

VOGUE
BELLEZA
CAMBIA
DE
LOOK

new!!
new!!
new!!

PLUS:
EL BABY BOOM
DE LAS MODELOS
Un hijo y un mes
después...
¡CUERPAZO!
¿Cómo
lo hacen?

MUCHA PIEL
NADA DE ROPA
EL NUEVO
SEXY

TONO DORADO, BOCA FRESA
SUPER EYELINER, UÑAS DE COLOR
Y EL MOÑO DESPEINADO
QUE ATRAE TODAS LAS MIRADAS

EL PRECIO
DE ESTAR
PERFECTA

+163

PRODUCTOS
ELEGIDOS
(Y PROBADOS)
POR EL EQUIPO
DE VOGUE

5 EJERCICIOS
3 CREMAS
UNA DIETA
...Y LISTA PARA
LLEVAR EL
TOP DEL
VERANO

8 Andar más derecha que una vela

Unos hombros caídos y una espalda encorvada no sólo transmiten un aspecto cansado, sino que echan años al cuerpo. Reforzar la musculatura de la espalda facilita mantener una postura erguida. Para ello, **Juan Rallo**, entrenador personal (www.juanrallo.com), recomienda estiramientos y ejercitar las piernas «porque unas piernas fuertes permiten un paso firme y elegante». Un último consejo: los tacones, de no más de 5 cm.

Ejercítate

PARA MEJORAR TU POSTURA.

- Yoga: ayuda a tonificar la espalda y flexibilizar los músculos de caderas y columna.
- Pilates: disciplina clave de reeducación corporal. ¡Pruébalo!
- Fitness funcional: una actividad en alza centrada en entrenar los movimientos naturales del cuerpo.



Ajunta por los kitten heels: de izda. a dcha., con tacón metálico, de Valentino Garavani (690 €); modelo Manóvra, de Louboutin (675 €); bicolor, de Mia Miu (430 €); y modelo Harast, de Manolo Blahnik (690 €).



Denúblanc, con efecto blanqueador (8,65 €) y cepillo Oral-B Pro-Expert (ver precio)



Para labios: Corrective Instant Lip Contour Filler, de Skeyndor (35,50 €, en inst.)

Risa contagiosa

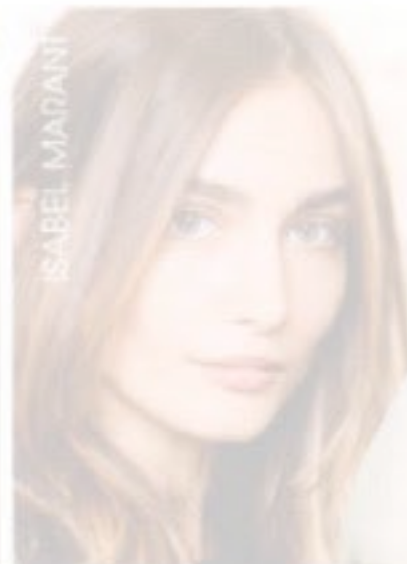
Sonreír libera tensiones y rejuvenece. Si además tienes unos dientes blancos y bien alineados, el efecto se multiplica por 10. Ahora, hacerse con una bonita sonrisa sólo requiere dos semanas. Se trata del sistema **LUMINEERS**, unas finas carrillas, que no requieren el limado de dientes y permiten blanquearlos, alinear los que están apiñados y corregir su forma. ¿Dónde? En **Smilelife** (Madrid. Tel. 913 025 289)

10

CABELLO: EL QUID DE LA CUESTIÓN

Un corte fresco y un color acertado son decisivos para rejuvenecer todo un look. Además, según el gurú capilar Christophe Robin, «no existe gesto más sexy que dejar caer un mechón lateral delante del rostro y retirarlo con la mano».

Il Benefits, de Salon Hits (10,20 €, en peluq.)



Estilos que quitan años

FLEQUILLO

Da un aire más naïf al look y es una alternativa al bótox: esconde las arrugas de la frente.

MECHAS

Y que sean californianas. Aportan movimiento y luminosidad de forma natural.

MELENA MIDI

Es el corte de la temporada. Se lleva un poco 'asaivajado' y es de lo más versátil. Irresistible.