

FASHION

MISSONI – Voll im Trend
Fashion News,
heisser Sommer 2008

TRAVEL

Guyana. Und ewig lockt der Urwald
The Leading Hotels of the World:
The Gleneagles Hotel in Schottland
Lissabon: Heisse Nächte

BEAUTY

Sonnenschutz für jeden Hauttyp
Orangenhaut: Was hilft wirklich?
Hände und Füße zum Vorzeigen

LIFESTYLE

Errol Flynn und Johnny Depp – Piratenmythos ...
Eliteschulen – Kaderschmieden für Topshots
Gisele Bündchen – Topmodel und Botschafterin

SPECIAL: Luxus Sonnenbrillen 2008





Special: Luxus Sonnenbrillen 2008 Seite: 24



Jaguar – die Katze unter der Motorhaube Seite: 40



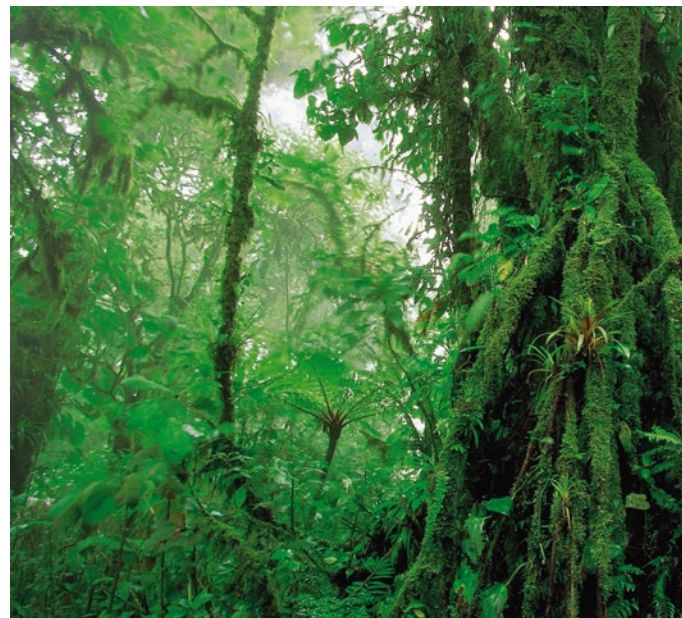
Fashion News Seite: 18



Ebel – Atemberaubende Schönheit im Zeichen der Zeit Seite: 46



Hollywood – Errol Flynn und Johnny Depp – Piratenmythos ... Seite: 34





Cover: Gisele Bündchen

- Guyana – Und ewig lockt der Urwald
Seite: 104



Inhalt Relax & Style Ausgabe 3/2008

Fashion

■ Missoni – voll im Trend	8
■ Fashion News	18
■ Special: Luxus Sonnenbrillen 2008	24

Lifestyle

■ Hollywood – Piratenglamour	34
■ Jaguar – elegant und schnell	40
■ Ebel – The Making of mit Gisele Bündchen	46
■ Carrie Underwood – New way of Country	49
■ Lifestyle-News	52
■ BenQ – stilvolle Technik	58
■ Eliteschulen – die besten in der Schweiz	60
■ Fitness in der Mittagspause	66
■ Rolex Capri Sailing Week	69
■ ... «Light» – Zürichtip	126
■ VIP-News	127

Beauty

■ Suncare – welchen Hauttyp habe ich?	72
■ Cellulite – Kampf gegen Orangenhaut	78
■ Beauty-News	86
■ Hände gut gepflegt	93
■ Gepflegte Füße für einen guten Auftritt	97

Travel

■ Hamburg – das Venedig des Nordens	100
■ Guyana – Survivaltraining auf höchstem Niveau	104
■ Lebenskunst in Lissabon	110
■ The Gleneagles – Paradies in Schottland	114
■ Tel Aviv feiert	117
■ Hotel Amirandes – Leben mit den Göttern	120
■ Posthotel Achensee – Romantik in Österreich	122
■ Berchtesgaden – in luftiger Höhe	124

Rubriken

■ Editorial	5
■ Impressum	130
■ Wettbewerbe:	
■ Sonnenschutz	77
■ Biotherm	85
■ Rexona	99
■ Abo-Bestellkarte	51
■ Wettbewerbsgewinner der letzten Ausgabe	130

Cellulite, ein typisch weibliches Problem

Was tun gegen die unschönen Dellen und Knubel? Es gibt tatsächlich wirksame Methoden gegen Orangenhaut! Eine kombinierte Strategie hilft selbst bei hartnäckigster Cellulite. Einzige Voraussetzung sind Disziplin und Geduld.

Von Valeska Jansen



Es ist bekannt, dass ungefähr 80% aller Frauen unter Cellulite leiden und selbst Topmodels bleiben davon nicht verschont. Die Ursache liegt in unseren Genen: die weiblichen Bindegewebsfasern sind von Natur aus sehr elastisch, denn sie sollen während einer Schwangerschaft natürlich nicht reissen. Unsere Fettzellen sollen gegen Hungerszeiten gewappnet sein und können sich deshalb bis zum Hundertfachen ihrer ursprünglichen Grösse aufpumpen. Das weibliche Hormon Östrogen gibt dem Ganzen dann den Rest: Es stimuliert ein Enzym, das die Fettproduktion und Wassereinlagerungen fördert. Doch man kann die Orangenhaut in Schach halten! Ideal ist eine Kombination aus viel Bewegung, eiweissreicher und fettarmer Ernährung und Pflege mit einer neuen Generation von Cellulite-Produkten.

Welche Sportart hilft?

Treiben Sie regelmässig Sport! Wichtig ist hier, dass Sie darauf achten, dass der Stoffwechsel auf Fettverbrennung programmiert ist. Trainieren Sie deshalb lieber langsamer. Besonders geeignete Sportarten gegen Cellulite sind: Fahrrad fahren, Walken, Schwimmen, Aquagymnastik, Aquapilates und Aquajogging. Vor allem im Wasser wird besonders effektiv Fett verbrannt und gleichzeitig wirkt der Wasserdruck wie eine Lymphdrainage. Nicht so gut geeignet ist Tennis spielen und Jogging, da die Stossbelastung schwaches Bindegewebe eher belastet.

Richtige Ernährung

Ernähren Sie sich gesund und vor allem bewusst. Auf den täglichen Speiseplan gehören frisches Obst und frisches Gemüse. Fettarmes Fleisch und vor allem Fisch liefern wertvolles Eiweiss. Meiden Sie zu viele Süssigkeiten, Zucker und Fett. Trinken Sie täglich mindestens drei Liter Mineralwasser oder ungezuckerten Kräutertee.

Wirksame Pflege

Beim Einsatz von Produkten gegen Cellulite ist die richtige Anwendung ganz besonders wichtig. Hier heisst es nicht einfach eincremen, sondern zupfen und massieren. Denn nur so wird die Mikrozirkulation der Haut angeregt und man erzielt einen doppelten Effekt: Das Bindegewebe wird gestrafft und die wichtigen Inhaltsstoffe gelangen dorthin, wo sie am besten wirken können.

Produkt-News

Clarins hilft, pflegt und verwöhnt. Mit Addition Concentré Minceur wird der Haut Feuchtigkeit zugeführt und die exklusiven Wirkstoffe festigen das Bindegewebe. Nur sechs bis acht Tropfen, vermischt mit einem nussgrossen Klecks der Lieblings-Körperpflege und der Traum vieler Frauen wird wahr.

Biotherm macht verhärtete Kollagen-Fasern weich. Mit Celluli Laser™ Biofirbrine ist es ein Kinderspiel, lästiges Fett zu verlieren. Es wird abtransportiert und die exklusiven Inhaltsstoffe wie Koffein, Ginko, Kolanuss und Ginseng helfen ausserdem Fett zu verbrennen. Ein zusätzliches Produkt, Celluli Laser™ Scrub, optimiert die Aufnahme aller Wirkstoffe.

Elancyl Paris verspricht mit dem Produkt Cellu/reverse einen gestrafften Bauch und eine schlanke Taille. Besondere Erfolge in der Fettverbrennung werden hier durch Sezchuanpfeffer erzielt, ein aus ihm isolierter Wirkstoff, «Xanthoxilin», ist die Geheimwaffe. Koffein und Habichtskraut unterstützen den Fettabbau und wirken entschlackend.



La Prairie – Cellular Body Contouring Complex Anti-Cellulite; **Panpuri** – Bali Body Scrub; **The Body Shop** – Body Focus Cellulite Serum; **The Body Shop** – Cellulite Massager; **Panpuri** – Body Detoxifier

Nuxe bekämpft unschöne Fettdepots mit einem Extrakt aus heiligem Lotus. Die darin enthaltenen Flavonole begrenzen die Entstehung neuer Fettansammlungen. Eine vierfache Wirkstoffkombination aus der Yacón Wurzel, Peru-Liane, Koffein und aus Kakao-Polyphenolen verhindern die Bildung neuer Fettansammlungen und helfen Fett abzubauen.

Juvena setzt im Produkt Body Firming Performance auf einen Granatapfel-Extrakt. Neben seiner antioxidantischen Wirkung wirkt er auch noch adstringierend und festigend. Sommergerste baut Fett ab, ein Pilzextrakt, gewonnen aus Lärchenschwamm, wirkt entschlackend und Koffein regt die Mikrozirkulation an.

La Prairie setzt mit Cellular Body Contouring Complex auf Nano-Technologie. Sie hilft dabei Wirkstoffe in den tiefsten Hautschichten kontinuierlich freizusetzen, um eine optimale Wirkung zu erzielen. Der in der Buntnessel enthaltene Wirkstoff Forskolin regt den Fettstoffwechsel an, der Zucker ähnliche Wirkstoff Esculin fördert die Durchblutung, die asiatische

Pflanze Centella Asiatica unterstützt die Kollagensynthese. Viele zusätzliche Helfer sorgen für ein verbessertes Hautergebnis nach regelmässiger Anwendung.

Payot hat die Dreifach-Waffe gegen Hautprobleme entwickelt. Mit Celluli Performance werden unschöne Schwangerschaftsstreifen, Orangerhaut und Dellen gleichzeitig bekämpft. Besondere Wirkstoffe sind hier Myriceline und Matrixyl®, sie formen und straffen die Haut gleichzeitig.

Das Plasticity Anti Cellulite Gel von **Dior** verspricht einen sofort sichtbaren Effekt schon nach der ersten Anwendung. Nach bereits acht Tagen wird die Slimming-Wirkung sichtbar und nach drei wöchiger regelmässiger Anwendung sind alle unschönen Cellulite-Probleme sichtbar gemildert.

Kanebo hat ein erfrischendes Gel für die Problemzonen Bauch, Po, Oberschenkel und Oberarme entwickelt. Fettzellen werden abgebaut, Flüssigkeitsstaus werden aufgelöst



Panpuri – Seaweed Salt & Butter Scrub; **Estée Lauder** – Body Performance Slim Shape; **Kanebo** – Cellular Performance Body Firming Cream; **Dior** – Plasticity Gel Lipo-Correcteur Anti-Cellulite; **Dior** – Plasticity Micro-Peeling Corps Sublimateur

und Schwellungen verschwinden. Das Ergebnis ist eine sichtbar attraktivere Körpersilhouette.

Estée Lauder geht mit Body Performance Slim Shape + Anti-Cellulite/Anti-Fluid Advanced Visible Contouring Serum neue Wege in der Cellulite-Bekämpfung. Mit Siegesbeckia, einem Stoff aus der traditionellen chinesischen Medizin, wird der Abbau von Kollagen reduziert. Vitamin C hilft den Aufbau von Kollagenfasern anzukurbeln und Forskolin begünstigt den Fettabbau.

Panpuri setzt auf braune und rote Algen kombiniert mit Meersalz und pflegender Sheabutter. Diese Wirkstoffe regen den Lymphfluss an und unterstützen einen Entgiftungsprozess der Haut. Die Zellregeneration wird gefördert und die Fettproduktion wird reguliert.

Das Cellulite-Serum von **The Body Shop** enthält einen Aktivkomplex aus Vitamin B und C. Kombiniert mit Koffein, Aminosäuren, Sojaöl, ätherischem Pfefferminzöl und Menthol können nach sechswöchiger regelmässiger Anwendung maximale Ergebnisse erzielt werden.



Dior – Plasticity Micro-Peeling Corps Sublimateur;
Payot – Celluli Performance



Juvena – Body Firming Performance; **Elancy** – Cellureverse;
Nuxe – Tonific Minceur



Innéov – Cellulite Sachets; **Innéov** – Cellulite Pilen



Das hilft!

Treiben Sie mindestens zwei Mal pro Woche Sport! Wichtig ist hier, die Höhe des Pulses begleitend zu messen, denn nur so wissen Sie, ob Sie tatsächlich Fett verbrennen oder «nur» Ihre Kondition stärken.

Trinken, trinken, trinken! Nehmen Sie täglich mindestens drei Liter Wasser oder ungezuckerten Tee zu sich.

Ernähren Sie sich gesund! Verwenden Sie Vollkornprodukte, mageres Fleisch, Fisch und frisches Gemüse und Obst. Verzichten Sie auf Süßes und Fettiges.

Cremen, zupfen, massieren! Benutzen Sie täglich ein Anti-Cellulite-Produkt und arbeiten es richtig in Ihre Haut ein. Das unterstützt die Durchblutung der Haut und hält sie straff und geschmeidig. Wechselduschen sind sehr gesund! Beginnen Sie warm und wechseln zu kalt während des ganzen Duschens – beenden Sie das Duschbad immer kalt. Verwöhnen Sie Ihre Haut zwischendurch auch einmal mit einer Bürstenmassage – das regt den Stoffwechsel an.

Achten Sie auf Ihr Körpergewicht, denn wer schlank ist, hat weniger Fettdepots, die sich als Knubbel zeigen können.

Versuchen Sie doch mal ein altes Hausmittel gegen Orangerhaut: Schälen Sie eine Kartoffel, schneiden Sie sie in dünne Scheiben und verteilen Sie diese auf den betroffenen Regionen. Wickeln Sie dann ein dünnes Baumwolltuch darum und lassen Sie den Kartoffelwickel 15 Minuten einwirken.



Biotherm – Celluli Laser™ Biofibrine; **Biotherm** – Celluli Laser™ Scrub; **Clarins** – Addition Concentré Minceur; **Lierac** – Centi Métrici Gel Ultra Correction; **Lierac** – Ultra Body Lift 10 Minceur; **Lierac** – Morpho Slim Concentré Anti-Cellulite