

MONITOR



FRÍTT
EINTAK

Verslanir 66°NORDUR | www.66north.is | Sími: 535 6600 || Vír vinnufataverslun | www.facebook.com/vir

66°N



Laugavegur dúnjakki	28.500 kr.
Logn hettupeysa	14.800 kr.
Básar ullarbuxur	9.500 kr.
Dickies skór	16.000 kr.

„Skreytum hús með grænum baunum...“
-Stjórnustrákurinn Blámi.



KASTANÍA

Í búðinni verða seldir fylgihlutir fyrir konur ásamt gjafavöru. Á boðstólum verða meðal annars ýmis merki frá Svíþjóð og Danmörku en helst ber þar að nefna Triwa úrin sem hafa verið mjög vinsæl í Hollywood. Einnig verður íslensk hönnun til sölu í Kastaníu og Ólína og Bryndís hyggjast einnig selja sína eigin hönnun á loðfeldum.

Mynd/Golli

Lifum næstum því sama lífinu

ÓLÍNA OG BRYNDÍS TAKA TÍMANN Á JÓA OG SIMMA

Þær Ólína Jóhanna Gísladóttir og Bryndís Björg Einarsdóttir segjast ekki ætla í samkeppni við eiginmenn sína, Simma og Jóa, en þær opna fylgihlutaverðslun við hliðina á Fabrikkunni í Höfðatorgi um helgina.

„Við erum hvort eð er eiginlega alltaf saman og lifum næstum því sama lífinu,“ segir Ólína Jóhanna Gísladóttir en hún og Bryndís Björg Einarsdóttir opna búðina Kastaníu á Höfðatorgi föstudaginn 3. desember. Þær Ólína og Bryndís þarf vart að kynna fyrir fólki en hér eru á ferðinni eiginkonur fjölmiðla- og veitingamannanna Sigmars Vilhjálmssonar og Jóhannesar Ásbjörnssonar.

„Samstarf Simma og Jóa er að verða 12 ára gamalt, þeir eru mikið saman og þar af leiðandi við líka,“ segir Ólína en þær Bryndís kynntust í gegnum eiginmenn sína og hafa alveg síðan verið góðar vinkonur. „Svo eignuðumst við börn með

sex daga millibili þannig að við vorum saman í ungbarnasundi og ungbarnajóga,“ útskýrir Ólína en börnin fæddust einmitt á háannatíma í opnun Hamborgarafabrikkunnar sem Simmi og Jói standa á bak við.

Hugmyndin kom í fæðingarorlofinu

„Það var allt í gangi á Fabrikkunni á þessum tíma svo við eyddum miklum tíma saman,“ segir hún en stuttu seinna datt þeim í hug að stofna eigin verslun. „Hugmyndin kviknaði þegar við vorum báðar í fæðingarorlofi og fórum að velta fyrir okkur hvað við ættum að gera,“ segir Ólína.

„Það hvarflaði hvorki að okkur að opna ham-

borgarastað né gera sjónvarpsþátt um opnunina,“ segir hún hlæjandi. „Það kom til greina að fara að vinna hjá strákunum á Fabrikkunni en svo sáum við þetta pláss og byrjuðum að djóka með að við myndum opna eitthvað sniðugt þarna,“ segir hún um búðina sem er einmitt á sama stað og Hamborgarafabrikan. „Við hjónin verðum með sameiginlega skrifstofu á efri hæðinni,“ segir Ólína, ánægð með fyrirkomulagið. „Það er mjög hentugt að vera öll í sama húsinu,“ útskýrir Ólína en þau vinahjónin eru mjög hrifin af Höfðatorgi og staðsetningu fyrirtækjanna tveggja. „Við höfum mikla trú á þessu svæði því framtíðarsýnin er svo flott og Borgartúnið er iðandi af lífi.“

Monitor mælir með

MALLAKÚTINN Sushismiðjan við Reykjavíkurhöfn býður upp á virkilega gott sushi. Sterku bitarnir koma skemmtilega á óvart og allir geta fundið eitthvað við sitt hæfi á þessum notalega stað. Þeir sem hafa ekki enn þorað að bragða á hinum framandi fiskibitum ættu að byrja á tofu bitanum, hann er lostæti.



SPILARANN Það er einhver undursamleg stemning í hljómsveitinni Valdimar sem gaf nýverið út plötuna Undraland.

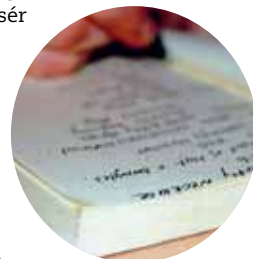
Þeir sem vilja láta sér líða vel og hlusta á góða íslenska tónlist ættu að skjótast út í búð og kaupa plötuna hið snarasta.



FYRIR STRESSADA Þeir sem hafa sífelldar áhyggjur af jólaundirbúningnum ár eftir ár ættu að skipuleggja sig betur. Það er til dæmis skynsamlegt að hafa með sér

lista yfir jólagjafainnkaupin

þegar haldið er í búðirnar til að forðast að ráfa í leit að hinum fullkomnu gjöfum.



Vikan á...

facebook

Retro Stefson með plötu vikunnar á Rás 2, allir að kveikja á útvarpinu! // Plate of the weak on Race 2, everybody quake their outwarp!

1. desember kl. 14:11

Tobba Marinósdóttir er gsm laus - þæginleg og óþæginlegt á sama tíma. Eins og að sofa hjá í fyrsta skipti!

1. desember kl. 11:05

Emmsjé Gauti fótbotinn í Desember... me gonna be fat!

30. nóvember kl. 11:49

Dóri DNA líður ekki vel, nema öðrum líði illa.

29. nóvember kl. 16:24

Egill Einarsson Alltaf stemmning hjá honum Loga. Eignaðist tvo nýja vini í þættinum. Gerði Kristnýju og Friðrik Ómar. Alltaf gaman að eignast nýja vini.

26. nóvember kl. 22:23

Feitast í blaðinu

Vöðvafjallið Arnþór Ásgrímsson með eittrað plan fyrir þá sem vilja stæltu leggi. >>6

Gummi bróðir Ingó er á blússandi siglingu upp metorðastigann. >>8

María Birta er eldheit í myndabætti og opinskáa viðtali um leiklistina og nektaratriði. >>10

Agent Fresco og Cliff Clavin eru ein heitustu böndin á Íslandi í dag. >>16

Íslenskar barnastjörnur láta gamminn geysa um frægðina og fylgifyskana. >>18

Efst í huga Monitor

Jóladagatal Sjónvarpsins mun snúa aftur!

Nú er desember hafinn með öllu tilheyrandi og margir hverjir orðnir spennir að horfa á jóladagatalið í sjónvarpinu á hverju kvöldi. Hver man ekki eftir stjórnustráknum Bláma, baðkarinu sem var á leið til Betlehem, Gunna og Felix með góðu orðabókina í leit að Völundi, Klængi sniðuga og frábæru brúðunum Pú og Pa? Mörg jóladagatölín eru meðal ástsælustu þátta sem gerðir hafa verið á Íslandi og hafa verið endursýnd í samræmi við það. En hvað verður fyrir valinu í ár? Monitor ræddi við Sigrúnu Stefánsdóttur, dagskrárstjóra RÚV, og fékk að forvitnast um gang mála. „Við verðum ekki með jóladagatal en í staðinn verða norsku jólabættirnir Jól í Snædal sem við létum taltsetja,“ sagði Sigrún, en um er að ræða virkilega skemmtilega þætti að hennar sögn. Hún ítrekar þó að íslensku jóladagatölín séu alls ekki úr sögunni og eitt nýtt sé meira að segja í bígerð. „Ný sería af jóladagatali er á teikniborðinu sem verður vonandi sýnd á næsta ári,“ útskýrði Sigrún og hvetur aðdáendur íslensku jóladagatalanna til að missa ekki móðinn. „Við erum alls ekki hætt,“ fullyrkti Sigrún og Monitor hlýnaði um hjartarætur.



BESTU JÓLADAGATÖL ALLRA TÍMA?

Stuttermabulurinn er alfað og omegað í tiskustafrófinu. -Giorgio Armani.



Myndir/Allan

JÓLASPÖNGIN

Fyrst er hárinu skipt í þrjá parta. Efsti parturinn þykkari en hinir tveir. Síðan er hver lokkur fyrir sig fléttaður í lausa fléttu. Því næst er togað aðeins í fléttuna svo hún losni, spenna fest í enda fléttunnar og hún dregin í gegn. Ef hárið er mjög stítt er best að draga hálfu leið og nota þar aðra spennu til að draga fléttuna saman til að greiðslan haldist betur. Að lokum er fléttan fest betur við höfuðið með spennum. Auðveldara en það lítur út fyrir að vera!



Fábrotið en fallegt jólahár í ár

Það er alls ekki flókið að gera í sig flotta jólagreiðslu.

Stíllinn heimsótti hárgreiðslustofuna Mojo á dögunum og hitti þar Tinnu Emperu Arlexdóttur, unga og efnilega hárgreiðslukonu. Tinna var með tilbúna þrjár einfaldar og virkilega flottar hárgreiðslur fyrir Stíllinn sem eru tilvaldar fyrir jólin og sýndi hún skref fyrir skref hvernig greiðslurnar eru settar upp. Hármódel er Andrea Röfn Jónasdóttir, fyrirseta hjá Elite models.



LAUSA JÓLAGREIÐSLAN

Fyrst eru gerðir liðir í hárið með krullujárni, með sérstakri aðferð þar sem hárinu er vafið utan um járnid en ekki sett undir flipann. Síðan er hver lokkur fyrir sig tekinn og honum vafið utan um fingurna í stóra hringi og festur upp með spennum. Þeir lokkar sem detta niður eru notaðir til að festa hér og þar, sem kemur mjög vel út. Greiðslan á að líta út eins og margir litlir, uppsettir snúðar. Að þessu loknu þarf að sprejja smá hárlakki til að festa greiðsluna en passa skal að setja ekki of mikið. Fljótlegt og fallegt!



JÓLASLAUFAN

Byrjað er á að setja hárið í hátt tagl þar sem slaufan á að vera. Síðan er hárinu skipt upp í þrjá hluta, tvo jafn stóra og einn minni í miðjunni sem er skilinn eftir að aftan. Stóru lokkarnir eru vafðir upp í pylsu og mótaðir í slaufu sem er fest með spennum. Þriðji lokkurinn er svo notaður til að skilja lokkana tvo að og honum vafið undir slaufuna þar sem hann er festur.



Stjörnustríð

Eiginkona Kanye West, **Amber Rose**, og **Megan Fox**, leikkona, klæddust sama kjólnum eftir Antonio Berardi. Amber er alltaf mjög töff klædd og Megan Fox hefur oft verið „ókúl“ í klæðnaði en fegurð Megan bætir það upp. Amber vinnur þó stríðið vegna þess að hún ber kjólinn betur og skórnir eru mun flottari.

Kate Winslet Óskarsverðlaunahafi klæddist þessum fallega „plain“ galakjól þegar hún vann þann titil. **Mariah Carey**, sem hefur verið þekkt fyrir lauslátan og bjánalegan klæðnað, náði þó að púlla kjólinn vel en Stíllinn er harðákeðinn í því að gefa Kate vinninginn.

Horrenglurnar **Katie Cassidy** og **Paris Hilton** klæðast hér sama „one-shoulder“ glanskjól eftir Brian Lichtenberg. Katie ber sig mun betur en partíþían Paris og skórnir hennar tóna betur við kjólinn. Hárgreiðsla Katie er einnig fallegri, hún er sigurvegariinn.

Eliza Dushku, leikkona, klæddist kjól eftir Kimberly Ovitz en ákvað að klæðast svörtum sokkabuxum við skó sem myndu frekar vilja hafa berar lappir ofan í sér. Leikkonan **Chloe Sevigny** klæddist einnig sama kjól en var sokkabuxnalaus, sem kemur mun betur út. Chloe ber því sigur úr býtum að mati Stílsins.

Vaxtalausar
raðgreiðslur
til allt að 9 mánuða

BT músin er í Jóla-skapi!

Sjónvörp af öllum stærðum og gerðum - vaxtalausar raðgreiðslur !!

32" LG LCD 320 - 1366x768 HD Ready



helgar
sprengja!

• 89.999



37" Samsung LCD C535 - 1920x1080p Full HD

• 149.999



• 156.999

Æ-pad
hvao!

Ferða DVD spilarar og ferðatæki - þú finnur þetta allt saman í BT

Scott DVD ferðaspilari
7" skjár



• 22.999



• 7.999



• 9.999



• 13.999

Samsung Galaxy Tab
Lítil og nett spjaldtölva
7" snertiskjár
Sími, 3G, WiFi og Bluetooth
2 x myndavél
Android stýrikerfi

Popp og pizza - góð blanda !!

Frábærir MP3 spilarar - ótrúlega góð verð !!



• 9.999

OBH Pizzaofn
Bestu pizzur í bænum!!



• 17.999

OBH Poppvél
ENGIN TRANSFITA!!



• 5.999

Coby MP3 spilarar
2GB - MP550

Coby MP3/MP4 spilarar
2" skjár - FM útvarp - MP707



• 12.999

• 9.999

• 8.999



• 23.999

Coby MP3/MP4 spilarar
2.8" widescreen skjár
FM útvarp - MP815

Fullt af leikföngum og spilum í BT Skeifunni - komdu og skoðuðu ...

Nintendo fjölskyldan

• 24.999



DS Lite leikjatölva



DSi leikjatölva



Wii leikjatölva

Sport Resort leikur og Motion Plus fylgja

• 44.999

Wii leikjatölva

25 ára
afmælisútgáfa



Donkey Kong
Original Edition
Pre-installed



Rosalega skemmtilegt
dót fyrir alla
káta krakka !!!



FLICK MY LIFE VIKUNNAR



Tags: aðsend lol - fiskhausar > aðrir hausar - freudían slíp - þau kunna svo sannarlega að bregða á leik

Tags: aðsend lol - bláu pillurnar > rauðu pillurnar - vel gert mamma - ástarkveðja - you got got



Tags: anchorsheep - kristján mór unnarsson - ekki flatskjár svo þessi mynd er augljóslega 15 ára gömul - sjónvarpið > aðrir staðir til að geyma þvott



GROUP
WWW.FLICKMYLIFE.COM

ARNÞÓR OG HRAFNHILDUR KÆRASTAN HANS



Kitlar egópinnann

„Skemmtilegast að sigra sjálfan sig,“ segir **Arnþór Ásgrímsson**, nýbakaður fitnessmeistari, sem er með lægri fituprósentu en undanrenna.

Arnþór Ásgrímsson er 33 ára kjöttfall frá Akranesi sem varð bikarmeistari í fitness á dögnum. „Það skemmtilegasta við þetta er að sigra sjálfan sig,“ segir Arnþór sem æfir að jafnaði tvisvar á dag. Arnþór var í fótbolta á sínum yngri árum, en segist hafa byrjað í fitness þegar hann var kominn í lélegt líkamsform og að eigin sögn með ógeð á sjálfum sér. „Ég tek bara einn dag í einu og nýt þess sem ég geri. Ég myndi aldrei nenna þessu ef mér þætti þetta leiðinlegt,“ segir Arnþór.

Hann segir sjálfsgata vera mikilvægasta þáttinn í að ná árangri. „Þú þarft að hafa mikla trú á sjálfum þér og vita að það gerir þetta enginn fyrir þig,“ segir Arnþór og nefnir einnig að mataræðið sé lykilatriði. „Það eru ekki eintómir hristingar þó að þeir skipti vissulega máli. Málið er bara að borða, borða og borða,“ segir Arnþór þegar hann er spurður hvernig maður verði eins kjötaður og hann. Hann tekur þó fram að það þurfi að sjálfsgöðu að borða rétt og æfa vel með.

Gaman að rífa sig úr
Monitor hitti á Arnþór í World Class í Laugum þar sem hann var á æfingu

með kærustu sinni, Hrafnhildi Halldórsdóttur einkaþjálfara, en þau æfa mikið saman. Arnþór var hvergi smeykur við að fara úr að ofan og rífa í stálið fyrir myndavélina. „Stór hluti af þessu er að koma fram og vita hvernig skrokkurinn virkar og bregst við hinum ýmsu þósum og áreiti,“ segir Arnþór og kveðst meðvitaður um að margir haldi eflaust að hann sé léttklukkaður þegar hann sviptir sig æfingabólnum í lyftingasalnum. „Alveg klárlega. Það eru pottþétt margir að hugsa: Hvað heldur maðurinn að hann sé?“ segir Arnþór og hlær.

Hann neitar því þó ekki að honum þyki gaman að geta afhjúpað líkamsmusterið þegar hann er í formi sem þessu. „Það kitlar alveg egópinnann, ég skal viðurkenna það. En þetta form helst kannski í átta vikur á ári, svo er maður kappklæddur þar á milli. Þannig að maður nýtir þess á meðan er,“ segir Arnþór léttur.



ARNÞÓR ER Í SVADALEGU FORMI

Svona færðu svaðalega fætur

Arnþór Ásgrímsson er með fætur til að deyja fyrir. Hér sýnir hann okkur æfingaáætlunina sem hann fylgdi fyrir fitnessmótið og útlistar sérstaklega sérgrein sína, fótæfingarnar.

„Til að ná sem bestum árangri í að móta og stækka fætur mæli ég með að skipta fótæfingum í tvennt. Annars vegar er æfing þar sem tekin eru framanverð læri (quads) og hins vegar æfing þar sem tekin eru aftanverð læri (hamstrings).“

8 daga æfingahringur Arnþórs

- Dagur 1: Framanverð læri (quads)
- Dagur 2: Cardio
- Dagur 2: Brjóst og þríhöfði
- Dagur 4: Bak
- Dagur 5: Cardio
- Dagur 6: Aftanverð læri og kálfar
- Dagur 7: Axlir og tvíhöfði
- Dagur 8: Cardio

Framanverð læri

- Æfing 1: Hnébeygja með stöng fyrir framan líkamann (front squats).
- Æfing 2: Fótapressa þar sem fætur eru hafðir neðst á pallinum og þétt saman (leg press).
- Æfing 3: Sitjandi fótaréttur (leg extension).
- Æfing 4: Framstig þar sem mjög stutt skref tekin (lunges).

„Allar æfingar eru gerðar 3 sinnum þungt, en vinna skal sig upp í þyngdina sem unnið er með í hámarkssettum með 3 settum. Dæmi: Í Front squats byrja ég á að hita með stönginni 10 endurtekningar. Því næst tek ég 60 kíló 10 sinnum. Því næst tek ég 100 kíló 6 sinnum. Loks tek ég 120 kíló 3 sett sex endurtekningar í hvert skipti. Mjög mikilvægt er að framkvæmdin á öllum æfingum sé góð og að „svindli“ sé að mestu sleppt, nema kannski í síðustu endurtekningu.“

Aftanverð læri og kálfar

- Æfing 1: Liggjandi fótapressa (leg press) þar sem fætur eru hafðir hátt á pallinum og vel í sundur.
- Æfing 2: Sitjandi fótakreppur (hamstring curls, seated).
- Æfing 3: Liggjandi fótakreppur (hamstring curls, lying).
- Æfing 4: Réttstöðulyfta (stiff legged deadlift) með nánast læst hné og stöngin látin síga rétt niður fyrir hné.

„Allar æfingar eru gerðar 3 sinnum þungt, en vinna skal sig upp í þyngdinni sem unnið er með í hámarkssettum með 3 settum rétt eins og á fyrri fótæfingunni. Það er sérstaklega mikilvægt að nota einvörðungu framanverð læri (hamstring) til að lyfta þyngdinni þegar þau eru tekin. Ekkert rugg og ekkert svindl, bara átök beint á hamstring. Mikilvægt að skilja slatta af egóinu eftir við inganginn á ræktinni, því hérna skiptir framkvæmdin á æfingunni öllu. Það eru fáir menn á Íslandi með fallega hamstrings og í hlutföllum við aðra líkamsparta.“

Arnþór Ásgrímsson
bikarmeistari í fitness 2010

Vörurnar frá **BSN** eru í hæsta gæðaflokki. Þar fer saman gott bragð og hágæða samsetning sem hjálpar manni að ná hámarks árangri!

LJÓSMYND: STEINTHORSSON - www.steinthorsson

METNAÐUR & ÁRANGUR



SYNTHA-6



PRÓTEIN	KOFVETNI	KAORIUR
22g.	14g.	200

SYNTHA-6 er ljúffeng próteinblanda sem farið hefur sigurför um heiminn. Syntha-6 inniheldur 6 mismunandi gerðir af próteinum sem meltast yfir mislangan tíma og tryggja próteinflæði í líkamanum í lengri tíma en önnur prótein. Syntha-6 hentar því vel í morgunmatinn, beint eftir æfingu, í staðinn fyrir máltíð og á kvöldin.



CELLMASS:



KREATÍN	GLÚTAMÍN	SYKUR
4,25g.	2g.	0g. <small>kaloríur 30</small>

Kreatín og glútamínblanda
- beint eftir æfingu,
CellMass er ein þekktasta kreatínblanda síðari ára. CellMass hefur getið sér gott orð í um allan heim og hefur unnið mörg verðlaun, meðal annars hlaut það þann heiður að vera valið kreatín vara ársins fimm ár í röð, 2005-2009 geri aðrir betur!

HOLTASMÁRA 1 // 201 KÓPAVOGUR // 564-5500
OPNUNARTÍMI // MÁN TIL FÖS:10:00 - 18:30 LAU 13:00 - 15:00

perform^{*}is

Guðmundur Þórarinnsson

Tónlistarmaður, knattspyrnumaður og já... bróðir Ingó úr Veðurguðunum.

Aldur: 18 ára Hjúskaparstaða: Á lausu Uppruni: Selfoss

Ert þú ekki bróðir Ingó?

Þú komst í fréttir á dögunum fyrir skemmtiatriði þitt í Söngkeppni Fjölbautaskóla Suðurlands þar sem þú tókst söngleikjaútgáfu af reynslu þinni í kvennamálum. Ertu kominn með svona háa innistæðu í reynslubankanum í þeim efnum?

Ég tók þátt í þessari keppni fyrir tveimur árum og svo var vinur minn að stjórna þessari keppni núna og bað mig um að syngja með sér. En þetta var nú meira í gríni. Ég er voðalega rólegur í stelpumálunum og er bara með einni í einu. Maður er bara að reyna að finna einhverja góða.

Ert þú heitasti piparsveinninn sunnan Ingólfsfjalls eftir að bróðir þinn flutti í bæinn?

Ég hef nú ekki hugmynd um það og er ekkert að pæla í því. Ef stelpur eru hrifnar af mér þá skoðar maður það bara.

Ertu búinn að vera lengi að vesenast í tónlist?

Þegar ég var yngri var ég í einhverju bílskúrsbandi. Ég spila aðeins á gítar en er aðallega bara að syngja. Ætli ég hafi ekki lært bara af Ingó. Hann var alltaf að syngja þegar við vorum yngri þannig að maður pikkaði þetta upp eftir honum. En tónlistin er bara upp á gamanið þegar gott tækifæri gefst.

Langar þig ekkert að gera meira í tónlistinni?

Nei, eiginlega ekki. Mér finnst þetta gaman svona öðru hverju, en þetta fúnkerar ekki alveg fyrir mig. Mér finnst miklu skemmtilegra í fótboltanum þannig að hann er númer eitt.

Þú ert búinn að vera mikið í því að setja myndbönd af þér að syngja þekktu slagara inn á YouTube. Er ætlunin með því ekki að meika það?

Nei, ég get ekki sagt það. Við erum bara að grínast eitthvað með þessu. Fannar, strákurinn sem er með mér, er á fullu í tónlistinni þannig að þetta er meira til að gefa honum eitthvað frekar en mér.

Þú ert að gera góða hluti í boltanum, spilaðir með Selfoss í Pepsi-deildinni í sumar og ert í U19-landsliðinu. Geturðu eitthvað í fótbolta eða er svona auðvelt að komast í hópinn hjá Selfoss?

Það var kannski ekkert rosalega erfitt að komast í hópinn hjá Selfoss í fyrra og við vorum svo sem ekkert að brillera í úrvalsdeildinni. Það var margt sem spilaði inn í þar. En núna er ég kominn í miklu öflugra lið (ÍBV) og það er bara mitt að sýna að ég geti eitthvað.

Hljómsveitin Bróðir Svartúlfs sigraði Músiktilraunir 2009. Kemur til greina að þú notist við listamanns nafnið Bróðir Ingó?

Ég hef oft lent í því þegar ég er að labba einhvers staðar að vera spurður: „Ert þú ekki bróðir Ingó?“ Það veit eiginlega enginn hvað ég heiti, ég er bara bróðir Ingó. Ég hef ekki verið að pæla í listamanns nöfnum ennþá, en kannski set ég þetta aftan á búninginn hjá ÍBV.

Er pirrandi að vera þekktur sem bróðir Ingó?

Nei, alls ekki. Ég er bara stoltur af því sem hann hefur gert og held að hann eigi eftir að gera enn stærri hluti í lífi sínu, þannig að mér finnst ekkert að því að vera líkt við hann. En við erum algjörlega sitt hvor gæinn og eins og er langar mig miklu frekar að vera í fótboltanum en í tónlistinni.

Mynd/Steinn Vignir



KYNNTU ÞÉR NÁM VIÐ HÁSKÓLANN Í REYKJAVÍK

www.hr.is



DIPLÓMANÁM Í VIÐSKIPTAFRÆÐI BSc Í SÁLFRÆÐI BSc Í VIÐSKIPTAFRÆÐI MSc Í ALPJÓÐAVIÐSKIPTUM MSc Í FJÁRFESTINGARSTJÓRNUN
MSc Í REIKNINGSHALDI OG ENDURSKOÐUN **PhD Í VIÐSKIPTAFRÆÐI PERSÓNULEGT** MEISTARANÁM Í FJÁRMÁLUM FYRIRTÆKJA **MBA**
BA Í LÖGFRÆÐI ML Í LÖGFRÆÐI PhD Í LÖGFRÆÐI BSc Í BYGGINGARTÆKNIFRÆÐI BSc Í FJÁRMÁLAVERKFRÆÐI **BSc Í**
HEILBRIGÐISVERKFRÆÐI BSc Í HÁTÆKNIVERKFRÆÐI BSc Í REKSTRARVERKFRÆÐI **BSc Í TÆKNIFRÆÐI** BSc Í RAFMAGNSTÆKNIFRÆÐI
BSc Í VÉL- OG ORKUTÆKNIFRÆÐI **SKAPANDI** DIPLÓMANÁM Í BYGGINGARIÐNFRÆÐI DIPLÓMANÁM Í RAFIÐNFRÆÐI DIPLÓMANÁM Í
REKSTRARIÐNFRÆÐI DIPLÓMANÁM Í VÉLIÐNFRÆÐI **BSc Í BYGGINGARTÆKNIFRÆÐI** BSc Í IÐNAÐARTÆKNIFRÆÐI BSc Í
RAFMAGNSTÆKNIFRÆÐI **BSc Í VÉL- OG ORKUTÆKNIFRÆÐI** BSc Í FJÁRMÁLAVERKFRÆÐI BSc Í HÁTÆKNIVERKFRÆÐI **BSc**
Í HEILBRIGÐISVERKFRÆÐI BSc Í REKSTRARVERKFRÆÐI BSc Í VÉLAVERKFRÆÐI **ALPJÓLEGT** BSc Í BYGGINGAFRÆÐI BSc Í
ÍPRÓTTAFRÆÐI **MSc Í BYGGINGARVERKFRÆÐI** MSc Í FRAMKVÆMDASTJÓRNUN MSc Í MANNVIRKJAHÖNNUN MSc Í STEINSTEYPU-
TÆKNI MSc Í UMFERÐAR- OG SKIPULAGSFRÆÐI **MSc Í FRAMKVÆMDASTJÓRNUN** MSc Í SKIPULAGSFRÆÐI OG SAMGÖNGUM
MSc Í ÁKVARÐANAVERKFRÆÐI MSc Í FJÁRMÁLAVERKFRÆÐI MSc Í REKSTRARVERKFRÆÐI MSc Í HEILBRIGÐISVERKFRÆÐI
Med Í HEILSUÞJÁLFUN OG KENNSLU **MSc Í ÍPRÓTTAVÍSINDUM OG ÞJÁLFUN** MSc Í VERKFRÆDILEGUM LÍFVÍSINDUM **MSc**
Í ORKUVERKFRÆÐI MSc Í RAFMAGNSVERKFRÆÐI **MSc Í VÉLAVERKFRÆÐI PhD Í VERK- OG TÆKNIVÍSINDUM** BSc Í TÖLVUNARFRÆÐI
BSc Í HUGBÚNADARVERKFRÆÐI **PhD Í TÖLVUNARFRÆÐI** MSc Í TÖLVUNARFRÆÐI DIPLÓMANÁM Í KERFISFRÆÐI
MSc Í HUGBÚNADARVERKFRÆÐI MSc Í MÁLTÆKNI

Ég er mjög ögrandi

Texti: Björn Bragi Arnarsson

bjornbragi@monitor.is

Myndir: Ernir Eyjólfsson

ernir@mbl.is

María Birta hefur starfað sem fyrirsæta og sló nýverið í gegn í myndinni Óróa. Þá rekur hún verslarnimar **Manú og Altari**. „Mér finnst nekt engan veginn óþægileg,” segir María Birta sem kann vel við að ögra.



María Birta Bjarnadóttir er 22 ára fyrirsæta og verslunareigandi sem stefnir hraðbyri að því að bæta við sig starfsheitinu leikkona. Frammistaða hennar í kvikmyndinni Óróa ætti að hafa farið langleiðina með að tryggja henni þann titil. Annar titill sem hún tryggði sér á dögnum var „kynþokkafyllsti Íslendingurinn“ en þá nafnbót hlaut hún hjá tímaritinu Séd og heyrir. „Ég er hamingjusamlega á lausu,“ segir kynþokkafyllsti Íslendingurinn og brosir.

Verkefnin sem María hefur tekið að sér koma kannski ekki á óvart í ljósi þess að móðir hennar, Sigurlaug Halldórsdóttir, er fyrrum fyrirsæta og keppti í Ungfrú heimi fyrir þremur áratugum, faðir hennar Bjarni hefur starfað sem ljósmyndari og stjúpfaðir hennar er Pálmi Gestsson leikari.

María kemur úr Foldahverfinu, gekk í Menntaskólann við Hamrahlíð en útskrifaðist ekki vegna annríkis á öðrum vettvangi. „Ég fór að skrá mig í rússnesku, táknmál og japönsku og fór alltaf í leiklist. Það var kannski bara heppilegt að ég hætti í skóla á þessum tíma því ég var ekki að læra neitt,“ segir María. Hún hefur löglegri afsökun fyrir brothvarfinu en margir því hún stofnaði netverslun með fót og vatt það ævintýri heldur betur upp á sig. Í dag rekur María verslanirnar Manía og Altari á Laugavegi 51. „Eftirspurnin var strax svo mikil að ég gat ekki sinnt þessu með skólanum. En mig langar aftur í nám og fer vonandi í það á næstunni,“ segir María.

Hvernig gerist það að menntaskólastelpa stofnar netverslun og er allt í einu komin með búð á Laugavegi?

Ég átti ekki krónu þegar ég byrjaði, enda byrjaði þetta á því að ég ætlaði bara að selja fötin mín. Ég stofnaði fyrirtækið í bílskúr foreldra minna. Þar bjó ég og stofnaði það á tölvu sem ég fékk gefins. Ég vann á hana næstu tvö árin. Það mátti ekki snerta tölvusnúruna án þess að tölvan dytti úr sambandi og ég var oft við það að kasta henni út um gluggann. Ég byrjaði með þetta á MySpace þegar það var upp á sitt besta og þetta varð strax megahit. Ég var komin með einhverjar 1.500 stelpur eftir fyrstu vikuna sem voru allar að spyrja mig um fót og ég að reyna að hjálpa þeim.

Var þetta ekki dýrt fyrir þig?

Ég er frekar mótfallin lánum, þótt ég hafi alveg prófað að taka þau í gegnum tíðina. Mér fannst bara þegar ég var 18 ára gómul að ég ætti engan veginn að taka lán fyrir einhverju. Ég var mikið á móti kreditkortum og yfirdráttarheimildum, þannig að ég beið þar til mér fannst ég komin með nógu mikinn pening á milli handanna til að geta gert þetta almennilega. Ég safnaði vörum í marga mánuði þar til ég ákvað að að opna búðina.

Hvernig er að standa í verslunarrekstri í dag?

Þetta eru erfiðir tímar og ég get víðurkennt að ég hef alveg velt því fyrir mér hvort mig langi í raun að standa í þessu núna. Þetta er alveg það mikið. Þú þarft að vera stöðugt á svæðinu og stöðugt með hugann við þetta. Þetta er miklu meiri vinna en flestir gera sér grein fyrir, sérstaklega þegar maður er einn. Það sást mjög vel á mér eftir fyrstu jólatörninu mína. Ég byrjaði allt í einu að gnísta tönnum í svefni. Svo fór ég til tannlæknisins

míns og hann fékk algjört áfall og sagði að ég væri búin að eyða svona 10 árum á síðustu þremur mánuðum. Þetta er alltaf svona í nóvember-desember, en síðan leggst ég í dvala í janúar eins og ísbjörn.

Langar þig að halda áfram í verslunarrekstrinum og þróa það jafnvel eitthvað frekar?

Ég byrjaði svo ung að ég er orðin von því að ráða mínum tíma og lífi gjörsamlega sjálf. Ég er orðin of mikill yfirmaður yfir sjálfri mér til þess að geta dottið strax inn í einhverja hefðbundna vinnu.

Hvernig kom til að þú lékst í Óróa?

Ingibjörg (handritshöfundur) og Baldvin (leikstjóri) fundu mig á síðunni hjá Eskimo Models. Þegar þau skoðuðu myndirnar af mér sáu þau sterkt augnarád og sáu að ég var með rakað á hliðinni og voru bara: „Guð minn góður, hún er akkurat með lúkkið sem við erum að leita að.“ Svo mættu þau niður í búð til mín og báðu mig um að koma í prufu. Ég mætti í prufu og svo í aðra prufu og var í kjölfarið boðið hlutverkið. Þannig að þetta var ekkert sem ég kannski sóttist almennilega eftir, þetta bara datt einhvern veginn í fangið á mér.

Þú lékst svolítið skrautlegan karakter. Ertu lík henni í raunveruleikanum?

Já, ég ætla að segja að ég sé frekar lík henni í raunveruleikanum. Ég held að vinum mínum finnst það að minnsta kosti. Ég er mjög ögrandi og er bara gjörsamlega eins og ég er. Ég tala rosa opinskátt við flestalla. Í myndinni geri ég reyndar ekki annað en að tala um kynlíf og hvað mig langi í einhvern og er stöðugt að daðra í gegnum alla myndina.

Er ekki skemmtilegt að leika svoleiðis hlutverk?

Jú, veistu ég er rosalega mikill daðrari yfir höfuð. Fólk hefur oft haldið að ég sé að reyna við það þegar ég er bara eitthvað að tala. Þannig að ég skil kannski alveg að Baldvin hafi fundist ég vera fullkomin í hlutverkið. Ég átti mjög auðvelt með að tengjast karakternum mínum.

Það var gert mikið úr ástarsenunni sem þú lékst í. Hvernig voru viðbrögðin við henni í kringum þig?

Flestir voru rosalega svekktir að hafa ekki séð mig nakta. Þetta var svo rosalega ýkt í fjölmiðlum. Eins og einn strákur kom að mér í frumsýningarpartíinu og sagði: „Jæja, þú varst nú svolítið nakin í myndinni.“ Ég sagði honum að hann gæti nú séð svæsnari myndir af mér á netinu. Hann missti andlitið. En þetta er ekkert í fyrsta skipti sem ég er í einhvers konar nekt í myndatöku, þetta var ekkert nýtt fyrir mér. Það voru margir sem lásu fyrstu fréttina af þessu, áður en myndin kom út, þar sem talað var um svæsnasta kynlífsatriði íslenskrar kvikmyndasögu. Þetta var auðvitað engan veginn svona svæsið. Eins og ég hef oft sagt, það hefði verið hallærislegt að gera unglingamynd sem væri bönnuð innan 18 ára.

Hvernig undirbjóstu þig fyrir atriðið?

Ég reyndi alveg rosalega mikið við Atla aðalleikara í tvo heila daga áður en senan var tekin.

Sérstaklega þennan sama dag af því ég vildi ná þessum neista á milli okkar. Ég reyndi það mikið við hann að ég veit að hann hélt að ég væri skotin í honum. Hann dró mig til hliðar, þetta krútt, og settist með mér og var bara: „María, er eitthvað í gangi? Þú ert búin að vera svo skrytinn við mig.“ Ég sagði bara að ég vildi ekki tala um þetta og labbaði út. Hann var í sjokki. Svo talaði ég ekkert við hann þennan sama dag. Þannig að þetta „chemistry“ sem sást á milli okkar var alveg til staðar sko. Það er kannski svolítið ljótt að fokka svona í hausnum á þessum litla 16 ára dreng. En ég allavega náði því fram sem ég vildi.

Hvernig var að leika á móti svona miklu yngri strák í svona atriði?

Fyrst var ég alveg: „Guð ég þarf að fara í sleik við 16 ára strák.“ Vinkonur mínar gerðu líka mikið grín að mér. En við urðum svo góðir vinir og ég lít á þessa krakka sem mína perluvini í dag, sem er svolítið fyndið því ég bjóst kannski ekki við því að tengjast þeim því þau eru yngri. Atli er líka svo þroskaður og „professional“ að mér leið engan veginn eins og ég væri að starfa með einhverjum 16 ára. Hann á eftir að ná mjög langt, þetta er næsta stórstjarna.

Finnst þér ekkert tiltökumál að koma nakin fram?

Nei. Þó þetta hafi ekki verið svæsnasta kynlífsatriði íslenskrar kvikmyndasögu útiloka ég ekki að ég muni leika í svæsnasta kynlífsatriði íslenskrar kvikmyndasögu. Mér finnst nekt engan veginn óþægileg.

Hvernig voru viðbrögð fjölskyldunnar við myndinni?

Ég veit ekki hvort pabbi sé ennþá búinn að sjá myndina. Hann er allavega ekkert búinn að minnast á hana. Ég veit ekki hvenær hann vissi einu sinni að ég hefði leikið í bíómynd. Það var búin að hræða hann alveg rosalega og segja honum að hann gæti ekki horft á þessa mynd því dóttir hans væri í svo svæsnu kynlífsatriði. Hann er að minnsta kosti ekki búinn að segja neitt. En mamma var rosalega ánægð. Hún kom með mér á frumsýninguna og fannst hún alveg æðisleg. Ég veit að Pálmi (Gestsson) var líka mjög ánægður með myndina. Hann rakst einmitt á Baldvin nýlega og þakkaði honum fyrir þessa góðu mynd.

Pálmi hefur ekki boðið þér hlutverk í Spaugstofunni eftir þetta?

Ég hef alveg leikið nokkrum sinnum í Spaugstof-

Þó þetta hafi ekki verið svæsnasta kynlífsatriði íslenskrar kvikmyndasögu útiloka ég ekki að ég muni leika í svæsnasta kynlífsatriði íslenskrar kvikmyndasögu.



unni, einhver lítill aukahlutverk. Síðast lék ég Playboy-kanínu með lundaneft. Ekki grafa það upp!

Langar þig að gera meira í leiklistinni?

Já, án efa. Mér finnst þetta rosalega gaman. Fyrsta almennilega módelmyndatakan mín var þegar ég var sjö ára og núna er ég búin að vera í verslunarrekstri í fjögur ár, þannig að mig langar að fara að gera eitthvað allt annað og tek leiklistinni fagnandi.

Þú sagðir frá því að þú værir að drukna í vinabeidnum á Facebook eftir myndina. Hvernig hefur þessi athygli verið?

Óvenju mikil. Ég fékk alls konar skilaboð frá einhverjum 15-16 ára strákum. Ég fékk til dæmis „hey beibi, ég er mega aðdáandi, addaðu mér elskan“ og blikkar! frá einum þeirra. Svo kom stelpa að mér á djamminu og sagðist vera ástfangin af mér. Ég hef lent í alls konar dæmi. En ég reyni bara að útiloka þetta einhvern veginn.

Hefurðu gaman af athyglinni?

Já, ég þæli voðalega lítið í þessu. Ég var spurð af erlendri vinkonu minni hvort ég væri orðin fræg núna. Ég neitaði því og sagðist ekki sjálf telja mig vera fræga. Svo þremur dögum seinna kom Séð og heyrt þar sem ég var valin kynþokkafyllsti Íslendingurinn og ég var bara: „Guð minn góður, nú veit ég ekki hvort ég sé fræg.“ Ég finn það alveg að mjög margir kannast við mig, en ég veit ekki hvort þeir fátí af hverju þeir gera það. En ég er þannig manneskja að ég fíla athygli ekkert alltof mikið. Ég vel mér oft svört fót og geng mikið með hettu og vil svolítið falla bara inn í hópinn, ólíkt móður minni.

Vill mamma þín láta taka eftir sér?

Mamma er alveg manneskja sem mætir í pallíettukjól með slöngulokka. Hún elskar athygli.

Þremur dögum seinna kom Séð og heyrt þar sem ég var valin kynþokkafyllsti Íslendingurinn og ég var bara: „Guð minn góður, nú veit ég ekki hvort ég sé fræg.“



Hvernig fannst þér að vera valin kynþokkafyllsti Íslendingurinn í Séð og heyrð?

Mamma sagði mér frá þessu, en ég trúði þessu ekki fyrst. Ég þurfti að sjá þetta sjálf. Ég var ekki ánægð í byrjun. Ég var ekki að vonast eftir meiri athygli í bili, því eins og ég segi vil ég bara falla inn í hópinn og mér fannst þetta mjög óþægileg athygli. Líka það að ég vissi ekki alveg hvernig ég átti að taka þessu og mamma hringdi í mig og sagði: „María nú veistu það að héðan í frá þarft þú að vera óaðfínanleg hvert sem þú ferð.“ Þetta er svolítið fyndið því að ég er alveg manneskja sem er búin að sjást labba upp og niður Laugaveginna í smíðavinnugalla að minnsta kosti átta sinnum. En vinkona mín benti mér á að ég þyrfti ekki að vera reið eða leið yfir þessu því þetta væri eitthvað sem ég sóttist ekkert eftir. Það var náttúrulega rétt hjá henni. Þetta er bara titill og ég tek þessu bara fagnandi. Það var samt svolítið erfitt að melta þetta.

Hvernig týpur heilla þig? Hvernig geta allir þessir aðdáendur öðlast von?

Ég fíla feimið fólk frekar en einhvern sem er rosalega egósentrískur. Ég laðast að fólki sem er algjörlega það sjálft og það stendur utan á því. Engir leikir og engin tilgerð. Þetta er aðallega bara persónuleikinn. Ef þú myndir líta yfir þá flóru af fólki sem ég hef hitt í gegnum tíðina þá myndirðu skella upp úr.

Þú áttir nýlega í ástarsambandi við stelpu. Ertu samkynhneigð?

Ég hef enga þörf fyrir það að skilgreina mig, svo ég ætla ekki að svara þessari spurningu.

Einhvers staðar varstu titluð fyrirseta, verslunareigandi og áhugaleikkona. Eru þetta réttir titlar í dag?

Fyrir mér er þetta það, já. Ég get allavega sagt að ég sé módel og ætli ég geti ekki sagt að ég sé leikkona? Ég vil allavega geta sagt að ég sé leikkona.

Hvernig myndir þú forgangsraða þessum störfum í dag?

Leikkona, verslunareigandi, módel.

Hvað er næst á dagskrá?

Næst á dagskrá er að klára jólin og reyna að komast í gegnum þau án þess að missa vitið. Svo vonandi að landa stóru leiklistarverkefni. Allavega bæta við ferilskrána mína í þeirri deild. Ég er innilega að vonast eftir því að ég hafi staðið mig nógu vel til að gera það.

Stílisti og hár: Ásgeir Hjartarson

Förðun: Bergþóra Þórsdóttir

Nögl Satans undir hauskipunu:

Eva Arna Ragnarsdóttir



■ ■ Mamma hringdi í mig og sagði: „María nú veistu það að héðan í frá þarft þú að vera óaðfínanleg hvert sem þú ferð.“

HRADASPURNINGAR

Besta jóladagatal Sjónvarpsins: Ég hef aldrei horft á það! Ég var mjög spes krakki, ég lék mér bara með Turtles.



Kynþokkafyllsti líkamshluti? Minn þá? Brjóstin. Ég er með rosa fín brjóst.

Uppáhaldsfatahönnuður? Rick Owens.

Mesti veikleiki? Það tekur mig langan tíma að gleyma hlutum.



Versti matur sem þú hefur smakkað? Hákarl. Mér fannst hann ógeðslegur.

Uppáhaldslið í NBA? Chicago Bulls.

Með hvaða lagi söngstu síðast hástöfum? Hateful með GusGus.

Fallegasti staður í heimi? Sosuströndin í Dóminíkanska lýðveldinu.

Uppáhaldsmeðlimur Spaugstofunnar? Klárlega Pálmi Gestsson.



JINGLE
MERRY
CHEER



what Vintage are you?

AGENT FRESCO**Stofnuð:** 2008.**Meðlimir:** Arnór Dan Arnarson (söngur), Hrafnkell Örn Guðjónsson (trommur), Vignir Hrafn Hilmarsson (bassi) og Þórarinn Guðnason (gítar/píanó).**Plötur:** A Long Time Listening (2010).**Þrjú góð lög:** Above These City Lights, Silhouette Palette og Eyes Of A Cloud Catcher.**Fyndnar staðreyndir:** Arnór söngvari kunnir frekar illa við rauðhærða, af biturri reynslu áður en hann kynntist Kela trommara og Tóta gítarleikara. Keli og Tóti voru bestu vinir á leikskóla en höfðu gleymt hvorum öðrum þar til þeir kynntust aftur í FÍH.HLUTFALL RAUÐHÆRDRA Í
AGENT FRESCO ER 50%

Mynd/Góli

Engin léleg lög

Strákarnir í **Agent Fresco** gáfu nýverið út sína fyrstu breiðskífu, **A Long Time Listening**, sem inniheldur hvorki meira né minna en 17 lög. **Monitor** ræddi við **Arnór Dan Arnarson**, söngvara, um vinaljósveitir, meik og túnfisk.

Hver er uppáhaldsvinaljósveitin ykkar?

Það er ekki hægt að velja á milli þeirra ljósveita sem hafa verið mikið með okkur. Til dæmis vorum við að spila nýlega með Mammút og það var æðislegt. Bestu vinkonur mínar eru í Mammút og strákarnir í Mammút eru líka bestu vinkonur mínar.

Hvar földuð þið ykkur áður en þið sigruðuð Músiktilraunir 2008?

Ég var á leiðinni í leiklistarskóla í Danmörku því mig langar svo að verða leikari. Ég var kominn inn en í febrúar 2008 kynntist ég strákunum og við ákváðum að taka þátt og unnum. Ljósveitastússið var gamall draumur sem ég hafði reynt áður að ná og var eiginlega búinn að gefast upp á. Strákarnir voru bara í FÍH og eitthvað þínu í menntaskóla.

Semjið þið á ljóshraða?

Nei, alls ekki. Við erum búnir að semja næstum því stanslaust í tvö ár og þæla mjög mikið í röðinni á lögnum. Til dæmis mátti ekki vera slétt tala á lögnum og eitt miðjúlur lætur þetta fara allt í hring.

Reynið þið alltaf að gera eins flókna takta og mögulegt er?

Tónlistin er mjög auðveld fyrir eyrun þó taktþælingarnar séu miklar. Við höfum allir hlustað mikið á svona flókna tónlist en viljum ekki endilega vera að flækja tónlistina. Tóti semur öll lögin fyrst og svo tek ég lagið og geri lagið og texta.

Er Þórarinn hinn nýi Matt Bellamy úr Muse?

Ég veit ekki hvort hann myndi fila þá samlíkingu en jú, hann er algjör snillingur.

Hann er skipstjórinn okkar. Við Tóti erum mjög ólíkir, hann er alltaf svo rólegur en ég er hlaupandi út um allt við minnsta tilefni. Við erum A og B. Mér finnst hann alveg eins og teiknimyndapersónan Dexter sem er rauðhærður, lítill snillingur með gleraugu.

Eigið þið engin léleg demó?

Nei, það voru engin lög sem rötudu ekki inn á plötuna. Annað hvort eru engin léleg lög eða kannski eru þetta bara ömurleg lög.

Ætlið þið að meika það í útlöndum?

Vilja ljósveitir á Íslandi það ekki alltaf? Það væri auðvitað draumurinn að geta lifað á tónlistinni en það er ógeðslega erfitt og tímafrekt. Við erum á fullu að reyna að komast þangað til að geta kannski farið út, spilað og komið heim í plús. Þá væri lífið

fullkomið. Núna erum við bara að spila eins mikið og hægt er og sjá til hvort það skili ekki einhverju. Það þarf blóð, svita, tár og mikla heppni til að meika það.

Kæmi til greina að breyta nafninu í Agent Fresca ef ykkur yrði boðinn auglýsingasamningur hjá Fresca goddrykknum?

Við vorum einmitt að ljúka við samninginn, djók. Ég sá þennan drykk um daginn og hugsaði bara: Ohh, svo nálægt! Ég sá líka einhverja Fresca máltíð á KFC um daginn og við vorum ekki að fá neina peninga fyrir það. Ég hugsa samt að við myndum ekki breyta nafninu, Fresca þyrftu frekar að breyta sínu nafni.

Hvaða ávexti líkist Agent Fresco mest?

Þetta er mjög góð spurning en það kemur ekkert upp í hugann nema túnfiskur.

Mynd/Eggert

BJARNI VIRÐIST VERA SÁ
EINI Í BANDINU SEM RAKAR SIG

Söngvarinn **Bjarni Þór Jensson** er einn af töffararokkurunum í **Cliff Clavin**. Hann segir rokkið vera bras og vesen og hefur ekki tölu á grúppium sveitarinnar.

Smá Cliff Clavin í okkur öllum

Hvaða dýri líkist Cliff Clavin mest?

Örugglega moldvörpu en ég get ekki útskýrt af hverju.

Flestir myndu halda að hér væri á ferðinni Cliff Clavin úr þáttunum Staupasteini. Erud þið miklir aðdáendur hans?

Það gæti misskilist þannig en einhvern veginn kom þetta nafn upp. Þetta stuðlar og hljómar vel en annað er ekki á bak við það. Hann er samt mjög skemmtilegur þó hann sé mikill lúði.

Túlkar tónlistin á einhvern hátt karakterinn úr þáttunum?

Ég get ekki sagt það en það er auðvitað einhver smá Cliff Clavin í okkur öllum. Aulahúmorinn leynist alls staðar.

Platan var tekin upp á Flateyri fyrir næstum því tveimur árum. Tök svona langan tíma að flytja hana frá Vestfjörðum?

Nei, við unnum þetta í nokkrum pörtum. Hluti var tekinn upp á Flateyri, söngurinn var tekinn upp annars staðar og allt svona púslaðist saman á endanum.

Er Þórólfur kallaður Toto eftir hundinum hennar Dóróteu í Garðrakarlinum í Oz?

Nei, reyndar ekki. Hann er kallaður Toto eins og ljósveitin. Stundum köllum við hann bara Africa, sem er frægasta lagið þeirra.

Hvor myndi vinna í slag, Batman eða Súperman?

Batman því hann gæti keyrt á Súperman.

Hvað er það erfðasta við að vera í rokkhljóm-sveit?

Þetta er bras og vesen en áhuginn knýr okkur áfram. Maður lærir fullt af þessu.

Eigið þið margar grúppíur?

Ég bara veit það ekki en það væri gaman að vita hvort einhver tala væri á því.

Hvernig væri draumagigið ykkar?

Það væri geðveikt að headline-a tónleika í Carnegie Hall þar sem við gætum fengið að velja uppáhalds böndin okkar til þess að spila með okkur og að sjálfsögðu væri uppselt. Reyndar vorum við að spila með Ensími um daginn, sem var algjör draumur því ég hlustaði svo mikið á þá þegar ég var lítill.

CLIFF CLAVIN**Stofnuð:** 2006.**Meðlimir:** Bjarni Þór Jensson (söngur/gítar), Arnar Rósenkranz Hilmarsson (trommur), Þórólfur „Toto“ Ólafsson (bassi/söngur) og Fannar Þórsson (gítar).**Plötur:** The Thief's Manual (2010).**Þrjú góð lög:** Midnight Getaways, This Is Where We Kill More Than Time og As It Seems.**Fyndin staðreynd:** The Thief's Manual var að hluta til tekin upp í stúdíóinu Tankinum á Flateyri sem er gamall lýsistankur.

OPTIMUS ONE

með Google™

Vafraðu
á netinu

Kíktu á
Facebook

Taktu
myndir

Hlustaðu
á Tónlist.is



Hlustaðu á tónlist hvar sem er hvenær sem er því nú fylgir mánaðarskrift af Tónlist.is með LG Android símun ásamt Best of Bang Gang. Þú færð Tónlist.is og fleira á **Android Market®**



Slapp við glamúrlífið

Örvar Jens Arnarsson fór með hlutverk Tómasar í kvikmyndinni Bíódagar sem kom út árið 1994. Þá var hann rétt um tíu ára aldur en leiklistarbakterían virðist ekki hafa náð að hreiðra um sig í honum. Í dag er hann menntaður viðskiptafræðingur og sér um allan verslunarrekstur Zo-On Iceland.

Af hverju héltu ekki áfram í leiklistinni?

„Leiklistarbransinn heillaði mig ekki nógu mikið. Aðrir hlutir heilluðu mig meira svo ég gerði þá frekar.“

Hvernig var að fá svona mikla athygli sem barn?

„Ég var bara 10 til 12 ára á meðan á þessu stóð og fann aldrei fyrir neitt mikilli athygli. En mér fannst samt skemmtilegt að vera í kringum þetta kvikmyndastúss og reynslan var æðisleg.“

Nú eru mörg dæmi þess úti í hinum stóra heimi að barnastjörnur verði svolítið klikkaðar þegar þær eldast. Slappst þú við það?

„Nei, nei. Alls ekki. Ég er alveg snarruglaður. En ég er ekki viss um að þetta kvikmyndamál hafi haft nokkur áhrif á það. Ég hef hins vegar sloppið við allt glamúrlíf og kvennafans sem fylgir þessu oft, það fór einhvern veginn fram hjá mér.“



MÚGÆSINGUR Í BÍÓÐÖGUM



ÖRVAR SEGIST VERA SNARRUGLAÐUR

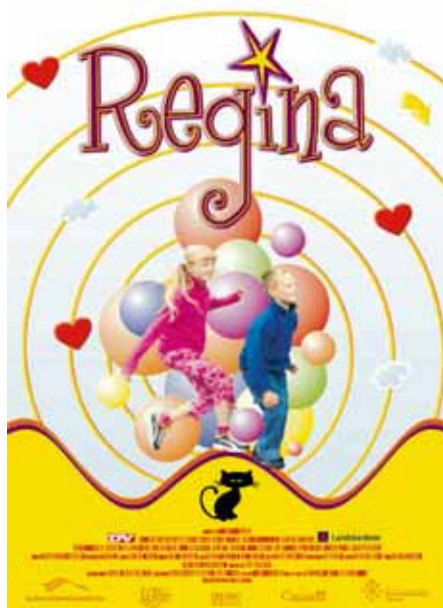
Mynd/Eggert

Ekki lítil lengur

Það er ekki alltaf tekið út með sældinni að vera barnastjarna eins og dæmin í hinna stóru Ameríku sanna. **Monitor** hafði þó uppi á nokkrum íslenskum barnastjörnum sem komust í gegnum þessa lífsreynslu í heilu lagi og gott betur.



SIDDÝ ÆTLAR SÉR STÓRA HLUTI



Þetta var vonandi ekki hápunkturinn

Sigurbjörg Alma Ingólfssdóttir lék Regínu í samnefndri söngvamynd sem kom út árið 2001. Þá var hún aðeins tíu ára gömul en hefur þó strax verið komin á rétta braut í lífinu því nú í haust hóf hún nám í leiklist við Rose Bruford College í London.

Varstu alltaf ákveðin í að verða leikkona?

„Já, meira og minna. Það var það eina sem ég gat ímyndað mér að gera í lífinu, alveg frá því ég var pínulítill.“

Var athyglin sem þú fékkst frá jafnöldrum aldrei of mikil?

„Jú, á tímupunkti var þetta rosalega erfitt. Maður fékk svolítið mikla neikvæða athygli frá jafnöldrum og ég gat eiginlega ekki farið í Kringluna með vinkonum mínum því þá fóru kannski einhverjir ókunnugir krakkar að öskra á mig og gera grín að manni. En reynslan var líka mjög góð og það er frábært í dag að vera tvítugur og geta sagt að maður hafi leikið í bíómynd. Og að hafa fengið að vinna með öllu þessu fólki.“

Hefur þú þá ekki enn toppað?

„Ég vona ekki! Annars væri það sem ég er að gera í dag frekar tilgangslaust,“ segir Sigurbjörg og hlær.



REGÍNA LITLA VAR ALGJÖR DÚLLA



STURLA TALSETUR TEIKNIMYNDIR

Mynd/Ómar

Röddin ætti að hljóma kunnuglega

Sturla Sighvatsson lék Benjamín dúfa í samnefndri kvikmynd sem kom út árið 1995, þegar Sturla var 14 ára gamall. Þá hafði hann þegar öðlast reynslu á sviði í hlutverki Emils í Kattholti í Þjóðleikhúsinu. Í dag vinnur hann að rafbílavæðingu Íslands hjá fyrirtækinu Northern Light Energy og segir hann fyrstu rafbíla vera væntanlega til landsins strax eftir áramót. Hann hefur þó ekki lagt leiklistina alveg á hilluna þótt það sjáist sjaldnast í andlit hans.

Þú ert enn viðriðinn kvikmyndagerð?

Já, ég hef talsett teiknimyndir og barnaefni fyrir morgunsjónvarp í 15 ár. Í fyrra las ég til dæmis aðalhlutverkið í myndinni How to Kill a Dragon og svo var ég meðal annars í Incredibles, Gosa, Guffagríni og ýmsu fleiru.

Þú hefur ekki viljað leggja leiklistina alfarið fyrir þig?

Nei. Það að vera leikari á Íslandi er í flestum tilfellum basl. Það eru ákveðnir tiskuleikarar sem hafa það alveg gott en það er erfitt fyrir alla hina.

Myndir þú hvetja barnið þitt til að leika í kvikmynd?

Já, ekki spurning. Þetta var gríðarlega góð lífsreynsla og ég held það sé mjög þroskandi fyrir krakka að taka þátt í svona verkefni þar sem þeir starfa sem jafningjar með fullorðnum.



HINN HUGRAKKI BENJAMÍN DÚFA

Vilja hitta Rosie O'Donnell og Halle Berry aftur

Tvíburabræðurnir Hlynur og Marinó Sigurðssonir voru bara smábörn þegar þeir birtust í sinni fyrstu Hollywood-kvikmynd. Það var kvikmyndin um Flintstones-fjölskylduna þar sem þeir deildu hlutverki steinaldardrengsins Bamm-Bamm, en móðir þeirra hafði skellt þeim í prufu eftir að hún sá auglýsingu í dagblaði þegar fjölskyldan bjó í Bandaríkjunum. Meðleikarar þeirra voru ekki af verri endanum; John Goodman, Rosie O'Donnell, Halle Berry og Elizabeth Taylor, svo fáeinir séu nefndir.

Hlynur starfar í dag hjá Tal en Marinó er kominn aftur vestur um haf þar sem hann segist vera að eltast við æskudrauminn, sem er að komast í sjónvarpsþáttinn Survivor.

Hafið þið getað nýtt ykkur þessa fornu frægð eitthvað?

Marinó: Ég fékk einu sinni fría pulsu á Bæjarins bestu.

Hlynur: Voðalega lítið.

Hvern af mótaleikurum ykkar myndi ykkur mest langa að hitta aftur?

Marinó: Af þeim mörgu glæsilegu leikurum sem ég starfaði með, þar á meðal John

Goodman, Halle Berry og Elizabeth Taylor, þá myndi ég helst vilja hitta Rosie O'Donnell. Hún var alltaf svo indæl og skemmtileg við okkur.

Hlynur: Ég held að ég myndi hafa dálítið gaman af því að hitta Halle Berry í dag.

Munið þið vel eftir þessu?

Hlynur: Við munum alveg ágætlega vel eftir þessu. Sem betur fer tóku foreldrar okkar alveg nóg af ljósmyndum.



HLYNUR LIFIR EKKI Á FORNRI FRÆGD



HVER MAN EKKI EFTIR STEINALDARBÖRNUNUM?

Mynd/Golli



Fullorðinn Mexíkani í aðdáendahópnum

Kári Gunnarsson fór með hlutverk Emils sem lagði allt í söllumar til að eignast hvolpinn Skunda í Skýjahöllinni en hann hefur lagt leiklistina alfarið á hilluna. „Mér fannst ég aldrei vera neitt sérstaklega góður leikari svo maður var hálfhræddur við að fara út í þetta,“ segir hann. Í dag hefur hann lokið mastersnámi í



eðlisfræði og býr í Danmörku þar sem hann starfar hjá tryggingafyrirtæki.

Vita útlensku vinir þínir af þínum fyrri störfum?

Já, maður hefur nú sagt frá þessu á einhverju fylleri og svo hafa íslensku vinir mínir hérna verið ófeimnir við að minnast á þetta því þeim finnst það fyndið. En þau hafa nú ekkert rekist á þetta í dönsku sjónvarpi.

Hefurðu lent í því að einhver erlendur aðili hafi þekkt þig úr myndinni?

Nei, ég hef aldrei lent í því að vera þekktur úti á götu en ég lenti samt í svolitlu einkennilegu um daginn. Þá var einhver Mexíkani sem eyddi svona ári í að reyna að hafa samband við mig. Það kom eitthvað í hverjum mánuði, skilaboð eða vinaboð á Facebook. Á endanum talaði ég við hann og þá sagði hann að þessi mynd væri í einhverju sérstöku uppáhaldi hjá honum og dóttur hans. Mér þótti þetta nú svolítið undarlegt.

Annars er þessi mynd ekki til á DVD svo þeir eru að deyja út sem muna eftir henni.



HEIMASÍMI



GSM



INTERNET

Tal

**EKKI BORGA MEIRA,
MEIRA EÐA MIKLU MEIRA.
FAST VERÐ OG ÞÚ RÆÐUR
HVAÐ ÞÚ BORGAR.**

KOMDU Á TAL.IS, HAFÐU SAMBAND Í 1817 EÐA KÍKTU Í KAFFI Í NÆSTU VERSLUN
OG SEGÐU OKKUR HVERNIG ÞJÓNUSTU ÞÚ ÞARFT OG HVAÐ ÞÚ VILT BORGA. ÞÚ RÆÐUR.

MINNA BRUÐL. MEIRA TAL.

Hin árlegu **Razzie verðlaun** heiðra allt það versta í kvikmyndagerð en sú mynd sem hefur fengið flest Razzie verðlaun er kvikmyndin **I Know Who Killed Me** með **Lindsay Lohan** í aðalhlutverki. Myndin fékk 7 Razzie verðlaun árið 2007 og var tilnefnd í níu flokkum af ellefu.

FERILLINN



Dwayne Johnson

Hæð: 193 sentimetrar.
Besta hlutverk: The Scorpion King úr samnefndri kvikmynd og The Mummy.
Eitruð tilvitnun: „Ég elska og virði aðdáendur mína og gleymi því aldrei hvaðan ég kem.“
Skrýtin staðreynd: Pabbi hans var frægur glímukappi á árum áður og í sjónvarpsþættinum That 70's Show, sem gerist á áttunda áratugnum, lék Dwayne pabba sinn í gestahlutverki.

1972 Fæðist 2. maí í Kaliforníu-fylki.

1991 Verður meistari í háskólarúðningi með Miami Hurricanes.

1996 Hefur feril sinn í fjölbragðaglímu (wrestling) og verður einn vinsælasti og sigursælasti glímukappi seinni tíma.

1997 Kvænist Dany Garcia en skilur við hana áratug síðar.

2000 Leikur í tónlistarmyndbandi við Wyclef Jean-lagið It Doesn't Matter og er kynnrí í Saturday Night Live. Í kjölfarið fá Hollywood-menn áhuga á honum.

2001 Eignast dótturina Simone Alexandra.

2002 Preytir frumraun sína á hvíta tjaldinu í aukahlutverki í The Mummy Returns og leikur síðan stórt hlutverk í The Scorpion King.



ÓVINIR FANGANS EIGA EKKI VON Á GÓÐU

Frumskýningar helgarinnar

Faster

Leikstjóri: George Tillman Jr.
Aðalhlutverk: Dwayne Johnson, Tom Berenger, Billy Bob Thornton, Maggie Grace og Jennifer Carpenter.
Lengd: 95 mínútur.
Dómar: IMDB: 7,5 / Metacritic: 4,1 / Rotten Tomatoes: 44%
Aldurstakmark: 16 ára.
Kvikmyndahús: Smárabíó, Laugarásbíó og Borgarbíó Akureyri.

Fyrrum glæpamaðurinn Driver (Johnson) hefur eytt síðastliðnum tíu árum í fangelsi fyrir misheppnað rán. Nú þegar hann er laus úr þrúundinni vill Driver ná fram hefndum fyrir bróður sinn sem var myrtur í ráninu. Á hælum hans eru þaulreyndur lögreglumaður og kokhraustur leigumorðingi svo á meðan Driver reynir að tæma hefndarlistann er hann í lífshættulegum æsispennandi eltingarleik.



The Joneses

Leikstjóri: David Duchovny, Demi Moore og Amber Heard.
Lengd: 96 mínútur.
Dómar: IMDB: 6,6 / Metacritic: 5,5 / Rotten Tomatoes: 61%
Aldurstakmark: 12 ára.
Kvikmyndahús: Sambíóinn.



Paranormal Activity 2

Leikstjóri: Tod Williams.
Aðalhlutverk: Brian Boland, Sprague Grayden, Micah Sloat og Katie Featherston.
Lengd: 91 mínúta.
Dómar: IMDB: 6,2 / Metacritic: 5,1 / Rotten Tomatoes: 60%
Kvikmyndahús: Laugarásbíó, Smárabíó og Borgarbíó Akureyri.
Aldurstakmark: 16 ára.



Life as We Know It

Leikstjóri: Greg Berlanti.
Aðalhlutverk: Katherine Heigl, Josh Duhamel, Josh Lucas og Christina Hendricks.
Lengd: 114 mínútur.
Dómar: IMDB: 5,7 / Metacritic: 3,9 / Rotten Tomatoes: 29%
Aldurstakmark: Leyfð öllum.
Kvikmyndahús: Sambíóinn.



TÖLVULEIKUR

Need For Speed: Hot Pursuit

Tegund: Bílaleikur
PEGI-merking: 12+
Útgefandi: EA
Dómar: IGN.com: 90% / Eurogamer: 90% / Gamespot: 85%



Þörf fyrir hraða... svaðalegan hraða!

Need for Speed-leikirnir hafa dottið inn á radarinn reglulega frá árinu 1994 og í seinni tíð hafa leikirnir oftar en ekki verið frekar daprir. Í ár ákvaðu menn hjá EA að gefa allt í botn og fengu Criterion-fyrirtækið (framleiðendur Burnout-leikjanna) til að djúsa upp dyrið. Útkoman er Need for Speed: Hot Pursuit.

Áð þessu sinni er búið að kasta út öllu sem heitir að stilla bílana og vaða ofan í húddið og í staðinn er öll áherslan lögð á æsispennandi bílaleikaleiki þar sem löggæfing gerir sitt besta í að elta uppi ökuníðinga. Báðir aðilar hafa ýmsa ása uppi í erminni og geta til að mynda báðir sett gaddabelti á götuna til að sprenja dekk, skotið rafsprenjum til að gera bílana óvirka, kallað á þyrlur, vegatálma og ýmislegt fleira.

60 bílar frá öllum stærstu framleiðendum

Í leiknum eru meira en 60 bílar frá öllum stærstu framleiðendum heimsins og eru þar á meðal kvikindi á borð við Lamborghini Reventon, McLaren F1, Bugatti Veyron og fleiri. Fyrir utan söguþráð leiksins, þar sem leikmenn geta spilað sem lögga eða bófi, inniheldur leikurinn fullkomna netspilun þar sem fjölmargir geta spilað saman. Hjarta leiksins er svokallað „Autolog“ kerfi sem fylgist með öllu sem þú og vinir þínir gera, skráir það niður og hvetur þig til að bæta met vinanna og gera betur á allan hátt.

Það er klárt að Need for Speed serían er komin aftur til baka með ógnarhraða og hasar sem seint verður hægt að jafna. Þörfinni fyrir hraða hefur verið fullnægt!

Ólafur Þór Jónsson

TJARNARBÍÓ

Nýtt leikverk eftir Jón Atla

Mojito

3. DES MIDDNÆT SYNING! 23:30

Tom Waits

4. DES kl. 20:30

Vesturport & Rás 2 kynna The Bad Livers & The Broken heart Band

AUKATÓN „LEIKA“ KL. 23:30

NÆSTA VÍKA:

Jólarósir

5. DES SNUÐUR og TUÐUR ERU FÍL-SKYLDUGAR

Jónas Sig.

7. DES TÓNLEIKAR

Ævintýrið um Augastein

12. DES kl. 14.06.16

—Á sennuni

Mibásalan er opin virka daga frá kl. 13-15 Sími: 527 2100 www.tjarnarbio.is

TJARNARBÍÓ

Tjarnargötu 12 - 101 Reykjavík

prófaðu

Fish'n chips Kr. 1.795.-

Grillhúsið

LIFE IS BEAUTIFUL

KANINN FM 1005

ERUM AÐ GEFA MIÐA Á SÉRSTAKA KANA
FORSÝNINGU Á "LIFE AS WE KNOW IT" Í DAG.
HRINGDU NÚNA Í SÍMA 571 1111.

Í BEINNI FRÁ GLÆSIBÆ Á LAUGARDAGINN Í TILFNI AF
40 ÁRA AFMÆLISVEISLU GLÆSIBÆJAR. FRIÐRIK DÓR, INGÓ OG FLEIRI
KÍKJA VIÐ.

DREGIN VERÐUR ÚT FERÐ FYRIR TVÖ TIL
TENERIEFE Í LÍMMIÐALOTTÓI KANANS.

BIGMIX MEÐ KIDDA BIGFOOT Á
LAUGARDAGSKVÖLDIÐ KL 20:00



KANINN FM 1005

BESTA TÓNLISTIN, FRÉTTIR OG SKEMMTILEGASTA FÓLKID

LOKAPRÓFIÐ

| 2. desember 2010 |



Ég heiti Sigríður Thoralíus

Af eftirfarandi hræðist ég mest

- a) Gaddavír
- b) Golfkúlur
- c) Gubbapest
- d) Grænmeti
- e) Gamalt fólk

Af því að er svo leitinnlegt og ég veð svo leitinnleg

Karlmenntu eru eitt en konur eru annar

Þú veist hver ég er af því að það stendur hér fyrir ofan...



Mér finnst skemmtilegast að synja með

- a) Hjaltalín
- b) Memfismaffunni
- c) Heiðurspiltunum
- d) Björgvini Halldórssyni

Af því að Hildigunnur víðkonu allt af spaldan



Ég elska gott fólk en ég þoli ekki leitindapúka

Það kemur kannski á óvart en

- a) Ég mæma alltaf á tónleikum.
- b) Ég hef aldrei lært söng.
- c) Ég og Högni í Hjaltalín erum kærustupar.
- d) Ég á fimm börn með fimm mönnum.
- e) Allt ofantalið er bull, sem kemur á óvart...



Besta kvikmynd allra tíma er

Bodyguard en sú lélegasta er Barbwine

Ef ég væri ekki Sigríður Thoralíus vildi ég helst vera

- a) Sigríður Klingenberg, spákona
- b) Sigga Beinteins, söngkona
- c) Sigga Lund, útvarpskona
- d) Siggí Sigurjóns, leikari
- e) Siggí Hall, kokkur

Af því að þa væri ég karlmáður, myndi vilja þróa þá, samt þata í einn dag.



Mest þirrandi meðlimurinn í Hjaltalín er

Högni af því að hann er með fallegra hár en ég!



Ég myndi vilja taka lagið með

- a) Beyoncé
- b) Madonna
- c) Susan Boyle
- d) Mariah Carey
- e) Lady GaGa

Því þín við myndum taka Halo saman og gefa nikh five í lokin Það sem fáir vita um mig er af ástæðu og fær þú ekki að vita dagsins þús her...

Ég er sjúk í

- a) Skartgripur
- b) Skó
- c) Skítamóral
- d) Skíði
- e) Skæri

Af því að ég er sjúk í að klippa mitt eigið hár, sem stundum er vandamal...

Síðasta sms sem ég fékk var frá Gvömunni Óskari og í því stóð Já sure



Heitasti söngvari í heimi er

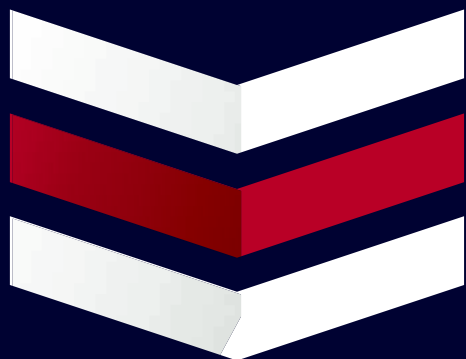
- a) Justin Bieber
- b) Robbie Williams
- c) Justin Timberlake
- d) Enrique Iglesias
- e) Michael Bublé

Því hann er svo leppinn með hár, með ótrúlegu hár!

Ekki spyrja mig um þila en ég er sérfræðingur í Tetris

Ef ég mætti gera einn Facebook status sem allur heimurinn sæi myndi ég skrifa eitthvað ótrúlega pólitískt og mannþátandi sem myndi þreyta heiminum samstundis.

KANINN FM 1005



Síðast en ekki síst

» Svavar Pétur, Prinspóló, fílar:

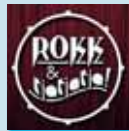
Kvikmynd

Um daginn sá ég **The Story of Anvil** og hún snerti hjarta mitt. Frábær heimildarmynd um heiðarlega rokkara og hversdagshetjur.



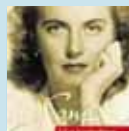
Sjónvarpsþáttur

Það eru hinir löngu tímabæru þættir **Rokk og Tja Tja Tja** á ÍNN þar sem Kristján Freyr kryfur íslenskt rokk og tjattar við poppara.



Bók

Ævisaga Sonju Wendel Benjamínsson **De Zorilla** er litskrúðugt ævintýri og góður leiðarvísir fyrir lífið.



Plata

Goð með Svarthvítum Draumi er vanmetnasta meistaraverk íslenskrar tónlistarsögu. Hún var sem betur fer endurútfærð um daginn



þannig að nú geta allir verið með á nótnum um gæði þessarar plötu.

Vefsíða

Ég fæ mest út úr því að tjatta við kerlingarnar á **Barnalandi**. Þær hafa ráð undir rífi hverju og eru ansi slungnar við að pranga inn á mann allskyns dótarií.



Staður

Það er **Álfurinn** í Hólagarði. Allavega eftir að Nikkabar var lokað. Hvergi er betra að gleyma ömurleika hversdagsins en ofan í glasi fullu af gleðisafa. Vakna svo sprækur að morgni og fara í messu í Fella- og Hólakirkju.



fílófaxið

föstudagur **3** des



WICKED WEEKEND FESTIVAL

Hemmi og Valdi
19:00 Nýlenduvörslun Hemma og Valda verður með tónleikaveislu fyrstu helgi hvers mánaðar. Meðal þeirra sem stiga á stökk eru Agent Fresco, Elin Ey og hinir efnilegu PORQUESTI. Dj Sexy Lazer heldur svo uppi stuðinu langt fram á nótt. Fritt inn.



BORGARALEG HEGÐUN

Bíó Paradís
20:00 Vangaveitumyndin Borgaraleg hegðun er byggð á rannsókn á hegðun fólks í almenningsrymum í Reykjavík sumarið 2010. Myndin verður aðeins sýnd einu sinni í bíó og frítt er inn meðan húsrúm leyfir.



LEÐURBLÖKUBARINN OPNAR

Bakkus
20:00 Í kjallara skemmtistaðarins Bakkus opnar Leðurblökubarinn. Opnunarpartíði er upphitun fyrir tónleika Bobby Conn sem verða seinna um kvöldið.

laugardagur **4** des

FATAMARKAÐUR HAFFA HAFF OG VINA

Korputorg
11:00 Um helgina verða Haffi Haff og nokkrir vinir hans með fatamarkað þar sem seld verða ógrynnin öll af nær ónotuðum fötum. Bæði fyrir stelpur og stráka. Haffi ætlar einnig að selja nokkra af búningunum sem hann hefur notað á sviði í gegnum tíðina.

JÓLA POPUP VERZLUN

Hugmyndahús Háskólanna
11:00 PopUp heldur hátíðlegan hönnunarmarkað þar sem hönnuðir á sviði tísku, matar, skartgripa og grafískir hönnuðir selja vörur sínar.

LJÓSMYNDASÝNING

Nútímalist Galeria á Skólavörðustíg
15:00 Ljósmyndarinn Valdís Thor sýnir ljósmyndir úr nýju ljósmyndabókinni sinni, 101 Heimsókn, sem inniheldur myndir af fólki sem hefur komið í heimsókn til hennar á síðustu 20 mánuðum.

WICKED WEEKEND FESTIVAL

Hemmi og Valdi
18:00 Hátíðin heldur áfram. Soffi Björg ásamt hljómsveit kemur öllum í gang og tónleikarnir standa fram eftir kvöldi. Meðal þeirra sem koma fram eru Original Melody, Fist fuckers og Forgotten Lores. Fritt inn.

S.H. DRAUMUR

Sódóma
21:00 Rokkhljómsveitin S.H. Draumur er gengin aftur eftir 17 ára hlé og ætlar að leika plötuna Goð í heild sinni í fyrsta skipti auk annarra laga. Hljómsveitin Skelkur í bringu hitar upp.

ÚTGÁFUHÁTÍÐ GEIMSTEINS

Nasa
21:30 Öllum sem gefa út á árinu hjá Geimsteini verður smalað saman í allsherjar tónleikaveislu. Meðal þeirra sem koma fram eru BlazRoca, Selma Björns og Lifun. Miðaverð er 1.500 kr. í forsolu.

TOW WAITS TRIBUTE

Tjarnarbíó
22:30 Hljómsveitin The Bad Livers & The Broken Hearts Band flytur lög Tom Waits ásamt fjölda þekkra söngvara og leikara. Miðaverð er 3.000 kr.

BODYPAINT SÝNING
 Spot, Kópavogi
 Föstudagur kl. 22:00.



Fáklæddar stúlkur málaðar í bak og fyrir

„Módelin ganga á sviðinu sem sýningargripirnir okkar,“ segir Snædís Steinþórsdóttir, nemi í Airbrush & MakeUp School. Nemendur við skólann standa fyrir bodypaint sýningu um helgina. „Við fáum algjört frelsi í listaverkunum sem er mjög skemmtilegt og krefjandi,“ segir Snædís. Hún segir módelin verða fáklædd á sýningunni. „Þær verða allavega í nærbuxum,“ segir hún en ítrekar þó að ekki sé um einhverja nektarsýningu að ræða. „Við málum allan líkamann svo þetta verður eins og þær séu í fötum,“ segir Snædís en mikil spennan ríkir fyrir sýningunni. Einnig verður tískusýning frá Kiss og danssýning frá Dance Center á þessu veglega kvöldi í Kópavoginum. „Það er mjög mikil stemning fyrir þessu og vonandi verður fullt hús.“

Katrín Alda

Á föstudaginn er ég að fara í jólaglökk hjá Fatahönnunarfélagi Íslands, fyrsta af mörgum glöggum þessi jólin. Á laugardaginn ætla ég að taka þátt í póker móti sem Andri vinur minn er að skipuleggja. Sunnudagurinn fer í sigurvímu.

Helgin mín

STÚLKNAKÓR HÚNAFLÓA
 STOFNAÐUR 1975

VERTU EKKERT SMÁ ÓMÓTSTÆÐILEGUR

AXE

FYRIR KARLMENN

Samsung GALAXY 5



Jólakaupauki

Flottur hátalari fylgir GSM tilboði á meðan birgðir endast.



Vertu með netið í símanum

Samsung Galaxy 5

0 kr. útborgun m.v. 12 mánaða greiðsludreifingu eða 12x3.325 kr.*

Android 2.1 sími sem fer ótrúlega vel í vasa og er á frábæru verði. Síminn styður 3G, 3GL og Quad-band með WiFi og GPS.

Jólaíneign 1.000 kr. á mánuði í 12 mánuði fylgir.

Netáskrift:

Mega1

Mega2

Hey, hvar fæ ég MegaÁfyllingu?

Verð:

490 kr.

890 kr.

Farðu inn á GSM áfyllingu efst á ring.is, veldu eina góða MegaÁfyllingu

Innifalið:

100 MB

500 MB

undir Áfylling og byrjaðu að leika þér á netinu.

Umframnotkun:

Nýr dagpakki

Nýr dagpakki

*Dreifingargjald 250 kr. á mánuði.

www.ring.is / m.ring.is



www.facebook.com/ringjarar



VERTU MEÐ