

Bazaar

Harper's

MAI 2016
harpersbazaar.de

45 HOLIDAY LOOKS

BOHO-KLEIDER
ATHLETIC ATTITUDE
ETHNO-STYLE

APULIEN:
DAS SEHNSUCHTSZIEL
DES FASHION-JETSETS

SCHÖN & SCHLAGFERTIG:
JULIANNE MOORE

SUMMER BEAUTY

NEUE TREATMENTS FÜR DEN BEACH-BODY
DER GROSSE NATURKOSMETIK-GUIDE
COMFORT-FOOD: FIT MIT BUTTER UND BRÜHE

DEUTSCHLAND 6€
ÖSTERREICH 6€ SCHWEIZ 10SFR



MASTERPLAN FÜR DEN BIKINI-BODY

Cindy Crawford schwört auf Trockenbürsten, Miranda Kerr greift zu Selbstbräuner, und Gigi Hadid geht boxen – mit dem Know-how der Stars halten wir uns täglich in Form. Und geben der Strandfigur einen Extra-Kick mit raffinierten Produkten und Treatments der Beauty-Experten

Text JULIE GORKOW

BAUCH & TAILLE

HOMEWORK Im April ist es höchste Zeit, die Körpermitte in Form zu bringen. Einerseits, um im Sommer nonchalant über den Strand zu flanieren, zum anderen, um die schönsten Kleider der Saison zu tragen. Die Modedesigner sehen uns mit Cut-outs rund um die Taille und in Shirts, die gerade bis zum Bauchnabel hinabreichen. Wer nicht mit straffen Konturen gesegnet ist oder den Winter eisern durchtrainiert hat, kann jetzt nachhelfen. Zum Beispiel mit hochkonzentrierten Bodyseren, die man vor einer straffenden Creme aufträgt. Die New Yorker Beauty-Unternehmerin Tracie Martyn hat ein Serum mit asiatischem Silberohrextrakt entwickelt, einer natürlichen Variante der Hyaluronsäure, die die Haut polstert und Dehnungstreifen mildert. Ebenso clever: maßgeschneiderte Körperpflege, zum Beispiel Maria Gallands Mosaik-Methode: Jede einzelne Körperzone wird untersucht, ihr

Hautzustand analysiert, dann wählt man das passende Bodyserum, das gut einmassiert werden muss. Dritte Methode ist die Trockenbürste, die dank Stars wie Cindy Crawford gerade in die Badezimmer zurückkehrt: „Ich massiere damit den ganzen Körper, bevor ich dusche oder bade“, verrät das Model. Die Bürste entfernt abgestorbene Hautzellen, regt Blutkreislauf und Lymphfluss an und öffnet die Poren. Diese können anschließend leichter Wirkstoffe aufnehmen. Tägliche Massagen an Bauch und Taille beleben das Lymphsystem, Matchatee, etwa von Oliveda, kurbelt durch die Kombination von Koffein und Catechinen den Stoffwechsel an.

PROFIARBEIT Nur die passende Kosmetik kann ihre volle Power entfalten, das gilt auch für Body-Treatments im Spa: So wird die Ölmixtur für Decléors Shaping-Massage *Aroma Blend* auf jede Kundin eigens abgestimmt, aus vier aromatherapeutischen Konzentraten und drei Ölen mit unterschiedlichen Duftakkorden, die die Stimmung heben. Wer einmal im Spa ist, sollte übrigens die Infrarotsauna nutzen, sie fördert die Durchblutung und aktiviert den Metabolismus.



TRACIE MARTYN Für mehr Elastizität: *Resculpting Body Serum*, um 105 €
MARIA GALLAND Rosa Pfeffer wirkt dem Fettaufbau entgegen: *Essence Minceur Sculptante*, um 10 €
OLIVEDA Tee mit Matcha und Limette: *Olivematcha Beauty Cleanser*, um 20 €

BRUST & ARME

HOMEWORK Das Dekolleté zählt zu unseren empfindlichsten Körperstellen, die Haut ist dort noch dünner als im Gesicht. Kein Wunder, dass diese Partie leicht an Spannkraft verliert und unter Trockenheit leidet, sei es durch Gewichtsschwankungen, zu wenig Sport oder Stillen. Die Münchner Dermatologin Sabine Zenker weiß, was dann hilft: „Eine Extraportion Power, zum Beispiel als Creme mit Vitamin-A-Säure. Die kann ein Hautarzt verschreiben.“ Wer sie morgens und abends regelmäßig anwendet, wird bald eine Verbesserung sehen.

Den meisten Fertigprodukten liegt eine Anleitung bei, die erklärt, wie's geht. Das Beauty-Label Sensai empfiehlt, beim Cremen ober- und unterhalb des Busens mit flacher Hand und sanftem Druck über den Körper zu streichen; dies regt das Lymphsystem an. „Wer Probleme mit Pigmentflecken hat, sollte nie Parfüm auf Hals und Dekolleté sprühen“, sagt Zenker. Ein viel belächelter, aber richtiger, wichtiger Rat bei Dekolletéfältchen:

„Schlafen Sie nicht auf der Seite. Sonst kommt der Einfluss der Schwerkraft am Busen und seiner Haut zum Tragen.“

Die Haut an den Armen ist relativ unkompliziert, hat jedoch einen Schwachpunkt: die Ellenbogen. Dort gibt es kaum Talgdrüsen, die sie geschmeidig halten würden. Deshalb sollte man sie mit einem grobkörnigen Peeling wie etwa Salzkristallen bearbeiten und anschließend dick eincremen. Intensive Pflege benötigen die Schultern, nicht zuletzt, weil in diesem Sommer schulterfreie Kleider und Blusen sowie Bandeau-Tops angesagt sind. Auch hier verlangt die Haut nach einem Peeling, das sie zart und aufnahmefähig macht für nährende Pflege. Unverzichtbar ist Sonnenschutz mit Lichtschutzfaktor 50, denn die Schultern sind wie unsere Nase der Sonne extrem ausgesetzt. Ein Hauch Puder kaschiert den Cremeglanz.

PROFIARBEIT Was gut fürs Gesicht ist, kann auch dem Dekolleté nur nützen, dachte sich ein amerikanischer Schönheitsexperte und entwickelte aus dem Vampir-Facelift das Vampir-Dekolleté-Lifting, bei dem der Kundin Eigenblut entnommen und das daraus

gewonnene Plasma wieder injiziert wird. „Diese Methode mildert Fältchen und macht die Haut ebenmäßiger“, erklärt der Münchner Hautarzt Timm Golüke. Eine sanftere Art, feine Linien zu mildern und die Haut zu verschönern, ist die Mikrodermabrasion, die die obere Hautschicht mit hauchfeinen Kristallen abschleift. „Am besten verwendet man dabei einen Diamantaufsatz und versorgt die Haut anschließend mit hochaktiven Seren.“

„In New Yorker
Fitness-Studios
trifft man Models
beim Boxtraining“

Gegen feine Linien unterm Kinn hilft der Nofretete-Lift, bei dem mit Fillern und Straffungen Konturen und Proportionen nach dem Ideal der ägyptischen Königin geschaffen werden. Dr. Christine Hoffmann, Dermatologin aus Wien, arbeitet am Hals am liebsten mit Botox. Ein Mittel gegen kleine Fettpölsterchen an den Oberarmen hat sie auch: „Da rate ich zum Cellulift und injiziere Wirkstoffe oberflächlich in das subkutane Fettgewebe. Sie helfen einerseits, kleine Pölsterchen abzubauen, andererseits straffen sie die Haut.“ Kombiniert mit regelmäßigen Unterdruckmassagen würden solche Injektionen wahre Wunder wirken, erklärt die Dermatologin.

Auch Models sind Profis in Sachen Beach-Body. In New Yorker Fitnessstudios trifft man sie in der Row Class, also beim Rudern in der Gruppe. Klassisches Training am Gerät wird kombiniert mit Workout- und Yoga-Übungen. Adriana Lima, Gigi Hadid und Candice Swanepoel definieren ihren Oberkörper beim Boxen. Der Mix aus Schlagtraining, Seilspringen, Laufen und leichtem Krafttraining sorgt schon nach wenigen Stunden für ein Wachstum von Bizeps und Trizeps und ist obendrein ein effektiver Kalorienkiller: Eine Viertelstunde Seilspringen verbrennt 200 Kalorien.

BIOThERm Gibt dem Dekolleté neue Spannkraft: *Super Bust Tense-In-Serum*, um 43 €
GUERLAIN Geraniextrakt fördert den Kollagenaufbau: *Orchidée Impériale Neck & Décolleté Cream*, um 328 €
SENSAI Definiert: *Throat and Bust Lifting Effect*, um 113 €

