

izgledale sjajno obline

Dobar izbor

Dugački i lagano strukirani kaputi
Pantalone visokog struka
Tanki kaiš koji „leži“ na bokovima
Nešto šire, neplisirane suknje trapezastog kroja
Steznici, ali samo ako ne vide ispod odeće
Mafirane tkanine
Pantalone koje padaju preko visokih potpetica
Čarape i cipele iste boje



Loš izbor

Kratke jakne i sakoi
Kaputi s džepovima na grudima
Vojničke pantalone
Pantalone niskog struka
Kratke, uske majice
Kaputi zakopčani do grla
Krupni uzorci
Vodoravne pruge
Sjajne tkanine
Rastegljive tkanine
Trapez-pantalone i suknje koje prijanju uz bedra



mogućnosti dugačkim ogrlicama.

DIZAJN

Vertikalne pruge takođe izdužuju posebno ako su tanje; baš kao i svi vertikalni detalji na odeći. Isti učinak

IZBEGAVAJTE

Ako imate bujne grudi, svakako treba da izbegavate haljine i tunike sečene ispod grudi, izaberite modele koji prate liniju tela i naglasak stavljaju na struk. Njega dodatno možete načasiti kaišem.



Gio i bra tretmani za zatezanje Masaža za oblikovanje

Zimski period nameće usporavanje metaboličkih procesa u organizmu. Zbog toga, dolazi do zadržavanja viška tečnosti i slabije eliminacije otrova. Ukoliko želite da se brzo zategnete, a pri tom izgubite i koji kilogram probajte „gio“ i „bra“ masažu.

- Ovaj kniotretman ispoljava dejstvo na više nivoa - objašnjava Tatjana Jevđević SPA i velnes instruktor.

Kada dođete u salon fizioterapeut će vam dati gaćice i papuče za jednokratnu upotrebu, koje treba da obučete. Nakon toga u zavisnosti od toga da li imate manje od pet kilograma viška ili preko pet kilograma viška fizioterapeut će na vaše telo naneti preparate „bra“ ili „gio“.

Na celo telo nanosi se drvažnim pokretima sinergija

(kombinacija etarskih ulja) koja nosi oznaku 1, dok koža ne upije naneti preparat (oko 5 minuta). Zatim se na kožu nanose sinergije 2 i 3 (jedna preko druge) nakon čega se celo telo uvija u foliju („body wrapping“) u kojoj ostajete od 30 do 45 min, u zavisnosti koliko je intoksikovan organizam. Uobičajena reakcija je iznužen osećaj hlađenja koji se posle petnaestak minuta pojavljuje u talasima, da bi se najzad pretvorio u osećaj velike toplote i izazvao pojačano znojenje i izbacivanje toksina.

Nakon ovog vremena dovoljno je da se samo obrišete peškirom, a tuširanje i konzumiranje hrane je zabranjeno narednih 120 min.

Tokom tretmana se primenjuju tri preparata: serum koji se stavlja na najugroženi-

je delove tela, lepljiva krema kojom se radi vakuum masaža i maska koja se stavi na kraju, kada se završi sa masažom. Nakon toga telo se upakuje u foliju i tako upakovano stoji od 20 do 45 min. Posle ovog vremena možete da se istuširate, a čitav tretman je vrlo prijatan i relaksirajući.

Oba tretmana se rade naizmenično, u zavisnosti od potreba klijenta, u seriji od osam tretmana: prva tri tretmana svaki dan, naredna tri svaki drugi dan i poslednja dva na treći dan.

- Idealno bi bilo da posle ove serije klijenti sebi mogu da priušte tretmane koji se rade jednom nedeljno - savetuje Tatjana Jevđević.

Preporučene cene tretmana za telo od 2.400,00 din do 3.500,00 din. B. TASIĆ