

LE PROSSIME SARANNO LE PRIME VACANZE NELL'ERA DELLA NUOVA NORMALITA'. ISTRUZIONI PER L'ESTATE 2020

Con mascherine e distanziamenti anche sotto l'ombrellone. Restano, per fortuna, i fondamentali: capelli baciati dal sole, sport all'aria aperta e abbronzatura sana. Le

prossime saranno le vacanze della nuova normalità. Con mascherine e distanziamenti anche sotto l'ombrellone. Restano, per fortuna, i fondamentali: capelli baciati dal sole, sport all'aria aperta e abbronzatura sana. Istruzioni per l'estate 2020 In copertina: al

sicuro sotto il sole, difende dai raggi e dall'aging: Crema UV Viso Pelli Sensibili Spf 50 di Nivea Sun . Cappello Pasquale Bonfilio Styling: Micaela Sessa Ph.: Simon Upton

Hanno collaborato: Simone Fantuzzi e Marco Pilone Polli Make up: Peter Beard using Mac Cosmetics at The Artist Group Hair: Ko using Kevin Murphy product

@Viviennecreative Modella: Bridget Malcom @IMG Pubblicità - Continua a leggere di seguito Protezione con stile Trecce di giorno, onde di sera: è un trucco

per difendere lunghezze e punte dal sole e ottenere un look mosso al tramonto. L'importante è mettere al sicuro i capelli: protezione Uv e giusta idratazione sono

indispensabili. Sfruttate oli idratanti che creano uno strato superficiale e proteggono la cheratina. I raggi solari promuovono infatti, la produzione di vitamina D, che incoraggia la

nascita di nuovi follicoli, ma aggrediscono anche le squame del capello rendendolo vulnerabile. Obiettivo schiariture stile surfista: Shampoo Ristrutturante per Capelli Colorati, Colpi Di Sole e Meches di Keramine H

Fernacapelli "Bella Flower" di seta, Hermès Un "ponte" per glutei sodi Distese, braccia lungo i fianchi, gambe piegate, piedi a

terra e bacino sollevato senza inarcare la schiena. In estate è bene scegliere una depilazione superdelicata: ceretta a freddo Sugaring di Strep Shorts di cotone

sfrangiati, Isabel Marant Pubblicità - Continua a leggere di seguito Pubblicità - Continua a leggere di seguito Esercizi in equilibrio Non solo corsa, ma anche

slanci, flessioni e plank per mantenere la forma sulla battaglia: l'instabilità della sabbia comporta uno sforzo maggiore. «Per allenare la muscolatura addominale, paravertebrale e

i glutei iniziate posizionandovi a "quattro zampe", distendete una gamba e il braccio opposto, rimanendo in equilibrio toccate il ginocchio con la mano e ridistendete. Eseguite

10 movimenti per parte. Poi, a terra sugli avambracci, tenete il corpo proteso dietro, come una tavola. Mantenete la posizione 15/30 secondi», consiglia Elena Mauri, trainer Aspria

Harbour Club Milano. Per amplificare i benefici dell'attività fisica c'è una formula a base di estratto di caffè verde e un mix di oli essenziali: Caffè Verde Gel Tonificante Zone Critiche di Bottega Verde

Costume bicolor, Dolce&Gabbana . Occhiali a mascherina, Moncler Lunettes Solari antiage Anche il corpo ha bisogno di solari antiage, con

antiossidanti e filtro ad ampio spettro. L'abbronzatura splende grazie a Scrub Illuminante, trattamento esfoliante per il corpo da provare in alcuni centri QC Terme (info: qcterme.com

) che combina sali del Mar Morto, olio essenziale di limone e zenzero. Per proseguire a casa: Scrub ai Minerali di QC Terme Costume intero, Chanel Belle in maschera

«È la prima estate con la mascherina sul viso», dice la dermatologa **Magda Belmontesi**. «Quando la indossate proteggete con Spf 50 la fronte per non abbronzarvi in modo

disomogeneo. E alla sera e al mattino, dopo la detersione, applicate un velo di crema lenitiva per prevenire eventuali infiammazioni. Infine, a partire da subito, è utile assumere

integratori ad ampio spettro che contengono, oltre a betacarotene, vitamina A ed E, licopene, e polifenoli come la luteina, che aiuta a proteggere gli occhi: derivata dal

cavolfiore e attiva i processi di difesa dei pigmenti di melanina presenti nell'iride». Costume e bracciali, Hermès . Visiera, Paul Smith . Occhiali, Moncler Lunettes

Formulazioni sea friendly Scegliete solari, shampoo e docciaschiuma con formulazioni sea friendly, per un impatto zero sull'ambiente. A fine giornata, è utile

applicare un siero antirughe con acido ialuronico che ripara e rimpolpa la pelle di viso e collo: Hyalu B5 di La Roche Posay (in farmacia). Top, Zimmermann . Coulotte di seta, Hermès . Bangle, Giovanni Raspini Al tramonto Dopo una giornata al sole, bisogna scegliere formule che detergano senza aggredire e che nutrano in profondità riparando la pelle. «Gli stabilimenti balneari hanno spesso l'acqua molto calcarea», spiega la dermatologa Belmontesi. «Usate per la doccia prodotti a base oleosa che proteggono e compattano il film idrolipidico. A seguire, applicate il doposole. La sua funzione è quella di lenire e decongestionare, oltre che idratare la parte superficiale dell'epidermide. Questo permetterà alle zone più secche, come le gambe, di non inaridire troppo». Pantaloni, Jacob Cohèn . Collana, Carlo Zini Barbara Pellegrini Beauty Editor «Pretty is better than ugly» Helen Gurley Brown This content is created and maintained by a third party, and imported onto this page to help users provide their email addresses. You may be able to find more information about this and similar content at piano.io This commenting section is created and maintained by a third party, and imported onto this page. You may be able to find more information on their web site.

[LE PROSSIME SARANNO LE PRIME VACANZE NELL'ERA DELLA NUOVA NORMALITA'.
ISTRUZIONI PER L'ESTATE 2020]