

**BICI PIOVE, NEVICA? 3 ALLENAMENTI SUI RULLI PER TUTTI**



# FOR MEN MAGAZINE

diretta da Andrea Bionardi

€ 2,50 (in regalo)

N. 227 GENNAIO 2022

## SPECIALE FITNESS

# IL TUO CORPO NUOVO PER IL 2022

IL SUPER PROGRAMMA  
COMPLETO PER 12 MESI

**6** PERSONAL TRAINER  
AL TUO SERVIZIO

## LAVORO

PORTA I BENEFICI  
DELLO SMART  
WORKING IN UFFICIO

## SALUTE

**8** RIMEDI NATURALI  
CONTRO L'INFLUENZA

LA PIÙ BELLA DEL MESE

**Valentina  
Ciani**

LA SOSIA  
ITALIANA  
DI BELEN



## SESSO & COPPIA

4 TIPI DI DONNE  
DA CUI DEVI STARE  
LONTANO... SEMPRE!

## GADGET

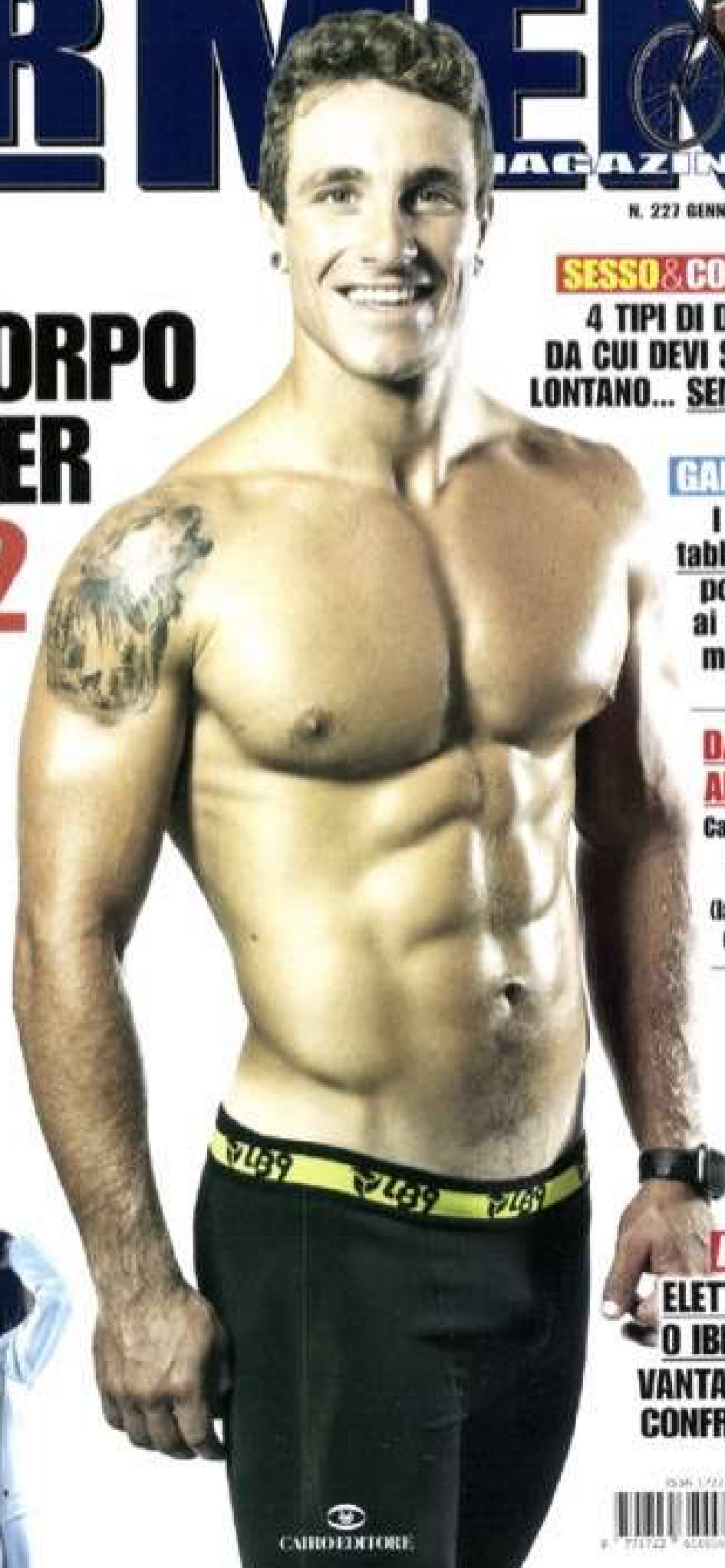
I nuovi  
tablet più  
potenti,  
ai prezzi  
migliori

## DAVIDE ALPINO

Campione  
Italiano  
di SUP  
(la tavola  
da surf)

## AUTO

ELETRICA  
O IBRIDA?  
VANTAGGI A  
CONFRONTO



CARROZZINONE



# CAPELLI: tutti i tuoi problemi, risolti!

Ecco come affrontare le più comuni problematiche maschili in fatto di capelli e dire stop a forfora, caduta, cute grassa e secchezza.



CELESTIA FORFORA

## OPPURE I CAPELLI SECCHI?



▲ **QUASI MAGICO**  
Nutre efficacemente il fusto donando estrema luminosità e una protezione a lungo termine. The Hair Oil di **Augustinus Bader** a base di olio di argan, olio di melograno e olio di baobab dal forte potere ristrutturante (42 euro).



▼ **RITUALI INDIANI**  
Arricchito da centella asiatica, noce di cocco e aloe vera lo SHAMPOO HOLIROOTS, dal potere fortemente idratante, deterge delicatamente i capelli rendendoli morbidi e setosi. Di **Fable & Mane** in vendita da **Sephora** (27,90 euro).

▼ **UNA BOTTA DI VITA, SUI**  
Composto per il 95% da ingredienti naturali Go GREEN SHAMPOO di **Jean Louis David** si avvale dell'estratto di avena sativa fermentato che risulta un vero e proprio booster di idratazione, nutrimento e lucentezza (da 21 euro).



▲ **UNA RIMPOLPATINA?**  
Contiene un innovativo complesso rimpolpante più acido ialuronico il concentrato multiattivo leave-on **NATURALTECH REPLUMPING HAIR FILLER SUPERACTIVE** che compatta e tonifica la struttura del capello rendendo la chioma più corposa, **Davines** (34,80 euro).



▲ **RIPARAZIONI**  
È un mix di oli (di girasole, di nocciolo di albicocca, di argan e di jojoba) che trattengono l'idratazione, favoriscono la riparazione dei capelli e riducono l'effetto crespo. L'HAIR OIL al profumo di cocco di **Booming Bob** (28 euro).

### Punta al solido

▼ **DELICATAMENTE GREEN**  
Combina olio di argan bio e olio di camelia bio, dalle note proprietà fortificanti, lo SHAMPOO SOLIDO NUTRIENTE dalla schiuma generosa e vellutata al profumo di cocco che rimuove tutte le impurità accumulate sul cuoio capelluto, di **Clarins** (16 euro).



▲ **DOLCE COME IL MIELE**  
A base di olio di camelia bio e di miele di Provenza lo SHAMPOO SOLIDO DELICATO RÊVE DE MIEL di **Nuxe** deterge delicatamente il cuoio capelluto con una schiuma dal profumo avvolgente e lascia i capelli morbidi e protetti (9,90 euro).

▼ **UNO PER TUTTI**  
Usare lo stesso detergente per barba e capelli? Con lo SHAMPOO SOLIDO 2 IN 1 di **Figaro** si può! A base di estratto di caffè e con caffeina ha un effetto energizzante sul pelo che resta morbido e piacevole al tatto (4,99 euro).

