

föstudagur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS 19. júní 2009

TRANSDANS & HORMÓNASVEIFLUR

Stóra svið Þjóðleikhússins verður tileinkað konum í kvöld, þegar fimm konur bregða sér í hlutverk systra, norna, nunna og önnur kvennaspor. Erna Ómarsdóttir er höfundur verksins.

STJÖRNUSPÁIN VAR
KVEIKJAN AÐ HUGMYND

María Guðrún Rúnarsdóttir og Míabella

NÁTTÚRULEG
FÖRÐUN

Vertu fersk og ljómandi í sumar

ALLT Í FERÐALAGIÐ OG BÚSTAÐINN

**SJÓNVÖRP - FERÐATÆKI - MP3 SPILARAR
MYNDAVÉLAR - TÖKUVÉLAR - MINNISKORT**



Sjónvarpsmiðstöðin

RAFTÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2 • SÍMI 568 9090 • www.sm.is

SanDisk
MINNISKORT
ALLAR GERÐIR



MIKIÐ ÚRVAL AF SJÓNVÖRPUM
MEÐ INNBYGGÐUM DVD

UMBOÐSMENN UM LAND ALLT ▶ REYKJAVÍKURSVÆÐIÐ: Hagkaup, Smáralind. VESTURLAND: Hjómjón, Akranesi, Hagkaup, Borgarnesi, Samkaup, Borgarnesi, Blómsturvellir, Hellissandi, Skipavík, Stykkishólmi. VESTFIRÐIR: Kaupfélag Steingrímsfjarðar, Drangnesi, Samkaup, Ísafirði. NORÐURLAND: KF Steingrímsfjarðar, Hólmavík, KF V-Húsvetninga, Hvammstanga, Krákur, Blönduósi, Skagfirðingabúð, Sauðárkrúki, Hagkaup, Akureyri, Heimilistæki, Akureyri, Öryggi, Húsvík. AUSTURLAND: Samkaup, Egilsstöðum, Kaupþón, Vopnafirði, Samkaup, Seyðisfirði, Spærkaup, Fáskrúðfirði, Marúlván, Höfn Hornafirði. SUÐURLAND: Mosfell, Hella, Fossof, Selfossi, Geisli, Vestmannaeyjum. REYKJANES: Tækniráð, Grindavík, Hagkaup, Njarðvík.

núna

* tónlist og tíska

ATLI BOLLASON TÓNLISTARMAÐUR

Á föstudagskvöld fer ég í sumargleði Forlagsins. Laugardaginn nýti ég í að lesa skáldsöguna Fuglana eftir Tarjei Vesaas. Ætli ég hlusti ekki eitthvað á plötur með Neu! líka. Laugardagskvöldið er hins vegar óráðið en á sunnudagskvöld verður Serge Gainsbourg-kvöld á Rósenberg þar sem Sprengjuhöllin tekur „La Décadance“ ásamt óvæntum gesti.



Ástrós og Þorfinnur flytja til Suður-Ameríku

Dansarinn Ástrós Gunnarsdóttir og unnsti hennar, Þorfinnur Ómarsson, hafa söðlað um og lagt land undir fót. Þarið var að flytja til Panama þar sem þau hyggjast dvelja þar til í janúar. Fyrst ætla Ástrós þó að hafa viðkomu í Texas þar sem hún ætla að sækja kúrsa í Pilates-kennslu, en



Ástrós hefur kennt Pilates lengi í Kramhúsinu við góðar undirtektir. Ástrós kvaddi nemendur sína á þriðjudaginn með stæl og opnaði þrjár kampavinsflöskur í lok tímans.

Aðsóknarmet hjá Borgarleikhúsi

Menn biða nú spenntir eftir aðsóknartölum stóru leikhúsanna. Er þá einkum beðið eftir niðurstöðum um aðsókn að Borgarleikhúsinu á fyrsta starfsári Magnúsar Geirs þar. Sýningum Leikfélags Reykjavíkur er lokið í húsinu á þessu sumri, en þar halda áfram samstarfsverkefni og gestasýningar, Sannleikur Péturs Jóhanns og Við borgum ekki. Talið er að nær 200.000 gestir hafi komið í húsið á yfirstandandi ári sem er þá aðsóknarmet í íslensku leikhússögu.



Silja Magg sýnir í Pétursborg

Silja Magg, systir Ara Magg, er í ljósmyndanámi í hinum virta Parsonslistaháskóla í New York. Um þessar mundir eru verk hennar til sýnis í State Hermitage Museum í Rússlandi sem þykir flottur árangur fyrir svo unga konu.

Las stjörnuþá sína í tímariti og lét drauminn rætast

DÓTTIRIN INNBLÁSTUR

Míabella Ljósmyndun er nýtt fyrirtæki sem María Guðrún Rúnarsdóttir, áhugaljósmyndari og nemandi í grafískri hönnun, hefur komið á laggirnar. María segir hugmyndina að Míabellu Ljósmyndun hafa orðið til fyrir nokkrum árum en ekki orðið að veruleika fyrr en nú. „Ég las stjörnuþána mína í erlendu tímariti og þar stóð að ég ef ég léti gamla viðskiptahugmynd rætast ætti hún eftir að mala gull. Ég ákvað að láta slag standa og um kvöldið var Míabella Ljósmyndun orðin að veruleika,“ segir María, sem hefur þegar bókað nokkur verkefni.



Áhugasöm Míabella er hugarústur áhugaljósmyndarans Maríu Guðrúnar.

Ljósmynda-áhugann segir hún alltaf hafa verið til staðar en að hann hafi aukist eftir að hún eignaðist dóttur. „Eftir að ég eignaðist dóttur mína festi ég kaup á almennilegri myndavél af því mig langaði að eiga fallegar myndir af henni. Áhuginn varð svo meiri og meiri eftir því sem myndirnar urðu fleiri,“ segir María og hlær, en hún hyggst snúa sér alfarið að ljósmyndun að námi loknu. Menntunin í grafískri hönnun nýtist Maríu vel því hún ætla að bjóða fólki upp á þann kost að fá ljósmyndirnar í fallega uppsettri bók. Aðspurð segist hún aðallega ætla að einbeita sér að barna- og andlitsmyndum en að hún taki einnig að sér fermingar- og brúðkaupsmyndir.

Þetta HELST

Hægt er að skoða verk Maríu á vefsíðunum majapajap.squarespace.com og flickr.com/majapaja.

-SM



Langaði að taka fallegar myndir Ein af ljósmyndunum sem María hefur tekið af dóttur sinni.

LJÓSMYND/MARÍA GUÐRÚN RÚNARSÐÓTTIR



The Hangover Gamanmyndin hélt efsta sæti sínu yfir vinsælustu myndirnar vestanhafs.

The Hangover áfram efst á vinsældalistum

Gamanmyndin The Hangover hélt efsta sæti sínu yfir vinsælustu myndirnar vestanhafs um síðustu helgi. Vinsældir myndarinnar hafa komið mjög á óvart. Talið er að hún hafi kostað 31 milljón dali í framleiðslu en búist er við því að hún eigi eftir að rjúfa 200 milljóna dala múrinn á næstu vikum. Myndin fjallar um þrjá náunga sem reyna að átta sig á hvað gerðist í steggjapartíi í Las Vegas kvöldið áður.

Nýjasta mynd Eddies Murphy, Imagine That, olli aftur á móti miklum vonbrigðum í miðasölunni og endaði í sjötta sæti með 5,7 milljóna dala tekjur.

* augnablikið



FLOTT Kirsten Dunst vakti athygli á verðlaunahátíð bandarískra tískuhönnuða á mánudaginn í stuttum gráum silkkjól frá Rodarte.

Blaðberinn bíður þín

Þú færð Blaðberann þinn í Skaftahlíð 24 alla virka daga frá kl. 8-17.

Blaðberinn... góðar fréttir fyrir umhverfið

Dansveisla í júlí

Sænski danstónlistarmaðurinn Familjen, sem hefur slegið í gegn með laginu Det snurrar í min skalle, heldur tvenna tónleika á Íslandi 17. og 18. júlí. Hann er að kynna nýjustu smáskífu sína, Huvedet i sanden, sem inniheldur tólf endurhljóðblandanir af samnefndu lagi og fékk hann aðstoð frá listamönnum á borð við Kasper Bjork, Adam Tensla og The Field við vinnslu plötunnar. Familjen hefur tvívegis áður spilað hér á landi við mjög góðar undirtektir. Fyrri tónleikar hans verða á Broadway en þeir síðari í Sjallanum á Akureyri. Miðasala í forsölu er 1.500 krónur.



Familjen Sænski stuðboltinn Familjen heldur tónleika á Broadway og í Sjallanum í júlí.

föstudagur

Útgáfufélag 365 miðlar ehf. Forsíðumynd Valgarður Gíslason Ritstjóri Anna Margrét Björnsson Útlitshönnun Kristín Agnarsdóttir Auglýsingar Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is sími 512 5462 Föstudagur Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

2 sérfræðingar

Montana  Erik Jørgensen*

MONTANA HILLUR
HÖNNUÐUR PETER LASSEN
EJ 660
HÖNNUÐUR ERIK JØRGENSEN

Epal hf / Skeifan 6 / 568 7733 / epal@epal.is / www.epal.is



Sérfræðingar frá Montana
og Erik Jørgensen verða í
verslun okkar
fös. kl. 10-18
og lau. kl. 10-16
og veita faglegar ráðlegging-
ar um val á húsgögnum.
Verið velkomin.



20%
afsláttur
af vörum þeirra
meðan á
heimsókninni
stendur.

FELUR SIG Á LEIKHÚSFJÖLU

Erna Ómarsdóttir og fjórar aðrar konur fara í trans á stóra sviði Þjóðleikhússins í kvöld. Í viðtali við Föstudag segir Erna frá innblæstrinum frá hryllingsmyndum, frumrauninni sem söngkona í hljómsveit og fjarlægum draumi um að setjast að í litlu þorpi úti á landi.

Texti: Hólmfríður H. Sigurðardóttir

Ljósmyndir: Valgarður Gíslason

Erna, sem er ógnvekjandi afkvæmi dansleikhússins, fæðir kraftmikinn og veruleikafirrtan heim þar sem litlar stelpur keppast við konur á breytingaskeiðinu... Frelsanandi leikhúsupplifun. Þannig lýsir franskri gagnrýnandinn Marie-Christine Vernay hjá dagblaðinu Libération upplifun sinni á dansverki Ernu Ómarsdóttur, Teach Us How to Outgrow Our Madness. Verkið verður sýnt á stóra sviði Þjóðleikhússins í kvöld, aðeins í það eina skipti.

Það er viðeigandi að verkið skuli vera sýnt einmitt í dag, á baráttudegi íslenskra kvenna. Það fjallar nefnilega um konur og innri baráttu þeirra. „Hugmyndin sem við erum að vinna með er breytingaskeiðið. Það byrjaði sem grín hjá okkur en svo föttuðum við að þetta er ekkert grín. Við vorum að velta okkur upp úr þessum hormónasveiflum sem konur fara í gegnum.“

HEILLANDI KONUR Í TRANS

Erna hefur áður velt sér upp úr hormónum. Verk hennar og Jóhanns Jóhannssonar, *Mysteries of Love*, sem þau gerðu árið 2006, eru þau enn að sýna í Evrópu. „Þar er ég að takast á við unglingsveikina og tilfinningasveiflurnar, þegar líkami og sál fer svolítið í rugl.“ segir Erna. „Í þessu verki erum við að halda áfram með þá hugmynd en meira út frá lífi eldri kvenna.“

Trans kemur líka við sögu. „Ég hef lengi verið heilluð af þeirri hugmynd að konur fari saman í trans, eða frá því ég gerði kóríógrafíu fyrir grískan harmleik fyrir tveimur árum. Við tengdum það efni líka inn í verkið. Það er ótrúlega áhugaverð þæling að eitt hvert utanaðkomandi afl komi inn í líkama þinn og breyti persónuleikanum. Sumir trúa því að þetta sé einhver andi á meðan aðrir halda að þetta séu bara efna-skipti.“

Erna segir ákveðna hysteríu einkenna verkið. „Konurnar eiga sér leyndarmál og í staðinn fyrir



Í Teach Us How to Outgrow Our Madness takast fimm konur á við sína innri djöfla. Verkið verður sýnt á Stóra sviði Þjóðleikhússins í kvöld, á baráttudegi íslenskra kvenna.

saumaklúbba sameinast þær í ýmsum undarlegum athöfnum, færa fórnir, framkvæma frjósemisadgerðir og fleira. Þær eru systur, vinkonur, nornir, nunnur, eigin-konur sama manns í fjölkvæni, allt í einu. Hystería hefur reyndar verið bannorð í leikhúsi undanfarin ár, finnst mér. En hystería er bara svo stór hluti af lífinu, kannski sérstaklega hjá konum. Og þegar einhver segir mér að ég megi ekki gera eitthvað er það oft einmitt það sem mig langar mest til að gera.“

INNBLÁSIN AF HRYLLINGI

Í verkinu dansa með Ernu fjórar konur, þær Sissel Merete Björkli, Sigríður Soffía Nielsdóttir, Valgerður Rúnarsdóttir og Lovísa Gunnarsdóttir, sem er nýtekin við hlutverki Riinu Huutaninen í sýningunni en hún er langt gengin með barn. Erna er hugmyndasmiður verksins en hópurnin samdi í sameiningu texta og dansa en Valdimar Jóhannsson og Lieven Dousselaere sjá um tónlistina. Sköpun verksins tók tvo mánuði í mikilli nánd, sem gat verið

taugatrekkjandi á köflum. „Þetta er æðislegur hópur og það er allt í finasta lagi – núna. En því er ekki að neita að þegar fimm konur eru saman allan sólarhringinn í langan tíma þá gengur á ýmsu. Það er bara þannig. Við bjuggum saman í tvo mánuði. Fyrst í gömlu nunnu-klaustri í litlum belgískum bæ. Við unnum á daginn og horfðum á hryllingsmyndir og annað efni á kvöldin. Ég er hrifin af hryllingsmyndum og nota þær mikið til að ná mér í innblástur fyrir verkin mín. En við áttum reyndar misjafnlega gott með að sofa á næturnar. Um tíma bjuggum við líka í fyrrverandi heimavistarskóla fyrir litlar stelpur. Þetta hafði allt mikil áhrif á okkur og skilar sér óbeint inn í verkið.“

GOTT Á BAK VIÐ GRÍMUNA

Þrátt fyrir að vera margrómadur dansari og hafa dansað á sviði, frammi fyrir mörg hundruð áhorfendum, árum saman þykir Ernu óþægilegt að horfa á sjálfa sig í sjónvarpi. Hún flettir líka framhjá viðtölum við sig í blöðum og hefur ekki einu sinni horft

á heimildarmynd Ásthildar Kjartansdóttur, þetta kalla ég dans, sem fjallar einmitt um Ernu og feril hennar. „Mér finnst allt svona ofsalega óþægilegt. En ég er reyndar alveg að verða tilbúin að horfa á myndina. Næst þegar ég verð í fríi og ekkert stress í kringum mig geri ég það örugglega. En þarna var ég að tjá mig persónulega um lífið og tilveruna. Það er allt öðruvísi en að vera í einhverju hlutverki uppi á sviði. Þá notar maður auðvitað eigin reynslu líka en áhorfendur vita ekki hvað er á bak við það sem maður er að gera. Maður getur svolítið falið sig á sviðinu.“

TILRAUNASVEITIN PONI

Erna býr í Brussel, vöggu nútímadansins. Þar hefur hún búið í mörg ár, en hún flutti frá Íslandi á vit dansins þegar hún var tvítug. Lengi vann hún með stórum nútímadanshópum og sýndi í stærstu leikhúsum Evrópu og víðar um heiminn. Í dag er hún fyrst og fremst að vinna með smærri hópum í eigin uppsetningum. Og hún er líka farin að syngja með hljómsveit. „Það byrjaði þannig að

við stofnuðum nokkur saman fjölistahópinn Poni. Í dag erum við sex, tveir dansarar sem syngjum og fjórir tónlistarmenn og mál- arar sem sjá um að dansa. Þetta er mjög gefandi og skemmtilegt samstarf, því við erum að kenna hvert öðru svo mikið. Og ég hefði aldrei ímyndað mér að ég myndi einhvern tímann vera með í hljómsveit. Mér finnst það ótrúlega frelsandi, þar sem það er allt öðruvísi leið til að vera á sviði og skapa en í leikhúsi.“

ÍSLENSKUR HÚMOR

Á undanförunum árum hefur Erna unnið meira með Íslendingum en hún gerði fyrst eftir að hún flutti. Nýlega var til að mynda flutt verk hennar og listakonunnar Gabríelu Friðriksdóttur í Bláa lóninu. „Það er frábært að vinna með Gabríelu, hún sýnir mér alveg inn í annan heim í hvert sinn. Ég hef meðal annars verið í myndbandsverkum eftir hana og hún gert leikmyndir fyrir mig. Ég hef verið að vinna með íslenskum listamönnum undanfarin ár. Fyrstu árin eftir að ég flutti var ég bara að vinna með

bak við fjöldin

Stjórnumerki: Sporðreki.

Besti maturinn: Kæstur hákarl og ristað brauð með osti og gúrku.

Besti drykkurinn: Sóðavatn.

Draumafríið: Hornstrandir í tjaldútilegu eða eitthvað út í hina guðdómlegu íslensku náttúru.

Skemmtilegast: Dansa, syngja, horfa á vídeó uppi í rúmi, hitta vini og fjölskyldu.

Leiðinlegast: Að skrifa vinnutölupóst, þrifa og biða á flugvöllum.

Besti tími dagsins: Allur sólarhringurinn.

Hvers lítur þú mest upp til: Fjölskyldu minnar, vina og kærasta. Björk og David Attenborough eru líka hetjur.



UNUM



Götutískan á prent:

Facehunter gefur út bók

Yvan Rodic, betur þekktur sem Facehunter, hefur eina undarlegustu vinnu í heimi: að taka ljósmyndir af „töff“ fólki. Rodic, sem hefur margt heimsoft Ísland og myndað Íslendinga, hefur öðlast frægð í gegnum bloggsíðu sína en áformar nú að gefa út bók næsta haust hjá forlaginu Thames & Hudson. Í bókinni verða sýnishorn af myndum hans hvaðanæva úr heiminum. Hér gefur að líta sýnishorn af myndum Rodics.



útlendingum, sem var frábært, en það var eitthvað svo skemmtilegt við að finna Íslendingana aftur. Ég fattaði það þegar ég byrjaði að vinna aftur með þeim að það var eitthvað sem ég saknaði. Sennilega hefur það eitthvað með húmorinn og ræturnar að gera.“

BRUSSEL – ÍSAFJÖRÐUR?

Erna segist hafa það á tilfinningunni að eitthvað sérlega skemmtilegt sé að gerast í íslensku listalífi. „Áherslan á sköpun virðist vera orðin meiri. Í danskenslunni, til dæmis, snýst ekki allt um tækni lengur. Svo sýnist mér vera að opnast á milli listgreina. Það sást líka greinilega á Grímunni, þar sem voru óvenjulega mörg „collective“ verkefni, þar sem listum er blandað saman. Það er líka svo skemmtilegt að vinna svona – reglurnar eru færri og eitthvert þema eða hugmynd látin ráða ferðinni í staðinn fyrir að vinna út frá handriti. Ef hópurinn er góður kemur eitthvað allt annað og betra út úr vinnunni en maður hefði getað ímyndað sér.“

Þótt Erna sé skotin í Íslendingum er hún ekki alveg á heimleið í brád. Líkurnar á heimför jukust þó eftir að íslenskur kærasti kom í spilið – Valdimar Jóhannsson frá Ísafirði, sem er einmitt annar tónlistarmannanna sem taka þátt í sýningunni. Það skyldi þó ekki vera að Erna ætli að flytja beint út á land, loksins þegar hún snýr aftur til heimahaganna? „Þegar ég verð leið á þessu hraða borgarlífi læt ég mig oft dreyma um að flytja til Íslands og búa í sveit. Svo það er aldrei að vita hvað maður gerir.“



Rifjaveisla í Grillhúsinu

Fimmtudaga til sunnudaga
 bjóðum við uppá rjúkandi BBQ grísaríf
 1/1 skammtur 2.195 kr.- 1/2 1.695 kr.-



Það er kaffið



fullt af fjöri





GOTT STEIKHÚS Í 18 ÁR! Grillhúsið Tryggvagötu 20.

tíðin

* fegurð og heilsa

ÞEGAR KREPPIR AÐ þarf maður oft að notast við sama gamla svarta kjólinn út á lífið. Stórar hálsfestar sáust víða á tiskupöllum fyrir næsta haust og eru kjörin aðferð til að gæða kjólinn nýju lífi. Þessi fallega svarta festi fæst í Gallerí Evu á Laugavegi.



algjört möst

1 Mineralize-vörurnar úr MAC eru málið fyrir kinnar, augu og fullkomna áferð húðarinnar.

2 Það jafnast á við sólarlandafeið að skreppa í Nauthólsvíkina á sólríkum sumardögum.

3 Verndaðu húðina gegn skaðlegum geislum sólarinnar með glænýrri sólarlínu frá Clinique.

4 Fix-úði frá MAC með rósavatni frískar upp á andlitið og heldur förðuninni í lagi.

5 Ekki gleyma grillinu í góða veðrinu. Það er fátt betra en ljúffeng grillmáltíð í lok dags.

Frískleg og sæt
Fyrirsætan María Birta náttúrulega máluð, eins og allar stjórnurnar vilja vera í dag.

Varir: Ljósbleikur varalitir frá MAC, Virgin Kiss, og gloss úr Rose Romance-línunni.

Húð: Þekjandi farði blandaður með Strobe-kremi, sem er rakakrem með perluljóma. Það er bæði hægt að nota með farða eða undir hann. Bæði gefur það fallegan ljóma og er stúfult af vítamínunum. Blandan er borin á húðina með löngum og þéttum strokum.

Kinnbein: All over-gloss blandað með lit í lausu formi (pigment) og borin á kinnbeinin. Skyggt með bronzi með ljóma í. Að lokum dálitill bleikir kinnalitir.

Augu: Blautur perlulitaður augnskuggi borinn á augnlokið, Cream Color Base Pearl. Mellon-litur (pigment) borinn á og brúnn litur notaður sem augnskuggi. Gullinbrúnn augnblyantur settur inn í augnlinuna og til að forma augun.

Náttúruleg förðun er það heitasta í sumar: Fersk og ljómandi

„Á sumrin vill maður vera ferskur og flottur. En maður þarf jafnmikið að hafa fyrir því að gera náttúrulega förðun og mikla förðun,“ segir Björg Alfreðsdóttir, förðunarfræðingur hjá MAC. „Eins og þeir sem fylgjast með tísku vita nota allar stjórnurnar í dag léttu og flotta sumarförðun, með miklum ljóma. Bæði Kate Winslet og Sienna Miller hafa til dæmis mikið sést svona farðaðar. Til að ná þessu útliti á fyrirsætuna Maríu Birtu notaði ég meðal annars Hollywood Glow-vörurnar frá MAC.“

- hhs

Full búð af spilum & púsluspilum

Skemmtilegar gjafir fyrir öll tækifæri

Sendum í póstkrofu! Skoðuðu úrvalið og pantaðu á vefnum: www.spilavinir.is.

Spilavinir
Langhóltsvegi 126 · Sími 553 3450



Exótísk og ilmandi upplifun

Hjá NordicaSpa er í boði frábær meðferð fyrir sumarið sem heitir Suðræn sumarsæla. Þar er á ferðinni slakandi nuddmeðferð þar sem nuddað er upp úr heitri náttúrulegri kókosnetuolíu sem er blönduð með jojoba og suðrænum ilmolíum. Þessi meðferð er mjög nærandi og slakandi fyrir líkama og sál og olían sléttir og endurnærir húðina og er sérstaklega góð eftir sólböð.

Ekki spillir fyrir sú unaðslega lykt sem færir mann á suðrænar strendur í huganum. Nánari upplýsingar eru á www.nordicaspa.is



Kókosolía Nordica Spa á Suðurlandsbraut býður upp á slakandi sumarnudd.

Yes to
snyrtivörur

20%
afsláttur

Andlitshreinsir 790,- nú 632,-
Andlitskrem 1.190,- nú 952,-
Sjampó 500 ml 790,- nú 632,-
Hárnæring 500 ml 990,- nú 792,-

Yes to cucumber

Eru gúrkur virkilega svona góðar fyrir þig? Í stuttu máli, já! Gúrkur eru náttúrulegur rakagjafi og einstakt forðabúr C og K vítamína.

Yes to carrots

Talandi um náttúrulegt innihald, gulrætur eru sú matjurt sem innheldur hvað mest beta-karotín, sem er öflugt andoxunarefni sem dregur úr daglegum skaða á húð og hári.

Ilmkerti
Ný sending!



490,-



1.190,-



890,-

690,-



690,-

890,-



890,-

the
PIER

Við komum stöðugt á óvart!

Smáratorgi 3 / 201 Kópavogi / sími: 522 7860 / / Korputorgi / 112 Reykjavík / sími: 522 7870



FRÁBÆR FÖSTUDAGUR

Ása Ottesen stílisti

1

Fara í sjóðandi heitt freyðibað og hlusta á gott electro á meðan.



2

Hitta vinkonur mínar á Te og kaffi á efri hæð Máls og menningar. Slúðra þar og skoða tiskublið.

3

Labba með myndavélina mína um miðbæinn og taka myndir af fólki og fallegum húsum.



4

Bjóða svo kærastanum út að borða á nýja fiskistaðinn á Vesturgötu. Þangað kæmu svo vinir okkar og við smökkuðum alla kokkteilana á matseðlinum.



5

Svo færum við á tryllta tónleika með Michael Jackson en hann væri þá einhverra hluta vegna ekkert búinn að fara í lýtaaðgerð og líti út eins og hann gerði upprunalega.

www.ellingsen.is

Fimm stjörnu gisting í Adria Altea hjólhýsi



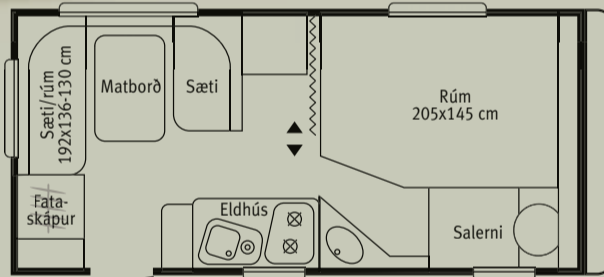
Verð 3.390.000 kr.

400.000 kr. afsláttur!

Aðeins 4 stk. eftir!

Tilboðsverð 2.990.000 kr.

ADRIA



Adria Altea 462 PS

Upplýsingar

• Árgerð	2008	• Hámarksburðargeta	1300 kg
• Rafgeymir	12 V 115 amp	• Hámarksfarangur	220 kg
• Fataskápur	já	• Öxull	1
• Vatnstankur	40 ltr.	• Dekkjastærð	190/70 R15
• Ummál fortjalds	912 cm	• Gólfþykkt	30 mm
• Heildarlengd	649 cm	• Veggir og loft	30 mm
• Vagnlengd	519 cm	• Svefnpláss	4
• Heildarbreidd	229 cm	• Rúm að framan	205x145 cm
• Heildarhæð	253 cm	• Rúm að aftan	192x136-130 cm
• Lengd innanmál	466 cm	• Salerni	THETFORD
• Breidd innanmál	217 cm	• Ísskápur	70 ltr.
• Hæð innanmál	195 cm	• Miðstöðvarkerfi	TRUMA
• Eigin þyngd	1080 kg	• Vatnshitunarkerfi	TRUMA
• Tilbúið til brottfarar	1141 kg	• Affallstankur	22 ltr.



REYKJAVÍK
Fiskislóð 1 • Sími 580 8500
Opíð mánud.-föstud. 10-18, laugard. 10-16

AKUREYRI
Söluaðili: BÍLASALA AKUREYRAR
Freyjunesi 2 • 603 Akureyri • sími 461 2533

Ellingsen

- fullt hús ævintýra



Hnetur, hraun kóral og merinoull í skartgripagerðina



Dalvegi 18, Kóp. - Sími 568 6500 - www.fondra.is
Opíð 10-18 virka daga

