

**KOURTNEY
KARDASHIAN**

„Für glatte Haut an Beinen und Po mixe ich ein Gesichtsserum mit einer straffenden Bodylotion“, so Reality-Star Kourtney (40).



2 WOCHEN VORHER

CLEVER PFLEGEN

Verwöhnen macht schlank. Richtig gelesen! Ab sofort schnappen wir uns deshalb Body-Cremes mit Koffein – die regen die Mikrozirkulation an, entwässern das Gewebe und fördern zudem den Fettabbau. Noch effektiver wird's, wenn die Pflege mithilfe einer Zupfmassage eingearbeitet wird. Einfach die Haut rund um den Bauchnabel mit Daumen-, Zeige- und Mittelfinger greifen und im Uhrzeigersinn sanft zupfen. Dieser Prozess fördert die Durchblutung und sorgt dafür, dass es sich Pölsterchen hier nicht bequem machen.



**1. VITALIS
DR. JOSEPH**

Mindert nervige Dellen: „Body Shape Cellulite Cream“, ca. 39 Euro.

2. SKIN 689

Festigende „Anti-Cellulite“-Crema, ca. 69 Euro.

3. KLOTZ LABS

Figurformendes „Body

Grader Anti-Aging Serum“, ca. 85 Euro.

4. STRIVECTIN

Hallo, Knackpo: „Tightening Body Cream“, ca. 60 Euro.

5. CINQ MONDES

Kurbelt die Durchblutung mit Koffein an: „Slimming Coffee Cream“, ca. 45 Euro.

1 WOCHEN VORHER
TRICKSEN

Jetzt verpassen Selbstbräuner und Schimmer-Stars den Feinschliff. Denn ein gebräunter Body wirkt automatisch schlanker und kaschiert auch den ein oder anderen Makel – fake it, Baby!



1. ALTERRA

„Selbstbräunungs-Lotion“ mit Bio-Kakaobutter und -Kokosöl, ca. 2 Euro (bei Rossmann).

2. MÁDARA

„Beach BB Shimmering Sunscreen“ für Körper und Hände. Ca. 22 Euro.