

**BICI** AVVENTURE IN MOUNTAIN BIKE SU 12 SENTIERI SELVAGGI

# FORME

diretto da Andrea Biavardi

2,50 IN ITALIA

SPECIALE ESTATE

## IN FORMA PER LA SPIAGGIA

**16** Facili esercizi:  
non servono gli attrezzi

**SALUTE**  
**PRENDI IL SOLE COSÌ E...**  
*"Porta a casa la pelle"*

**ALIMENTAZIONE**  
**MANZO E POLLO**  
8 ricette antigrasso

**SESSO E COPPIA**  
**OSA CON LE POSIZIONI DEL KAMASUTRA**

**FINALMENTE VACANZE!**

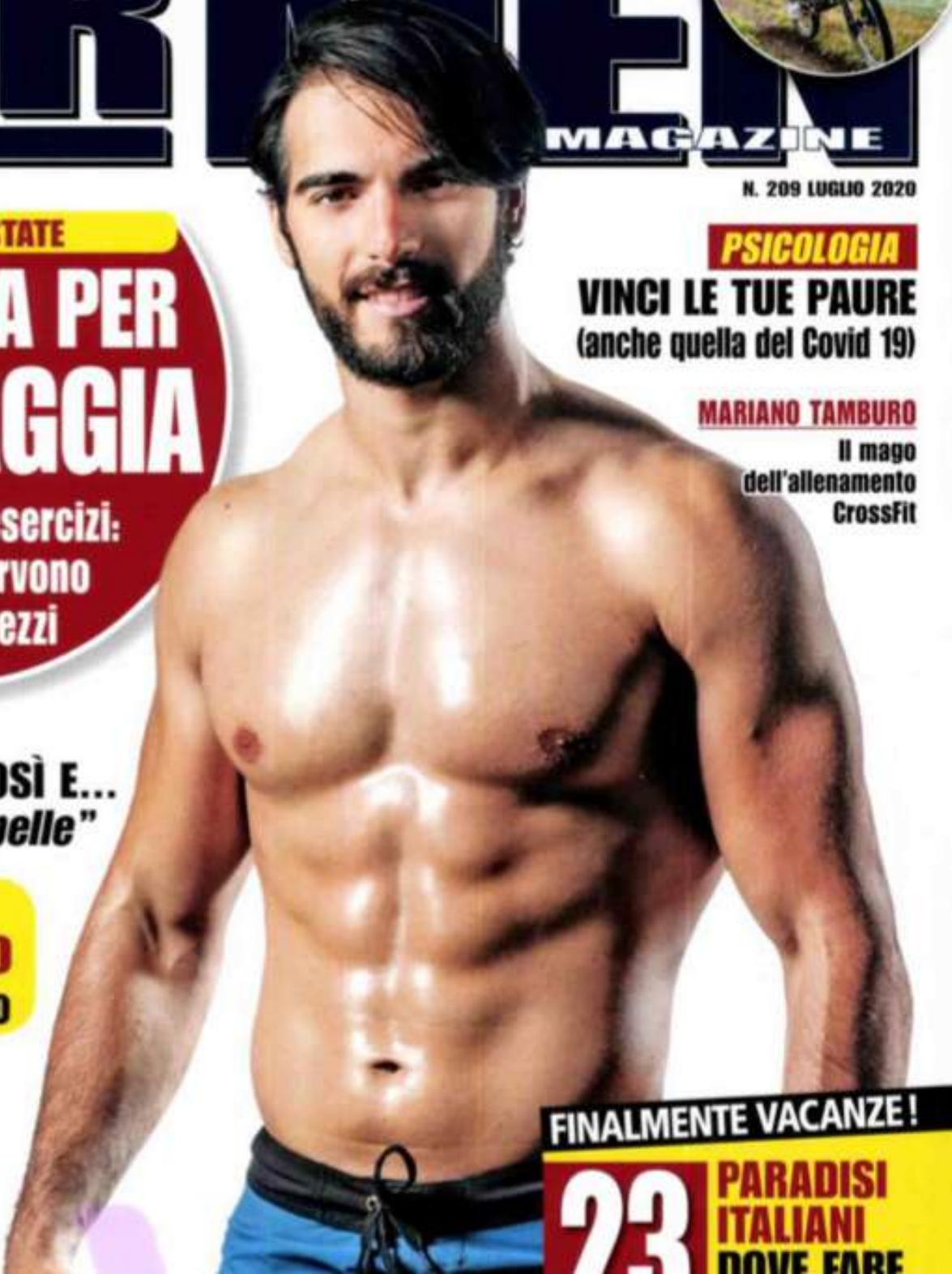
**23 PARADISI ITALIANI DOVE FARE**

**PSICOLOGIA**  
**VINCI LE TUE PAURE**  
(anche quella del Covid 19)

**MARIANO TAMBURU**  
Il mago  
dell'allenamento  
CrossFit



N. 209 LUGLIO 2020



# **AL SOLE**

senza sorprese

Per evitare di fare la fine di un gamberetto alla piastra scegli una protezione mirata per il viso, il corpo e le zone più sensibili in base alla tua tipologia di pelle e al tipo di attività sportiva che svolgi all'aperto. Alla sera, ripara la pelle con i prodotti migliori per lenirla, rinfrescarla e idratarla a fondo.

**PROTEZIONE TOTALE**

## PER IL CORPO

► ЕФЕКТО МЕНІНГ

Il comfort della texture in schiuma si sposa con la sicurezza dei filtri solari contro il fotoinvecchiamento e con un'idratazione intensa: è la Mousse Abbronzante Nutriente SPF 30 di Collistar (31 euro).

▼ A PROVA DI SPORTIVO

Pensata per il fitness e per le attività all’aperto la lozione ISLAND SPORT SUN PROTECTION LOTION SPF 30 ha una formulazione ultraleggera e traspirante resistente all’acqua, **Hawaiian Tropic** (15,90 euro).



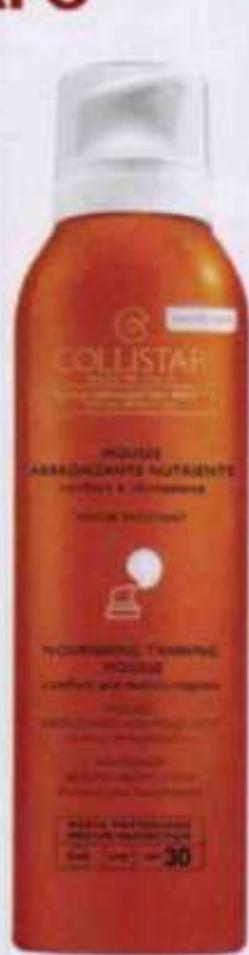
## ▲ PROTEZIONE UNIFORME

Resiste all'acqua, alla sabbia e al sudore. **Anthelios Solaire Invisissimo Corpo SPF 30**, dalla texture leggera non untuosa che rimane invisibile ma ultra resistente sulla pelle, **La Roche-Posay** (25,50 euro).



► SPRAY AND GO!

**SPRAY AND GO.**  
Massima praticità d'uso per DEFENCE SUN SPRAY TRANSPARENT TOUCH SPF 30 con lo speciale sistema di erogazione a 360°. Resistente all'acqua, ha una texture trasparente e non appiccicosa, Bionike (25 euro).



► ORA STAI FRESCO!

La formulazione in acqua estremamente leggera non sacrifica una protezione totale dai raggi UVB, UVA, Infrarossi e Luce Visibile: è Sun Protective Water SPF 50 dall'effetto rinfrescante di Lancaster (33 euro).



## PER IL VISO

EISENBERG PARIS



SUBUME TAN

SOLAIRE VISAGE  
ANTIRIDES VISAGESPF 30 PA+++ UVB  
HAUTE PROTECTION HIGH PROTECTION  
TINTÉ MÉDIALE

### ◀ PROTEGGE E RIGENERA

Con estratto di edelweis dall'azione antiradicalica e di bisabololo dall'effetto antinfiammatorio Sublime Tan Solaire Anti-Age Visage SPF30 mantiene l'idratazione al top. Eisenberg Paris (36 euro).

KORFF

Sun Secret AIR

SPF 50+

TINTÉ MÉDIALE

### ◀ ASCUGATURA RAPIDA

Tocco asciutto e assorbimento immediato per Sun Secret Air Fluido Ultralight. Avana SPF 50+ con filtri UVB e UVA, vitamina E antiossidante e estratto d'anguria idratante. Di Korff (28 euro).



### ► UN'AZIONE MIRATA

E' perfetto per pelli molto chiare e intolleranti al sole e per le aree più esposte. L'emulsione leggera Bariesun Fluido Protettivo Estremo SPF50+ dalla texture asciutta e invisibile. di Uriage (21,90 euro).



### ▲ UNA SCHIUMA MULTITASKING

Arricchita con vitamina C e E, acido ialuronico e collagene Sunscreen Daily UV Face Mousse previene il fotoinvecchiamento e le macchie di iperpigmentazione e protegge anche dall'inquinamento. Evy (22 euro).

### ► DIFENDITI IN CORSA...

Grazie alla tecnologia Wet-Skin che consente di applicarlo sulla pelle bagnata senza alterarne le proprietà il fotoprotettore Fusion Water SPF 50 è perfetto per tutte le attività all'aria aperta. di Isdin (23,90 euro).

FOTOPROTECTOR  
**ISDIN**  
FusionWater

5★  
DAILY  
PROTECTION

SAFE-EYE TECH™



► SPECIFICHE ESIGENZE

Formulata per il trattamento di pelli grasse a tendenza acneica Sun System Acne. Oclus Fotoprotettiva SPF 50+ protegge dai raggi solari e ha un'azione seboregolatrice opacizzante. Rilastil (22,90 euro).

## Gli specialisti



### ◀ UN VELO PROTETTIVO

Ha una texture in gel solido completamente trasparente. Il Sole Stick Protettivo Tatouage SPF 50+ con vitamina E e ceramidi da stendere come copertura sui tatuaggi senza lasciare traccia. Arval (29 euro).



### ► FORMATO TASCABILE

Copre le zone fragili esposte come naso, orecchie e fronte e quelle indotte come tatuaggi o cicatrici. Protect X-Trem Stick Invisi SPF 50+ da portare con sé ovunque. A-Derma (14,90 euro).



### ◀ STAI SULLA DIFENSIVA!

Pratico da applicare e perfetto per gli sportivi lo Snoc Zone Sensitive SPF 50+ resiste all'acqua e al sudore e è specifico per le zone sensibili come naso, orecchie e eventuali cicatrici. Di Avène (14,90 euro).