmigerða vísitölufjölskyldu þar sem allt lendir á ofurhúsmóðurinni sem leikin er af Patriciu Heaton úr Everybody Loves Raymond. Ekki nóg með það heldur er húsmóðirin líka bílasali og það frekar lélegur.
22.15 Bones (18:23) Sjötta serían af spennuþættinum Bones þar sem fylgst er með störfum Dr. Temperance Bones Brennan réttarmeinafræðings sem kölluð er til ráðgjafar í allra flóknustu morðmálum.
23.00 Entourage (5:12) Sjötta þáttaröð einnar mest verðlaunuðu þáttaraðar sem framleidd er um þessar mundir. Þáttaröðin er lauslega byggð á reynslu framleiðandans Marks Wahlbergs í Hollywood og fjallar um Vincent og félaga hans sem reyna að hasla sér völl í bíóborginni. Þessi þáttaröð fjallar meira um persónulegt líf þeirra félaga.
23.30 Bored to death (8:8)
00.00 Daily Show: Global Edition
00.25 Grillskóli Jóa Fel (6:6)
01.00 The Doctors (157:175)
01.40 Fréttir Stöðvar 2
02.30 Tónlistarmyndbönd frá Nova TV

N4

18.15 Að norðan Fjölbreyttur þáttur um norðlenskt mannlíf.

ÍNN

20.00 Björn Bjarnason Ólafur Dýrmundsson er gestur þáttarins.
20.30 Veiðisumarið
21.00 Fiskikóngurinn Kristján Berg matreiðir fisk.
21.30 Bubbi og Lobbi
Dagskrá ÍNN er endurtekin um helgar og allan sólarhringinn.

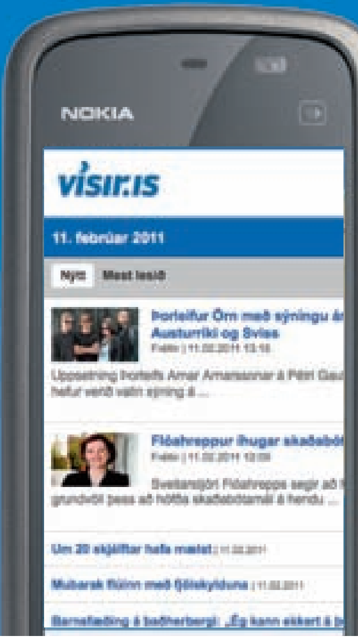
OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

ÚTVARP FM

FM 88,5 XA-Radíó	FM 90,9 Gullbylgjan	FM 93,5 Rás 1	FM 96,3 FM Suðurland	FM 97,7 X-ið	FM 99,4 Útvarp Saga	FM 102,9 Lindin
FM 90,1 Rás 2	FM 91,9 Kaninn	FM 95,7FM957	FM 96,7 Létt Bylgjan	FM 98,9 Bylgjan	FM 102,2 Útvarp Latibær	FM 105,5 Útvarp Boðun

FORSÍÐA VIÐSKIPTI ÍÞRÓTTIR LÍFIÐ UMRÆÐAN



MÁ BJÓÐA YKKUR MEIRI VÍSI?

Meira úrval afþreyingar, frétta og myndskeiða í topp-upplausn með greiðara og einfaldara aðgengi fyrir allar tölvur og farsíma. Horfðu, hlustaðu og fylgstu með öllu því sem gerist, hvar og hvenær sem er á Vísi.

Meira sjónvarp, meira útvarp, meiri fréttir, meiri upplýsingar, meiri umræða, meira líf, meiri íþróttir, meiri virkni, meira úrval. Þú færð meira af öllu á Vísi.

m.visir.is
Fáðu Vísi í símann!

Meiri Vísir.

vísir

Í KVÖLD

STÖÐ 2 KL. 20.25
Cougar Town

Courteney Cox fer á kostum í hlutverki einstæðrar, kynþokkafullrar móður sem er í stöðugri leit að draumaprinsinum. Sonur hennar er að flytja að heiman og þá vakna upp ýmsar tilfinningar.

RÁS 1 FM 92,4/93,5

06.39 Morgunfrúin **06.40** Veðurfregnir **06.50** Bæn **07.00** Fréttir **07.30** Fréttayfirlit **08.00** Morgunfréttir **08.05** Morgunstund með KK **08.30** Fréttayfirlit **09.00** Fréttir **09.05** Okkar á milli **09.45** Morgunleikfimi **10.00** Fréttir **10.03** Veðurfregnir **10.13** Tríó **11.00** Fréttir **11.03** Samfélagið í nærmynd **12.00** Fréttir **12.20** Hádegisfréttir **12.45** Veðurfregnir **12.50** Dánarfregnir **13.00** Í boði náttúrunnar **14.00** Fréttir **14.03** Tónleikur **15.00** Fréttir **15.03** Útvarpssagan: Og sólin rennur upp **15.25** Skorningar **16.00** Síðdegisfréttir **16.05** Eyðibýlið **17.00** Fréttir **17.03** Víðsjá **18.00** Kvöldfréttir **18.20** Auglýsingar **18.21** Í lok dags **18.50** Veðurfregnir **18.53** Dánarfregnir **19.00** Stefnumót **20.00** Leynifélagið **20.30** Út um græna grundu **21.28** Kvöldsagan: Ofvitinn **22.00** Fréttir **22.05** Veðurfregnir **22.10** Orð kvöldsins **22.15** Konungur slaghörpunnar: Franz Liszt **23.07** Risar falla **00.00** Fréttir **00.05** Næturútvarp Rásar 1

BBC entertainment

12.00 Deal or No Deal **12.35** The Inspector Lynley Mysteries **13.25** Top Gear **14.15** Deal or No Deal **14.50** Deal or No Deal **15.25** Deal or No Deal **16.00** Fawlty Towers **16.35** ,Allo ,Allo! **17.05** ,Allo ,Allo! **17.30** New Tricks **18.20** New Tricks **19.10** Top Gear **20.00** Michael McIntyre's Comedy Roadshow **20.45** QI **21.15** Little Britain **21.45** My Family **22.15** Top Gear **23.05** Michael McIntyre's Comedy Roadshow **23.50** QI **00.20** QI **00.50** Little Britain **01.20** My Family **01.50** New Tricks **02.40** New Tricks **03.30** ,Allo ,Allo!

DR 1

11.45 Et rigtigt cirkusliv **12.15** Forandring på vej **12.45** Hammerslag Sommermix **13.15** Aftenshowet Sommer **14.00** Byggemand Bob **14.15** Hyrdehunden Molly **14.30** Linus i Svinget **15.00** Miss Marple **16.30** TV Avisen med Sport **17.05** Aftenshowet Sommer **17.45** Sommervejret **18.00** Søren Ryge direkte **18.30** Undercover chef **19.00** TV Avisen **19.25** SportNyt **19.30** Sommervejret **19.35** Jack Driscoll - de fortabte drenge **21.15** Onsdags Lotto **21.20** Ved du hvem du er? **22.20** Kyst til kyst

NRK 1

09.30 Berlin, Berlin **09.55** VM svømming **12.05** Berlin, Berlin **12.30** Grønn glede **13.00** Derrick **14.00** Sommeråpent **14.45** Svenske hemmeligheter **15.00** Krøniken **16.00** Oddasat - nyheter på samisk **16.05** Nyheter på tegnspråk **16.10** Tilbake til 80-tallet **16.40** Distriktsnyheter **17.30** Herskapelig redningsaksjon **18.20** Luftens helter **18.45** Vikinglotto **18.55** Distriktsnyheter **19.30** Sommeråpent **20.15** Mordene på Skärsö **21.15** Kveldsnytt **21.30** På kanten av stupet **22.20** Bugge i Montreux **23.35** Svisj gull

svt1

13.10 Gomorron Sverige **14.00** Rapport **14.05** Dieternas kamp **14.50** Radiohjälpen - Kronprinsessan Victorias fond **14.55** Allsång på Skansen **15.55** Sportnytt **16.00** Rapport **16.10** Regionala nyheter **16.15** En svensk sommar i Finland **16.55** Med kärrhökarna till Afrika **17.20** Sverige i dag sommar **17.30** Rapport **17.52** Regionala nyheter **18.00** Uppdrag Granskning **19.00** Sommarmord **19.30** The Tudors **20.25** Undercover Boss **21.10** Jämna plågor **21.40** Damages **22.20** Vem tror du att du är?

MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI
10 ÁRA 2001-2011

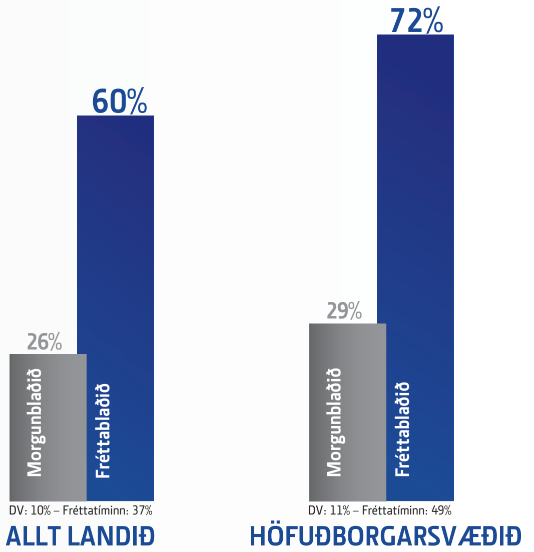
Yfirburðir Fréttablaðsins á dagblaðamarkaði staðfestir

Við vitum sem er að dagblað á að vera skemmtilegt og upplýsandi. Það á að veita innsýn í líf fólks og varpa ljósi á atburði sem skipta okkur máli. Við hlustum á raddir lesenda og erum lifandi vettvangur fyrir skoðanaskipti.

Allt sem þú þarft

Prentmiðlakönnun Capacent Gallup.
Janúar til mars 2011, meðallestur á tölublað 18–49 ára.

Fréttablaðið og Morgunblaðið kemur út sex daga vikunnar, á meðan DV kemur út þrisvar í viku og Fréttatíminn einu sinni.



GOTT Á GRILLIÐ

„Mér finnst mjög gott að grilla kjúklingabringur með spínati og fetaosti.“

Bjartey Sveinsdóttir úr hljómsveitinni Ylju.

Landsliðsþjálfari í mýrarbolta

Stjórn Mýrarboltafélags Íslands hefur skrifað undir samning við Eyjólf Sverrisson um að hann þjálfi bæði karla- og kvennalandslið Íslands í mýrarbolta.

„Þetta er ánægjulegt skref. Mig hefur í nokkurn tíma vantað þægilega aukavinnu sem borgar vel, og þetta djobb uppfyllir þær kröfur,“ segir Eyjólfur, sem þjálfar einnig íslenska U-21 árs landsliðið.

„Ég man að einu sinni var ég á landbúnaðarsýningu í nágrenni við Stuttgart og þar sá ég fjögur ægileg svín takast á í stíu. Þar sýndist mér sá feitasti hafa ótvíræða yfirburði og því er líklegt að ég muni leggja á það ríka áherslu að landsliðsmennirnir borði kolvetna- og fituríka fæðu. Leikskipulag hefur líklega minni áhrif,“ segir hann.

Jóhann Bæring Gunnarsson, aðalritari Mýrarboltafélags Íslands og drullusokkur, er ánægður með ráðninguna.

„Stórum áfanga er náð. Eyjólfur er búinn að vera í drullumálum síðustu misseri og samkvæmt þessum samningi verður hann það áfram.“

Vonast er til að Eyjólfur geti komið á mýrarboltamótið á Ísafirði um næstu helgi til að velja landsliðsmenn beggja liða.

LANDSLIÐÞJÁLFARI Eyjólfur Sverrisson þjálfar karla- og kvennalandsliðin í mýrarbolta.

MÝRARBOLTI Stjórn Mýrarboltafélags Íslands hefur skrifað undir samning við Eyjólf Sverrisson. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

FRÉTTIR AF FÓLKI

Fréttablaðið greindi nýlega frá stofnun Bandalags íslenskra tónleikahaldara, BÍT. Félagið ætlar að standa vörð um hagsmuni tónleikahaldara enda getur þessi bransi verið bæði erfiður og áhættusamur. Einn þeirra sem fengu boð um að ganga til liðs við bandalagið var **Kári Sturluson** sem er margreyndur tónleikahaldari og flutti síðast til landsins írska Óskarsverðlaunahafann Glen Hansard. Einhverra hluta vegna sá Kári ekki ástæðu til að ganga til liðs við Ísleif B. Þórhallsson, Grím Atlason og félaga í BÍT og verður hann því áfram einn á báti í íslensku tónleikahaldi.

Skemmtikrafturinn **Steindi Jr.** gerði sér lítið fyrir og fór beint í efsta sæti Tónlistans sína fyrstu viku á lista með lagið Gull af mönnum, sem hann syngur með Matthíasi Matthíassyni. Lagið er tekið af plötunni Án djóks – samt djók sem kom út fyrir skömmu og hefur að geyma lög úr þáttunum Steindinn okkar. Með árangri sínum skákaði Steindi engum öðrum en poppstjörnunni Páli Óskari Hjálmtýssyni sem er einnig nýkominn á listann með þjóðhátíðarlag sitt, La Dolce Vita. **- fb**

TÍSKUBYLGJA Renndir bómullarsamfestingar með hettu eru vinsælir hjá Íslendingum í sumar. Systkinin Sigríður Anna og Karl Garðarsbörn, eigendur vefverslunarinnar weezo.is, selja heilgallana í hundraðatali þessa dagana. FRÉTTABLAÐIÐ/HAG

KARL GARÐARSSON: ÞETTA SMITAR ÚT FRÁ SÉR

LANDSBYGGÐIN HREINSAR UPP LITRÍKA SAMFESTINGA

„Ég held að við getum staðfest að samfestingaæðið sé komið til Íslands,“ segir Karl Garðarsson, eigandi vefverslunarinnar Weezo.is sem flytur inn svokallaða heilgalla fyrir fullorðna.

Þessir bómullarsamfestingar með rennilás og hettu hafa slegið í gegn í nágrannalöndum okkar og ekki langt síðan við hlógum að þessari tískubylgju þeirra. Samkvæmt upplýsingum frá söluaðilum samfestingsins hér á landi rennur hann út eins og heitar lummur.

„Það eru ekki nema þrjár vikur síðan við opnuðum vefverslunina okkar en það er brjálað að gera og við seljum gallana í hundraðatali þessa dagana,“ segir Karl og hefur greint ákveðna þróun í sölumunstrinu hér á landi en hann vill meina að heilu bæirnir á landsbyggðinni séu að kaupa sér flíkina.

„Þetta greinilega slær í gegn í ákveðnum hópum og við höfum verið að senda gríðarlegt magn út á land. Sérstaklega í sömu bæina og til dæmis eiga margir á Akureyri núna heilgalla í fataskápnum. Þetta smitar út frá sér og er að verða stór tískubóla núna.“

Davíð Matthíasson, markaðsstjóri Europris-búðanna, sem einnig selur svipaða útgáfu af samfestingnum, tekur undir með Karli. „Við byrjuðum að selja þessa galla í fyrrasumar og má segja að salan hafi byrjað strax með látum. Þeir hafa selst gríðarlega vel í sumar og við eigum ekki mikið eftir á lager núna,“ segir Davíð og bætir við að það komi honum sérstaklega á óvart að fullorðna fólkið kaupir gallana til jafns við ungu kynslóðina. „Þetta eru svona heimagallar í sumarbústaðinn og útileguna. Einnig vorum við að moka þeim út fyrir jólin í fyrra.“

Karl vill meina að gallarnir henti einkar vel við íslenskar aðstæður en bleiki liturinn er vinsælastur um þessar mundir.

„Gallarnir eru nothæfir allt árið um kring, innandyra sem utan. Þeir eru kannski sérstaklega þægilegir í útileguna og á svölum sumarkvöldum,“ segir Karl og viðurkennir að hann eigi einn renndan samfesting inni í skáp. „Það er ekki hægt að segja annað en að flíkin sé mjög þægileg.“

alfrun@frettabladid.is

Sest aftur í ritstjórastólinn

„Það verður gaman að tækla þetta aftur,“ segir Bergur Ísleifsson, en hann tekur við ritstjórn Mynda mánaðarins af Erlingi Grétari Einarssyni, en sá síðarnefndi tók við blaðinu af Bergi árið 2006. Bergur hóf útgáfu á Myndböndum mánaðarins fyrir þrettán árum, en hætti árið 2006 og fór þá að sinna öðrum verkefnum. Erlingur Grétar tók við blaðinu og sagði í viðtali við Fréttablaðið á mánudag að hann hefði sett mikinn metnað í blaðið. „Ég ætla að reyna að viðhalda sama metnaði. Auðvitað fylgja nýjum mönnum ný vinnubrögð, en ég ætla að gera mitt besta til þess að koma minni þekkingu um kvikmyndir á framfæri,“ segir Bergur.

Blaðið hét áður Myndbönd mánaðarins og fjallaði þá eingöngu um kvikmyndir sem komnar voru út á myndbandi. Nú fjallar það hins vegar bæði um myndir sem sýndar eru í kvikmyndahúsum og þær sem komnar eru út á myndbönd. Bergur segist ánægður með það og að hann sé að taka við því blaði sem hann ætlaði upphaflega að vera með. „Blaðið átti alltaf að vera bæði um kvikmyndir og myndbönd, en þetta slitnaði frá á sínum tíma. Það er gaman að taka við þessu aftur núna þegar blaðið fjallar um hvort tveggja,“ segir Bergur. Hans fyrsta blað, ef svo má kalla, kemur út í september og segir hann undirbúninginn hefjast eftir verslunarmannahelgina. „Ég fer bara á fullt að ganga frá næsta blaði eftir helgi,“ segir Bergur. **-ka**

HLAKKAR TIL AÐ SNÚA AFTUR Bergur Ísleifsson hóf útgáfu á Myndböndum mánaðarins fyrir þrettán árum. Hann tekur nú aftur við ritstjórn blaðsins af Erlingi Grétari Einarssyni, en hann hefur ritstýrt blaðinu í tæp fimm ár.

35% AFSLÁTTUR

AF ÖLLUM MONGOOSE HJÓLUM

AÐEINS Í DAG, MIÐVIKUDAG 27. JÚLÍ

GAP

HJÓLABÚÐIN FAXAFENI 7
S: 5200 200

mongoose
alvöru hjól

gap.is

FRÉTTABLAÐIÐ

VIÐ SEGJUM FRÉTTIR | SMÁAUGLÝSINGASÍMINN OG SKIPTIBORÐ: 512 5000 | VÍSIR

Ritstjórn: 512 5313, Fax: 512 5301, ritstjorn@frettabladid.is Auglýsingadeild: auglysingar@frettabladid.is PRENTUN: Ísafoldarprentsmiðja

Póst dreifing

DREIFING: dreifing@postdreifing.is
EF BLAÐIÐ BERST EKKI: 512 5060

Europris
ÓDÝRT FYRIR ALLA!

FRÉTTIR AF FÓLKI

Með réttu græjurnar

Gunnar Þorsteinsson, jafnan kenndur við Krossinn, mætti í sund í góðviðrinu í Keflavík á dögunum, rétt eftir að kærum sjö kvenna á hendur honum var vísað frá. Gunnar vakti athygli annarra sundgesta fyrir faglegan útbúnað á sundsprettinum. Fyrir utan hin hefðbundnu sundgleraugu var hann einnig með froskalappir og forláta handspaða sem hafa eflaust auðveldað honum tökin enda þótti hann fara hratt yfir.

Bjarkarmyndband frumsýnt

Myndband við fyrsta smáskífulag **Bjarkar Guðmundsdóttur** af plötunni Biophilia, Crystalline, er komið út. Leikstjóri var Frakkinn Michel Gondry sem hefur unnið náið með Björk um árin. Eins og gefur að skilja eru kristallar áberandi í myndbandinu ásamt auðvitað Björk sjálfri. Nýtt lag af Biophilia er einnig komið í loftið og nefnist það Cosmogony. Það er öllu rólegra en Crystalline en bæði lögin þykja lofa góðu um plötuna, sem kemur út 27. september.

- þj / - fb

Mest lesið VÍSIR

1. Kynþáttahatari réðst á fyrrverandi kennara sinn
2. Þrettán bera sama nafn og slátrarinn í Útey
3. Eðalrauðvín eyðilagðist í gámaslysi
4. Þjóðverji bjargaði 20 ungmennum af Útey
5. Vilja tala við mann sem kom í veg fyrir líkamsárás