



FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

KYNNINGARBLAÐ

ÞRIÐJUDAGUR 24. janúar 2023



F.v. eru Karin Torbjörnsdóttir, Hrafnhildur Björnsdóttir og Martyn Parkes.

Ætla að lífga upp á dimman janúar

starri@frettabladid.is

Fyrstu tónleikar ársins í hádegis-tónleikaröðinni Kúnstþásu verða í hádeginu í dag, þriðjudag, í Hörpu. Í þessari tónleikaröð koma fram margir af þekktustu söngvurum þjóðarinnar, ásamt yngri söngvurum sem eru að kynna sig til leiks á óperusviðinu.

Í dag eru það söngkonurnar og frænkurnar Hrafnhildur Björnsdóttir og Karin Torbjörnsdóttir, ásamt píanóleikaranum Martyn Parkes, sem munu flytja nokkra þekktu dúetta auk þess sem nokkrar ariur fá að fylgja með, segir Hrafnhildur. „Tónleikarnir bera heitið Dúett dagsins og við munum bjóða upp á fjölbreytta og skemmtilega dagskrá þar sem meðal annars má heyra verk eftir Monteverdi, Mozart, Handel og Donizetti.“

Æfingar gengið vel

Hrafnhildur býr á Englandi en Karin býr í Tékklandi. „Ég ákvað því að heimsækja Manchester þar sem þau búa svo við gætum æft saman en æfingar hafa gengið mjög vel,“ segir Karin. „Markmið okkar er að kynna klassíska tónlist fyrir fólki og vonandi náum við aðeins að lífga upp á janúarmánudönn. Meðal klassískra dúetta verða verk sem gestir þekkja úr kvikmyndum og auglýsingum.“

Tónleikarnir verða haldnir í Norðurljósasal Hörpu og aðgangur er ókeypis. Nánar á harpa.is ■



Mynd: fb rúa r.

MYND/LET

Alla daga gegn kulda og sól

Apótek, Hagkaup og Fjarðarkaup
www.celsus.is

Elska þú að spila golf

Guðrún Brá Björgvinsdóttir, atvinnukylfingur úr Keili, er byrjuð að undirbúa sig fyrir komandi tímabil en eftir að hafa haft fullan keppnisrétt á LET-Evrópumótaröðinni frá árinu 2020 verður hún með takmarkaðan keppnisrétt í ár. **2**



Guðmundur Hilmarsson
gummi
@frettabladid.is

Guðrúnu tókst ekki að tryggja sér fullan keppnisrétt eftir að hún hafnaði í 42. sæti á lokaúrtökumótinu sem fram fór á La Manga á Spáni í síðasta mánuði. Hún hefur þurft að enda á meðal 20 efstu á móttinu til að halda keppnisrétti sínum en þar sem henni tókst það ekki verður hún með keppnisrétt í styrkleikaflokki 16 á LET-Evrópumótariðinni ár. Hún kemur til með að taka þátt í mörgum mótum á mótariðinni en ekki eins mörgum og þeir kylfingar sem náðu að enda í 20 efstu sætum. Guðrún varð fjórða íslenska konan til að komast inn í LET-mótariðina á eftir Ólöfu Mariu Jónsdóttur, Ólafíu Þórunni Kristinsdóttur og Valdísi Þóru Jónsdóttur.

Guðrún tók þátt í 16 mótum á LET-mótariðinni á síðasta ári. Besti árangur hennar var 27. sæti á móti í Ástralíu og 10. sæti í liðakeppni sem fram fór í Taílandi.

Fréttablaðið sló á þráðinn til Guðrúnar þar sem hún var stöð á Spáni að undirbúa heimferð en Guðrún var þar ásamt öðrum atvinnukylfingum frá Íslandi og landsliðshópi Gólf sambands Íslands við æfingar á Hacienda Del Alamo golfsvæðinu á Spáni.

Var svolítið upp og niður

„Í hreinskilni sagt þá segi ég nei,“ segir Guðrún þegar hún er spurð hvort hún sé ánægð með árangur sinn á síðasta tímabili. „Þetta var svolítið mikið upp og niður hjá mér. Það var margt gott sem ég gerði en annað sem var lélegt á móti. Það má því segja að þetta hafi verið sveiflukennt ár hjá mér,“ segir Guðrún, sem hefur í þriggja hampað Íslandsmeistarátitlinum í högguleik, 2018, 2019 og 2020.

Guðrún segir að hún hafi ætlað sér meira á tímabilinu en raun bar vitni. „Ég neita því ekki að ég ætlaði mér meira. Ég átti ágætu gengi að fagna til að byrja með en ég datt svo aðeins niður. En ég var ánægð með hvernig ég endaði tímabilið á lokamótinu sem gefur mér ágætis rétt fyrir þetta ár. Ég verð að sjá til hvernig þetta tímabil þróast og hvernig þetta kemur til með að spila fyrir mig. Það yrði frábært að ná að vinna sig upp listann með góðri frammistöðu í fyrstu mótum ársins og eiga þannig möguleika á að keppa á fleiri stærra mótum. Ég mun mæta tvífeld til leiks,“ segir Guðrún.

Þegar vel gengur opnast tækifæri

Guðrún stoppar stutt við á Íslandi en hún heldur utan í lok mánaðarins og tekur þátt í fyrsta móti í mótariðinni í Kenía 2. til 5. febrúar. Um markmið hennar á þessu ári segir Guðrún:

„Já, já, ég er alveg búin að setja mér markmið en þetta er svolítið



Guðrún Brá segist hafa ætlað sér meira á síðasta tímabili en raun bar vitni. Hún segir að árið í fyrra hafi verið sveiflukennt hjá sér.



Guðrún ásamt föður sínum Björgvini Sigurbergssyni sem er margfaldur Íslandsmeistari í golfi.

MYNDIR/LET

erfitt vegna óvissunnar um það hvaða mótum ég fæ að taka þátt í. Markmið mitt til að byrja með er að nýta vel þau tækifæri sem ég fæ án þess að setja einhverja pressu á mig sjálfa. Þegar vel gengur opnast alltaf einhver önnur tækifæri í hverju sem þú gerir.“

Nú ert þú búin að vera atvinnukylfingur frá árinu 2018. Hefur þetta verið erfitt?

„Þetta er heilt yfir náttúrulega algjört hark og stundum furðar maður sig á því hvað maður er að gera. Það góða sem stendur klárlega upp úr er að þetta er ótrúlega gaman. Ég elska það að spila golf og fá að gera það nánast á hverjum degi á hreint ótrúlegum stöðum með skemmtilegu fólki er algjör draumur,“ segir Guðrún.

Spurð hvernig henni gangi að ná endum saman fjárhagslega segir hún: „Ég er með alveg frábært bakland og það er fullt af fólki sem sýnir mér stuðning. Það er alltaf erfitt að fá pening og persónulega finnst mér erfitt að spyrja fólk um pening. Minn stærsti styrktaraðili er Forskot sem er afrekssjóður Gólf sambands Íslands. Án hans væri ég ekki á þeim stað sem ég er í dag og gæti í raun ekki verið að gera það sem ég er að gera. Ég er mjög þakklát fólkinu sem er að styrkja mig,“ segir Guðrún.

Getur þú einbeitt þér alfarið að golfinu eða þarft þú að vinna með því?

„Þegar ég er heima á Íslandi þá tek ég vaktir inni á milli í versluninni Kúnígúnd í Kringlunni og vinn þar í jólavertíðinni. Mér finnst frábært að gera allt annað en að spila og æfa golf og gott að geta fengið smá pening í vasann.“

Guðrún lauk stúdentsprófi við



Guðrún að undirbúa sig undir að púttu á móti í Svíþjóð.



Guðrún var útnefnd íþróttakona Hafnarfjarðar og hér er hún á verðlaunahátíðinni ásamt Rósu Guðbjartsdóttur bæjarstjóra og Antoni Sveini McKee, sem var valinn íþróttakarlf Hafnarfjarðar.

MYND/HAFNARFJARÐARÞÆR

Flensborgarskólann í Hafnarfirði og eftir það fór hún Bandaríkjana og kláraði BS í hreyfifræði. „Þetta tengist mikið íþróttum og er svona í áttina að sjúkrapjálfun. Ég hafði mjög gaman af þessu námi og ég get alveg séð það fyrir mér einhvern daginn að halda áfram á þessu sviði. Það hefur líka hjálpað mér sem íþróttamanni að læra þetta.“

Þabinn ekki lengur að þjálfu

Guðrún byrjaði snemma að munda golfkylfurnar en frá tíu ára aldri hefur hún stundað golfíþróttina. Faðir hennar, Björgvin Sigurbergsson, hefur verið hennar helsti þjálfari í gegnum tíðina. Björgvin var um árabil einn fremsti kylfingur landsins og varð fjórum sinnum Íslandsmeistari og hefur í fjölda ára sinnt golfkennslu.

„Þabbi hefur verið minn aðal-leiðbeinandi frá því ég var litil.

Hann hætti í golfþjálfun fyrir um þremur árum síðan en hann hélt áfram að vinna með mér. Í haust varð hins vegar breyting á og núna er ég að vinna með Nökkva Gunnarssyni.

Mér fannst kominn tími á breytingu og fyrst þabbi var búinn að draga sig út úr golfumhverfinu þá fannst mér ég þurfa að breyta til. Hann verður hins vegar alltaf til staðar fyrir mig en þjálfari minn í dag er Nökkvi.“

Guðrún var í síðasta mánuði krýnd íþróttakona Hafnarfjarðar og hreppti þann titil þriðja árið í röð.

„Það var mikill heiður og gott „pepp“ inn í nýja árið fyrir mig að hljóta þessa viðurkenningu. Ég vann í tvígang þessi verðlaun í Covid. Þá var ekki hægt að halda verðlaunahátíð en það tókst núna og það var mjög skemmtilegt að taka á móti verðlauninum í hátíðarstemningu.“ ■



Léttari liðir

Undraefni fyrir liði brjósk og bein

Einstök virkni **sæbjúnaextrakts** úr íslensku hafi

partur af lífinu

PROTIS

liðir

VERNDAR LIÐI, BEIN OG BRJÓSK

120 hylki

Íslenskt tækisvæðing

NORDIC NUTRITION

PROTIS

Fæst í helstu matvöruverslunum, apótekum og á www.protis.is

Allt er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundin ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgafandi: Torg ehf. Ábyrgðarmaður: Jón Þórisson

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 694 4103.

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Guðmundur Hilmarsson, gummi@frettabladid.is, s. 550 5766 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Starri Freyr Jónsson, starri@frettabladid.is, s. 550 5767 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordis@frettabladid.is, s. 550 5768

Öflugur & náttúrulegur flensubani

Mundu eftir þér á hverjum degi!

Inniheldur hreint engifer & c-vítamín

Kröftug blanda sem kemur þér í gegnum veturinn með bros á vör



ICEHERBS
NATURAL SUPPLEMENTS

Fæst í næsta apóteki, heilsuvöruverslun og öllum helstu stórvörumörkuðum.

Þjónusta

Málarar

MÁLARAR

Tökum að okkur alla almenna málningavinnu, við erum fagljærðir með mikla reynslu og sanggjarnir í verðum.
s. 782 4540 loggil.durmalari@gmail.com

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafll., pianófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsviðhald

FLÍSLAGNIR - MÚRVERK
- FLOTUN - SANDSPARSL -
MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Nudd

NUDD NUDD NUDD

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

Spádómar

SPÁMIÐILL ER BYRJUÐ AFTUR

• SPÁÍ Í SPIL OG KRISTALSKÚLU
MEÐ HJÁLP AÐ HANDAN
• HEILUN

ÞÓRA FRÁ BREKKUKOTI
S. 5574391



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

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



Gæða ungnautakjöt beint frá býli.
Minnst 1/8 úr skrokk. Hak, gúllas,
snitsel og steikur. www.myranaut.is
s. 868 7204

Heilsa

Heilsuvörur



Húsnæði

Geymsluhúsnæði

www.GEYMSLAEITT.IS
Sérgeymslur á mjög göðum
verðum. Frá 2-17 m². S: 564-6500

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Geymslur af öllum stærðum. Allt að
20% afsláttur. www.geymslur.is



Fasteignaleitin

Ný og öflug fasteignaleit

Finndu réttu eignina fyrir þig á frettabladid.is



Öflugur fasteignaleitarvefur með einföldu og notendavænu viðmóti sem býður upp á ítarlegar upplýsingar um fasteignir, þróun verðlags og fróðleik um fasteignamarkaðinn.

frettabladid.is

VIFTAN SKYNNJAR SKÍTALYKT

TILBOÐ:
32.401 KR.
VAR 38.119 KR.



VIFTUBÚÐIN
WWW.VIFTUR.IS

íshúsið

S: 566 6000 • Smiðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur