

fit LIVING

sundere, skønnere, sjovere

SLAP AF
NYD LIVET
6 KENDTE
KVINDERS
BEDSTE TIPS

44
SPORTY
JULEGAVER
DU VIL ELSKE

Lækker
JULEBRUNCH
MED VENINDERNE

BOOST DIN FORM

Bliv klar til
vinterløb

TEST DIG SELV

ARVER DU
MORS GENER?
+ mød 3 x mor & datter

„Kærlighed har
gjort mig klog“
Joan Ørting

GUIDE

styrk din sundhed

De 35 bedste råd om
kost, motion og psyke!

6 RETTER MED
MASSER AF
VITAMINER

REJSE

SUND
WEEKEND
I LONDON



MOTION: FÅ MERE UD AF DIN TRÆNING • FIT TESTER: VINTERBADNING. GYS! •
SKØN: SMUK HUD • YOGA: UNDGA PMS-SMERTER • SUND LIVSSTIL: CAMILLA MARTIN

Nr. 12 • 11.11. > 28.12.2010 • Pris 54,95 kr.



UBD
04036

5 7034 18 04036 1 1 2

SPECIALPRODUKTER

– ekstra pleje til din kavalergang

NIGHT SERUM, Restylane, 425 kr. Serum med hyaluronsyre, antioxidanter og retinol, der er ekstra effektivt mod rynker og alderspletter.

FIT'S FAVORIT

Jurlique

Herbal Recovery Neck Serum

Et 30ml, 1.014 oz

HERBAL RECOVERY NECK SERUM, Jurlique, 605 kr. Indeholder fugtgivende og cellestærkende peptider, planteolier og hyld (fra blomsten) mod over-pigmentering.

DÉCOLLETÉ LASER, Biotherm, 395 kr. Med ingredienser, der virker genopbyggende på collagenet, og hyaluronsyre, der pumper huden fuld af fugt, udglatter og forynger kavalergangen. Har også SPF 15.

BIOThERM

DÉCOLLETÉ LASER™

skin correcteur anti-âge
des décolletés

SÉRUM DÉCOLLETÉ, AnneMarie Borlind, 600 kr. Den lette konsistens sørger for, at huden er fugtet og blød. Aktive ingredienser som E-vitamin, havalger og hyaluronsyre, der plejer, opstrammer og udglatter.

ANNEMARIE BORLIND
NATURAL BEAUTY

system
absolute

Serum Biothe
Décolleté
Serum Décolleté

50 ml / 1.69 fl. oz.

BOOB TUBE, Mama Mio, 299 kr. Du behøver ikke være gravid eller amme for at bruge en af de internationale bestsellers udi kavalergangspleje fra 'mor-mærket' Mama Mio.

mama mio
sincare for supermamas

Serum
Boob Tube
Avocado Oil,
Shea Butter and CoQ10
soulten-gorge

for today's supermama
soft gravity
sin north, not south

RÉNERGIE MORPHOLIFT R.A.R.E COU, L'Oréal Paris, 695 kr. Cremen hæver og ophæver tyngdekraften ved hjælp af en særlig formel med proteiner og løftende nanopartikler.

CENTELLA, LIFTING BUSTE, Yves Rocher, 139 kr. Masser den på kavalergang og hals morgen og aften – eller brug den som intensiv kur i 30 minutter.

YVES ROCHER

CENTELLA
CENTELLA



LIFTING BUSTE
LIFTING BUSTE

e 100 ml
CORPS-BODY

Husk sportsbh'en! Tyngdekraften er en af de store syndere, når det kommer til ældning af huden på brystet. Og især løbere skal tænke sig om. En undersøgelse viser, at dine bryster uanset skålstørrelse bevæger sig op til 21 cm op og ned, hvis du løber uden bh, og det går ud over elasticiteten i vævet og fastheden af dine bryster. Løsningen er en god sportsbh, der kan mindske hopperiet med op til 78 pct.