



MÁNUDAGUR 16. APRÍL 2018

Lífsstíll



Japanskir mosaboltar eru vinsælir í hengigarða og segir Erna Aðalsteinsdóttir lítið mál að búa þá til. Hvers konar plöntur megi nota í boltana og hengja upp á skemmtilegan máta. Erna heldur námskeið í mosabolta-gerð á miðvikudag.

→4

ENZYMEDICA®

Söluhæsta
meltingarvaran í
Bandaríkjunum



Pétur Marinó Jónsson, ritstjóri MMAFrétta, er helsti MMA-sérfræðingur Íslands. MYND/SIGTRYGGUR ARI

Það verða alltaf kúrekar í MMA

Pétur Marinó Jónsson er MMA-sérfræðingurinn á bak við MMAFréttir.is. Honum finnst gaman að sjá áhugann á MMA aukast, fannst hegðun Conors McGregor neyðarleg og spáir Gunnari Nelson sigri í næsta mánuði. →2

Framhald af forsiðu →

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is



Pétur Marinó Jónsson er öllum íslenskum bardagaáhugamönnum vel kunnur, en hann hefur rekið vefinn MMAFréttir.is í tæp fimm ár og lýst UFC-viðburðum á Stöð 2 Sport. Hann hefur tryggt sér stöðu sem fremsti MMA-sérfræðingur Íslands og unnið mikilvægt starf við að vekja athygli á íþróttinni og auka þekkingu og viðurkenningu á henni.

Pétur hefur æft brasilískt jiu-jitsu í um 10 ár og fylgst með MMA af kappi jafn lengi. „Vinir mínir byrjuðu í jiu-jitsu og þeim tókst að sannfæra mig um að koma á æfingu þegar við vorum í partí og ég var kominn á fjórða bjór, sem kom smá hugrekki í mig,“ segir Pétur. „Mér fannst þetta allt mjög skrítið fyrst og var ekkert yfir mig hrifinn, en ég hélt áfram að mæta og í Mjölni kynntist ég MMA og smátt og smátt byrjaði ég að fylgjast með. Þegar ég fæ áhuga á einhverju þá verð ég bara að vita allt um það, þannig að ég byrjaði að lesa allt sem ég gat og fylgjast vel með og þannig komst ég inn í bardagaíþróttir.“

Vildi betri umfjöllun um MMA

Pétur opnaði vefinn MMAFréttir.is í október 2013. „Mér fannst fréttum um MMA á Íslandi ekki vera sinnt nægilega vel og langaði að gera betur. Ég var líka með góð tengsl í Mjölni og það var ýmislegt sem mig langaði að gera öðruvísi, þannig að ég hellti mér bara í þetta,“ segir Pétur.

„Vefurinn gengur ágætlega en það er ýmislegt sem mig langar að gera sem ég hef ekki endilega alltaf tíma fyrir enda í fullri vinnu og í smá námi með þessu. En þetta er alltaf að stækka og lesturinn verður sífellt meiri. Áhuginn á MMA hefur aukist almennt og það er rosalega gaman að sjá íþróttina stækka,“ segir Pétur. „Núna vita allir hverjir Gunnar Nelson og Conor McGregor eru, sem er mjög skemmtilegt, því þetta var algert jaðarsport sem enginn þældi í.“

Vefurinn skapaði tækifæri

Vinnan við MMAFréttir hefur gefið Pétri ýmis tækifæri. „Ég hef lýst bardögum á Stöð 2 Sport, skrifað um MMA á Vísi og farið út með Gunna þegar hann berst til að fjalla um það,“ segir Pétur. „Það er rosalega gaman að fara út og vera eins nálægt þessu og hægt er. Maður hefur kynnst fullt af skemmtilegu fólki og skapað frábærar minningar.“

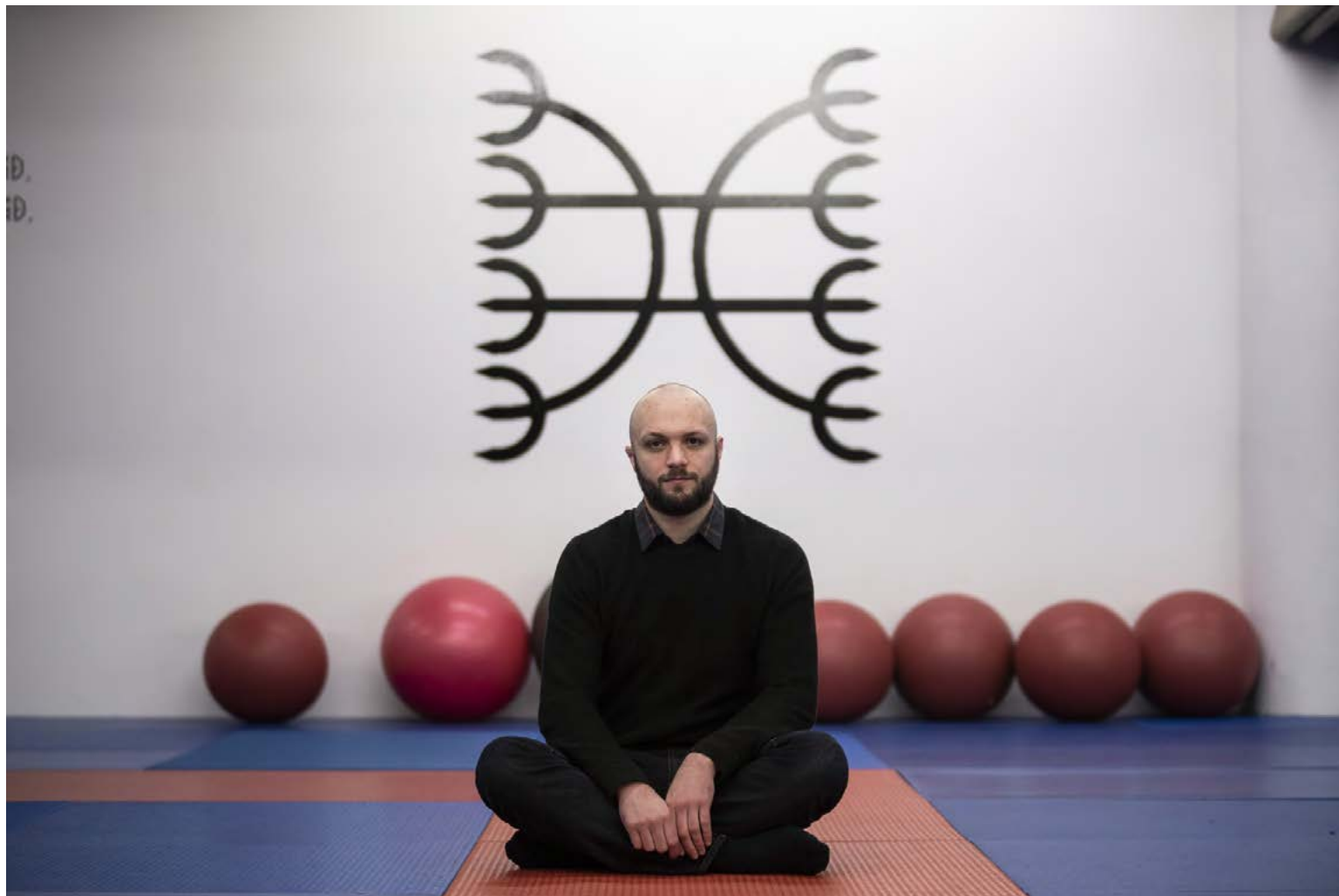
Auk þess gerir Pétur hlaðvarpsþáttinn Tappvarpið, vinnur stutta þætti sem heita Leiðin að búrinu fyrir MMAFréttir þegar Íslendingar eiga atvinnumannabardaga og er í sjónvarpsþáttunum Búrið, sem eru sýndir á Stöð 2 Sport fyrir stóra viðburði.

„Við byrjuðum á Búrinu fyrir bardaga hjá Gunna en höfum svo haldið þessu áfram,“ segir Pétur. „Það var stressandi og óþægilegt að vera á skjánum fyrst en mér finnst þetta fáránlega gaman.“

Það er líka mjög skemmtilegt að gera Tappvarpið. Ég hef fengið skemmtilega gesti, eins og sálfræðinginn Erlend Egilsson, en við töluðum um íþróttasálfræði í MMA,“ segir Pétur. „Mér finnst svo gaman að gera Tappvarpið að mér er eiginlega nokkuð sama hvort fólk hlustar eða ekki.“

Hegðun Conors var neyðarleg

Í síðustu viku gerði Conor McGregor árás á rútu sem var full af UFC-bardagamönnum og slasaði



Pétur stofnaði MMAFréttir því hann vildi sjá betri umfjöllun um MMA hér á landi. MYND/SIGTRYGGUR ARI



Pétur telur að Gunnar Nelson geti orðið einn af þeim bestu í sínum þyngdarflokk. MYND/NOPRDICPHOTOS/GETTY



Pétur er ekki hrifinn af hegðun Conors McGregor í síðustu viku, en hann réðst á rútu sem var að flytja UFC-bardagamenn. MYND/NORDICPHOTOS/GETTY

Áhuginn á MMA hefur aukist almennt og það er rosalega gaman að sjá íþróttina stækka.

hafi ekki áhrif á peningaflæðið til fyrirtækisins. En ef þetta hefði verið einhver annar hefði hann aldrei fengið að berjast hjá UFC aftur.“

Gunnar gæti verið í hópi þeirra allra bestu

Það styttist í næsta bardaga Gunnars Nelson, en hann mætir Neil Magny 27. maí næstkomandi í Liverpool. „Mér list mjög vel á þennan bardaga. Mig hefur lengi langað að sjá þá mætast. Neil Magny er mjög flottur bardagamaður og hefur lengi verið á topp tíu, en ég held að hann henti Gunna vel,“ segir Pétur. „Ef Gunni vinnur verður þetta flottasti sigur hans á ferlinum og ég held að hann vinni með uppgjafartaki í annarri lotu, svona dæmigerður Gunna-sigur.“

Ég held að Gunni hafi hæfileikana til að vera meðal fimm bestu í veltivigtinni. En þá þarf hann að fá þá bardaga sem hann vill fá og haldast heill og þetta byrjar með því að hann sigri Magny,“ segir Pétur. „Margir hafa gagnrýnt vörnina hans Gunna gegn höggum og það er náttúrulega enginn bardagamaður fullkominn, en hann er frábær glímumaður og ég held að höggtaeknin sé alltaf að verða betri og hann sé sífellt að finna vopnin sín betur.“

Lögleiðing er erfiður slagur

Pétur segist sjá fyrir sér að MMA verði löglegt á Íslandi, en telur að það verði erfitt. „Það er fáránlegt að við þurfum að senda fólk til útlanda til að fá að keppa í sinni íþrótt. Við viljum náttúrulega gera þetta löglegt og gera það í samstarfi við heilbrigðisyfirvöld til að gera þetta eins öruggt og hægt er. Ég held að það verði ekki auðveldur slagur, en hann vinnist einn daginn,“ segir Pétur. Hann er þó ekki bjartsýnn á að UFC haldi viðburð á Íslandi. „Kannski gerist þetta einn daginn en ég veit ekki hvort það verði í tíð Gunnars.“

meðal annars tvo bardagamenn. McGregor var kærður og er í vondum málum eftir uppátækið. Eðlilega var Pétur ekki ánægður með hegðun hans. „Hann lét eins og vitleysingur og það fannst mér mjög leiðinlegt og bara neyðarlegt fyrir íþróttina,“ segir Pétur. „En ég held að það verði alltaf villtir gæjar sem ná mjög langt í MMA. Ég held að það sé svolitíð kúrekaeðli í langflestum bardagamönnum, þannig að ég held að við verðum alltaf með frábæra íþróttamenn að mestu leyti en svo nokkra villta bardagamenn sem eru með þeim allra bestu en láta íþróttina stundum líta illa út, sem er mjög leiðinlegt.“

Mér finnst að hann ætti að fá eitt-hvert bann og hann fær væntanlega sekt, en ég held að UFC hafi sýnt að ef þú ert maður eins og Conor McGregor kemstu upp með næstum hvað sem er, sem er náttúrulega svolitíð leiðinlegt, en peningarnir tala,“ segir Pétur. „Ég held að hann fái bara eitthvert djókbann og UFC finni einhverja afsökun til að láta hann berjast sem fyrst, svo þetta

HVAÐ SEGJA KAUPENDUR ENOX SNJALLSJÓNVARPA?

Eiginlega erum við meir en ánægð, erum í skýjunum, og hef hvatt til þessara kaupa.

Ólöf Guðmundsdóttir,
Hafnarfirði

Mjög flott og stílhreint, alger snilld.

Jón Leifs,
Mosfellsbæ

Ég vil bara láta ykkur vita hvað ég er ánægð með tækið og með þjónustuna hjá Hópkaup, svo bestu þakkir.

Margrét Benjamínsdóttir,
Reykjavík

Myndgæðin eru frábær og það er allt annað líf að horfa á þetta en gamla sjónvarpið

Ingibjörg Magnúsdóttir,
Hafnarfirði



Flott og gott sjónvarp sem breytti stofunni nánast í bíosal.

Gísli Guðnason
Reykjanesbæ,
um 75"tæki.

Þetta er frábært tæki mæli eindregið með því.

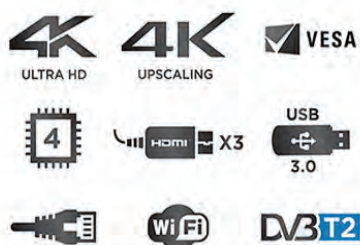
Sigrún Heiða
Garðabæ

Við erum hæstánægð með 55"sjónvörpin sem við keyptum.

Svana Guðlausdóttir
Eskifirði

Fínasta tæki, einfalt og virkar vel.

Helgi Kristjánsson,
Mosfellsbær



Hópkaup, í samstarfi við þýska raftækjafyrirtækið **ENOX Group**, bjóða ótrúlegt verð á snjallsjónvörpum fyrir heimili og fyrirtæki.

Snjallhluti sjónvarpsins er með **Android 6.0** og þú færð aðgang að þúsundum appa fyrir m.a. **Facebook, Netflix, Youtube, Twitter, Skype**

Quad Core CPU, RAM 2 GB og ROM 8 GB



66.200 kr.



99.900 kr.



199.900 kr.

Sjónvörpin verða keyrð heim að dyrum viðskiptavina. Heimsending utan höfuðborgarsvæðisins kostar **4.990 kr.**

Sjónvörpin eru þjónustuð af Litsýn og ábyrgðin er til tveggja ára – að sjálfsögðu!

HÓPKAUP

www.hopkaup.is
Smáratorg 3, 201 Kópavogi
samband@hopkaup.is

Hengigarðar prýða heimilið

Japanskir mosa-boltar eru vinsælir í hengigarða og segir Erna Aðalsteinsdóttir lítið mál að búa þá til. Hvers konar plöntur megi nota í boltana og hengja upp á skemmtilegan máta. Erna heldur námskeið í mosa-boltagerð á miðvikudag.



Mosaboltana má hengja upp á alla vegu.

Ragnheiður Tryggvadóttir
heida@frettabladid.is



Kokedama er gömul, japönsk plöntugerðarlist og innan-hússkraut. Aðferðin þróaðist út frá bonsai sem er þó miklu tímafrekari aðferð meðan hægt er að gera nokkra kokedamabolta á einu kvöldi,“ útskýrir Erna Aðalsteinsdóttir plöntufikill, eins og hún kallar sig, og formaður Sigræna klúbbs Garðyrkjufélags Íslands.

Blóm og pottaplöntur hafa notið mikilla vinsælda á íslenskum heimilum um skeið og í Facebook-hópum eins og Stofublóm – inniblóm – pottablóm, sem hefur yfir 12.500 fylgjendur, skiptist fólk á ráðum og birtir myndir af blómum sínum.

Erna segir kokedamaboltana bjóða upp á fjölbreytta möguleika á að prýða heimilið og með þeim megi til dæmis búa til hengigarða með mörgum, misstórum boltum og jafnvel raða mörgum plöntum í einn.

„Það er hægt að nota hvaða

Þykkblöðungar eru afar hentugir því þeir þurfa ekki mikla vökvun en það er vel hægt að vera með burkna í kokedamabolta og hengja upp í röku umhverfi, til dæmis inni á baðherbergi, en svo þarf líka að vökva vel, dýfa boltanum í vatn og leyfa honum að svolgra í sig í hálf tíma. Það er líka hægt að nota kókostrefjar í stað mosa ef fólk er ekki duglegt að vökva.

Erna Aðalsteinsdóttir



plöntu sem er í boltana en sumar henta kannski betur en aðrar. Það fer eftir því hvar fólk ætlar sér að hafa boltann og hversu duglegt það er að muna eftir að vökva,“ segir Erna. „Þykkblöðungar eru afar hentugir því þeir þurfa ekki mikla vökvun en það er vel hægt að vera með burkna í kokedamabolta og hengja upp í röku umhverfi, til dæmis inni á baðherbergi, en svo þarf líka að vökva vel, dýfa boltanum í vatn og leyfa honum að svolgra í sig í hálf tíma. Það er líka hægt að nota kókostrefjar í stað mosa ef fólk er ekki duglegt að vökva.“

Aðferðina segir Erna nokkuð einfalda, um ræturnar er mótaður bolti úr sérblönduðum jarðvegi, utan um hann fer mosi eða kókostrefjar og svo er vafið um boltann með bandi. Boltana er svo hægt að hengja upp á hvers konar máta.

„Eins er sniðugt að nota kertastjakana sem ekki eru notaðir yfir sumarið undir boltana eða sérstakar japanskar skálar, sem ætlaðar eru undir mosabolta. Boltarnir geta verið eins stórir og



Hengigarðar njóta mikilla vinsælda og prýða heimilin.



Hvaða tegund blóma sem er má nota í boltana. Þá þarf að vökva vel og til dæmis láta þá liggja í vatni dálitla stund.

hver vill og hægt að vera með fleiri en eina plöntu í sama bolta. Svo má nota litrík bönd til að vefja þá með og hengja þá upp með litríkum borðum. Kokedamabolta er sérstaklega sniðugt að gera með krökkum. Krakkarnir geta drullumallað og mótað utan um plönturnar og foreldrarnir hjálpað þeim

að vefja,“ segir Erna.

Á miðvikudaginn fer fram námskeið í kokedamaboltagerð undir handleiðslu Ernu, milli klukkan 18 og 21, í sal í sal Garðyrkjufélags Íslands, Síðumúla 1. Sjá nánar á Facebook-hópnum Álfagarðar.

Fimmtudaginn 26. apríl gefur Fréttablaðið út sérblaðið

ÚTIVIST

Í þessu glæsilega blaði verða skemmtileg viðtöl við allskonar fólk sem hefur smitast af útivistarbakteríunni. Fjallgöngur, hlaup, hjólreiðar eða skokk um göngustíga borgarinnar.

Markmið blaðsins er grípa athygli allra þeirra sem stunda útivist af einhverju marki. Því til viðbótar verður ýmis gagnlegur og hvetjandi fróðleikur fyrir þá sem vilja fara af stað og stunda meiri útiveru og útivist.

Nánari upplýsingar um auglýsingar og kynningarumfjallanir veitir

Ólafur H. Hákonarson markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Sími 512 5433 / olafurh@frettabladid.is



FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ



TERRANOVA DAGAR

Dagana 12. - 30. apríl er 25% afsláttur af allri línunni.



100% Vegan og án aukaefna. Frostþurrkaðar jurtir, ávextir og grænmeti. Vítamín, steinefni og sérvaldar jurtir í hverri blöndu sjá til þess að þú fáið sem mesta virkni.

SVARIÐ BÝR Í NÁTTÚRUNNI

 **Heilsuhúsið**
1979

LAUGAVEGI

LÁGMÚLA

KRINGLUNNI

SMÁRATORGI

SELFOSSI

AKUREYRI

NETVERSLUN HEILSUHUSID.IS

Smáauglýsingar

512 5800

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

Bílar & Farartæki

bilfang.is
S. 567 2000



SPARAÐU 1200 ÞÚS

Nýjir Suzuki S-Cross 4X4 GLX Diesel Leður, 17" felgur, glerþak, kostar nýr hjá Suzuki 5.2 mil. Okkar verð aðeins 3990 þús Aðeins nokkrir bílar í boði!

Bílasalan Bílfang
Malarhöfða 2, 110 Rvk.
Sími: 567 2000
Seljum í dag!
www.bilfang.is



EL-GO rafmagnsvespur. Ekkert próf, engin skráning, BARA GAMAN. Vespurnar eru til í fjórum flottum litum. Sama lága verðið 152.000.- kr.

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

Bílar til sölu



Til sölu Nissan Qashqai verð 2.990.000,- árg. 2016, ek. 80.þús Diesel, Sjálfskiptur Sumar og vetrardekk uppl í s: 699 7720

Vinnuvélar



Dekkjavélar
(affectgunar og ballance vélar)
á tilboðsverði



O.K. varahlutir ehf.
okspares@simnet.is | S. 6961050

Varahlutir

Startarar & alternatorar

í bíla, báta og vinnuvélar



Bílaraf

Flatahrauni 25 - Hafnarfröi

Sími 564 0400
www.bilaraf.is



Altenatorar & Startarar



ljósboginn@ljósboginn.is
s. 553-1244

Hjólbarðar

VAKA

ALLIR UPP Á DEKK!
HJÓLBARÐAÞJÓNUSTA OG
GOTT ÚRVAL DEKKJA



Sími: 567.6700 | vakahf.is



TECHKING VINNUVÉLADEKK

Vorur að fá nýja sendingu af hinum frábæru vinnuvéla dekkjum frá Techking Búolludekk-hjólasköfludekk Ofi. Ýmsar algengar stærðir. O.K.Varahlutir ehf. Fyrirsp. sendist á okspares@simnet.is

Viðgerðir

Almennar bilaviðgerðir. Sérgræin bremsuviðgerðir. Renni diskur og skálar. Fljót og góð þjónusta. Bergfinnur ehf. 892 7852

www.verslun.is

Kælar

99.000,-^{vs}

SD 419 H: 1980 B: 575 D: 405 - 320L
Kæling: 4x210°C - 3 hliur - Læsing - LED

Kælar

99.000,-^{vs}

SD 429 H: 1990 B: 577 D: 576 - 360L
Kæling: 0°/+10°C - 3 hliur - Læsing - LED

Kælar

99.000,-^{vs}

SD 414 H: 1980 B: 575 D: 575 - 338L
Kæling: +2/+10°C - 3 hliur - Læsing

Kælar

199.000,-^{vs}

SD 1001 og SD 801 H: 2020 B: 1000 D: 1130 D: 702Z
Kæling: +2/+10°C - 8 hliur - Læsing

Kælar

139.000,-^{vs}

SD 801 - 800 H: B: 1000 mm

Kælar

179.000,-^{vs}

SD 1001 - 1000 H: B: 1130 mm

Frystar

79.000,-^{vs}

SD 155 Stærð (Hubað)
922x566x95mm Kæling: -12/-24°C

Frystar

119.000,-^{vs}

SD 305 Stærð (Hubað)
905x950x95mm Kæling: -12/-24°C

Frystar

189.000,-^{vs}

XS 801 Stærð (Hubað)
940x2000x757mm Kæling: -12/-24°C

Kæli & frystitæki

119.000,-^{vs}

FKG 371 - Display kæli H: 185 B: 595
D: 595 - 650 litra - Kæling: -16°/-25°C - Lás

Kæli

199.000,-^{vs}

NFG 309 - Display frystir H: 185 B: 595 D: 595
D: 595 - 650 litra - Kæling: -16°/-25°C - Lás

Kæli

199.000,-^{vs}

OFC 200 Hubað, 1250x1000x560
Kæling: 212°C

Kæli

199.000,-^{vs}

OFC 220 Hubað, 1750x950x600
Kæling: 212°C

Kælar

79.000,-^{vs}

SC 139 St. (Hubað) 865 x 535
x 520mm Kæling: +2/+10°C

Kælar

99.000,-^{vs}

SC 209 St. (Hubað) 965 x 865 x
520mm Kæling: +2/+10°C

Kælar

119.000,-^{vs}

SC 309 St. (Hubað) 965x1350x520mm
Kæling: +2/+10°C

Vinkælar

89.000,-^{vs}

VK 810 - Stærð (Hubað) 865 x 595 x 572
LED ljós, Hurð ryðfrétt stál

Vinkælar

147.000,-^{vs}

VK 902 - St. (Hubað) 1390 x 595 x 677
Hurð ryðfrétt stál, LED ljós

Vinkælar

178.000,-^{vs}

VK 922 - St. (Hubað) 1762 x 595 x 677
mm LED ljós, Hurð ryðfrétt stál

Vinkælar

248.000,-^{vs}

OFC 230 Hubað, 1520x600x890
Kæling: 212°C

Vinkælar

299.000,-^{vs}

OFC 300 380 litra kæli - H: 1523 mm B:
1000 mm D: 890 mm - LED / Ruoðfrétt stál

Vinkælar

39.000,-^{vs}

TK 41 - 100mm (Hubað)
735 x 445, 40 Bt.

Vinkælar

89.000,-^{vs}

RTW 100 Kæling: +2/+12°C - Inbyggð ljósing -
Stærð b: 682 x 450 x 675

Vinkælar

29.000,-^{vs}

MB35 og MB 45 - St. (Hubað) 485x560 x 385x400 x
485x425. Engin pressa, minni stíringur - Hljóðlaus.

Vinkælar

79.000,-^{vs}

SD 76 Stærð (Hubað)
675x595x520mm Kæling: 0°/-24°C

Vinkælar

69.000,-^{vs}

SD 46 Stærð (Hubað)
500x570x510mm Kæling: 0°/-20°C

Vinkælar

119.000,-^{vs}

RTW 160 Kæling: +2/+12°C - Inbyggð ljósing -
Stærð b: 874 x 568 x 686

Vinkælar

99.000,-^{vs}

SVS 145 Stærð (Hubað) 785x645x487 mm
Hluti: 30-90°C - Góð ljós

Vinkælar

99.000,-^{vs}

SVS 100 Stærð (Hubað) 785x448x460 mm
Hluti: 30-90°C - Góð ljós.

VERSLUNARTÆKNI
Draghálsi 4 - 110 Reykjavík
Sími: 535 1300 - Fax: 535 1305 - verslun@verslun.is

Pöntunarsími: 535 1300 - Verslun Dragháls 4

Ertu að leita að talent?

Við finnum starfsmanninn fyrir þig

Umsekjendur, skráðu þykku á
www.talentradning.is

TALENT
RÁÐNINGAR & RÁÐGJÖF

SÖLUSÝNING

VALLAKÓR 6A OG 6B, KÓPAVOGI



- Glæsilegar og vel skipulagðar 2ja, 3ja og 4ra herbergja íbúðir.
- Íbúðirnar afhendast fullkláraðar að innan með gólfefnum.
- Vandaðar og fallegar innréttingar.
- Húsið verður fullklárað að utan og lóð frágengin.
- Afhending í júní 2018.

Skilalýsing á fasteignir.is og mbl.is Teikningar hjá fasteignasölu.

Bygginaraðili: Foltgólf ehf.
Arkitekt: Kristinn Ragnarsson, Krark, Hlíðasmára 19, Kópavogi

Söluaðili: Eignastofan fasteignamiðlun,
símar: Kristinn 8984125 og Hörður 8995209
kristinn@eignastofan.is og hordur@eignastofan.is

SÖLUSÝNING
Í DAG FRÁ KL. 17.00-19.00

EIGNASTOFAN
FASTEIGNAMIÐLUN

Eignastofan fasteignamiðlun | Síðumúla 29 | 108 Reykjavík | Sími 5377500
Kristinn B. Ragnarsson viðskfr./löggr.fasteignasali s. 8984125 kristinn@eignastofan.is



Búmenn hf
Húsnæðisfélag
Akralind 4
201 Kópavogi
Sími 552 5644
bumenn@bumenn.is
www.bumenn.is

Búmenn auglýsa íbúðir

Búseturéttur á markaðsverði

Grænlandsleið 39 n.h., sem er tvíbýlishús í Reykjavík

Til sölu er búseturéttur í 3ja herbergja íbúð á neðri hæð í tvíbýlishúsi. Íbúðin er 94,2 fm að stærð ásamt stæði í bílageymslu.

Ásett verð búseturéttarins er kr. 13.000.000. Mánaðargjöldin eru um kr. 159.000-



Lóuland 8, sem er parhús í Garði



Til sölu er búseturéttur í 3ja herbergja parhúsi ásamt bílskúr. Íbúðin er 89,7 fm að stærð og bílskúrinn 30,6, samtals 120,3 fm.

Ásett verð búseturéttarins er kr. 10.700.000. Mánaðargjöldin eru um kr. 137.000-

Melateigur 33, íb. 102, sem er fjórbylishús á Akureyri

Til sölu búseturéttur í 2ja herbergja íbúð á neðri hæð í fjórbylishúsi. Íbúðin er 70 fm að stærð.

Ásett verð búseturéttarins er kr. 8.500.000 og eru mánaðargjöldin um kr. 98.000-



Innifalið í mánaðargjaldi íbúðanna er fjármagnskostnaður, fasteignagjöld, bruna- og fasteignatrygging, viðhaldssjóður, þjónustugjald og rekstrarsjóður þar sem það á við.

Þeir sem hafa áhuga á að skoða íbúðina og taka þátt í að gefa tilboð hafið samband við skrifstofu Búanna.

Tilboðsfrestur er til 26.apríl n.k. kl.13.

Hægt er að fá nánari upplýsingar á skrifstofu félagsins í síma 552-5644 milli kl. 9-16. Einnig er hægt að nálgast nánari upplýsingar um íbúðirnar á heimasíðu félagsins www.bumenn.is.

Þjónusta

Hreingerningar



Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn þvegillinn. is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

VY-ÞRIF EHF.

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

Bókhald



Skattframtöl, Bókhald, Vsk. & launauppgjör, Ársuppgjör, Ódýr og góð þjónusta
www.hsebokhald.is
hsebokhald@hsebokhald.is
Sími: 6926910

RÉTTA-BÓKHALDSÞJÓNUSTA.

Getum bætt við okkur verkefnum. Alhliða bókhaldsþjónusta. Sanngjörn verð og góð þjónusta. Uppl. í s. 8548080/5168080 eða olafur@retta.is.

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

Málarar

Getum bætt við okkur inni og útiverkefnum. Vönduð vinnubrögð og góð umgengi. Tilboð eða tímavinna. Lítið Mál ehf. Sigurður 896-5758

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningabj. Miklaels. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsviðhald

SmíðaViðgerðir

Öll almenn trésmíðavinna viðhald eða breytingar.

Eingöngu íslenskir iðnaðarmenn. Tilboð eða tímavinna.

Uppl. s. 781 5544 eða SmidaVidgerdir@gmail.com
SmíðaViðgerðir ehf.

SÖGUN OG BORUN.

Kjarnaborun og steypusögun. Múrbrot, raufar í gólf fyrir hitalagnir og rafmagn. S: 7778371/ 8923553

FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf. S. 893 6994

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

STARFSMENN S.S. SMÍÐIR, RAFVIRKJAR, PÍPARAR, BIFREIÐASTJÓRAR, VÉLVIRKJAR OG MÁLARAR

PROVENTUS 551 5000
Starfsmannaþjónusta

Ármúla 15, 108 Reykjavík - www.proventus.is - proventus@proventus.is

Spádómar

PÓRA FRÁ BREKKUKOTI SPÁMÍÐILL

-SPÁI Í SPIL
-OG KRISTALSKÚLU
-HEILUNAR TÍMAR
-FYRIRBÆNIR
-ALGIÖR TRÚNAÐUR

Sími 618 3525
www.engill.is

SPÁSÍMINN 908 5666

Stjórnsþá. Tarot. Árssþá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025

Tilboð dyrasímakerfi, mynddyrasímar. Löggildur rafverktaki. rafneisti@simnet.is

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Bjódum hagstætt verð í töfluskípti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Til sölu



STUBBAHÓLKUR VEGGFESTUR

Kr. 14.500 + VSK Stubbastundur@gmail.com S: 842-2535



Ný veiddur Hornafjarðarhumar og fleira góðgæti úr hafinu. Humarsalan SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI. WWW.HUMARSALAN.IS S. 867 6677



Ungnautakjöt beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

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

Til bygginga



HARÐVIÐUR TIL HÚSABYGGINGA. SJÁ NÁNAR Á: VIDUR.IS

Vatnasklæðning, panill, pallaefni, parket, útihúðir, ofl. Gæði á góðu verði. Nýkomnar Eurotec A2 harðviðarskrúfur. Penofin harðviðarolia. Indus ehf, Óseyrarbraut 2 Hf, Uppl.hjá Magnúsi í sínum 660 0230 og 561 1122.

Atvinnuhúsnæði

ATVINNUHÚSNÆÐI

TIL LEIGU 50 m2 Lofthæð 4 m. Hurð 3,7 m Lager eða geymsla. Leiga: 99 þús Facebook: steinhella 14. S: 661-6800

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

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

WWW.GEYMSLAEITT.IS

FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR

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

Atvinna óskast

SMÍÐIR - VERKAMENN - MÚRARAR - LAGERSTARFSMENN

Erum með vana smíði,verkamenn, múrara, pípara og lagerstarfsmenn sem eru klárir í mikla vinnu.

HANDAFL STARFSMANNAVEITA s. 780 1444

VANTAR ÞIG SMÍÐI, MÚRARAR, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?

Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömmum fyrirvara.

Proventus starfsmannaþjónusta - proventus.is Sími 551-5000 Netfang proventus@proventus.is

IOI REYKJAVÍK FASTEIGNASALA

Tjarnargata 4 • IOI Reykjavík • Sími 511 3101 • Fax 511 3909 • www.ioi.is • IOI@IOI.is
Kristín Sigurey Sigurdardóttir - löggiltur fasteignasali



Lindargata 101 - Rvk



Björt og skemmtileg 48,1 m2 tveggja herb íbúð á 6. hæð fyrir 67 ára og eldri með norður svölum og útsýni yfir fjöllin blá. Gengið inn í hol með góðum skápum og geymslu. Þaðan er gengið inn á baðherbergi og inn í stofu og eldhús sem er saman í alrými. Inn af stofunni gott herb. með góðum, skápum. Baðherb. er með dúkalagt og með sturtu, tengi er fyrir þvottavél. Sér geymsla er í kjallara. V-33,4 millj.

Klapparstigur 101 - Rvk



Góð 3ja herb. íbúð í lyftublokk í miðbæ Reykjavíkur, ásamt bílastæði í bílakjallara. Eldhús og stofa í opnu rými, útaf stofu eru svalir. Hjónaherbergi er með síðum gluggum og skápum. Barnaherbergi með skáp. Baðherbergi er flíslagt í hólf og gólf, með badkari og sturtu, gert ráð fyrir þvottavél inn á baði. Í sameign er geymsla. Stigagangur er snyrtilegur með steinteppi á gólfi. V-57,9 millj.

Skúlagata 101 - Rvk



Gullfallegra 128,9 fm 4ra herbergja íbúð á 4. hæð í góðu lyftuhúsi í miðborginni. Íbúðin er vel skipulögð, opin og björt með mjög góðri lofthæð. V-74,9 millj.

Pangbakki 8 109 - Rvk



ÓPÍÐ HÚS
Ópíð hús mánudaginn 16.04.2018 milli kl. 17:30 - 18:00.

Allir velkomnir!

Góð þriggja herbergja íbúð á sjöundu hæð í góðu fjölbýli. Íbúðin er töluvert upprunaleg, vel skipulögð, snyrtileg og með góðu útsýni. Öll þjónusta í göngufæri. V-38,9 millj.

Þar sem hjartað slær

Fasteignasala Mosfellsbæjar

Einar Páll Kjærnested
lögg. fasteignasali.
einar@fastmos.is



KJARNNA - PVERHOLTI 2 • 270 MOSFELLSBÆ • SÍMI: 586 8080 • FAX: 586 8081
WWW.FASTMOS.IS

Gerplustræti 31-37 – 270 Mosfellsbær



Hringdu og bókaðu skoðun

Nýtt 40 íbúða fjölbýlishús á fallegum útsýnisstað. Vel skipulagðar íbúðir, ásamt bílastæði í bílageymslu, í lyftuhúsi í Helgafellshverfi. Íbúðirnar skilast fullbúnar með innréttingum frá Axis, án megin gólfefna. Gólf í baðherbergjum/þvottahúsum verða flisalagð.

Verið er að reisa glæsilegan leik- og grunnskóla í hverfinu, Helgafellsskóla.

Afhending í maí og júní 2018.

3ja herbergja íbúðir. V. 44,5 m. – 45,5 m.

4ra herbergja íbúðir. V. 44,5 m. – 58,9 m.

5 herbergja íbúðir. V. 53,9 m. – 54,9 m.

Stóríteigur 35 - 270 Mosfellsbær



OPÍÐ HÚS

Opíð hús í dag mánudag frá kl. 17:30 til 18:00

Mjög fallegt 190,7 m² einbýlishús á einni hæð með tvöföldum bílskúr innst í botnlanga. Eignin skiptist í stóra stofu, borðstofu, sjónvarpshol, eldhús, þvottahús m/sérútgangi, fjögur svefnherbergi, tvö baðherbergi og tvöfalda bílskúr. Falleg aðkoma. Stórt hellulagt bílaplan og hellulögð verönd og stór timburverönd með heitum potti á baklóð. **V. 75,9 m.**

Brekugata 19 - 210 Gbær



Laust strax

Mjög falleg 212,8 m² Parhús á tveimur hæðum ásamt bílskúr – með fallegu útsýni - u.þ.b. tilbúið til innréttinga. Gott skipulag. 5 svefnherbergi. Eignin er staðsett í nýju hverfi í Urriðarholti í Garðabæ. **V. 75,9 m.**

Skyggisbraut 30 - 113 Rvk.



Mjög björt og falleg 78,0 m², 2ja herbergja íbúð á 4. hæð í lyftuhúsi. Fallegt útsýni. Gott skipulag. Fallegar innréttingar. Gólfefni eru fallegt harðparket og flísar. Stutt í gönguleiðir og náttúruna. **V. 37,9 m.**

Drekavellir 1 - 221 Hfj.



Falleg 98,5 m², 3ja herbergja íbúð með fallegu útsýni á 4. hæð í lyftuhúsi. Stórar yfirbyggðar svalir með fallegu útsýni. Góð staðsetning. Rétt við skóla og leiksskóla. **V. 39,9 m**

Blikahöfði 1 - 270 Mosfellsbær



OPÍÐ HÚS

Opíð hús þriðjudaginn 17. apríl frá kl. 17:30 til 18:00

Falleg 100,3 m², 4ra herb. íbúð á 1. hæð, ásamt 27,6 m² bílskúr. Íbúðin skiptist í forstofu, 3 svefnherbergi, baðherbergi, þvottahús, stofu og eldhús. Sérgeymsla í kjallara. Stór afgirt timburverönd í suðvestur. Vinsæl staðsetning. Stutt er í skóla og leiksskóla, sund og World Class, einnig er golfvöllur Mosfellsbæjar í næsta nágrenni. **V. 51,9 m.**

Spóahöfði 4 - 270 Mosfellsbær



Fallegt 175,1 m² raðhús með innbyggðum bílskúr. Eignin skiptist í þrjú svefnherbergi, forstofu, baðherbergi, þvottahús, eldhús, stofu, borðstofu og bílskúr. Á millilofti er sjónvarpsstofa og vinnu- aðstaða. Tvær timburverandir og stórt hellulagt bílaplan með hitalögn. Þetta er falleg eign í góðu hverfi á vinsælum stað í Mosfellsbæ, stutt er í grunnskóla, leiksskóla og sundlaug. **V. 74,9 m.**

Vefarastræti 11 - 270 Mosfellsbær



Ný fullbúin og vel skipulögð 112,3 m² 4ra herb. íbúð á 2. hæð, með bílastæði í bílageymslu í lyftuhúsi. Fallegar HTH innréttingar, Fallegt harðparket er á gólfum nema í baðherbergi/þvottaherbergi en þar eru flísar. Rúmgóð svefnherbergi með fataskápum. Íbúðin skiptist í þrjú svefnherbergi, forstofa, baðherbergi/þvottaherbergi, geymsla, eldhús og stofa. **V. 47,5 m.**

Laust við kaupsamning

Tunguvegur - 108 Reykjavík



Falleg og mikið endurnýjuð 79,9 m², 3-4ra herbergja íbúð með sérinnangi í tvíbýlishúsi. Íbúðin skiptist í 2-3 herbergi, forstofu, geymslu, baðherbergi, eldhús og stofu. Frábær staðsetning í gróðursælu hverfi. **V. 40,8 m.**



HÍBÝLI

F A S T E I G N A S A L A

Kringlan 4-6, 103 Reykjavík - hiblyi.is - hiblyi@hibyli.is - Sími: 585 8800



Ingibjörg
Þórðardóttir,
löggiltur
fasteignasali.
S. 864-8800

Þórður S.
Ólafsson,
löggiltur
fasteignasali.
S. 865-8515

Ólafur Már
Ólafsson,
löggiltur
fasteignasali.
S. 865-8515

Björg
Ágústsdóttir,
skrifstofa



OPÍÐ HÚS

Sæviðarsund 35

Sæviðarsund 35, 104 Reykjavík.

Endurnýjuð 4ra herbergja íbúð

Opíð húsmánudaginn 16. apríl frá kl. 17:00 til 17:30

Falleg, björt og mikið endurnýjuð 4ra herbergja íbúð í litlu fimm íbúða fjölbýlishúsi við Sæviðarsund.

Eignin skiptist í eldhús með nýlegri hvítri háglans innréttingu, rúmgóð setustofa með útgengi á suðursvalir með fallegu útsýni. Þrjú rúmgóð svefnherbergi, fataskápar í hjónaherbergi. Hol í svefnálmum með fataskápum og tengi fyrir þvottavél/þurrkara, endurnýjuð baðherbergi. Góð staðsetning miðsæðis, stutt í skóla, verslun og helstu þjónustu. **Verð 47,5 millj.**



Suðurmýri 10

Suðurmýri 10, 170 Seltjarnarnes.

Fjögurra íbúða nýbygging

Frábærlega staðsett fjögurra íbúða hús (nýbygging) á baklóð við Suðurmýri 10 á Seltjarnarnesi. Tvær 3ja og tvær 4ra herbergja íbúðir eru í húsinu. Íbúðirnar skiptast í anddyri, eldhús sem er opið við borðstofu og setustofu. Baðherbergi með sturtu og tengi fyrir þvottavél. Svefnálmur með hjónaherbergi og einu til tveimur barnaherbergjum. Geymslur eru innan íbúða. Öllu íbúðum fylgja sérmerkt bílastæði framan við húsið. Nánari upplýsingar veitir Ólafur Már Ólafsson löggiltur fasteignasali - 865-8515/olafur@hibyli.is



Grandavegur 47

Grandavegur 47, 107 Reykjavík

Útsýnisíbúð á efstu hæð - bílskúr

Aðeins þrjár íbúðir á hæðinni.

Falleg og vel skipulögð íbúð á efstu hæð með glæsilegu útsýni í húsi fyrir 60 ára og eldri við Grandaveg 47. Aðeins þrjár íbúðir eru á hæðinni. Íbúðin og bílskúr er samtals 144,6 fm og skiptist í forstofu með fataskápum, stórar samliggjandi stofur og borðstofu með útgengi á flisalagðar yfirbyggðar svalir með frábæru útsýni, eldhús, sér þvottahús, hjónaherbergi með fataskápum og útgengi á svalir, sjónvarpsherbergi og flísalagt baðherbergi. Massíft eikarparket er á gólfum íbúðarinnar, nema baðherbergi og þvottahúsi. Sér bílskúr fylgir íbúðinni og sér geymsla í kjallara. **Verð 64,8 millj**



Fálkagata 21 - 107 Reykjavík - Útsýnisíbúð í Vesturbænum

Falleg og björt 86,6 fm 3ja - 4ra herb. íbúð á 3. hæð (efstu) í eftirsóttu fjölbýlishúsi við Fálkagötuna.

Íbúðin skiptist í hol með fataskápum, samliggjandi stofu og borðstofu með útgengi á svalir og viðáttumiklu útsýni, eldhús með hvítri innréttingu, væri unnt að opna milli eldhúss og borðstofu. Hjónah. með fataskápum, rúmgott barnah. sem er á upphaflegri teikningu tvö herbergi og væri unnt að skipta aftur, flísalagt baðherbergi. Sérgeymsla í kjallara, sameiginleg hjólageymsla. Húsið að utan hefur verið viðgert og málað og virðist í góðu ástandi. Frábær staðsetning rétt við Háskóla Íslands, stutt í leik- og grunnskóla og í göngufæri við miðborgina og fallegar göngu- leiðir við sjávarsiðuna. **Verð 49 millj.**



Keilugrandi 4 - 107 Reykjavík - Stæði í bílskúli - nýviðgert hús

Falleg og mikið endurnýjuð 3ja til 4ra herbergja íbúð í nýlega viðgerðu húsi við Keilugrandi í vesturbænum.

Íbúðin skiptist í flisalagða forstofu með fataskápum, eldhús með hvítri endurnýjaðri innréttingu, borðstofa opin við stofu sem væri unnt að breyta í þriðja svefnherbergi íbúðarinnar. Rúmgóð stofa með parketi á gólf og útgengi á svalir. Sjónvarpshol framan við svefnherbergin, hjónaherbergi með fataskápum og útgengi á svalir, barnaherbergi með fataskáp, endurnýjuð baðherbergi með tengi fyrir þvottavél. Íbúðinni fylgir sér bílastæði í bílajakallara, sér geymsla í kjallara, aðgangur að sameiginlegu þvottahúsi. **Verð 49,9 millj.**



Hverfisgata 82 - 101 Reykjavík - Glæsilegt útsýni, laus strax.

Góð 2ja herbergja íbúð á efstu hæð með glæsilegu útsýni við Hverfisgötu 82 í miðborg Reykjavíkur. Íbúðin skiptist í forstofu með parketi á gólf, eldhús með víðarinnréttingu sem er opið við setustofu. Setustofa er björt með miklu útsýni, innan við setustofu er svefnherbergi með fataskáp. Góð staðsetning í miðbænum, stutt í alla verslun og þjónunstu og iðandi mannlíf borgarinnar. **Verð 32,8 m.**



Tómasarhagi 28 - 107 Reykjavík - Heil húseign - sjávarútsýni

Heil húseign á eftirsóttum stað. Eignin er á tveimur fastanúmerum, þ.e. efri og neðri sérhæð. Neðri sérhæðin skiptist í forstofu, eldhús, stóra stofu með útgengi á svalir. Í svefnálmum er baðherbergi með glugga, hjónaherbergi og tvö barnaherbergi. Efri sérhæðin: Svefnherbergi á stigapalli, gestasnyrting, forstofa, eldhús, stofa með útgengi á svalir. Í svefnálmum er baðherbergi með glugga, hjónaherbergi og tvö barnaherbergi. Kjallari er óskiptur, þar eru fjögur góð herbergi, inntaksrými og flísalagt baðherbergi með sturtuklefa. Unnt væri að útbúa litla einstaklingsíbúð í kjallara með sérinnangi. Bílastæði fyrir sittthvora hæðina eru undir svólum og hluta húss. Hægt væri að loka staðnum þannig að hvor hæð um sig fengi bílskúr. Frábær staðsetning, sjávarútsýni úr stofum beggja hæða.

