

apríl 2008
Sport
[SÉRBLAÐ FRÉTTAÐSINS UM ÍPRÓTTIR]

KYNÞOKKAFULL

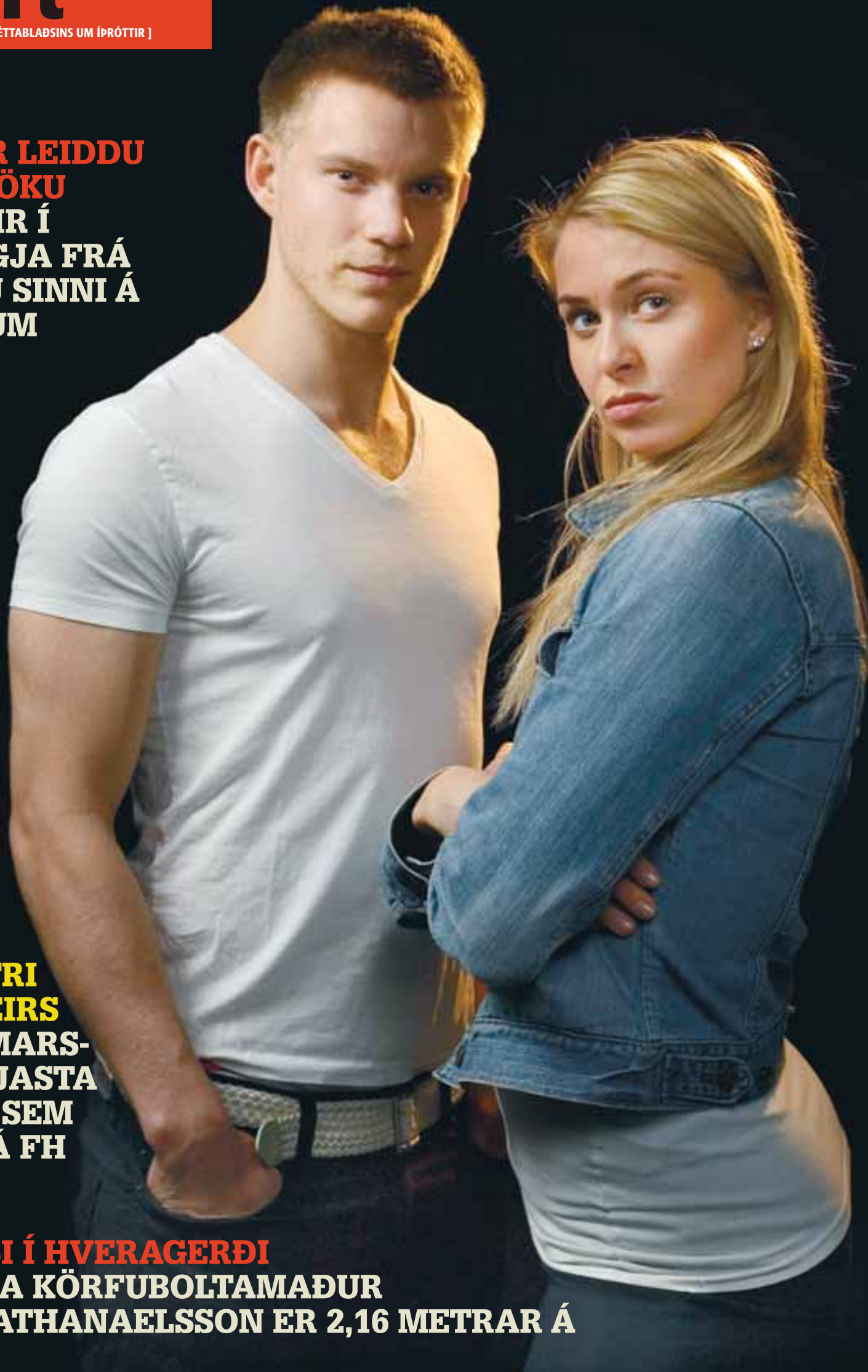


HORNAMENNIRNIR **BALDVIN ÞORSTEINSSON** ÚR VAL OG FRAMSTÚLKAN **MARTHE SÖRDAL** ERU KYNÞOKKAFYLLSTU HANDBOLTAMENN LANDSINS

FORDÓMAR LEIDDU TIL HANDTÖKU BRASSARNIR Í ÞRÓTTI SEGJA FRÁ HANDTÖKU SINNI Á VEGAMÓTUM

ÆTLAR AÐ VERÐA BETRI EN LOGI GEIRS ARON PÁLMARSSON ER NÝJASTA STJARNAN SEM KEMUR FRÁ FH

FALINN RISI Í HVERAGERÐI HINN 17 ÁRA KÖRFUBOLTAMAÐUR RAGNAR NATHANAELSSON ER 2,16 METRAR Á



Úrslitakeppni eða ekki úrslitakeppni?



FRÁ RITSTJÓRA
Henry Birgir Gunnarsson



Úrslitakeppni í handbolta-
num er engin töfra-
lausn í dag. Það þarf
margt að lagast hjá
hreyfingunni áður
en úrslitakeppni
í handbolta-
num skilar álíka
stemningu og er í
úrslitakeppninni í
körfunni.

G læsileg og stórskemmtileg úrslitakeppni í Iceland Express-deildinni er í fullum gangi þessa dagana. Úrslitakeppnin í körfunni veur óskipta athygli á ári hverju og það ekki að ástæðulausu.

Frábær umgjörð, mikil stemning og síðast en ekki síst magnaður körfubolti. Það er vel við hæfi að óska KKÍ til hamingju með að hafa komið körfuboltanum hér heima á þann stall sem hann er nú kominn á. Menn mega ekki gleyma að það gerðist ekki þrautalaust.

Körfuboltahefingun hefur ræktað garð sinn vel síðustu ár og ekki síst félögin sem hafa verið að stórbæta umgjörðina ár frá ári. Það hefur margt sýnt sig að slík vinna skilar sér í betri aðsókn.

Á sama tíma grætur ákveðinn hópur handboltaunnenda yfir því að ekki sé úrslitakeppni lengur í handbolta-
num. Skilur ekki hvernig hægt sé að sleppa slíkum stórvörðum sem skili sér í fullu húsi trekk í trekk. Þetta sama fólk virðist ekki búa yfir neinu langtímaminni. Sú ákvörðun að leggja úrslitakeppnina af var ekki tekin af góðu. Ákvörðunin var lífsnauðsynleg til þess að bjarga íþróttinni hér á landi. Aðsóknin á deildarleiki var orðin sama sem engin og úrslitakeppnin var hætt að trekkja að fólk. Áhorfendur voru ekkert að mæta í sama mæli á úrslitakeppnina og áður. Það er staðreynd. Deildin var að deyja drottni sínum. Fólk vissi ekki hvenær leikir væru, aðgengi að upplýsingum á netinu sama og ekkert, engir fastir leikdagar og leiktímar í tómu rugli.

Þessir hlutir ásamt mörgum öðrum stuðluðu að því að fólk var hætt að mæta á handboltaleiki. Úrslitakeppnin virtist einnig fara fram hjá fólk. Þegar svo var við komið varð hreyfingin að segja stöpp og byrja upp á nýtt. Ekki bara til þess að vekja aftur áhuga fólks á deildinni heldur einnig til þess að fjölga samkeppnishæfum liðum sem var ekkert að ganga miðað við það kerfi sem lagt var af.

HSÍ ákvað einnig að auka kröfur til liðanna en varða umgjörð en umgjörð félaga er grunnurinn að árangri á þessu sviði. Ef enginn er grunnurinn er ekkert til þess að byggja á. Handboltaáhugamenn verða að vera raunsæir og þolinmóðir. Það mun taka tíma að byggja deildina aftur upp hér á landi. Róm var ekki byggð á einum degi.

Undirritaður hefur tekið eftir því að þessar breytingar sem gerðar hafa verið á umgjörð og leikfyrirkomulagi eru smám saman að skila sér. Það er fleira fólk að koma á leikina og umgjörð er öll önnur á flestum stöðum en hún var. Þegar búið er að styrkja grunn deildarinnar almennilega er fyrst hægt að íhuga þann möguleika að taka aftur upp úrslitakeppni. Handboltahefingun má alls ekki sofa á verðinum næstu tímabil. Hún verður að halda því góða starfi sem byrjaði í vetur áfram og bæta um betur á mörgum sviðum.

Úrslitakeppni er engin töfra-
lausn í dag eins og margir halda. Það sást skýrt síðast þegar það var úrslitakeppni í handbolta-
num. Fólk mætti einfaldlega ekki og stemningin var langt frá því að vera álíka góð og í körfuboltanum í dag. Ástæðan er að karfan hefur ræktað sinn garð betur síðustu ár.

Sport

Útgefandi: 365.

Ritstjóri: Henry Birgir Gunnarsson
henry@frettabladid.is

Bládamenn: Óskar Ófeigur Jónsson
ooj@frettabladid.is, Ómar Þorgeirsson
omar@frettabladid.is

Útlitshönnun: Kristín Agnarsdóttir
kristina@frettabladid.is

Auglýsingar: Stefán P. Jones,
spj@frettabladid.is

Forsíðumyndina tók Valli af Marthe Sördal og Baldvin Þorsteinssyni.

Triumph sundbolir og bikini í úrvali.
Stærðir frá 38 – 50 og skálastærðir B, C og D.
Útsölastaðir: Musik og Sport, Nana Hólagarði



Hamraborg 7, 200 Kópavogur, sími: 564 0035
gengið inn frá Hamrabrekkunni. www.aquasport.is



LOGI KENNIR MÉR AÐ

» TALA VIÐ DÖMURNAR «

Miklar vonir eru bundnar við hinn 17 ára gamla Aron Pálmarsson. Hann hefur farið á kostum með FH í vetur og sá til þess að FH vann 1. deildina. Hann er fyrsta stjarnan sem kemur frá FH síðan Logi Geirsson gerði garðinn frægan í Krikanum. Aron er að mörgu leyti líkur Loga sem er góðvinur FH-ingsins unga.

EFTIR HENRY BIRGI GUNNARSSON

Aron Pálmarsson er af flestum handboltaspekingum talinn eitt mesta efni sem fram hefur komið í handbolta-
num lengi. Aron, sem er aðeins 17 ára, er aðalmaðurinn í FH-liðinu sem er að vinna 1. deildina. Hann er einnig lykilmáður í U-20 ára landsliði Íslands og var markahæstur í liðinu í undankeppni HM sem fram fór í Þýskalandi á dögunum.

Strákurinn fór í kjölfarið til reynslu hjá Þýska stórlíðinu Lemgo þar sem góðvinur Arons og fyrirmynd, Logi Geirsson, spilar. Þeim er oft líkt saman enda báðir stjórnur hjá FH og svo vinnur Aron sem húsvörður í Kaplakrika líkt og Logi gerði á sínum tíma.

„Það má segja að við séum að lifa svipuðu lífi. Ég er líka kominn með annan fótinn til Lemgo líkt og Logi var á sínum tíma. Við Logi erum góðir vinir. Hann er algjör toppmaður sem ég hef lítið upp til síðan ég var lítil gutti. Hann og pabbi eru fyrirmyndir mínar. Hann hefur kennt mér margt bæði á veltinum sem og utan hans. Við höfum tekið aukaæfingar saman og annað álíka. Hann gefur líka góð ráð utan valla. Hvernig á að klæða sig, greiða sér og fleira. Einnig kennir hann mér að tala við dómurnar. Hann er á heimavelli þar enda gefast ráð hans vel. Ef ég læt hann skrifa fyrir mig á MSN er ég kominn með stefnumót daginn eftir,“ sagði Aron létur en hann á ekki langt að sækja íþróttahæfileikana en faðir hans er Pálmar Sigurðsson, einn besti körfuknattleiksmaður sem Ísland hefur átt.

„Logi hefur alltaf verið mikill krakki í sér og því urðum við vinir þegar ég var 11 ára. Þá er hann svona 18 og kom með okkur strákunum í handbolta. Það var æðislegt. Við unnum alltaf enda með Loga Geirs í liði en hann stóð í markinu hjá okkur. Ekki hægt að skora hjá honum,“ sagði Aron en hann segir ýmislegt líkt með þeim sem leikmönnum. Báðir hafi mikið sjálfstraust, vilji taka

úrslitaskotið og hafi mikla skot-tækni.

Eins og áður segir var Aron hjá Lemgo á dögunum en það segir hann hafa verið góða reynslu.

„Það gekk mjög vel og það var svakalega gaman að æfa með þessum strákum. Ég var þínu stressaður á fyrstu æfingunni. Það var talsvert annað að sjá Mimi Kraus og Lasse Boesen í kringum sig en Arnar Theodórs og Val Arnars. Það komu allir vel fram við mig. Lars Kaufmann fór reyndar framan í mig strax í fyrstu sókn en það er bara af því að hann er svo slakur og seinn,“ sagði Aron og hló dátt. „Þeim líst vel á mig og þeir vildu fá mig næsta sumar fyrir skit og kanil. Ég var ekki til í það. Þeir ætla að fylgjast vel með mér og við sjáum hvað setur,“ sagði Aron sem ætlar að spila með FH næsta vetur.

„Ég ætla að spila að minnsta kosti eitt ár í efstu deild áður en ég fer út. Ég hef skýr markmið fyrir næsta vetur. Að slá í gegn í sjálfum mér og tel þessi markmið ekkert óraunhæf,“ sagði Aron en hann telur sig ekki tilbúinn í atvinnu-mennsku af mörgum ástæðum.

„Ég er náttúrulega bara 17 ára og ekki alveg til í að búa einn. Ég er samt góður kokkur og get vel eldað ofan í mig. Verð samt að játa að ég kann ekki á þvottavél. Ég vil heldur ekki vera varaskeifa úti. Vil toppa hér heima þannig að ég verði keyptur í lið til þess að spila.“

ÉG ER

Aron Pálmarsson

Fæddur: 19. júlí 1990.

Hæð: 1,92 m.

Þyngd: 90 kg.

Staða: Miðju-
maður.

Fyrirmynd:
Pálmar Sigurðsson og Logi Geirsson.

Helsti styrkleiki: Góður leik-
skilningur og góð skot.

Helsti veikleiki: Að mæta
ekki 100 prósent í alla leiki.
Parf að vera einbeittari.

Draumafélagið: Barcelona.

Besti leikmaður heims:
Ivano Balic, Nikola Karabatic
og Logi Geirsson.

Hvernig er gælið hans Loga:
Ótrúlegt efni. Það besta
sem ég hef sett í hárið á
mér.

HVAÐ SEGIR ELVAR UM ARON?

„Aron er okkar prímusmótor og við byggjum liðið í kringum hann. Aron hefur mikla íþróttagreind og les leikinn afburðavel. Hann sér hluti sem aðrir sjá ekki á skömmum tíma. Hann er einnig frábær varnarmaður. Hann var einnig góður í körfubolta og allar íþróttir liggja vel fyrir honum. Aron er líka duglegur að æfa og leggur hart að sér. Heilt yfir er hann heilsteyptur leikmaður og

þroskaður miðað við aldur. Hann stendur undir öllum væntingum og rúmlega það,“ sagði Elvar Erlingsson, þjálfari FH, um lærsvein sinn, Aron Pálmarsson, sem hefur farið á kostum með FH-liðinu hans Elvars í vetur.

„Aron vill taka af skarið og gerir hlutina þegar þarf. Hann þrífst



á því og er til í að taka ábyrgð. Hausinn er rétt skrúfaður á strákinn. Enginn gorgear og ekkert kjaftæði. Hann setur sig ekki á háan hest gagnvart öðrum. Ber virðingu fyrir félögum sínum og öfugt. Það er ekki spurning hvort heldur hvenær hann fer í atvinnu-mennsku.“



*Höfuð,
herðar ...*

HVITA HÚSÍÐ / SIA - 9025 - Actavis 802040

Íbúfen®

– Bólqueyðandi og verkjastillandi

Notkunarsvið: Íbúfen inniheldur íbúprófen sem er bólqueyðandi, verkjastillandi og hitalækkandi lyf. Íbúfen er notað við liðagigt, slitgigt, tíðaverkjum, tannpínu og höfuðverk. Einnig eftir minniháttar aðgerðir, t.d. tanndrátt. **Varúðarreglur:** Fólk sem hefur ofnæmi fyrir íbúprófeni eða öðrum skyldum lyfjum (NSAID), með skerta lifrarstarfsemi eða alvarlegan hjarta- og nýrnasjúkdóm ætti ekki að nota lyfið. Fólk sem hefur fengið astma, nefslímubólgu eða ofsakláða eftir töku acetylsalicylsýru eða annarra bólqueyðandi lyfja ætti ekki að nota lyfið. Nota skal lyfið með varúð hjá fólki með tilhneigingu til magasárs eða sögu um slík sár. Lyfið er ekki ætlað barnshafandi konum. **Aukaverkanir:** Íbúfen getur valdið aukaverkunum eins og t.d. meltingarópægindum, niðurgangi, ógleði, útbrotum, þreytu og höfuðverk. **Skammtastærðir:** Fullorðnir: Venjulegir skammtar eru 600-2000 mg á dag í 3-4 jöfnum skömmtum. Ekki mælt með stærri skammti en 2400 mg. Börn: Venjulegir skammtar eru 20 mg/kg líkamspunga á dag í 3-4 jöfnum skömmtum. Börnum <30 kg skal eigi gefa meira en 500 mg á dag. Lesið vel leiðbeiningar sem fylgja lyfinu. Júlí 2004.



 **actavis**
hagur í heilsu

SAMBASTRÁKAR
Þeim Biro og Ismael var
býsna kalt á sólar-
ströndinni í Naut-
hólsvík en brostu líkt
og venjulega. MYND/STEFAN



» ÉG ER Carlos Alex Bernal

Aldur: 24 ára
Hæð: 1,72 metrar
Fyrirmynd í boltanum: Zico

Uppáhaldsleikmaður: Alex í
Fenerbahce
Mesti ókostur við Ísland?
Tungumálið

Uppáhaldsmatur: Lasagna

» ÉG ER Ismael da Silva Francisco

Aldur: 23 ára
Hæð: 1,90 metrar
Fyrirmynd í boltanum:
Romario

Uppáhaldsleikmaður: Didier
Drogba hjá Chelsea
Mesti ókostur við Ísland:
Tungumálið er allt of flókið

Uppáhaldsmatur: Rifjasteik
með hrísgrjónum

ÞRÓTTARAR Í ÞRENGINGUM OG GLEÐI

Ýmislegt hefur gengið á hjá Brasilíumönnum Ismael da Silva Francisco og Carlos Alexandre Bernal síðan þeir gengu til liðs við Þrótt. Þeir voru meðal annars leiddir í handjárnnum á lögreglustöð ranglega sakaðir um að hafa sett lyf í vínglós kvenna á skemmtistað í miðbænum. Eftir það var þeim skapi næst að halda heim en þeim snerist hugur og munu spila hér á landi í sumar.

EFTIR JÓN SIGURÐ EYJÓLFSSON

Það var fimmtán stiga gaddur sem tók á móti þeim félögum þegar þeir stigu út úr flugvélinni í febrúar síðastliðnum. „Ég var nokkuð lengi að venjast þessum kulda,“ segir Bernal sem jafnan er kallaður Biro. „Fyrstu tvær vikurnar átti ég í verulegum vandræðum með þetta en nú kippi ég mér ekkert upp við það þó að kuldi bíti kinn.“ Ismael hafði hins vegar fengið nokkra aðlögun áður en hann komst í þessar aðstæður. „Ég hef verið í Sviss og þar er líka afar kalt svo ég tók þessu með stóískri ró,“ segir hann. Þeir segjast báðir vera á góðri leið með að aðlagast landi og þjóð þótt tungumálið reynist þeim erfiður ljár í þúfu. „Þetta er nú meira tungumálið,“ segir Ismael og brosir við. En þeir þurfa einnig að aðlagast íslenskri knattspyrnu sem er ekki á alla lund eins og þeir eiga að venjast í Brasilíu. „Hér er þjarmað meira að mönnum,“ segir Biro. „Það reynir mun meira á líkamlegan styrk hér. Í Brasilíu hafa menn meira svigrúm með boltann.“ Ismael hefur fengið sína aðlögun einnig hvað þetta varðar. „Það er ekkert mál að aðlagast knattspyrnunni hér. Í Portúgal, þar sem ég hef leikið, eru menn heldur ekki teknir neinum vettlingatökum svo þetta eru engin viðbrigði fyrir mig.“

En hvernig stendur á því að þeir félagar sem eru fæddir í Mekka fótoltans ákváðu að koma hingað að sparka tuðru í norðangarrannum? „Tilboðið frá Þrótti var betra en annarra liða svo ég bara ákváð að kyla á það,“ segir Biro og Ismael segir það sama hafa verið uppi á teningnum hjá honum. Biro sleit takkaskónum hjá Santos

FC í São Paulo en eins og flestir vita gerði Pelé garðinn frægan með sama liði. En liðið var líka stjörnum prýtt þegar Biro lék með því frá unga aldri til ársins 1999. „Ég lék þarna með Robinho en við vorum einnig saman í skóla í tvö ár og vorum því ágætis kunningjar,“ segir hann. „Þótt hann sé stórstirni er þetta ósköp venjulegur maður; hress og skemmtilegur. Ég hef reyndar haft lítið af honum að segja í seinni tíð en við höfum ekkert verið í sambandi frá því hann fór til Real Madrid.“ Í spænska konungslíðinu atarna leikur svo einn fyrrverandi samherji Ismaels en það er varnarmaðurinn Pepe sem nú hefur tekið sér portúgalskt ríkisfang en var landi Ismaels þegar þeir léku saman með Marítimo í Portúgal. Ismael var einnig samherji Rafael Sobis í liðinu Internacional í Brasilíu. Sóknarmaðurinn sá leikur nú með Real Betis á Spáni og hefur hann nokkrum sinnum klæðst landsliðsbúningi Brasilíu.

En þeir Ismael og Biro hafa sótt að sama marki áður en þeir klæddust Þróttarreyjunni því þeir voru samherjar hjá brasilíska liðinu Londrina á árunum 2004 til 2006.

KYNÞÁTTAFORDÓMAR AF VERSTU SORT

Skömmu eftir komuna til Íslands gerðu tvímenningarnir sér glaðan dag á veitingastaðnum Vegamótum ásamt samherjum sínum í Þrótti. „Við skemmtum okkur hið besta en urðum þó óþægilega varir við það að dyravörður fylgdist grannnt með okkur og vissum við ekki hverju það sætti,“ segir Ismael. Þeir félagar ákváðu síðar að bregða undir sig betri fætinum

á Vegamótum en þá kárnaði gamanið. „Það var mikil biðröð fyrir utan,“ rifjar Biro upp. „Þar rennur svo dyravörður að okkur og spyr um vegabréf og þegar inn var komið fundum við að fylgst var grannnt með okkur. Síðan erum við sakaðir um að vera að setja einhverja ólyfjan í glös hjá stúlkunum en það var alveg úr lausu lofti gripið. Það fer þó svo að lögreglan er kölluð á svæðið og við erum leiddir á lögreglustöð í handjárnnum þar sem við fengum að dúsa í fangaklefa eins og glæpamenn í tvær klukkustundir.“ Eins og alþjóð veit hefur það komið fyrir í Reykjavík að menn hafa sett ólyfjan í glös hjá konum með það fyrir augum að nauðga þeim þegar ástand stúlkanna leyfir engar varnir. Málið var því lítið grafalvarlegum augum. Fjallad var um málið í fjölmiðlum en síðar fékkst staðfest að ekkert var til í þessum ásökunum.

Nú verður Ismael mikið niðri fyrir. „Við höfðum ekkert af okkur

gert annað en að vera af öðrum kynþætti og þjóðerni en dyraverðirnir sem var ekki hlýtt til okkar af þeim sökum. Þetta eru kynþáttafordómar af verstu sort.“

KOM FYRIR FÓTBOLTANN, EKKI STELPURNAR

Það blés því ekki byrlega hjá þeim félögum sem flust höfðu frá Brasilíu og Portúgal til fjarlægjar eyju í Norður-Atlantshafi þar sem þeir fengu svo að dúsa handjárnadír í fangaklefa. „Það fyrsta sem kom upp í hugann var að pakka saman og halda rակleidis heim,“ segir Ismael. „En þegar mesta bræðin rann af mér hugsaði ég til þess að héðan fæ ég tekjurnar og það eru fleiri en ég sem treysta á þær því ég sendi fjölskyldu minni í Brasilíu hluta af þeim.“

En þó að veröldin virtist hrúin eitt augnablik lögðu þeir tvímenningar ekki árar í bát og una þeir nú hag sínum nú hið besta. „Ég lifi hér þægilegu og góðu lífi, hef fengið bíl og allt,“ segir hann og

hringlar lykklakippunni með bíllyklinum.

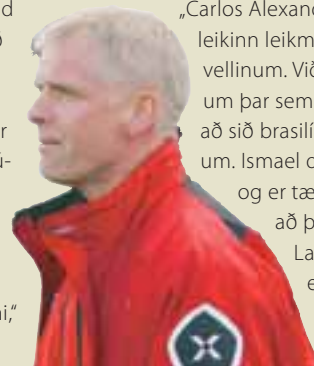
En þótt samskipti þeirra við kvenþjóðina hér á landi séu ekki með þeim hætti sem þeir voru sakaðir um á Vegamótum hljóta þau að vera einhver, eða hvað? „Íslenskar konur eru fallegar en ég er hingað kominn til að spila fótbolta svo ég er ekki að gleyma mér yfir þeim,“ segir Biro. Ismael á hins vegar kærustu í Brasilíu sem reyndar var á landinu þegar viðtalið fór fram svo það mál þurfti ekki að ræða frekar.

Þeir segjast einnig vanir miklum aga hvað skemmtanalíf varðar. „Í Portúgal var ekkert útstáelsi leyft á keppnistímabilinu,“ segir Ismael. „Menn gátu kannski fengið sér björglas eftir leik en að öðru leyti urðu menn að sitja á strák sínum.“

Það er því ljóst að þeir félagar munu mæta einbeittir til leiks enda segjast þeir staðráðnir í að gefa Þrótti allan sinn þrótt í sumar.

KRYDDA UPP Á LEIK OKKAR

„Mér líst mjög vel á þessa stráka og ég held að þeir eigi bara eftir að vera skarpari með tímanum. Þeir eru með fína knattspyrnugetu en komu náttúrulega bara beint á klakann og voru þannig séð mállausir í þokkabót þar sem þeir töluðu bara portúgölsku en eru nú búnir að vera í bæði íslensku- og enskukennslu. Þeir eru því að aðlagast vel og eru kátir og sprækir en það verður auðveldara fyrir þá þegar tungumálaöðrgleikarnir verða úr sögunni,“ sagði Gunnar Oddsson, þjálfari Þróttar.



„Carlos Alexandre Bernal eða Biro er lágvaxinn og leikinn leikmaður sem getur spilað í flestum stöðum á vellinum. Við höfum verið að nota hann í bakverðinum þar sem hann virðist njóta sína mjög vel og tekur að síð brasilíska leikmanna virkan þátt í sóknarleiknum. Ismael da Silva Francisco spilar sem framherji og er tæplega 190 sm á hæð og 85 kíló þannig að það eru fáir líkamlega sterkari en hann í Landsbankadeildinni. Þeir eiga örugglega eftir að krydda leik okkar,“ sagði Gunnar að lokum.

Ofurléttir **Nike**
Mercurial Vapor takkaskór

C. Ronaldo



nikefootball.com

TUGURINN

Tíu næstu menn til að komast á listann yfir 20 bestu knattspyrnumenn Íslands frá 1946-2008:

BJARNI SIGURÐSSON



Varði mark Skagamanna þegar liðið varð tvöfaldur meistari tvö ár í röð frá 1983 og 1984. Varð tvisvar sinnum bikarmeistari þrjú ár í röð, fyrst 1982-84 með ÍA og svo 1990-92 með Val.

GUÐMUNDUR STEINSSON

Annar af aðeins tveimur leikmönnum sem hafa skorað 100 mörk í efstu deild. Varð fjórum sinnum Íslandsmeistari og skoraði sex sinnum yfir tíu mörk á átta ára tímabili frá 1984 til 1991.

GUÐMUNDUR ÞORBJÖRNSSON

Er þriðji markahæsti leikmaður Vals frá upphafi þrátt fyrir að leika sem miðjumaður. Varð fjórum sinnum Íslandsmeistari og kláraði ferilinn sem atvinnumaður í Sviss.



KARL ÞÓRÐARSON

Einn skemmtilegasti vængmaður Íslands frá upphafi. Varð fimm sinnum Íslandsmeistari með Skagamönnum og það liðu 20 ár milli þess fyrsta 1974 og þess síðasta 1994.

MATTHÍAS HALLGRÍMSSON

Einn mesti markahrókur Íslands frá upphafi og sá eini sem hefur skorað yfir 90 mörk í efstu deild og yfir tíu mörk með A-landsliðinu.

ÓLAFUR ÞÓRÐARSON

Líklega baráttuglaðasti leikmaður sem Ísland hefur eignast. Vann sjó Íslandsmeistararitla og fimm bikarmeistararitla með Skagamönnum og spilaði 72 landsleiki.



RAGNAR MARGEIRSSON

Einn hæfileikaríkasti framherji sem Ísland hefur eignast. Skoraði 83 mörk í efstu deild fyrir Keflavík, Fram og KR en tókst aldrei að verða Íslandsmeistari.

SIGURÐUR DAGSSON

Er þekktastur fyrir að halda hreinu á móti Eusebio og liði Benfica fyrir framan 18 þúsund manns á Evrópuleik á Laugardalsvöllum.

SÆVAR JÓNSSON

Einn traustasti varnarmaður



Íslands frá upphafi. Spilaði 201 leik á ferlinum, alla fyrir Val, og varð fjórum sinnum Íslandsmeistari með Val.

ÞÓRÐUR ÞÓRÐARSON

Lýkilmaður í fyrsta gullaldarliði Skagamanna, skoraði 103 mörk í 139 leikjum með Skagamönnum, varð fjórum sinnum markakóngur deildarinnar og sex sinnum Íslandsmeistari.

RISINN ÚR HVERAGERÐI

Hinn 17 ára Ragnar Nathanaelsson spilaði sína fyrstu leiki í úrvalsdeild í vetur og varð um leið hæsti leikmaður Iceland Express-deildarinnar. Hann nálgast óðum Pétur Guðmundsson og er enn að stækka. Pétur fylgist vel með þróuninni hjá stráknum sem hefur ekki enn fengið tækifæri með yngri landsliðum Íslands.

Eftir Óskar Ófeig Jónsson

Í fyrsta sinn í mörg ár er Njarðvíkingurinn Egill Jónsson ekki lengur hæsti leikmaður Iceland Express-deildarinnar. Hann 216 sm há og 17 ára gamli Hvergerðingur Ragnar Nathanaelsson fékk nefnilega að stíga sín fyrstu spor með Hamri í deildinni í vetur.

Ragnar kom inn á í sínum fyrsta leik þegar Hamar sótti Þórsara heim á Akureyri. Fyrsta karfan kom í óvæntum sigri Hamars á verðandi deildarmeisturum Keflavíkur og í lokaleiknum gegn ÍR var Ragnar með 6 stig og 7 fráköst.

Lárus Jónsson, fyrirlíði Hamars, hefur fylgst með Ragnari undanfarin ár og hann sá mikinn mun á honum á þessu tímabili.

„Hann hefur alla möguleika og það er undir honum sjálfum komið að verða góður. Áhuginn er að aukast hjá honum og hann stóð sig bara ágætlega í þeim leikjum sem hann tók þátt í hjá okkur í vetur. Hann var aðeins með okkur í fyrri en í vetur er hann búinn að vera á fullu. Það er þvilík breyting á honum, hann náði að troða í fyrsta sinn í vetur og núna treður hann á hverri einustu æfingu,“ segir Lárus sem segir hugarfar Ragnars geta hjálpað honum.

„Hann hefur ágætis hugarfar og hann er frekar milli-nagli. Það á samt eftir að reyna almennilega á hann því hann er ungur og ekki búinn að spila mikið,“ segir Lárus en þrátt fyrir að vera þegar orðinn stór og mikill þá þarf strákurinn að styrkja sig. „Hann þarf að styrkja sig líkamlega og þá sérstaklega miðju líkamans því hann er svolítið veltur. Það gæti orðið auðvelt að ýta honum ef hann styrkir sig ekki. Það kemur því hann er svo ungur ennþá,“ segir Lárus.

Ragnar hefur gengið í gegnum ýmislegt þrátt fyrir ungan aldur og um tíma var eins og hann ætlaði ekki að enda í körfuboltanum en Ágúst Björgvinsson, þjálfari Hamars, hefur hjálpað stráknum mikið í vetur og kveikt áhuga hjá honum á að reyna að ná langt í körfuboltanum.

Ragnar hefur aldrei verið valinn í unglingslandslið sem mörgum finnst skrítið því ef það er eitthvað sem íslenskan körfubolta vantar þá eru það fleiri stórir menn. Hans tími mun þó örugglega koma haldi hann áfram á sömu braut.



Pétur kom á nokkrar æfingar milli jóla og nýárs. Hann sagði honum meðal annars að fara aldrei út úr íþróttahúsinu án þess að troða. Það kveikti tvímælalust í honum.

» ÉG ER
Ragnar Ágúst Nathanaelsson

Aldur... 17 ára.
Hæð... 216 sm.
Þyngd... 125 kg.
Skónúmer... 51/15 US.
Lítur upp til... Pétur Guðmundsson er sá eini sem ég þarf að líta upp til.
Önnur áhugamál... Hef mikinn áhuga á tónlist, bæði að spila og hlusta.



Pétur Guðmundsson er sá körfuboltamaður sem hefur náð lengst en hann spilaði meðal annars með Los Angeles Lakers, San Antonio Spurs og Portland Trailblazers. Pétur er sjálfur 218 sm á hæð og þeir Ragnar hafa hist, gerðu það um síðustu áramót og Pétur hefur sýnt mikinn áhuga á að hjálpa Ragnari í framhaldinu. Hann hefur sem dæmi boðið stráknum til sín þegar Ragnar fer í körfuboltabúðir í Duke í Bandaríkjunum í sumar.

Pétur ráðleggur Ragnari hér neðar á síðunni. „Ég trúi því að hann geti náð langt. Það er erfitt að fylgjast með úr svona mikilli fjarlægð en ég veit að Gústi er að gera góða hluti fyrir Ragnar og ég treysti honum,“ sagði Pétur um strákinn.

Lárus segir það hafa verið fróð-

legt að fylgjast með þeim Pétri og Ragnari. „Það er gaman að segja frá því að Pétur kom á nokkrar æfingar milli jóla og nýárs. Hann sagði honum meðal annars að fara aldrei út úr íþróttahúsinu án þess að troða. Það kveikti tvímælalust í honum því hann hefur náttúrulega ekki margar fyrirmyndir hér á Íslandi nema kannski Egil,“ segir Lárus.

Lárus vonast til þess að Ragnar haldi áfram á þeirri braut sem hann komst á í vetur.

„Það skiptir máli að halda honum að körfubolta því það er eins með hann og alla aðra að það er hægt að búa til áhuga. Ég er mjög bjartsýnn en það er undir honum komið hvað hann ætlar að ná langt. Hann getur farið nákvæmlega eins langt og hann vill.“

5 RÁÐLEGGINGAR PÉTURS GUÐMUNDSSONAR TIL RAGNARS

1. Trúðu alltaf á sjálfan þig og vertu sjálfum þér trúur. Þú munt alltaf vekja athygli vegna hæðarinnar og kemst ekki hjá því að vera í sviðsljósinu. Vertu hógvær og mundu alltaf hvar þú byrjaðir. Þú kaust ekki að vera stór. Það er bara bónus! Þú ert ekki öðruvísi en aðrir þótt þú sért hærri en fólk mun alltaf halda það. Hæðin getur hins vegar boðið þér upp á ýmsa möguleika en það er undir þér sjálfum komið hvernig þú vinnur

úr þeim.
2. Mundu að menntun er máttur. Aldrei gleyma að körfubolti er leikur en menntun undirbýr þig fyrir lífið. Það á við hvort sem þú ert 220 sm á hæð eða 120 sm. Þú verður að finna rétt jafnvægi þar á milli.
3. Settu þér markmið og mundu að vera alltaf óhræddur við að reyna eitthvað nýtt. Það er betra að reyna eitthvað og mistakast en að reyna ekki og vita aldrei hvort þú getur það! Fólk mun hafa ákveðnar

væntingar til þín vegna hæðarinnar en mundu að „fólk“ stjórnar ekki lífi þínu. Treystu þeim sem hafa hjálpað þér hingað!
4. Þeir sem VILJA verða betri finna alltaf „aukatíma“ til að æfa sig. Mundu að þú „spilar eins og þú æfir“. Æfðu rétt og þá spilar þú rétt! Endurtekning, endurtekning... enginn

verður meistari án þess að eyða miklum tíma í að æfa það sem hann er búinn að læra. Þetta á ekki síst við um hávaxna leikmenn.
5. Mundu svo að lokum að svona stór líkami er vél sem þarf gott eldsneyti. Borðu rétt og hugsaðu vel um líkamann og þá eru þér allir vegir færir!

GANGI ÞÉR VEL!
Þinn vinur, Pétur.



VINSTRA HORN

MARTHE SÖRDAL,
FRAM

MARKVÖRÐUR

BERGLIND ÍRIS
HANSDÓTTIR,
VALUR

HÆGRA HORN

ÞÓREY RÓSA
STEFÁNSDÓTTIR,
FRAM

LÍNUMAÐUR:

ANNA ÚRSULA
GUÐMUNDSDÓTTIR,
GRÓTTA

VINSTRI SKYTТА

SARA
SIGURÐARDÓTTIR,
FRAM

MIÐJUMAÐUR

RAKEL DÖGG
BRAGADÓTTIR,
STJARNAN

HÆGRI SKYTТА

RUT JÓNS-
DÓTTIR, HK

HORNAMENNIRNIR FLOTTASTIR

Hornamennirnir **BALDVIN ÞORSTEINSSON** úr Val og **Marthe Sördal** úr Fram eru kynþokkafyllstu leikmenn N1-deildanna að mati leikmanna. Marthe er á föstu en Baldvin er á lausu. Leikmenn N1-deildanna kusu einnig kynþokkafyllsta leikmanninn í hverri stöðu fyrir sig.

MIÐJUMAÐUR

HEIMIR ÖRN ÁRNASON,
STJARNAN

HÆGRI SKYTТА

EINAR LOGI
FRÍÐJÓNSSON,
AKUREYRI

VINSTRI SKYTТА

PATREKUR
JÓHANNESSON,
STJARNAN

LÍNUMAÐUR:

EINAR INGI
HRAFNSSON,
FRAM

VINSTRA HORN

BALDVIN
ÞORSTEINSSON,
VAL

MARKVÖRÐUR

PÁLMAR PÉTURSSON,
VAL

HÆGRA HORN

HJÖRTUR
HINRIKSSON, FRAM



Adidas Powerswerve TRX FG
Fullorðins 39 – 47 kr. 24.990.-
Barnastærð. 36 – 38,5 kr. 16.990.-



Adidas adiPURE FG
Fullorðins 39 – 47 kr. 16.990.-



Adidas adiCORE
Fullorðins 39 – 47 kr. 10.990.-



Adidas TelstarTRX FG
Fullorðins 39 – 47 kr. 8.990.-
Takkaskór og gerfgrasskór



Adidas Questa TRX FG & TF
Barnastærð. 28 – 38,5

kr. 4.490.-

Litur hvítur eða svartur
Takkaskór eða gerfgras



Adidas Torra H&L

Barnastærð. 28 – 34

kr. 3.990.-

Franskur lás fyrir yngstu börnin



EM boltinn 2008
Frá kr. 2.490.-

Ármúla 36

s. 588 1560

www.joiutherji.is



Þráinn sést hér fylgjast með efnilegum stangarstökkvara en þjálfarinn segir að aldrei hafi komið upp jafnmargir ungir stangarstökkvarar og nú.



Frjálsíþróttahöllin rúmar ekki keppnisaðstöðu í spjótkesti.



Hér sést ungur sleggjukastari við æfingar en sleggjunni er kastað í netið sem er í bakgrunni.



Í frjálsíþróttahöllinni er lögleg 200 metra löng keppnisbraut sem nýttist vel til mótshalds sem og æfinga.

» LONDON 2012 ER MÁLIÐ

Sport fékk Þráinn Hafsteinson, íþróttafraeðing og yfirþjálfara frjálsíþróttadeildar ÍR, til þess að tjá sig um stöðu frjálsíþróttar á Íslandi í dag og hvaða framtíðarsýn hann hafi fyrir hina nýju kynslóð frjálsíþróttafólks sem er að koma upp. Hann telur raunhæft að efnilegir frjálsíþróttamenn frá Íslandi stefni á að fara á Ólympíuleikana í London árið 2012.

EFTIR ÓMAR ÞORGEIRSSON

Þráinn Hafsteinson er einn reyndasti frjálsíþróttamaður Íslands fyrr og síðar og hefur mikla þekkingu á öllum sviðum frjálsíþróttar enda sjálfur fyrrverandi Íslandsmeistari í tugþraut. Umhverfi frjálsíþróttar á Íslandi hefur breyst mikið hin síðari ár og hefur tilkoma frjálsíþróttahallarinnar í Laugardal, sem tekin var í notkun í lok október árið 2005, umbylt allri starfsemi frjálsíþróttahreyfingarinnar á Íslandi og skapað iðkendum tækifæri til þess að æfa og keppa af meiri krafti en áður var.

HALLARBYLTING

„Það má sannarlega tala um byltingu í þessu samhengi og keppnis-

hald varð allt annað og betra og það er gríðarlega sterkt fyrir iðkendum hér á landi að hafa næg verkefni eins og raun ber vitni. Það er undirstaða þess að menn bæti sig og fyrir árangurinn. Við finnum það líka á Reykjavíkursvæðinu að iðkendum fjölga. Yngsta kynslóðin er að koma í frjálsíþróttirnar og það er einnig algengara en áður var að unglingar haldi áfram að æfa,“ sagði Þráinn sem kvæðst strax vera farinn að finna fyrir áhrifum af breyttri aðstöðu í betri árangri.

„Við töldum að raunhæft væri að sjá betri árangur vegna tilkomu hallarinnar eftir um 5-10 ár en mér finnst áhrifin vera farin að koma í ljós núna strax og það er sér í lagi mikill kostur að geta kynnt allar greinar fyrir ungum iðkendum allan ársins hring. Sem stendur er hægt að æfa allar greinar í höllinni með góðu móti en í kastgreinum eins og kringlukasti, spjótkesti og sleggjukasti er kastað í net þannig að það er ekki hægt að keppa í þeim greinum innanhúss hér á landi. Keppnisgreinar eins og hástökk og stangarstökk dafna hins vegar sem aldrei fyrr með breyttri aðstöðu. Sem dæmi má nefna í sambandi við stangarstökk að það gat tekið rúmlega hálf tíma að undirbúa fyrir hverja æfingu áður fyrr og annan hálf tíma í að ganga frá, en nú er þetta bara klárt þegar maður mætir á æfinguna. Það hafa þar af leiðandi aldrei komið upp jafn margir stangarstökkvarar og nú,“ sagði Þráinn ánægður.



Fríður hópur Þráinn Hafsteinson stendur hér fyrir framan efnilegan æfingahóp hjá frjálsíþróttadeild ÍR sem æfir í frjálsíþróttahöllinni.

SPORTBLAÐIÐ/STEFÁN

KYNSLÓÐASKIPTI

Frjálsíþróttahreyfingin á Íslandi varð fyrir miklu áfalli þegar Vala Flosadóttir, Jón Arnar Magnússon og Guðrún Arnardóttir hættu með skömmu millibili og útlitið til skamms tíma ekki bjart.

„Þetta var náttúrulega allt of stór pakki á einu bretti þegar þetta afreksfólk hætti og það má ef til vill segja að í dag eigum við fáa afreksmenn sem þessa í heimsklassa, en helst ber þar að nefna Þóreyju Eddu Elísadóttur úr FH. Við eigum hins vegar alveg rosalegan fjölda af efnilegu fólki sem er á aldrinum 16-20 ára og er ekki komið í heimsklassa ennþá en hefur sýnt það á heimsmeist-

aramótum 17 ára og yngri og í Evrópukeppnum að þau eru í fremstu röð í heiminum og taka stöðugt framförum og bæta sig. Þannig að hæfileikarnir eru til staðar og það verður að hlúa að þeim og Frjálsíþróttasambandið er með afreksþópa í gangi í þeim tilgangi. Einnig er starf félaganna alltaf að batna. Ég held að Ólympíuleikarnir í London árið 2012 séu raunhæft markmið hjá mörgum af þessum krökkum og ég veit að mörg þeirra eru búin að setja stefnuna á að komast þangað. Það gætu jafnvel einhverjir dottið inn á Ólympíuleikana í Peking í lok sumars,“ sagði Þráinn bjartsýnn.

BÍLABYLTING

ÚTSALA



Nýjir og Nýlegir bílar. Allt að 30% lægra verð í dag!

Sýnishorn úr leitarvél:

» **JEPPAR**



2007/2008 Ford Explorer frá Kr. 2.790.000
2007/2008 Dodge Durango frá Kr. 2.790.000
2007/2008 Jeep Grand Cherokee frá Kr. 2.590.000
2007/2008 Toyota Highlander frá Kr. 3.100.000
2007/2008 Landrover LR3 Discovery frá Kr. 5.690.000
2007/2008 Benz ML350 frá Kr. 5.350.000
2007/2008 Audi Q7 frá Kr. 5.750.000
2007/2008 VW Touareg frá Kr. 4.750.000

» **FÓLKSBÍLAR**



2007/2008 Dodge Grand Caravan frá Kr. 2.050.000
2007/2008 Dodge Caliber frá Kr. 1.790.000
2007/2008 Ford Mustang frá Kr. 2.400.000
2007/2008 Toyota Camry frá Kr. 2.650.000
2007/2008 Volvo S60 frá Kr. 2.950.000
2007/2008 Audi A4 Turbo frá Kr. 3.250.000
2007/2008 Dodge Charger frá Kr. 2.390.000
2007/2008 Benz C230 frá Kr. 3.700.000

» **PALLBÍLAR**



2007/2008 Ford CREW F150 frá Kr. 2.450.000
2007/2008 Ford F350 DIESEL frá Kr. 3.390.000
2007/2008 Dodge RAM 1500 frá Kr. 2.300.000
2007/2008 Dodge RAM DIESEL frá Kr. 3.290.000
2007/2008 Toyota Tacoma frá Kr. 2.990.000
2007/2008 Toyota Tundra frá Kr. 3.090.000

**ÁBYRGÐ FYLGIR ÖLLUM BÍLUM!
ÞÚ AUGLÝSIR GAMLA BÍLINN FRÍTT!**

40%



LÆKKUN ELDSNEYTISKOSTNAÐAR!

Meiri kraftur - Minni eyðsla

Skiptu í HYBRID, þú sparar hundruði þúsunda í eldsneyti!

TOYOTA HIGHLANDER 7,5 /100km 280 hestöfl!

TOYOTA CAMRY 5,8 /100km 187 hestöfl!



**PRÓFAÐU
HYBRID
AKSTUR**

**HRINGDU
Í 552 2000
og bíllinn
kemur!**

**REYNSLUAKSTUR
REYKJAVÍK OG AKUREYRI**



*„Þjónustan til fyrirmyndar í einu
og öllu og bíllinn alveg draumur“*

Sæmundur Pálsson, leigubílstjóri

» **islandus.com**

www.islandus.com - Sími 552 2000



Islandus.com is an independent multi-brand buying service and has no affiliation with any automobile manufacturer. Automobile marks or images are shown for the sole purpose of enabling customers to identify a particular product and its manufacturer. Trademarks remain the property of their registered trademark owner and islandus.com claims no right thereto.

ÚR BÚNINGSKLEFANUM

Með Pálinu Gunnlaugsdóttur - Íslandsmeistara í körfubolta með Keflavík.



Hver kemur alltaf síðust á æfingar? Margrét Kara, mætir alltaf svona mínútu í æfingu.

Hver er best klædd? Ég sjálf.

Hver er verst klædd? Þjóðverjinn okkar er oft einkennilega klæddur. Fylgir ekki alveg nýjustu tísku raunum.



Hver á flottasta bílinn? Ingibjörg Elva. Hún á ógeðslega flottan BMW.

Hver á ljótasta bílinn? Harpa Guðjónsdóttir. Er á gamalli, grænni Corollu.

Hver er lengst fyrir framan spegilinn? Marín Rós Karlsdóttir. Er ansi lengi að laga hárið á sér.

Hver er lengst í sturtu? Við leggjum það í vana okkar að fara ekki í sturtu eftir æfingar. Það fara venjulega ekki nema svona þrjár.

Hver er með bestu brúnkuna? Aftur Ingibjörg Elva. Hún er alltaf jafn brún og sælleg 365 daga á ári.



LOKASVARIÐ

» AÐALSTEINN REYNIR EYJÓLFSSON

Helsti veikleiki: Hvað ég er þrjóskur.

Helsti styrkleiki: Hvað ég er þrjóskur.

Ef þú værir síamstvíburi, hvern vildirðu hafa hangandi utan á þér? Ragnar Hermannsson, engin spurning.

Af hverju ertu að hætta? Þetta er orðið gott í bili. Er búinn að ná öllum mínum markmiðum með liðið.

Er þreytandi að þjálfastelgur? Það getur verið gríðarlega skemmtilegt, fer allt eftir einstaklingunum sem mynda hópinn.

Hvað er erfðast við að þjálfastelgur? Sennilegast hvað þær eru miklar tilfinningaverur.

Hafa þær hent þér út úr klefanum? Ekki beint en margsinnis óbeint.

Er betra að þjálfastelgur en stráka? Það er öðruvísi að vissu leyti, bæði kynin hafa sína veikleika og styrkleika.

Spilarðu á hjóðfæri? Er með öllu hæfileikalaus á sviði tónlistar.

Af hverju er þér svona illa við Einar Þorvarðarson? Pass.

Ætlarðu að bjóða þig fram í stjórn HSÍ? Það kemur kannski einhvern tímann að því.

Er Ragnar Hermannsson verðugur arftaki þinn?

Ragnar er gríðarlega hæfur þjálfari eins og hann hefur svo oft sýnt og sannað fyrir utan það að vera gull af manni.

Hver er háværasti þjálfarinn á hliðarlínunni? Þeir Nesbræður gera tilkall til þessa titils.

Áttu einhverja dómaravini? Ég á ágætiskunningja úr dómarastéttinni.

Áttu klappstýrubúning? Nei, hann á ég ekki til en hef augastað á einum rándýrum með öllu.

Hvernig tilfinning er að hafa fengið lengsta bann fyrir ummæli í íþróttasögu Íslands? Af ótta við refsiaðgerðir þá ætla ég ekki að tjá mig um það mál. Það var ekki skemmtileg reynsla. Ég er enn sá þjálfari sem hlýtur hvað fæst spjöld í deildinni og hef aldrei fengið rautt spjald sem þjálfari í efstu deild.

Hvernig var að vinna með Hlyni Sigmarssyni?

Að vinna með Hlyni og öðrum Eyjamönnum var forréttindi. Ég efast um að hægt sé að skapa manni mikið betri vinnuástand en Hlynur bauð upp á í Vestmannaeyjum á þeim tíma. Hlynur er draumóramaður sem lætur drauma sína rætast með ótrúlegum dugnaði og vinnusemi. Samstarf okkar var frábært í alla staði.

Hvernig bíl áttu? Ég ek um á Golf station.

Hvaða tónlist ertu að hlusta á? Það sem er í útvarpinu hverju sinni.

Besta ráðið? Sannleikurinn er sagna bestur.

Gæði á góðu verði



Kr. 39.800,-



Kr. 53.400,-



Kr. 53.400,-

Dick
CEPEK
TIRES & WHEELS

Fáanleg í stærðum frá 29" til 44"

Arctic Trucks • Kletthálsi 3 • 110 Reykjavík • Sími 540 4900

Áberandi glæsilegur

7 manna sjálfskiptur dísil sportjeppi...

✓ MEIRI BÚNAÐUR ✓ MEIRA RÝMI ✓ MEIRI KRAFTUR



CAPTIVA Chevrolet Captiva er glæsilegur sportjeppi sem tekið er eftir. Billinn er hannaður til að mæta kröfum evrópskra ökumanna og er útkoman áberandi glæsilegur bíll. Kraftmikil túrbó dísilvél og 5 þrepa sjálfskipting, og þú getur valið um 5 eða 7 manna bíl. Komdu við hjá okkur, við erum á Tangarhöfðanum - Alltaf heitt á könnunni.



CHEVROLET
GÆÐI OG FRÁBÆRT VERÐ

Bílahúð
Benna

Reykjavík
Bílahúð Benna
Tangarhöfða 8-12
Sími 590 2000

Akureyri
Bílasala ÓS
Njarðarnesi 1
Sími 462 1430

Borgarnes
Bílasala Vesturlands
Sólbakka 2
Sími 437 2100

Egilsstaðir
Bílasala Austurlands
Fagradalsbraut 21-23
Sími 471 3005

Reykjanesbær
Bílahornid hjá Sissa
Brekkestig 38
Sími 420 3300



KÖRFU BOLTAPARTÝIÐ

HELDUR ÁFRAM

Iceland Express 
deildin

Undanúrslit í **Iceland Express**
deild karla hefjast í kvöld...

Keflavík	–	ÍR	06.04	19:15
ÍR	–	Keflavík	09.04	19:15
Keflavík	–	ÍR	11.04	19:15 eða 20:00
#ÍR	–	Keflavík	13.04	
#Keflavík	–	ÍR	16.04	

Grindavík	–	Snæfell	07.04	20:00
Snæfell	–	Grindavík	10.04	19:15
Grindavík	–	Snæfell	12.04	16:00
#Snæfell	–	Grindavík	14.04	
#Grindavík	–	Snæfel	16.04	

Ef til kemur



Iceland Express 

MAX

RAFTÆKI

Dúndur
TILBOÐ



269.989 kr.

Philips 42PFL7762D

42" LCD Pixel Plus 2 HD breiðtjald • 1920x1080 punkta upplausn • Pixel Plus 2 HD • Digital Natural Motion • HD Ready • Skerpa: 7.500:1 • Active Control og ljósskynjari • Innb. digital DVB-T móttakari • 40w Nicam Stereo Hljóðkerfi með Incredible Surround • 2 Scart, 3 HDMI, Component, SVHS, CVBS og heyrnartólstengi • Textavarp ofl.

42 tommur

Full HD

Universal fjarstýring fylgir frítt með* þessum pakka

Philips SRU9400
Universal fjarstýring sem lærir • Stýrir 5 tækjum • LCD skjár sýnir bara takka sem þarf að nota • Hvítt bakljós • Lærir á aðrar fjarstýringar • Mjög auðveld í uppsetningu með LCD skjánum



18 DVD myndir fylgja frítt með* þessum pakka



*Gildir fyrir þingga myndir DVD pakkingar!



JBL iPod hátalarar

JBL ONTIME

iPod vaggja með útvarpsvekjara • Passar fyrir iPod, MP3, CD spilara ofl • 1 Ridge og 2 Phoenix Neodymium hátalarar • 2x6w innbyggður magnari • Halo acoustics - 360° hljómfletningur • Útvarp með stöðvaminnum • LCD skjár með baklýsingu • Aux inng. og Subwoofer útg. • Fæst í hvítu og svörtu

24.989 kr.

Fullt verð ~~29.989~~

Þráðlaus DECT sími



Doro 720

Þráðlaus sími með R-takka • Dregur 50m inni og 300m úti • 10 klst. í tali - 100 í bið • 50 nöfn og númer í skrá • Birting á 50 síðustu hringinga • Stíllanlegur hljóðstyrkur í hlust • Ýmsar stillingar á hringitönum Sjálfvirk svörun er tæki fer úr móðurstöð • Setja má nafn á skjá handtækis • Allt að 5 handtæki við móðurstöð

5.989 kr.

Fullt verð ~~6.989~~



Með CD

Lenco SCD20R
Lítið og nett ferðatæki • FM útvarp • Vandaður Geislaspilari • Spilar CD, CD-R/RW • Góðir hátalarar

4.989 kr.

Fullt verð ~~5.989~~

Mac Book Air



Mac Book Air

1,8GHz Core 2 Duo • 2GB RAM • 80GB HD • Þráðlaust netkort (802.11n) • Bluetooth 2.1 +EDR • Innbyggð vefmyndavél • Upplýst lykklaborð • 1,36 kg / 0,4-1,94 sm þunn

249.989 kr.

Mac Book Air

1,6GHz Core 2 Duo • 2GB RAM • 80GB HD • Þráðlaust netkort (802.11n) • Bluetooth 2.1 +EDR • Innbyggð vefmyndavél • Upplýst lykklaborð • 1,36 kg / 0,4-1,94 sm þunn

214.989 kr.



DVD 2 fyrir 1
1.489 kr.

Hundruðir DVD titla í boði

Opnunartími

Mánudaga kl. 11-19
Þriðjudaga kl. 11-19
Miðvikudaga kl. 11-19

Fimmtudaga kl. 11-22
Föstudaga kl. 11-19
Laugardaga kl. 11-18
Sunnudaga kl. 12-18



MAX / Kaupþúni 1 Garðabæ og Holtagörðum - Sími 412 2200
www.max.is

Beint á móti IKEA
Við hliðina á BÓNUS

