

GIOIA/happyfeet

Un trucco per eliminare le imperfezioni? **Usare la lima o il leviga talloni sulla pelle asciutta.** Poi pediluvio in **acqua tiepida** per 20 minuti



Trattamenti in spa

I rituali di benessere sono rinfrescanti e fruttati, come il peeling con schiuma di sapone alla mela, super efficace per le proprietà anti-aging di questo frutto.

Lo propongono alle Terme Merano, col pacchetto pedicure deluxe, che include un impacco e un massaggio nutriente (termemerano.it). Piedi stressati dai tacchi? Infilali nelle pantofole con erbe alpine, che donano relax e leggerezza.

Puoi provarle nei Vitalpina Hotels Alto Adige/Südtirol (vitalpina.info). Per eliminare i gonfiori, alla spa del Four Season Hotel Milano (fourseasons.com/it/milan/spa), dopo un bagno a base di polifenoli bio, mandorle dolci e olio di vinaccioli, viene fatto uno scrub e un impacco astringente all'albume d'uovo, infine un massaggio. Vuoi riattivare la circolazione? Alle Terme Luigiane, in Calabria, (termeluigiane.it) si cammina su ciottoli del mar Tirreno in vasche di acqua calda e fredda, con getti di idromassaggio, per finire con maschere al fango e alghe bianche, ricche di vitamine e proteine. Per un cambio smalto last minute, a Milano c'è Pinky nail on the road, un furgoncino rosa che ti raggiunge ovunque (info: tel. 328/923 6468).

CREME & SCRUB

A destra, Crème de Gommage, Le Couvent des Minimes (€ 15).

1. Scrub
 Sparkle Skin, Clinique (€ 30,50).

2. Al melograno
 Crema Idratante, Foot Works, Avon (€ 8,70).

3. Con calendula
 Balsamo Piedi, Mediterranea (€ 8,50).

4. Relax Crema Riposante, L'Erbolario (€ 15).

5. Alla lavanda
 Balsamo Nutriente, Olos (€ 17).

6. Alla madreperla
 Crema Esfoliante, Everyrays (€ 8,90).

7. Al miele
 Crème Pieds Ultra Réconfortante, Nuxe (€ 14,50).

8. Effetto Ice
 Gel antifatica, Podovis (€ 4,39).

