

# fitness

JUMPPAOHJAAJAN ULKONÄKÖPAINEEET

9/2008 | [www.fitness.fi](http://www.fitness.fi) | 5,95€

## Voi paremmin

Terveystärpit  
20-, 30- ja 40-  
vuotiaalle

Liikkeelle  
**tauon**  
jälkeen

## Miksi en laihdu?

Jojoilija, tunnesyöppö  
ja kotiäiti syynissä

TEA HIILLOSTEEN  
JUOKSUVILLITYS

## 30

MINUUTTIA  
SALILLA  
RIITTÄÄ!



ALOITA UUSI  
ULKOLAJI

Älä huijaa  
itseäsi  
kevyttuotteilla

## Tanssitaan!

» Katutanssien valiot  
» Makeimmat treeniasut

» RETKEILE POHJOISMAISSA | RINKAT JA VAELLUSKENGÄT TESTISSÄ

## Kokeile!

**Tigi S Factor Silky Smooth Moisture Serum**, 250 ml 31,50 e, antaa kiiltoa ja kosteuttaa samalla kun muotoilee kevyesti ja suojaa ulkoisilta haittatekijöiltä.



### TÄSMÄVINKKI

## Suosi naamioita

Tee kosteuttava naamio kerran viikossa. Levitä runsas kerros lähdevesiuutetta sisältävää **Biotherm Aquasource Emergency Hydration Mask** -naamiota, 32 e, kasvoille ja anna vaikuttaa 10 minuuttia. Pyyhi pois pumpulilla, älä huuhtele.



### TÄSMÄVINKKI

## Tehokuuri iholle

Kuuruilun aiheuttamat tehohoidot auttavat ihoa kestämään eri vuodenaikojen aiheuttamat rasitukset. **Matis Global Intensive Concentrate**, 4 x 5 ml:n pakkaus 84 e, on todellinen energian ja elinvoiman tiiviste. Tuote ravitsee ja rentouttaa ihoa ja tekee siitä sileän. Tee hoito neljä kertaa vuodessa kuukauden kuureina.



### TREENIN JÄLKEEN

## Virkistä mieli

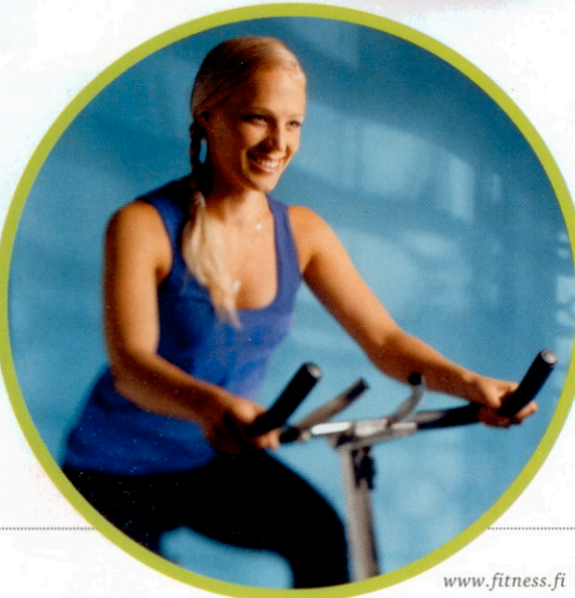
Juogan jälkeen pikainen herätys-suihku on paikallaan. Ihanan raikas ja ylellinen **Carthusia via Camerelle** -suihkugeeli, 250 ml 39 e, sisältää virkistävää sitruunaa ja appelsiinia sekä seetripuun aromia.



### TÄSMÄVINKKI

## Rauhoita punoitus

Hikoilun laajentamat verisuonet saavat kasvat punoittamaan, ja varsinkin kuivan ihon rauhoittuminen kestää kauan. Orgaanista pellavauutetta sisältävä **Lumene Sensitive Touch** -seerumi, 24,95 e, auttaa hetkessä.



KUVAN PYÖRÄ Body-Bike, Nordic Wellness Company Oy 020 7890 900  
VAATTEET Toppi Nike 0424 9231 ja housut Casall 0500 418 962