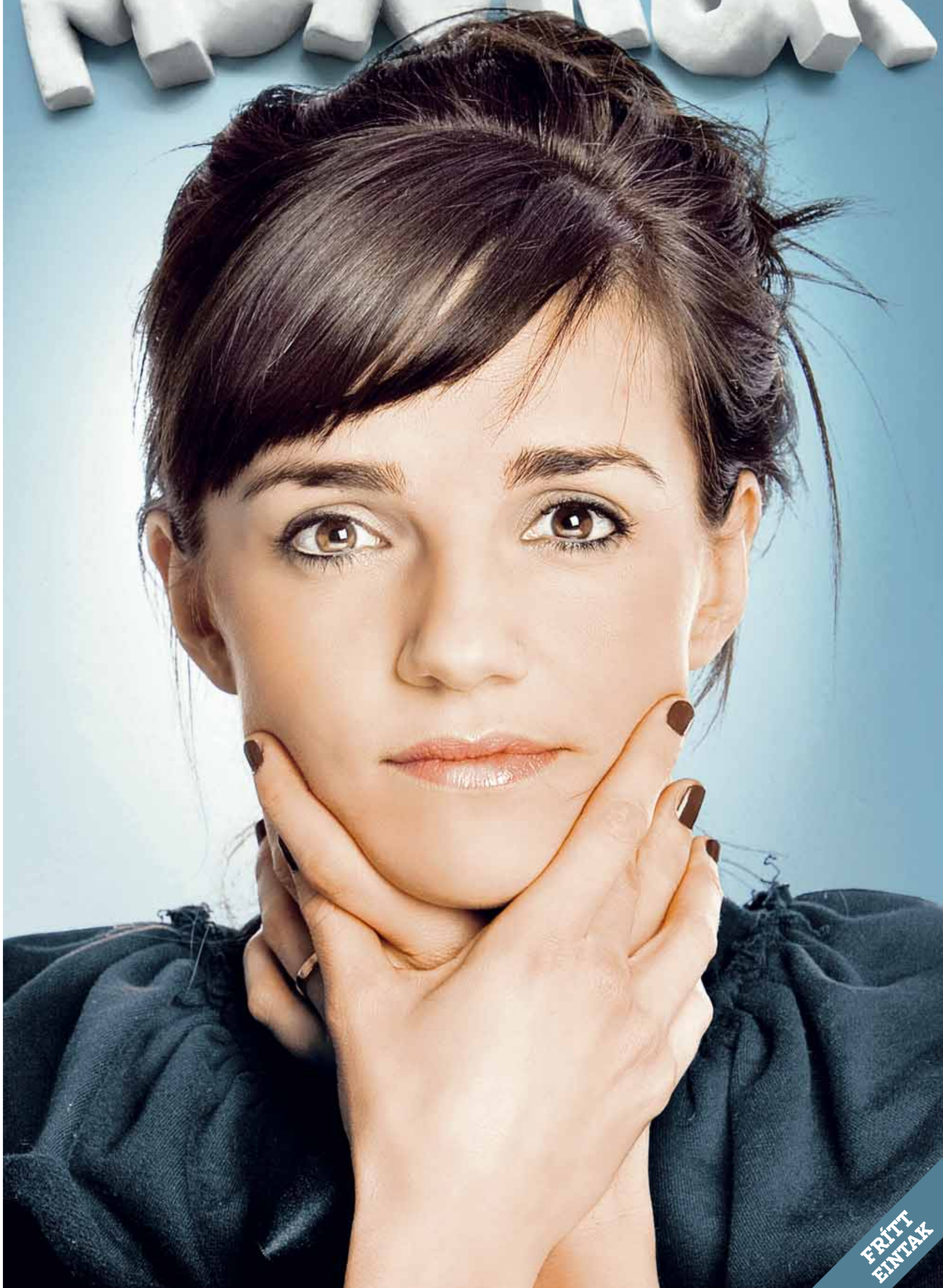


# MONITOR



FRÍTT  
EINTAK

**TÓNLIST, KVIKMYNDIR, SJÓNVARP, LEIKHÚS, LISTIR, ÍPRÓTTIR, MATUR OG ALLT ANNAD**

Lækjargata 8

[www.gamlasmidjan.is](http://www.gamlasmidjan.is)

Pizzeria

s. 578 8555

Heimsendingarþjónusta

Heimsendingarþjónusta



[www.gamlasmidjan.is](http://www.gamlasmidjan.is)

16" Pizza m. 3 áleggstegundum  
16" Hvítlauksbrauð  
2l. Coke

**3500**<sub>kr.</sub>  
heimsent

**3200**<sub>kr.</sub>  
sótt

12" Pizza m. 3 áleggstegundum  
12" Hvítlauksbrauð  
1l. Coke

**2500**<sub>kr.</sub>  
heimsent

**2200**<sub>kr.</sub>  
sótt



Opnunartími: mán-fim 11-22, fös 11-06, lau 12-06 og sun 12-22

Er það tilviljun að Jón Jónsson lék undir á meðan myndin af Ragnheiði og félögum var tekin í Versló?



MELKORKA ÞÖLL, RAGNHEIÐUR BJÖRK, SIGRÚN OG BIRTA ERU BETRI HELMINGURINN AF SAMFRAM SEM STENDUR AÐ TÓNLEIKUNUM

## Okkur er ekki sama!

Hópur framhaldsskólanema stendur fyrir glæsilegum tónleikum til styrktar Mæðrastyrksnefnd.

Okkur er ekki sama! er yfirskrift styrktartónleika sem haldnir verða á miðvikudaginn í næstu viku í Hafnarhúsinu. Það er félagið Samfram sem stendur að tónleikunum, en félagið mynda fulltrúar úr framhaldsskólunum MR, Versló, Kvennó, MS og MH. „Hugmyndin kviknaði þegar ég var að læra fyrir söguþróf í síðustu jólaþrófatörn,“ segir Ragnheiður Björk Halldórsdóttir ritari Skólafélagsins í MR. „Eins og gengur og gerist þegar maður er að læra undir próf fór hausinn að „brainstorma“ og þessi hugmynd kviknaði. Það tóku allir svo fjandi vel í þetta að við ákváðum að slá til.“

### Málefni sem snertir alla

Allir ágóðinn sem safnast af tónleikunum rennur óskertur til Mæðrastyrksnefndar. „Við vildum styrkja málefni sem stendur okkur nærri. Mikill fjöldi fólks hefur þurft að leita til Mæðrastyrksnefndar og þú veist aldrei hverjir þurfa á aðstoð að halda. Þetta er málefni sem snertir alla,“ segir Ragnheiður. Fjöldi flottra tónlistarmanna treður upp á tónleikunum og má þar nefna bræðurna Friðrik Dór og Jón Jónsson, hljómsveitirnar

Agent Fresco og Who Knew og þá munu Stebbi og Eyvi mæta og taka Drauminn um Nínu.

„Við reyndum að hafa dagskrána fjölbreytta þar sem skólarinn eru ólíkir. Við erum með spúrarnar í MH, skinkurnar í MS og sveitalubbana í MR,“ segir Ragnheiður og hlær. Hún segir að hinn gamalgróni rígur milli menntaskólanna sé enn til staðar en þegar svona málefni sé annars vegar leggi allir vopnin niður og vinni saman. „Það hata flestir MR vegna þess að við erum hrokafull. Ég get alveg viðurkennt það,“ segir Ragnheiður létt og bætir við: „En nú vinnum við öll saman.“

### Vonandi árlegur viðburður

Þúsund miðar verða seldir á tónleikana og hefur 200 miðum verið úthlutað á hvern skóla. Góa og Ölgerðin ætla að gefa sælgæti og gos sem verður selt á tónleikunum og rennur ágóðinn allur í söfnunina. „Ég á ekki von á öðru en að það verði frábær stemning og að söfnunin gangi vel. Ég vona bara að þetta verði árlegur viðburður, hvort sem það verður safnað fyrir Mæðrastyrksnefnd eða eitthvað annað málefni að ári liðnu.“

### TÓNLISTARMENN SEM KOMA FRAM

- Friðrik Dór
- Agent Fresco
- Who Knew
- Jón Jónsson
- Orphic Oxtra
- Original Melody
- Gnúsi Yones
- Stebbi & Eyfi

### HRINGDU OG STYRKTU

Þeir sem komast ekki á tónleikana en vilja styrkja gott málefni geta hringt í söfnunarnúmer hjá Valda&Frey sem verða opin næstu daga og þannig gefið fé í söfnunina.

- 907-1050 - 500 krónur
- 907-1010 - 1.000 krónur

## Monitor mælir með

### SPILARANN

Summer Echoes er nýjasta plata Sindra Mús Sigfússonar sem kallar sig Sin Fang. Platan er frábær og klárlega ein af plötum ársins. „Búinn að vera með þessa plötu í eyrunum í viku og ég er enn að heyra eitthvað nýtt, líkt og ég sé að garfa í djúpum, litríkum dótakassa,“ segir Arnar Eggert í fimm stjörnu dómi í Mogganum á miðvikudaginn. Það er góð og réttmæt lýsing.

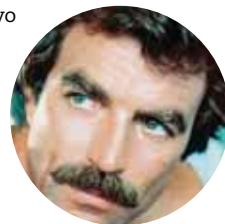


### MAGANN

900 Grillhús er frábær veitingastaður í Vestmannaeyjum. Eyjaskeggjar þekkja hann auðvitað eins og handarbakið á sér, en fólk af meginlandinu ætti að leggja nafn staðarins á minnið áður en það heldur til Eyja. Þítumar eru góðveikar, humarlokan enn betri og einnig er hægt að fá stórgóðar steikur.

### FYRIR GÓDMENNSKUNA

Mottumars er snilld og Monitor hvetur alla til að taka þátt með einhverjum hætti. Ef þú ert ekki að safna mottu þarftu svo sannarlega að styrkja einhvern sem er að því. Helst áttu að gera bæði.



### Vikan á...

## facebook



### Simmi Vill

Nei, ég er ekki í búning. Ég er bara svona klæddur í dag. Nei, ég er ekki kominn til að suða útúr þér nammi. Heyrist þér ég vera að syngja? Ég er bara kominn hingað til að skuldbreyta lánunum mínum. Hehehe, ég elska óskudaga.

9. mars kl. 00:30



### Blaz Roca

ekkert að því að tapa fyrir Magga Mix og til hamingju Lalli Lazer & Nilli Bangar Chicks með að hafa sópað restinni af Íslensku tónlistarverðlaununum upp >:D

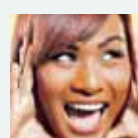
8. mars kl. 21:41



### Halldór Halldórsson

Saltkjöt er uppáhaldsmaturlinn minn. Í alvöru.

8. mars kl. 13:00



### Vala Grand

oijj ég er svo farin að raka mína rottumottu Fuck this shitt ég get nú somehow styð þetta mottu dæmi án þess að vera með rottumottu !! Right!.... það er ekki hægt að fara í sund með þetta ....Going to shave ASAP

7. mars kl. 15:32

### Feitast í blaðinu

**Alexandra Sif** er fitnessþjálfari sem er að gera það gott. Hún er í spjalli og gefur góð ráð. >>>4

**Háskólatískan.** Stíllinn spjallar við nokkrar töff týpur í Háskólanum í Reykjavík. >>>6

**Birgitta Birgisdóttir** í viðtali. Sæta stelpan í Makalaus er hin íslenska Penelope Cruz. >>>8

**Friðrik Dór** lenti í Blönduóslöggunni um síðustu helgi á leið til Akureyrar. >>>13

**Sóli Hólm** í Lokaþrófinu. Hann fílar best að herma eftir Bjarna Felix-syni. >>>14

### Efst í huga Monitor

## Keppnin er hafin! Allt er leyfilegt!

Monitor og Canon hrinda af stað vídeókeppni á Mbl.is í dag sem allir athyglissjúkir, feimnir, áhugasamir, listrænir, hæfileikaríkir, fyndnir eða bara kappsamir ættu að athuga betur.

Hægt er að senda inn í keppnina allskonar myndir eins og til dæmis leiknar stuttmyndir, heimildarmyndir, tónlistarmyndbönd, leiknar heimildarmyndir eða brettamyndbönd.

Keppnin stendur til 22. apríl og mega keppendur senda inn eins mörg myndbönd og þeir vilja.



MYNDBAND AF BÖRNUNUM FYLGIR EKKI VÉLINNI



LEIÐIN GÆTI LEGIÐ TIL HOLLYWOOD EFTIR VÍDEÓKEPPNINA

Verðlaun í keppninni eru ekki af verri endanum:

1. sæti - Canon LEGRIA HF R106 HD upptökuvél sem tekur upp á minniskort.
2. sæti - Canon LEGRIA FS36 upptökuvél með 8 GB sem tekur einnig upp á minniskort.
3. sæti - Canon FS306 upptökuvél sem tekur upp á minniskort.

Farðu núna á Mbl.is og taktu þátt í keppninni! Á síðunni er hnappur þar sem hægt er að skrá sig og skoða þau myndbönd sem eru þegar komin inn.

Ritstjóri: Björn Bragi Arnarsson (bjornbragi@monitor.is) Umbrot og hönnun: George Kristófer Young (george@mbl.is) Blaðamenn: Gunnþórunn Jónsdóttir (gunnthorunn@monitor.is), Sigyn Jónsdóttir (sigyn@monitor.is) Auglýsingar: Jón Ragnar Jónsson (jonragnar@msonn.is) Forsíða: Árni Sæberg Myndvinnsla: Hallmar F. Þorvaldsson Útgefandi: Árvakur Prentun: Landsprent Sími: 569-1136 Netfang: monitor@monitor.is

## Alexandra Sif Nikulásdóttir

Alexandra Sif náði frábærum árangri í fitnesskeppni í Bandaríkjunum um daginn

Aldur: 22 ára. Hjúskaparstaða: í sambandi.

# Algjör durgur í ræktinni

**Hvað æfðir þú lengi fyrir keppnina?** Ég byrjaði að lyfta í september og tók þátt í keppni hérna heima í nóvember. Svo vann ég mig upp frá því móti fyrir Arnold Schwarzenegger-keppnina. Allt í allt eru þetta sex mánuðir sem er stuttur tími miðað við breytingarnar sem ég er búin að gera.

**Hvernig komst þú þér í svona gott form?** Ég fór í fjarþjálfun hjá Katrínu Evu. Hún hafði mikla trú á mér svo ég fékk trú á sjálfri mér. Ég æfði sex sinnum í viku í einn og hálfan til tvo tíma í senn með brennslu. Ég tók samt ekki brennsluæfingar á morgnana eins og margir gera því ég þarf þess ekki. Ég var algjör durgur í ræktinni og lyfti á fullu.

**Hver eru lykilatriðin í undirbúningi fyrir svona keppni?** Að borða vel og rétt, æfa og hafa metnaðinn alveg út í gegn. Þú þarft að vera tilbúin að gefa þig alla í þetta. Það skiptir líka miklu máli að vera með genatískan líkama fyrir þetta sem ég er svo heppin að hafa.

**Hversu langt getur þú náð í greininni?** Það eru ekki margir möguleikar hér á landi en sigri maður til dæmis keppnina sem ég fór í verður maður pro og getur tekið þátt í þannig keppnum úti. Það er rugl mikill peningur í verðlaun í slíkum keppnum og ég stefni á að komast þangað einn daginn þó ég sé auðvitað í þessu fyrir ánægjuna en ekki peningana.

**Ætlar þú aftur út að keppa á næsta ári?** Ég ætla að taka aftur þátt á næsta ári og vonandi standa mig betur þar sem ég veit núna hvernig þetta gengur fyrir sig. Maður hefur rosalega stuttan tíma á sviðinu sem er ólíkt því sem maður á að venjast hérna heima. Núna veit ég að ég þarf að vera snögg að ná athygli dómara.

**Hnyklar þú þá eins marga vöðva og hægt er á stuttum tíma?** Ekki í þessum flokki. Þá ertu meira að reyna að sýna hversu heit og flott þú ert. Það má ekki vera of mikill skurður í þessum flokki og úti snýst þetta mikið um kvenlegan vöxt en samt vöðvastæltan.

**Hvað tekur þú í bekk?** Ég tek reyndar ekki oft bekkpressu heldur æfingu þar sem ég sit og geri svipaða æfingu. Þar er ég ekki að taka nema 35 kíló sem er varla til að segja frá.

**Myndir þú taka Gunnar Nelson í slag?** Ég var reyndar einu sinni að æfa fitnessbox en ég er ekki viss um að það sé nóg til að sigra hann.

**Hvað ertu að gera fyrir utan að vera fitnessdrottning?** Ég er verslunarstjóri í báðum verslunum Make-Up Store.

### VILTU VERÐA FIT?

#### ALEXANDRA GEFUR GÓÐ RÁÐ

##### Lyftingar

- Stelpur klikka á að lyfta og brenna bara en það sem við þurfum að gera til að fá vöðva er að hætta allri þessari brennslu, lyfta lóðum og borða meira.

##### Hollur matur

- Það er mikilvægt að borða frekar hollan mat en óhollan.
- Hafragrautur er góður til uppbyggingar og svo er gott að drekka mikið prótein.

##### Nammidagur

- Einu sinni í viku er sniðugt að hafa nammidag þar sem þú færð þér góðan kvöldmat og góðan eftirrétt til að koma í veg fyrir svindl.
- Borðu í hófi. Það er auðvelt ef þú tekur þér einn nammidag í viku.

##### Meira prótein, minni kolvetni

- Yfir höfuð er gott að borða meira prótein en kolvetni en á nammidögum getur þú fengið þér pítsu, ís og smá nammi í eftirrétt.



**Alexandra Sif Nikulásdóttir**  
Lenti í top 10 á Amateur Bikini keppni  
Arnold Classic 2011

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

## METNAÐUR & ÁRANGUR



### SYNTHA-6 PROTEIN

PRÓTEIN	KOLVETNI	KALORÍUR
<b>22g.</b>	<b>14g.</b>	<b>200</b>

**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.



### LEAN DESSERT PROTEIN

PRÓTEIN	KOLVETNI	KALORÍUR
<b>20g.</b>	<b>7g.</b>	<b>130</b>

**Holt og ótrúlega bragðgott**  
Lean Dessert er blanda af hægvirnum og hraðvirnum próteinum og góðum fitusýrum. Það sem þetta gerir að verkum er að virkni á próteininu byrjar að virka strax og er svo að gefa þeir stöðugt próteinflæði í hátt í 7 tímal  
Frábær til að búa til shake, pönnukökur eða búðing!

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

**perform<sup>\*</sup>is**



**HRAFNHILDUR SIGURÐARDÓTTIR**  
23 ára

PEYSA – ZARA  
KJÓLL – ASOS  
BUXUR – CHEAP MONDAY  
SKÓR – BIANCO  
TREFILL – ZARA



**BERGÞÓRA MAGNÚSDÓTTIR**  
27 ára

PEYSA – TOPSHOP LONDON  
BOLUR – GJÖF  
BUXUR – ZARA  
SKÓR – ADOLFO DOMINGO



**ANDREA VERATTI**  
21 árs

PEYSA – BÚÐ Á ÍTALÍU  
BUXUR – RAUÐI KROSSINN  
SKÓR – BÚÐ Á ÍTALÍU



**HILDUR GUNNARSDÓTTIR**  
25 ára

SKYRRTA – GINA TRICOT  
BUXUR – H&M  
SKÓR – BIANCO



**ÁRNI KRISTJÁNSSON**  
21 árs

PEYSA – GYLTI KÖTTURINN  
BUXUR – KRON KRON  
SKÓR – ALL STAR  
JAKKI – GYLTI KÖTTURINN

## Dagur í háskólanum

Stíllinn kíkti við í Háskólann í Reykjavík á dögnum og tók púlsinn á duglegum námsmönnum og klæðnaði þeirra.



**MARDÍS HEIMISDÓTTIR**  
22 ára

PEYSA – URBAN OUTFITTERS  
LEÐURJAKKI – ZARA  
SKYRRTA – H&M  
SKÓR – MONKI



**JÖKULL JÓHANSSON**  
27 ára

PEYSA – MUNDI  
BUXUR – GEYSIR  
SKÓR – E-BAY  
BOLUR – SECOND HAND



**VALA SIGRÚN VALÞÓRSDÓTTIR**  
24 ára

PEYSA – H&M  
SKYRRTA – H&M  
BUXUR – H&M  
SKÓR – SAUTJÁN



**SIGURÐUR KRISTJÁN NIKULÁSSON**  
23 ára

ÚLPA – SMASH  
BUXUR – SMASH  
SKÓR – INTERSPORT



**MAKSIM AKBACHEV**  
25 ára

BOLUR – SELECTED  
ÚLPA – GJÖF  
BUXUR – ZARA  
SKÓR – HUMMEL



## Stjörnustríð

Carrie Underwood og Carmen Electra völdu sér þennan hræðilega buddubleika Jenny Packham kjól. Það hlýtur að vera að þær hafi dottið á hausinn. Hvaða heilvita kona klæðist svona kjól? Ekki nema að það sé ljótukjólþema eða óskudagur kannski. Skórnir þeirra beggja eru heldur ekki upp á marga fiska. Enginn sigurvegari hér!

Latínó söngfuglinn Jennifer Lopez og djarfa Rihanna púlla þennan leður/pleður kjól vel. Þær eru hvorugar einhverjar horrenglur heldur með kvenlegar línur, mjaðmir, rass og læri. Kjóllinn er frekar mikill um sig og því jafnar hann sig út þegar önnur öxlin fær þarna að njóta sín. Hárlit-ur Rihönnu og skórnir tóna vel saman við kjóllinn og líka hjá miss Lopez. Báðar fá vinninginn!

Rauða flauels Prada-kjóllinn keyptu þær Jessica Alba og tiskumógúllinn Anna Wintour, en þarna er það staðfest að djöfullinn klæðist Prada. Kjóllinn er krúttlegur, en ekkert mikið meira en það. Stöllurnar taka sig báðar ágætlega út í kjólnum og Anna í skóm í stíl við kápuna. Jessica er samt svo mega sæt alltaf og það sem leiðir hana til sigurs hér er fallegi varaliturinn í stíl við kjóllinn.

Söngkonan Julianne Hough og fyrrum Destiny's Child múffan Michelle Williams klæðast hér fallegum kórallituðum Jenny Packham kjól. Hann er mun fallegri en hinn bleiki sem bókstaflega sveið í augun. Það er óhætt að segja strax að Julianne ber sigur úr býtum. Hún er í fallegri skóm og kjóllinn fer henni mun betur en Michelle.

# Væri alveg til í alskegg

**Sindri Már Sigfússon** er maðurinn á bak við **Sin Fang**. Hann var að gefa út nýja plötu og í þetta skiptið varð blúnduskegg fyrir valinu.

Mynd/Sigurgeir S

## SMEKKSATRÍÐI

**Besta platan?** Nýja platan með Munnfylli af galli.  
**Besti söngvarinn?** Kolbeinn Gauti Friðriksson.  
**Besta hjómsveitin?** Lovers Without Lovers.  
**Besti gítarleikarinn?** Kjartan Trauner.  
**Besta lagið?** Sveitballakóngurinn með Lovers eða Sjúddann með Gallinu.

TÖFRARNIR GERAST Í  
KJALLARASTÚDÍÓI SINDRA

**Nafnið var upphaflega Sin Fang Bous. Af hverju hættir þú að nota Bous-ið?** Ég fór fljótlega að segja bara Sin Fang þegar ég vísaði í verkefnið svo endi nafnsins datt bara frekar náttúrulega af.

**Hvað er málið með blúnduskeggið?** Ég var með pappírsskegg á fyrri plötunni og langaði að halda áfram með skeggin. Á næstu plötu verð ég með öðruvísi skegg.

**Hver hannaði það?** Mamma og Inga kærastan mín.

**Hvar er hægt að kaupa svona blúnduskegg?** Það er ekki hægt en það er hægt að kaupa Sin Fang-ból þar sem skeggið er prentað framan á. Þá er hægt að draga bolinn yfir andlitið til að fá skegg.

**Hvernig er þinn eigin skeggvöxtur?** Allt í lagi. Mætti vera minni „dónöt“ stíll yfir honum. Ég væri alveg til í að vera alskeggjaður með sitt hár og snælduruglaður en ég verð víst að láta heróín-sjúk lúkkið duga eins og er.

**Hvað þýða öll þessi húðflúr sem þú ert með?** Þýðingin er mjög misjöfn. Flest þýða ekkert sérstakt. Ég er með nokkur sömu tattú og vinir mínir og svo útlínur af hendi dóttur minnar á handleggnum. Mér þykir sérstaklega vænt um þau tattú.

**Hvað er framundan hjá Sin Fang?** Spila á tónleikum og alls konar í kringum það. Nýtt myndband kemur á næstunni og svo er ég að taka upp smelli á næstu plötu.

**Hvar finnst þér best að semja?** Heima í stofu og einn inni í stúdíó.

**Hver er þinn helsti innblástur?** Bara allt sem hreyfir við mér. Ég er alltaf að leita að innblæstri í öllu eins og til dæmis bókum, kvikmyndum, myndlist, kaffi og svo framvegis.

**Þú ert sagður mikill áhugamaður um fótbolta. Með hvaða liði heldur þú í enska?** Engu en mér finnst samt gaman að horfa á flesta leiki. Ég bjó reyndar í West Ham hverfi í Englandi í smá tíma þannig að ég ætti tæknilega séð að halda með þeim. Ég nenni samt ekki að halda með einhverju liði. Best er að halda bara með liðinu sem á minni séns á að vinna í hverjum leik.

**Ert þú sjálfur góður í fótbolta?** Tja, ég er búinn að vera senter í fótboltaliði undanfarin tvö ár og held ég sé búinn að skora fimm mörk á þeim tíma. Held ég sé skárri í tónlistinni.

**Hverjir eru stærstu tónleikarnir sem þú hefur spilað á?** Einhverjar tónlistarhátíðir í Þýskalandi ábyggilega. Svo spilaði ég eitt lag með múm um daginn í Póllandi fyrir zilljón manns í einhverri skemmu.

## SIN FANG

Hinn 28 ára gamli Sindri Már Sigfússon byrjaði að glamra á gítar tvtugur að aldri. Aðeins fjögur ár eru liðin síðan hann hóf að gefa út plötur en fyrsta breiðskífan sem hann tók upp var með hljómsveit sinni, Seabear, og kom hún út árið 2007. Síðan þá hefur Sindri verið iðinn við kolann og árið 2009 kom út fyrsta breiðskífan í sólóverkefni hans, Sin Fang Bous. Clangour hét frumraunin sem fékk mikla athygli og Sin Fang hefur haldið tónleika í Evrópu, Bandaríkjunum og Brasilíu til að kynna stykkið. Nú er komin út önnur breiðskífa Sin Fang sem ber nafnið Summer Echoes. Platan hefur fengið góða dóma og það verður spennandi að sjá Sindra fylgja verkefninu eftir með tónleikum víða um heim, skemmtilegum myndböndum og breytilegum skeggjum.



**HLEÐSLA** 100%  
HÁGÆÐA  
ÍÞRÓTTADRYKKUR MYSUPRÓTEIN



**PRÓTEINDRYKKURINN SEM  
ÍSLENDINGAR FÁ ALDREI NÓG AF  
NÚ EINNIG FÁANLEGUR Í FERNU**



**HLEÐSLA ER KJÖRIN FYRIR ALLA ÞÁ SEM TREYSTA Á HÖLLA OG UPPBYGGILEGA NÆRINGU EFTIR GÓÐA ÆFINGU, LANGT HLAUP EÐA MILLI MÁLA. ÞAÐ ER ENGIN TILVILJUN AÐ ÍSLENDINGAR FÁ ALDREI NÓG AF HLEÐSLU. HENTAR VEL FÓLKI MEÐ MJÓLKURSÝKURSÓPOL.**

MJÓLKURSAMSALAN

WWW.MS.IS

# Víðtalið

Einu sinni pissaði ég í alvörunni á mig í miðri sýningu.





# Góð í að leika fullu týpuna

„Ég vil ekki nefna nein nöfn en ég hef kynnst nokkrum góðum fyrirmyndum sem ég vil þakka kærlega fyrir,“ segir leikkonan **Birgitta Birgisdóttir** um listina að leika ölvadan einstakling. Hún leikur eina af skvísunum í þáttunum **Makalaus** sem hófu göngu sína í síðustu viku.

**Texti:** Sigyn Jónsdóttir  
**Myndir:** Arni Sæberg

sigyn@monitor.is  
saeberg@mbl.is

að það hugsar: „Ok, þetta átti ekki að gerast“ eða eins og gerðist hjá mér að áhuginn verður ennþá meiri.

**B**irgitta Birgisdóttir útskrifaðist sem leikkona árið 2006 og síðan þá hefur hún leikið í fjölda sýninga í Borgarleikhúsinu ásamt því að hafa tekið þátt í uppfærslum í Þjóðleikhúsinu og Hafnarfjarðarleikhúsinu. Hún leikur eitt aðalhlutverkanna í þáttunum Makalaus og túlkar þar hina ákveðnu Ósk. Birgitta segist ekki eiga mikið sameiginlegt með persónunni sem þykir hálfgerð drusla en vill þó meina að Ósk sé ágæt ung kona engu að síður. Höfundur bókarinnar Makalaus, Tobba Marinós, kom auga á Birgittu er hún lék í sýningunni Fólkið í kjallaranum í Borgarleikhúsinu fyrir áramót. Tobba lofaði sérstaklega hæfileika Birgittu til að leika fullu týpuna og taldi þá geta nýst henni vel í þáttunum. Monitor fékk að kynna henni íslensku Penelope Cruz, eins og Birgitta hefur oft verið kölluð, aðeins betur og forvitnast um feril hennar og drauminn um að verða fornleifafræðingur.

## Hvenær kviknaði áhuginn á leiklistinni?

Ætli hann hafi ekki kviknað þegar ég byrjaði að mæta á æfingar með vinkonum mínum hjá Leikfélagi Kópavogs á unglingsárunum. Þá sá ég ekkert endilega fyrir mér að ég yrði leikkona en vildi hjálpa til í leikfélaginu. Það var ekki fyrr en ég var orðin tvítug að ég fattaði að leiklist væri eitthvað sem maður gæti lært og unnið við. Ég var búin að prófa að fara í hönnunarnám, var á myndlistarbraut og fíkraði mig áfram í listgreinum. Seinna áttaði ég mig á að leiklistin væri málið og þá var ekki aftur snúið. Mig langaði aldrei í hagfræði, lögfræði eða eitthvað svoleiðis.

## Hvernig var að alast upp í Kópavogi?

Mér fannst það bara fint. Ég hef svo sem engan samanburð en kunnir rosalega vel við mig þar. Ég vil samt taka það fram að allt sem fer yfir 200 er ekki Kópavogur í mínum huga. 200 Kópavogur er eini Kópavogurinn sem ég þekki.

## Þekkir þú Kópavogsbúana Blaz Roca og Gillz?

Erpur var með mér í FG svo ég þekkti hann ágætlega. Við heilsumst úti á götu í dag en erum ekkert bestu vinir. Gillz er held ég næstum því kynslóð fyrir neðan mig svo ég þekki hann ekkert. Ég man samt ekki hvað Gillz er gamall, hann gæti verið fertugur eða ellefu ára fyrir mér.

## Hvernig varst þú sem krakki?

Ég var mikið í íþróttum og þó það trúir því enginn þá æfði ég körfubolta með Breiðablik. Við vorum mjög góðar þrátt fyrir að vera heldur lágvaxnar og vorum einhvern tímann Íslandsmeistarar. Við vorum mjög snöggar sem skiptir held ég meira máli en hæðin. Ég hætti í körfunni þegar ég var svona fjórtán ára því þá var ekki lengur töff að æfa körfubolta. Við vorum líka farnar að tapa leikjum.

## Hvernig týpa varst þú í menntaskóla?

Mér dettur í hug orð sem unglingar sem ég var að vinna með á Ísafirði kölluðu mig: Listó. Það er svona artí týpa og ég myndi lýsa mér þannig á þessum árum þar sem ég hafði mikinn áhuga á myndlist og var formaður Listafélagsins í skólanum.

## Komst þú inn í Leiklistarskólann í fyrstu tilraun?

Nei, ég reyndi tvisvar og komst inn í seinna skiptið. Eftir fyrri tilraunina var ég enn meira ákveðin í að komast inn og ekkert annað kom til greina. Þá rann algjörlega upp fyrir mér að þetta væri það sem ég vildi gera. Höfnunin fer annaðhvort þannig með fólk

## Kom ekki til greina að fara til útlanda í leiklistarnám?

Jú, ég man að ég hugsaði með mér að kæmist ég ekki inn í annarri tilraun myndi ég líklega reyna að komast inn einhvers staðar úti. Ég var samt svo ákveðin að þetta myndi ganga í seinna skiptið. Þetta er ábyggilega stærsta „Secret“ stund lífs míns þó ég hafi kannski ekki talað mikið um það.

## Hvað tók við eftir útskrift?

Ég fékk samning hjá Borgarleikhúsinu þegar ég var að útskrifast og byrjaði strax um haustið í sýningu sem heitir Amadeus og lék þar eiginkonu Mozarts. Síðan þá hef ég leikið í Borgarleikhúsinu, í einni sýningu í Þjóðleikhúsinu og einni í Hafnarfjarðarleikhúsinu.

## Færd þú aldrei leið á því að sýna sömu sýninguna oft?

Mér finnst eiginlega skrítið hvað það gerist sjaldan miðað við að oft sýnir maður 50-60 sýningar. Það er kannski ekki mikið miðað við sumar sýningar sem fara upp í 100 skipti en samt slatti. Ég fæ ekki beint leið á sýningunum þó ég sé vissulega misjafnlega sorgmædd þegar þær hætta.

## Mælir þú með starfinu?

Já, þó að vinnutíminn geti verið erfiður er hann að sama skapi mjög finn oft og tíðum. Vinnutarnir eru ekkert það langar, svona tveir mánuðir og svo kemur kannski mánaðarfrí. Stundum getur auðvitað verið rosalega erfitt að koma sér af stað í vinnuna á kvöldin þegar mig langar bara að vera heima, borða kvöldmat og koma dóttur minni í rúmið. Svo þegar ég er komin í leikhúsið lifna ég öll við því þar er svo mikil stemning og allir hressir og skemmtilegir. Allt í einu er maður mættur upp á svið fyrir framan áhorfendur og það er svo mikið kikk í því.

Ég fékk smá sjokk þegar ég sá fyrsta þáttinn enda hafði ég ekkert séð úr þáttunum og fannst skrítið að sjá mig á skjánum.

## Hvað er það vandræðalegasta sem hefur komið fyrir hjá þér í leikhúsinu?

Ég get varla sagt frá þessu en einu sinni pissaði ég í alvörunni á mig í miðri sýningu. Ég var að leika í sýningu með sjúklega fyndnu fólk á borð við Halldóra Geirharðs og Helgu Brögu. Oft átti ég erfitt með að halda inni hlátrinum og á einni sýningunni fékk ég rosalegt hláturskast því Halldóra var svo rosalega fyndin. Ég þurfti að klemma saman lappirnar og hoppaði einhvern veginn út af sviðinu skellihljajandi. Svo pissaði ég smá á mig sem var mjög fyndið en næstum því of vandræðalegt til að segja frá.

## Hvernig kom það til að þú fékkst hlutverkið í Makalaus?

Ég ákvað að skrá mig í prufur fyrir þættina án þess að vita eitthvað um þetta verkefni. Ég vissi hver Tobba væri en hafði ekki lesið bókina. Svo þegar það var hringt í mig og mér tilkynnt að ég hafi fengið hlutverkið fékk ég eiginlega þínu sjokk og var ekkert sérstaklega sátt með því ég vissi ekkert hvað ég væri að fara út í. Þá þóttist ég vera voða flott og bað um að lesa handritið áður en ég tæki hlutverkinu og var með einhverja stæla. Svo las ég bókina og hún kom mér skemmtilega á óvart.

## HRADASPUNINGAR

**Uppáhaldsleikkona?** Halldóra Geirharðs.

**Uppáhaldsleikari?** Þorsteinn Guðmunds eftir að ég sá Okkar eigin Osló.

**Uppáhaldsnammi?** Bland í poka.

**Uppáhaldssjónvarpsþáttur?** Makalaus.

**Uppáhaldsmatur?** Maturinn á Austur-Índiafjlaginu.

**Uppáhaldstónlistarmaður?** Prins Póló.

**Það sjúkasta sem þú hefur séð á internetinu?** Myndbandið við lagið Pussy með Rammstein þar sem þeir eru allir naktir og eitthvað ógeð.

**Það skrítnasta sem þú hefur smakkað?** Froskalappir sem smökkuðust samt mjög vel.

**Versti ávani?** Ég vil alltaf sitja með fæturina upp á stólum sem getur verið mjög óþægilegt til dæmis þegar ég fer út að borða.



## Hvernig kannt þú við persónuna Ósk sem þú leikur í þáttunum?

Ég kann vel við hana, ekki alveg sammála hvernig hún lifir sínu lífi en hún er ágæt ung kona. Ósk er algjör töffari og lætur ekki plata sig út í neitt rugl. Hún leikur sér að lífinu og strákum.

## Þið eigið þá ekki margt sameiginlegt?

Nei, ekki beint.

## Þáttunum hefur verið líkt við Sex & The City. Er Ósk þá Samantha?

Já, ef Ósk væri einhver af þeim væri hún alveg pottþétt Samantha. Nema bara allt öðruvísi.

## Hvernig finnst þér að leika í sjónvarpi?

Ég hef leikið lítil aukahlutverk hér og þar en þetta er fyrsta stóra hlutverkið mitt. Mér finnst það skemmtilegt en líka mjög erfitt því ég er óvön. Í leikhúsinu getur maður alltaf bætt sig og gert hlutina oft en í svona vinnu er bara ein taka sem er valin og hún stendur. Ég fékk smá sjokk þegar ég sá fyrsta þáttinn enda hafði ég ekkert séð úr þáttunum og fannst skrítið að sjá mig á skjánum.

## Hvað er framundan hjá þér?

Vorið og sumarið eru óljós en í haust fer ég aftur í Borgarleikhúsið að leika í sýningu sem heitir Fólkið í kjallaranum. Ég hlakka rosalega til að sýna þá sýningu aftur.

## Heimildarmenn Monitor segja þig vera rosalega góða í að leika fullu týpuna í Fólkinu í kjallaranum. Hverju þakkar þú þennan hæfileika?

Ég vil ekki nefna nein nöfn en ég hef kynnst nokkrum góðum fyrirmyndum sem ég vil þakka kærlega fyrir. Þær mega taka það til sín sem vilja.

## Þú hefur verið kölluð Penelope Cruz Íslands. Finnst þér það gott eða slæmt?

Ég hef heyrt þetta lengi og fyrst þegar ég heyrði þetta fyrir svona tíu árum síðan fannst mér mjög flott að vera kölluð Penelope Cruz. Svo fóru gaurar á djammínu að spyrja mig: „Hei, hvar er Tom Cruise?“ Þá varð þetta hallærislegt en ég hlæ bara að þessu í dag.

## Kæmi til greina að markaðssetja sig á spænskum markaði með viðurnefnið að vopni?

Það er frábær hugmynd. Ég væri náttúrulega mjög mikið til í að leika í Almódóvar-mynd eins og hún hefur svo oft gert. Ég ætla að senda



honum tölvupóst og benda á að ég gæti til dæmis leikið systur Penelope Cruz.

**Gætir þú hugsað þér að starfa við eitthvað annað en leiklistina?**

Þegar ég var lítil ætlaði ég alltaf að verða fornleifafræðingur og ég er búin að hugsa mikið um það undanfarið. Ég skammaðist mín einu sinni mjög mikið fyrir þetta en núna finnst mér þetta ógeðslega töff. Ég er svo mikill dundari og sé fyrir mér að vera ofan í einhverjum skurði að bursta með tannbursta. Það væri frábær sumarvinna. Svo var ég að skoða námið fyrir jól og sá að staðan í þeirri grein er verri en í leiklistinni hvað varðar peninga. Mér finnst eins og ég væri að fara úr öskunni í eldinn með því að skipta yfir í fornleifafræðina á þessum tímapunkti. Ég held ég eigi samt einhvern tímann eftir að fara í einhverja kúrsa í fornleifafræðinni og hef ekki gefið drauminn upp á bätinn.

**■ ■** Fyrir svona tíu árum síðan fannst mér mjög flott að vera kölluð Penelope Cruz. Svo fóru gaurar á djamminu að spyrja mig: „Hei, hvar er Tom Cruise?“ Þá varð þetta hallærislegt.

# TOWER

## Borgari

máltíð  
mánaðarins  
á kfc

nýbakað  
hamborgarabrauð

létt majónes  
og tómatsósa

ferskt iceberg salat

ostur

kartöfluskífa

mjúk  
kjúklingabringa



899  
kr.



SVOOOGOTT™

[www.kfc.is](http://www.kfc.is)

0gr.  
trans-  
fita

FAXAFENI • GRAFARHOLTI • HAFNARFIRÐI • KÓPAVOGI • MOSFELLSBÆ • REYKJANESBÆ • SELFOSSI

## FERILLINN



### Colin Farrell

**Hæð:** 178 sentimetrar.  
**Besta hlutverk:** Ray í *In Bruges*.  
 Frábær mynd sem allir ættu að sjá.  
**Staðreynd:** Colin Farrell hefur oft talað um að hann sé ekki umskorinn og að hann sé á móti umskurði. Þetta þykir Bandaríkjamönnum ákaflega sérstakt.  
**Eitruð tilvitnun:** „Að vera írskur er stór hluti af því hver ég er. Ég tek það með mér hvert sem er.“

**1976** Fæðist 31. maí í Dublin á Írlandi.

**2000** Preytir frumraun sína í kvikmyndum þegar hann birtist í *The War Zone* í leikstjórn Tim Roth.

**2001** Kvænist 19 ára leikkonu að nafni Amelia Warner í júlí og skilur við hana í nóvember.

**2003** Eignast sitt fyrsta barn, soninn James Padraig, með fyrirsætunni Kim Bordenave.

**2004**

Leikur **Alexander** mikla í stórmyndinni *Alexander* sem þykir fremur misheppnuð.



**2005** Sjötug leikkona að nafni Eileen Atkins heldur því fram að Farrell hafi grátbedið hana um að sofa hjá sér. Hún hafi hafnað því þar sem hann er 42 árum yngri. Málið vekur mikla athygli og Farrell neitar þessum orðrómi ekki.

**2005** Fer í meðferð vegna lyfjafíknar.

**2006** Kynlífsmyndband sem sýnir Farrell með Playboy-fyrirsætunni Nicole Narain lekur á netið.

**2009** Hlýtur Golden Globe-verðlaunin fyrir leik sinn í svörtu gamanmyndinni *In Bruges*. Sama ár leikur hann aukahlutverk á móti Jeff Bridges í *Crazy Heart*.

**2009**

Byrjar með mótleikkonu sinni úr myndinni *Ondine*, **Alicja Bachleda-Curus**. Sama ár eignast þau soninn Henry Tadeusz. Þau hætta saman ári síðar.



## Frumnýningar helgarinnar

### The Way Back

*The Way Back* gerist í grimmuðlegum fangabúðum Sovétmanna í Síberíu í seinni heimsstyrjöldinni. Hinn rússneski Valka (Farrell), pólski Janusz (Sturgess) og bandaríski Smith (Harris) eru á meðal fanga. Þeim tekst að flýja úr búðunum ásamt nokkrum öðrum fögnum. Það er þó bara byrjunin því eftir er svakalegt sex þúsund kílómetra ferðalag til hins siðmenntaða heims.



**Leikstjóri:** Peter Weir.  
**Aðalhlutverk:** Jim Sturgess, Colin Farrell, Ed Harris, Saoirse Ronan og Mark Strong.  
**Lengd:** 132 mínútur.  
**Dómar:** IMDB: 7,5 / Metacritic: 6,6 / Rotten Tomatoes: 76%  
**Aldurstakmark:** 12 ára.  
**Kvikmyndahús:** Sambíóin.

### Battle: Los Angeles

**Leikstjóri:** Jonathan Liebesman.  
**Aðalhlutverk:** Aaron Eckhart, Michelle Rodriguez, Bridget Moynahan og Ne-Yo.  
**Dómar:** Engir komnir.  
**Aldurstakmark:** 12 ára.  
**Lengd:** 116 mínútur.  
**Kvikmyndahús:** Smárabíó, Laugarásbíó, Egilshöll og Borgarbíó.



Í fjölmörg ár hafa staðfest atvik varðandi fljúgandi furðuhluti átt sér stað víða um heim. Þessi einstöku sakleysislegu atvik breytast í skelfilegan veruleika þegar jörðin sætir áras frá óþekktum öflum. Borgir heimsins falla hver á fætur annarri og það veltur á Nantz (Eckhart) og hans sveit að draga linuna og berjast við óvin sem á sér engin fordæmi.

### The Romantics

**Leikstjóri:** Galt Niederhoffer.  
**Aðalhlutverk:** Anna Paquin, Josh Duhamel, Katie Holmes, Adam Brody og Elijah Wood.  
**Dómar:** IMDB: 5,5 / Metacritic: 4,3 / Rotten Tomatoes: 15%.  
**Aldurstakmark:** Leyfð öllum.  
**Lengd:** 116 mínútur.  
**Kvikmyndahús:** Háskólabíó og Smárabíó.



Sjö vinir tengdust sterkum böndum í háskóla en hafa síðan haldið hver í sína áttina. Sex árum síðar eru tveir vinanna að fara að gifta sig og ákveða að kalla vinahópinn saman að nýju í tilefni af því. Vinirnir hittast stuttu fyrir brúðkaupið en ýmis flókin mál eru óleyst. Þetta setur brúðkaupið í uppnám og ljóst að einhver mun ganga særður frá borði.

## KVIKMYND

### Fyrir eldri kynslóðina

Ég vissi ekki við hverju ég átti að búast þegar ég fór á Okkar eigin Osló í bíó. Ég hafði heyrt fína hluti um þessa mynd og fór því með jákvæðu hugarfari. Það sem er gott við *Okkar eigin Osló* er að persónurnar eru vel skrifaðar. Myndin er líka flott tekin og mörg falleg skot sem gleðja augað. Haraldur, sem leikinn er af Þorsteini Guðmundssyni, er myndin týpa. Verkfræðingur að mennt, býr flott og með allt á hreinu. Brynhildur Guðjónsdóttir leikur Vilborgu sem er algjör andstæða við Harald. Vinnur í Íslandsbanka, er spilafíkill og þegar hún kynnist Haraldi er líf hennar ein rjúkandi rúst. Rólegur hvað Brynhildur er líka sjóðandi heit í þessari mynd. Einnig er Pálmi, sem leikinn er af Hilmi Snæ Guðnasyni, flott týpa. Fátæki listamaðurinn sem er með allt niðrum sig. Hver þekkir ekki einn þannig? Það verður líka að minnast á hinn unga Valgeir Skagfjörð en hann leikur Kolbein. Gríðarlegt efni þar á ferð og minnir á dökkhærðan Macaulay Culkin. Vonandi fer hann aðra leið en hann og velur betri hlutverk.

#### Rólegur söguþráður

Skemmtanagildi myndarinnar er hins vegar ekki hátt. Brandararnir eru full mikið fyrir 45 ára og eldri og á löngum köflum gerist nákvæmlega ekki neitt í myndinni. Maður fylgist með Haraldi og kynnist honum vel. Á yfirborðinu er allt í orden en undir niðri kraumar í honum og maður sér að hann er gangandi tímasprengja eftir að hann kynnist Vilborgu. Hins vegar var þetta engin C4-sprengja sem sprakk í lokin heldur í mesta lagi hurðasprengja.



ÞORSTEINN OG BRYNHILDUR ERU Í AÐALHLUTVERKUM

Myndin var vonbrigði fyrir mig af því ég fíla Þorstein Guðmundsson. Hann er einn fyndnasti maður landsins og algjör godsögn úr Fóstbræðrum. Ég hef á tilfinningunni að eldri kynslóðin hafi mjög gaman af þessari mynd. Allir sem eru 45 ára og eldri ættu því að skella sér í bíó og styrkja íslenska kvikmyndagerð. Ekki veitir af.



Tómas Leifsson

### Okkar eigin Osló

**Leikstjóri:** Reynir Lyngdal.  
**Aðalhlutverk:** Þorsteinn Guðmundsson, Brynhildur Guðjónsdóttir.  
**Lengd:** 90 mínútur.



## Popp-korn

Grínistinn **Bill Hader** úr *Saturday Night Live* vinnur nú að tveimur verkefnum að áend- um sínum til mikillar ánægju. Annars vegar er hann með spennu- grínmyndina *Henchmen* í bígerð og hins vegar kolsvörtu gamanmyndina *Vaughn Meader* sem fjallar um grínistann sem gerði grín að morði John F. Kennedy. Atriðið endaði feril hans snögglega.



Heimildarmyndir um tískuheiminn eru næst um því orðnar að sér flokki kvikmynda og nú er myndin **Bill Cunningham** New York á leiðinni. Myndin segir frá ljósmyndar- anum Cunningham sem hefur tekið myndir af frægu fólki og fyrirsætum undanfarin 50 ár. Hann hefur þrátt fyrir það haldið sig fyrir utan alla geðveikina í brans- anum sem verður að teljast ótrúlegt.



Leikarinn **John Cusack** mun fara með hlutverk furðulegs einræðisherra í kvikmyndinni *Soft Dictator* sem er á fyrstu stigum framleiðslu um þessar mundir. Myndin mun fjalla um spaugilegar hliðar stríðs og styrjalda en ekki er komið í ljós hverjir fleiri munu leika í myndinni ásamt Cusack.




Olíulekinn á síðasta ári í Mexíkóflóa er einn sá versti í sögunni og núna er á teiknborðinu heimildarmynd sem fjallar um málið. Kvikmyndin er byggð á grein sem birtist í *New York Times* sem sýnir fram á ýmis mistök sem leiddu til hræðilegra afleiðinga og mikilla náttúru- spjalla.



**Jennifer Carpenter** sem flestir þekka sem systur hins morðóða Dexter í samnefndum þáttum mun leika við hlið *Amanda Seyfried* í kvikmyndinni *Gone*. Myndin fjallar um konu sem var rænt í barnæsku og leitar hefnda við mannræningjann sem hún telur einnig hafa rænt systur sinni. Upptökur á sjöttu þáttaröð *Dexter* hefjast í vor en lítið hefur verið gefið upp um söguþráð, aukaleikara og annað.



**KVIKMYND**

**The Mechanic**  
  
**Leikstjóri:** Simon West. **Lengd:** 92 mínútur.  
**Dómar:** IMDB: 6,8 / Metacritic: 4,9 / Rotten Tomatoes: 52%.  
**Aðalhlutverk:** Jason Statham, Ben Foster.



**DÆLULYKILLINN**  
**VIRKAÐI EKKI**

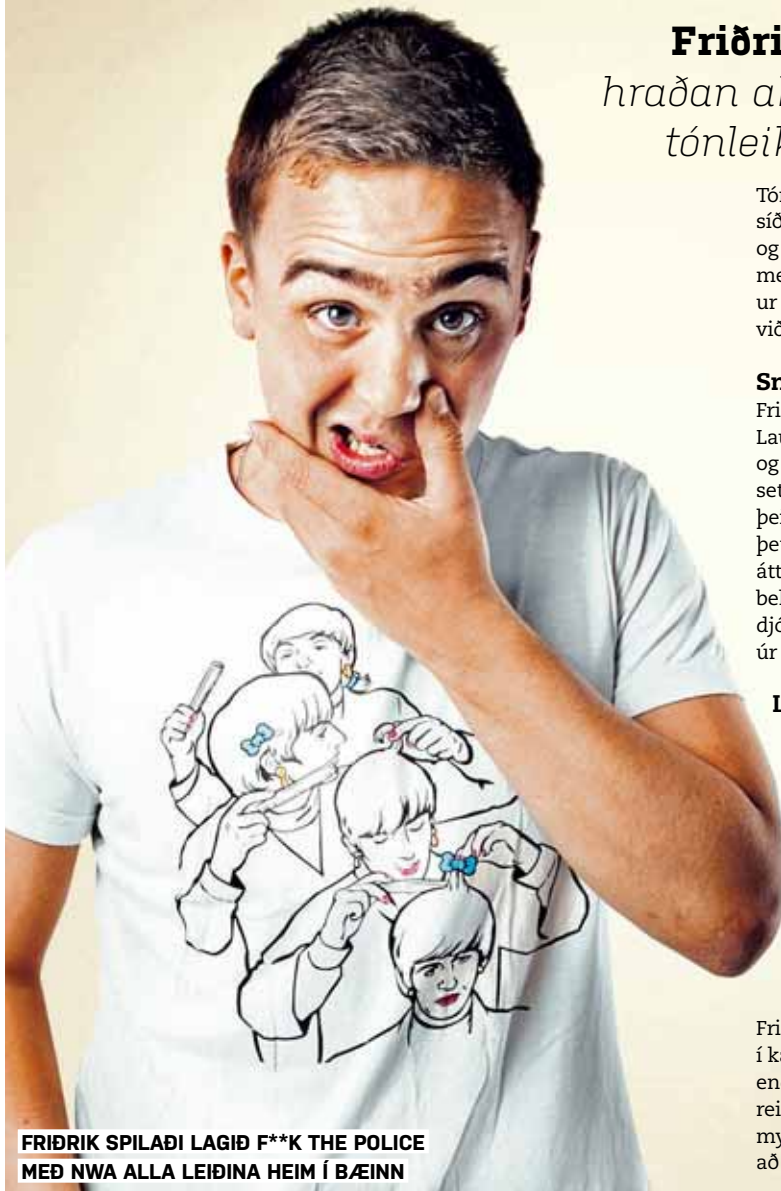
**Góður harðhaus**

The Mechanic fjallar um einmana leigumórðingja sem fær það verkefni að drepa lærifóður sinn og þjálfá í kjölfarið son hans. Myndin er glettilega góð og kemur skemmtilega á óvart. Jason Statham er auðvitað fæddur í harðhausahlutverkið og leysir það vel hér sem endranær. Söguþráðurinn ristir ekki mjög djúpt en það má vel fyrirgefa það enda held ég að fæstir séu að leita að djúpt og innihaldi þegar þeir skella sér á svona mynd. Hún tekur sig hæfilega alvarlega og inniheldur mörg skemmtileg harðhausaatríði, sprengingar og byssur. Góð afþreying og betri en margar í sama flokki.



Kristján Sturla Bjarnason

**Eins og Hasselhoff með hamborgarann**



**FRIDRIK SPILAÐI LAGIÐ F\*\*K THE POLICE MEÐ NWA ALLA LEIÐINA HEIM Í BÆINN**

**Friðrik Dór** var stöðvaður fyrir of hraðan akstur er hann dreif sig milli tónleika í **Reykjavík** og **Akureyri**.

Tónlistarmaðurinn Friðrik Dór komst í hann krappann um síðastliðna helgi. Hann var með tónleika bæði í Reykjavík og á Akureyri og þurfti að komast á milli staðanna á mettíma. Það fór ekki betur en svo að Friðrik var stoppaður af Blönduóslöggunni fyrir of hraðan akstur og má búast við venni sekt.

**Snjógallar og beljubúningar á Samfés**

Friðrik byrjaði kvöldið á því að spila á Samfés-ballinu í Laugardalshöll. „Það var mjög gott. Krakkarnir voru hressir og mikil gleði,“ segir Friðrik. Eins og frægt er orðið voru settar reglur um klæðnað unglingsanna á ballinu og máttu þeir ekki vera of fáklæddir. Friðrik segist hafa orðið var við þetta og tók eftir því að einhverjir fóru með öfgana í hina áttina. „Sumir tóku brandarann að mæta í snjógalla og beljubúning og einhverju slíku. Það er samt svolítið tæpt djók því þetta fólk hefur líklega verið nálægt því að deyja úr ofhitnun eftir 10 mínútur á ballinu,“ segir Friðrik.

**Löggur með brandara**

Friðrik lauk spilamennsku sinni á Samfés klukkan 20 og átti að stíga á svið á Akureyri klukkan 1. Hann og Axel umboðsmaður þurftu af þeim sökum að aka ögn hraðar en lög gera ráð fyrir. „Ég var stoppaður rétt áður en ég kom að Blönduósi og var einhverjum 25 kílómetrum yfir hámarkshraða,“ segir Friðrik. Spurður hvort lögreglumennirnir hafi kannast við hann segir hann: „Sá eldri þekkti mig ekki. Ég veit ekki hvort sá yngri kannaðist við mig, en hann reyndi allavega að segja fleiri brandara en hinn.“

Ferill Friðriks hefur fram að þessu verið flekklaus og Friðrik hefur húmor fyrir því að vera farinn að komast í kast við lögin. „Ég á von á því að það verði erfitt að endurreisa ferilinn eftir þennan skandal. Þetta er svipað reiðarslag og þegar David Hasselhoff var tekinn upp á myndband þegar hann lá fullur á gólfinu á hótélherbergi að éta hamborgara.“

**TÖLVULEIKUR**

**Bullandi rothögg**

Allt frá fyrstu sekúndu finnur maður spennuna og hasarinn sem fylgir Fight Night Champion, en leikurinn byrjar á því að setja leikmenn í hlutverk Andre Bishop sem er aðalsöguhetjan í söguþræði leiksins. Hljómar kannski undarlega að boxleikur sé með söguþráð, en það er engu að síður staðreynd og einmitt ein af stærstu nýjungunum í Fight Night Champion. Bishop upplifir mikla spennu, drama, óheiðarleika og svik í söguþræði sem setur upp ýmsar fléttur fyrir leikmenn og bætir heimiklu við þessa viðurkenndu og vel gerðu formúlu boxleikja.

Hægt er að velja um að taka tveggja manna bardaga og þar er hægt að velja alla helstu boxara dagsins í dag í öllum þyngdarflokkum auk fjölda goðsagnakenndra bardagakappa á borð við Tyson, Ali og Frazier. Auk þessa geta leikmenn spilað svokallað Legacy mode, en þar búa leikmenn til sinn eigin boxara og þurfa að vinna hann upp heimslístan.

**Besti boxleikurinn á markaðnum í dag**

Stýringar leiksins hafa verið teknar í gegn og eru mun nákvæmari en áður og geta leikmenn nú einnig gefið högg með því að nota takkana á stýripinnanum. Í fyrri leikjum hafa leikmenn aðeins getað notað analog-pinnana til að framkvæma höggin. Netspilun Fight Night Champion er mun fullkomnari og einfaldari en áður og geta leikmenn vaðið um internetið í leit að alvöruslag við þá bestu eða einfaldlega sett upp lítið mót á milli félaganna í skemmtilegri netspilun.

Grafíkin er ótrúleg og eiginlega fáránlegt hve raunverulegir boxaramir eru og hve raunverulega öll meiðsl koma fram á skroknum. Hljóðið í leiknum er mjög gott, tónlistin rapp- og sálarskotin og talsetning til fyrirmyndar. Þeir sem vilja ná alvöru rothöggi á vini og vandamenn ættu að tékka á Fight Night Champion, en það er klárlega besti boxleikurinn á markaðnum í dag.

Ólafur Þór Jóelsson




**SKALLI ÞARF ÍBÚFEN EFTIR ÞETTA HÖGG**



**Fight Night: Champion**  
  
**Tegund:** Boxleikur  
**PEGI merking:** 16+  
**Útgefandi:** EA Sports  
**Dómar:** Gamespot: 8,5 / IGN: 8 / Eurogamer: 8

**Bólurnar burt!**  
 “Ég hef verið með bólur í andliti síðan ég var 16 ára. Ég reyndi allt... síðan fann ég loksins það sem virkaði. Það heitir Proactiv®”  
 Vanessa Williams  
  
[www.heilsubudin.is](http://www.heilsubudin.is)

**YSTI RÁUNIR 30 TÓNLISTARHÁTIÐ ÁRA 2011**



**UNDANKVÖLD ÚRSLITAKVÖLD**  
 25, 26, 27, 28 mars  
 Tjarnarbió  
 Kl. 19.00 öll kvöld  
 Laugardaginn 2. apríl  
 Íslensku Óperunni  
 Kl. 16.00

Skráning hefst 28 febrúar og lýkur 13 mars á:  
[www.ysti.is](http://www.ysti.is)

ICELANDAIR RAS ITR HÍÓR HÍÓR HLJÓÐX



**20% fleiri innifaldar mínútur og SMS í farsíma**

Pú færð meira, meira eða miklu meira í Vodafone Gull

Skráðu þig í 1414 strax í dag

**power to you**

vodafone.is

# LOKAPRÓFIÐ

10. mars 2011 | **MONITOR** skólinn

Ég heiti Sóli Hölm Besta kvikmynd sem ég hef séð er Kloun

Þú veist hver ég er af því að vörðmerkið Sóli Hölm er að kíkka inn

Það leiðinlegasta við að vera grínisti er að

- Fólk er alltaf að biðja mann um að segja eitthvað fyndið.
- Starfinu fylgir lítil kvenhylli.
- Ég veit ekki hvað ég á að gera við alla peningana.
- og það væri betra að verða frjógur á stærri markaðssvæði.



Því hún er svo falking  
fræðin.

Ég hata at handskrifa

en ég elska konur  
og drengina.



Ef ég færi í útrás með grínið mitt myndi ég kalla mig

- Sully Holm.
- Sunny Holm.
- Shirley Holmes - Gríðhúrt að
- Sully Muntari. gaur kalli sig Shirley.
- 



Ég kem úr þrotinni fúll-  
skylda.  
sem er ekki rassgát  
verfitt

Ég elska Friends.  
S Ó mitt milli

Ég raka reglulega á mér punginn.  
S Ó

Ég hef grátið á undanfögnu ári.  
S Ó

Ég hef stolið úr búð.  
S Ó - Fára stad  
og Sikkulati.

Ég hef lent í slag síðan ég varð kynproska. ← Húst áttíu  
ó áttíu í því?  
Hélt ekki!

Ég get tekið 100 kíló í bekk.  
S Ó - Nenni þú þu ekki

Mér finnst skemmtilegast að herma eftir

- Gylfi Ægisson.
- Herberti Guðmundssyni.
- Bjarna Fel.
- Pálma Gunnars.
- Páli Óskari.
- 

Vegna þess að Hann er ngr  
hva mæni  
**OG HANN SKÓRAR!**

Manneskja sem mig hefur alltaf langað til að herma eftir er Harry Redknapp  
vegna þess að hann er geggur  
týpa

Í íslenska fótbolnum held ég með Prótti  
en í enska bolnum held ég með Liverpool

Þið getið rétt ímyndað ykkur hvað ég verð eftir  
vonbrigðum.

Ef ég mætti velja eitt tungumál sem ég gæti talað reiprennandi yrði það pottþétt

- Spænska.
- Þýska.
- Franska.
- Pólska.
- 

Af því að þú er svo fyndur  
að geta verið fandi  
á þýsku.

Eiginhandararitunin mín lítur svona út:  
Sóli Hölm



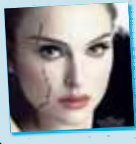
Síðasta sms sem ég fékk var frá Viktor  
Bjark Hrennsson og í því stóð var einmitt að tala  
við Aggaram og hann  
sagði að sálarin áttíu  
á Viktorannum kl. 21.20.  
Ef ég mætti gera einn Facebook status sem heimurinn sæi myndi ég skrifa Allir að reyka  
Winston!  
(Feng. m. l. b. n. i. f. f. o. r. i. n. g. d. o. l. l. a. r. n. a.)



## Síðast en ekki síst

» **Árni Þór**, gítarleikari í Rökkurró, fílar:

**Kvikmynd Black Swan.** Fyrir utan það að vera vandræðalega ástfanginn af Natalie Portman þá er þessi mynd á allan hátt stórkostleg. Sjaldan sé mynd sem er jafn „intense“.



**Sjónvarpsþáttur It's Always Sunny In Philadelphia** eru (að Arrested Development undanskildum) fyndnustu þættir sem ég hef séð. Fullkomlega síðlaust og svart. Það versta er að aðalpersónurnar minna mig á bestu vini mína. Úps?



**Bók** Ég er að læra bókmenntafræði í HÍ og hef aldrei lesið jafn lítið af bókum mér til yndisauka. Undanfarið er ég búinn að vera ótrúlega bóhem og lesa **Ummynd-animar** eftir Óvíd á kaffihúsum bæjarins, bæði fyrir skólann og mér til gamans.



**Plata Spiderland** með **Slint**. Safe-choice við svona spurningum. Ef þú hefur ekki hlustað á þessa plötu, drífuðu í því strax. Inniheldur eitt tilfinningaþrungna lag sem ég hef heyrt og er einfaldlega betri en flest annað sem hefur verið tekið upp.



**Vefsíða Threadless.com.** Ég held að 90% af öllum stuttermabolum sem ég á séu af þessari síðu. Mér var bent á hana fyrir nokkrum árum síðan og ég get skoðað hana endalaust. Mér finnst líka ótrúlega fint að allir bolirnir eru búnir til eftir myndum sem notendur senda inn.



**Staður Kaffibarinn**, sérstaklega í miðri viku. Það eru fáir staðir sem mér líður betur á. Þetta er eins og ein stór félagsmiðstöð. Gott fólk, góð stemning og besti kranabjór í Reykjavík.



# FERMINGARVEISLAN ER BYRJUD Á KANANUM!



## FERMUM OKKUR AFTUR! BARA ÚTAF GJÖFUNUM

PÓSTAÐU FERMINGARMYNDINNI ÞINNI Á FACEBOOK KANANS  
FM100.5. SÁ SEM FÆR MEST "LIKE" VINNUR. SÁ SEM  
VINNUR FÆR RISA FERMINGARVEISLU FRÁ KANANUM MEÐ  
ÖLLUM GJÖFUNUM, KRANSAKÖKUNNI, SNITTUNUM OG  
BRAUÐTERTUNUM.

ENGAR FRÆNKUR ENGIR FRÆNDUR!  
BARA "FRÆNKUR" OG "FACEBOOK-FRIENDS"

KVEIKTU Á KANANUM!



### KANINN FM 100.5

KANINN - BESTA TÓNLISTIN, FRÉTTIR OG SKEMMTILEGASTA FÓLKID

SKEIFAN 7 - 3. HÆÐ - 108 REYKJAVÍK - 571 1110 - KANINN@KANINN.IS



**0 kr.**  
að hringja innan  
kerfis Símans  
með 1.990 kr.  
áskrift.

# Vertu með Netið í símanum!

**300 MB** fyrir aðeins **490 kr.** á mánuði og **0 kr.** á netið alla föstudaga í mars.\*

[www.ring.is](http://www.ring.is) / [m.ring.is](http://m.ring.is)  [www.facebook.com/ringjarar](http://www.facebook.com/ringjarar)



\*0 kr. á föstudögum – gildir um allt niðurhal í farsíma á Íslandi, 100 MB yfir daginn.

ENUNUM / SA / NMS/ST