

# LEIÐ

FIMMTUDAGUR 24. ÁGÚST 2017

## Tíska



Jón Albert Méndez er fyrirsæta hjá Eskimo Models og stundar nám í klæðskerasaumi. Hann klæðist einungis svörtu og fer óhefðbundnar leiðir í fatavali.

tíska ➔4



# Einfalt og þægilegt

Fatastill strákanna í BMX Brós er einfaldur, þægilegur og í stíl við BMX íþróttina. Þröngar buxur, endingargóðir skór og síðir bolir skipa þar stóran sess. ➔2



NÝ TÍMARIT  
ERU KOMIN ÚT  
*Upplifun og stemning!*

comma,  
SMÁRALIND





BMX strákarnir ásamt Atlasi Erni, umboðsmanni sínum. F.v.: Benedikt Benediktsson, Magnús Bjarki Þórlindsson og Anton Örn Arnarson sem heldur á syni sínum og umboðsmanni. MYNDIR/VILHELM

**Nýjar haustvörur**

Netverslun á [tiskuhus.is](http://tiskuhus.is)

Stærðir 38-52

mystyle

**Holtasmára 1**  
201 Kópavogur  
(Hjartaverndarhúsið)  
Sími 571 5464

## LEIÐSÖGUNÁM

### VIÐURKENNT STARFSNÁM AF ATVINNULÍFINU

Hnitmiðað og skemmtilegt nám fyrir þá sem vilja kynna Ísland í máli og myndum. Námið er opið öllum þeim sem áhuga hafa á að læra hvernig standa skal að leiðsögn erlendra og innlendra ferðamanna um Ísland.

- Flest stéttarfélag styrkja nemendur til náms.
- Nemendur geta að námi loknu gerst félagsmenn í Leiðsögufélaginu

**Helstu námsgreinar:**

- Helstu viðkomustaðir ferðamanna á Íslandi í máli og myndum.
- Mannleg samkipti, leiðsögutækni, hestar, fuglar og flóra. Framsaga.
- Saga landsins, jarðfræði, bókmenntir og listir, menningartengd ferðaþjónusta.
- Skipulagðar ferðir og afþreyingaferðir. Ritgerðaverkefni og margt fleira.

Leiðbeinendur eru þaulvanir leiðsögumenn og sérfræðingar hver á sínu sviði. Boðið er uppá dag – og kvöldnáms, auk þess er farið í fjölda vettvangsferða.

**Umsögn:**

S.l. vetur stundaði ég leiðsögunám í Ferðamálastólaskóla Íslands. Námið stóð vel undir væntingum þar sem fjölmargir kennarar komu að kennslunni og áttu þeir auðvelt með að ná til mín og auka áhuga minn á námsefniinu og ekki síst að vekja mig til umhugsunar um þá auðlind sem landið okkar er og þá þróingu sem okkur ber að sýna því. Kennararnir voru mjög færir og fróðir hver á sínu sviði og áttu auðvelt með að koma efniinu til skila. Námið gefur mikla atvinnuöguleika og spennandi tímar eru framundan.

Guðrún Helga Bjarnadóttir, Vestmannaeyjum

**Opið 8-22**

**Ferðamálastólaskóli Íslands**

Ferðamálastólaskóli Íslands • [www.menntun.is](http://www.menntun.is) • Sími 567 1466

Starri Freyr Jónsson  
starri@365.is



Sumaríð er búið að vera mjög annasamt og skemmtilegt hjá strákunum í BMX BRÓS. Þeir hafa tekist á við krefjandi verkefni og sýningar um land allt og vakið mikla athygli hvar sem þeir sýna. „Við höfum ótrúlega gaman af því að ferðast og fá sýningargesti til að brosa. Þetta er rosalega góð leið til að kynna sportið. Fram undan eru fleiri sýningar, t.d. verðum við um helgina á bæjarhátíðinni í túninu heima í Mosfellsbæ. BMX æfingar hefjast svo hjá Brettafélagi Hafnarfjarðar í haust þar sem við munum sjá um kennslu,“ segja þeir Benedikt Benediktsson, Magnús Bjarki Þórlindsson og Anton Örn Arnarson sem skipa BMX BRÓS hópin og eru á aldrinum 22-26 ára.

Fatastill strákanna dagsdaglega er einfaldur, þægilegur og í stíl við BMX íþróttina. „Yfirleitt klædist ég frekar þröngum buxum, síðum bolum og peysum, og þunnum jökkum með kraga. VANS skór koma sterkt inn og eru þeir góðir dagsdaglega og á hjólinu. Þetta er þessi klassíska skater-stíll,“ segir Benedikt.

Anton segist örugglega vera einn af fáum sem hafa aldrei átt jakkaföt. „Ég klædist yfirleitt þröngum buxum, flannel skyrturnum, hlýrabolnum. Auk þess hefur sít há fylgt mér um ára bil sem hefur aðgreint svölitið stílinn minn. Ég er orðinn mun mínimalískari en áður þegar kemur að fatakaupum. Persónulega finnst mér mun betra að eiga færri flikur og vandaðar.“

#### Áhrif að utan

Magnús segist klæðast fötum sem eru bæði þægileg og líta vel út. „Fatastillinn minn er svona „skater-boy-look“. VANS eða miðlungsháir Timberland skór verða oftast fyrir valinu. Ég geng alltaf í þykkum sokkum, yfirleitt frá VANS, sama

“ Við höfum ótrúlega gaman af því að ferðast og fá sýningargesti til að brosa. Þetta er rosalega góð leið til að kynna sportið.

hvaða árstíð er. Buxur eru alltaf í frekar lausu sniði, hvort sem það eru gallabuxur eða aðrar. Síðan vil ég hafa boli og peysur í síðu, víðu og þægilegu sniði, t.d. eru rúllukragapeysur vinsælar hjá mér.“ Þeir segjast ekki beint hafa áhuga á tisku heldur reyni frekar að klæðast fötum sem eru þægileg. „Þetta eru þá þröngar buxur, endingargóðir skór og síðir bolir þannig að plömmurinn sé ekki úti þegar við hjólum. Við fylgjumst ekki mikl með tiskunni en við verðum fyrir óbeinum áhrifum gegnum erlend BMX myndbönd.“

#### Viðburðarík ár

Það eru um tíu ár síðan BMX hjólið fann þá félag, eins og þeir orða það, og þetta er búinn að vera viðburðaríkur áratugur, sérstaklega síðustu 3-4 ár. „Eftir því sem við urðum betri, bylturnar harkalegri og áhuginn meiri fór hjólið að snúast fyrir alvöru. Samfara meiri getu fóru alls kyns tækifæri að poppa upp. „Við byrjuðum að kenna á BMX hjól, hófum samstarf við styrktaraðila, tókum þátt í keppnum úti í heimi, lékum í auglýsingum og bíómyndum.“

Árið 2015 tóku þeir þátt í Ísland Got Talent þar sem þeir náðu öðru sæti. „Í kjölfarið byrjuðum við að ferðast um landið þvert og endilangt og vorum með adrenalínfullar BMX sýningar á alls kyns hátíðum og viðburðum. Fegurðin við þetta sport er frelsið sem fylgir því. Við erum ekki bundnir við tíma og staðsetningu

þegar við æfum okkur, hver og einn hefur sinn stíl og mismunandi trikk í pökunum. Þetta er adrenalínsport sem gerir það bæði krefjandi og fær hjartað til að slá hraðar.“

„Eigið þið uppáhaldsverslanir? Við höfum gaman af Erninum, Smash, Mohawks og Rauðakrossbúðinni á Akureyri. Í útlöndum verða „skate“- og „secondhand“ búðir oftast fyrir valinu.“

„Hverjir eru uppáhaldshönnuðir ykkar? Það eru helst VANS, Nike, Stussy, HUF, Neff og Under Armour.“

„Eyðið þið miklu í fót miðað við jafnaldra ykkar? Nei, sáralitlu þar sem við höfum fengið góða hjálp frá styrktaraðilum okkar í gegnum tíðina. Við erum afar þakklátir fyrir það.“

„Eigið þið eina uppáhaldsflik? „Ég verð að nefna argentínska ponsjóð mitt og litríku úlpuna sem ég gróf upp í Rauðakrossbúðinni á Akureyri, segir Benedikt. „Það eru ullarsokkarnir sem amma þrjónaði á mig, íslenska ullin svikur aldrei. Áður keypti ég stundum nýja flik, henti henni inn í skáp og notaði aldrei. Þeir tímar eru liðnir og nú kaupir ég ekki flikur nema ég viti að ég hafi góð not fyrir hana,“ bætir Anton við. „Uppáhaldsflik Magnúsar er VANS vindjakinn.“

„Bestu og verstu kaup ykkar? „Bestu kaupin mín hingað til er retró jakki sem ég keypti í Rauða krossinum Akureyri á 500 kr.“ segir Magnús sem einn svarar spurningunni. „Verstu kaupin voru örugglega þegar ég keypti mér hettupeysu hérna heima á 17.000 kr. Engin hettupeysa ætti að kosta 17.000 kr.“

„Notið þið fylgihlut? Þeir eru nokkrir, t.d. Tunnel eyrnalokkar, söfgleraugu, hringir, gullkeðjur, safaríhattur frá Suður-Afríku, hártægja, úr, húðflúr og hjálmur. BMX BRÓS sýna á morgun föstudag á Hvalfjarðardögum og í Mosfellsbæ á bæjarhátíðinni í túninu heima. Fylgjast má með strákunum á Facebook.“

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

Útgefandi:  
365 miðlar

Ábyrgðarmaður:  
Svanur Valgeirsson

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@365.is, s. 512 5349 | Ragnheiður Tryggvadóttir, heida@365.is, s. 512 5367 | Sólvieg Gísladóttir, solveig@365.is, s. 512 5351 | Sigríður Inga Sigurðardóttir, sigriduringa@365.is, s. 512 5372 | Starri Freyr Jónsson, starri@365.is, s. 512 5358 | Vera Einaradóttir, vera@365.is, s. 512 5357

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



**MAYWEATHER**

**MCGREGOR**

**BARDAGI ALDARINNAR  
LAUGARDAGINN 26. ÁGÚST**

*Keiluhöllin*  
EGILSHÖLL

**Doritos** **BYKO**  
GERUM PETTA SAMAN

Tryggðu þér  
áskrift á aðeins  
399 kr. á dag\*  
11.990 kr. á mánuði





# Fataskápurinn er svarthol

Jón Albert Méndez er fyrirsæta hjá Eskimo models og stundar nám í klæðskerasaumi. Hann klæðist einungis svörtum flikum en útlit hans þykir nokkuð eftirtektarvert.

Elín  
Albertsdóttir  
elin@365.is



Jón lauk námi á myndlistarbraut enda hefur hann verið listrænn frá barnsaldri og hefur alltaf þótt gaman að mála, teikna og móta skúlptúra. Áhugi hans á fatasaumi vaknaði meðfram listnáminu og hóf hann nám í fata- og textílbraut í Fjölbrautaskólanum í Breiðholti í framhaldi af myndlistinni. Fatasaumurinn leikur í höndum hans og margir vinir Jóns hafa beðið hann að sauma fyrir sig fót. Sömu leiðis saumar hann mikið á sjálfan sig.

Jón hefur starfað í sumar sem

þjónn á Laundromat Café og í Lista- safni Íslands og gestir hafa tekið eftir honum þar enda sker hann sig vel úr fjöldanum. Jón verður 21 árs í september en hefur þegar komið fram í mörgum auglýsingum. Auk þess fór hann til Finnlands í vor til módel- starfa. „Það var mjög skemmtilegt að kynna því auk þess sem ég gat keypt mér efni sem fást ekki hér á landi. Ég væri alveg til í að prófa fleiri slík verkefni á erlendri grund en vil klára námið mitt fyrst.“

Jón aðhyllist eingöngu svartan fatnað. „Ég vil hafa fötin svört, víð og öðruvísi en aðrir ganga í,“ segir hann. „Ég hef aldrei verið fyrir liti, meira að segja nær- urnar eru svartar,“ bætir hann við. „Fataskápurinn minn er eitt stórt

**LOKA-ÚTSÖLULOK**  
**70% afsláttur**  
af öllum útsöluvörum

Stærðir 38-58

Verlunin Belladonna

**belladonna**

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

Tveir lírir

**PEYSA**  
**11.495**

**INDISKA**

KRINGLUNNI | 588 2300



Jón er töffari. Takið eftir síða jakkanum og mynstrinu á buxunum. MYND/EYÞÓR

svarthol,“ segir hann glettinn. „Það er auðvelt að blanda mörgum stílum saman þegar maður hefur einfaldan smekk í litum,“ segir hann. Jón er oft stoppaður á götu og spurður hvar hann hafi fengið ákveðna flik sem hann klæðist. Stundum hefur hann saumað hana sjálfur.

Jón hefur starfað mikið með Viðari Loga ljósmyndara. Aðstoðað hann sem fyrirsæta eða stílisti við til dæmis auglýsingatökur og baksviðs á tiskusýningum. „Við notum stundum fataskápin minn eða ég sauma eitthvað sem hentar. Ég hef líka saumað alls kyns fót fyrir ljósmyndatökur,“ segir Jón sem var í strætó á heimleið þegar við náðum tali af honum.

Jón hefur ekki hug á að feta slóð fata- eða tiskuhönnuðar. „Ég er meira inn á frjálsri línu í tisku og hef mestan áhuga á myndlist og teikningu,“ segir hann. Faðir hans er frá Kólumbíu en móðir hans íslensk. Þrátt fyrir að móðursystur Jóns séu hárgreiðslumeistarar og eldri bróðir hans einnig hefur hann alltaf viljað hafa sitt hár. „Ég er með mjög hrokkið hár og það er ekkert auðvelt að halda því við. Mér finnst ég samt eiga að vera með sitt hár en ég þarf ekki að fara langt þegar þarf að klippa eða snyrta.“

Jón er skapandi, listrænn og skemmtileg týpa. Hann á örugglega eftir að láta meira að sér kveða í framtíðinni enda enn ungur að



Annað útlit í klæðnaði og sannarlega ekki týpiskur herrafatnaður. MYND/EYÞÓR





Svona var Kim klædd þegar hún mætti í veislu í Beverly Hills nýlega.

## Leiðir tiskuna

Kim Kardashian lét lítið á sér bera eftir að hún var rænd á hótélherbergi í París á síðasta ári. Nú er hún hins vegar komin á fullt aftur í samkvæmislífinu og vekur athygli sem aldrei fyrr. Ástæðan er ekki síst klæðaburður hennar. Kim er óspör á að birta sjálfsmýndir á samfélagsmiðlum, sérstaklega á Instagram.

Sumir hneykslast á klæðnaðinum en Kim hefur gríðarleg áhrif á tiskuheiminn og er leiðtogi á því sviði. Undanfarið hefur hún oft sést án brjóstahaldara eða lætur hann duga sem topp. Brjóstahaldaraleysið er líklegt til vinsælda hjá yngri konum, eftir því sem tiskulöggur segja. Sú tíska var allsráðandi á hipparárunum.

Kim Kardashian er fædd 21. október 1980. Hún er þekktust sem fyrirsæta og leikkona í eigin raunveruleikabáttum, Keeping Up with the Kardashians og Dancing With the Stars. Hún hefur verið gift bandaríska rapparanum Kanye West frá árinu 2014. Þau eiga tvö börn. Bæði Kim og Kanye eru elskuð af ljósmyndurum um allan heim. Þau hafa tvisvar heimsótt Ísland.



Sé vafi á hvaða númer af gallabuxum eigi að kaupa, á alltaf að velja minna númerið. MYND/GETTY

## Góð gallabuxnaráð

Gallabuxur eru alltaf vinsælar og margir sem eiga sínar uppáhaldsgallabuxur sem þeir fara helst ekki úr. Þótt gallabuxur séu milkið notaðar er óþarfi að þvo þær oft í mánuði. Sumir vilja meina að þær þurfi aðeins að þvo á hálf árs fresti því gallabuxur eiga að laga sig að vexti hvers og við þvottu þær þessu lagi. Auðvitað er þetta smekksatriði en hins vegar er hægt að fríska upp á gallabuxur með því að láta þær hanga inni á baði þegar farið er í sturtu. Einnig er hægt að setja þær í plastpoka og setja í frýsti í tvo daga. Ef vafi leikur á hvaða númer af gallabuxum eigi að kaupa er best að kaupa alltaf minna númerið því gallabuxur víkka alltaf með tímanum. Ef stytta þarf gallabuxur er best að þvo þær a.m.k. tvisvar áður því þær styttest í þvotti. Gallabuxur á alltaf að þvo á röngunni við fremur lágan hita. Þær á ekki að þurrka í þurrkara en ef það er bráðnaudsynlegt á að nota lágsta mögulega hita og taka þær úr þurrkaranum áður en þær eru orðnar alveg þurrar, slétta úr og láta þær þorna á herðatre.

## Rauðir, glitrandi eða loðnir

Stóru tiskuhúsin hafa þegar lagt helstu línurnar fyrir skótiskuna í vetur og þar leynist margt skemmtilegt. Há stígvél eru áberandi og þau eru ýmist loðin, í áberandi litum eins og skærrauðum, eða jafnvel glitrandi. Kúrekastígvél sem ná yfir hnén koma sterk inn og þær er hællinn fremur lágur. Dansdrottningar geta dregið fram glimmerskóna því glitrandi skór með silfurglimeri verða eitt af því allra heitasta

á djamminu. Glitrandi sokkar innan undir hælaskó, bandaskó og sandala verða leyfðir og svo verða hvítir eða svartir skór með lógóum, mynstri og texta áberandi. Tvílitir skór í svörtu og hvítu skora hátt í vetrartiskunni en einnig verða skór í skærum jarðlitum í tisku. Líkt og undanfarið verða íþróttaskór í tisku, enda þægilegir og hentugir við mörg tækifæri en þeir verða í einföldum litum með glitrandi mynstri eða öðru sem lífgar upp á þá.



Rauð kúrekastígvél verða hæstmóðins í vetur.



# Ný TT námskeið að hefjast innritun hafin

fundur fyrir alla TT hópa 27. ágúst kl. 17:00 ☺

**TT-1 námskeiðin** okkar fyrir konur fela í sér leiðbeiningar um mataræði, líkamsrækt, sjálfstyrkingu, fundi, vigtnun og mælingar. Þessi sívinsælu námskeið hafa margsannað ágæti sitt og reynst konum afburðavel til að ná markmiðum sínum. Við bjóðum hvorki skyndilausnir né sveltikúra, heldur raunhæfar leiðir til að lifa góðu lífi.

**TT-3 námskeiðin** okkar eru fyrir 16-25 ára stelpur. Þetta eru sérsniðin lífsstílnámskeið fyrir þær sem vilja taka mataræðið í gegn og komast í gott form. Við byggjum námskeiðin á áralangri reynslu af því að kenna ungmennum líkamsburð og listdans ásamt þekkingunni sem við höfum byggt upp af því að veita konum sambærilega þjónustu í gegnum tíðina.

*Komdu, við kunnum þetta!*

Innritun stendur yfir í síma 581 3730. Nánari upplýsingar á [jsb.is](http://jsb.is)

Kynntu þér fjölbreytt úrval af námskeiðum og opnum tímum á [jsb.is](http://jsb.is)

### Mótun BM

Áhersla lögð á styrk, liðleika og góðan líkamsburð. Mótandi æfingar fyrir kvið, rass- og lærvöðva.

### Einkapjálfun

Þjálfarar JSB eru fagmenn og vita nákvæmlega hvað þarf til að ná settum markmiðum og aðstoða við aðhald ef þess er óskað

### Fit Form 60+

Alhliða líkamsrækt sem stuðlar að auknu þreki, þoli, liðleika og frábærri líðan.

### Opna kerfið 1-2-3

Bjóðum röð af 30 mínútna krefjandi tímum í opna kerfinu.

Velkomin í okkar hóp!

LÍKAMSRÆKT JSB  
leggur línurnar

Lágmúla 9 • 108 Reykjavík • Sími 581 3730 • [jsb@jsb.is](mailto:jsb@jsb.is) • [www.jsb.is](http://www.jsb.is)



## Fóðruð Regnkápa



kr. 14.900.-  
Str. S-XXL  
3 litir: svart, blátt, grænt

**Ríta**



Við erum á Facebook

Bæjarlind 6 • S. 554 7030

# Fegurð liggur í hamingjunni

Emilia Clarke er þekkt um gjörvalla heim fyrir hlutverk sitt sem ljóshærða dregadrottningin í Game of Thrones. Hún ræddi við vefsíðuna InStyle um fegurð og förðun.

**Þ**að er kannski vöðalega væmið en mér finnst fólk fállegast þegar það er hamingjusamt. Það er raunveruleg fegurð. Hæfileikinn til að hlæja og taka sig ekki of alvarlega, að geta horft í spegilinn og vera sáttur við hvaða manneskja það er sem horfir á móti.“

Clarke viðurkennir að hún hafi þurft að vinna fyrir því sjálfstrausti sem hún býr yfir í dag. „Ég hafði litit sjálfstraust þegar ég var yngri og fannst ég bæði feit og ljót. Kallaði sjálfa mig

„the Cabbage Patch Kid“. Ef strákur yrtri á mig varð ég mjög hissa. Síðan kemur þetta sérstaka augnablik þegar maður uppgötvar hver maður er, hvað manni líkar, hvaða fólk lætur manni líða vel, og maður fer að sjá að fleira skiptir máli en útlitit.“

Leikkonan segir að hún og dregadrottningin eigi fátt sameiginlegt. „Fólk sem hittir mig verður vonsvikið þegar það sér að við erum ekkert líkar,“ segir hún og bætir við að engin

alvöru manneskja sé alltaf svona falleg. „Ungt fólk í dag er með afar brenglaða sýn á hvað fegurð er vegna þess tíma, peninga og þeirrar fyrirhafnar sem fer í að láta fólk lita vel út á skjánum. Við verðum

ad passa okkur á því að bera okkur ekki saman við þennan draumaheim.“

Clarke var nýlega valin „andlit“ nýja Dolce & Gabbana ilmsins The One en segist dagsdaglega reyna að halda í mjög náttúrulegt útlit.

„Þegar ég kemst ekki hjá því að hafa mig til grip ég til rauða varalitarins. Allar konur ættu að eiga einn góðan rauðan varalit.“



## FORSKOT Á VETURINN

### ÁGÚST-TILBOÐ LAXDAL SKIPHOLTI

20%-30% afsláttur

ÍTALSKAR  
ULLARKÁPUR  
SÍÐAR  
DÚNÚLPUR

GARDEUR  
VETRABUXUR  
svartar - gráar  
- Ullarblanda -



NÝ GLÆSILEG VERSLUN  
SKIPHOLTI 29B

**RISA**  
RÝMINGARSALA  
HJÁ LAXDAL LAUGAVEGI  
**60%-70%-80%**

BERNHARD  
LAXDAL



Laugavegi 63 • Skipholt 29b • Sími 551 4422 • www.laxdal.is



# Smáauglýsingar

512 5000

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

## Bílar & Farartæki



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

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



## HÖFÐABÍLAR

... þar sem bílar seljast



### BESTA VERÐIÐ!

LAND ROVER Discovery se.  
Árgerð 2015, ekinn 96 þ.KM,  
diesel, sjálfskiptur 8 girar.mjög vel  
með farinn bill Verð 7.790.000.  
Rnr.211936.



### BESTA VERÐIÐ!

LÍTIÐ EKINN 4X4! SKODA Octavia.  
Árgerð 2013, ekinn 74 þ.KM,  
diesel, sjálfskiptur. Verð 2.850.000.  
Rnr.211985.

Höfðabílar  
Fossháls 27/ Dragháls megin,  
110 Reykjavík  
Sími: 577 4747  
www.hofdabilar.is

## Bílar til sölu



Loksins er Beauty Boxið til sölu.  
Plagglo Porter árg. 2001, ekinn  
49.000km. já þú sérð rétt. Einn  
eigandi. Ný dekk s/v, ný smurður,  
ný tímareim, 6 manna bill. Billinn  
vekur athygli, svo auglýsingagildið  
er mikið. Hafðu samband og fáið  
sögustund. Uppl. í síma 895 7199,  
Ómar.



Honda Jazz árg. 2007, ekinn 104.000  
km. Sjálfskiptur, skoðaður 2018.  
Virilega snyrtilegur bill. Sá eini  
græni. Uppl. í síma 8957 199, Ómar.

## Bílar óskast

**BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.**  
Má þarfnast lagfæringa.  
Hringdu S. 615 1815 eða sendu  
sms.

## Bátar

**VEIÐIVÖTN VEIÐIVÖTN**  
Netin tilbúin þekking reynsla gæði.  
heimavik.is s. 892 8655

## Hjólbarðar



**NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRABÆRU VERÐI.**  
Einnig úrval notaðra dekkja. Tökum  
notuð uppi ný. Vaka s. 567 6700

## Þjónusta

## Hreingerningar

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

## Garðyrkja

**GARÐAUMSJÓN**  
Greniúðun, sláttur og klippingar  
ofl. Halldór garðyrkjumaður. S: 698  
1215

## Bókhald

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

## Búslóðaflutningar

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

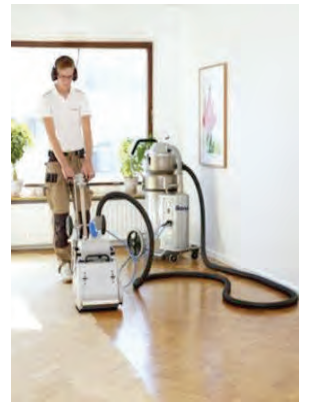
## Húsaviðhald

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

## Rafvirkjun

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

## Önnur þjónusta



Parketslípun/sólpallaslípun/  
parketvélaleiga um allt land. www.  
parketslípunmeisterans.is -7817200  
í Reykjavík og Akureyri.

## Keypt & Selt

## Til sölu



SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI  
Heimsending. www.humarsalan.is  
Þóttunarsími: 8676677



**HONDA**  
**CR-V Elegance Navi 2WD dísel**  
Nýskráður 7/2016, ekinn 16 þús.km.,  
dísel, 6 girar.  
**Verð kr. 4.350.000**



**HONDA**  
**Jazz**  
Nýskráður 6/2004, ekinn 149 þús.km.,  
bensín, 5 girar.  
**Verð kr. 590.000**



**PEUGEOT**  
**208 Active dísel**  
Nýskráður 3/2014, ekinn 22 þús.km.,  
dísel, sjálfskiptur.  
**Verð kr. 1.890.000**



**VOLKSWAGEN**  
**Golf Trendline**  
Nýskráður 4/2008, ekinn 134 þús.km.,  
bensín, 5 girar.  
**Verð kr. 890.000**



**RENAULT**  
**Megane Sport Tourer diesel**  
Nýskráður 5/2011, ekinn 113 þús.km.,  
dísel, sjálfskiptur.  
**Verð kr. 1.290.000**



**HONDA**  
**CR-V Elegance**  
Nýskráður 11/2014, ekinn 34 þús.km.,  
bensín, sjálfskiptur.  
**Verð kr. 3.990.000**

Tilboðsverð miðast við bein kaup og enga upptöku, fjölbreytt lánakjör í boði.



## BÍLL DAGSINS

**SUZUKI XL7 LTD**  
Nýskráður 9/2004, ekinn 179 þús.km.,  
bensín, sjálfskiptur.

Tilboð dagsins kr.  
**790.000**



**PEUGEOT**  
**308SW Style**  
Nýskráður 5/2016, ekinn 22 þús.km.,  
dísel, sjálfskiptur.  
**Verð kr. 2.890.000**



**FORD**  
**Fiesta**  
Nýskráður 6/2010, ekinn 125 þús.km.,  
bensín, 5 girar.  
**Verð kr. 890.000**



## Opnunartími

Mánudaga - föstudaga milli kl. 10:00 og 18:00  
Lokað laugardaga í sumar.



## NOTAÐIR BÍLAR

Bílaþjónustunum • Eirhöfða 11 • Sími 551 7171 • notadir.bernhard.is



## Óskast keypt

## KAUPUM GULL - JÓN &amp; ÓSKAR

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

## Skólar &amp; Námskeið

## Ökukennsla

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

## Tómstundir &amp; Ferðir

## Fyrir veiðimenn

## Deerhunter SKOTVEIÐIFATNAÐUR

JAKKI

kr. 19.800



BUXUR

kr. 11.900

Avanti Camo jakki og buxur  
Léttur og mjúkur fatnaður  
góður í alla skotveiði  
Vatns og vindheldur

Vesturröst

Laugaveg 178 - sími: 551 6770 - www.vesturröst.is



Barnaheill

Save the Children's Island

Vísirpa að...  
Ófæðisúttír tskvakerkr  
hafa áhrif á börn.

## Húsnæði

## Atvinnuhúsnæði

Vantar ca. 50-80 fm húsnæði til leigu á höfuðborgarsvæðinu. Jarðhæð. Upplýsingar: 699-6762 eða hreinverk.is - Tómas

## Geymsluhúsnæði

## WWW.GEYMSLAEITT.IS

FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR  
á minna en 7 m2. Ódyrt eftir það. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

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

## Hönnun



## HÖNNUN

## VERKFRÆÐITEIKNINGAR

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

## Atvinna

## Atvinna í boði

## KÖKUHORNID

Röskur starfskraftur á besta aldri óskast frá og með 1. sept í afgreiðslustarf í bakari okkar í Bæjarlind, 80% starfshlutfall. Íslenskukunnátta skilyrði.

Uppl. gefur Gréta í s. 867 1433 milli kl. 9-18 og kokuhornid@kokuhornid.is

## CAFÉ ROMA KRINGLUNNI

Óskar eftir starfskrafti í fullt langtíma starf. Aldur 20+. Íslenskukunnátta skilyrði.

Umsóknir sendist á caferoma@caferoma.is

## STARFSMAÐUR ÓSKAST

Stundvís, reglusamur starfskraftur óskast til ýmissa starfa í matvöruverslun og aðstoð við kjötbörð, framtíðarstarf. Uppl. Kjöhóllin Háleitisbraut 58-60

Upplýsingar veitir Sveinn í síma 553 8844.

## MÁLMIÐNAÐARMENN ÓSKAST

Teknis ehf óskar eftir að ráða málmíðnaðarmenn. Teknis ehf fæst við nýsmiðar og viðhaldsvinnu ýmiskonar innanlands sem utan í svörtu og ryðfríu stáli. Áhugasamir hafi samband við Jón Þór í síma 8935548 eða á netfangið jon@tekn.is

## TRADEX EHF Í HAFNARFIRÐI

vantar stundvíst og duglegt starfsfólk í fiskvinnslu og þökkun. Vinnutími frá kl. 7 - 15 virka daga. Umsækjendur sendi umsóknir á tölvupóstinn tradex@tradex.is

## Atvinna óskast

## SMÍÐIR - VERKAMENN - MÚRARAR

Erum með vana smíði, verkamenn, múrara og pípara sem eru klárir í milka vinnu HANDAFL EHF s. 777 2 333



VERSLUNARTÆKNI

www.verslun.is

Allt hjá okkur



Sýningarsalur við Dragháls

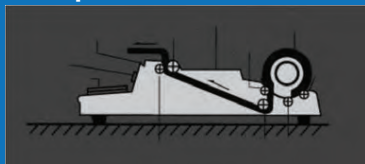
La Copine

## FILMUPÖKKUNARVÉL

**Tilboð**  
27.900.-  
án/vsk

Filmustærð:  
30 - 50 cm rúllur

LaCopine.  
Filmupökkunarvélin:  
Hentar fyrir kjötbúðina -  
veitingastaðinn - „Takeaway“ -  
ostaborðið - ávaxta- og græn-  
metispökkunina.  
Teflon húðaður hitahnífur  
Teflon húðuð hitaplata



Gefur vörinni fallett og frískandi útlit og mun þægilegra fyrir kúnnann.

Allt hjá okkur



Framúrskarandi fyrirtæki



VERSLUNARTÆKNI

www.verslun.is

Dragháls 4 - 110 Reykjavík

Sími: 535 1300

Fax: 5351305 - verslun@verslun.is

## Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

HJÓLBARÐAR

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

Gylfafiöt 3  
Grafarvogi  
Sími 567 4468  
dekk@gummisteypa.is

GENERAL HJÓLBARÐAR

Rafstilling ehf

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

Ferðapjónustuhús

Vönduð hús sem henta vel í ferðapjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reism@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða  
www.reisum.is

viftur.is

Viftur • Blíkrör • Aukahlutir

íshúsið

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

Snyrti & nuddstofan Smart

Kirkjúlundi 19 • 210 Garðabæ

Alltaf frábær tilboð í gangi hjá okkur!  
Kíkjjið á facebook síðu okkar:  
facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

Verið hjartanlega velkomín.

Tímamantanir í s. 789 3031 & 897 3035 • helgasig2@gmail.com og á Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR

ÞARFET ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?

HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ

Sími 512 5407 | thjonusta@365.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@365.is sigrunh@365.is