



PODOVIS - Piedi - trattamento

ITALIA - MEDIAMOND S.P.A. - TU STYLE - 30-MAG-16 - Pag.: 102

Dai sollievo ai piedi

Dopo aver corso, saltellato, macinato chilometri il minimo che tu possa fare è dare sollievo alle estremità. Ma anche prima di iniziare ad allenarti ci sono prodotti che possono migliorare il benessere dei piedi: come patch anti-vesciche e formule (subito asciutte) anti-odore e rinfrescanti.



1. Stick Antivesciche, **Compeed**, € 7,90. 2. Applicalo dalla punta delle dita risalendo lungo la pianta del piede, poi dalle caviglie verso i polpacci: Gel Anti-Fatica Effetto Ice, **Podovis**, € 4,39. 3. A base di alghe rosse del pacifico, mentolo rinfrescante e ippocastano: Crema Riposante Piedi e Gambe, **L'Erbolario**, € 12. 4. Gesto coccola dal profumo gourmand, proprio come in Spa: Foot Works Pediluvio Rilassante al melograno e cioccolato, **Avon**, € 8,70.

Zero effetto panda

Il make-up che cola non si può proprio vedere! Se non hai usato formule waterproof che resistono anche al sudore, prima di iniziare ad allenarti struccati. Ti basta un minuto per rimuovere ogni traccia di trucco usando salviettine usa e getta (la scelta più leggera da mettere nel borsone da palestra). Se invece sei stata previdente e hai usato formule a lunga durata, rimuovi il make-up sotto il getto della doccia con le nuove specialità, che lasciano viso e occhi perfettamente detersi.



1. Comodissimo e rapido, massaggi e risciacqui: Struccante Viso e Occhi Sotto la Doccia Pelli Sensibili, **Nivea**, € 4,99. 2. Strucca e purifica la pelle in un solo gesto: Biosource Total Renew Oil, **Biotherm**, € 33,70. 3. Efficaci, anche come "calmanti", con il 95% di attivi di origine naturale bio: Salviette Struccanti Delicate Viso, Occhi e Labbra, **Geomar**, € 2,65.

Disseta la pelle

Di fontanelle neanche l'ombra? Portati l'acqua direttamente da casa! Potresti riempire un flacone vaporizzatore (in vendita trovi anche i formati mini taglia) con quella di rubinetto. Oppure, meglio ancora, acquistare una brume termale: non solo ti rinfresca e reidrata la pelle, ma ha anche un'azione lenitiva e anti-rossori. Vaporizzala generosamente su viso, collo e su tutte le zone del corpo scoperte: si distribuisce in modo uniforme e non cola.



1. Forte di una straordinaria concentrazione di minerali (ben 17!) protegge e fortifica: Eau Thermale, **Vichy**, € 8. 2. Quando non ti alleni puoi usarla anche per fissare il make-up: Eau Thermale Peaux Sensibles, **La Roche-Posay**, da € 9. 3. Nella formula rientrano anche filtri solari e vitamina PP ed estratto di seme di mela per fissare l'idratazione: Hydrabio Eau De Soins Spf 30, **Bioderma**, € 11,90.

Concludi in bellezza

Muscoli affaticati e pelle che tira dopo la doccia? Un massaggio con il prodotto giusto risolve tutto. Punta su texture morbide ma non unte, che si prestano per un massaggio veloce e arricchite da attivi idratanti e balsamici che cancellano la sensazione di stanchezza.



1. Efficace in caso di infiammazioni e dolori muscolari: Muscles Active Body Oil, **Elemis**, € 43 (www.elemisitalia.it). 2. Con essenze balsamiche e oli nutrienti, dona sollievo e benessere: I Botanici di BV Eucalipto e Timo Crema, **Bottega Verde**, € 15,99. 3. Oli vegetali e vitamine per un effetto lift: Fluido Idratante Elasticizzante, **Pupa**, € 19,50. 4. Profumo delicato e fresco che rigenera pelle e corpo: Body Acqua Rilassante Profumata, **Nuxe**, € 28,90.