TÓNLIST, KVIKMYNDIR, SJÓNVARP, LEIKHÚS, LISTIR, ÍÞRÓTTIR, MATUR OG ALLT ANNAÐ

zero zero 7
Coca-Cola zero
UPPGÖTVAÐU ÞINN
INNRI 007
cokezero.com/007
SKYFALL
007
AÐEINS Í KVIKMYNDAHÚSUM
© 2012 The Coca-Cola Company. Coca-Cola Zero and the Contour Bottle are trademarks of The Coca-Cola Company.
SKYFALL © 2012 Danjaq, LLC, United Artists Corporation, Columbia Pictures Industries, Inc. 007 Gun Logo and related James Bond Trademarks © 1962-2012 Danjaq, LLC and United Artists Corporation.
SKYFALL, 007 and related James Bond Trademarks are trademarks of Danjaq, LLC. All Rights Reserved.

Læt ekki deigan síga, ég er fæddur til að stíga dans.

Íslenskur Bugsy fyrir Finna

ÞESSI HILDUR VALA ER EKKI MEÐ JÓNI ÓLAFS

HILDUR VALA Á 30 SEKÚNDUM

Fyrstu sex: 250792.
Nám: Viðskiptafræðinemi við HR.
Sjónvarpsþáttur í uppáhaldi þessa stundina: Suits.
Uppáhaldssöngleikur: Mamma Mia. Ég fór að sjá þá sýningu þegar ég var 10 ára í New York og hún hefur verið í uppáhaldi síðan.
Uppáhaldspersóna í Múmínálfunum: Múmínsnáði.
Uppáhaldsmatur: Spaghetti Bolognese.

Mynd/Styrmir Kári

Verzlingar sýna söngleikinn **Bugsy Malone** *á íslensku í Helsinki.*

„Áhorfendur eiga örugglega ekki eftir að skilja neitt, en ég er sannfærð um að þeir muni skemmta sér konunglega, enda er þetta frábær sýning,“ segir Hildur Vala Baldursdóttir, sem er í hópi nemenda úr Verzló sem settu upp sýninguna Bugsy Malone síðasta vetur. Hópurinn heldur á morgun til Helsinki, höfuðborgar Finnlands, þar sem sýningin verður sett upp fyrir skólafólk frá Norðurlöndunum og norræna ráðherranefnd á hátíð sem kallast MADD.

MADD er fyrirbæri sem nýverið var sett á laggirnar en um er að ræða söngleikjahátíð menntaskólanema á Norðurlöndunum. „Þetta er skemmtilegt tækifæri fyrir menntaskólanemendur til að hittast og sjá hvað jafnaldrar frá öðrum löndum eru að gera,“ segir Hildur.

Uppselt á hálftíma

Verzlingar hafa löngum verið þekktir fyrir söngleiki sína og þótti uppsetningin á Bugsy Malone síðasta vetur með þeim best heppnuðu. Þótt meirihluti áhorfenda um helgina verði finnskumælandi segir Hildur að ekki hafi komið til greina að þýða sýninguna yfir á ensku, hvað þá finnsku. „Við hefðum líklega þurft að æfa verkið upp á nýtt í nokkra mánuði hefðum við ætlað að flytja það á finnsku,“ segir Hildur og hlær.

Hópurinn kemur til með að setja upp tvær sýningar, annars vegar fyrir skólafólk og hins vegar fyrir ráðherrana og almenning. „Það kom okkur skemmtilega á óvart að það seldist upp á aðra sýninguna á hálftíma svo það er greinilega ekki bara stemningin fyrir þessu hjá okkur í leikhópnum,“ segir Hildur.

Hún segir að hópurinn hafi ekki þurft að æfa sérstaklega fyrir Finnlandsförina, enda var æft stíft síðasta vetur áður en stigið var á fjalir Austurbæjar þar sem verkið var flutt margsinnis. „Við sýnum það reyndar ekki í fullri lengd úti í Helsinki. Þetta er byggt þannig upp að allir skólarnir sýna hluta úr sinni sýningu og síðan sameinast þeir allir í einu stóru lokaatriði sem við höfum æft hvert í sínu horni,“ segir Hildur.

Frábærar minningar

Hildur segir stemninguna í hópnum virkilega góða. „Þetta leggst ótrúlega vel í okkur. Það er mikill spenningur og auðvitað mjög gaman að fara öll saman, 30 manna hópur af nemendum ásamt Gunnari Helgasyni leikstjóra og skólastjóranum.“

Hildur útskrifaðist úr Verzlunarskólanum síðastliðið vor eins og hópur fólks í sýningunni, en spurð hvort henni þyki skrýtið að fara út fyrir hönd skólans nú svarar hún: „Það er kannski pínu sérstakt, en það var sárt að kveðja skólafélagana síðasta vor þannig að það er skemmtilegt að fá tækifæri til að hitta þá aftur og sýna með þeim á ný.“ Hildur tók þátt í Verzlósöngleikjunum öll framhaldsskólaárin og segir það hafa verið frábæran tíma. „Það var ótrúlega skemmtilegt að taka þátt í þessu og það skilur eftir sig frábærar minningar um menntaskólaárin.“

MMM
MONITOR MÆLIR MEÐ...

Í SPILARANN

Friðrik Dór kom, sá og sigraði með lagi sínu Hlið við Hlið og gaf í kjölfarið út sína fyrstu plötu. Nú er önnur plata kappans komin í verslanir og ber hún nafnið **Vélrænn**. Hér á ferðinni vandaður gripur þar sem lagasmíðarnar eru þroskaðari en á frumrauninni og yrkisefnin sum hver persónulegri. Ef þú fílar metnaðarfullt R&B-popp þá er þetta plata sem þú verður að eignast.

Í IMBANN

Sönn íslensk sakamál gerðu það fjári gott hér um árið en í vikunni sneri þessi vandaði þáttur aftur á sjónvarpsskjáinn. Af viðbrögðum fólks að dæma þótti fyrsti þáttur ansi vel lukkaður og því er tilvalið fyrir alla þá sem hafa áhuga á sakamálum og vandaðri dagskrárgerð að stilla á Skjá Einn næsta mánudagskvöld klukkan 21.30

Pinterest

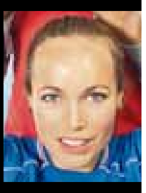
Á VEFNUM

Vefurinn **Pinterest.com** er uppáhald fjölmargra áhugamanna um hönnun, ljósmyndun og almennt fallegar ljósmyndir en vefurinn er skemmtilegur samfélagsmiðill þar sem notendur deila skemmtilegum myndum sem tengjast áhugamálum þeirra eða falla að einhverju leyti að smekk þeirra. Hugmyndin sú að vefurinn byggist upp eins og eins konar tilkynningatafla með teiknibólum og dregur hann nafn sitt þaðan.

FEITAST Í BLAÐINU

4 **Sigurður Gunnar** *fer með aðalhlutverkið í uppfærslu MS á Rocky Horror söngleiknum.*

6 **Þormóður Dagsson** *er ekki búinn að gleyma því hvernig eigi að tromma.*



11 **Dóra María** *og* **Hólmfríður** *hafa báðar spilað fótbolta í Bandaríkjunum.*

15 **Mike Lindsay** *varð ástfanginn á Íslandi og varð ástfanginn af Íslandi.*

Efst í huga Monitor

Áfram stelpur

Þvílíkur laugardagur, sá síðastliðni. Þvílík hamingja og sigurvíma. Þvílík frammistaða hjá öllum stúlknahópunum sem kepptu fyrir Íslands hönd þennan dag.

Þetta byrjaði auðvitað allt þegar stúlknalandslið Íslands tryggði sér Evrópumeistaratitilinn í hópfimleikum eftir harða keppni við dönsku stúlkurnar. Margar stúlknanna ganga upp í kvennaflokk nú um áramótin og því ljóst að breiddin þar á bæ mun einungis aukast og því hægt að gera kröfu á Evrópumeistaratitil næstu árin, ef ekki áratugi. Nei, ég segi svona.

Gleðin hélt svo áfram þegar kvennalandsliðinu tókst að verja Evrópumeistaratitil sinn frá því fyrir tveimur árum. Það er hægara sagt en gert því pressan var auðvitað mun meiri og fleiri augu beindust að ríkjandi meisturum. En stelpurnar tóku sig saman og rústuðu Svíunum sem höfðu haft betur daginn áður.

Hvað varðar Svía-stúlkurnar þá skammast ég mín nú smá því ég hef aldrei verið eins mikill „hatari“ og þegar þær voru að keppa í sínum greinum á laugardaginn, skrýtið að kunna svona illa við hóp föngulegra kvenna. Ég fagnaði, liggur við, þegar þær náðu ekki að lenda almennilega í trampolínsæfingunum og skammaðist út í þær fyrir að standa sig of vel í hinum æfingunum tveimur. En góður árangur þeirra þar kom ekki að sök því íslensku stelpurnar ákváðu einfaldlega að brillera í öllu.

Þegar fimleikasnilldinni lauk tóku stelpurnar í kvennalandsliðinu í knattspyrnu við og buðu upp á 3-2 sigur á gestgjöfunum í Úkraínu. Þær hafa því yfirhöndina fyrir síðari leikinn sem fer einmitt fram í kvöld. Glöggir lesendur hafa þegar áttað sig á því að þær Dóra María Lárusdóttir og Hólmfríður Magnúsdóttir prýða forsíðu blaðsins í dag en við hjá Monitor erum stolt af því að hafa fengið þær í heimsókn og viljum með því hvetja fólk til að drífa sig á völlinn.

Það er yndislegt þegar vel gengur hjá Íslendingum. Því skulum við krossa fingur og vona að þessari kveníslendingaveislu ljúki í kvöld á jafn jákvæðum nótum og hún hófst á laugardagsmorguninn síðastliðinn.

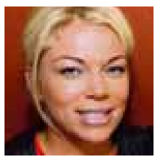
Áfram stelpur, áfram Ísland! *jrj*

MONITOR@MONITOR.IS **Ritstjóri:** Jón Ragnar Jónsson (jonragnar@monitor.is) **Framleiðslustjóri:** Hilmar Gunnarsson (hilmar@monitor.is) **Blaðamenn:** Einar Lövdahl Gunnlaugsson (einar@monitor.is) Lísa Hafliðadóttir (lisa@monitor.is) **Umbrot:** Monitorstaðir **Auglýsingar:** Auglýsingadeild Árvakurs (augl@mbl.is) **Forsíða:** Styrmir Kári Erwinsson (styrmirkari@mbl.is) **Myndvinnsla:** Ingólfur Guðmundsson **Útgefandi:** Árvakur **Prentun:** Landsprent **Sími:** 569 1136

Vikan á facebook

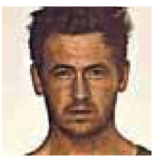
Marín Manda Magnúsdóttir
Ég er með viðbjóðishroll eftir sönn íslensk sakamál úff....
22. október kl. 22:14

Gauti Þeyr
Grínhópferð á blóðhefnd kl.22:00?
22. október kl. 19:16



Tobba Marínósdóttir
Hlakkar til jólanna !
22. október kl. 12:21

Bubbi Morthens
Það eina sem þörf er á á Íslandi er ást og friður.
22. október kl. 00:39



Óli Geir
Ég er smá leiður þetta kvöldið. Ætla að hressa mig við með snakkpoka, nammi og meðí :)
21. október kl. 23:28

Daníel Geir Moritz
Guð er ekki kona. Ég fékk námslánin greidd út á föstudegi!
19. október kl. 17:30

Besta Jim Carrey-eftirherma landsins

*Leiklistarfélagið **Talía** í Menntaskólanum við Sund frumsýnir á laugardagskvöldið söngleikinn **Rocky Horror** í hátíðarsal sínum. **Sigurður Gunnar Magnússon** fer þar með aðalhlutverkið.*

HÉR ERU ÁSAMT SIGURÐI ÞAU LILJA EIVOR GUNNARSDÓTTIR OG ARNAR NJÁLL HLÍÐBERG

SIGURÐUR GUNNAR
Skólaár: Nemi á 3ja ári.
Hlutverk: Dr. Frank-N-Furter.
Fyrstu sex: 190594.
Uppáhaldsleikari á Íslandi: Chris Hemsworth, hann er á landinu núna.
Uppáhaldsleikari í útlöndum: Baltasar Kormákur, er hann ekki í Hollywood?
Uppáhaldsteiknimynd: Herkúles með íslensku tali.

Um hvað er leikritið?
Leikritið fjallar um Brad og Janet. Þau eru nýbúin að trúlofa sig og lenda í því að dekkið þeirra springur úti í auðninni. Þau leita því skjóls í kastala dr. Frank-N-Furter en þar lenda þau svo í ýmsum ævintýrum, veseni og rugli.

Hvernig eru týpa er persónan þín?
Mín persóna er svaka skemmtileg. Ég er geimveru-klæðaskiptingur sem er auk þess doktor í lífefnavísindum og með „god-complex“ dauðans.

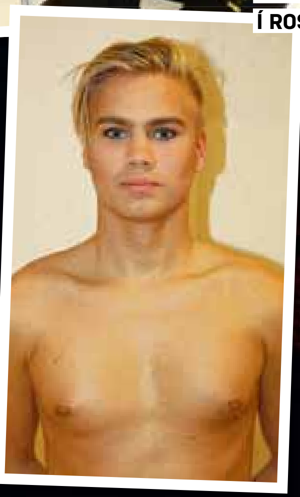
Þannig að þú átt ekki mikið sameiginlegt með þínum karakter, eða hvað?
Nei. Ég reyni að keyra egóið í gang þegar maður er að leika þennan gæja því það hjálpar til en ég er ekki mikið fyrir það að vera geimvera eða klæðaskiptingur dagsdaglega.

Hefur þú áður tekið þátt í sýningu hjá MS?
Nei, þetta er í fyrsta skipti núna í ár. Ég ætlaði að gera það í fyrra en missti af því tækifæri.

Og er þetta eins og þú gerðir þér í hugarlund?
Þetta er auðvitað fáránlega skemmtilegt eins og ég bjóst við en þetta er meiri vinna. Við erum einmitt búin að vera á rúntinum síðan 8:00 í morgun að auglýsa leikritið í grunnskólum. Þannig að það fer mikill tími í þetta en það skilar sér síðan allt á sviðinu fyrir áhorfendur á laugardaginn.

Hvenær áttaðir þú þig á að þú gætir leikið?
Það hefur alltaf verið smávegis í mér. Ég er sjálfkrýnd besta Jim Carrey-eftirherma á landinu og þegar ég fattaði það að ég gæti lært utanað og vitnað í setningar úr öllum bíómyndum sem ég sá, liggur við, og leikið þær nánast alveg eins þá fór maður að hugsa út í það hvort maður gæti ekki gert þetta og fengið borgað fyrir þetta. Þetta byrjaði svona þegar ég var 13, 14 ára. Það er líka svo að þegar maður er búinn að gera sig að fífli á almanna færi í 18 ár þá er kominn tími á að fá borgað fyrir þetta.

FLOTTIR KRAKKAR Í ROSALEGU STUÐI



Mynd/Sandra Ósp

Ert þú í appelsínugulu?

Í dag, 25. október, fer fram hinn svokallaði Appelsínuguli dagur fram. Það er nýstofnað Ungmennaráð-UN Women sem stendur fyrir deginum en honum er ætlað að vekja ungt fólk til umhugsunar um kynbundið ofbeldi í heiminum. Hægt er að leggja vitundarvakningunni lið með ýmsu móti og bendir Ungmennaráðið fólki til dæmis á að klæðast appelsínugulu, setja appelsínugula „cover-mynd“ á Facebook-síðuna sína, taka mynd af sér og sínum í appelsínugulu klæðunum og setja á Instagram með merkinu #appelsinugul. Dagurinn nær hápunkti með Appelsínugula kvöldinu á KEX Hostel þar sem fram koma Unnur Ösp, leikkona og verndari UN Women á Íslandi, Hanna Björg Vilhjálmsdóttir, athafnakona og kennari í kynjafræði, ásamt hljómsveitunum Ylju, Ljósvaka, Elínu Ey og Slowstep.

Aðgangur er ókeypis og hefst kvöldið kl. 20:30.

Mynd/Kristinn

HUGSAR
ÞINN SKÓLI
ÚT FYRIR

BOXIÐ?

FRAMKVÆMDAKEPPNI
FRAMHALDSSKÓLANNA
FER FRAM
Í HÁSKÓLANUM Í REYKJAVÍK
LAUGARDAGINN
3. NÓVEMBER

Þátttökuliðum er ætlað að leysa fjölbreyttar þrautir sem eru útbúnar af fyrirtækjum innan SI í samvinnu við kennara í HR. Þrautirnar reyna á gott verklag, hugvit og að hugsa út fyrir boxið.

actavis · Gæða Bakstur · marel · ÍAV · JSÓ Járnsmiðja Óðins ehf. · MARORKA · SKEMA Education

Samtök iðnaðarins og Epli.is veita vegleg verðlaun.

HVETJIÐ YKKAR LIÐ

Komið í Háskólann í Reykjavík og fylgist með keppendum þegar þau leysa þrautirnar.

/boxið

Keppnin stendur frá kl. 10:00–16:30

SI · SÍF · Háskólinn í Reykjavík · epli.is

Háskólinn í Reykjavík, Samtök iðnaðarins og Samband íslenskra framhaldsskólanema standa að BOXINU.

Kíktu í boxið á
boxid.ru.is

Sigur-skrímslið Tilbury

*Hljómsveitin **Tilbury** hefur átt ansi gott ár en í vor kom út frumburður sveitarinnar og þá hefur hún verið ansi dugleg í tónleikahaldi. Forsprakkinn **Þormóður Dagsson** leit á gigg gærkvöldsins sem eins konar general-prufu fyrir **Airwaves**.*

Þið eruð búnir að vera ansi duglegir að spila síðan platan kom út í vor. Hefur þú eitthvað getað sest niður og trommað?
Heyrðu já, ég er akkúrat að fara að tromma á Airwaves með hljómsveitinni Hudson Wayne. Það tók tíma að koma mér aftur í gang en þetta er að hafast núna. Við verðum góðir á Airwaves.

Hvernig var að endurgera Á sama tíma að ári?
Þetta var skemmtilegt. Í rauninni höfðum við ekkert mikinn tíma til að leggjast yfir þetta og við unnum þetta frekar hratt. Þetta er í fyrsta skipti sem við tökum lag einhvers annars. Við vildum ekki vanhelga verk einhvers annars en ég held að þetta hafi lukkast ágætlega.

Þið voruð ekkert hræddir um að Björn Jörundur myndi banka upp á að nóttu?
Nei, nei, ekki nema bara í einhverjum martröðum.

Á Airwaves-upphitunartónleikum símans í kvöld (í gærkvöld) ætlið þið að nota ný tæki sem þið voruð að fá. Hvurslags galdratæki eru það?
Við vorum aðeins að græja okkur upp. Við keyptum sampler fyrir trommarann, mini-korg fyrir mig og röddunar-effect fyrir Örn gítarleikara sem syngur bakraddir. Þannig að það verða ýmsar kúnstir á tónleikunum í kvöld (í gærkvöld). Við ætlum að rafvæða okkur örlítið meir.

Þú hefur spilað sjö sinnum áður á Airwaves með hinum ýmsu hljómsveitum en þetta er í fyrsta sinn sem Tilbury spilar, ekki satt?
Einhver mynd af þessu nafni spilaði reyndar árið 2010 undir nafninu Safe Public. Það var eitthvert tilraunaverkefni þar sem voru sömu meðlimir en við vorum auðvitað ekki búnir að gefa neitt út eða þróa þetta band sem slíkt.

Hvers vegna er Airwaves svona mikil snilld?
Þetta er eins og einhvers konar árshátíð og einhver besta tónlistarveisla sem er í boði á Íslandi. Þarna eru allir búnir að pússa upp á tónleikana og tónlistina svo það mæta allir í sínu fínasta pússi. Svo er þetta allt öðruvísi en venjulega því maður er að spila fyrir annan hóp, svo allir vilja láta ljós sitt skína.

Ef þú ættir að búa til ofurgrúppu þar sem Tilbury myndi sameinast tveimur öðrum hljómsveitum sem spila á Airwaves hvaða hljómsveitir yrðu fyrir valinu og hvað myndi grúppan heita?
Sigur Rós og Of Monsters and Men yrðu fyrir valinu og grúppan myndi heita Sigurskrímslið Tilbury.

Nú er vika í veisluna. Æfið þið þá eins og brjálæðingar alveg fram að fyrsta Airwaves-giggi eða takist þið á við þetta verkefni af stóískri ró?
Við erum frekar stóískir. Það er einmitt gott að taka þessa tónleika í kvöld, þeir eru einskonar general-prufa. Svo ef þeir ganga vel þá erum við frekar slakir.

Hvað langar þig að sjá á Airwaves?
Það er margt og mikið. Það er hljómsveit sem heitir Blouse sem er að spila á eftir okkur á föstudagskvöldið og það er sú erlenda hljómsveit sem ég er spenntastur fyrir. Svo er ég alltaf spenntur að sjá íslenska listamenn líka. Dream Central Station hef ég ekki ennþá séð svo ég ætla að tékka á því. Kiriyama Family eru líka alltaf skemmtilegir.

Hvað tekur svo við eftir hátíðina?
Við erum búnir að sækja um festivöl hér og þar svo vonandi komumst við á eitthvað slíkt. Svo verður áframhaldandi tónleikahald hér heima fram í desember. Við erum farnir að lauma nýjum lögum inn í dagskrána hjá okkur þannig að við ætlum að halda áfram að klára að semja nýtt efni fyrir nýja plötu, hvenær svo sem hún kemur út.

ÞORMÓÐUR
Fyrstu sex: 151080.
Uppáhaldshljóðfæri: harmonikka í augnablikinu.
Sími: Samsung Galaxy.
Lag á heilanum núna: Hoppípolla með Sigurrós.
Tónlist er: Tilfinningar.

Mynd/Eggert

CANADA GOOSE®

CHILLIWACK

TRILLIUM

HYBRIDGE LITE

CITADEL

HYBRIDGE

KENSINGTON

CANADA GOOSE DÚNÚLPURNAR HAFA VERIÐ FRAMLEIDDAR
Í KANADA FRÁ ÁRINU 1957.

EFNIÐ ER ÞAULSTERKT OG AFAR SLITÞOLIÐ.

FYLLINGIN ER FYRSTA FLOKKS GÆSA - OG ANDADÚNN FRÁ KANADA,
NÁTTÚRULEGUR OG ALGERLEGA LAUS VIÐ ÖLL ÓHOLL AUKAEFNI.

SKINNIÐ Á HETTUNNI ER EKTA SKINN, ÞAÐ FRÝS ALDREI,
ER VIND- OG VATNSFRÁHRINDANDI OG HELDUR HITA Á ANDLITINU.

ÞETTA ERU ALVÖRU DÚNÚLPUR.

ÚTSÖLUSTAÐIR: SPORTÍS - MÖRKINNI 6, SPENNANDI - EIKJUVOGI 29,
CINTAMANI - BANKASTRÆTI, EVEREST - SKEIFUNNI, SPORTVER - AKUREYRI.

SPORTÍS

MÖRKIN 6 | 108 REYKJAVÍK | S:520-1000 | SPORTIS.IS

stíllinn

Lísa Hafliðadóttir
lisa@monitor.is

Mamma er tísku-fyrir-myndin

Stelpan sem **Stíllinn** *hitti á þessa vikuna er laganeminn* **Anna Daníelsdóttir**. *Anna er mikið fyrir afslappaðan klæðnað en finnst þó gaman að klæða sig upp fyrir skemmtileg tilefni.*

Hver er Anna Daníelsdóttir?
Nemi við Háskóla Íslands sem æfir fótbolta og spilar á píanó.

Hvernig myndir þú lýsa stílnum þínum?
Ég myndi segja að hann væri frekar einfaldur, klæði mig bara í það sem mér þykir flott og líður vel í. Gallabuxur, peysa og converse-skór verða oftar en ekki fyrir valinu.

Hefur þú mikinn áhuga á tísku?
Ég fylgist alveg með og hef gaman af því að klæða mig í fín föt. Ég skoða tískublöð og blogg og svoleiðis en fer ekkert endilega eftir því í fatavali.

Hvar kaupir þú helst fötin þín?
Hér heima fer ég oftast í Topshop og Zöru, annars eru það þessar hefðbundnu búðir í útlöndum, s.s. H&M, American apparel og Monki. Svo panta ég mér stundum föt á netinu, þá helst frá Nasty gal og Urban Outfitters.

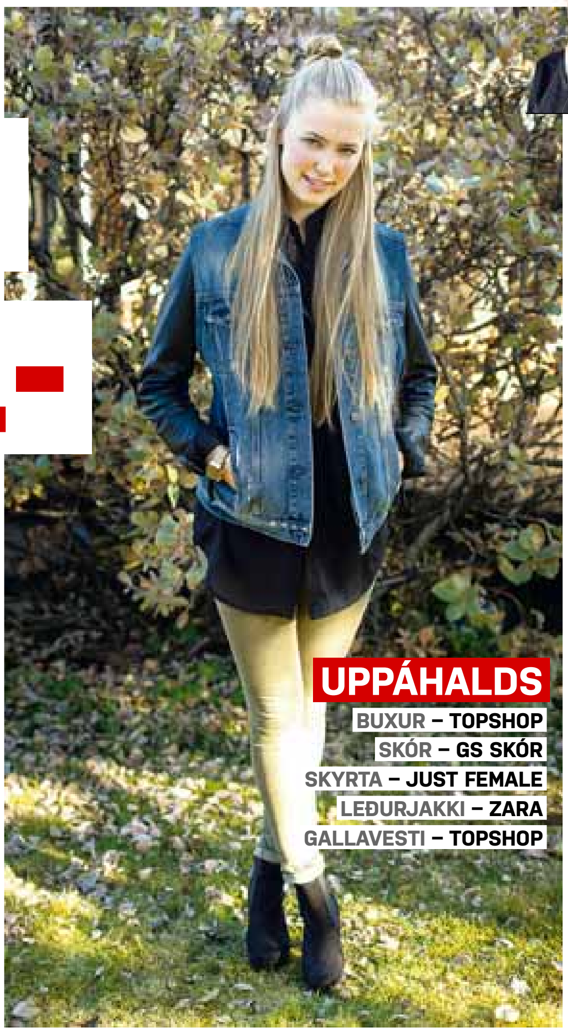
Hvaða árstími finnst þér skemmtilegastur hvað varðar tísku?
Það mun vera haustið því þá er maður komin með smá-leiða á skærum sumarlitum og útsölum og þá fyllast búðirnar af fínum haust- og vetrarvörum.

Hvað er ómissandi að eiga í fataskápnum fyrir veturinn?
Góða úlpu, þykkar peysur, loðfeld, dökkan varalit og svo held ég að allskonar strigaskór séu að koma mikið í tísku, s.s. new balance og nike free run-skór.

Hver hafa verið þín verstu tískumistök?
Þegar ég gekk með tvær fléttur í hárinu og hvíta flíshúfu með dúski allan sjöunda bekk.

Hver er best klædda kona í heimi?
Held ég verði að segja mamma mín hér, hún er kannski ekki best klædda kona í heimi en hún er yfirleitt mjög flott klædd og hefur sinn eigin stíl. Hún er óhrædd við að prófa eitthvað nýtt og er alveg sama hvað öðrum finnst.

Ef þú yrðir að fá þér húðflúr, hvernig húðflúr myndir þú fá þér og hvar?
Ég er nokkuð viss um að ég myndi aldrei fá mér húðflúr en annars fannst mér fyndið það sem Erla vinkona mín gerði fyrir nokkrum árum. Hún fékk sér spurningarmerki undir stóru tána og ég hugsa að ég myndi bara gera það.



UPPÁHALDS
BUXUR – TOPSHOP
SKÓR – GS SKÓR
SKYRTA – JUST FEMALE
LEÐURJAKKI – ZARA
GALLAVESTI – TOPSHOP

SPARI
KJÓLL – COS
SKÓR – EINHVERSSTAÐAR Í TÆLANDI
FJAÐRIR – KALDA

HVERSDAGS
BUXUR – TOPSHOP
CONVERSE SKÓR
PEYSA – BLANCO
JAKKI – KOLAPORTIÐ

SKÓLADRESSIÐ
BUXUR – TOPSHOP
BLÁ SKYRTA – H&M
JAKKI – H&M
SKÓR – GS SKÓR
HÁLSMEN – SPÚÚTNIK

Myndir/Styrmir Kári

Stjörnustríð

Sophia Bush vs. Kristin Cavallari
Bomburnar tvær eru sjóðheitar í þessum Olcay Gulsen-kjól. Að framan er kjóllinn heldur einfaldur en bakið á honum er það sem gerir hann flottan og einstaklega kynþokkafullan. Samsetningin hjá Kristin er fullkomin, hún tekur hárið upp og er í fallegum nude-skóm við kjólinn.

Ginnifer Goodwin vs. Eva Longoria
Leikkonurnar tvær klæddust þessum fallega Monique Lhuillier-síðkjól á dögunum. Ginnifer var djörf í litavali og kaus að hafa sinn kjól skærappelsínugulan sem kemur gríðarlega vel út með svarta, stutta hárinu hennar. Ginnifer hefur því betur en Eva að þessu sinni.

Heidi Klum vs. Teri Hatcher
Þær halda sér vel í formi þessar skutlur og bera því þennan Thomas Wylde-kjól einstaklega vel. Hins vegar gerir stutta klippingin hennar Teri ekki vel fyrir hana og virðist leikkonan eldri en hún í raun er. Heidi hreppir því vinninginn að þessu sinni enda gullfalleg, eins og alltaf.

Katy Perry vs. Ashlee Simpson
Þrátt fyrir að vera heldur grönn þessa dagana lítur Ashlee Simpson mun betur út í þessum geggjaða Temperley London-kjól heldur en flipparinn og söngkonan Katy Perry. Hvorki hangandi hlýrinn né fjólubláu strípurnar gera góða hluti og fær hún að gjalda fyrir það.

HVERSDAGS
SKYRTA – WEEKDAY
PEYSA – WEEKDAY
BUXUR – CHEAP MONDAY
SKÓR - CONVERSE

ÚT Á LÍFIÐ
JAKKI – TOPMAN
SKYRA – DR. DENIM
BUXUR – TOPMAN
SLAUFA – PRJÓNUÐ AF VINKONU
SKÓR – GÖTUMARK. Í BRUSSEL

SPARI
JAKKI – TOPMAN
SKYRTA – KORMÁKUR OG SKJÖLDUR
SLAUFA – KORMÁKUR OG SKJÖLDUR
BUXUR – CHEAP MONDAY
SKÓR – URBAN OUTFITTERS

SKÓLADRESSIÐ
DUFFLECOAT – URBAN OUTFITTERS
PEYSA – H&M
BUXUR – CHEAP MONDAY
SKÓR – GÖTUM. Í SVÍÞJÓÐ

Myndir/Styrmir Kári

Hvíta combóið verstu tísku-mistökin

Strákurinn sem heimsótti ***Stílinn*** *þessa vikuna er hagfræðineminn Þorsteinn* ***Andri Haraldsson****. Þorsteinn er með puttann á púlsinum þegar kemur að herratísku en slaufur hafa ávallt verið í miklu uppáhaldi hjá honum.*

Hver er Þorsteinn Andri?
22 ára hagfræðinemi úr Grafarvoginum sem hefur mikið dálæti á KFC.

Hvernig myndir þú lýsa stílnum þínum?
Frekar afslappaður dagsdaglega og ekkert sem ég plana fyrirfram. Ég hef ávallt verið hrifinn af slaufum.

Hvar kaupir þú helst fötin þín?
Í þau skipti sem ég versla hér heima verður Herrafataverzlun Kormáks og Skjaldar oftast fyrir valinu ásamt Spúútnik og Dr. Denim. KronKron hefur séð um gallabuxurnar en það breytist væntanlega núna. Úti er það yfirleitt Topman, Urban Outfitters og Weekday ásamt því að panta annað slagið af netsíðu Urban.

Hvaða árstími finnst þér skemmtilegastur hvað varðar tísku?
Ætli það sé ekki haustbyrjun, get í raun notað hvað sem er úr fataskápnum þá.

Hver er best klæddi karlmaður í heimi?
Veit ekki með heiminn en hér á Íslandi ber Oddur Sturluson höfuð og herðar yfir aðra, nema kannski Högna í Hjaltalín sem getur pullað það að vera í gluggatjöldum.

Hver hafa verið þín verstu tískumistök?
Án spurningar hvíta comboið í byrjun menntaskólans, hvítir skór, hvítar buxur og hvít peysa. Ætli skinkan hafi ekki náð hámarki þarna.

> *Persónulega finnst mér hlýjar og góðar peysur nauðsyn ásamt úlpum þegar byrjar að kólna.*

Hvað er ómissandi fyrir stráka að eiga í fataskápnum fyrir haustið?
Persónulega finnst mér hlýjar og góðar peysur nauðsyn ásamt úlpum þegar byrjar að kólna.

Hvað er á döfinni hjá þér í haust?
Eftir viðburðaríkt sumar þá mun námið eiga hug minn í haust samhliða 50% vinnu í Cintamani. Klikkaði því miður á að kaupa Airwaves-miða sem hefur kryddað upp á haustið síðastliðin ár.

Hvort værir þú heldur til í að vera forseti eða rokkstjarna og af hverju?
Sem mikill tónlistaráhugamaður yrði rokkstjarnan líklega fyrir valinu, nema Dorrit fylgdi með forsetastarfinu. Og ég fengi að endurnefna mig Þorsetinn.

HOLLUSTA *með* GÓÐU BRAGÐI ER BRILLJANT HUGMYND

Það er beinlínis hættulegt að fara á knattspyrnuleik á fastandi maga. Klappið verður máttlausara, söngurinn falskari og við getum ekki öskrað af gleði. Komdu við á Serrano og taktu inn ferskleika fyrir leik Íslands og Úkraínu á Laugardalsvelli.

Þeir sem héldu að þeir gætu ekki fengið hollan mat í skyndi eru sérstaklega velkomnir.

Klæðum okkur vel og látum vel í okkur heyra svo stelpurnar okkar komist á EM áður en þeim úkraínsku tekst að segja burrito – sem þýðir einmitt burrito á úkraínsku.

VIÐ HÖFUM OPIÐ ALLA DAGA FRÁ 11 til 21.

NÝR SERRANO
SPÖNGIN
GRAFARVOGI

serrano

FRESH ★ HAPPY ★ MEX

HÖFÐATORG · SMÁRALIND · SPÖNGIN · N1 HRINGBRAUT
KRINGLAN · N1 BÍLDSHÖFÐA · DALSHRAUN

ÍSLENSKA SIA.IS SER 61643 10/12

Stærstu nöfnin

ekkert stærri en við

Dóra María Lárusdóttir *og* **Hólmfríður Magnúsdóttir** *verða í eldlínunni á Laugardalsvelli í kvö*
Monitor *spurði þessar fótboltadrottningar um allt sem viðkemur landsliðinu, tjúttið inni í klefa*

Ég flutti í bæinn þegar ég var tíu ára og byrjaði þá í Fylki. Ég hugsa samt að við höfum ekki mæst fyrr en eitthvað seinna, kannski í þriðja flokki,“ segir Hólmfríður Magnúsdóttir, landsliðskona í knattspyrnu, um hvenær hún mætti Dóru Maríu Lárusdóttur, samherja sínum í landsliðinu, fyrst á fótboltavellinum. „Já, við mættumst í raun frekar seint miðað við að við erum á svipuðu reki. Ég man fyrst greinilega eftir Fríðu frá Gothia Cup sumarið 1999, sem sagt í 3. flokki,“ svarar Dóra María og Hólmfríður kinkar kolli til samþykkis.

Dóra María og Hólmfríður eru báðar fastamenn í A-landsliði kvenna í knattspyrnu sem nú á góðan möguleika á að tryggja sér farseðilinn á lokamót EM, annað skiptið í röð. Stelpurnar berjast nú um sæti á mótinu við Úkraínu en fyrri viðureign liðanna fór 3-2 Íslendingum í vil á heimavelli Úkraínumanna. Seinni leikurinn fer fram á Laugardalsvelli kl. 18:30 í dag og eru allir lesendur Monitor hvattir til að fjölmenna á völlinn og taka þátt í að fleyta landsliðinu áfram á EM í Svíþjóð 2013.

Texti: Einar Lövdahl einar@monitor.is
Myndir: Styrmir Kári Erwinsson styrmirkari@mbl.is

Velkomnar heim frá Úkraínu. Hvernig var að koma þangað? Gerið þið ráð fyrir að fara þangað í sumarfrí?
D: Ég bjóst nú ekki við þessu svona fínu, þetta var í raun allt framar vonum. Við vorum á mjög fínu hóteli og í raun bara á fínum ferðamannastað.
H: Maður var búinn að búa sig undir það versta en þetta var allt til fyrirmyndar.
D: Þrátt fyrir það sé ég svo sem ekki fyrir mér fara þangað í sumarfrí.
H: Nei, ekki ég heldur.

Gekk flugið þitt áfallalaust fyrir sig, Hólmfríður?
H: Nei, ég las aðeins vitlaust á flugmiðann minn. Ég átti að fljúga klukkan 6:20 frá Haugesund en ég hélt að það væri klukkan 7:10, sem var tíminn sem ég átti að lenda í Ósló á. Ég náði hins vegar að hlaupa á flugvellinum og ná einhverri annarri vél en Klara, starfsmaður KSÍ, var ekki beint ánægð með að fá símhringingu klukkan 4:45 á íslenskum tíma.

Það vannst flottur útivallarsigur, 3-2. Hvernig var leikurinn?
H: Þetta var fínn leikur. Við náðum að skora þarna tvö góð mörk í byrjun.
D: Við pressuðum þær hátt og Fríða skoraði annað markanna eftir slíka pressu. Úkraína náði að komast óþarflega mikið inn í leikinn og enduðu á að jafna. Það var síðan sætt að ná þriðja markinu og vinna.
H: Svo var reyndar frekar eftirminnilegt að það hljóp hundur inn á völlinn og það þurfti að stoppa leikinn vegna þess. Maður hefur ekki séð það áður (hlær).

Þið eigið báðar ansi marga leiki að baki með yngri landsliðum sem og A-liðinu. Eruð þið fæddar með bolta á tánum?
H: Ég er úr sveit og lék mér þar í fótbolta með systkinum mínum alveg síðan ég man eftir mér. Þar æfði ég fótbolta með strákum og þetta var bara þannig að ef maður var ekki á æfingu, þá var maður að leika sér í fótbolta.
D: Ég byrjaði í fimleikum og ballett svo þetta byrjaði ekki alveg jafnsnemma hjá mér. Ég bjó í blokk og það var einhvern veginn þannig að blokkin var alltaf öll úti í fótbolta á kvöldin þannig að maður endaði einhvern veginn í fótboltanum.

Heldur þú að það hafi mótað þig á einhvern hátt sem leikmann að æfa með strákum, Hólmfríður?
H: Já, ég hugsa það. Maður þarf að spila aðeins harkalegar á móti strákum. Í dag bitnar það síðan á stelpunum í landsliðinu (hlær).
D: Ég hugsa að hún beri þess alveg merki að hafa æft með strákum. Hún kann að nýta styrk sinn.

Vissuð þið strax að fótbolti væri það sem þið vilduð leggja mest púður í?
H: Ég myndi segja það. Þegar ég var yngri dreymdi mig alltaf um að fá að spila fyrir landsliðið. Það var komið í hausinn á manni fljótlega og svo er maður bara þar í dag.
D: Ég hugsaði það kannski ekki alveg frá upphafi en ég var orðin mjög áhugasöm þegar ég var svona tólf ára. Svo þegar maður var fyrst valinn á svona úrtaksæfingar fyrir yngri landslið, þá sá maður að þetta var eitthvað sem maður gat kannski raunverulega náð langt í og þá fór maður að huga að þessu af aukametnaði.

Þið eruð báðar sókndjarfir leikmenn. Þegar þið voruð að brjótast inn í meistaraflokk var Olga Færseth helsta markadrottning íslenskrar kvennaknattspyrnu. Var hún ykkur fyrirmynd í boltanum eða hver var helsta fyrirmyndin í þeim efnum?
H: Fyrir mitt leyti var það klárlega Olga. Ég spilaði náttúrlega með henni í KR og lærði mjög mikið af henni. Maður lærði mikið af henni bæði með því að fylgjast með henni og svo var hún líka dugleg að segja manni til. Síðan fórum við saman í ÍBV og þá fékk ég að búa með henni. Hún var eiginlega dálítið eins og mamma mín það sumar. Hún hefur reynst mér mjög vel.
D: Ég fékk því miður ekki að spila með henni í félagsliði en spilaði með henni í landsliðinu og hún er þannig leikmaður að ég held að allir hafi viljað draga einhvern lærdóm af hennar spilamennsku. Svo var Ásthildur Helgadóttir manni mikil fyrirmynd, hún var náttúrlega sú eina sem var að spila atvinnumennsku, að held ég, á þessum tíma og bara frábær leikmaður. Fyrir mitt leyti leit ég síðan rosalega mikið upp til Laufeyjar Ólafsdóttur, sem var náttúrlega einn besti leikmaður Vals.

Þið hafið verið hluti af landsliðinu á miklum uppgangstímum. Hvað finnst ykkur um stöðu kvennaboltans hérlendis?
D: Ég held að kvennaboltinn hérlendis standi mjög framarlega á heimsvísu þegar við tökum þjálfun, aðstöðu, umfjöllun og allt inn í þetta.

HÓLMFRÍÐUR
Á 30 SEKÚNDUM

Fyrstu sex: 200984.
Uppáhaldsmatur: Fiskur.
Lag í uppáhaldi þessa stundina: Lakehouse með Of Monsters and Men.
Það fyndnasta sem ég hef séð á netinu: Það er það sama og Dóra María, við horfðum mikið á það í landsliðsferðinni.
Uppáhaldsíþróttamaður: Ryan Giggs hefur verið í uppáhaldi alveg síðan ég var lítil.
Æskuátrúnaðargoð: Olga Færseth.

ld þegar landsliðið keppir við Úkraínu í leik um sæti á lokamóti EM 2013.
a fyrir leik og „tan-metnaðinn“.

H Já, algjörlega. Samt er það náttúrlega alltaf þannig að maður vill fá aðeins meiri umfjöllun frá fjölmiðlum og svona. Að öðru leyti er ég alveg sammála Dóru.

D Hvað aðstöðu og æfingar varðar hafa þessar fótboltahallir náttúrlega hjálpað helling.

H: Aðstaðan hér er í raun ótrúlega góð. Ef maður ferðast um suma staði á Norðurlöndunum eftir að hafa verið hér, þá líður manni bara eins og maður sé að ferðast aftur í tímann.

D Já, maður fattar það nefnilega ekki alveg fyrr en maður reynir aðeins fyrir sér í útlöndum, þá sér maður hvað aðstaðan á Íslandi er í rauninni góð.

H Ég meina, þegar ég var í fjórða og þriðja flokki, þá var ég að æfa á malarvöllum og þess vegna inni í Reiðhöllinni. Það eru breyttir tímar í dag, aðstaðan er þvílíkt flott. Svo er líka meira af aukaæfingum og knattspyrnuskólum í boði.

D Hjá Val til að mynda er stelpunum úthlutað jafnmiklum æfingatíma og strákunum, það er auðvitað mikilvægt þó svo að það sé meira um áhorfendur og þar af leiðandi pening í kringum karlaboltann. Ég held að jafnrétti sé hvergi meira en á Íslandi.

Svo að ykkar mati stöndum við bæði framarlega og erum líka í stöðugri sókn, sem hljómar mjög vel. Er það mikilvægt fyrir landsliðið að leikmenn komi sér út í atvinnumannadeildir, eins og þið hafið prófað?

H Mér finnst það. Maður þarf að vera sterkur karakter til að fara út og standa á eigin fótum í nýju landi, umhverfi, tungumáli og svo náttúrlega nýjum bolta. Mér finnst það mikilvægt fyrir þá leikmenn sem vilja ná langt.

D Já, ég tek undir það. Þetta styrkir leikmenn sem persónur og svo hafa þær sem fara út meira tök á að einbeita sér alfarið að fótboltanum. Hérna eru yfirleitt flestar í vinnu eða skóla með, jafnvel bæði, en þegar þú ert komin út þá nærðu augljóslega að einbeita þér betur að þessu og æfa meira. Ef leikmaður kemst í sterka deild og æfir meira þá reikna ég með viðkomandi leikmaður bæti sig og að það skili sér til landsliðsins.

DÓRA MARÍA
Á 30 SEKÚNDUM

Fyrstu sex: 240785.

Uppáhaldsmatur: Nautalundir.

Lag í uppáhaldi þessa stundina: Dýrð í dauðaþögn með Ásgeiri Trausta.

Það fyndnasta sem ég hef séð á netinu: Ég hef hlegið ansi mikið yfir „Everybody's talking about my tight pants" með Will Ferrell.

Uppáhaldsíþróttamaður: Michael Jordan.

Æskuátrúnaðargoð: Óli Stef.

„Hljómsveitin hét þessu smekklega nafni, Pussy Infection, ekki man ég hvernig það nafn varð til. Kannski vorum við nýbyrjaðar að læra ensku í menntaskóla eða eitthvað... hún gaf eiginlega bara út eitt lag...

Hólmfríður, þú hefur spilað í Svíþjóð, Danmörku, Bandaríkjunum og spilar núna í Noregi. Hvar hefur þú notið þín best og af hverju?

H Bandaríkjaævintýrið var náttúrlega snilld. Umgjörðin þarna í kringum fótboltann var frábær, þarna var allt til alls. Bandaríkjamenn telja sig náttúrlega besta í öllu og ég ætla ekki að taka það af þeim hvað þetta varðar. Það mættu 5-17 þúsund áhorfendur á hverjum leik, það voru sjúkraþjálfarar á hverri einustu æfingu og það liggur við að það hafi verið starfsmenn í því að rétta manni vatnsbrúsa á öllum æfingum. Ég er mjög þakklát fyrir að hafa fengið að upplifa það. Ég held samt að mér líði best á þeim stað þar sem ég er í dag, Haugesund í Noregi. Þetta er mjög rólegur staður og svo vorum við að komast upp í úrvalsdeild svo það eru spennandi tímar framundan. Þarna er líka mjög góð aðstaða, sem mér finnst skipta miklu máli. Tungumálið er síðan allt að koma, ég segi ekki að ég tali norsku reiprennandi, en ég get bjargað mér og skil allt sem er sagt við mig.

Dóra, þú spilaðir í Svíþjóð í fyrra og fórst svo til í Brasilíu í vor. Hvernig var að kynnast sambaboltanum?

D Það var ótrúlega skemmtileg upplifun. Það er gaman að sjá hvernig maður getur nýtt fótboltann. Auðvitað hefur maður metnað til að ná árangri í fótbolta, en það er líka mikið tækifæri sem felst í því að geta notað íþróttina til að sjá heiminn og víkka sjóndeildarhringinn. Ég fór þarna út til Þórunnar vinkonu minnar sem var búin að spila þarna úti í þrjú ár. Þær spiluðu sannkallaðan sambabolta. Þær voru ótrúlega flinkar með boltann og spiluðu fótbolta sem átti vel við mig svo ég naut mín virkilega vel inni á vellinum. Ég bjó í frekar sveitó þorpi í Norður-Brasilíu svo ég fékk kannski ekki alveg að kynnast mest spennandi stöðunum í Brasilíu en þetta var mjög gefandi.

Hvað gerið þið þegar þið eruð ekkert að pæla í fótbolta?

H Ég er til dæmis að fara að hætta að pæla í fótbolta núna eftir leikinn á fimmtudaginn. Þá kúpla ég mig alveg út, geri bara eitthvað allt annað. Ég hugsa að ég fari í frí eitthvert í sólina. Maður verður að njóta frísins enda er maður náttúrlega í fótboltanum allt árið.

D Ég er heltekin af golfi en því miður er lítið hægt að stunda það svona yfir veturna þegar fótboltinn fer í frí. Svo finnst mér gaman að fara á skíði og njóta náttúrunnar.

H Já, ég er einmitt að fara að taka snjóbrettið mitt með út til Noregs núna.

D Ég get alveg kúplað mig út úr fótboltanum þegar það hentar.

Mér skilst að þú, Dóra, hafir getið þér gott orð sem söngkona í hljómsveit sem stofnuð var í einhverri U19-landsliðsferð.

D Jú, ætli það passi ekki (hlær). Hljómsveitin hét þessu smekklega nafni, Pussy Infection, ekki man ég hvernig það nafn varð til. Kannski vorum við nýbyrjaðar að læra ensku í menntaskóla eða eitthvað. Ég held að ég hafi leyst þetta söngkonuhlutverk af hendi bara með sóma. Hún var ekki mjög virk, hún gaf eiginlega bara út eitt lag og dó síðan fljótlega eftir það. Þetta var samt mjög stór hljómsveit, það höfðu eiginlega allir í liðinu eitthvert hlutverk í henni.

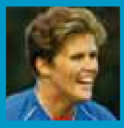
Mér skilst að þið séuð báðar mjög duglegar í „taninu“, það er að segja við að halda ykkur sólbrúnum. Vinkona þín sem þú bjóst með sagði mér að þú værir fagmaður í sólböðun, Dóra.

D Já, hún lenti svo sem í þeirri hlið á mér. Ég bjó sem sagt með Guggu (Guðbjörgu Gunnarsdóttur) í Stokkhólmi og einn morguninn vaknaði ég við að sólin skein innan um risastóran glugga í herberginu mínu. Þetta var um vor og það var ekkert allt of hlýtt úti svo ég sá mér leik á borði og galopnaði gluggann, lagðist í rúmið þannig að sólin skein á mig alla og ákvað að láta bara eins og ég væri ennþá sofandi gagnvart

HVER Í LANDSLIÐINU ...

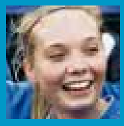
... er grófust á æfingum?

„Ég var að tækla Dóru illa á æfingu," segir Hólmfríður og þær hlæja báðar. „Ég hugsa að það sé Fríða, þó svo að það sé nú engin neitt svakalega gróf. „Já, ég myndi segja Sara," skýtur Hólmfríður inn.

... er mesti sprelligosinn?

„Þær eru nokkrar. Katrín Ómars er ofarlega á lista," segir Dóra. „Katrín Ómars, Hallbera og Edda eru hressar," segir Hólmfríður.

... er mamman í hópnum?

„Kata Jóns," segja þær báðar í einu.

... er besta söngkonan?

„Margrét Lára, hún stendur alltaf við hliðina á mér í þjóðsöngnum og ber af," segir Dóra. „Ég er algjörlega sammála, en svo á Hallbera það líka til að detta í einhverjar óperur," segir Hólmfríður.

... borðar hraðast?

„Sara borðar mjög hratt," segir Dóra.

... gæti orðið Hollywood-leikkona?

„Ég sé Fanndísi fyrir mér. Hún getur búið til svo marga karaktera," segir Dóra og Hólmfríður er sammála.

Guggu. Það er virkilega þægilegt að liggja svona uppi í rúmi í sólbaði (hlær). Frammi heyrði ég í Guggu og það var bara allt í gangi, ryksugan og hrærivélin, og þegar ég loksins kom fram úr klukkan hálfeitt, búin að vera í þessu fína sólbaði, þá var Gugga bara búin að baka og útbúa þvílíkan morgunmat. Hún hafði ekki þorað að trufla mig því hún hélt að ég væri sofandi.

Þú hefur hins vegar verið kölluð Fríða Sambó, Hólmfríður.
H Já, það er eitthvert dæmi sem varð til þegar ég var í þriðja eða öðrum flokki.
D Þú sérð náttúrlega á henni að það er ekkert eins og hún sé fædd á þessu landi, þessi „senjoríta".
H Ég fer samt ekki í ljós, hef ekki farið í sex ár. Ég gerði aðeins meira af því þegar ég var yngri og vann á ljósabekkjastofu (hlær). Það er liðin tíð, maður fattaði þá ekki alveg hvað þetta væri hættulegt. Maður skellir sér kannski í ljós ef við vinnum Úkraínuleikinn (hlær).

Segjum sem svo að allt færi til fjandans á morgun og ykkur væri meinað að stunda knattspyrnu framar. Mynduð þið snúa ykkur að einhverri annarri íþrótt?
D Ég færi í golfið.
H Ég veit það ekki, kannski færi maður þá í handbolta. Ég var samt í frjálsum þegar ég var yngri, ég var ágæt í spretthlaupum. Ég held að ég gæti verið góð í þessum hraðaupphlaupum í handbolta.
D Eða góð í að tudda á línunni (hlær).

Hafið þið verið í námi samhliða fótboltanum?
D Já, ég fór til Bandaríkjanna á fótboltastyrk og kláraði grunnnám í viðskiptafræði þar. Svo er ég núna að byrja í nýju grunnnámi í tölvunarfræði í HÍ. Það var svolítið „random"-val hjá mér, ég er enginn snillingur á tölvur og er eiginlega bara að læra þetta frá grunni. Ég er einnig búin með nokkra áfanga í meistaraprófsnámi í fjármálahagfræði við HÍ.

> *"...hef ekki farið í sex ár. Ég gerði aðeins meira af því þegar ég var yngri og vann á ljósabekkjastofu... maður fattaði ekki alveg hvað þetta er hættulegt.*

H Ég er aðeins minna menntuð, ég hef aðallega bara verið í skóla lífsins með fótboltanum. Annars er ég aðeins byrjuð að læra einkaþjálfarann og langar að klára það með boltanum. Ég hef notast við einkaþjálfun og hef grætt mikið á því.

Framundan er risastór leikur hjá landsliðinu, þið eruð einum leik frá því að komast á lokamót EM annað skiptið í röð. Er undirbúningurinn fyrir svona stóran leik öðruvísi en fyrir aðra leiki?
H Nei, er þetta ekki eiginlega alltaf eins?
D Jú, við erum bara með okkar rútínu. Landsliðið fær okkur til æfinga svona þremur, fjórum dögum fyrir leik og svo förum við á hótel daginn fyrir leik. Maður finnur samt kannski aðeins mun á athyglinni frá fjölmiðlum svona fyrir stóran leik eins og þennan, eins og það að vera á forsíðu Monitor (hlær).
H Eins og alltaf kemur fram, þá skiptir auðvitað miklu máli að fylla völlinn. Það er kominn tími til að allt þetta fólk sem mætir manni úti á götu og hrósar okkur fyrir góða frammistöðu mæti á völlinn.

Þið spiluðuð á EM 2009 með landsliðinu. Fær maður fiðring af því að spila við skærustu stjörnurnar í Evrópuboltanum á þessu „stóra sviði"?
H Við förum náttúrlega á Algarve á hverju ári og spilum við þessi lið og þar eru þessir leikmenn. Maður hefur sem sagt spilað oft á móti þeim, til dæmis í Bandaríkjunum og í Svíþjóð. Þetta eru ekkert eitthvað stærri leikmenn en við. Þetta er samt sem áður náttúrlega stórt mót og umgjörðin stærri en í kringum aðra leiki sem gefur manni einhvern fiðring.

Hafið þið hugsað mikið um lokamót EM síðastliðna mánuði?
D Já, auðvitað hefur þetta verið aftast í kollinum á manni eiginlega alveg síðan síðasta EM kláraðist. Okkur langar dálítið að bæta upp fyrir árangurinn á síðasta móti þar sem við náðum ekki stigi. Við lentum reyndar í mjög erfiðum riðli en okkur langar engu að síður að komast aftur á mótið og gera betur.

Þegar Margrét Lára mætti í forsíðuviðtali Monitor talaði hún um að hluti af undirbúningnum fyrir leiki væri að allir liðsmenn dönsuðu saman inni í klefa fyrir leik. Við hvaða lög munuð þið tjútta fyrir Úkraínuleikinn?
D Já, Sif Atladóttir kemur okkur alltaf í einhvern fíling með nettum sporum. Mér finnst það virkilega skemmtilegt. Ég er þannig að ég vil helst hafa stemninguna bara létta fyrir leik, jafnvel smá-sprell, þá fer maður afslappaðri inn í leikinn. Það eru yfirleitt mismunandi lög bara sem við dönsum við. Sif er samt alltaf búin að pikka upp þessi nýju dansspor, ef það er einhver svona dans í tísku.
H Já, við fengum nú bara sérkennslu frá henni fyrir Noregsleikinn.
D Ef það er eitthvað svona eins núna, Gangnam Style, þá er það líklegt til að vera tekið inn í klefa. Annars var það einu sinni alltaf bara eitthvað svona gamalt og gott eins og Tutti Frutti.

VIÐ ERUM AÐ KYNNA HÁMARK

FJÓRAR LJÚFFENGAR BRAGÐTEGUNDIR

HÁMARK HRAUSTUR LÍKAMI - HEILBRIGÐ SÁL

BARTHEZ ÁTTI ÞAÐ TIL AÐ FARA Í SKÓGARFERÐIR

Íþróttamaður er nefndur

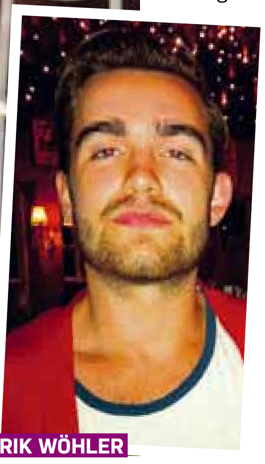
Sköllótta perlan

Fabien Alain Barthez fæddist 28. júní 1971 í franska smábænum Lavelanet, sem er álíka fjölmennur og Mosfellssveit. Árið 2008 lenti Barthez í 3. sæti yfir bestu markmenn sem hafa leikið í ensku úrvalsdeildinni samkvæmt tímaritinu World Soccer. Mark Bosnich og ítalska undrið Massimo Taibi voru í efstu tveimur sætunum, kom það fáum á óvart.

ROY CARROLL

Þekktur fyrir afar sítt og myndarlegt hár í æsku en félagi hans Zinedine Zidane rakaði af honum allt hárið þegar Fabien lá sofandi eftir að hafa drukkið mikið magn af þýska töfralyfinu Jägermeister. Ástæðan fyrir þessum gjörningi hjá Zidane er líklegast afbrýðissemi. Zidane fékk skallablett ungur að aldri og var hann ávallt afar afbrýðissamur út í Barthez á yngri árum. Hið ótrúlega gerðist, hylli Barthez jókst töluvert hjá frönskum kvenmönnum eftir nýtilkominn skalla.

ZIDANE


HINRIK WÖHLER

Barthez var keyptur til Manchester United árið 2000 eftir góða frammistöðu í frönsku deildinni og með franska landsliðinu. Næstu árin varði hann markið á Old Trafford en átti í harðri samkeppni við norðurírsku landsliðshetjuna Roy Carroll. Þeir elduðu grátt silfur saman og lentu slagsmálum á einni æfingunni. Það sem Fabien vissi ekki var að Carroll var á sínum tíma tvöfaldur héraðsmeistari í fjölbragðaglímu í heimabæ sínum. Þarf ekki spyrja að því hvernig sá slagur endaði en Barthez var heppinn að sleppa með vægan heilahristing og nokkur saumuð spor.

Eftir slakt tímabil var Barthez seldur til Marseille í apríl 2004. Franski prinsinn var síðan dæmdur í 6 mánaða bann fyrir að hrækja á dómara í vináttuleik. Á meðan á þessum 6 mánuðum stóð keypti hann bilaðar Peugeot-bifreiðir og gerði þær upp. Á þessu braski græddi hann töluvert, til að geta haldið áfram að lifa dýrum lífstíl, en að eigin sögn nærist hann einungis á dýru kampavíni og kavíar.

LIFIBRAUÐ BARTHEZ

Extreme Makeover Kardashian edition

SVARTKLÆDD Á HVÍTUM SANDI

Já það mætti halda að titill greinarinnar sé nýr sjónvarpsþáttur sem Kanye nokkur West sé að koma á laggirnar. Ásamt mörgum öðrum held ég mikið upp á Kim Kardashian, fyrirsætu, raunveruleikastjörnu, verslunarkeðjueiganda og almennt virkilega fallega og glæsilega konu. Það varð uppi fótur og fit í fjölmiðlum vestanhafs um daginn þegar Kanye West tilkynnti að hann vildi að kærastan losaði sig við rúm 10 kíló, aðalega í þeim tilgangi að „geta" setið fyrir og verið andlit nýrrar fatalínu sem kauði er að gefa út. Einnig nefndi hann að Kim gæti litið út eins og Beyoncé ef hún væri grennri. Margir urðu hneykslaðir og hálfmóðgaðir fyrir hennar hönd við þessa yfirlýsingu, eðlilega. Ég tók þetta inn á mig eins og um mig sjálfa og minn kærasta væri að ræða. Fátt er verra en þegar karlmaður segir konu að hún sé feit, sérstaklega þegar konan, í þessu tilfelli Kim, er með killer-líkama.

KANYE OG KIM

Kim hefur í huga að fara á svokallaðan sítrónu- og cayannepipar-kúr til að þóknast nýjustu fötum keisarans. Umtalaður sítrónu-detox-kúr er mjög vinsæll og er þetta drykkur sem að samanstendur af vatni, sítrónu, cayanne-pipar og smá-hlynssírópi og á að vera mjög hreinsandi fyrir líkamann. Þennan drykk prófaði ég fyrir nokkru í algjöru volæðiskasti, fór í búð og keypti allt í þetta og svolgraði (píndi) svo í mig glasi af þessu. Ég gerði mér aldrei aftur svona drykk. Ég ætla ekki að nota ljót orð en drykknum mæli ég ekki með fyrir nokkurn mann.

Svo að við bætum gráu ofan á svart þá lét Kanye henda öllu úr fataskáp Kim um daginn og inn kom stílistinn hans með nýtt tau fyrir allan peninginn. Hvort lýtaaðgerðir séu á næsta leiti hjá kappanum vona ég nú ekki, það virðist á öllu að hann gæti alveg eins fengið sér glænýja kærustu.

Verum sáttar með okkur, dömur mínar, og látum ekki karlpeninginn stjórna okkur, sjálfstæði er sexý!

HELGA ÞÓRA

FÁKLÆDD Í HVÍTUM SANDI

Tónastöðin • Skipholti 50d • Reykjavík • sími 552 1185 & Strandgata 25 • Akureyri • sími 456 1185 • **www.tonastodin.is**

Var ekki með Tunng-hattinn á sér

Mike Lindsay *varð ástfanginn á Íslandi og um leið ástfanginn af Íslandi. Venjulega er hann frontmaður bresku sveitarinnar* **Hunng** *en* **Cheek Mountain Thief** *er tónlistarverkefni sem er hálfpartinn tileinkað Íslandi.*

MIKE LINDSAY
Fyrstu sex: 080877
Besta lag allra tíma: Good Time, Bad Times með Led Zeppelin.
Besta plata allra tíma: fyrsta plata Led Zeppelin.
Besti tónlistarmaður allra tíma: Yngwie Malmsteen.
Lag á heilanum núna: Daradada með Grúska babúska.
Tónlist er: vímuefni lífsins.

HVAÐ: TÓNLEIKAR CHEEK MOUNTAIN THIEF.
HVAR: GAMLA BÍÓ.
HVENÆR: FÖSTUDAGSKVÖLDIÐ 2. NÓVEMBER KL. 19.
HVERNIG: MIÐAR Á TÓNLEIKANA VERÐA FÁANLEGIR ÁN ENDURGJALDS Á KEX HOSTEL FRÁ MIÐVIKUDEGINUM 31. OKTÓBER KL. 13 OG FRAM AÐ TÓNLEIKUM.

Sagan á bak við nafnið „Cheek Mountain Thief“ er ansi falleg. Viltu deila henni með lesendum okkar?
Já, að sjálfsögðu. Kærastan mín er frá Húsavík og þangað fór ég með henni. Ég fékk svo afnot af kofa undir Kinnarfjöllum í Húsavík. Þangað fór ég fyrst í desember 2010 og það eina sem komst að í kollinum hjá mér þegar ég fór heim til London var að komast aftur í þennan kofa. Mig hafði alltaf langað til að gera sóló-plötu og þarna hafði ég loksins fundið rétta staðinn. Þannig að ég tók plötuna upp í þessum kofa og ýmsir listamenn frá Húsavík tóku þátt í upptökunum. Þeir stóðu sig rosalega vel. Þetta varð í raun upplifun sem breytti lífi mínu af því dvölin þarna fékk mig til að meta Ísland mikils og fólkið líka sem varð svo til þess að ég er sestur að hér í Reykjavík fyrir fullt og allt.

Í einu laga þinna segist þú vilja byggja hús í Kinnarfjöllum. Viltu í alvöru byggja þar hús?
Í raun vil ég byggja þar varanlegt hljóðver. Mig langar að fá fólk í heimsókn svo þau geti upplifað það sem ég upplifði þar.

Það er því óhætt að segja að Ísland hafi spilað eitthvert hlutverk í lagasmíðunum í þessu tónlistarverkefni, ekki satt?
Það má segja það, jú. Auðvitað eru náttúran og landslagið stór innblástur í textagerðinni sem slíkri en í raun er stærsti innblásturinn sá að upplifa eitthvað sem ég hafði aldrei upplifað áður.

Hvernig myndir þú útskýra muninn á hljómi Cheek Mountain Thief og hljómi hljómsveitar þinnar, Tunng?
Það er margt keimlíkt í hljómi þessara tveggja verkefna en aðalmunurinn finnst mér vera hugarástandið. Cheek Mountain Thief er kannski meira framsækin alþýðutónlist en Tunng er meira eitthvað brenglað sýru-alþýðupopp. Í raun og veru er munurinn bara sá að Cheek Mountain Thief er miklu persónulegra verkefni samanborið við Tunng.

Hvernig getur þú ákveðið hvort lag sem þú semjir muni tilheyra Cheek Mountain Thief-verkefninu eða Tunng?
Cheek Mountain Thief var í raun meira eins og stakt verkefni. Ég fór til Húsavíkur með engin lög og ekki neitt. Svo allt sem ég samdi á þessu tímabili vissi ég að yrði hluti af Cheek Mountain Thief. Þá var ég ekki með Tunng-hattinn á mér en núna er ég með Tunng-hattinn á mér og er að vinna í nýrri plötu með hljómsveitinni. Það er raunar frekar skrýtið af því að ég er hér á Íslandi en ég fer oft til London og svo ætla strákarnir að koma hingað svo útkoman verður vonandi skemmtileg.

Á föstudaginn í næstu viku ert þú með fría tónleika í Gamla bíói. Við hverju má búast þar?
Mig langaði virkilega að setja upp tónleika þar sem allir sem koma að Cheek Mountain Thief-plötunni myndu taka þátt. Við höfum spilað hér og þar, bæði hér á Íslandi og í Evrópu, en þetta kvöld munu allir taka þátt. Mr. Silla, Sin Fang og Mugison spila þetta kvöld og Bartónar, karlakór Kaffibarsins, mun syngja á milli atriða. Mig langaði ekki að spila aftur sem Cheek Mountain Thief fyrr en allir gætu tekið þátt.

Svo þetta er í raun lítil tónlistarhátíð?
Já, það er einmitt svo klikkað að halda svona litla mini-tónlistarhátíð á sama tíma og stærsta tónlistarhátíð landsins fer fram en þetta virtist vera eini tíminn þar sem hægt var að sameina alla þessa listamenn. Svo eru margir sem komast ekki á Airwaves en langar að fara á tónleika svo þeir geta kíkt á okkur enda er frítt inn og allir velkomnir.

Þú spilaðir sjálfur á Airwaves með Tunng árið 2010. Hvernig var sú upplifun?
Það var frábær upplifun. Við spiluðum í Listasafninu og það var klikkað því enginn vissi hverjir við vorum en samt vorum við að spila fyrir þrjú þúsund manns enda vildi enginn fara út því það var rigning (hlær). En þar hitti ég kærustuna mína, ég hafði reyndar hitt hana áður, en hitti hana aftur þarna og það var sannarlega töfrandi stund. Svo spilaði ég með Cheek Mountain í fyrra áður en við kláruðum plötuna og það var skemmtilegt líka.

Hvað langar þig að sjá á Airwaves?
Ég þarf að skoða betur hverjir eru að spila en mig langar rosalega að sjá Dirty Projectors. Ég fíla nýju plötuna þeirra mjög vel. Svo er alltaf gaman að fara á off-venue-tónleika, það er svo mikið af fersku íslensku stöffi í gangi.

MONITOR
KYNNIR:
HJÁLMAR
Ásgeir Trausti
valdimar
MOSES HIGHTOWER
KIRIYAMA FAMILY
HÁTT Í HÖLLINNI
LAUGARDALSHÖLL 19. DESEMBER
FORSALA HEFST 1. NÓVEMBER Á MIDI.IS
MIÐAVERÐ AÐEINS 3900 kr Á FYRSTA FORSÖLUDEGI!
Finndu okkur á Facebook: "HÁTT Í HÖLLINNI"

kvikmyndir

„Martini. Shaken, not stirred."

TÖLVULEIKUR

XCOM Enemy Unknown

Tegund: Herðnaðarleikur
PEGI merking: 18+
Útgefandi: FireAxis
Dómar:
8,5 af 10 – Gamespot
8,2 af 10 – IGN.com
9 af 10 – Eurogamer.net

Ég var tekinn af gaymveru..

Það er fátt skemmtilegra en að fá í heimsókn glaðbeitta geimveru, setjast niður, fá sér kaffi og með því og spjalla um alheiminn. En þetta er auðvitað bara draumsýn þar sem allar geimverur eru vondar, allavega samkvæmt tölvuleiknum XCOM Enemy Unknown sem var að koma út á leikjatölvurnar.

Hér er á ferðinni endurgerð leiksins UFO Enemy Uknown sem kom út árið 1994 og er óhætt að segja að mikil virðing sé borin fyrir spilun og virkni upprunalega leiksins og er útkoman eftir því.

Leikmenn fara fyrir XCOM-heimsráðinu sem á að vernda jörðina fyrir árásum geimvera og það er eins gott að standa sig, því ef aðildarlönd ráðsins verða fúl, þá hætta þau að borga reikningana og þá er ekki hægt að standa sig jafn vel í baráttunni gegn geimverunum.

Spilun XCOM-leiksins skiptist í annarsvegar uppbyggingarhluta, en þar byggja leikmenn upp herstöð sína og rannsaka þar nýjustu geimverutækni, búa til nýjustu vopnin og undirbúa sig sem best fyrir árásir geimveranna.

Á milli þess sem Bubbi byggir, þá taka leikmenn þátt í stríði við geimverurnar í hinum ýmsu borgum heimsins. Áður en haldið er í stríð þurfa leikmenn að búa hermennina rétt og tryggja að þeir lifi af, en það er mjög mikilvægt þar sem hermennirnir fá meiri reynslu með tímanum og hækka í tign.

Fyrir utan söguþráð leiksins geta tveir keppt saman í gegnum netið og er það í raun frábær skemmtun.

Það má segja að XCOM Enemy Uknown hafi tæklað mig eins og samkynhneigð geimvera eða gaymvera, en leikurinn kom gjörsamlega aftan að mér og hefur haldið mér frá nánast öllu öðru. Það er eitthvað við þennan leik sem nær manni algjörlega og maður vill alltaf detta í eitt verkefni í viðbót.

Grafík leiksins er mjög vel gerð og hentar leiknum gríðarlega vel, spilunin er fjölbreytt og hljóð leiksins í fínu meðallagi. Ég mæli því hiklaust með leiknum bæði fyrir gamla aðdáendur UFO og einnig fyrir nýja spilara sem vilja kynnast alvöru tölvuleik. Svona á að gera endurgerðir.

ÓLAFUR ÞÓR JÓELSSON

MONITOR

LUMAR ÞÚ Á GÓÐUM HUGMYNDUM?

...fyrir blaðið og MonitorTV

monitor@monitor.is

FRUMSÝNING HELGARINNAR

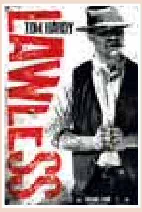
Skyfall

Leikstjóri: Sam Mendes.
Aðalhlutverk: Albert Finney, Javier Bardem, Judi Dench, Ralph Fiennes, Daniel Craig, Helen McCrory, Naomie Harris, Ben Whishaw og Ola Rapace.
Lengd: 143 mínútur.
Aldurstakmark: Bönnuð innan 12 ára.
Kvikmyndahús: Laugarásbíó, Smárabíó, Háskólabíó og Borgarbíó.

Eftir gjörsamlega misheppnaða aðgerð í Tyrklandi þar sem James Bond er talinn hafa týnt lífi lendir breska leyniþjónustan í mestu hremmingum sem yfir hana hafa gengið. Höfuðandstæðingur Bonds er hinn viðsjárverði Raoul Silva sem telur sig eiga bresku leyniþjónustunni harma að hefna. Breska leyniþjónustan verður nú fyrir síendurteknum árásum sem virðast miða að því að knésetja stjórnanda hennar, M, þannig að hún veit vart sitt rjúkandi ráð. En Bond reynist ekki alveg dauður úr öllum æðum.

KVIKMYND

Byssudrami sem virkar



Ég hef alltaf rosalega gaman af myndum sem eiga að gerast snemma á 20. öldinni. Það er eitthvað við þennan tíma sem er heillandi og margar frábærar myndir gerast einmitt á þessum tíma. Lawless er kvikmynd sem er byggð á sönnum atburðum. Hún gerist í kreppunni miklu sem reið yfir Bandaríkin. Þrír bræður stunda smygl á brennivíni en þegar nýr lögreglustjóri vill fá sinn skerf verður allt vitlaust svo ekki sé meira sagt. Mér finnst Lawless vel heppnuð mynd á marga vegu. Hún er svöl, ofbeldisfull og ótrúlega vel leikin. Það læðist hins vegar að mér sá grunur að hún hafi farið framhjá mörgum Íslendingum og það er synd því hún er klárlega með þeim betri sem ég hef séð á þessu ári.

TÓMAS LEIFSSON

LAWLESS

Tommi harði er harður

Tom Hardy fer með eitt af aðalhlutverkum myndarinnar. Hann heldur áfram að heilla mig sem leikari þrátt fyrir að hafa leikið í This means war. Hann er ótrúlega svalur og ég hugsa að hann gæti leikið íþróttaálfinn og samt verið svalur. Guy Pierce og Gary Oldman eru einnig góðir, klassaleikarar sem kunna sitt fag. Svo er það Shia LeBeouf en það er eitthvað við hann sem ég hreinlega næ ekki. Hann fer í taugarnar á mér og ég veit ekki af hverju. Ég verð bara að eiga það við mig. Lawless er vönduð og vel gerð spennumynd sem virkar vel í þær rúmlega 140 mínútur sem hún er. Þrátt fyrir að vera frekar hæg er hún aldrei leiðinleg og heldur ávallt dampi. Ég fékk nákvæmlega það sem ég vildi út úr henni og ef eitthvað er þá gaf hún mér aðeins meira.

Smellinn strákur

Það er til urmull af hæfileikafólki sem hefur það að atvinnu að semja fyrir aðra. Sumir stíga þó á endanum fram og láta ljós sitt skína.

TÓNLIST
FREYR ÁRNASON

HÉR ER HIT-BOY Í STÍL VIÐ STÓLINN FYRIR AFTAN

Í gegnum tíðina hefur verið hefð fyrir því að hverju sinni sé einn risastór „producer“ í rappheiminum sem rappi líka. Dr. Dre, RZA, Pete Rock og nærtækasta dæmið í dag, Kanye West, hafa allir fetað þessa slóð. Nú gæti verið komið að næstu kynslóð. Hit-Boy er 25 ára gamall og er samningsbundinn Kanye West sem upptökustjóri. Hann á heiðurinn af allmörgum lögum sem slegið hafa í gegn en hefur hingað til ekki látið að sér kveða sem sóló-artisti. Það hefur hinsvegar breyst og var hann að skrifa undir samning við eina af stærri umboðsskrifstofunum í þessum bransa sem á að hjálpa honum að taka skrefið sem rappari. Hann á langa leið framundan en við sjáum hvert hún leiðir hann, hann er svo sem ekkert í veseni. Ef þetta klúðrast þá er hann alltaf ennþá virkilega öflugur lagasmiður og pródusent.

HITBOY HEFUR UNNIÐ MEÐ ÞESSUM DÚDDUM

LÖG SEM ÞÚ ÆTTIR AÐ ÞEKKJA

Kanye West & Jay-Z - Niggas in Paris
Lil Wayne ft. Eminem - Drop The World
Pusha T - My God

ÚTGEFIÐ EIGIÐ EFNI

HITstory - 11 laga plata, einungis gefin út á netinu.

FALLEGUR LAGASMIÐUR

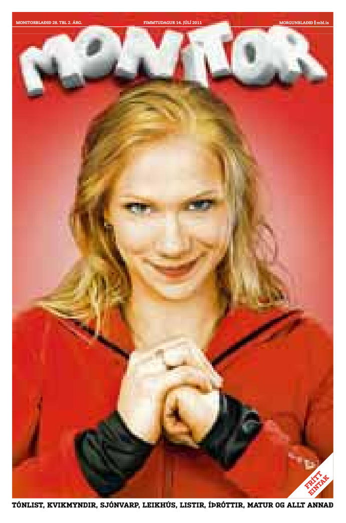
LISTAMENN SEM HANN HEFUR M.A. PRODUCAÐ FYRIR

Jay-Z & Kanye West
Lil Wayne
Jennifer Lopez
Snoop Dogg
Rihanna
Justin Bieber
Macy Gray

LÖG TIL AÐ TJÉKKA Á

Brake Lights
She Belongs To The City
Jay-Z Interview

allt&ekkert



HVAÐ ER TÍTT?

Nafn: Annie Mist Þórisdóttir
Á forsíðu: 14. júlí 2011
Fyrirsögn viðtals:
Í besta formi jarðar?

Ég hef það bara mjög gott. Ýmislegt hefur gerst síðan ég var á forsíðunni hjá Monitor. Ég eyddi stórum hluta undir lok seinasta árs í Boston og að ferðast með Reebok. Við fórum m.a. til Kóreu, Mexíkó og á ýmsa staði í Bandaríkjunum að kynna CrossFit og í myndatökum fyrir Reebok.
Ég vann Evrópumeistaramótið aftur núna í ár og tókst að vinna aftur heimsmeistaratitilinn í CrossFit líka og var því fyrst í heiminum til að gera það.
Ég varð meðeigandi og þjálfari í CrossFit Reykjavík og líður ofboðslega vel þar.
Ég var að koma frá London þar sem ég var að keppa í liðakeppni í CrossFit, USA gegn Evrópu, og var það fyrsta skiptið sem CrossFit var sýnt í beinni og var það á Eurosport. Það sem er á döfinni hjá mér eru aðeins fleiri ferðalög til að kynna og kenna CrossFit en mig langar samt ekki að fara til langdvalar erlendis því mér líður allt of vel hérna á Íslandi og myndi sakna æfingafélaganna og CrossFit Reykjavíkur allt of mikið.

LOL-MAIL MONITOR

Hey Joe
Viltu byrja brandarakeðju á nýjan leik?
Þú kannt'etta

Hilsen,
J

Sæll John

Hvað er brúnt og svart og situr uppi í tré?
Kúkur í leðurjakka.

Skora á Geir Ólafs

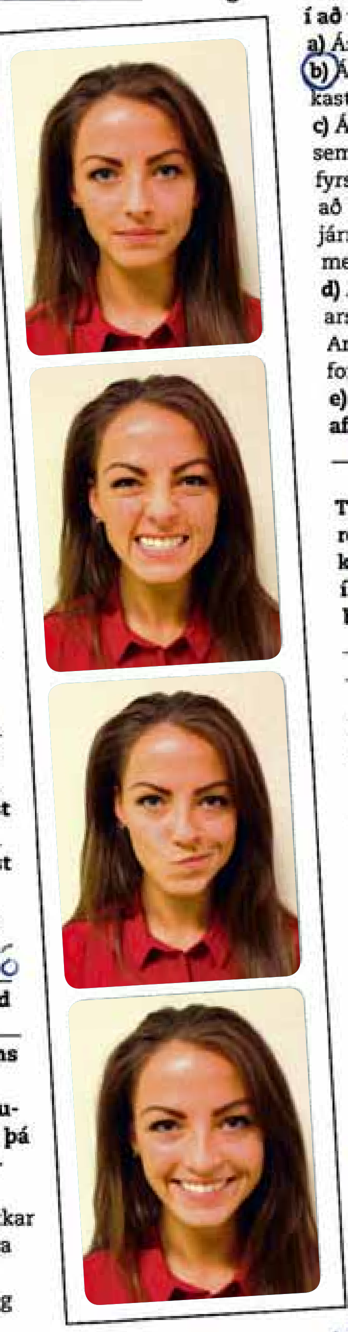
Kv. Joe

LOKAPRÓFIÐ

| 25. október 2012 | MONITOR skólinn

Ég heiti Ásdís Guðmundsdóttir

Þú veist hver ég er af því að ég er EVRÓPUMEISTARI

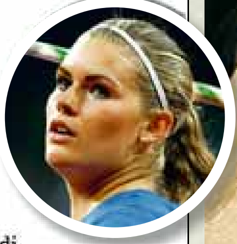


Ef einhver úti á götu myndi rífa kjaft við mig þá myndi ég
a) segja viðkomandi aði steinhalda kjafti og að bera virðingu fyrir Evrópumeistara.
b) taka tvöfalt heljar með hálfri skrúfu og reyna að lenda á viðkomandi.
c) gráta og hugsa hvað þessi veröld geti verið grimm.
d) (circled) taka upp gullverðlaunapeninginn og segja: „Hey, talaðu við þennan því ekki nenni ég að hlusta á röflið í þér".
e) ______

Í landsliðinu er
a) Harpa Snædís fyndnust
b) Rakel liðugust
c) Gló sterkust
d) Íris besta söngkonan
e) Sara og Gló best klædd
f) Ingunn drottning lífsins

Þegar stúlknalandsliðið vann Evrópumeistaratitilinn fyrr um morguninn þá hugsuðum við hinar í kvennalandsliðinu:
a) (circled) „Stelpur, nú verðum við að taka okkar keppni. Við getum ekki látið einhverja krakka fá alla athyglina heima."
b) „Glæsilegt stelpur. Þið eruð landi og þjóð til mikils sóma.
c) „Voða gaman hjá þeim en vá hvað það verður mikið skemmtilegra hjá okkur þegar við erum búnar að vinna titilinn í annað sinn."
d) „Það væri snilld að vinna tvöfalt hérna á þessu móti og fara svo að djamma með litlu skvísunum og kenna þeim hvernig á að skemmta sér."
e) svalar stelpur að standast pressuna að hafa verið fyrstar inn í úrslit og rústa þessu svo!!! :)

Ef ég væri ekki Ásdís Guðmundsdóttir væri ég til í að vera
a) Ásdís Rán Gunnarsdóttir, fyrirsæta
b) (circled) Ásdís Hjálmsdóttir, spjótkastari
c) Ásdís Kristjánsdóttir sem um daginn varð fyrst Íslendinga til að ljúka keppni í járnkarli á heimsmeistaramóti
d) Ásdís Hulda Svavarsdóttir, dóttir Þóru Arnórsdóttur, fyrrverandi forsetaframbjóðenda
e) ______ af því að þá kynni ég að kasta spjóti



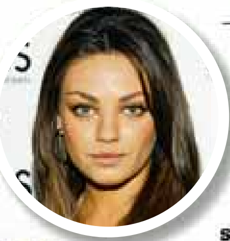
Til að ná árangri í minni íþrótt þá reyni ég yfirleitt að sofa í 7-8 **klukkustundir á sólarhring, æfa mig í** 3-4 **klukkustundir á dag og borða** nammi

Eiginhandaráritunin mín lítur svona út:
Ásdís

Ef ég væri ekki í fimleikum þá væri ég líklega
a) í ballet.
b) að vinna í eigin bakaríi.
c) kafari
d) annarri íþrótt

Eina neikvæða við landsliðið er
a) að við erum allar of „fine."
b) að við vinnum of mörg Evrópumót
c) (circled) að við gerum allar hinar fimleikastelpurnar í Evrópu öfundsjúkar.
d) ______

Ef gerð yrði kvikmynd um líf mitt myndi ég vilja fá Natalie Portman **til að leika mig en líklega yrði það samt** Mila Kunis **sem myndi fara með hlutverkið.**



Ef ég mætti gera einn Facebook-status sem allur heimurinn myndi sjá myndi ég skrifa: ekki einfaldur heldur tvöfaldur Evrópumeistari

SÍÐAST EN EKKI SÍST

Davíð Arnar Sigurðsson, *hljómborðsleikari Lockerbie, fílar:*

KVIKMYND: Eftir að hafa fundið Lion King í fullri lengd á youtube er ég kominn með lúmskt teiknimyndaæði. Næstar á dagskránni eru Guffagrín og Space Jam, að sjálfsögðu með íslensku tali. Sá líka Tarzan í vor, hún var snilld. Það hræðir mig pínu en það bendir allt til þess að kvikmyndaþroski minn hafi gjörsamlega staðnað í fyrsta bekk.

ÞÁTTUR: ég er örugglega eini eftirlifandi Íslendingurinn sem hefur aldrei fylgst með neinum sjónvarpsþáttum. Hef gert heiðarlegar tilraunir en er alltaf annaðhvort sofnaður eða farinn að gera eitthvað annað eftir nokkrar mínútur. Ég og sjónvarpsþættir eigum ekki samleið í lífinu.

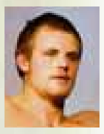
BÓK: Sú bók sem hefur mest fengið mig til að hugsa er án efa Sjálfstætt fólk. Skemmdi ekki fyrir að kennarinn sem var að kenna áfangann sem ég las hana í var að lesa hana í tuttugasta og sjöunda skiptið svo hann vissi bókstaflega hvert einasta smáatriði í henni.

PLATA: Undanfarið hafa Chet Baker Sings og Dýrð í Dauðaþögn með Ásgeiri Trausta verið í miklu uppáhaldi. Sú plata sem hefur samt haft mest áhrif á mig er Takk með Sigur Rós. Plataði mömmu og pabba í road trip í Ásbyrgi til að sjá lokatónleikana á Takk-túrnum. Eftir það ákvað ég að það að vera í hljómsveit væri eitthvað sem ég vildi gera í framtíðinni.

VEL GERT

Solla Eiríks

"Hrósið fær Solla Eiríks og starfsfólkið á Gló fyrir dýrindis matargerð sem gerir mann glaðan á hverjum degi. Það er gríðarlega mikilvægt að hafa veitingastað eins og Gló fyrir þá sem kjósa að borða sem næst náttúrunni."



Hrósari er Gunnar Nelson

ÉG HEF ALDREI

ÁSGEIR ERLENDSSON

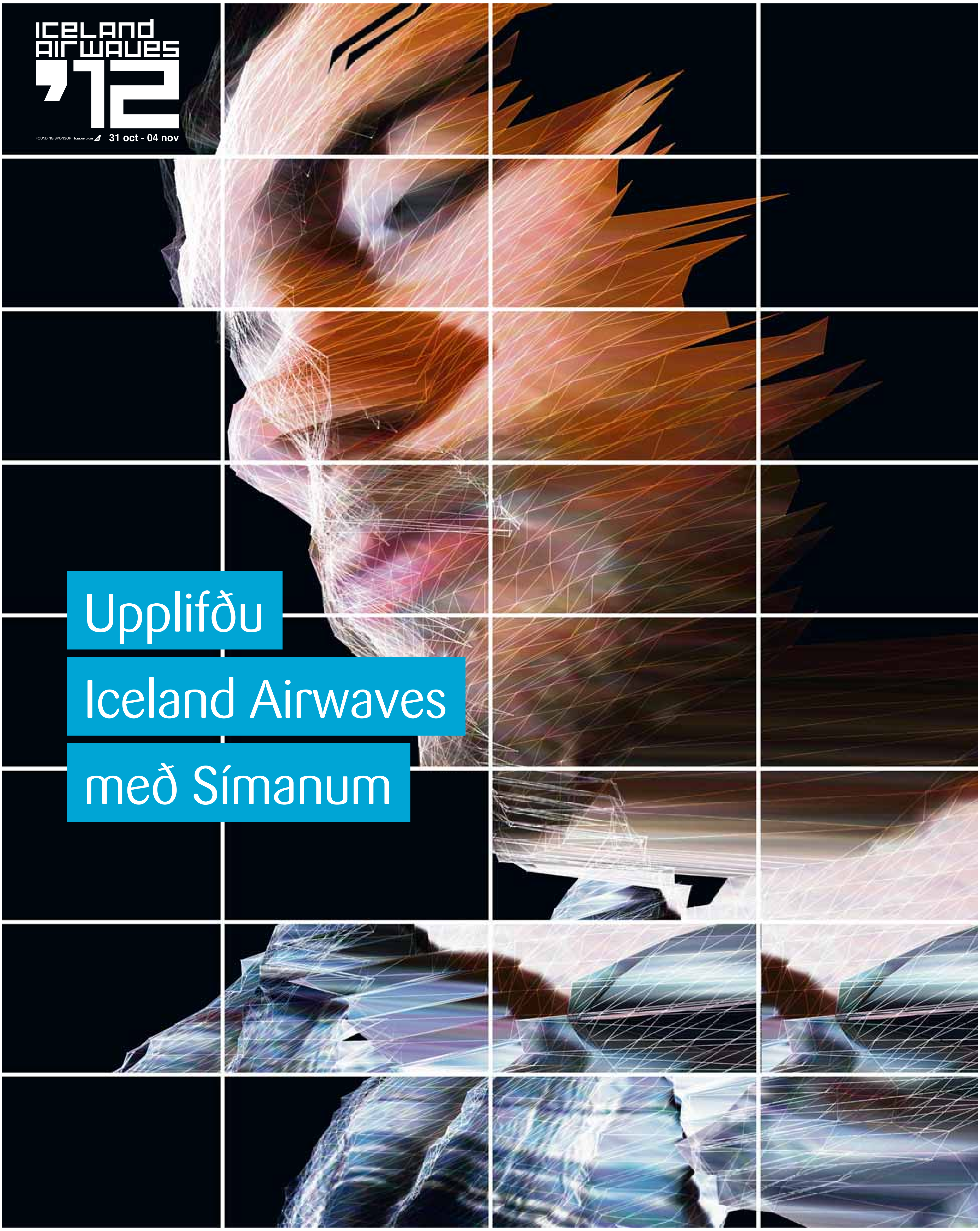
1 **...unnið borðtennisleik á ævinni, áralöng þjálfun hjá Guðmundi Stephensen myndi ekki ná að bjarga hversu mikið þrotabú ég er þegar kemur að þessari íþrótt.**

2 **...horft á heilan þátt af Friends. Þessu á enginn eftir að trúa en staðan er engu að síður sú að aldraðir foreldrar mínir lögðu meiri áherslu á Derrick, Hemma Gunn og Þeyting með Gesti Einari í uppeldinu.**

3 **....náð að drepa heimilsfriðinn. Heimilsfriðurinn er planta sem tengdamóðir mín gaf okkur og hefur frá upphafi verið á gjörgæslu vegna vökvaleysis en er alltaf bjargað á síðustu stundu þrátt fyrir mikið og gott viðmót um að halda honum grænum og fallegum.**

4 **....farið á útihátíðina UXA, enda var hún haldin árið 1995 og ég þá sjö ára.**

SAMSUNG
Samsung GALAXY Tab 2
Samsung GALAXY
ALLT ÞAÐ GÓÐA SEM LÍFIÐ HEFUR UPP Á AÐ BJÓÐA!



Skannaðu kóðann eða finndu „Airwaves“ á App Store eða Google Play.

Airwaves appið er komið!

Með Airwaves appi Símans færðu upplýsingar um alla viðburði on- og off-venue, setur saman þína eigin dagskrá og færð áminningu korteri fyrir tónleika, sérð viðtöl og myndbönd með flytjendum og getur fylgst með röðunum í beinni.

Náðu í appið og njóttu þess að vera á Airwaves!

Ásgeir Trausti og meira en tvö hundruð aðrir koma fram á Iceland Airwaves.

#airwaves12

Síminn

ENNEMM / SÍA / NM52202

TÖLVULEIKUR

XCOM Enemy Unknown

Tegund: Herðnaðarleikur
PEGI merking: 18+
Útgefandi: FireAxis
Dómar:
8,5 af 10 – Gamespot
8,2 af 10 – IGN.com
9 af 10 – Eurogamer.net

Ég var tekinn af gaymveru..

Það er fátt skemmtilegra en að fá í heimsókn glaðbeitta geimveru, setjast niður, fá sér kaffi og með því og spjalla um alheiminn. En þetta er auðvitað bara draumsýn þar sem allar geimverur eru vondar, allavega samkvæmt tölvuleiknum XCOM Enemy Unknown sem var að koma út á leikjatölvurnar.

Hér er á ferðinni endurgerð leiksins UFO Enemy Uknown sem kom út árið 1994 og er óhætt að segja að mikil virðing sé borin fyrir spilun og virkni upprunalega leiksins og er útkoman eftir því.

Leikmenn fara fyrir XCOM-heimsráðinu sem á að vernda jörðina fyrir árásum geimvera og það er eins gott að standa sig, því ef aðildarlönd ráðsins verða fúl, þá hætta þau að borga reikningana og þá er ekki hægt að standa sig jafn vel í baráttunni gegn geimverunum.

Spilun XCOM-leiksins skiptist í annarsvegar uppbyggingarhluta, en þar byggja leikmenn upp herstöð sína og rannsaka þar nýjustu geimverutækni, búa til nýjustu vopnin og undirbúa sig sem best fyrir árásir geimveranna.

Á milli þess sem Bubbi byggir, þá taka leikmenn þátt í stríði við geimverurnar í hinum ýmsu borgum heimsins. Áður en haldið er í stríð þurfa leikmenn að búa hermennina rétt og tryggja að þeir lifi af, en það er mjög mikilvægt þar sem hermennirnir fá meiri reynslu með tímanum og hækka í tign.

Fyrir utan söguþráð leiksins geta tveir keppt saman í gegnum netið og er það í raun frábær skemmtun.

Það má segja að XCOM Enemy Uknown hafi tæklað mig eins og samkynhneigð geimvera eða gaymvera, en leikurinn kom gjörsamlega aftan að mér og hefur haldið mér frá nánast öllu öðru. Það er eitthvað við þennan leik sem nær manni algjörlega og maður vill alltaf detta í eitt verkefni í viðbót.

Grafík leiksins er mjög vel gerð og hentar leiknum gríðarlega vel, spilunin er fjölbreytt og hljóð leiksins í fínu meðallagi. Ég mæli því hiklaust með leiknum bæði fyrir gamla aðdáendur UFO og einnig fyrir nýja spilara sem vilja kynnast alvöru tölvuleik. Svona á að gera endurgerðir.

ÓLAFUR ÞÓR JÓELSSON

MONITOR

LUMAR ÞÚ Á GÓÐUM HUGMYNDUM?

...fyrir blaðið og MonitorTV

monitor@monitor.is

kvikmyndir

„Martini. Shaken, not stirred."

FRUMSÝNING HELGARINNAR

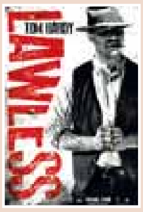
Skyfall

Leikstjóri: Sam Mendes.
Aðalhlutverk: Albert Finney, Javier Bardem, Judi Dench, Ralph Fiennes, Daniel Craig, Helen McCrory, Naomie Harris, Ben Whishaw og Ola Rapace.
Lengd: 143 mínútur.
Aldurstakmark: Bönnuð innan 12 ára.
Kvikmyndahús: Laugarásbíó, Smárabíó, Háskólabíó og Borgarbíó.

Eftir gjörsamlega misheppnaða aðgerð í Tyrklandi þar sem James Bond er talinn hafa týnt lífi lendir breska leyniþjónustan í mestu hremmingum sem yfir hana hafa gengið. Höfuðandstæðingur Bonds er hinn viðsjárverði Raoul Silva sem telur sig eiga bresku leyniþjónustunni harma að hefna. Breska leyniþjónustan verður nú fyrir síendurteknum árásum sem virðast miða að því að knésetja stjórnanda hennar, M, þannig að hún veit vart sitt rjúkandi ráð. En Bond reynist ekki alveg dauður úr öllum æðum.

KVIKMYND

Byssudrami sem virkar



Ég hef alltaf rosalega gaman af myndum sem eiga að gerast snemma á 20. öldinni. Það er eitthvað við þennan tíma sem er heillandi og margar frábærar myndir gerast einmitt á þessum tíma. Lawless er kvikmynd sem er byggð á sönnum atburðum. Hún gerist í kreppunni miklu sem reið yfir Bandaríkin. Þrír bræður stunda smygl á brennivíni en þegar nýr lögreglustjóri vill fá sinn skerf verður allt vitlaust svo ekki sé meira sagt. Mér finnst Lawless vel heppnuð mynd á marga vegu. Hún er svöl, ofbeldisfull og ótrúlega vel leikin. Það læðist hins vegar að mér sá grunur að hún hafi farið framhjá mörgum Íslendingum og það er synd því hún er klárlega með þeim betri sem ég hef séð á þessu ári.

TÓMAS LEIFSSON

LAWLESS

Tommi harði er harður

Tom Hardy fer með eitt af aðalhlutverkum myndarinnar. Hann heldur áfram að heilla mig sem leikari þrátt fyrir að hafa leikið í This means war. Hann er ótrúlega svalur og ég hugsa að hann gæti leikið íþróttaálfinn og samt verið svalur. Guy Pierce og Gary Oldman eru einnig góðir, klassaleikarar sem kunna sitt fag. Svo er það Shia LeBeouf en það er eitthvað við hann sem ég hreinlega næ ekki. Hann fer í taugarnar á mér og ég veit ekki af hverju. Ég verð bara að eiga það við mig. Lawless er vönduð og vel gerð spennumynd sem virkar vel í þær rúmlega 140 mínútur sem hún er. Þrátt fyrir að vera frekar hæg er hún aldrei leiðinleg og heldur ávallt dampi. Ég fékk nákvæmlega það sem ég vildi út úr henni og ef eitthvað er þá gaf hún mér aðeins meira.