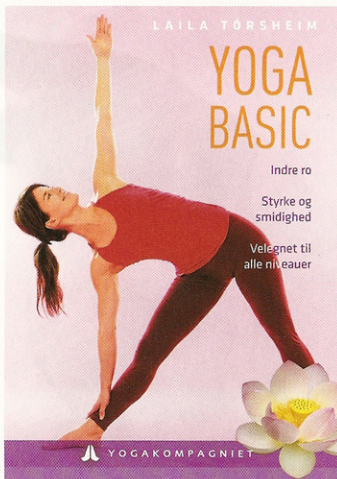


PLEJ DIG SELV

AF VIBEKE NIELSEN, LONE HOLM JENSEN OG MARLENE KRONBORG
FOTO: ESTÉE LAUDER M.F.L. ADRESSELISTE SIDE 141



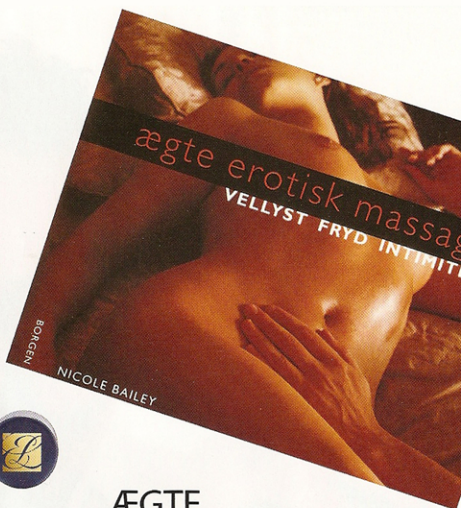
FOREBYG STRESS MED YOGA

YOGA BASIC er behagelig, effektiv træning, der gavner både krop og sind. Du vil opleve øget smidighed, styrke og vitalitet, samtidig med at du forebygger stress og får større overskud. Yogaen skaber fokus og klarhed, så du får energi til at gøre det, der virkelig betyder noget i dit liv. Eksamineret yogalærer Laila Tørsheim har sammensat et program, som du får stort udbytte af, uanset om du døjer med spændinger i nakke og skuldre, er stresset eller blot ønsker at gøre noget godt for dig selv. Programmet er på en gang energigivende og afstressende, og det vil være en skøn pause i en måske lidt hektisk hverdag. Laila giver grundige instruktioner og har en nutidig tilgang til verdens ældste metode for træning af krop og sind. Dvd'en koster 199 kr. og kan købes på www.yogaudstyr.dk, der sender over hele landet.



CONCEALER med solfaktor. Den nye Resilience Lift Extreme Concealer SPF 15 fra Estée Lauder indeholder både plejende, opløftende og beskyttende ingredienser, så huden synes mere frisk og strålende. Pris 185 kr.

FUNKLENDE og farvestrålende læber med de nye Dior Addict High Shine-læbestifter, der bringer stil og elegance til ethvert look. Fås i 20 forskellige farvenuancer. Pris 195 kr.



ÆGTE EROTISK MASSAGE

I bogen kan du lære at udforske hver millimeter af din partners krop og at bruge berøring til at stimulere og vække lysten. Med lækre sensuelle farveillustrationer giver bogen inspiration og ideer til at forny sexlivet ved at udforske og udvikle det erotiske samspil. Oplev, hvordan massage kan få din krop til at smelte og sitre af fryd, og eksperimenter med forskellige typer massage såsom sensuel, erotisk og tantrisk. Udforsk kombinationen af massage med forskellige stillinger, som kan føre dig mod nye højder af nydelse. VELLYST - FRYD - INTIMITET af Nicole Bailey, 152 sider, gennemillustreret med farvefotos. Den koster 249,95 kr.



SOMMEREN nærmer sig, og med Tommy Hilfigers nye Tommy- og Tommy Girl-sommerdufte er der stemt rent strandtema med masser af sol og bølgesprøjt. Tommy Summer Cologne, 100 ml til 280 kr., og Tommy Girl Summer Fragrance, 100 ml til 315 kr.