

COSMOPOLITAN

FORMATO Bag

Maggio 2016 € 2,20

È LA PRIMA VOLTA...

...con un nuovo boyfriend. Le mosse hot per godertela senza imbarazzo

KALEY CUOCO
TORNA ALLA GRANDE;

MOSTRA SUBITO I TUOI DIFETTI. TROVERAI L'AMORE

Sei bella!

103 IDEE BEAUTY DA PRO PER ESSERE UNA STAR IN TEMPI RECORD

REPORT
LA TUA AMICA FA LA BULLA SU FACEBOOK?

Capelli:
stili sexy
fai-da-te

È GIÀ ESTATE!

Abitini e accessori che urlano "comprami"

MESELE - POSTE ITALIANE SPA - SPED. IN ABB. POST. DL. 353/2003 CONV. IN L. 27/02/04 ART. 1, COMMA 1, PROMOZIONE ABBONAMENTO NEVR. IT € 2,20 - AUT. € 3,80 - BE. € 3,50 - F. € 4,00 - D. € 5,50 - LUX. € 3,50 - PTE CONT. € 3,50 - UK. £ 3,30 - E. € 3,50 - USA \$12,95 - CH. CHF. 4,50 - CH. CT. CHF. 4,20



TIRA FUORI LE CURVE

Niente ansia da prestazione per la prova costume! Impara a valorizzarti con i nostri consigli, usa i prodotti giusti con dedizione e il gioco è fatto

ESERCIZIO PASSIVO

Ok, gli squat sono un toccasana per gambe e glutei, ma anche la crema snellente a base di caffeina. In questo modo contrasti il rilassamento cutaneo e le adiposità localizzate.

ELASTICA A 360 GRADI

Non sarai mai una taglia 36 se porti la 44. Sei bellissima così! Piuttosto punta ad avere la pelle elastica massaggiando un olio che stimola la sintesi del collagene.

PRONTA PER I BELFIE

Ovvero i selfie del lato B. Tutte le star se li fanno e tu non sarai da meno quest'estate! Allenati con un trattamento ad effetto push up immediato. Unica regola: la costanza.

IDRATA E REIDRATA

Non c'è niente da fare, una pelle senza inestetismi parte di sicuro dal nutrimento. Abbonda con creme dermoprotettive e massaggia bene per farne penetrare gli attivi. **PROVA IL SIDE BOOB** Ovvero indossa una canotta dall'apertura molto ampia, in modo che si veda un po' di seno. Volume e riempimento li ottieni con un prodotto specifico. **VAI DI LIFTING** Utilizza i sieri che agiscono come una mano santa: sollevano e tonificano.



I TUOI ALLEATI 1. BodySlim Crema Rassodante, Euphidra (€ 24,50). 2. Olio Ricco Rassodante Elasticizzante, Collistar (€ 32,50). 3. Lato B Effetto Push Up Glutei, Iodase (€ 28,50). 4. Frutti di Bosco Delicacy Balsamo Dermolenitivo Corpo, Olos (nei centri di bellezza € 36). 5. Volumizzante Seno, Pupa (€ 40,50). 6. Trattamento Ultra Concentrato Zone Ribelli Clé Végétale Minceur, Yves Rocher (€ 29,95).

PASSA AL GOLDEN LOOK

Ora che la tua pelle è perfettamente levigata, idratata e rassodata sei pronta a ricevere il sole. Troppo presto dici? Naaa! Oggi i raggi solari sono a portata di spruzzo

METTI LO SCUDO

Sicuramente in parte dipende dall'area geografica in cui vivi, ma il sole, anche quando non lo percepisci (per esempio se hai la scrivania vicino alla finestra), danneggia l'epidermide. Ormai è ufficiale: una pelle protetta può arrivare a dimostrare 20 anni in meno di una non protetta (pazzesco, vero?). Quindi non sottovalutare i raggi Uva e Uvb. Usa una crema viso con Spf e, durante le gite fuori porta o i primi weekend al mare armati di crema con fattore protettivo e doposole.

RICORDATI DI SCRUBBARE

Prima, dopo e durante. Attenzione: parliamo di scrub leggeri che ti garantiscono di creare una base perfetta in vista delle vacanze. Mai prendere il

sole subito dopo un peeling o un trattamento estetico abrasivo. Importantissimo esfoliare la pelle prima, dopo e durante la fake tan. Non vorrai mica assomigliare a un dalmata poi?

VAI DI FAKE TAN

Se non vuoi ricorrere all'aerografo in salone, prova i nuovi spray autoabbronzanti tintarella istantanea. Sono no transfer e perfetti per le occasioni speciali.



I TUOI ALLEATI 1. Soleil Bronzer 50 SPF, Lancôme (€ 30). 2. Instant Sunless Spray, Australian Gold (€ 33). 3. The After Sun Enhancer, La Mer (€ 115). 4. Crème Protectrice Hale Sublime 30 SPF, Dior (€ 35). 5. Sapone del Mare Detergente e Scrub, Il Mare Addosso (€ 14). 6. La Medusa Rosa Sapone Morbido, Il Mare Addosso (€ 5).