

GLAMOUR

20
04

1,80 € DEUTSCHLAND
ÖSTERREICH 2,00 €
SCHWEIZ 3,50 SFR

WWW.GLAMOUR.DE 28.8.2004



Hollywood-Star
Catherine Zeta-Jones verrät:
Was Frauen verführerisch macht

MIT BACKSTAGE-REPORT!

Mode, die wir jetzt wollen!

112

Seiten extra:
Alle neuen Trends und Stylings

- * Wo die Models einkaufen * Top-Designer im Interview
- * Die Accessoires und Make-ups zu den Looks!

Plus: 27 Sex-Fragen

... die sonst keiner zu stellen wagt. Die mutigen Antworten ab S. 62

Wie oft und wo muss ich rubbeln?

Regelmäßiges Peeling tut der Haut gut. Aber Vorsicht: Manche Stellen muss man anders behandeln als andere



Duftet schön würzig: Körper-Peeling mit braunem Zucker, Vanille und Zitrone: „Cassonade“ von Payot, um 35 Euro

Oberarme/Ellenbogen: Weil sich vor allem am Ellenbogen immer wieder raue Hornhaut bildet, kann man hier ruhig kräftiger peelen. Am besten einmal in der Woche

Dekolleté: Statt Körperlieber Gesichtspeeling verwenden, es ist feinkörniger und schont daher die dünne, feine Haut. Nur alle 28 Tage, in diesem Rhythmus erneuert sich die Haut

Bauch und Po: Die Haut ist hier meist sowieso weich. Deshalb reicht ein straffendes Peeling alle zwei Wochen

Oberschenkel: Die Haut außen ist robust, die Innenseite zart, deshalb das Peeling mit Rasierschaum sanfter machen. Alle zwei Wochen reicht. Bei Besenreisern nicht peelen!

Füße: Es schadet nicht, die dicke Hornhaut alle paar Tage wegzurubbeln. Mit Fußpeeling oder einer Bürste

Schienbein: Für die dünne Haut Peeling mit doppelt so viel Rasierschaum mischen, damit es weicher wird. Einmal im Monat

Knie: Ruhig einmal wöchentlich und kräftig peelen, die Haut am Knie ist sehr dick und häufig rau



Bälle fangen, Kalorien verlieren

Sterntaler hat's vorgemacht: Man nehme ein Stück Stoff und fange damit. Bei dem neuen Sportspiel „beachflingo“ kommt das Werfen dazu: Mit einem trapezförmigen Tuch, das vor der Brust hängt, wird der Ball gespielt. Perfekt für Strand oder Park!

„Beachflingo“, um 15 Euro, unter www.beachflingo.de



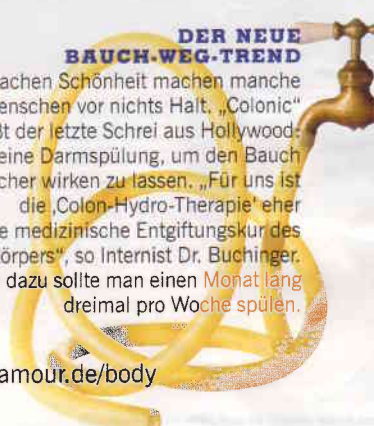
WELLNESS-LEXIKON Der Anti-Hunger-Duft

Das hört sich für Zwischendurchesser und Heißhungergefährdete viel versprechend an: Ein Mix aus 13 ätherischen Ölen („Aromaslim“, um 18 Euro, unter www.aromaslim.de) soll den Appetit vertreiben. Einfach dran schnuppern und schon ist man satt. Heißt es. GLAMOUR-Redakteurin Juliane Kellermann hat's getestet: „Der herbe Duft hemmt den Hunger wirklich – zumindest habe ich nicht wie sonst ständig genascht.“

Schnuppern statt Schokolade futtern: Das „Aromaslim“-Öl soll satt machen. Auf ein Taschentuch tupfen oder in eine Duftlampe geben

DER NEUE BAUCH-WEG-TREND

In Sachen Schönheit machen manche Menschen vor nichts Halt. „Colonic“ heißt der letzte Schrei aus Hollywood: eine Darmspülung, um den Bauch flacher wirken zu lassen. „Für uns ist die ‚Colon-Hydro-Therapie‘ eher eine medizinische Entgiftungskur des Körpers“, so Internist Dr. Buchinger. Und dazu sollte man einen Monat lang dreimal pro Woche spülen.



REDAKTION: JULIANE KELLERMANN; FACHLICHE BERATUNG: WELLNESS-EXPERTIN MERIT HOLLETSCHER, HOTEL „INSULANA“, HELGOLAND; FOTOS: MONDADORI/PICTURE PRESS, BUNELBERG/PICTURE PRESS; STILL-LIFES: MICHAEL THOMPSON (1); VIGNETTEN: STILLS ONLINE, ZEFA

auf **GLAMOUR.DE:** Mehr zum Thema Body – www.glamour.de/body