

11. MAÍ 2012

# Lífið

NEXT TOP MODEL  
Á ÍSLANDI

DORRIT ELSKAR  
ÍSLENSKA HÖNNUN

BAK VIÐ  
BÚÐARBORÐIÐ

## ÞETTA VERÐUR ÁFALL

INGA Á NASA, PÁLL ÓSKAR OG STEFÁN HILMARSSON  
UM ENDALOK SKEMMTISTAÐARINS NASA

FRÉTTABLAÐIÐ

> Lífið er á Vísí – [visir.is/lifid](http://visir.is/lifid)



**HVERJIR VORU HVAR?**

Fjöldi fólks lagði leið sína á Höfðatorg í vikunni sem leið. Á veitingahúsinu Happi mátti sjá Ástu Andrésar, Ásu Ninnu Pétursdóttur eiganda GK, Silju Hrund Einarsdóttur



fatahönnuð og Birnu Rún Gísladóttur gæða sér á hollustunni. Ingunn Helgadóttir, eða Systa, sem kennd er við KFC-veitinga-



húsakeðjuna, sat á Íslensku kaffistofunni ásamt eiginmanni sínum, Atla Einarsyni. Á veitingahúsinu Osushi í Borgartúni mátti sjá



fréttakonuna og hina nýbökuðu móður, Sigrúna Hilmarsdóttur, geislandi með mánaðargamlan son sinn ásamt héraðsdómslögmanninum Heiðrúnu Lind Marteinsdóttur.



**Lífið**

**UMSIJÓN**

Elly Ármanns elly@365.is  
Kolbrún Pálína Helgadóttir kolbrunp@365.is

Útgáfufélag 365 miðlar ehf.

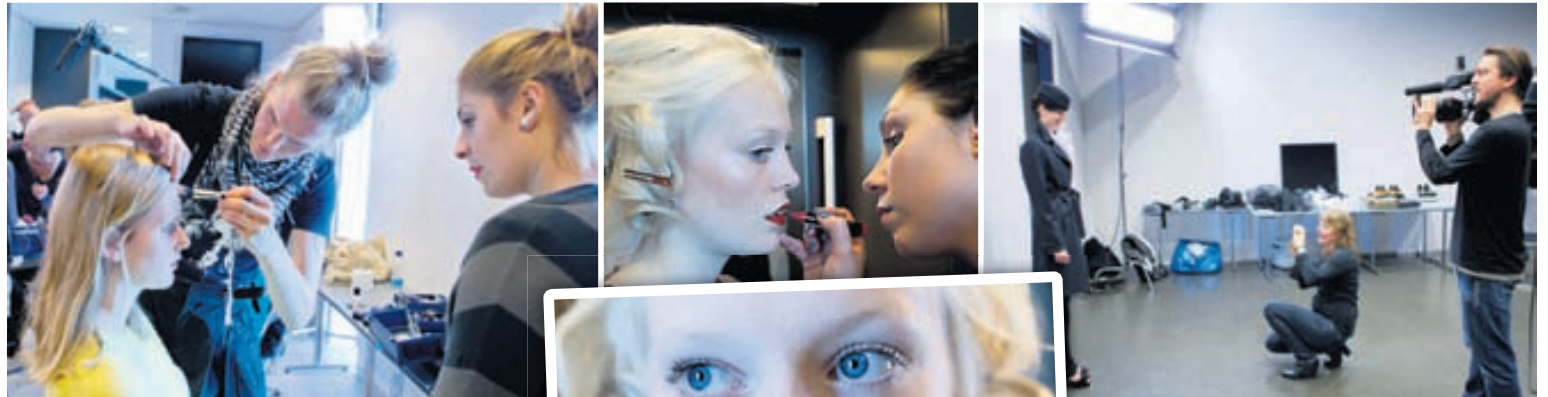
Forsíðumynd Valgarður Gíslason

Útlitshönnun Arnór Bogason

Auglýsingar Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is

Lífið Skaftahlíð 24,  
105 Reykjavík, sími 512 5000  
www.visir.is/lifid

Klæðnaður Ingu: GALLERÍ 17 og í einkaeigu, G.S. SKÓR Hár og önnur aðstoð: Halldóra Ágústsdóttir Förðun: Anna Björg Þorvaldsdóttir



**NEXT TOP MODEL Á ÍSLANDI**

„Það er okkur sönn ánægja að fá að taka þátt í þessu verkefni,“ segir Lilja Konráðsdóttir hjá Max Factor um samstarf snyrtivörumerkisins og sjónvarpsþáttaseríunnar Finlands Next Top Model. Einn þáttur úr seríunni var tekinn upp hér á landi í vikunni og tileinkaður Íslandi. Öllu var til tjaldað og útkoman var hin glæsilegasta.

„Steinunn Sigurðardóttir fatahönnuður sá um tiskusýninguna sem fram fór í Hörpunni. Einnig komu stúlkurnar fram í flugfreyjueinkennisbúningum Icelandair frá upphafi starfsemi þess til nútímans og hitti það svo sannarlega í mark hjá flugfreyjukórnum sem kom og söng fyrir gesti.“

Lífið kíkta baksviðs á meðan undirbúningur tiskusýningarinnar stóð sem hæst og fylgdist með. Ísak Freyr sá um förðun og Theodóra Mjöll Skúladóttir Jack um hárið.

Sjá má fleiri myndir af viðburðinum á Facebooksíðu Max Factor á Íslandi.



MYNDIRVILHELM

**Mikið úrval reiðhjóla af öllum gerðum fyrir dömur, herra og börn**

Markið er sérhæfð sportvöruverslun. 30 ára reynsla og þekking starfsmanna skapar Markinu sérstöðu á sínu sviði.

**ALLIR ÖRUGGIR ÚT AÐ HJÓLA**

Öll hjól eru yfirfarin á verkstæði Marksins, einu fullkomnasta hjólaverkstæði á Íslandi.



www.markid.is • sími 517 4600 • Ármúla 40

**DORRIT HRIFIN AF SPUNADÍS**

Dorrit Moussaieff mætti á sýninguna Handverk og hönnun í Ráðhúsinu á laugardaginn. Hún sýndi hönnun Þórdísar Jóhannsdóttur Wathne, sem á og rekur Spunadís, mikinn áhuga en Þórdís handgerir fallett hálskraud sem vakið hefur athygli hjá íslenskum konum.



Dorrit matar hönnun Þórdísar.



„Ég var að sýna hönnunina mína, Spunadís. Þetta eru bæði hálsmen og kragar fyrir konur á öllum aldri. Viðtökurnar voru frábærar enda gera þessir fylgihlutir mikið fyrir annars láttlausar flíkur. Dorrit á tvo hluti eftir mig, bæði hálsmen og kraga. Hún sýndi sýningunni mikinn áhuga, hitti hönnuði og spjallaði við þá. Hún kom við hjá mér og lýsti ánægju sinni á hönnun minni og sagðist hafa notað hana við mörg tilefni. Það er auðvitað mikilvægt fyrir íslenska hönnuði að finna þennan áhuga,“ segir Þórdís hæstánægð yfir áhuga forsetafrúarinnar.





# Tiltekt



MEÐ  
50% AFSLÆTTI:

**GRAND  
PRIX**

VERÐ 29.800,-KR  
(SÉRVALDIR LITIR)

Við tökum til og bjóðum valdar vörur  
á stórlækkuðu verði.

## Lokahelgin!

FRITZ HANSEN, ROSENDAHL,  
STELTON, ERIK JORGENSEN,  
MARIMEKKO, KNOLL, ARTIFORT,  
OG ALLIR HINIR



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

## 15-70% AFSLÁTTUR

Opnunartímar:

fim-fös: 10.00 - 18.00

laugardag: 11.00 - 16.00



**MAC KYNNIR:**

Línan er skemmtileg, ögrandi og björt. Í línunni eru fallegir augnskuggar sem koma tveir saman í settum, bjartir og fallegir varalitir, glossar sem eru mjúkir og nærandi fyrir varinar. Sexý augnblyantar í ljós fjólubláum, bláum, dökk fjólubláum og svörtum.

LÍNAN FÆST EINGÖNGU Í MAC KRINGLUNNI.



**Geir Ólafsson lauffléttur**  
SÖNGVARINN BAUD MÓÐUR LINDU UPP Í DANS.



**Foreldrar Lindu**  
PÉTUR OLGEIRSSON OG ÁSA D. HÓLMGEIRSDÓTTIR.



**Linda og Kolbrún**  
KOLBRÚN ER MÓTTÖKUSTJÓRI  
BAÐHÚSSINS.

# GLAMÚR & GLEÐI

Sjá nánar á [visir.is/lifid](http://visir.is/lifid)

Gleðin var við völd á árshátíð Baðhússins á Hótel Borg um síðustu helgi. Skemmtiatriðin voru af dýrari gerðinni og gleðigjafinn Logi Bergmann sá til þess að allir skemmtu sér konunglega.



**Sætir snyrtifræðingar**  
FRÍÐA KRISTJÁNSDÓTTIR OG  
KRISTÍN SIGURJÓNSDÓTTIR



**Logi Bergmann í stuði**  
VEISLUSTJÓRINN KLIKKADI EKKI  
FREKAR EN FYRRI DAGINN.



**Hljómsveitin**  
ÓLÖF JARA BAÐHÚSDAMA TIL  
MARGRA ÁRA HÉLT UPPÍ STUÐINU.

# HURRAW!

## VARASALVI

- Hráfæði  
- Engar dýraafurðir  
- Lífrænt vottað

Pú getur treyst því að allt hráefni í HURRAW varasalvanum er náttúrulegt og upprunnið hjá viðurkenndum bændum, og framleiðendum

- Nærandi
- Mýkjandi
- Endingargóður
- Bráðnar ekki í buxnavasa
- Hráfæði (við borðum hann á endanum)

náttúrulega

**heilsuhúsið**

Fæst í Heilsuhásnu!

Laugavegi, Kringlunni, Smáratorgi, Lágmúla, Akureyri, Selfossi og Reykjanesbæ

Mind Xtra  
**OUTLET**  
ÚTSALA  
2 VERÐ

1990 • 2990  
Einnig stelpufatnaður fyrir 4-12 ára.

Vorum að taka upp mikið úrval af stelpufatnaði 4-12 ára

**MIND**  
Smart verslun fyrir konur - Firði Hafnarfirði  
Sími 534 0073

Erum við hliðina á Herra Hafnarfirði á 2. hæð.

**FJÖRÐUR**  
[www.fjordur.is](http://www.fjordur.is)



## AUGLÝSING: BIANCO KYNNIR



Þessir fallegu skór prýða ef-  
laust einhverja blómá-  
rósina í sumar. Elísabet  
segir tiskuna  
verða fjölbreytta  
í sumar.



Þessar flottu töskur eru hluti af nýrri fylgihlutalínu  
Biancos.



Heitustu litirnir í sumar verða meðal annars skær-  
ir: bleikir, myntugrænir og bláir.

Skór með fylltum hæl verða áfram í tisku í sumar.

# GLAMÚR, GLIMMER OG SKÆRIR LITIR

Bianco hefur opnað nýja og endurbætta verslun í  
Kringlunni. Þar er hægt að fá skó, skart og alls kyns  
fylgihluti í miklu úrvali.

Mæðgurnar Elísabet Guðmundsdóttir og Guðfinna Helga Þórðardóttir eru  
nýr eigendur skóbúðarinnar Bianco í Kringlunni.

„Við erum á sama stað og áður en erum búnar að gera búðina algjörlega  
upp og breyttum henni mikið. Við erum komnar með nýjar vörur og ætlum  
að vera með mikið flæði í búðinni. Svo fáum við nýjar vörur á tveggja vikna  
fresti þannig að það verða alltaf einhverjar nýjungar,“ segir Elísabet.

Bianco býður nú ekki einungis upp á skó heldur einnig töskur, skart og aðra  
fylgihluti. „Við erum með mikið úrval af skartgripum og tösukum og alls kyns  
aðra fylgihluti svo sem naglalökk og fleira. Svo viljum við leggja áherslu á  
að Bianco er líka búð fyrir herra. Við erum með fallega herralínu og miðum  
alls ekki að einhverjum ákveðnum hópi. Hér ættu bæði karlmenn og konur  
á öllum aldri að geta fengið skó við sitt hæfi á sanngjörnu verði.“

Elísabet segir sumarið í skótískunni verða litríkt. „Það verða glamúr-  
hæla-skór og sumarsandalar og allt þar á milli. Háir hælur eru inni og fylltu hæl-  
arnir eru enn í gangi. Litirnir verða meðal annars skærir: bleikir, myntugrænir  
og bláir. Tiskan verður mjög fjölbreytt og nánast allt í gangi.“

Elísabet hefur lengi unnið hjá Bianco og þekkir verslunarkæðjuna því vel.  
Þær mæðgur fóru til Danmerkur í skoðunarleiðangur þar sem þær litu á  
aðrar Bianco-verslanir áður en þær réðust í endurbæturnar á búðinni í

Kringlunni. „Bianco er stór keðja verslana og því  
mikið að gerast og alltaf einhver þemu í gangi.  
Nú erum við að fara af stað með partýþema og  
verða ýmis skemmtilegheit í kringum það,“ segir  
Elísabet. Hún segir þær mæðgur fyrst og fremst  
leggja áherslu á góðar vörur, sanngjarnt verð,  
góðan anda og góða þjónustu.“

➤ Sjá nánar á [visir.is/lifid](http://visir.is/lifid)



Bianco er líka fyrir strákana og býður  
verslunin upp á fallega herra-  
skólínu.

Mikill glamúr  
verður í tiskunni  
í sumar og þessir glim-  
merhæla-skór hitta  
beint í mark.



Bianco býður nú upp á alls kyns fylgi-  
hluti, naglalökk, töskur og skartgripi.



Mæðgurnar Elísabet Guðmundsdóttir og Guðfinna Helga Þórðardóttir eru nýr eigendur Bianco í Kringlunni.

MYNDIR/VALLI



Búið er að gera Bianco algjörlega upp og breyta versluninni mikið.



Mæðgurnar í Bianco leggja fyrst og fremst áherslu á góðar vörur,  
sanngjarnt verð, góðan anda og góða þjónustu.“





**Gleðin við völd**  
ÞÓRUNN HÖGNA, HEIÐA EIGANDI  
OG KATRÍN BRYNJA.



**Brosmyndar**  
MAGNEA OG ÁGÚSTA.



**Fögur fljóð**  
HJÖRDÍS, INGA LIND, HANNA LILJA OG HALLA.



**Tvær flottar**  
SISSA OG ERLA.

# KÁTAR Á KONUKVÖLDI

Lífsstílsverslunin **Myconceptstore.is** í eigu Heiðu Bjargar Bjarnadóttur hélt á dögunum glæsilegt konukvöld. Boðið var upp á freyðivín, jarðarber og kjarakaup. Hver glæsikonan af annari lét sjá sig og óhætt að segja að stemningin hafi verið góð.

Verslunin, sem er einnig netverslun, byggir á hlutum sem gleðja augað, fegra heimilið eða gera eitthvað skemmtilegt fyrir þig og þína.

➤ Sjá fleiri myndir á [visir.is/lifid](http://visir.is/lifid)



**Smart í opnun**  
MAGNEA LILJA ÞORGEIRSDÓTTIR.



**Litríkar**  
HULDA PÉTURSDÓTTIR, AUBUR EINARS,  
GRÉTA HLÖDVERS OG HLÍN SVERRISDÓTTIR.



**Fjölbreytt úrval**  
LILJA VALSDÓTTIR.

## DAGUR Í LÍFI ELÍSABETAR ÁSBERG LISTAKONU



### ELÍSABET ÁSBERG LISTAKONA



**7.15** Vakna og kem Samúel syni mínum í skólann. Þar sem ég er búin að flytja vinnustofuna mína heim þá er ég mikið heima sem mér finnst yndislegt. Er voða heimakær. Eftir skutlið í skólann fæ ég mér svo ljúffengt kaffi. Fer svo yfir póstin minn í tölvunni. Þegar maður vinnur sjálfstætt þá geta dagarnir verið breytilegir.



**9.00** Mæti á vinnustofuna. Ég hef breytt vinnufyrirkomulagi mínu umtalsvert þar sem nú er ég ekki lengur með verslun og vinnustofan komin hingað heim, sem hentur mjög vel. Ég spara bæði bensín og tíma. Mér finnst gott að grípa í verkefni á kvöldin eða á nóttinni og finnst þá forréttindi að geta bara skottast niður á vinnustofuna á neðri hæðinni þegar eitthvað flæðir inn í kollinn á mér.



**12.00** Hádegji nota ég yfirleitt í útréttingar eða í ræktina. Í dag kom vinkona mín og við fórum í göngu um hverfið. Við búum hérna rétt við Elliðavatn sem er eins og sveit í borg. Eftir gönguna bauð ég henni heim í ferskt salat.



**15.00** Eftir vinnu fer ég svo í kundalini-jóga. Hef stundað það síðastliðin fjögur ár. Þetta er orðið partur af lífi mínu. Það gefur mér svo mikla innri ró og frið. Síðan ég byrjaði að stunda kundalini jóga hefur líf mitt breyst til hins betra. Held að það stafi af því að ég fór virkilega að hlusta á mitt innsæi. Það er svo mikilvægt að róa hugann.



**20.15** Komin aftur á vinnustofuna. Núna er ég að klára eina pöntun og mun líklegast vera hérna lengur en ég ætlaði mér. Það er svo auðvelt að ilengjast í því sem manni finnst skemmtilegt.



**23.30** Þar sem sólin er farin að sýna sig á kvöldin langar mann helst til að vaka allan sólahringinn. En það er víst ekki hægt svo ég leggst til svefns og býð góða nótt. Munið að sofa ávallt með gleði í hjarta og þakka fyrir daginn. Verið ánægð með afrek dagsins og hlakkið til þess sem næsti dagur hefur upp á að bjóða.

Heimasíða Elísabetar: [www.asberg-design.com](http://www.asberg-design.com)

## LEIÐSÖGU SKÓLINN

### ALMENN LEIÐSÖGN OG GÖNGULEIÐSÖGN

# Draumastarfið í draumalandinu Kannt þú erlend tungumál?

Ef þér finnst gaman að ferðast um Ísland og umgangast erlenda ferðamenn þá gæti leiðsögunám verið fyrir þig.

Leiðsögunám er fjölbreytt og skemmtilegt og getur opnað dyr að áhugaverðu og krefjandi starfi.

**WWW.MK.IS**  
Leiðsöguskólinn sími: 594 4025

INNTRITUN STENDUR TIL 31. MAÍ



**MENNTASKÓLINN Í KÓPAVOGI**

HÓTEL- OG MATVÆLASKÓLINN FERÐAMÁLASKÓLINN LEIÐSÖGUSKÓLINN





## AUGLÝSING: TE &amp; KAFFI KYNNIR



„Við setjum fjóra nýja ferska sumardrykki á markað í dag, föstudag,“ segir Kristín María Dýrfjörð, markaðsstjóri hjá Te og kaffi.

MYND/VILHELM

# SYNDSAMLEGA GÓÐIR SUMARDRYKKIR Í SÓLINNI

Mikil sprenging varð í sölu kaldrar sumardrykkja hjá Te og kaffi síðasta sumar. Í ár verða fjórir svalandi sumardrykkir kynntir til sögunnar sem bætast við flóru eldri vinsælli drykkja.

Kaffihúsakeðjan Te og kaffi hefur um árabil selt vinsæla kalda kaffi- og tedrykki. Það var þó ekki fyrr en síðasta sumar sem fyrirtækið fór í sérstakt markaðsátak til að kynna sumardrykki sína. Kristín María Dýrfjörð, markaðsstjóri fyrirtækisins, segir þau leggja meiri áherslu á sumardrykkina þegar sól hækkar á lofti. „Við setjum fjóra nýja og ferska sumardrykki á markað í dag föstudag. Að sjálfsögðu bjóðum við svo upp á aðra sumardrykki sem hafa notið vinsældar á síðustu árum,“ segir Kristín. Hún segir Te og kaffi hafa aukið við drykkjarúrvalið síðastliðin ár og jafnframt reynt að stíla úrvalið inn á hvern árstíma. Þannig sé aukið úrval heitra drykkja yfir veturinn á meðan kaldari drykkir fái meira pláss yfir sumartímann. „Við bjóðum áfram upp á vinsæla drykki fyrir ára eins og pippóinn. Kaffibarbjónar okkar höfðu ekki undan við að framreiða hann síðastliðið sumar. Einnig má nefna lakkrisfrappó og allt ísteið okkar,

til dæmis hvíta ísteið, sem er ríkt af andoxunarefnum, græna teið og ávaxtateið. Svo er alltaf í boði að fá rjóma og karamellu- eða súkkulaðisósu á frappóinn.“ Kristín segir viðskiptavinum hafa tekið mjög vel í sumardrykkina. Fjölskyldum þykir til dæmis sérstaklega skemmtilegt að mæta á kaffihúsin þegar allir fjölskyldumeðlimir geta fundið sér drykki við hæfi.

#### Heilsubomba sumarsins

Te og kaffi hefur selt matcha-latte yfir vetrartímann. Sá drykkur hefur verið mjög vinsæll og því fannst þeim upplagt að búa til kaldan matcha-frappó. Kristín segir drykkinn innihalda matcha-telaufin sem teljist til ofurfæðu.

„Matcha-te er framleitt úr há-gæða japönskum telaufum. Laufin innihalda 10-15 sinnum fleiri næringarefni en annað grænt te og margfalt fleiri andoxunarefni en til dæmis bláber, spínat og spergillkál.“ Kristín segir matcha-te innihalda allt telaufið en ekki seyði te-

laufanna eins og önnur græn te. „Matcha-frappó er uppáhalds-drykkurinn minn í dag enda er mér umhugað um allt sem er hollt og gott.“

#### Synsamlega góður drykkur

Sumardrykkurinn í ár verður án efa oreo-frappó,“ segir Kristín. Eins og nafnið gefur til kynna er drykkurinn meðal annars búinn til úr hinum vinsælu Oreó-kexkökum. Hún segir drykkinn vera synsamlega góðan. „Oreo-kexið passar alveg einstaklega vel með kaffinu. Ef ég vil gera vel við mig fæ ég mér svona drykk.“

Hún segir drykkinn verða enn betri sé rjóma og súkkulaði- eða karamellusósu bætt við hann.

#### Ljúffengur brennsludrykkur

Oolong-te hefur verið kallað megrunarte. Að sögn Kristínar eykur það fitubrennslu og auðveldar meltingu. Hingað til hafa margir kælt teið og tekið með sér í líkamsræktina.

„Okkur langaði til að kynna betur hollustu tesins í gegnum sumardrykkina svo Daníel, sem er kaffibarbjónn hjá okkur, bjó til þennan snilldardrykk. Oolong- og engifer-smoothie er því mjög hollur og góður sumardrykkur enda bættum við pressuðum engifer út í hann ásamt mangó- og epla-smoothie. Virkilega ferskur og svalandi drykkur.“

#### Krydduð sumargleði

Te og kaffi hefur í langan tíma boðið upp á chai-latte sem er heitur kryddaður tedrykkur. Fyrir sumarið var ákveðið að bjóða upp á kaldan chai-tedrykk og úr varð chai-frappó. Kristín segir marga sem smakkað hafa heita drykkinn telja að um kaffidrykk sé að ræða. „Þeir sem elska chai-latte munu kunna vel að meta þennan drykk.“

➤ [Sjá nánar á visir.is/lifid](http://Sjá_nánar_á_visir.is/lifid)



#### MATCHA FRAPPÓ

Inniheldur: Matcha-te, ísmola og síróp.



#### OOLONG & ENGIFER SMOOTHIE

Inniheldur: Formosa oolong-te, engiferskot og epla- og mangó-smoothie.



#### CHAI FRAPPÓ

Inniheldur: Chai-teblöndu, ísmola, mjólk og síróp.



#### OREO FRAPPÓ

Inniheldur: kaffi, ísmola, Oreó kexkökur og mjólk.



#### KARAMELLU FRAPPÓ

Hinn sívinsæli karamellufrappó svikur engan. Í honum er kaffi, ísmolar, síróp, rjómi og karamellusósa.





# ÞETTA VERÐUR ÁFALL

## INGIBJÖRG ÖRLÝGSDÓTTIR

**ALDUR:** 45 ára.

**HJÚSKAPARSTAÐA:** Einhleyp í þessum rituðu orðum.

**BÖRN:** Hundurinn Bono.

**LÍKAMSRÆKTIN?** Tabata í Sporthúsinu og langar göngur.

**DEKRÍÐ?** Gott andlitsbað er það besta sem ég veit um.

**TÍMARITÍÐ?** HELLO.

**HEIMASÍÐAN?** nasa.is

**SJÓNVARPSÞÁTTURINN?** Top Model.

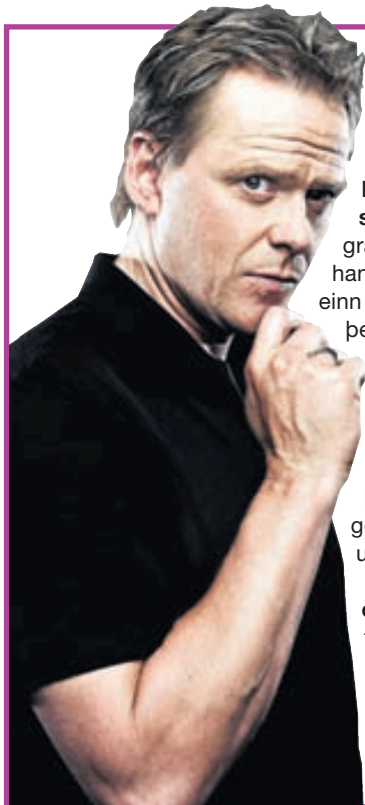
**VEITINGASTAÐURINN?** Fer sjaldan út að borða, en fór með Páli Óskari um daginn á Grillmarkaðinn og við gáfum staðnum fullt hús stiga.

Hún er næturdrottning ef svo má að orði komast. Hún hefur í það minnsta staðið vaktina á NASA í rúman áratug og notið hvers dags og hverrar nætur í starfinu. Nú, þegar starfsemi þessa farsæla skemmtistaðar er að ljúka, fannst Lífinu viðeigandi að setjast niður með Ingu á Nasa eins og hún er kölluð og ræða farinn veg.

**Hver er Inga á Nasa?** Ég er bara ósköp venjuleg íþróttastelpa úr Vesturbænum sem gat aldrei verið kyrr. Ég hafði ekki einu sinni tíma til að bíða eftir strætó og fór heldur frá Reynimel niður í bæ á handahlaupum.

Ég varð snemma ábyrgðarfull og var byrjuð að passa börn aðeins níu ára gömul. Peningar urðu strax eitthvað sem skipti mig miklu máli og ég reiknaði allt út frá því hversu margar gallabuxur ég gæti keypt.

**Hvað dreymdi þig um að verða þegar þú yrðir stór?** Ég ætlaði alltaf að verða ballettdansari eða húsmóðir en, ótrúlegt en satt, gekk hvorugt eftir. Ætli ég hafi nokkuð verið með það á hreinu þar sem ég var alltaf að fá nýjar hugmyndir og prófa eitthvað nýtt. Það er í það minnsta ekki hægt að segja að ég hafi verið rólegt barn, ég var alltaf á fullu.



## STEFÁN HILMARSSON

Staður með áru og sál

**Hvernig líður þér með það að nú sé skemmtistaðurinn Nasa allur?** Mér finnst grábólvað að sjá á eftir þessum sal. Bæði á hann sér nokkuð merka sögu og er auk þess einn fárra á landinu með áru og sál sem hæfir þeim sveittu og heitu samkomum sem standandi popptónleikar eru. Salurinn hefur í senn eiginleika félagsheimilis og klúbbs, hann er hæfilega „smooth“, en einnig temmilega röff, þó ávallt þrifalegur og aldrei sjoppulegur, Inga hefur séð til þess. Og hún hefur um langt skeið verið besti vertinn í bransanum, gerir alltaf vel við sína listamenn, er sannkallaður höfðingi heim að sækja.

**Hvað þýðir þetta fyrir tónlistarmenn eins og þig, Sálina, Gus Gus og fleiri?** Fyrir utan fyrrnefnda kosti þá er stærðin lykilatriði. Nasa hentar vel fyrir 600-800 manna samkomu, sem passar Sálinni ágætlega. Í fljótheitum man ég ekki eftir einum sal í Reykjavík af þessari stærð, allra síst í eða við miðbæinn, hvað þá sal sem geymir álíka andrúmsloft.

Það verður því vont að missa Nasa út af kortinu, ekki aðeins fyrir okkur, heldur fleiri sjúðu bönd. Svo ekki sé minnst á viðburði eins og Iceland Airwaves.

**Er einhver staður á Íslandi sem er sambærilegur Nasa í augnablikinu.** Það má nefna Spot í Kópavogi, það er prýðilegt samkomuhús, en þó er andinn þar mjög ólíkur andanum á Nasa. Harpa er fín fyrir sinn hatt, en salirnir, aðstaðan og andrúmsloftið eru bara allt annars eðlis en á Nasa, það er alls ekki sambærilegt. Svo ekki sé minnst á háan kostnað sem fylgir tónleikahaldi í Hörpu, sem er kapituli út af fyrir sig.

Auðvitað er undirliggjandi ástæða endaloka Nasa sú að rekstur slíks staðar hefur verið að þyngjast, sér í lagi eftir að Harpa kom til skjalanna. Bransinn er einnig orðinn „fragmentaðri“ en áður var, með síaukinni miðlun hafa opnast fleiri leiðir fyrir hljómsveitir til að koma sér á framfæri, sem er gott og blessað. Og á meðan þær sveitir eru að byggja upp áhængendahóp, þá hentar þeim að spila á 200-300 manna stöðum, sem töluvert er til af. En þegar vinsældirnar taka að aukast er orðið í færri svöl og sveitt hús að vanda.

## LEIÐSÖGU SKÓLINN

### ALMENN LEIÐSÖGN OG GÖNGULEIÐSÖGN

## Draumastarfið í draumalandinu Kannt þú erlend tungumál?

Ef þér finnst gaman að ferðast um Ísland og umgangast erlenda ferðamenn þá gæti leiðsögunám verið fyrir þig.

Leiðsögunám er fjölbreytt og skemmtilegt og getur opnað dyr að áhugaverðu og krefjandi starfi.

WWW.MK.IS

Leiðsöguskólinn sími: 594 4025

INNTRITUN STENDUR TIL 31. MAÍ



MENNTASKÓLINN Í KÓPAVOGI

HÓTEL- OG MATVÆLASKÓLINN

FERÐAMÁLASKÓLINN

LEIÐSÖGUSKÓLINN





**Hvernig unglingur varstu?** Ég var snarvitlaus unglingur, sem vildi vaka fram eftir nóttu en tókst það aldrei þar sem líf mitt snerist nánast alfaríð um íþróttir. Ég keppti meðal annars í sundi og frjálsum í nokkur ár en sneri mér svo meira að langhlaupum og hjóp í mörg ár alla daga, hvern einn og einast dag ársins.

Ég var svolítill pönkari á unglingsárunum og klæddist eftir því þar til einn góðan veðurdag að ég ákvað að gerast diskópían sem ég er í dag.

**Hvernig kom það til að þú fórst í skemmtanabransann?** Ég slysaðist alveg óvart inn í skemmtanabransann er ég fluttist heim eftir dvöl mína á Ítalíu þar sem ég hafði búið í nokkur ár og verið gift ítölskum manni.

Ég hóf ferilinn á Óðali, sem þá var skemmtistaður en breyttist síðar í stríppstað. Ég tók verkefnið föstum tökum og rak staðinn af mikilli ástríðu, vann dag og nótt og hafði heilmikið upp úr því. En skömmin og umtalið var alltaf skammt undan.

Premur árum síðar kom svo tilboð sem ég gat ekki hafnað og ég fann að ég var komin með delluna og það varð ekki aftur snúið. Það er mikil spennan í kringum svona rekstur og erfitt að halda sig frá honum þegar maður hefur kynnst honum.

Það var svo árið 2001 að við Garðar Kjartansson opnuðum Nasa.

Við áttum Nasa til ársins 2006. Þegar við svo seldum staðinn ætlaði ég að vera nýjum eigendum inn-ahandará en endaði með því að taka Nasa aftur yfir níu mánuðum síðar.

**Hefur alltaf verið jafn gaman öll þau ellefu ár sem þú hefur verið viðloðandi staðinn?** Mér hefur alltaf fundist jafn gaman að reka Nasa, já, og ég hef alltaf fílað mig í botn í þessari vinnu.

**Hvað stendur upp úr þegar þú horfir til baka?** Það er mér erfitt að nefna eitthvað eitt sem stendur upp úr. Í heildina er þetta búið að vera mjög gefandi og skemmtilegt í alla staði og ég hef kynnst ótrúlega mörgu flottu fólki. En ég get sagt það að spennan við að bóka gott „gigg“ og undirbúa það er ólýsanleg. Ég fæ alltaf stórt fjörlíði í magann fyrir Eurovision, Gay-pride og Airwaves af spenningi.

**Hafa margar erlendar stórstjórnur kíkt við í gegnum árin?** Stærstu stjórnurnar eru líklega Harrison Ford og Kiefer Sutherland sem eyddi hér heilum degi og fór meðal annars út að pissa með hundinn minn hann Bono. Svo fékk hann að afgreiða aðeins á barnum um kvöldið sem honum fannst ekkert lítið skemmtilegt. Hann bauð mér svo í nokkur party en ég sagði alltaf nei takk. Hann brosti bara og sagði „I know, you are a smart girl“.

**Er einhver ein hljómsveit eða listamaður sem stendur þér sérstaklega nærri eftir öll þessi ár?** Mest og best hef ég líklegast kynnst Sálinni hans Jóns míns, Gus Gus og Páli Óskari. Samstarf við þessa tónlistarmenn hefur verið eins og góð hjónabönd eiga að sér að vera og mér þykir einstaklega vænt um allt þetta tónlistarfólk. Páll Óskar hefur á þessum tíma til dæmis orðið einn af mínum bestu vinum. Við höfum ferðast saman til útlanda, farið á tónleika með Madonnu og fleira. Einnig erum við Stefán Hilmarsson mjög góðir vinir eftir allt samstarfið. Krakkarnir í FM Belfast og Retro Stefson eru alveg yndislegir, sömu-leiðis strákarnir í Diktu og svona gæti ég haldið áfram að telja...

**Það liggur fyrir að starfsemi Nasa verði lögð niður, hvernig liður þér með það?** Það er óhætt að segja að ég muni sakna Nasa enda hefur þetta verið mitt líf í rúman áratug. Svona í hreinskilni sagt, þá verður þetta án efa áfall allt saman.

Bara það að ganga inn í salinn fyllir mig alltaf gleði og góðum anda. Ég á eftir að sakna allra tónlistarmanna, starfsfólksins sem hefur starfað hérna hjá mér í mörg mörg ár og sumir hverjir frá upphafi. Svo bara allra sem sækja NASA. Þess að kíkja út á Austurvöll og sjá lífið í beinni; alþingismenn, útigangsmenn og allt þar á milli. Sýna mig og sjá aðra.

**Hverjar eru ástæður þess að staðurinn fær ekki að lifa áfram?** Ástæða þess að Nasa er lokað er sú að til hefur staðið lengi hjá eiginandanum Pétri Þór Sigurðssyni, hæstaréttarlögmanni að byggja hótél

á þessum reit. Hann keypti jú þennan reit með því hugarfari.

**Hefurðu reynt að telja honum hughvarf?** Við Pétur Þór höfum átt ágætis samstarf alla tíð. Það má eiginlega segja að við séum sammála um að vera ósammála hvað varðar þetta fallega hús.

Í hvert skipti sem hann kemur í te, röltum við einn hring og ég tala um góðu andana í húsinu. Hann brosir þá bara til mín og segir: „þú ert ágæt.“

Það ber að sjálfsgöðu að virða

## Framhald á síðu 10

### SIX KYNIR:



**HÁRBAND MEÐ FJÖÐRUM**  
995 kr.

SIX KRINGLUNNI OG SMÁRALIND



**STRANDATASKA**  
1.195 kr.

SIX KRINGLUNNI OG SMÁRALIND



Gríptu með þér Floridaana. Morgunsafi, Heilsusafi, Appelsínusafi og Sumarsafi frá Floridaana eru 100% hreinir ávaxtasafar framleiddir úr úrvals hráefnum og innihalda engan viðbættan sykurl. **Fáðu þér Floridaana og lifðu vel.**

**Florida**  
LIFDU VEL!



**Framhald af síðu 8**

Það að hann á jú húsið með byggingarréttinum – þannig var honum seld þessi eign upp-haflega.

Hitt er svo annað mál hvort ríkið og borgin hefðu átt að selja reit með byggingarrétti á í miðbæ Reykjavíkurborgar við torg almennings, en það er ekki við hann að sakast um það.

Reyndar má segja að hann hafi verið með ólíkindum þolinmóður í þessu máli þar sem þetta stóð allt til fyrir mörgum árum en var hætt við vegna mótmæla.

Svo er auðvitað ekkert leyndarmál að kreppan hefur haft þau áhrif að æ erfiðara reynist fyrir tónleikahaldara að fylla húsið og þar af leiðandi að greiða aðstöðuleigu fyrir sínar uppákomur. Einnig hefur tilkoma Hörpunnar haft áhrif á rekstur staðarins.

Persónulega finnst mér hið versta mál og mikil synd að svona fallettur salur hverfi.

**Nú ertu kölluð Inga á Nasa. Hvað verður um Ingu á Nasa þegar ballinu lýkur?** Inga á Nasa verður friðuð, stoppuð upp og sett út á Austurvöll með Jóni Sigurðssyni þegar ballinu lýkur. En svona í fullri alvöru þá veit ég ekki hvað verður um mig, en eitt veit ég og það er að mig langar til að taka mér smá frí. Annars borgar sig að segja sem minnst, ætli ég verði ekki farin að gera eitthvað annað spennandi og skemmtilegt fljótlega.

**Þú hefur oft á tíðum vakið athygli fyrir fatnað þinn og útlit – seturðu mikla pressu á þig við að líta vel út sem andlit staðarins.** Ég hef alltaf frá því ég man eftir mér viljað vera flott klædd og ekki minnkaði það með tilkomu Nasa enda bara svo miklu skemmtilegra að vera klædd í stíl við hvert „gigg“.

**Hver verður hinna uppákoma NASA?** Staðnum verður lokað 1. júní næstkomandi og síðasta „gigg“ verður Eurovision-party Páls Óskars þann 26. maí.

**Eitthvað að lokum?** Það eina sem er öruggt er að það er ekkert öruggt.



**PÁLL ÓSKAR HJÁLMTÝSSON**

**Borgin á að kaupa Nasa**



**Hvernig líður þér með það að nú sé skemmti-staðurinn Nasa allur?** Mér líður auðvitað hræðilega. Það er ömurlegt að starfsemin í þessu fallega húsi fái ekki að halda áfram. Það er enn alvarlegra mál að það er ekkert svona hús að koma í staðinn. Engin lausn er í sjónmáli um hvað verður um alla þá viðburði sem Nasa hefur hýst. Gay Pride, Eurovision, Airwaves og ótal útgáfutónleikar hryntónlistarmanna eru í uppnámi. Þeir sem halda að þessir viðburðir séu allir á leiðinni í Hörpu, vita ekkert um hvað þeir eru að tala.

**Hvað þýðir þetta fyrir tónlistarmenn eins og þig, Sálina, Gus Gus og fleiri?** Þegar Nasa hverfur, mun koma stórt gat í tónlistarflutning hryntónlistar í Reykjavík. Ef borgarstjórn vill að þetta hótél risi, þá verður hún að sjá sóma sinn í því að finna lausn á þessu vandamáli, áður en bygging hótelsins hefst.

**Er einhver staður á Íslandi sem er sambærilegur Nasa í augnablikinu.** Nei. Nasa er einstakt húsnæði. Það er ekkert að koma í staðinn fyrir það.

Ég er með lausn á þessu. Borgin er að fara hér eftir deiliskipulagi Davíðs Oddsonar síðan á breiktímabilinu um 1985. Þá var samþykkt að hótél mætti rísa á þessum reit. Almennur á að krefjast þess að deiliskipulagi á þessum reit verði breytt, t.d með undirskriftalista. Þessi reitur á að vera eign almennings, ekki einkamál eins lóðareiganda. Húsfriðunarnefnd á að friða Nasa, ekki bara að utan, heldur líka innréttingarnar. Borgin á að kaupa Nasa og reka sem Félagsheimili Reykjavíkur, með svipaðri starfsemi og hefur verið á Nasa síðustu tíu ár. Slíkur rekstur getur allveg staðið undir sér. Svo mætti laga og fegra Landsímahúsið sjálft og gera það fallega að innan sem utan. Starfsemin í gamla Landsímahúsinu yrði svo auðvitað: Skrifstofur Alþingis, því Alþingi sárvantar húsnæði. Skrifstofutíma lýkur um svipað leyti og hljóðprufur hefjast inni á Nasa. Enginn mun trufla neinn. Borgin getur svo útvegað Péttri Þór Sigurðssyni aðra lóð undir hótelið sitt sem hann dreymir um að byggja.

**the PIER**

# SUMARGLEÐI

## í The Pier um helgina!

Veggskraut 6290.-

Nýjar sumarskálar!

3 stærðir frá 1190.-

Fallegur svefnsófi  
Frábært tilboð:  
**169.900.-**  
Var: 199.900  
Fæst í 3 litum

Sófinn rúmar tvo ásamt geymsluplássi

Mósaikborð **23.900.-**

Stóll **14.900.-**

Geitungagildir **890.-**

Flott tilboð í tilefni mæðradagsins!

Pottablóm frá 590.-

# the PIER

SMÁRATORGI 522 7860 • KORPUTORGI 522 7870 • GLERÁRTORGI 522 7880





Stjórnunar elska **EasyTone** en fyrir-sætan **Helena Christiansen** hefur notað **EasyTone** frá árinu 2010.



Leikkonan **Eva Mendes** notar **EasyTone**-skó. „Ég verð að nýta tímann sem best og þess vegna elska ég að fara í göngutúra með hundinn minn í **EasyTone**-skóm. Það er enn betra ef ég nota einnig **EasyTone**-fötin því þau móta líkamann. Skórnir eru líka mjög flottir en þeir eru nettir og líta út eins og venjulegir skó. Leikkonu er mjög mikilvægt að vera í góðu formi og **EasyTone** er leyndarmálið mitt.“

Loft flæðir milli púðanna í sólanum þegar stigið er niður. Það veldur ójafnvægi sem gefur auka ávinning við hvert skref. **Reebok EasyTone**-skórnir fást hjá **Útilífi** og hjá **Steinari Waage**.



# BYLTING Í SKÓM

## FLOTT LEIÐ TIL AÐ MINNKA FITUPRÓSENTU

**EasyTone**-skórnir frá **Reebok** hafa slegið í gegn hjá konum.

**Easy Tone**-skórnir frá **Reebok** eru þeir einu sinnar tegundar en með reglulegri notkun þeirra má minnka fituprósentu líkamans. Sérstakur sólinn er það sem gerir gæfumuninn en hann er sérhannaður svo örlítið ójafnvægi myndast þegar gengið er í skónum. Þetta ójafnvægi gerir það að verkum að meiri brennsla fæst út úr hverju skrefi þar sem öðruvísi átak verður á vöðva líkamans.

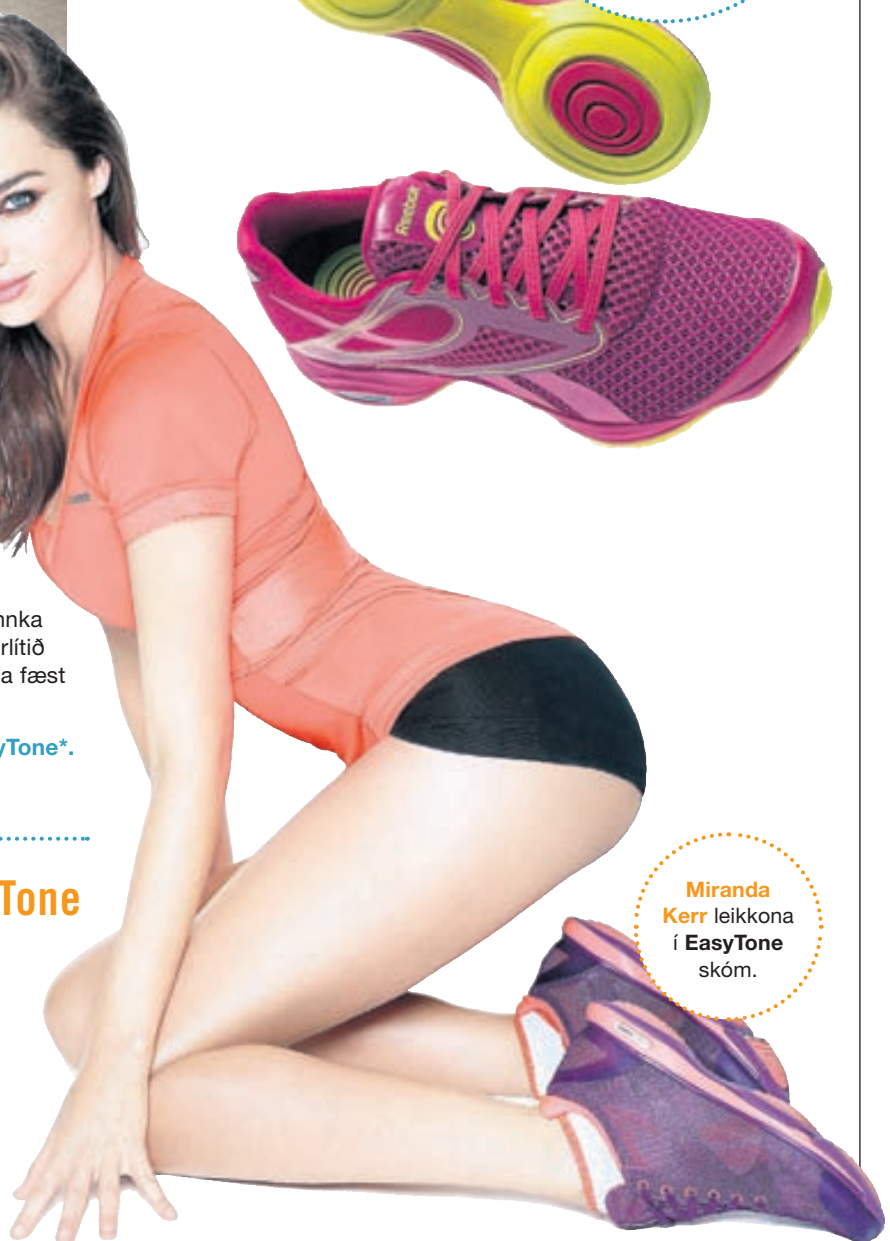
Hægt er að minnka fituprósentu að meðaltali um 2,5 prósent á 12 vikum með reglulegri notkun **EasyTone**\*

Þú færð meira út úr hverju skrefi í **EasyTone**.

### Samantekt sjálfstæðrar rannsóknar sem var gerð á **EasyTone**

Þátttakendur rannsóknarinnar gengu í 30 mínútur, 3 sinnum í viku í 12 vikur.

- Þær konur sem notuðu **EasyTone** sýndu töluverðan mælanlegan árangur í minni fituprósentu og samsvarandi aukningu á fitusnaðum vöðvamassa.
- Þær konur sem notuðu **EasyTone** minnkuðu fituprósentu líkamans 0,9 prósent meira en þær konur sem notuðu venjulega skó.
- Konurnar sem notuðu **EasyTone** minnkuðu fituprósentu að meðaltali um 2,5 prósent.
- Fitusnaður vöðvamassi jókst 0,9 prósent meira hjá þeim konum sem notuðu **EasyTone** en hjá þeim sem notuðu venjulega skó.
- Þær konur sem notuðu **EasyTone** urðu töluvert grennri eftir 12 vikur en þær sem notuðu venjulega skó.



**Miranda Kerr** leikkona í **EasyTone** skóm.

\* Niðurstaða 12 vikna sjálfstæðrar rannsóknar er að konur á aldrinum 22 til 29 ára sem notuðu **EasyTone** skó þrisvar sinnum í viku í kraftgöngu með þjálfara lækkuðu hlutfall líkamsfitu um 2,5 prósent að meðaltali. Þó svo að konurnar hafi ekki lést, þá þýðir lægri fituprósentu samsvarandi aukningu í fitusnaðum vöðvamassa. Niðurstöður geta verið misjafnar eftir einstaklingum. Rannsóknin náði ekki yfir **EasyTone+** og **EasyTone Too** skó.



## KASTANÍA KYNNIR:



### PLOMO O PLATA HÁGÆÐA SILKIKLÚTAR

Margar gerðir og stærðir.  
Verð 15.900 kr.

KASTANÍA HÖFÐATORGI



Hólið þessa vikuna fær **Berglind Björnsdóttir** ljósmyndari sem hlaut styrk úr Minningarsjóði Magnúsar Ólafssonar sumarið 2010 til að gera ljósmyndabók um íslenskar konur. Af-  
rakstur þeirrar vinnu er nú kynntur í Ljósmyndasafni Reykjavíkur með sýningunni „Kona“. Í myndasériunni leitast Berglind við að draga upp mynd af hinni íslensku nútímakonu. Hver er hún? Hvaðan kemur hún? Hverjir eru draumar hennar og langanir? Ljósmyndasýningin verður opnuð á morgun í Ljósmyndasafni Reykjavíkur.



## HAMINGJUHORNID Puríður Sigurðardóttir, söngkona og myndlistarmaður

### NÝTUR ÞESS AÐ VERA

**Hvað gerir þú til að tæma hugann eftir erfiða vinnuviku?**

Ég leita oftast út í náttúruna; fer ein í góðan göngutúr, rölti kannski á eitt fjall.

**Hvernig hleður þú batteriín?**

Í sveitinni okkar, Biskupstungum, þar sem við hjónin „eigum okkar andlega lögheimili“, eins og góður vinur orðaði það. Og fátt jafnast á við nokkurra daga hestaferð á fjöllum í góðra vina hópi til að endurnýja sig og hlaða batteriín.

**Hugleiðir þú eða notar þú aðrar aðferðir til að rækta hugann?**

Ég hef alla tíð leitað í að teikna eða mála til að kyrra hugann.

Í dag leita ég gjarnan í málverkið, ekki síst þegar ég mála myndefni sem ég þekki, eins og feld hrossa, sem ég hef verið að mála með öðru undanfarin ár. Ég gleymi stund og stað við að mála hár, fyrir hár, fyrir hár.

**Viltu deila með okkur uppáhaldshamingjumolanum þínum eða -tilvitnun?**

Uppáhaldshamingjumolinn minn þessa stundina er sonarsonurinn Haukur Helgi, sem er 15 mánaða. Tungumálið sem hann talar hefur að geyma það fallegasta og besta sem ég heyrir þessa dagana. Ég nýt þess sem er.



**FRÍÐA RÚN ÞÓRÐARDÓTTIR**  
næringarráðgjafi og næringarfræðingur

**ALDUR:** 42 ára

**HJÚSKAPARSTAÐA:** Í sambúði með Tómasi Hilmarí Ragnars

**BÖRN:** Katrín Hulda Tómasdóttir fædd 13. maí 2011



**SÓLEY ELÍASDÓTTIR**  
frumkvöðull og leikkona

**ALDUR:** 44 ára

**HJÚSKAPARSTAÐA:** Gift Hilmar Jónssyni leikstjóra

**BÖRN:** Fjögur dásamleg börn frá 21 árs til 7 ára.

www.maxfactor.co.uk

www.medico.is

**MAXFACTOR**  
THE MAKE-UP OF MAKE-UP ARTISTS

Max Factor á Íslandi



**NÝTT**

## FLIPSTICK VARALITUR

Nýr tvískiptur varalitur sem gefur fallegan gljáa og þrýstnari varir. Þú þekur varirnar með dekkri litnum og setur síðan ljósari litinn yfir og blandar þannig þinn eigin lit.

**Útsöluastaðir: Hagkaup:** Holtagörðum, Kringlunni, Skeifunni, Smáralind. **Lyf og Heilsa:** Austurverí, Eiðistorgi, Hringbraut og Kringlunni. Apótek Garðabæjar, Apótek Hafnarfjarðar, Árbæjarapótek, Garðsapótek, Lyfjaborg, Lyfjaver Suðurlandsbraut, Lyfjaval Bílaapótek, Ríma apótek, Snýrtivöverslunin Nana, Urðarapótek. **Landið: Lyf og Heilsa:** Glerártorgi, Hrísalundi, Hveragerði, Vestmannaeyjum, Þorlákshöfn. KS Suðárkróki.

# HVERNIG VERÐLAUNAR ÞÚ ÞIG?

**Hvernig verðlaunar þú þig þegar þú nærð markmiðum þínum?**

**SÓLEY:**

Ég kaupi mér eitthvað fallegt. Ég er algjör dekurrofa. Mér finnst ég mega leyfa mér það. Þá versla ég kannski fót. Ég elda jafnvel góðan mat og verðlauna mig með því að halda matarveislu heima fyrir alla.

**FRÍÐA:**

Fer í Blómaval og kaupa mér plöntu til dæmis Orikdeu eða eitthvað fallegt í garðinn okkar. Ég hef mikinn áhuga á garðrækt og blómum en vantar meiri tíma til að sinna því af alvöru. Ef ég vildi dekra við mig myndi ég segja að ég færi í nudd til Valdísar nuddarans míns.

**En þegar þú færð óvænt gleðitiðindi?**

**SÓLEY:**

Ég er svolítið þannig að ég læt alla vita. Ég er svolítið montin. Ég samgleðst og deili gleðitiðindunum með öðrum.

**FRÍÐA:**

Þá knúsa ég dóttur mína, maninn minn eða móður mína eftir því hver er næstur.

**Hugsar þú nógu vel um sjálfa þig?**

**SÓLEY:**

Stundum geri ég það. Ég borða yfirleitt hollan mat en mér finnst

skipta miklu máli að hann sé bragðgóður. Svo þarf að vökva sálina líka. Ég reyni að hitta vini mína og hreyfa mig. En ég er svo ofboðsleg tarnamanneskja. Leikarinn í mér vinnur alltaf í törunum. Ég myndi segja að ég hvíli mig ekki alveg nóg.

**FRÍÐA:**

Ég mætti sofa mun meira, en annars þá hugsa ég vel um mig, borða næringarríkan mat, og drekk nokkuð vel af vatni. Hreyfi mig á fjölbreyttan máta og er úti í hreina loftinu og sólinni þegar hún vill láta sjá sig.

**Hvaða persónulega markmiði náðir þú síðast?**

**SÓLEY:**

Ég var að komast inn með Sóley snýrtivörurnar í svakalega stóra keðju sem heitir Sunkost í Noregi. Þetta er ein af stærstu heilsbúðakeðjunum á Norðurlöndunum. Þetta eru yfir 90 búðir. En ég var að fá stóran dreifingaraðila þar. Sóley vörurnar eru núna komnar í dreifingu um allan Noreg.

**FRÍÐA:**

Ég náði markmiðinu að hlaupa þrjú keppnishlaup frá þriðjudegnum 1. maí til sunnudagsins 6. maí. Hérahlaup Breiðabliks 1. maí 10 km, Flugleiðahlaupið 7 km, 3. maí og Víðavangshlaup Íslands 6 km 6. maí. Ég náði einnig markmiðinu að sigra í fyrstu tveimur og ná öðru sætinu í Víðavangshlaupinu og varð þar að lúta í lægra haldi fyrir Arndísi minni í Fjölni.



POP UP  
ÚTSÖLUMARKAÐUR

LOKADAGAR

SPENNANDI MARKAÐUR...

í kjallara **evu**  
Laugavegi 26

EKKI MISSA AF ÞESSU!

60%  
afsláttur  
af öllum vörum

Opið alla helgina

fös 11-19, lau 11-18, sun 13-17

Merkjavörur frá:

KARAKTER  
KONUR

GS SKÓR

COMPANYS

Kultur  
menn

Kultur  
eva

GÆDA VÖRUR FRÁ: MALENE BIRGER | GERARD DAREL | PAUL SMITH | INWEAR | PART TWO | BRUUNS BAZAAR | TIGER OF SWEDEN  
KRISTENSEN DU NORD | BILLI BI | STRATEGIA | FREE LANCE | IMPERIAL | IARIA NISTRI | PLEASE | DIESEL | DKNY

Útsöluverkaður í kjallara **evu** Laugavegi 26



GK GK

Litagleðin er allsráðandi þegar töskur eru annars vegar.

**SPORTMAX**

**GK DRÍFA ATLADÓTTIR, 31 ÁRS.**  
**HERA GUDMUNDSDÓTTIR, 24 ÁRA**  
**ÁSA NINNA PÉTURSDÓTTIR, 31 ÁRS**

# BAK VIÐ BÚÐARBORÐIÐ

Það lifnaði svo sannarlega yfir miðbæ Reykjavíkur þegar sólin hækkaði á lofti. Dökkur klæðnaður vék fyrir litríkum klæðum og sumarlegum skóm og brosin breikkuðu á andlitum landsmanna. Lífið heimsótti nokkra hressa starfsmenn verslana á Laugaveginum á dögnum og skoðaði klæðnað þeirra, enda er þetta fólkíð sem oft á tíðum er hvað mest leiðandi í tísku og gefur viðskiptavinum innblástur.

**RAKEL HAFBERG**

**RAKEL HAFBERG**

**DERES**

**Simply GUÐRÚN HAFBERG, 25 ÁRA**

**KORMÁKUR & SKJÖLDUR**

**MYNDRJELLY & KOLBRÚN**

**Kormákur og Skjöldur**  
**GEORG HILMARSSON, 30 ÁRA,**  
**BALDVIN ÞORMÓÐSSON, 18 ÁRA**

Georg og Þormóður hafa sig til fyrir myndatökuna.

**BOURJOIS**  
PARIS

**NÝR FARÐI HEALTHY MIX SERUM**  
 Farðinn veitir húðinni ljóma og náttúrulega áferð.

**20% afsláttur af Bourjois förðunarvörum**  
 í Debenhams dagana 10. - 16. maí

Sérfræðingur verður á staðnum og veitir faglega ráðgjöf.

Spennandi gjafir frá Bourjois fylgja með keyptum vörum

**DEBENHAMS**  
 HINN FULLKOMNI FATASKÁPUR

Lífsstílsbúð í SMÁRALIND  
 KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR HEIMILI

**MUNDI**

**MUNDI**

Hægt er að setja saman hringa eftir smekk.

**Mundi KRISTÍN MARÍELLA 23 ÁRA,**  
**HÓLMFRÍÐUR SIGURÐARDÓTTIR, 25 ÁRA**

**ROKK OG RÓSIR**

**ROKK OG RÓSIR**

**ROKK OG RÓSIR**

**ROKK OG RÓSIR**

Hálsmenið hennar Katrínar setur punktinn yfri l-ið.



Grandagarði 3, 101 Reykjavík, Sími 552 9940 | Opið mán.-fös. kl. 9-18. Laugard. kl. 9-16 | Opið á sunnudögum í júní, júlí og ágúst.

## JAXON Hulk 320 cm

Jaxon Hulk slöngubátur 320 cm. 4 - 5 manna, 3 hólf + uppblásinn kjölur. eiginþyngd 48 kg. breidd 150 cm. lengd 320 cm. burðargeta 566 kg. þolir allt að 15 hö. mótör, árar, pumpa, harður botn, 2 bekkir, kemur í tösku, 2 ára ábyrgð. CE vottaðir, 7 ára reynsla á Íslandi. Tekur ekki nema 10 - 12 mínútur að setja saman. Frábærir og þægilegir bátar og ekkert keru vesen takk!! **279.000 kr.**



## JAXON Hulk 290 cm

Jaxon Hulk slöngubátur 290 cm. 4 manna, 3 hólf + uppblásinn kjölur. eiginþyngd 45 kg. breidd 150 cm. lengd 290 cm. burðargeta 510 kg. þolir allt að 10 hö. mótör, árar, pumpa, harður botn, 2 bekkir, kemur í tösku 2 ára ábyrgð. CE vottaðir, 7 ára reynsla á Íslandi. Tekur ekki nema 10 - 12 mínútur að setja saman. Frábærir og þægilegir bátar og ekkert keru vesen takk!! **249.000 kr.**

**Bjóðum upp á Léttgreiðslur.**

**-50%  
AFSL**

af rafm.mótör ef  
keyptur  
er bátur  
Fullt verð 47.900 kr.  
**50% 23.950 kr.**

## Neoprene vöðlutilboð



aðeins  
**11.590 kr.**

## Flotvesti

**TILBOÐ  
ÞESSA HELGI**

2 flot vesti að vermæti  
19.800 kr fylgja hverjum  
seldum bát .

**Verð 9.900 kr.**



## Polaroid gleraugu

Polaroid gleraugu í úrvali  
frá aðeins

**2.990 kr.**



## Rapala

Öndunavöðlurnar  
2009 árg. á frábæru  
verði. Takmarkað í  
stærðum.

Mittis vöðlur  
**12.900 kr.**  
Háar vöðlur  
**18.900 kr**



## Flugustangarsett

**FRÍTT KASTNÁMSKEIÐ FYLGIR ÖLLUM  
SELDUM FLUGUPÖKKUM Í MAÍ**

Stöng, lína, hjól + Kast námskeið  
fylgir frítt með

sett fyrir línu 5-6 aðeins  
**19.900 kr.** (fyrir silung)

sett fyrir línu 8 aðeins  
**23.900 kr** (fyrir laxa og silunga)



**FRÍTT**  
komdu með  
veiðihjól  
til okkar  
og við yfir-  
förum það og  
smyrjum þér  
að kostnaðar-  
lausu

ALLAR SCIENTIFIC ANGLERS FLUGULÍNUR MEÐ 25% AFSL Í MAÍ  
Flotlínur frá **1.990 kr.**



Strandveiðihjól í úrvali frá 7.490 kr



## Jaxon splendit

8 legu kasthól með auka  
spólu og 2 ára ábyrgð

Fullt verð  
**9.900 kr.**  
Tilboð  
**6.990 kr.**



## Taimen No Thread

Tilboð

Nýr jakki frá Taimen.  
Engir saumar, límt  
með nýjustu  
tækni, 2,5 laga,  
góðir vasar,  
stroff á ermum,  
vatnsheldir  
rennilásar.  
Fisléttur jakki.

Fullt verð er **34.900 kr**



Við eru með langt um betri verð á flugum  
en aðrir og lækkum verð á þessu ári

Silunga flugur **195 kr**  
straumflugur **285 kr**  
Laxaflugur **345 kr**



Þau Alma Rut Kristjánsdóttir, Gísli Magna, Guðrún Árný Karlsdóttir og Pétur Örn Guðundsson fara til Bakú í fyrramálið. Þau syngja bakraddir með Gretu Salóme og Jónsa í laginu Never forget, sem keppir fyrir hönd Íslands í Eurovision. Lífið ræddi við söngkonuna Ölmú Rut sem segir stemninguna í hópnum alveg frábæra. Hópurinn er búinn að æfa nánast á hverjum degi síðastliðnar vikur og atriðið verður alltaf sterkara og sterkara. Ferðalagið á morgun er nokkuð langt. Hópurinn tekur þrjár flugvélar og lendir í Bakú aðfaranótt sunnudags. Ekki gefst mikill tími til hvíldar því þau vakna síðan eldsnemma á sunnudagsmorgun til að mæta á fyrstu sviðsæfinguna í Kristalshöllinni. En hópurinn er vel stemmdur og ætlar að sjálfsgöðu að standa sig vel á æfingunni.



Gísli, Alma, Guðrún og Pétur syngja bakraddir í Eurovision í ár.

### HELGARMATURINN



#### Sumarlegar bollakökur

Lilja Katrín Gunnarsdóttir, ritstjóri Séð og heyrt og leikkona, eyðir ófáum stundum í eldhúsinu við bakstur og eldamennsku. Hún deilir hér með okkur sætum og sumarlegum bollakökum.

#### Kökurnar

50 g mjúkt smjör  
2 tsk. sítrónuolífuolía  
1 bolli sykur  
2 tsk. vanilludropar  
2 egg  
rifinn börkur af einni appelsínu  
2 bollar hveiti  
¼ tsk. matarsódi  
¼ tsk. lyftiduft  
¼ tsk. salt  
¾ bolli rjómi  
¼ bolli nýkreistur appelsínusafi

Hitið ofninn í 180°C. Hrærið smjöri, olíu og sykri saman í um það bil þrjár mínútur. Bætið vanilludropunum og eggjunum saman við og hrærið vel saman. Hrærið börkinn saman við blönduna. Blandið hveiti, matarsóda, lyftidufti og salti saman í annarri skál. Í enn annarri skál er rjóma og appelsínusafa blandað sama. Bætið 1/3 af hveitiblöndunni við smjörblönduna, því næst helmingnum af rjóma-blöndunni og koll af kolli. Skiptið deiginu í múffuform og bakið í tuttugu mínútur.

#### Fylling

##### Hér má láta ímyndunaraflíð leika lausum hala

Það er hægt að fylla þessar múffur með ýmsu. Ég ákvað að nota vanillumús (bara úr pakka því ég er svo löt). Skerið part úr miðju múffunnar og fyllið hana með músinni. Það er örugglega líka gott að nota einhvers konar búðing.

#### Krem

50 g mjúkt smjör  
1/8-¼ bolli nýkreistur appelsínusafi  
rifinn börkur af einni appelsínu  
¼ tsk. vanilludropar  
4 bollar flórskukur  
appelsínugulur matarlitur, ef vill

Blandið smjöri, appelsínusafa, berki og vanilludropum vel saman. Bætið flórskrinum við, einum bolla í einu, og því næst matarlitnum ef þið viljið nota hann. Skreytið múffurnar og njótið!

# Engin transfita



Í Orville örbylgjupoppi eru engar transfitusýrur!

Það verður að vera Orville...