

# CIAŁO GOTOWE DO BIKINI

Jeśli podobnie jak w kwestii wakacji w pielęgnacji ciała wybierasz wariant last minute, pomogą ci antycellulitowe zabiegi, kosmetyki i akcesoria. Zadzziałają dużo szybciej i skuteczniej, jeśli dodatkowo zamienisz w diecie cukier na duże ilości wody.

## SIŁA TECHNOLOGII

### FALE RADIOWE I FALA AKUSTYCZNA

Połączenie tych dwóch technologii w jednym zabiegu, wykonywanym jedną głowicą w czasie krótszym niż przerwa na kawę – oto prawdziwa rewolucja! Zabieg BTL Unison zmniejsza komórki tłuszczowe, naprawia uszkodzone włókna kolagenowe i przyspiesza metabolizm.

Doznania można porównać z tymi podczas masażu gorącymi kamieniami, połączonego z intensywnymi wibracjami. Efekt?

Rewelacyjny! Już po drugim zabiegu na udach i pośladkach skóra jest znacznie gładzsza. A po czterech, najlepiej w cotygodniowych odstępach, po cellulicie praktycznie nie ma śladu.

#### GDZIE?

Aesthetic Clinic  
dr Przemysław Leyko  
Cena: 1500 zł/ok. 20 min.  
btlestetyka.pl

### ICOONE I LASER

Czy zabieg, który od zawsze doskonale ujędriał ciało, może to robić jeszcze lepiej? Może. Gdy już ubierzesz się w superobcisły kombinezon, który wygląda jak wielka biała pończocha, terapeutka przez 20 minut pobudza krążenie całego ciała delikatnie zasysającą skórę głowicą drenującą-masującą. Następnie przez kolejne 10 minut wybrany obszar (zwykle brzuch, uda lub pośladki) traktuje drugą głowicą, z laserem diodowym i światłem LED, która działa na komórki tłuszczowe i skórę (to nowość!). Choć zalecana jest seria 10 zabiegów, efekt w postaci jędrniejszego ciała i bardziej napiętej skóry bez grudek widać już po 3-4.

#### GDZIE? Mr & Mrs Spa

Marzena Kanclerska,  
Elite Centrum Laseroterapii  
Cena: od 350 zł/30 min.  
mrandmrspa.pl, elite.waw.pl

### ULTRADŹWIĘKI I FALE RADIOWE

Accent Prime to modelująco-ujędriający zabieg, podczas którego za jednym zamachem pozbywamy się cellulitu, niechcianego tłuszczu z boczków i ujędriamy skórę. A przy tym masaż skóry głowicami (najpierw drenującą z ultradźwiękami, potem ujędriającą z falą radiową) jest tak relaksujący, że w trakcie można zasnąć. W duecie działają one bardzo skutecznie – pierwsze efekty możesz zobaczyć już po 2-3 zabiegach. Co więcej, poddana działaniu fal radiowych skóra będzie się regenerowała jeszcze przez kilka kolejnych miesięcy.

#### GDZIE?

SkinClinic  
Cena: 890 zł/ok. 60 min.  
skinclinic.pl

### BANDAŻE

Najpierw do skóry jest przykładana termograficzna płytka, która pomaga terapeutce ocenić rodzaj cellulitu i to, jakich składników potrzebuje nasze ciało. Zabieg Arosha zaczyna się od szczotkowania skóry na sucho, potem jest na nią nakładany 5-proc. kwas glikolowy i ampulka z pobudzającą krążenie kofeiną. Gwóźdź programu to owinięcie nóg, bioder i brzucha na 30 minut bandażami nasączonymi drenującym koktajlem z solą, wyciągiem z wążki azjatyckiego i ananasa. Na koniec w ciało jest wmasowywany ujędriający balsam. Efekt? Rewelacyjny! U nas od 1 do 2 cm mniej w każdym potraktowanym obszarze.

#### GDZIE?

Autoryzowane gabinety Arosha  
Cena: ok. 200 zł/60 min.  
aroshacom.pl

## DOMOWE WSPARCIE



1. Serum antycellulitowe Krioaktywna Chłodząca Kuracja Algowa CellBlock AA, 21,99 zł
2. Sylikonowy masażer CELLU-CUP, 79 zł sephora.pl
3. Krem wyszczuplający z różowym pieprzem I Can Slim CV, 135 zł alchemiaurody.pl
4. Szczotka z naturalnego włosia i drucików z brązu Ionic Brush KLAPP, 215 zł klapp-cosmetics.pl
5. Piling z kwasem glikolowym Scrub & Peel FILORGA, 109 zł sephora.pl
6. Serum wyszczuplająco-modelujące do stosowania podczas treningu Morpho Fitness ESTHEDERM, 169 zł esthederm.pl
7. Rękawica do masażu Skin Smoothing Body Massage Glove GLOW, 24,90 zł
8. Wyszczuplający dwufazowy olejek Slim Design ELANCYL, 99 zł
9. Nawilżająco-ujędriający balsam Size Zero Super Fit RODIAL, 279 zł pell.pl
10. Wyszczuplająco-modelująca maska do ciała Slimming Body HERLA, 120 zł sklep.herla.eu