

Fragd & Fimi

- tað besta tú kanst bjóða tær sjálvum

www.fragdogfimi.com



VENJINGARTILBOD

Mars mánað einans



Bert galdandi í samband við 6 ella 12 mör. hald
12 mör hald úr 249,- um mánaðin

kr. **99,-**

3 mör.

Gjaldast kontant

kr. **999,-**

SPINNING

tíðirnar eru hesar:



MAN 17.00 Spinn 2 Susan	TÝS 18.00 Spinn 1 Tina	MIK 17.00 Blanda Jana
----------------------------------	---------------------------------	--------------------------------

Broytingar kunnu koma fyrri.
Sí www.fragdogfimi.com

Kostnaður um mánaðin

kr. **150,-**

PERSÓNLIKUR VENJARI



Fá nýggjan lívsstíl, við sunnum matvanum og rættari venjing, har venjarin bert tekur sær av TÆR tá TÚ hevur tíð.

Ring til Janu og hoyr nærri
á tel. 517100 / 317100 / 318819

SUN CITY



CHIP KORT:
Keyp chip kort og fá 25% í avsláttir.

Opið hvønn dag kl. 07.00 - 23.00
NÝGGJ RØR

8 min.

kr. **20,-**

KOSTÍSKOYTI



FRÁ DANUTRITION

Protein, kreatin o.a.

úr kr. **39,-**

UPPLATINGARTÍÐIR:

Mán - Mik - Frí	11.30 - 21.00
Týsdag og Hósdag	08.00 - 21.00
Leygardag	14.00 - 18.00
Sunnudag	14.00 - 18.00



Fragd & Fimi

Djóna í Geilsgøta 5 · 100 Tórshavn
Tel. 31 71 00 · 51 71 00
info@fragdogfimi.com
www.fragdogfimi.com

NÝTT SKEIÐ

PILATES & SLIMLIFT



VEKTKONTROLL

AEROBIC- INSTRUKTØR GUÐRUN MALENA HANSEN

er útbúgvinn Pilates-instruktør & Aerobic- instruktør og hevur undirvíst í Føroyum og í Danmark

Venjingar í Pilates, Slimlift og vekt kontrol verða í Leirvíkar skúla hvønn fríggjadag kl.18.30-19.30 - 3. mars (6 vikur fram)

hvønn leygardag kl.11.00-12.00 í Losjuni í Gøtu - 4. mars (6 vikur fram)

Klænka - tú fært ein sterkan og flatan bók.
- Styrkja vøddarnar - Læra teg at brúka kroppin rætt - Betra kropsburðin
- Betra smidleikan - Betra javnvágina - Fáa góða heilsu - Minkar um strongd

Øll eru vælkomin. Kostnaður 500 kr. pr. skeið
Hetta er fyrri allar aldursbólkar, ung sum eldri

Avmarkað luttøka, so tekna teg/tykkum skjótast tilber, fyrri at tryggja tær/tykkum pláss

Seinasta freist at gjalda fyrri skeiðið er 2. mars

Tekning á tel 44 21 66 / 27 31 64

Tú kanst eisini senda eitt sms á 27 31 64.

Ella á teldupost: pilates@kallnet.fo

Vit síggjast til ein sunnan lívsstíl

FAROE LAW

Faroe Law bjóðar heimligar og altjóða loysnir

Tosið við:

Eyðfinn Jacobsen
advokat

Jens Wang
advokatfulltrúa

Tróndargøta 19
P.O.Box 1218
FI-110 Tórshavn
tel 359 900 - fax 359 901
mobil 219 902 - 219 903
faroe-law@faroe-law.fo

www.faroe-law.fo

Handilslærlingur

Søkt verður eftir handilslæringi til HVS-handilin Hiti at byrja tann 20. mars 2006.

Vit kunnu bjóða:

Eitt spennandi starv, har viðkomandi kemur at royna seg innan vørukeyp, ger av tilboðum og sum heild vera ein partur av arbeiðinum at halda handilshølini snotulig. Gjøgnum lærutíðina kemur lærlingurin at nema sær eina breiða vitan um ventilatió, hitaanlegg og sanitet.

Uppgáurnar fevna um:

- Avgreiðslu av kundum
- Røkt av handlinum
- Bílegging av vøru
- Annað fyrifallandi arbeiði

Førleikakrøv

Lokið FHS- ella HH-prógv.

Umsókn við viðkomandi upplýsingum skal sendast til:

Sp/f Hiti

Stoffalág 33
Postsmoga 3285
110 Tórshavn

Umsóknin eigur at vera okkum í hendi í seinasta lagi 10. mars 2006.

Meira fæst at vita við at tosa við Áka Mortensen á tlf. 315008.

Hiti er ein nýggj HVS-fyrirøkta, sum lat upp tann 4. mai 2005. Í dag starvast 6 fólk á fyrirøkuni.



Altíð tað nýggjasta

www.sosialurin.fo

www.sosialurin.fo

www.sosialurin.fo

LEIGA AMBOÐ & MASKINUR



Kaj Andreassen & Co

BREKKUTÚN 7 · 188 HOYVÍK
TEL 31 56 00