

# Lífið

FÖSTUDAGUR  
25. JÚLÍ 2014

Guðrún og Jóhanna  
Kristjánsdætur  
**HINAR ÍSLENSKU  
FLOTHETTUR SLÁ  
Í GEGN 2**

María Nielsen  
kjólaklæðskeri  
**Á KLASSÍSKAN  
FATASKÁP OG  
SAUMAR 4**

Birgitta Birgisdóttir  
leikkona  
**ÆTLADI AÐ  
GRAFA UPP  
FORNLEIFAR 10**

*Ásdís María Viðarsdóttir*

**ÞAÐ MÁ ENGINN  
SNERTA MANN  
NEMA MEÐ LEYFI**

FRÉTTABLAÐIÐ

► [visir.is/lifid](http://visir.is/lifid)



## HVER ER?



Nafn:

**Rakel Matthea Dofradóttir**Aldur: **22 ára**

**Starf?** Margmiðlunarnemi og tískuristjóri NUDE magazine. Sumarstarfsmaður hjá Suðurverki.

**Maki?** Enginn.

**Stjórnumerki?** Meyja.

**Hreyfing?** Hiit og þetta í World Class, ég ætlaði líka að hjóla helling í sumar en dekkið sprakk í júní.

**Uppáhaldslistamaður?** Dr. Woo gerir hrikalega flott húðflúr, ég væri alveg til í eitt listaverk eftir hann.

**Uppáhaldsmynd?** Ég er mjög lélegt bíómyndanörð og get horft á sömu myndina tvisvar án þess að fatta það. The Parent Trap var samt fyrsta uppáhaldsmyndin mín svo ég vel hana... og Harry Potter.

**A- eða B-manneskja?** Skóli og skrifstofustörf bjóða ekki upp á margt annað en A-manneskjufílnaðarhætti sem ganga misvel. Inn við beinið er ég þó 100 prósent B og sú týpa springur út um helgar og í jólafríum.

## HVERJIR HVAR?

Á björkvöldi Druslugöngunnar sem fór fram á skemmtistaðnum Brikk í gær var margt um manninn og mikil gleði við völd. Reykjavíkurdætur voru á staðnum auk Halldórs Eldjárns en þau frumfluttu nýtt



Druslugöngulag. Þá lét María Rut Kristinsdóttir sig ekki vanta. Nafna hennar **María Lilja Þrastardóttir** var einnig á staðnum, ásamt vinkonu sinni, myndlistarkonunni **Sunnu Ben**.



## HEILSA ÍSLENSKA FLOTHETTAN Í ÚTRÁS

Guðrún og Jóhanna Kristjánsdætur, eigendur Systrasamlagsins, kynna almenning fyrir hinni íslensku flothettu sem slegið hefur í gegn. Hægt er að leigja flothettur í Systrasamlaginu og fljóta í náttúrulegum landsins.

„Þetta er alveg búið að slá í gegn, bæði hér á landi og erlendis, en flothettan er farin að seljast út um allar trissur,“ segir Guðrún Kristjánsdóttir, annar eigandi Systrasamlagsins, um hina íslensku flothettu. Flothettan var hönnuð af Unni Valdísí Kristjánsdóttur vöruhönnuði fyrir nokkrum árum og var innblásin af vatnsauðlegð þjóðarinnar. Undanfarið hefur notkun hennar fæst í aukana og sundlaugar landsins eru nokkrar hverjar farnar að bjóða upp á leigu á hettum. „Það má segja að þetta sé íslenska leiðin til að hugleiða en með flothettunni er megináhersla lögð á slökun og ró. Við vildum fara með þetta upp í laug og leyfa almenningi að prófa að fljóta með okkur,“ segir Guðrún, en undanfarið hafa þær systur hjá Systrasamlaginu staðið fyrir svokölluðu samfloti í Neslauginni. Hún segir náttúrulegarnar víða um land kjörnar fyrir flotíð. „Gamla laugin við Flúðir er alveg yndisleg og það er eins og hún sé hönnuð fyrir flot. Ég hugsa einmitt að það verði yndislegt að fara þangað í vetur og fljóta í skamdeginu og fá snjóinn í andlitíð eða fylgjast með norðurljósunum.“

Flothettan hefur vakið þó nokkra athygli erlendis og segir Guðrún hana vera í eins konar útrás. „Um fjöllun á erlendum síðum hefur kveikt áhugann og nú er það svo að flothettan er nánast komin út um allt, til Bretlands, Kanada, Portúgal, Frakklands, Indlands og meira að segja til Hollywood.“ Guðrún segir að næsta samflot þeirra systra verði í Neslauginni hinn 17. ágúst kl. 9 og hvetur hún þá sem vilja prófa að taka þátt.

kristjana@frettabladid.is



Þær Jóhanna og Guðrún Kristjánsdætur hafa rekið heilsuhof við Neslaugina frá því í fyrra við góðan orðstír.

Flothettur þorna eftir gott samflot í Neslauginni.

## Þjáist þú af svefnleysi?

Segðu bless við hvíldar- og svefnlausar nætur



## Sefur eins og engill

Elín, sem er 62 ára, hefur átt erfitt með að festa svefn og átti það til að vakna oft að nóttu til.

„Það er óþolandi að liggja í rúminu og bylta sér af því að maður getur ekki sofið. Á daginn átti ég erfitt með einbeitingu. Ég var alltaf þreytt.“

„Nú líður mér stórkostlega. Ég er úthvöld og glöð þegar ég vakna. Ég er orkumeiri yfir daginn og afkasta-meiri.“



**IceCare**  
Þín heilsa

Inniheldur náttúrulegum vítamín og jurtir eins og aminosýruna L-theanine, sem hjálpar til við slökun ásamt allhliða B-vítamína, sem stuðla að eðlilegri taugastarfsemi. Auk þess inniheldur taflan mikið magn magnesíums.

Fáanlegt í apótekum og heilsuverslunum.

Til að fá frekari upplýsingar eða kaupa á netinu: [www.icecare.is](http://www.icecare.is)

## LÍFIÐ MÆLIR MEÐ

Skautastuð, matarmarkaður og Drusluganga



Roller derby á Íslandi og Reykjavíkurborg blása til viðburðarins **Skautum inn í sumarið** á laugardaginn í Nauthólsvík. Þeir sem eiga hjólaskauta geta mætt fyrir framan kaffi Nauthól klukkan 15.30 og síðan er lagt af stað meðfram sjónum klukkan 16.00. Skautævintýrið endar síðan fyrir framan Hörpu þar sem hljómveitin White Signal heldur uppi góðu stuði.

**Götumarkaðurinn KRÁS** verður haldinn í fyrsta sinn á laugardaginn á milli 13.00 og 18.00. Markaðurinn er haldinn í Fógetagarðinum og að sögn eins af skipuleggjendunum, **Ólafs Arnar Ólafssonar**,



verða tólf veitingastaðir á staðnum sem bjóða upp á svokallaða götuútgáfu af sínum réttum. Stefnt er að því að halda slíka markaði á hverjum laugardegi út sumarið.

**Druslugangan** er haldin í fjórða sinn á laugardaginn og hefst gangan stundvíslega klukkan 14.00. Gengið verður frá Hallgrímskirkju, niður Skólavörðustíg, Bankastræti og endað á Austurvelli þar sem við taka fundarhöld og tónleikar. Stefnt er að því að Druslugangan verði stærri en áður í ár en hún stuðlar að því að samfélagið risi upp gegn kynferðisofbeldi og standi upp fyrir þolendum þess.



## AUGNABLIKIÐ



Leikkonan **Rachel McAdams** stal senunni þegar nýjasta mynd hennar, *A Most Wanted Man*, var frumsýnd í nútímalistasafninu í New York í vikunni. Rachel klæddist litríkum kjól frá Zuhair Murad og greiddi hárið frá andlitinu. Þá setti dökka augnmálningin punktinn yfir i-ið.





Délifrance smjördeigs  
bakkelsið er komið í nýjar og  
spennandi pakkningar,  
kíktu í frystinn í næstu verslun!



alltaf nýbakað ...úr ofninum þínum





Ég hefði viljað að á þeim tíma sem ég varð fyrir kynferðislegu ofbeldi að ég hafi vitað að það var ekki mér að kenna. Þá hefði þurft Druslugönguna. Að þolendur viti hvert á að skila ábyrgðinni, þangað sem hún á heima, að leita réttar síns sama hvað og ekki skammast sín

**MASTERLINE**  
Professional Beauty

BB krem fyrir hendur & fætur  
fullkomnar húðina í sumar

Masterline býður nú upp á BB krem í tveimur styrkleikum, fyrir ljósa- og dökka húð. BB krem fyrir andlit hafa náð miklum vinsældum í snyrtivörueiginum. Masterline BB kremin eru fyrir hendur og fætur. Kremið smýgur hratt inn í húðina og gefur fallegan lit ásamt því að veita húðinni raka. Með hækandi sól viljum við hafa jafnan lit á öllum líkamanum, ekki bara andlitinu.

Notalegur ilmur og mjúk áferð  
Án parabena

www.master-line.eu

Made in Italy

Fæst í apótekum og Hagkaup

## ÁSDÍS MARÍA

### HEFÐI VIJLAÐ VITA AÐ ÞAÐ VAR EKKI MÉR AÐ KENNA

*Ásdís María Viðarsdóttir er söngkona og einn skipuleggjenda Druslugöngunnar, sem haldin er í fjórða sinn í ár. Ásdís tók þátt í Eurovision á dögnum með laginu Amor og vakti mikla athygli í keppninni. Hún er nemandi í Menntaskólanum við Hamrahlíð en um þessar mundir er það Druslugangan sem á hug hennar og hjarta, en kynferðislegt ofbeldi er málefni sem Ásdís þekkir vel.*

Mér finnst þetta mikilvægur málstaður og þetta málefni, sem er kynferðisofbeldi, stendur mér mjög nærri. Hjarta mitt slær þínulítið fyrir þetta verkefni. Það er ógeðslega gaman að taka þátt í þessu og að gefa vinnu sína í eitthvað sem er svona mikilvægt en um leið líka svona gleðilegt,“ segir Ásdís María og segir margt gott fólk í kringum Druslugönguna.

#### Rísa upp gegn kynferðisofbeldi

Druslugangan er haldin í fjórða sinn í ár, en hún er orðin að fóstum punkti í íslensku samfélagi þar sem fólk tekur sig saman og rís upp gegn kynferðisofbeldi og stendur upp fyrir þolendum – gegn gerendum.

„Hingað til hef ég bara gengið gönguna en í ár ákvað ég að taka frekari þátt í skipulagningunni. Druslugangan hefur opnað á svo

mikilvæga umræðu og ég vildi gera mitt til að vekja athygli á málstaðnum. Druslugangan leggur höfuðáherslu á að færa ábyrgð kynferðisglæpa frá þolendum yfir á gerendur. Það er alltof oft þannig að einblínt er á klæðnað, hegðun eða fas þolenda sem afsökun fyrir kynferðisglæpum. Það er ekki til nein afsökun.“

Reykjavíkurdætur gáfu út sérstakt Druslugöngulag fyrr í vikunni og Ásdís lét ekki sitt eftir liggja. „Ég frekjaðist til að vera í laginu, ég heyrði þær vera að tala um að gera lag og mig langaði svo að vera með að ég hringdi í allar stelpurnar og bauð fram aðstoð mína. Þegar þær hringdu í mig og báðu mig að vera með var ég í skýjunum,“ segir Ásdís og hlær, en hún er rísandi stjarna í tónlistarheiminum á Íslandi.

„Ég syng núna með Gluteus Maximus og með DJ Margeiri þegar hann er að spila einn. Það er alveg ótrúlega skemmtilegt. Hver

sem er sem hefði beðið mig um að vera í hljómsveit eftir Eurovision hefði fengið já. Núna er ég rosa glöð að það hafi verið þessir strákar, Margeir og Högni Egilsson og Daniel Ágúst. Þeir eru alveg dásamlegir.“

#### Aldrei aftur Eurovision

Gætirðu hugsað þér að fara aftur í Eurovision?

„Jú, það er eitthvað sem maður gerir bara einu sinni, held ég. Eða mér fannst að ég ætti að gera það bara einu sinni og reyna að pönkast þínu í því og koma svo aldrei aftur.“

Finnst þér keppnin ekki nógu kúl?

„Jú, mér finnst hún nefnilega kúl þó að ég sé ekki að viðra þá skoðun mína við alla. Ég geri svo oft hluti sem eru ekki kúl. En andinn var ekki alveg fyrir mig. Ég meika ekki svona mikla keppni, að safna stigum og safna atkvæðum og vera óskabarn þjóð-



arinnar í smástund, eða þykjast vera það allavega. Það var ekki alveg fyrir mig. Ég er ekki mikil keppnismanneskja.“

*„Og hvað gerir þú fleira varðandi skipulagningu göngunnar en að syngja í laginu?“*

„Já, ég er í laginu og svo sé ég um ýmislegt smálegt hvað varðar skipulagninguna og svo er ég dugleg að auglýsa gönguna úti um allt. Ég er reyndar ekki með bílpróf þannig að ég hef verið dálítill ónytjungur í þessu öllu saman. En ég geri það sem ég get. Ég kem á fundi og trufla í svoltinn tíma þangað til að ég næ á einhverja góða hugmynd. Það er rosalega mikið búið að spretta upp úr þessu og fólk er að fara í alls konar áttir – en ég hef gert það sem ég hef getað og margir boltar á lofti. Ég veit til dæmis ekki um neitt sem María Rut Kristinsdóttir hefur ekki komið nálægt. Hún er ótrúleg.“

#### Ekki mér að kenna

María Rut Kristinsdóttir steig fram í mjög flottu viðtali síðasta sumar, þar sem hún talar um sína eigin reynslu af kynferðisofbeldi. Hefur þú svipaða sögu að segja?

„Já, en það var aðili ótengdur fjölskyldu minni. Ég hefði viljað að á þeim tíma sem ég varð fyrir kynferðislegu ofbeldi hefði ég vitað að það var ekki mér að kenna. Þá hefði þurft Druslugönguna. Að þolendur viti hvert á að skila ábyrgðinni, þangað sem hún á heima, að leita réttar síns sama hvað og ekki skammast sín. Það er svo fáránleg skömm sem fylgir þessu, sem kom mér svo mikið á óvart. Því ég veit betur. En hún er svo fjarri fólk sem hefur ekki lent í svona. Af hverju myndi maður skammast sín? En það er bara ein afleiðing af kynferðislegu ofbeldi, sem er kannski erfitt að útskýra eða færa í orð. Ég hef fundið fyrir því sjálf fyrir hönd vinkvenna minna að þora ekki endilega að vera leiðinleg við gæjann sem misnotaði þær, vegna þess að ég vil ekki að honum finnist ég leiðinleg. Ég sé hann og ég þoli hann ekki en hann segir hæ og ég segi hæ til baka. Þetta eru svo erfiðar aðstæður og svo mikilvægt að koma þessum skilaboðum á leiðis, að fólk sem verður fyrir svona ofbeldi þarf ekki að skammast sín,“ segir Ásdís María og heldur áfram.

#### Leitaði aldrei réttar síns

„Ég varð fyrir þessu þegar ég var yngri, en ég leitaði aldrei réttar míns. Ég uppgötvaði þetta mörgum árum síðar. Þetta er rosalega fjarri manneskjunnar sem ég er í dag og mér líður núna ekki endilega eins og þetta hafi verið mín upplifun, heldur einhvers annars. Minnið er brotkennt, og það er líka einkenni þeirra sem orðið hafa fyrir ofbeldi á borð við það sem ég varð fyrir. Þess vegna er tvískinnungur fállinn í því hversu þung réttarleiddin er. Fólk leitar ekki réttar síns því sönnunarbyrðin er svo þung. Ferlið er svo þungt og svo erfitt. Í tilfellum þeirra sem verða fyrir svona ofbeldi er það þekkt að minnið verður oft brotkennt, samt má engu muna í vitnisburðum til þess að málum sem líta kannski út fyrir að vera borðliggjandi er vísað frá.“

#### Skilum ábyrgðinni

„Stofnanir eins og Stígamót eru lífsnauðsynlegar. Ég vil bara meira. Ég vil að þú getir leitað í næsta hús og fengið sama skilning og hjá Stígamótum. Draumurinn er að allir horfi á fórnarlambið og skili ábyrgðinni þangað sem hún á heima. Það skiptir engu máli hvort hún var of full eða klædd eins og „drusla“. Það þarf að breyta þessu samfélagi, dálítið mikið, og breyta hugsunarhætti fólks. Bæði á þann hátt að þolendur fái jákvæðari upplifun af þessu réttarkerfi sem er nú verið að vinna í og að þolendur upplifi það að fólk standi með þeim. Ég vil að börnin alist upp í samfélagi þar sem kynferðisofbeldi er dauðans alvara og enginn má snerta þig nema að þú leyfir það.“

### Myndaalbúmið



Ásdís með eldri systkinum sínum tveimur, Arnari og Önnu Sóleyju • Ásdís var glaðlegt barn • Snemma beygist krókurinn • Ásdís að syngja ásamt DJ Margeiri í Bláa lóninu

# Ray-Ban® DAGAR

til 2. ágúst  
í Smáralind og í Keflavík

20%  
afsláttur

Andrea  
Stefánsdóttir,  
Ray Ban  
mod 3025

Umboðs- og dreifingaraðili Ray Ban á Íslandi

## Optical Studio

SMÁRALIND • LEIFSSTÖÐ • KEFLAVÍK

[www.facebook.com/OpticalStudio](http://www.facebook.com/OpticalStudio)





4

Leðurtaska: Þessi taska frá Royal Republic fylgir mér hvert sem er, ég er nefnilega alltaf með skriljón ómissandi hluti á mér svo að það er gott að hafa svona rúmgóða risatösku í lífi sínu.



2

1 Silkiskyrta: Ég saumaði þessa skyrtu á sjálfa mig úr sandþveggu silki sem ég keypti í Hong Kong. Þar sem ég er enginn sérfræðingur í að prúttu borgaði ég trúlega svona 10 sinnum of mikið fyrir þetta silki en ég var svo hrifin af litnum að ég lét mig hafa það.

Hálsmen og hringar: Ég er ekki mikið fyrir skart og glingur en þessa þrennu elska ég og er alltaf með á mér. Hringlaga hringurinn er frá Mariu Black og blómahringurinn er frá Aurum, báðir hringarnir voru gjöf frá fjölskyldunni minni. Hálsmenið fékk ég í jólagjöf frá kærastanum mínum og er úr hreindýrshorni. Það er hönnunarþríeykið ILLF sem hannar þessi fallegu hálsmen, einstaklega flott merki þar á ferð.

3

Trench coat: Þennan trench fékk ég í JÖR og hann er í einstöku uppáhaldi. Hann er einstaklega vel sniðinn og svo er síddin á honum einfaldlega fullkomin.

Leðurskór með sylgju: Þetta eru uppáhaldsskórnir mínir, þó svo að það hafi tekið sinn tíma að venjast trébotninum. Þeir eru frá merkinu Swedish Hasbeens og ég sé fram á að þeir muni endast mér lengi og vel.

5



## AUGLÝSING: SIGURBOGINN KYNNIR



Mikið úrval er af fallegum toppum og bolum frá Olsen í Sigurboganum á Laugavegi 80.

MYNDIR/ARNÞÓR

# OLSEN FÆST NÚ HJÁ SIGURBOGANUM

Verslunin Sigurboginn hefur verið opinn í 22 ár og er nú á sínu 23. starfsári á Laugaveginum. Sigurboginn hefur verið þekktur fyrir frábæra þjónustu og vönduð vörumerki í gegnum árin.

Guðbjörg Hjálmarasdóttir, verslunarstjóri í Sigurboganum, segir að afgangurinn í búðinni megi alveg taka langan tíma. „Við viljum hafa persónuleg viðskipti og í raun leitumst við eftir þannig viðskiptum. Okkur finnst gaman að spjalla um daginn og veginn en um leið veita viðskiptavinum okkar toppþjónustu,“ segir hún.

„Nýjasta merkið hjá okkur í Sigurboganum er Olsen sem var bara nokkuð stórt merki hérna á Íslandi fyrir nokkrum árum. Við rákumst á merkið á sýningu erlendis og áttuðum okkur á því að það vantaði alveg á Íslandi. Við fengum umboðið og vörumerkið er komið í Sigurbogann. Vörurn-

ar hafa farið af stað hjá okkur með miklum látum og við höfum tekið inn fleiri sendingar en við ætl-uðum í fyrstu, sem er auðvitað frábært,“ segir Guðbjörg enn fremur.

„Olsen er merki sem hentar íslenskum konum alveg einstaklega vel, stærðirnar eru góðar, gæðin mikil og sniðin virkilega flott. Við höfum verið að taka inn stærðir 36 til 48 og getum fundið eitthvað fyrir alla. Olsen er gæðavara sem við mælum með og vonum að sem flestar konur komi við hjá okkur á Laugaveginum og skoði úrvalið.“

Sigurboginn er með heimasíðu [www.sigurboginn.is](http://www.sigurboginn.is) og er á Facebook, [www.facebook.com/sigurboginn](http://www.facebook.com/sigurboginn).

## 10 SPURNINGAR: BIRGITTA BIRGISDÓTTIR

1 Þegar ég var ung þá ætlaði ég að vinna við... fornleifauppgroft og sá fyrir mér að sitja í skurði allan daginn að rannsaka.

2 En núna er ég... leikkona og nemi í ferðamálafræði í Háskólanum á Hólum í Hjaltadal og svo vinn ég á ferðaskrifstofunni Pink Iceland með yndislegu fólki!

3 Ég mun eflaust aldrei skilja fólk... sem skilur mig ekki.

4 Ég hef ekki sérstakan áhuga á... rigningu og almennum leiðindum. Mér líkar betur í sólarömbu.

5 Karlmenntu eru... alls konar.

6 Ég hef lært að maður á alls ekki að... búast við góðu veðri á sumrin, bara alls ekki!

7 Ég fæ samviskubit þegar... hmmm, eru mæður ekki með stöðugt samviskubit?

8 Ég slekk á sjónvarpinu þegar ég... fer að sofa.

9 Um þessar mundir er ég mjög upptekin af... verknáminu mínu á Pink Iceland og undirbúningi mínum fyrir mastersnám og líka að fara í frí til Köben eftir nokkra daga með fjölskylduna mína.

10 Ég vildi óska þess að fleiri vissu af... snilld-arhugmyndum mínum sem ég fæ yfirleitt þegar ég er alveg að sofna og man svo ekki alveg daginn eftir. Sem minnr mig á að ég verð að fara að fá mér nýja bók og penna á náttborðið.



# LOKAÚTKALL



**AÐEINS 2 VERÐ**

**Kr. 1000**

**Kr. 3000**

**Herra**  
hafnarfjörður

S. 572 3400



Instagram

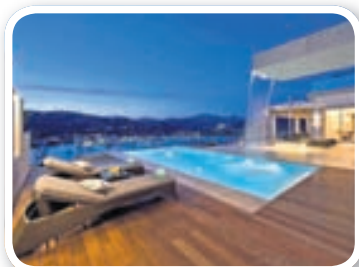


Food

<http://instagram.com/food>

Þau Sarah og Tom voru heldur betur séð þegar þau tryggðu sér síðuna Food á Instagram en síðan þeirra er talin ein sú besta þegar kemur að mat á samfélagsmiðlinum. Þau ferðast vítt og breitt um New York og taka myndir af kræsingum sem verða á vegi þeirra en Sarah er matarstílisti og því myndirnar hver annarri fegurri.

facebook



World Of Architecture

<https://www.facebook.com/worldofarchitecture>

World of architecture er tímarit um arkitektúr og allt sem tengist faginu – hvort sem það eru hæstu byggingar heims eða litlar íbúðir þar sem plássíð er nýtt til hins ýtrasta. Það er tilvalið að skoða Facebook-síðu tímaritsins ef þig vantar innblástur um hvernig hægt er að breyta rými með nokkrum, auðveldum skrefum eða fjölmörgum, dýrum leiðum.

Pinterest



Peter Som

<http://www.pinterest.com/petersom>

Flestir fatahönnuðir á Pinterest fylla síðuna af sinni eigin hönnun en ekki Peter Som. Á síðunni hans kennir ýmissa grasa og auðvitað birtir hann myndir af eigin hönnun en einnig myndir af því sem veitir honum innblástur – hvort sem það eru litir, mynstur, blóm eða fólk.

twitter



@pourmecoffee

<https://twitter.com/pourmecoffee>

Enginn veit hver stendur á bak við þennan Twitter-reikning sem tæplega 170 þúsund manns fylgja. En skemmtilegur er þessi aðili enda tilgangur rístantna að vera myndin og áhugaverð. Hér er boðið upp á pólitíska háðsádeilu, athyglisverðar staðreyndir, myndir og kaldhæðnislega nálgun á viðburði og íþróttir.

**BLOGGARINN** HLAUPARI SEM BERST FYRIR MANNRÉTTINDUM

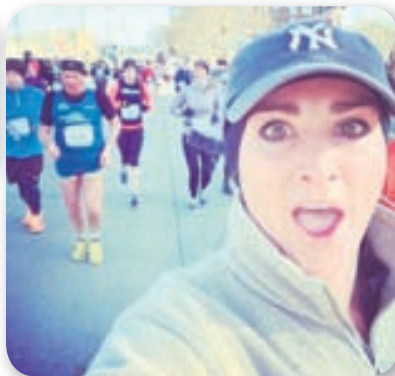
Ultra Runner Girl

<http://ultrarunnergirl.com>

Stephanie Case er mannréttindaráðgjafi hjá Sameinuðu þjóðunum og tekur hlaupaskóna alltaf með sér þegar hún ferðast vegna vinnunnar.

Hún hefur æft eða keppt í hlaupi í Vietnam, Nepal, Ástralíu, Kína, Afganistan, Kirgisistan, Ekvador, Eþíópíu og Malasíu, ólíkt flestum öðrum hlaupurum.

Á bloggi sínu heldur hún dagbók yfir ferðir sínar og hlaup og er geysilega gaman að fylgjast með því til hvaða lands hún ferðast næst. Bloggið hennar er ekki síður athyglisvert fyrir þá sem láta sér annat um mannréttindi því hún leyfir lesendum að skyggast inn í starf sitt og kynnst ólíkum menningarheimum.



# ÚTSALAN HAFIN



Verð að komast á útsöluna í Soho

**50-70%** afsláttur af fatnaði

**50%** afsláttur af skarti klútum og töskum

**10-20%** afsláttur af standard bolum og toppum

Aðhalds-fatnaður **2.000 kr.**