



DE TOUTE BEAUTÉ

**Spécial
Minceur**

Min pla

C'est parti, la guerre aux kilos est déclarée! Et pour se faire un corps de bombe sans trop souffrir, on mise sur les nouveaux soins minceur 2011 à la maison ou en institut. Cet été, la bombe de la playa, c'est vous!

Je dégonfle!

>> LE PROBLÈME
Dépourvu de réseau de collagène, le ventre est la zone la plus fragile et la plus sujette aux rondeurs. Ses cellules graisseuses sont moins faciles à gommer que sur le reste du corps.

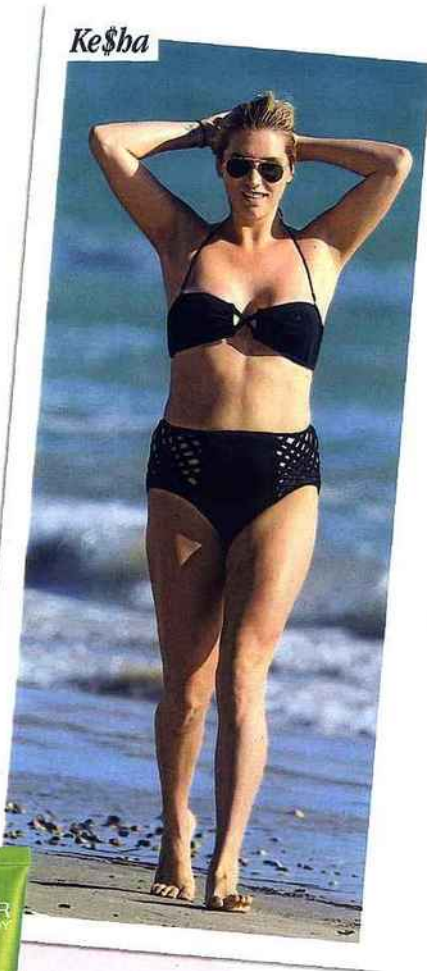
>> ACTION
Avant toute chose, évitez les sodas, les crudités ou de grignoter entre les repas. Optez pour des soins hyper concentrés qui vont agir directement sur les cellules graisseuses en les déstockant. Pour optimiser votre soin, effectuez un palper-rouler en partant de la taille jusqu'aux hanches.

>> LE BON SHOPPING
Un ventre plat, bien ferme et sans cellulite, c'est le pari réussi de ce nouveau soin minceur. **Celluli Laser Size Code, Biotherm. 42 €.**

Avec ces gélules, adieu sensations de ballonnement et d'inconfort, le ventre reste plat. **Variations du tour de taille, Ventre Plat, Terrafor. 13,90 €.**

Pour se faire une taille de guêpe, ce soin double action aide à réduire les rondeurs localisées et lisse les capitons. **Gel Amincissant Remodelant, Body Tonic, Garnier. 10,50 €.**

Ke\$ba



Kelly Brook



Je raffermis mes cuisses

>> LE PROBLÈME
Personne ne peut échapper à la cellulite! 90 % d'entre nous en ont (même les plus minces) contre 2 % des hommes. Résultat? Cet amas de graisse sous-cutanée donne à la peau un aspect capitonné, souvent sur les cuisses et les fesses.

>> ACTION
Combattez l'effet peau d'orange en réalisant des palpers-roulers associés à des soins riches en caféine pour stimuler la graisse, accélérer le déstockage et améliorer la texture cutanée.

>> LE BON SHOPPING
Adieu cellulite avec ce gel crème ultra frais qui zappe les capitons sans massage. **Gel Crème, Goodbye Cellulite, Nivea. 11,30 €.**

Un 2-en-1 ultra efficace pour ce nouveau soin qui s'attaque à notre cellulite et à la rétention d'eau. Résultat, vos jambes sont légères et la peau lissée. **Aqua Destock, Soins Amincissants Affinants, Vichy. 26 €.**

Grâce à son roller à double tête rotative, en 4 semaines, la texture de la peau et les contours de la silhouette sont modifiés et affinés. **Meso-Sculpt, Filorga. 129 €.**

Réalisation : Bénédicte Jegard



>> EN INSTITUT
Avec ce soin spécial "sensation de gonflement", quelques séances suffisent pour détoxifier et tonifier la peau grâce à un drainage lymphatique accompagné d'application de ventouses et de palper-rouler. **Massage Minceur, Thémaé, 1 heure. 96 €.**



>> EN INSTITUT
Pour gommer sa cellulite très vite, ce nouveau protocole agit sur deux fronts, la cellulite et la graisse installée grâce une machine qui reproduit le palper-rouler plus intensément. **TechniSPA, Double Effet Minceur, Mary Cohr. 45 min. 59 €.**



ceur : notre n d'attaque!



Alesha Dixon

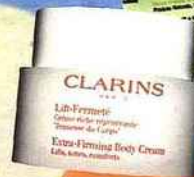
Web minceur

LE COACH MINCEUR
Déterminez votre profil minceur et accédez à un programme personnalisé pendant 14 jours sur www.monslimdataplus.com

ZÉRO COMPLEXE
Sur le site de Garnier, découvrez votre diagnostic minceur, votre IMC et la calculatrice "Calories" pour gommer les kilos superflus. www.garnier.fr

PERSONNAL MINCEUR
Sur www.monspécialk.fr, recevez des conseils personnalisés, échangez vos idées de recettes, motivez-vous avec les autres internautes et retrouvez votre ligne d'avant.

Kim Kardashian



Je tonifie mes fesses et mes bras

>> LE PROBLÈME
Avec les régimes yoyo, les grossesses, etc., la peau a tendance à se relâcher. Résultat, les fesses ou les bras sont moins toniques et c'est la cata!

>> ACTION
Raffermissiez ces zones en optant pour des soins tenseurs qui vont agir directement sur la structure de la peau. Pour vous sculpter des fesses bombées bien fermes, optez pour les escaliers plutôt que l'ascenseur en grimpaant sur la pointe des pieds.

>> LE BON SHOPPING
Avec ce sérum ultra puissant, à nous les fesses fermes et pulpeuses pour jouer les filles sexy. **Wonderfess, Méthode Jeanne Piaubert** 69,50 €.

Votre corps redemandera ce soin onctueux et super efficace. **Crème Riche Régénérante, Lift-fermeté, Clarins**, 50,70 €.

Huit huiles végétales pour cet élixir hydratant qui tonifie la silhouette. **Huile Spécifique, Happy Cosmetics**, 45 €.

