



Þeir sem vilja eins manns loftfar geta splæst í Jetson One.
MYND/JETSONAERO.COM

Nýtt eins manns loftfar

oddurfreyr@frettabladid.is

Í október byrjaði sænska fyrirtækið Jetson að selja áhugavert nýtt eins manns loftfar sem heitir Jetson One. Fyrirtækið birti nýlega myndband á Youtube þar sem loftfarið sést þeysa yfir veg sem liggur gegnum skóg og þar minnir það óneitanlega á fljúgandi mótörhjól-in úr Star Wars: Return of the Jedi. Myndbandið sýnir hvernig tækið er knúið af fjórum rafhreyflum sem gera tækinu kleift að taka lóðrétt á loft.

Kemst hátt og hratt

Á heimasíðu fyrirtækisins má finna nánari upplýsingar um Jetson One. Loftfarið er ekki nema 86 kíló að þyngd og flugmaðurinn þarf að vera undir 95 kílóum. Það getur flogið í 20 mínútur og kemst á 102 km/klst. hraða, en hraðinn er takmarkaður af hugbúnaði. Jetson One kemst líka í rúmlega 450 metra hæð og það tekur ekki nema einn til tvo tíma að hlaða græjuna. Þeir sem eru ekki flughræddir ættu að geta haft gaman af því að þeysast um á svona tæki, en það er ekki á allra færi að splæsa í JetsonOne, því verðmiðinn er rétt rúmlega 12 milljónir króna.

lifestream

POWERFUL NUTRITION FROM PLANTS

AUKAKÍLÓIN BURT

lifestream

CERTIFIED ORGANIC CC FLAX

Bone, skin and digestive health

FOR WOMEN: CALCIUM CRANBERRY FLAVORED

POWDER 200g NET

ORGANIC

VEGAN

www.celsus.is



Sigrún Lilja fór ung út í rekstur, þá á vörumerkinu Gyðja Collection. Í dag rekur hún farsæla líkamsmeðferðarstofu, The House of Beauty. Árangur viðskiptavina með líkamlegt útlit og vellíðan er ótrúlegur.

Sigrún fór 24 ára út í rekstur Gyðja Collection. „Ég var ung og frekar blaut á bak við eyrun. Þó má segja að það hafi gengið nokkuð vel. Svo dundu á nokkur alvarlegri högg. Meðal annars komu upp veikindi hjá mér sem leiddi til þess að ég varð óvinnufær og þurfti að setja heilsuna í forgang. Ég gerði allt sem ég gat sjálf til að ná upp heilsu á sem náttúrulegastan og öflugastan hátt. Meðal annars kynntist ég líkamsmeðferðum sem við bjóðum upp á í dag hjá The House of Beauty. Í dag er ég þakklát fyrir að vera heilsuhraust og á það meðal annars líkamsmeðferðunum okkar að þakka,“ segir Sigrún. „Fyrir þremur og hálfu ári keyptum við maðurinn minn líkamsmeðferðartæki af lítilli stofu, en eigendur voru að selja stofuna. Við þróuðum konseptið og bættum við meðferðartækjum. Til varð líkamsmeðferðarstofan The House

of Beauty. Við vildum ekki fara út í hefðbundinn snyrtistofurekstur heldur sérhæfa okkur í áhrifaríkur líkamsmeðferðum. Til er fjöldi flottra snyrtistofa en minna er um það sem við erum að bjóða upp á.“
Einstök meðferðarstofa
„Ég lærði ýmislegt af því að eiga mitt eigið merki, bæði hvað á að gera en líka hvað á ekki að gera,“ segir hún og hlær. „Ég ákvað að einbeita mér að rekstrinum og ráða til mín meðferðaraðila sem sæju um meðferðirnar. Í dag vinnur með mér ómetanlegt starfsfólk sem býr orðið yfir mikilli reynslu og þekkingu. Þær eru átta talsins og erum við að ná ótrúlegum árangri með viðskiptavinum okkar. Ég legg líka mikið upp úr endurmenntun og stöðugri þjálfun. Þannig náum við að vera með puttann á púlsinum í þeirri hröðu þróun sem á sér stað í þessum geira í dag. Margir glíma við staðbundin

vandamál sem ræktin hefur ekki verið að vinna fyllilega á. Okkar sérstaða eru líkamsmeðferðir án inngripa; án þess að leggjast undir hnífinn. Við höfum náð frábærum árangri með ákveðin vandamál eins og svuntu á kvið eftir barnsburð eða þyngdartap, uppbyggingu á rassvöðvum, kviði, upphandleggjum og fleiru.“
Okkar hagur að viðskiptavinur sé sáttur
Starfsfólk The House of Beauty hefur hlotið mikla þjálfun svo að viðskiptavinur fái ávallt sambærilega meðferð óháð því hver á stofunni veitir hana. „Fólk er með ýmis sérhæfð vandamál sem það vill vinna í hjá sjálfu sér. Við bjóðum upp á fría mælingu og ráðgjöf án allra skuldbindinga. Við bendum á hvaða meðferðir geti verið áhrifaríkastar og mælum með meðferðarpökkum ef þarf. Meðferðirnar eru áhrifaríkar einar og sér, en saman

hafa þær ótrúleg áhrif. Öllum meðferðarpökkum og kortum má skipta út enda er árangur afar persónubundinn. Það er enda okkar hagur að viðskiptavinur gangi sáttur út af stofunni okkar.“
Lipomassage Silklight – sú allra vinsælasta
„Ein af okkar allra vinsælustu meðferðum frá upphafi er án efa Lipomassage, sem er ein öflugasta sogæðameðferð sem þú kemst í. Fyrir utan að hafa gríðarlega öflug áhrif á mótun líkama, búa til það sem við köllum „sokkabuxnaáferð“ og vinna á appelsínuhúð, á bjúg-söfnun og á staðbundinni fitu, þá er þetta meðferð sem mjög margir kjósa að koma í til að halda niðri verkjum til dæmis vegna gigtar eða stoðkerfisvandamála. Meðferðin tekur 40 mínútur. Viðskiptavinurinn klæðir sig í sérstakan galla og er allur

líkaminn nuddaður með meðferðartækinu, frá toppi til táar. Við fáum marga gigtarsjúklinga til okkar vikulega sem ná að halda niðri verkjum með því að koma í þessa meðferð. Sumir geta jafnvel minnkað lyf á móti sem er auðvitað alltaf markmiðið. Lipo-massage-meðferðin bætir blóðflæði og dregur úr bólgu og þjúg. Það skemmtilegasta er að sjá þegar fólk nær bata í heilsunni. Eftir að hafa sjálf misst heilsuna og þurft að berjast fyrir henni aftur, þá gerir maður sér grein fyrir hversu verðmæt heilsan okkar er. Það er því eitt af þessu sem ég brenn fyrir í dag, að leggja mitt af mörkum við að aðstoða fólk við að byggja upp heilsu. Lipomassage er þar gríðarlega öflugt enda skipta jákvæðar reynslusögur í dag örugglega hundruðum,“ segir Sigrún Lilja.

Velashape fyrir stjórnurnar
Velashape-líkamsmeðferðina nota frægustu stjórnurnar í Hollywood. „Meðferðin kemur frá Bandaríkjunum og er þekkt að Victoria's Secret fyrirsæturnar nota tækið til að fullkomna línurnar fyrir sýningar. Einnig nota Kardashian-systurnar meðferðina.“

Meðferðin tekur 20 mínútur og mótar og stinnir líkamann á áhrifaríkan hátt. Blanda af infrarauðum geislum, rafbylgjum og svokallaðri ryksugu orsakar djúpa hitun á fitufrumum, vefjum og undirliggjandi kollagen-trefjum. Meðferðin beinist að staðbundinni fitu í líkamanum og örvar elastín- og kollagenframleiðslu húðarinnar. Velashape er öflugt á blöndu af lausri húð og fitu. „Meðferðin er vinsæl hjá konum eftir barnsburð, til að vinna á svuntu og lausri húð eftir þyngdartap. Sama gildir um fitusöfnun á baki og kringum brjóst og ekki má gleyma bingvöðvanum svokallaða eða þríhöfðanum. Það er mjög vinsælt að koma í Veloshape og fara svo beint í Lipomassage á eftir. Hvor um sig virka mjög vel, en saman gefa þær enn meiri árangur. LED-húðmeðferðin okkar er einnig mjög öflug ljósmeðferð til að vinna á örum, slitum og vinna á lausri húð.“

Totally Laser Lipo
Totally Laser Lipo líkamsmeðferðin er hönnuð til að vinna á staðbundinni fitusöfnun. Sérstakar leiserblöðkur eru notaðar til að opna fitufrumuna, breyta fitunni þar úr föstu í fljótandi form, sem lekur svo út úr frumunni og losast út úr líkamanum með sogæðakerfinu á náttúrulegan hátt. „Við mælum alltaf með að fólk taki brennsluæfingu innan tólf tíma eftir slíka meðferð, til að hjálpa sogæðakerfinu að losa fituna úr líkamanum. Ekki má fara í þessa meðferð oftar en að 72 klukkustundir liði á milli til að gefa líkamanum og lifrinni sem vinnur út fituna nægan tíma á milli. Vinsælt er að fara í Fitform á eftir Totally Laser Lipo. Þar er djúp rafleiðni notuð til að styrkja vöðvana og auka brennslu. Þessar tvær virka dúndurvel saman.“

Msculpta PRO
„Nýjasta meðferðin, Msculpta PRO, er öflugasta vöðvauppbyggingar-meðferð sem við höfum komist í tæri við. Stórar rafsegulblöðkur virkja ákveðin vöðvasvæði eins og kvið eða rass og hjálpa líkamanum að byggja upp vöðvann. Tækið getur virkjað vöðvana því sem nemur 50.000 kviðæfingum eða hnébeygjum, eitthvað sem líkaminn gæti aldrei gert sjálfur í einu. Hver tími er hálf tími og getur stækkað rassvöðvana og myndað sixpack. Árangurinn er ótrúlegur og frábær viðbót fyrir þá sem ná



Sigrún Lilja segir það ótrúlega gefandi að sjá viðskiptavinini ná markmiðum sínum loksins með hjálp líkamsmeðferða The House of Beauty.

FRÉTTABLAÐIÐ/
EYÐÖR



Fyrir
20. sept 2020

Eftir
6. apríl 2021

Árangurinn hjá Sú-sönnu er greinilegur eftir Lipomassage Silklight meðferðina. En mikilvægast er að henni líður einfaldlega mun betur í skrokknum.

MYND/ADSEND

ekki að styrkja ákveðna vöðvahópa nógu vel í ræktinni. Algengt er að kviðvöðvarnir gliðni í sundur hjá konum á meðgöngu. Þetta má laga með skurðaðgerð en við sjáum líka gríðarlegan árangur með þessari meðferð. Msculpto PRO kemur einnig sterk inn í bland við aðrar meðferðir hjá okkur,“ segir Sigrún.

Þinn árangur er okkar markmið
Viðskiptavinir The House of Beauty eru á aldrinum átján og upp úr. „Um 95% kúnna okkar eru konur. Hingað koma þó líka karlar enda eru meðferðirnar ekki síður fyrir þá. Við bjóðum upp á sniðuga sérhannaða makeover-pakka til að vinna á algengum vandamálum, líka fyrir herrana. Við bjóðum svo upp á sérhannaða jólapakka sem fara eingöngu í sölu fyrir jólin. Þeir eru á breiðu verðbili og kallast brons, silfur, gull, plátinum og demants. Í ár bætum við fleiri minni og ódýrari pökkum við

jólapakkana til að auka úrvalið enn frekar fyrir þá sem vilja gefa gjafapakka frá okkur undir jólatréð. Klassísku makeover-pakkarnir og gjafabréfin okkar eru líka sívinsæl í jólagjafir og koma öll gjafabréfin okkar í fallegum gjafaöskjum.“ Enginn galdistími er á kortunum, gjafabréfum eða pökkum. „Þess má geta að við erum enn að bóka hjá okkur í meðferðir og meðferðarpakka fyrir jólin.“

Mikil ánægja með árangur
„Algeng tímalengd á meðferðarpökkum er um 4-8 vikur. Á þeim tíma sér fólk almennt flottan árangur. Í upphafi fyllir viðskiptavinur út nákvæma heilsufarskýrslu, en ýmislegt sem tengist heilsufari getur haft áhrif á árangur. Við viljum að fólk fari af stað með réttar væntingar og leiðbeinum fólki í samræmi við núverandi heilsufar.

Við hvetjum alltaf viðskiptavinir til þess að fá mælingu og fá teknar



Í Covid var unnið að því aðtaka yfir húsnæðið við hliðina á Nýbýlaveginum og er stofan nú orðin þrefalt stærri en hún var í upphafi.



Þessi glæsilega brúður kom til okkar sem módel í Brúðar makeover pakkann. Hún byrjaði 14. febrúar (fyrir-mynd) og kláraði 1. maí (eftir-mynd). Það eru ekki nema 2,5 mánuðir á milli mynda.

MYND/ADSEND

fyrir-myndir. Markmið okkar er ekki endilega að missa ákveðinn fjölda kílóa, þó að það sé oft fylgiskur. Stefnan er að árangurinn sjáist á mælingum og með berum augum. Því er samanburðinn á fyrir- og eftir-myndunum mikilvægur.

Meðferðirnar henta ekki þeim sem eru ekki tilbúnir til að leggja sitt af mörkum og axla ábyrgð á eigin árangri. Árangur byggist á samstarfi meðferða, meðferðaraðila og viðskiptavinar. Við gerum ekki kröfu um sérstakt mataræði eða æfingar en hvetjum fólk alltaf til að stunda heilbriggt lífni. Heilbrigður lífsstíll hefur alltaf góð áhrif og mun alltaf hjálpa til við að ná hámarksárangri með meðferðunum.“

Tilboðssprengjur og afslættir fram mánudag
Svartur föstudagur er genginn í garð og hvetur Sigrún áhugasama að kíkja á vefsíðu The House

of Beauty: thehouseofbeauty.is. „Bestu og stærstu tilboð ársins frá upphafi hafa verið yfir Black Friday- og Cyber Monday-helgina. Sama verður uppi á teningnum í ár.

Tilboðin hófust á miðnætti í gær og gilda fram á miðnætti á mánudag. Þá er hægt að gera fáránlega góð kaup hjá okkur. Allar meðferðir eru á minnst 30% afslætti. Einnig eru sérvaldar meðferðir og pakkar á enn meiri afslætti. Við vörpum auk þess risa tilboðssprengjum á ákveðna pakka yfir tímabilið sem fara á 50% afslátt. Tilboðin eru bæði í boði á netinu en líka er hægt að versla á staðnum. Þá er um að gera að bóka sig í fría mælingu og ráðgjöf og gera bestu kaup ársins hjá okkur.“ ■

Upplýsingar um meðferðir og jóla-makeover pakkana er að finna á vefsíðunni thehouseofbeauty.is. Þar má einnig bóka sig í fría mælingu og ráðgjöf.

2017-
2021 Fyrirmyndarfyrtæki
í rekstri



AÐVENTU TILBOÐ

FÖSTUDAG - MÁNUDAGS

20%

AFSLÁTTUR

PARKET-FLÍSAR-HURÐIR

40% AF
FYLGIVÖRUM

Birgisson®

Smáauglýsingar

550 5055

Afgreiðsla smáauglýsinga og simi
er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki



ISUZU D-MAX LUX MEÐ HÚSI.
Árgerð 10/2017, ekinn 115þ.km.
leður, krókur, bakkmyndavél,
pallhús o.fl! Diesel, sjálfskiptur
og afskaplega duglegur. Topp
þjónustusaga! Verð 5.977.000.
Rnr.120567. Til sýnis og sölu hjá
Adal Kaup bílasölu - Skeifunni 3C.



VÁ - PLUG IN HYBRID !
MERCEDES-BENZ GLE 500 E
4MATIC. Árgerð 2017, ekinn 72þ.
km, rafmagn/bensín, sjálfskiptur
7 girar. Þvílíkur bíll! Vel búinn,
ótrúlegur kraftur og gullfallett útlit.
Sjón er sögu ríkar! Verð 7.477.000.
Rnr.120566. Til sýnis og sölu hjá
Adal Kaup bílasölu - Skeifunni 3C.

Adal Kaup - Bílasala
Skeifan 3C, 108 Reykjavík
Sími: 888 3715
adal Kaup@adal Kaup.is
<http://adal Kaup.is>

Bílar óskast

**VILTU LOSNA VIÐ GAMLA
BÍLINN ?**
Kaupi bíla 25-250þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu
sms og við höfum samband

Þjónusta

Málarar

REGNBOGALITIR EHF
Getum bætt við okkur verkefnum
innan húss. Löggiltur málameistari.
Löggiltir málarar. Vönduð vinna,
vanir menn. www.regnbogalitir.is
malarar@simnet.is. Sími 8919890

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl.,
fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra
stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj.
Mikaels. S. 894 4560 www.flytja.is
flytja@flytja.is

Nudd

NUDD NUDD NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur.
Lausir tímar. Sími 694 7881, Janna.

Rafvirkjun

**RAFLAGNIR, DYRASÍMAR.
S. 663 0746.**
Tölfluskipti, myndsímar. Hagstæð
verð. Straumblik ehf. Löggiltur
Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Húsaveiðhald

FAGLIST
ALLT ALMENNT HÚSAVEIÐHALD
OG JARÐVINNA
SMÍÐAVINNA - MÚRVINNA - MÁLNINGARVINNA
DRENLAGNIR - HELLULAGNIR
ÞJÓNUSTUM EINSTAKLINGA,
HÚSFÉLÖG OG FYRIRTÆKI
faglist@faglist.is

**FLÍSALAGNIR - MÚRVERK
- FLOTUN - SANDSPARSL -
MÁLUN - TRÉVERK**
Ásamt öllu almennu viðhaldi
fasteigna.
Ársluga reynsla og þekking skilar
fagmennsku og gæðum.
Tímavinna eða tilboð.
Strúctor byggingaþjónusta ehf.
S. 893 6994

Keypt & Selt

Til sölu

Gítarinn ehf.
Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is
**Kassagítarar
á tilboði**
Gítarar og
hljómborð
í miklu úrvali
Verð við allra hæfi

**FRÉTTIR, FÓLK &
MENNING**
á Hringbraut

Heilsa

Heilsuvörur

**gott
cbd.is**
CBD 6.4%
CBD 2.4%
CBD 12%

Húsnæði

Geymsluhúsnæði
WWW.GEYMSLAEITT.IS
Sérgeymslur á mjög góðum
verðum. Frá 2-17 m². S: 564-6500

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Suma hluti er betra að geyma.
Geymslur fyrir dánarbúið, allt að
20% afsláttur. www.geymslur.is

**FYRIR
AÐSTOÐ
INNANLANDS**
gjofsemgefur.is
907 2002
Hjálparstarf
kirkjunnar

**GEFÐU
VATN**
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf
kirkjunnar

Tilkynningar

Borgarlínan
Kynning á skipulagslýsingu fyrir
Suðurlandsbraut - Laugaveg

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 10. nóvember 2021 var lög fram skipulagslýsing umhverfis- og skipulagssviðs, skipulagsfulltrúa dags. 10. nóvember 2021 vegna borgarlínu sem er í samræmi við samþykkt borgarráðs Reykjavíkur, dags. 18. nóvember 2021.
Skipulagssvæðis afmarkast af austurenda Suðurlandsbrautar við leikskólann Steinahlíð og Katrínartúni í vestri. Meginmarkmið með nýju deiliskipulagi er að tryggja greiðfærni borgarlínunnar og auka rými fyrir fjölbreytta ferðamáta.

Skipulagslýsingin verður aðgengileg á: <http://reykjavik.is/skipulag-i-kynningu>

Íbúar og hagsmunaaðilar eru hvattir til að kynna sér lýsinguna. Ábendingum og athugasemdum skal skilað skriflega til skipulagsfulltrúa Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík eða á netfangið skipulag@reykjavik.is, eigi síðar en 15. desember 2021. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.

Reykjavík 26. nóvember 2021
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, www.reykjavik.is

Úrbætur vegna umhverfistjóns

Fyrirmæli um úrbætur vegna umhverfistjóns á Hofsósi

Umhverfisstofnun hefur birt á heimasíðu sinni, fyrirmæli um úrbætur vegna umhverfistjóns af völdum bensínleka úr olíutanki N1 á Hofsósi, í samræmi við málsmeðferð 15. gr. laga nr. 55/2012 um umhverfisábyrgð.

Ákvörðun Umhverfisstofnunar um útgáfu fyrirmæla skv. 15. gr. laga nr. 55/2012 er kærð til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála innan átta vikna frá tilkynningu um ákvörðun.

Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu Umhverfisstofnunar, www.ust.is

intellecta.is

RÁÐNINGAR

intellecta