

AVVENTURA LANCIATI NEL TREKKING: 18 ITINERARI IMPERDIBILI

FOR MEN

diretto da Andrea Bivardi



€ 2,50 in più

N. 210 AGOSTO 2020

SPECIALE VACANZE

UN FISICO COSÌ IN META TEMPO

*Bastano
15 minuti
al giorno!*

SESSO & COPPIA Seducila
così in spiaggia: il manuale

PSICOLOGIA Batti
lo stress da code,
mascherina e... suocera!

ALIMENTAZIONE La dieta
dell'estate: i segreti
di una grigliata perfetta

IN REGALO

**QUIZ, TEST, GIOCHI
DA FARE SOTTO
L'OMBRELLONE**

**ANDREA
DENVER**
Il "bello"
dell'ultimo
**GRANDE
FRATELLO
VIP**

BICI



FAI BEI TUFFI!

▼ ENERGIA MEDITERRANEA

È una brezza ristoratrice che si unisce al sentore dell'aria iodata del mare la fragranza fresca e vitale dello *Shampoo Doccia Vivificante della linea Vento '1 Mare* di **Cosmesi Siciliana** (14 euro).



► LENISCE E PROTEGGE

Deterge a fondo rispettando l'equilibrio cutaneo, idrata e aiuta a alleviare la pelle secca tendente al prurito **Germisdin Gel Detergente Senza Sapone con Aloe Vera** con agenti antisettici, di **Isdin** (11,90 euro).



▲ GOLOSA FRESCHEZZA

Ha un effetto energizzante e rinfrescante, grazie al tocco di menta e eucalipto, l'invitante fragranza vitale e gourmand di **Piùto Rain & Douce Lait e Menta** dalla texture vellutata, **RNC 1838** (17,50 euro).

► PER ECO-RESPONSABILI

Un flacone compatto per 40 docce grazie al tappo dosatore che permette di erogare la giusta quantità di prodotto per ogni lavaggio: è il **Gel Doccia Concentrato all'Olive** di **Yves Rocher** (3,95 euro).



Spa News IN SALENTO PER UN ESCLUSIVO

Un'imponente fortezza medievale che spiega tutta la propria maestosità all'interno del suggestivo borgo di Minervino in Lecce, nel Salento orientale: è questo il mondo antico, rivisto e corretto in chiave deluxe, in cui vi troverete catapultati soggiornando nella dimora storica di **Palazzo Ducale Venturi Luxury Relais & Wellness Cinque Stelle Lusso**. Per un'esperienza di vero benessere da consumare tra la piscina esterna di acqua salata e la piscina sotterranea con idromassaggio ricavata da un antico frantoio e nell'area wellness posizionata nell'antica armeria che vanta un'ampia scelta di trattamenti, da quelli tradizionali a quelli più "esotici", compresa la crioterapia. Da provare il **Bambuco Massage**, effettuato con canne di bambù, che regala uno stato totale di consapevolezza del proprio io fisico e emotivo (45 minuti, 100 euro). Interessante il pacchetto **Moments di Lusso e Relax** che prevede un pernottamento in mezza pensione, l'accesso giornaliero alla SPA e un trattamento a scelta tra un massaggio di coppia di 30 minuti o una seduta di crioterapia a partire da 440 euro. **Info: 0836 818717, palazzoducalventuri.com**

ATTENTI A QUELLE DUE!

▶ TRATTAMENTO INTENSIVO

Grazie alla sua formula ricca di vitamina E, glicerina e cheratina la Crema Mani Concentrata di Prep aiuta a lenire la pelle irritata, secca e screpolata rinforzando anche le unghie (2,90 euro).



◀ LEZIONI DI RECUPERO

Contrasta l'indebolimento della cute dovuto ai continui lavaggi delle mani e crea una barriera protettiva sulla pelle. Ecopure Crema Mani Riparatrice con Antisettico, di Monotheme (8 euro).



▶ TECNOLOGIA AVANZATA

Con estratto di peonia bianca e vitamina E (potenti antiossidanti che proteggono la pelle) e grazie alle proprietà nutrienti del miele The Hand Treatment ripara la pelle disidratata, Augustinus Bader (40 euro).



◀ UN FRESCO PROFUMO

Perfetta per lenire e calmare la pelle la crema corpo Never Spring Body Lotion, ricca di antiossidanti e vitamine, contiene solo ingredienti naturali e si assorbe rapidamente. Di Björk & Berries (32 euro).



▶ RESTA ELASTICO!

Ha una texture fondente piacevole da spalmare e appena profumata Body Concept Hydrasource Latte Corpo che disseta la pelle mantenendola elastica e morbida, Bioline Jato (40 euro).

▼ EFFICACE DELICATEZZA

A base di estratto di camomilla biologica dalla potente azione lenitiva e di olio di mandorla biologico dal forte potere antiossidante, Body Cream di Ecooking può essere usato da tutta la famiglia (25 euro).

