

WOMAN

madame
GARO
Z
GRUPO ZEN

Nº 284 mayo 2016
3 € Canarias 3.15 €
woman.es

POP HOLLYWOOD

Amanda
SEYFRIED
Jared
LETO

& una lección de
elegancia con
Sofia
COPPOLA

SE ACERCA
EL VERANO
CLAVES
PARA LUCIR
PIERNAS

LANZAROTE
El paraíso
chic & cheap
a tres horas

215
accesorios
con mucho estilo

Mezcla
& Gana

CÓMO COMBINAR TONOS PASTEL, RAYAS,
ESTAMPADO ÉTNICO, FLORES...

EN PORTADA
Caroline
Winberg



belleza cuerpo

PIERNAS

FIRMES Y LIGERAS

Bien torneadas, suaves, tonificadas y con buen color. Sigue nuestra puesta a punto con las últimas novedades, trucos, dietas, cosméticos y consejos de expertos para lucirlas sin complejos. No es una batalla perdida.

POR MARTA BONILLA Y OLGA TARÍN





Eliminar las células muertas al menos una vez a la semana oxigena el tejido y previene la aparición de celulitis.

La piel del cuerpo TAN CUIDADA COMO EL ROSTRO

No nos cansaremos de decirlo: la exfoliación es un gesto beauty imprescindible para eliminar las células muertas, favorecer la circulación y ayudar a que los cosméticos penetren mejor. Hazlo una vez a la semana con un cosmético específico y cepilla a diario la piel bajo la ducha con un guante de crin. Las anticelulíticas son más efectivas si las aplicas por la mañana y por la noche con un masaje en dirección al corazón, de los tobillos hacia el abdomen. En las piernas basta con hacer un círculo con ambas manos e ir subiendo con un movimiento de presión ascendente y constante. Por último, embellece las en tiempo récord aplicando un autobronceador mediante un ligero masaje (con menor cantidad de producto en las rodillas). Los de última generación dejan un tono dorado muy natural.

ALIADOS COSMÉTICOS

REFRESCANTES AROMAS CÍTRICOS, CAFEÍNA DE ÚLTIMA GENERACIÓN E HIDRATANTES DE LARGA DURACIÓN PARA SACAR LA MEJOR VERSIÓN DE TU PIEL Y REGENERAR EN TIEMPO RÉCORD.



Celulitis. 1. Slim Design ELANCYL (37,41 €). Enrichido con el complejo de cafeína 3D, reduce los acúmulos de grasa rebelde. 2. Cure Minceur Express Body Slim, LIERAC (33,40 €). Gel con alta concentración de cafeína para zonas rebeldes. 3. Advanced Body Creator, SHISEIDO (79,50 €). Rompe, quema y evita la acumulación de grasas.



Antiedad. 1. Crema Revitalizing Supreme Global Anti-Aging, ESTÉE LAUDER (69 €). Revitaliza y nutre la piel. 2. Bálsamo Corporal Absolué Precious Cells, L'ORÉAL PARIS (139 €). Placentero y ultranutritivo, deja la piel suave, uniforme y luminosa.



Superhidratantes. 1. Crema Regeneradora NEO, BIODERMA (32,90 €). Repara con una gran concentración de activos 100% biológicos. 2. Leche Aqua-Gelée, BIODERMA (20 €). Textura fresca de absorción rápida y alta hidratación durante 24 horas.



Buen color. 1. Self Tan Beauty in Shower, LANCASTER (25 €). Se aplica bajo la ducha con un suave masaje, esperas un minuto y enjuagas. 2. Aceite autobronceante Marula SPF 50, VITA LIBERATA (39 €). De venta exclusiva en SEPHORA.