Body Bike *nýtt skeið frá 22. okt. til 22. des.*

Mánadag	Týsdag	Mikudag	Hósdag	Leygardag
17.30-18.30 Fatburner Sanna	17.30-18.30 Byrjara Tina	18.00-19.00 Fatburner Anja	18.00-19.00 Byrjarar Tina	15.00-16.00 Weekendburner Jana/Anja
	18.30-19.30 Vand Jana			

Er sera gott fyri hjarta, lungu og feittforbrenning. Idielt til fótbóltspælarar ella um tú skalt á skiferiu o.l.

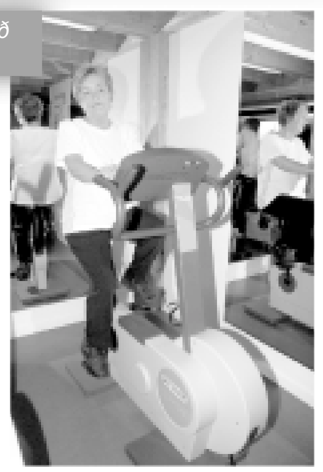
Kostnaður fyri alt skeiðið (fastar tíðir):		Kostnaður pr. ferð (ikki fastar tíðir):	
1x vikuna	kr. 380,-	1 ferð	kr. 50,-
2x vikuna	kr. 620,-	10 ferðir	kr. 400,-
3x vikuna	kr. 840,-	10 ferðir (limir)	kr. 295,-

Feløg, virkir o.l. kunnu bíleggja tímar við instruktøri fyri serpris
Ring og hoyr nærri

Nýtt klænkiskeið frá 22. okt.- 15.des.

Body Bike *mánadag kl. 18.30-19.30*
Styrkivenjing *mikudag kl. 18.30-20.00*

Kostnaður fyri alt skeiðið incl. 4 feitt testir, kostráð og vegleiðing kr. 899,-
Fyrsta feitttesting verður tikin í samband við tilmelding
Instruktørur er Jana E Thomsen


Jórun Lamhauge hevur gingið á klænkiskeið og mist 9 kg.

Tilmelding *ferð fram í Fragd & Fimi fríggjadagin 19/10 og leygardagin 20/10, báðar dagar millum kl. 14.00 og 17.00.*
Gjaldast *skal við tilmelding*

Fragd & Fimi
v/ Janu Thomsen, Dj. í Geilsgøta 5
FO-100 Tórshavn, Tlf. 31 71 00
E-mail: fragd@post.olivant.fo
Heimasíða: fragd.olivant.fo

UPPLATINGARTÍÐIR	
Má.-Mik.-Fr.	kl. 12.00-21.00
Tý.-Hó.	kl. 07.00-10.00 + 15.00-21.00
Leygardag	kl.14.00-17.00

Sosialurin - 31 18 20

Fragd & Fimi - tað besta tú kanst bjóða tær sjálvum

Undirvísingartilboð
veturin 2001/2002

Mánakvøld	kl. 19.00–22.00	**Hondarbeiði** v/ Lis Joensen, tlf. 443130
Mánakvøld	kl. 19.00–22.00	**Modelsmíð** (frítíðarvirksemi) v/ Ólavur Sjúrðarberg, tlf. 443192
Mikukvøld	kl. 19.00–22.30	**Teld á grundstigi** v/ Jákup M. Sólbjørg, tlf. 443273
Mikukvøld	kl. 19.00–22.00	**Ættargransking** v/ Kristian M. Eliassen, tlf. 443252
Mikudag	tíð eftir avtalu	**Gentukór** v/ Dánjal Eysturstein, tlf. 443204

Tilmelding hjá lærara í seinasta lagi 27. oktober. Undirvísingin byrjar í viku 45 treytað av nóg stórari luttøku og góðkenning frá myndugleikunum. Luttøkugjaldið er 300 kr.

Leirvíkar Kvøldskúli
Tlf. 443234

Til sølu
Góðir og brúktir bilar

BMW 316i 95
Rover 600 2,0 TD DIESEL 99
Fiat Punto 60S 99
Hyundai Accent 1,3SL 98
BMW 318 TDS DIESEL 95
Honda Accord 2,0 99
Mitsubishi Galant 2,5 V6 98

Bilarnir eru í sera goðum standi
Kunnu fíggjast við einans 20% útgjald.

Landsins lagaligasta brúktbilafígging
Opið leygardagin frá 11:00 til 15:00 · www.bilfridkan.fo
Bilfríðkan
Velbastaðvegur • 100-Tórshavn
Tel. 31 73 00 ella 21 73 00

Stórt tombola hjá H71 Stuðlum og grønir dagar á Torginum í SMS

Fríggjadagin 19. og leygardagin 20. oktober skipar stuðlafelagið hjá H71 fyri stórum tombola við nógvum góðum vinningum.

Kl. 11 og 14 fríggjadagin og kl. 13 leygardagin sigur Finnbogi Joensen frá um umhvørvismál og hjúnini Bláhamar sýna fram ENJO reingerðingar-amboð og klútar, ið gera reint uttan sápu.

Sosialurin
-tað loysir seg

SJÓ-FRAKT

SAFARI TRANSPORT
www.safari.fo
GREIÐA ALLAN FLUTNING & ØLL PAPPÍR
Tel. 32 22 22
Sosialurin - 311820

hygg & hoyr

Frá fríggjadegi 19. oktober til hósdagin 25. oktober

Føroyingar loysa - hvat sigur søgan?
- Sjúrður Skaale og Rolf Guttesen

"Føroyar hevur ongantíð samtykt at hoyra til nakað annað land, og Danmark ber seg at í hesum máli, sum hitt seinasta hjálandið í Europa."

"Nei, Føroyar og Danmark eru saman í einum góðum og gevandi felagsskapi, og Danmark hevur verið altavgerandi fyri, at Føroyar hevur ment seg til eitt nýmótans samfelag hesi 600 árini, Føroyar hevur verið ein partur av Danmark."

Tey politisku argumentini kenna vit frá tíðindunum. Men hvat eru tey søguligu argumentini fyri og ímóti, at Føroyar framvegis eru knýttar at Danmark? Teir báðir Sjúrður Skaale og Rolf Guttesen skifta orð um evnið í einari sending hjá DR sunnukvøldið.

Rangt og Rætt 1:8

Leygarkvøldið fer Sjónvarp Føroya undir at senda eitt nýtt umfar av undirhaldssendingini "Rangt & Rætt". Fyrstu ferð SvF hevði hesa vælumtóktu sendingina á skránni var fyri 10 árum síðani - og síðani aftur í 1993. Innihaldsliga er sendingin tó eitt sindur fjølbroyttari - sum nakað nýtt skulu tey eisini gita tónleikagátur og royna seg sum sangarar.

Í sendingunum kappast tvey lið við trimum luttakarum á hvørjum liði um at loysa orða- og tónleikagáturnar. Somuleiðis skulu tey gita heitið á "dulda lutinum". Talan er um ein ella tvinnar lutir, sum eru í einum kassa. Eitt umboð fyri hvørt liðið skal so - við at nerta við teir, uttan at síggja teir - siga okkum navnið á dulda lutinum.

Tað eru kendir menn, sum trína fram á skíggjan í sendingunum. Vertur er Leivur Hansen, liðskiparnir eru eisini teir somu, Jógvan Ósá og Kári Mouritsen. Og teir hava heitt á kend fólk at hjálpa sær. Og húsorkestrið er til staðar: Jens Marni Hansen og Kim Hansen.

Aftur til Múla

Gesturin

Okkara matstovur

Vesturleiðin til Vínlands (e)