

föstudagur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS 8. apríl 2011

Bergþóra Guðnadóttir

konan á bak við Farmers Market

- Nýtt vefrit í loftið
- RFF
- Götutískan
- Á rúmstokknum

TILBOÐ

Kr. **99.950**



@tt.is
Allt tölvutengt á betra verði

SÆKTU EÐA FÁÐU SENT • SENDINGAR-
KOSTNAÐUR AÐEINS KR. 750
HVERT Á LAND SEM ER • VERSLUN Í
BÆJARLIND 1-3 • 201 KÓPAVOGI
• SÍMI 569 0700
• WWW.ATT.IS

**FRÁBÆRT
TÖLVUTILBOÐ**



AMD turnvél 3

- CoolerMaster Elite midí turn
- Athlon II X3 450 3,2 GHz örgjörvi
- 4GB DUAL DDR3 1333MHz minni
- 750GB SATA 3 WD diskur
- Geforce N440GT 1GB DDR3 skjákort
- DVD og CD skrifari
- 7.1 hljóðkort - 10/100/1000 netkort
- Windows 7 Home Premium 64bita



núna

*Ekki missa af



NÁTTÚRULEGA MJÚK HÚÐ Skin Energetic-húðvörurnar frá Biotherm endurnæra þreytta húð. Þetta orkugefandi serum inniheldur kraft frá brokkólí sem endurnærir og styrkir húðina. Yndislegt krem sem ilmar einnig dásamlega og gerir húðina silkimjúka og endurnærða.

blogg vikunnar

Ítölsk veisla

Bloggarinn Angelica Ardasheva varð umtöluð eftir að The Sartorialist myndaði hana á götum Milánó og lýsti henni sem þéttri konu. Viðbrögðin létu ekki á sér standa og í kjölfarið var þessi unga mæð umtöluð meðal netverja. Stúlkan heldur úti eigin bloggi sem má finna á slóðinni www.angystearo.com. Þar fjallar hún um tísku og myndar og skrásetur eigin fatastíl reglulega. Blogg sem er þess virði að heimsækja og skoða.



Götuglamúr

Götubloggið www.glamcanyon.blogspot.com er stútfullt af götutískumyndum héðan og þaðan. Frísklegt blogg með skemmtilegum myndum sem gaman er að renna í gegnum.



NÝTT VEFTÍMARIT KEMUR ÚT Í FYRSTA SINN Á MORGUN:

ÆTLA EKKI AÐ SLAPPA AF

Nýtt vefrit, Bast Magazine, fer í loftið um hádegisbil á morgun. Á bak við ritið standa Hafrún Alda Karlsdóttir, Íris Dögg Einarsdóttir og Sif Kröyer.

Að sögn Sifjar, ritstjóra vefritsins, höfðu allar stúlkurnar gengið með þessa hugmynd í maganum í nokkra stund en hjólin fóru fyrst að snúast þegar þær hlutu peningastyrk frá Dansk Islandsk Fond. „Styrkurinn gerði það að verkum að við gátum leigt atvinnuhúsnæði og komið undir okkur fótunum. Þetta gerði það einnig að verkum að við fengum aukið sjálfstraust því styrkveitingin sýndi að fleiri höfðu trú á þessu verkefni með okkur,“ útskýrir hún.

Meðal þess efnis sem fjallað verður um í Bast Magazine er tíska, tónlist, menning, hönnun og kvikmyndir og verður megináhersla lögð á viðburði sem fara á Íslandi og í Danmörku. Auk þess að gefa út vefritið annan hvern mánuð munu stúlkurnar halda úti bloggi og birta vídeóklippur á Bast-TV. Sif segir mikla vinnu liggja að baki fyrstu útgáfunni og hlakkar mikið til að sjá viðbrögð fólks. „Við erum allar í námi og með fjölskyldur þannig að það liggur mikil en skemmtileg vinna að baki þessu. Við höfum þó verið svo heppnar að fá utanaðkomandi aðstoð



Gefa út blað Hafrún Alda, Sif og Íris Dögg standa á bak við vefritið Bast Magazine sem kemur út í fyrsta sinn á morgun.

MYND/IRIS DÖGG

með skrifin og fólk hefur almennt verið mjög hjálpsamt,“ segir Sif og þvertur fyrir að þær muni slá slöku við eftir útgáfu fyrsta

tölublaðs. „Vinnan heldur áfram. Við erum ekkert að fara að skála í kokteilum og slappa af heldur erum strax farnar að vinna efni í

næsta tölublað.“ Hægt verður að nálgast fyrsta tölublað Bast Magazine á slóðinni www.bast-magazine.com. - sm

SALON REYKJAVÍK



SALON REYKJAVÍK BÝÐUR UPP Á NÝJA NATURA KERATIN SLÉTTUNARMEÐFERÐ SEM GEFUR MJÚKT, SLÉTT, HEILBRIGÐT, FALLEGT OG GLANSANDI HÁR.



VERTU VELKOMMINN Á SALON REYKJAVÍK
GRANDAGARÐUR 5 101 REYKJAVÍK SÍMI: 56 85 305

Sequences-listahátíðinni lýkur um helgina:

List í fullu fjöri

Sequences-listahátíðin var sett í sjötta sinn síðastliðinn föstudag og lýkur henni nú um helgina. Fjöldi erlendra og íslenskra listamanna tekur þátt í hátíðinni í ár eins og fyrri ár.

Meðal þess sem hægt verður að sjá um helgina eru athyglisverðir gjörningar sem fara í Útgerðinni við Grandagarð 16 á milli 14 og 18. Að auki er opið í galleríi Kling og Bang alla helgina.



Sequences Listahátíðin Sequences er í fullu fjöri. Hátíðinni lýkur nú á sunnudag.

Listamaðurinn Friðgeir Einarsson sýnir einleikinn Ekkert í Norræna húsinu klukkan 15 á laugardag. Allar nánari upplýsingar um þá atburði sem eiga sér stað um helgina má finna á heimasíðu hátíðarinnar á slóðinni www.sequences.is. - sm

augnablikið



SUMARLEGAR Leikkonan Emma Roberts og fátahönnuðurinn Mary-Kate Olsen voru báðar gestir í veislu sem haldin var í Beverly Hills síðustu helgi. NORDICPHOTOS/GETTY

föstudagur

Útgáfufélag 365 miðlar ehf. Umsjón Sara McMahon Forsíðumynd Valgarður Gíslason Útlitshönnun Kristín Agnarsdóttir Auglýsingar Sigríður Hallgrímsdóttir sigridurh@365.is og Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is Föstudagur Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

WORLD OF INSPIRATION
 the
PIER
 FOR YOU

**FALLEGT POLIRATTANSETT
 SEM POLIR AÐ VERA ÚTI Í
 ALLT AÐ -15°C**

SETTIÐ FÆST LÍKA HVÍTT MEÐ GRÁUM SESSUM.
 SESSURNAR HRINDA FRÁ SÉR BLEYTU.

SÓFI 29.900.-



STÓLL 19.900.-

MÓSAÍKBORÐ 15.900.-

BORÐ 17.900.-

BASTKOLLUR
 7990.-



STÓLL
 7.990.-



KERTI
 ÝMSIR LITR 129.- STK.
 KEYPTU 10 OG
 GREIDDU 89.-STK.



STELL FRÁ: 790.-
 STK.



**FULLT AF NÝJUM HÚSGÖGNUM OG SMÁVÖRU
 FYRIR GARDINN, SUMARHÚSIÐ OG SVALIRNAR**



MOTTUR Í
 MIKLU ÚRVALLI

VERÐ FRÁ: 2490.-



KANNA 390.-

5990.-



LUKTUR
 8990.-

STELL
 TILBOÐ **40%**
 VERÐ FYRIR: 290.- STK.
 VERÐ NÚ: 174.-STK.



ÓKEYPIS!

ÞESSI GLÆSILEGA TASKA ER ÞÍN EF ÞÚ
 VERSLAR FYRIR 6000.- Eða MEIRA Í THE PIER*

* Á MEÐAN BIRGÐI ENDAST

the
PIER

SMÁRATORG 522 7860 • KORPUTORGI 522 7870 • GLERÁRTORGI 522 7880

TEXAS

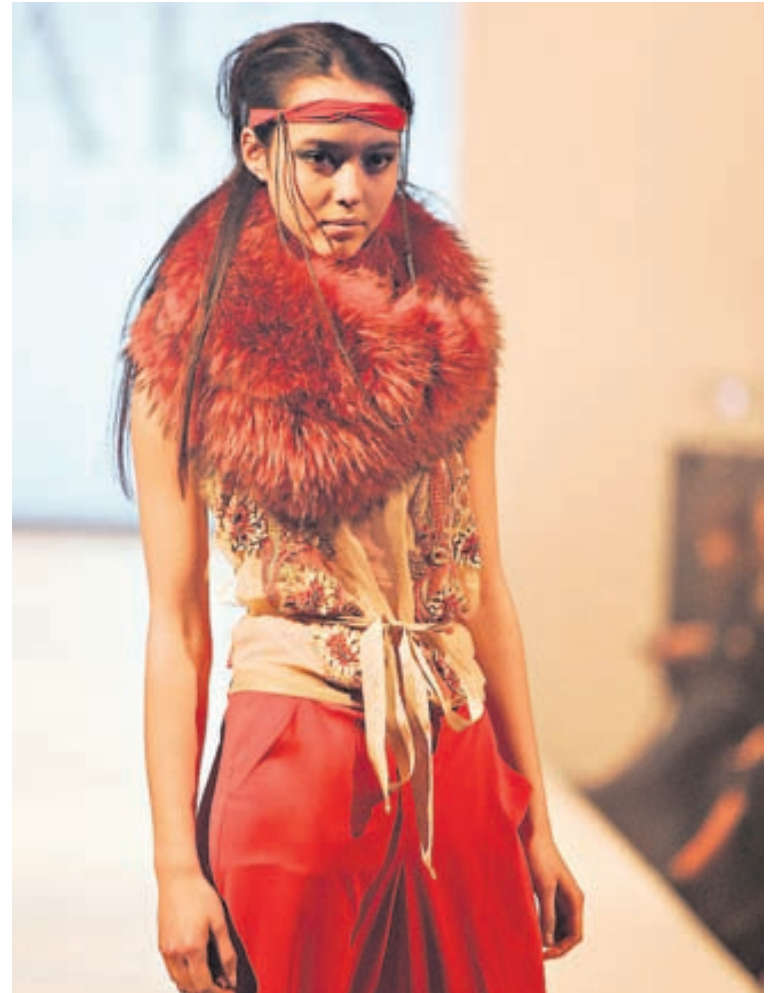
COLLECTION by OPI



Litagleði Sonja Bent sýndi skemmtilegar buxur í ýmsum litum og sokka skreytta slaufum.



Notalegur fatnaður Loðfóðruðu hetturarnar frá Spaks manns spjörum væru góð eign fyrir næsta vetur.



Flott haustlína Spaks manns spjarir sýndu heilsteypta og flotta haustlínu. Rauðu buxurnar voru einstaklega fallegar. FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL RÚNARSSON

RFF-tískuhátíðin var haldin hátíðleg síðustu helgi:

GLEÐI OG náttúruleg efni

Viðburðurinn Reykjavík Fashion Festival fór fram í annað sinn um helgina. Tuttugu og tveir hönnuðir tóku þátt í ár og fór sýningin fram í Hafnarhúsinu.

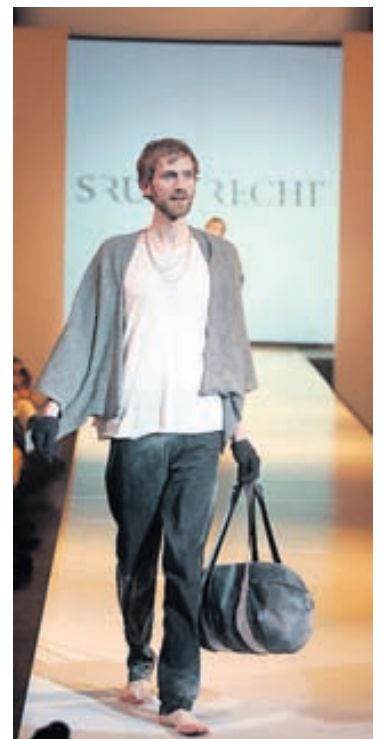
Á föstudagskvöldinu sýndu alls tíu hönnuðir haust- og vetrarlínur sínar og stóðu línur Eyglóar, Sruli Recht, Sonju Bent og Spaks manns spjara upp úr. Allar þessar línur innihéldu fallegar buxur og er því óhætt að spá því að síðbuxur verði vinsælar hér á landi næsta haust.

Lína Sonju Bent var áberandi glaðleg og falleg og mætti kannski kalla þennan efnilega hönnuð okkar eigin Sonju Rykiel. Báðar vinna þær mikið með þrjónaflikur og á meðan rendur einkenna gjarnan fatnað Rykiel vinnur Sonja

Bent að mestu með doppur. Lína Spaks manns spjara virtist þó vera sú eina, fyrir utan línu Sruli, sem var greinileg haustlína og innihélt jakka, notalegar fóðraðar hettur og þrjónaðar ermar. Hönnun Sruli Recht var fallega sniðin og skemmtileg og fatnaðurinn unninn úr náttúrulegum efnum eins og ull. Eygló var söm við sig og sýndi flottar flikur með skemmtilegu beinamynstri sem kom mjög vel út. - sm



Kátir karlar Sýning Sruli Recht var laufflétt og skemmtileg. Fyrirsætturnar voru kátir karlar sem stóðu sig afskaplega vel.



Náttúruleg efni Hönnun Sruli var úr náttúrulegum efnum eins og ull, bómmull og gæru. Fötin voru fallega sniðin eins og Sruli er einum lagið.



Flottur Sýning Sruli Recht var flott og líflæg.



Doppur og slaufur Falleg herrapeysa frá hönnuðinum Sonju Bent.



Jarðliti Brúnir tónar voru ríkjandi í línu Spaks manns spjara.

LITIR HÆGRI TIL VINSTRI:

Austin-tatious Turquoise,
Don't Mess with OPI
It's Totally Fort Worth It,
I Want to Be A-Lone Star

Suzi Loves Cowboys, San Tan-tonio
Houston We Have A Purple,
Do You Think I'm Tex-y?
Too Hot Pink to Hold 'Em,
Guy Meets Gal-veston
Big Hair...Big Nails,
Y'all Come Back Ya Hear?

O·P·I

INNÍHELDUR EKKI DBP, TOLUENE, EGA FORMALDEHYDE

Húðin þín er ekki endilega á sama aldri og þú



1. Um þrítugt

2. Um fertugt

3. Um fimmtugt

4. Um sextugt

20%
afsláttur frá
8.-15. apríl

Hægðu á öldrun húðarinnar með réttu aðferðinni og vertu ungleg lengur

Vísindamenn Sothys hafa þróað fullkomna línu til að hægja á og vinna gegn öldrun húðarinnar. Sothys fylgir hugmyndafræði sem felur í sér greiningu á húðinni til að meta raunverulegan aldur hennar, svokallað „aldursstig“.

Sothys hefur nú sett á markað virk krem sem hæfa aldursstigi húðarinnar og hægja á öldrun hennar.



Sættu þig aðeins við það besta!

Sothys Anti-age línan er þróuð til að vinna gegn öldrun húðarinnar og er sú fyrsta sem beinist að „raunverulegum aldri“ húðarinnar með markvissum hætti



- Lifið heil

Smáratorgi, Smáralind, Stykkishólmi, Neskaupstað,
Lágmúla, Laugavegi, Keflavík, Ísafirði



LEITAR AFTUR Í RÆTURNAR

Umkringd skemmtilegu fólki Bergþóra Guðnadóttir fatahönnuður stofnaði Farmers Market árið 2005 ásamt eiginmanni sínum, Jól Pálssyni. Reksturinn hefur gengið vel og er hönnun fyrirtækisins nú fánleg í tólf löndum.

Bergþóra Guðnadóttir stofnaði fata-merkið **Farmers Market** árið 2005 ásamt eiginmanni sínum, tónlistarmanninum Jól Pálssyni. Hugmyndin var í senn að hanna fatnað sem þau sjálf mundu vilja klæðast og endurspegladi íslenska arfleifð. Þau byrjuðu smátt og með tímanum hefur fyrirtækið vaxið og dafnað og hönnun þess er nú fánleg víða um heim.

Viðtal: Sara McMahon
Ljósmynd: Valgarður Gíslason

Bergþóra útskrifaðist frá Myndlista- og handíðaskólanum árið 1999 þar sem hún hafði stundað nám í textilhönnun. Eftir útskriftina opnaði hún verslunina Aurum við Bankastræti ásamt vinkonu sinni og seldi þar meðal annars eigin hönnun. Hún hóf störf hjá útivistarfyrirtækinu 66°Norður árið 2001 og vann þar til ársins 2005 þegar hún ákvað að segja starfi sínu lausu og stofna Farmers Market. Hún vann þó áfram sem verktaki hjá 66°Norður í tvö ár samhliða því að koma Farmers

Market á laggirnar. „Ég sagði endanlega upp hjá 66 Norður fjórum dögum áður en Geir Haarde blessaði landið, sællar minningar. Það var svolítill geðveiki að segja upp svona traustu starfi og fara í eigin rekstur og þegar ég hugsa til baka þá var það líklega lán að ég tók þessa ákvörðun fyrir hrún því ég hefði örugglega þurft að hugsa mig um tvisvar um eftir það,“ útskýrir Bergþóra.

Ég held það skipti töluvert miklu máli að foreldrar mínir eru fólk sem gefst aldrei upp og hjá þeim er ekki til að eitthvað sé ekki hægt.

Þegar hjónin ákváðu að stofna Farmers Market var góðærið í algleymingi og viðskiptaumhverfið var ólíkt því sem það er núna. „Árið 2005 talaði fólk ekki um annað en peninga og Ísland var á barmi þess að verða viðskiptamiðstöð heimsins. Við skildum ekki alveg þessa þróun og trúðum að mótvægið við þessari alþjóðahyggju hlyti að koma. Þegar við fórum að velta því fyrir okkur að stofna eigið fyrirtæki ákváðum við því að leita aftur í ræturnar. Okkur fannst fyrirtæki eins og Burberry's mjög heillandi, það er

gamalgróið fyrirtæki en maður velkist aldrei í vafa um að það sé breskt,“ útskýrir Bergþóra og bætir við: „Ofan á þetta bættist að ullariðnaðurinn, sem eitt sinn hafði blómstrað, var í sögulegu lágmarki á þessum tíma og því var okkur mjög vel tekið af ullarframleiðendum og þar af leiðandi góður jarðvegur fyrir okkur til að byrja á.“

Bergþóra segir foreldra sína einnig hafa átt mikinn þátt í að hún ákvað að fara út í eigin rekstur og segir þá afskaplega duglega að stappa í hana stálinu. „Ég held það skipti töluvert miklu máli að foreldrar mínir eru fólk sem gefst aldrei upp og hjá þeim er ekki til að eitthvað sé ekki hægt. Það hefur reynst mér gott veganesti.“

FRÁBÆR ÞRÓUN

Hugmyndin að baki Farmers Market var að hanna og framleiða fatnað sem Bergþóra og Jól mundu sjálf vilja klæðast. Fyrstu árin einbeittu þau sér að mestu að þrjónaflikum og með tímanum hafa þau byggt í kringum þann grunn og stækkað vöruúrvalið með þeim hætti. Hönnun Farmers Market er nú fánleg í tólf löndum víða um heim og eru flíkurnar sérstaklega vinsælar í Japan.

Aðspurð segir Bergþóra skemmtilegt að sjá hversu mikil breyting hefur orðið á fatahönnunariðnaðinum hér á landi undanfarin ár. „Þegar ég byrjaði í þessum bransa voru bara örfá fyrirtæki að hanna fatnað. Þetta

Full búð af nýjum vörum



MINÐ

Smart verslun fyrir konur - Firði Hafnarfirði

Sími 534 0073

FJÖRÐUR
www.fjordur.is

hefur þó breyst mikið og þá sérstaklega með komu Listaháskólans sem hefur útskrifað fjölda hæfileikaríkra hönnuða sem víla ekki fyrir sér að stofna eigið merki. Núna eru til íslensk fyrirtæki sem eru virkilega að hanna og framleiða föt í einhverjum mæli og það finnst mér frábær þróun enda hefur allt tískuumhverfið hér gjörbreytt á undanförunum árum.“

HEILLADIST AF HÆLUNUM

Bergþóra og Jól kynnust árið 1991 þegar þau voru bæði við nám í Menntaskólanum í Hamrahlíð og segist Bergþóra hafa fallið fyrir Jól þegar hún sá hann á sviði í uppsetningu skólans á söngleiknum Rocky Horror Picture Show. „Ég horfði á hann spila á sviðinu í háum hælum og sokkaböndum og maður náttúrulega kolféll fyrir því,“ segir hún brosandi. Þarið á saman tvo syni sem Bergþóra lýsir sem yndislegum.

Það liggur beinast við að spyrja Bergþóru hvernig gangi að vinna svo náði með maka sínum? „Við erum oft spurð að þessu,“ segir hún og hlær. „Það gerist oft að samstarf tveggja einstaklinga springur á einhverju tímabili vegna ósættis en í okkar tilfalli er svolítið meira í húfi og þess vegna verðum við einfaldlega að láta þetta ganga upp. Við eigum jafn mikið í þessu og hingað til hefur þetta gengið ofsalega vel. Það skemmir heldur ekki fyrir að við erum stanslaust umkringd skemmtilegu og hæfileikaríku fólki sem gerir vinnuna þeim mun skemmtilegri.“

FALDI SIG Á BAK VIÐ HILLU

Að sögn Bergþóru hafa þau leyft fyrirtækinu að vaxa svolítið eins og plöntu og verða til af sjálfu sér. Þau vinna nú að því að stækka línuna töluvert og eru til að mynda að hanna fyrstu heilsteyptu sumarlínu sína. Þau hafa reglulega sótt sölusýningu í tengslum við tískuvíkuna í Kaupmannahöfn og viðurkennir Bergþóra að þar hafi þau kynnst ýmsum kynlegum kvistum. „Það er svolítið gaman að upplifa þetta allt í gegnum Jól því hann er svo innilega ekki úr þessum bransa og finnst alltaf jafn skrítið að hitta suma þessa léttfreðnu tískuspekúlanta á sölusýningum í Danmörku. En svo gæti verið að við séum bara skrítna fólkið á þessum sýningum, ég veit það ekki,“ segir hún glaðlega.

Þótt það sé ávallt fagnaðarefni að gera nýja sölusamninga eftir slíkar sýningar segir Bergþóra það skipta mestu að fá pantanir aftur frá kaupendum. „Það þýðir að fólk er ánægt og vill meira. Það er alltaf góð tilfinning,“ segir hún. Íslendingar hafa tekið sérstaklega vel í hönnun Farmers Market og segir Bergþóra það vera skrítið að mæta fólki á götum úti íklætt hönnun hennar. „Fyrst þegar ég rakst á mann í peysu frá okkur var ég stödd úti í búð og ég varð svo hrikalega feimin að ég faldi mig á bak við hillu. En núna finnst mér þetta bara skemmtilegt,“ segir hún og bætir við; „Ég fæ alltaf svolitla þráhyggju fyrir því sem ég er að hanna hverju sinni og það tók mig til dæmis rúm tvö ár að hanna herrabuxurnar okkar. Mér finnst því sérstaklega gaman þegar ég rekst á menn sem eru í þeim.“

myndalabúmið



Þarna er ég heima hjá mér með drengjunum mínum.



Ég sjó ára gömul í heimsókn í sveitinni hjá frændfólki mínu Dísu og Denda á Kópavatni.



Dálítið stressuð baksviðs korteri fyrir sýningu Farmers Market og Andersen & Lauth á Hönnunarmars 2011. Á myndinni eru Gunnar Hilmarsson, Kolbrún Petrea Gunnarsdóttir, ég og Jól.



Hér er ein af mínum uppáhalds: Dorrit kíkir stundum inn á vinnustofuna mína.

Kveðjum dökka bauga

Kynnum
Creamy concealer & corrector

Þegar kemur að því að afmá dökka bauga gefa nýju hyljararnir frá Bobbi Brown fullkomna þekju.

Það er engin furða þótt Bobbi kalli þá „leyndarmál alheimsins“.

Snyrtivörudeild Lyfja & heilsu Kringlunni veitir 20% afslátt af öllum Bobbi Brown snyrtivörum dagana 7. – 13. apríl.

BOBBI BROWN

Ferming 2011

Bikiní vax - Verð: 2.900 kr.
 Vax að hnjám - Verð: 3.900 kr.
 Litun og plokkun - Verð: 2.900 kr.
 Fótsnyrting með nuddi og naglalakki - Verð: 3.900 kr.

TELBOÐIÐ GILDIR Í APRÍL 2011 - TAKMARKADUR TÍMAFJÓLDI Í BOÐI

Victoria Salon & Spa Laugavegi 178 Sími: 611-5500

**SUMARBÚÐIR
KFUM OG KFUK**

- ★ VATNASKÓGUR
- ★ VINDÁSHLÍÐ
- ★ ÖLVER
- ★ KALDÁRSEL
- ★ HÓLAVATN

Netskráning í fullum gangi á www.kfum.is



Vel klæddar Elisabet Alma Svendsen og Alma Ösp Arnórsdóttir klæddu af sér kuldann í þessum fallegu loðfeldum. MYND/HARALDUR GUBJÓNSSON



Rauðklædd Ruth Einarisdóttir var glæsileg í þessum rauða samfestingum.



Flottir fyrrar Tónlistarmaðurinn Hrafnkell Kaktus Einarsson og vinur hans, Birgir Rafn Snorrason, voru flottir til fara.



Glæsileg Bára Hlín Vignisdóttir var flott í röndóttum bol og bláum blazer-jakka.

Flottir gestir á HönnunarMars:

GÖTUTÍSKAN

Hvers kyns hönnun var gert hátt undir höfði á HönnunarMars sem haldinn var hátíðlegur í lok síðasta mánaðar. Föstudagur fór á stjá meðan á hátíðinni stóð og fékk að mynda nokkra gesti sem höfðu sótt sýningu Hafsteins Júlíussonar í GK Reykjavík og sýninguna Hljóm í hönnun sem fram fór í Hafnarhúsinu. - sm



Flott Sindri Sigurðsson og Birta Brynjólfssdóttir voru vel klædd og flott til fara.



Góð skemmtun í GK Marín Jóhannsdóttir, sem skartaði skemmtilegri fléttu, og Una Jóhannsdóttir.

FRÉTTIR | VIÐSKIPTI | ÍPRÓTTIR | LÍFIÐ | UMRÆÐAN

ÞAÐ ERU ENGIN HÖFT Í VIÐSKIPTUNUM 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.

Meiri Vísi.



Lán til endurbóta og viðbygginga

Íbúðalánasjóður veitir lán til endurbóta á húsnæði að innan og utan. Meðal annars eru veitt lán til lóðarframkvæmda og viðbóta við húsnæði. Lán geta numið allt að 80% af framkvæmdakostnaði. Hámarkslán eru 20 milljónir og lánstími 5 til 40 ár. Sömu vextir eru á þessum lánum og almennum lánum Íbúðalánasjóðs.

www.ils.is

Borgartúni 21 | 105 Reykjavík | Sími : 569 6900, 800 6969

EVA MENDES STYRKIR LÍKAMANN MED REEBOK

Heimsfræg stjarna gengur til liðs við Reebok sem EasyTone sendiherra

Leikkonan Eva Mendes hefur gengið til liðs við Reebok og sýnir hún sínar flottustu hliðar í skóm og fatnaði frá fyrirtækinu.

„Mér líður betur þegar ég er í góðu formi,“ segir Mendes „og það sem mér líkar svo vel við EasyTone línuna frá Reebok er að hún gefur mér smá aukalega um leið og ég sinni mínum daglegu athöfnum. Þar sem ég vinn langan vinnudag og ferðast mikið á ég ekki auðvelt með að koma löngum æfingum fyrir í dagskránni minni. Ég verð því að nýta vel þann tíma sem ég hef. Þess vegna finnst mér svo frábært að fara í langar gönguferðir og fara út að ganga með hundinn í EasyTone skónum mínum. Það besta er að EasyTone fatnaðurinn tegrar útlínur líkama míns og EasyTone skórnir eru rosalega flottir.“ Mendes segir að kostir EasyTone skónna séu hversu þenir og nettir þeir eru, líkt og venjulegir strigaskór. Hún bætir jafnframt við: ... „Í mínu fagi er mikilvægt að vera í góðu líkamlegu formi og EasyTone er litla leyndarmálið mitt!“

EasyTone skórnir hafa farið sigurför um heiminn en þeir styrkja rass og læri í hverju skrefi. Tæknin á bak við skóna kemur frá jafnvægisboltum sem við þekkjum úr líkamsræktinni. Órlítið ójafnvægi skapast vegna sérstaks sóla sem veldur því að vöðvarnir vinna betur.

EasyTone fatnaðurinn er fyrsti styrkjandi fatnaðurinn frá Reebok og byggir á frábærum árangri EasyTone skónna. Í boði eru glæsilegir bolir og buxur sem hjálpa til við að styrkja lykilvöðva og eru frábær viðbót við hreysti og heilbrigðan lífstíl.

Um er að ræða fyrsta flokks fatnað þar sem notast er við **ResisTone™** bönd sem veita mótstöðu við hverja hreyfingu. **ResisTone** böndin eru úr stífu en sveigjanlegu efni og er þeim komið fyrir í fatnaðinum á skipulagðan hátt og falla þau vel að líkama þess sem í fótunum er.

EasyTone síðbuxur, hálfíðar buxur og undirbuxur eru hannaðar til þess að hjálpa til við að styrkja læri og rassvöðva með hversu skrefi sem stigið er. EasyTone bolir og toppar eru gerðir til þess að styrkja vöðvana í efri hluta líkamans og bæta líkamsstöðu.

Laugardaginn 9. apríl kl. 14–16

Kynning á EasyTone fatnaði og skóm í Útlíf Kringlunni. Fjórðið hefst á DansFitness tíma en allir sem dansa með eiga möguleika á að vinna EasyTone skópar.

Kíktu og kynntu þér málið betur!



Reebok
EASYTONE

Kynning

Gamla hjólið uppí á 10.000*



Mongoose Crossway 250

Ekta hjól í vinnuna með þægilegu stillanlegu stýri og á mjög svo rennilegum dekkjum sem þýðir minni áreynsla.

kostar **76.900,-** og þú færð brettin með en ef þú kemur með gamla garminn uppí færðu það á **66.900,-**



Mongoose Crossway 250

Hraða/vegalengdarmælari verð frá 3.990,-



GAP

HJÓLABÚÐIN FAXAFENI 7
S: 5200 200 • MÁN - FÖS. KL. 9-18 • LAU. KL. 11-16

Vertu velkomin til okkar í Faxafenið eða kíktu á úrvalið inn á www.gap.is
Ekkert mál að skipta greiðslunni með Staðgreiðslunni Borgunar.

* eina skilyrðið er að hægt sé að hjóla á því. Gildir ekki með öðrum tilboðum
Á aðeins við um fullorðins hjól

Sólgleraugu fylgja með öllum keyptum gallabuxum.



OPNUNARTÍMI
MÁN-FÖS 10-18
LAU 11-17
S. 572 3400

Herra

FJÖRÐUR
www.fjordur.is

Firði, Hafnarfirði • Sími 572 3400

mælistikan

Á uppleið:

Litagleði! Daginn er farið að lengja og þótt veturinn sé enn ekki fyrir bí er í góðu lagi að festa kaup á nokkrum flíkum í skærum litum. Litagleðin færir okkur aðeins nær vorinu.



Skíðaferðir! Hví ekki að skella sér norður í land í svolitla skíðaferð og njóta þess að stunda vetrarþróttirnar á meðan færir gefst?

Sólgleraugu! Sólin er farin að láta til sín taka aftur, ekki gleyma sólgleraugunum næst þegar farið er út.

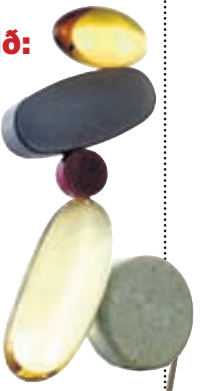


Á niðurleið:

Myrkur! Nú kveðjum við stutta daga og langar nætur. Myrkrið er á undanhaldi og vorið er í loftinu.

Pestir! Flensur og veikindi eru á niðurleið. Birgið ykkur upp af vítáminum og hlakkið til veikindalausra daga.

Símablaður á almannaferi! Það er leiðinlegt að verða óviljandi þátttakandi í samtali á milli tveggja ókunnugra einstaklinga. Hafði í huga að þið eruð ekki ein í heiminum þegar þið talið í síma á almannaferi.



Eru gallabuxnakaup vandamál?

Mery Mondo eru þá buxurnar fyrir þig



MERY MONDO
JEANS

Frábærar buxur í tveimur sniðum og þremur lengdum.

Nýjar flottar gallabuxur á Íslandi.



KELLO

Kringlunni sími 568 4900

Útsölastaðir.
Kello Kringlunni
Bjarg Akranesi
Ríkka Akureyri
Jón og Gunna Ísafirði



Á RÚMSTOKKNUM

Sigga Dögg kynfræðingur

Typpadýrkun karlmannna

Ég er mikil áhugamanneskja um typpi. Það er margt mjög merkilegt við þennan líkamshluta og þá einna helst mýturnar sem flestar snúa að stærð. Typpastærð virðist mikið hitamál og jafnvel enn meira en frammistaða eða risvandamál. Þetta mál fellur því í sama vítahring og frammistöðukvíði. Karlmonnum sem finnst þeir vera með lítið typpi en eru raunverulega í meðalstærð, finnst þeir oft lifa verra kynlífi í samanburði við þá sem eru með stærra typpi. Séu kynlífsfélagar þessara „meðal“-manna aftur á móti spurðir út í kynlífsánægju þá gefa þeir fátt út á stærðina og segja hana skipta litlu sem engu máli.

Fyrst kynlífsfélagar segja stærðina ekki skipta máli, af hverju er hún þá svona mikilvæg? Nú myndu margir benda á klámið og segja að tröllvaxnir bellir brengli hugmyndir ungra manna. Fyrr á öldum voru menn sáttari við sig því samanburðurinn var ekki órák- aður í nærmynd á fjörutíu tommu skjá. Enn aðrir myndu jafnvel segja þetta vera kynlífsstækjum að kenna því risavaxnir titrarar séu óraunhæf samkeppni fyrir meðal-liminn. Þessi rök falla um sjálf sig því vinsælustu titrararnir eru hvorki stórir né gildir og eiga því fátt sameiginlegt með útliti eða notkun hins venjulega lims.

Ég hef einstaklega gaman af því hvernig nútíma-fólk vill gjarnan klína öllum heimsins vandamálum á klám. Af öllu illu sem má mögulega rekja til kláms þá er typpastærð-ardýrkun tæplega eitt af því. Typpi í klámmyndum eru stór því það er praktískt fyrir myndavélina sem vill sýna sem mest af kynfærum. Þá eru flestir neytendur kláms karlmenn og þeir vilja sjá stór typpi, það er svona karlmennskudæmi.

Rannsókn á uppruna typpaaðdáunar leiddi mig til upphafs siðmenn- ingar þar sem karlmenn gengu um hálfnaktrir og dýrkuðu liminn sem hálfgerðan guð. Þá má gjarnan sjá helgistryttur með risavaxin kynfæri til að undirstrika mikilvægi þeirra sem heilags líkamshluta. Saman- burður milli manna var því algengur og var það mönnum til tekna að vera stærra en samkeppnisaðilinn. Það virðist því á einhvern hátt inn- byggt í karlmenn að bera lim sinn saman við lim annarra karla og al- gerlega ótengt kynferðislegu notagildi limsins.

Í ljósi þessa, og vegna hinna óteljandi vefsíðna um tæki og tól sem stækka typpið, fann ég mig knúna til að hrekja þessar mýtur í fyrir- lestraröð sem vonandi róar óöruggt karlmannshjartað. Typpi er ekki hægt að stækka og líkamsímynd sem hangir á typpastærð einni saman er líkleg til standa á veikum grunni. Þú ert með fingur og tungu sem ber að nota. Hitt er bara aukaatriði og stærðin skiptir því ekki máli.

Sendu Sigga Dögg póst með spurningum eða óskum um umfjöllunarefni. Netfangið er kynlif@frettabladid.is

Typpi í klám- myndum eru stór því það er praktískt fyrir myndavélina sem vill sýna sem mest af kynfærum.

Vorið er komið ...



Basic | Desigual kjóll.
Stærðir : Small – Xlarge
2 litir, grænn og svartur.
Verð : 18.990kr.



Basic | Kitkarnaby kjóll.
Stærðir: Small – 2Xlarge.
2 litir , grár og svartur.
Verð: 10.990kr.



Kastanía | Ed Hardy og
Christian Audigier
100% Silkkjútar - margar gerðir
Verð: 14,900



Kastanía | Refaskott - margir litir
Verð: 9,900



Basic | Micha Tunica.
Stærðir: Small – 2Xlarge.
Einn litur.
Verð : 11.990 kr.



Tuzzi | Skór frá Nero Giardini
Verð: 25,900



Stíll | Mynstraður kjóll
Verð: 24,900
Sjal - margir litir
Verð: 3,900

Tuzzi
Kringlunni
S: 568-8777

Basic
Háholti 13-15,
Mosfellsbær
S: 571-5671
Austurvegur 58,
Selfoss.
S: 578-8585

Stíll
Laugavegi 58
S: 551-4884



Tuzzi | Kjóll
með undirkjól
Verð: 18.900
nú með 25% afsl.
14.200



Basic | Desigual kápa.
Stærðir : 36-46.
Einn litur og útsaumað munstur
á bakinu.
Verð : 29.990kr.



Stíll | Blá peysa
Verð: 18,900
Stærðir: 36 - 44

Stíll | Blár kjóll
Verð: 16,900



Hjá Hrafnhildi |
Leðurjakkí bolero
Verð: 29.900
Litir: Svartur, grár
og camel
Kjóll
Verð: 24,900

**Hjá
Hrafnhildi**
Engjateig 5
S: 581-2141



YFIRHEYRSLAN

Kristín Soffía Jónsdóttir, varaformaður umhverfis- og samgönguráðs.

Háir hælur eða flatbotna skór: Flatbotna nema tilefnið sé þeim mun sérstakara.

Ómissandi í snyrtibudduna: Maskari, vaselín og kinnalitur.



Uppáhaldsliiturinn: Rauður

Hver eru nýjustu kaupin? Fáránlega fallegar og sumarlegar gallabuxur úr GK.

Hvað dreymir þig um að eignast? Kóniaksbrúna leður tösku.

Hvaða lag kemur þér í gott skap? Kill Me með Make the Girl Dance.

Uppáhaldshönnuðurinn: Ung og upprennandi stúlka sem heitir og hannar undir nafninu YR og er algjör snillingur.



Uppáhaldsdrykkurinn: Vatn, kaffi og bjór – ekki möguleiki að gera upp á milli.

FRÉTTIR VÍSUKPIÞI BRÓTTIR LÍFIÐ UMÞÆÐAN
KOMDU Í ÖLL HELSTU PARTYN MEÐ OKKUR

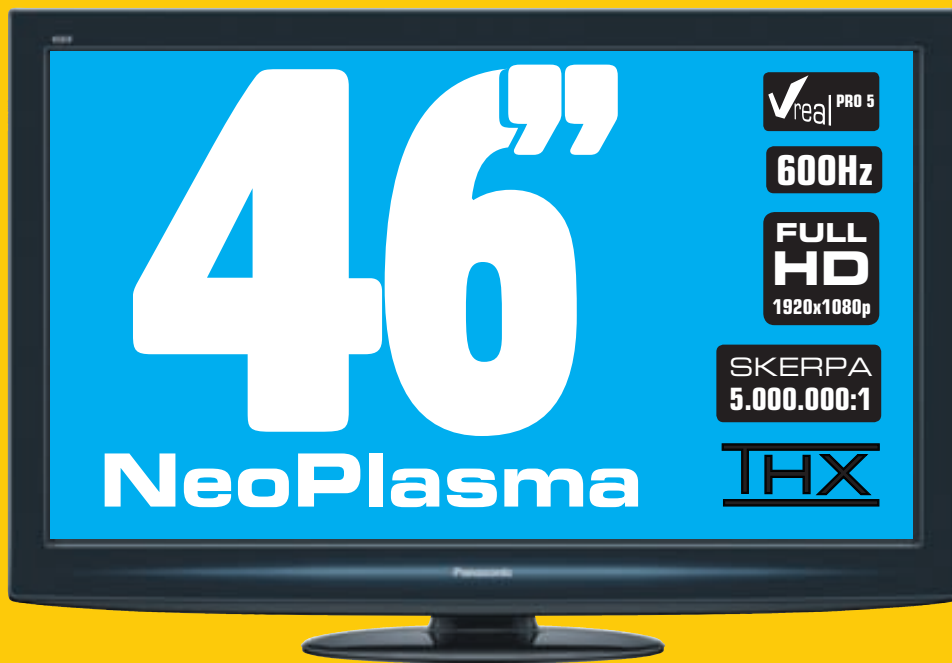
Meira sjónvarp, meira útvarp, meiri fréttir, meiri upplýsingar, meiri umræða, meira líf, meiri íþróttir, meiri virkni, meira úrval. Þú færð meira af öllu á Vísi.



Meiri Vísir.

VÍSI

SJÓNVARPSTILBOÐ



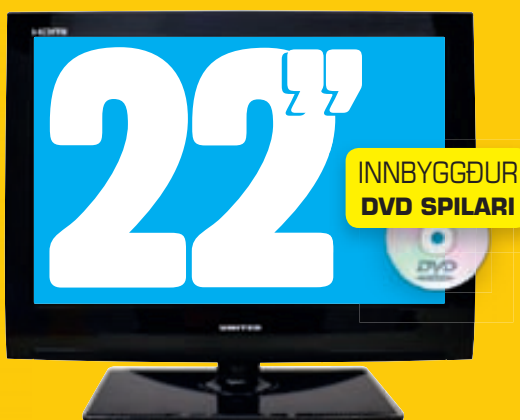
Panasonic
ideas for life

Panasonic TXP46G20

46" Full HD NeoPlasma sjónvarp með 1920x1080p upplausn, THX, Vreal Pro5, 600Hz IFC, Infinite Black 5.000.000:1 skerpu, Pro 24p Smooth Film Play Back, Digital Cinema Colour, C.A.T.S HDTV DVB-T stafr. móttakara, kortalesara, 2x USB fyrir Wi-Fi/HDD, 2x Scart, 4x HDMI, PC tengi ofl.

TILBOÐ ▶ **249.990**

FULLT VERÐ kr. 369.990



United 22DD92HD
22" FHD LCD SJÓNVARP með innbyggðum fjölkerfa DVD spilara, stafrænum DVB-T EPG móttakara, 1920x1080p upplausn, Nicam Stereo, 2x HDMI, Scart, VGA, heymartólstengi ofl. 12v/230v.

UNITED

TILBOÐ ▶ **54.990**

FULLT VERÐ kr. 59.990



Með iPod vögg



Panasonic TXL22D28

22" Pure Line IPS LED LCD SJÓNVARP með 1366x768p upplausn, Vreal 5, 50.000:1 skerpu, 24p Smooth Film/Play Back, 2msec svartíma, 3D Colour, stafrænum háskerpu HDTV DVB-T móttakara (MPEG4), kortalesara, 2 x Scart, 2 HDMI, CI rauf, SVHS, CVBS, PC, Optical út, heymartólstengi. iPod vögg ofl.

Panasonic

TILBOÐ ▶ **79.990**

FULLT VERÐ kr. 99.990



Dantax 32LCDVD92
32" HD LCD SJÓNVARP með WXGA 1366x768p upplausn, 10.000:1 skerpu, innbyggðum DVB-T móttakara, 40w stereó hljóði, 2x HDMI, 2x Scart, VGA tengi, ofl.

Dantax

TILBOÐ ▶ **74.990**

FULLT VERÐ kr. 79.990



Finlux 37FLX850UD
37" HD LCD SJÓNVARP með DVB-T með 1366x768p upplausn, 20000:1 skerpu, stafr. DVB-T móttakara, 2x Scart, 2x HDMI, VGA, S/PDIF D-Coaxial, heymartólstengi og CVBS tengi ofl.

FINLUX

TILBOÐ ▶ **109.990**

FULLT VERÐ kr. 119.990



Sjónvarpsmiðstöðin

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

Panasonic
ideas for life

Á ÍSLANDI

UMBOÐSMENN UM LAND ALLT ▶ REYKJAVÍKURSVÆÐIÐ: Hagkaup, Smáralind. VESTURLAND: Hjólsmjón, Akranesi. Hagkaup, Borganesi. Samkaup, Borganesi. Blómsturvellir, Hellissandi. Skipavík, Stykkishólmi. VESTFIRDIR: Kaupfélag Steingrimsfjarðar, Dranganesi. Samkaup, Ísafirði. NORÐURLAND: KF Steingrimsfjarðar, Hólmavík. KF V-Húsvetninga, Hvammstanga. Smárabær, Blönduósi. Skagfirðingabúð, Sauðárkrúki. Hagkaup, Akureyri. Heimilistæki, Akureyri. Öryggi, Húsavík. AUSTURLAND: Samkaup, Egilsstöðum. Kauptún, Vopnafirði. KF Héraðsbúá, Seyðisfirði. Sparkaup, Fáskrúðfirði. Nettó, Hófn Hornafirði. SUÐURLAND: Mosfell, Hellu. Fosfar, Selfossi. Geisli, Vestmannaeyjum. REYKJANES: Heimilistæki, Reykjanesbæ. Hagkaup, Njarðvík.