

Mediengruppe KLAMBT
BEST
SELLER

Nr. 25 16.6.2021 1,49€ Deutschland



- 1,65 € Österreich • 2,60 CHF Schweiz
- BeNeLux 1,80 € • Dänemark 22,30 DKK • Italien/Frankreich/Spain 2,00 €
- Kan. Inseln 2,20 € • Griechenland 2,40 € • Portugal (cont.) 2,20 €
- Slow. 1,90 € • Ungarn Ft 750



11 kreative Ideen

Glücklich steht mir gut!

Lea

Total erholt
Toller Teint
mit Selbst-
bräuner
S. 19

Eine Portion Sommer, bitte!

Erntefrisches Gemüse, raffiniert aufgetischt



Als Flammkuchen, im Tempura-Teig, als Zoodles-Salat S. 46-49



So pflanzen
Sie Ihr
**Bienen-
Paradies**
S. 70-71

Venn mein Mann das wüsste ...

Frauen gestehen ihre Geheimnisse S. 30-31

Happy-Formeln für jeden Tag

Stressspannt erreichen, was man will S. 44-45

Mehr Volumen & Glanz, neue Farbe?

Die Top-Tipps der Star-Friseure



Einfach zu Hause nachmachen! S. 16-17

6 Ideen für jeden Ess-Typ Das geniale **Schlank- Frühstück**



Fix 5 Kilo weg durch
Stoffwechsel-Turbo
S. 24-25

Übungen helfen

Endlich
schmerzfrei
im Nacken!
S. 34-35

Zeigt her eure Kurven!

Die schönsten Curvy-Trends

S. 10-11



Jetzt sind die
Sonnenerdbeeren reif!

Pfirsichkuchen mit Joghurt & Quark S. 58-6

Blitz-Lösungen für alle Haar-Probleme

Platter Oberkopf, fehlender Glanz, strohige Löckchen – damit ist jetzt Schluss, denn die Meister der beliebtesten Friseurmarken wissen Rat

Marco Arena

Experte der Marke Redken

Längen schonend entwirren



Der Promi-Stylist besitzt auch ein eigenes Label für Friseurbedarf, wie Bürsten und Clips

Färben, Bleichen, Hitzestyling – wer kennt strapazierte Enden nicht? Für alle, die dazu noch Schwierigkeiten haben, die Haare durchzukämmen, weiß Marco Rat. „Erst immer das gesamte Haar gut trocknen und erst danach vorsichtig auskämmen. Die Keratinstränge sind nämlich deutlich resistenter im trockenen Zustand, als wenn man an ihnen reißt, wenn sie noch nass sind“, verrät der Redken-Profi.

www.hairarena.de



Perfekt für eine gewellte, dicke Mähne: die Finger als Bürste nutzen



Sein Föhn-Upgrade: eine liftende Lotion, die den Ansatz sofort pusht

Alexander von Trentini,
Star-Stylist von La Biosthétique

Matte Farbe zum Schimmern bringen



Er betreibt einen eigenen Salon in Wiesbaden, stylt Promis wie Victoria Swarovski

Im Sommer bleicht blondiertes Haar schnell aus, wird extrem spröde und verliert an Glanz. „Damit die Farbe dennoch lange strahlt, sollte sie nicht nur mit Feuchtigkeit, sondern auch mit nährenden Proteinen versorgt werden. Ich empfehle, hier zudem zu speziellen Farbmasken zu greifen, inklusive sogenannter direktziehender Pigmente. Damit schaffen wir etwa schöne, angesagte Honig- und Karamelltöne“, so Alexander.

www.vontrentini.de

Sacha Schütte,
Profi für Pantene Pro-V

Struktur richtig pflegen



Der Berliner stylt viele deutsche Stars, wie Moderatorin Palina Rojinski und Schauspielerin Janina Uhse

„Besonders in diesen nervenaufreibenden Zeiten sollten wir uns eine Beauty-Auszeit gönnen – dazu gehört auch die richtige Routine fürs Haar.“ Sein Must-have: Systempflege. „Diese besteht aus Shampoo und Spülung aus einer Range, abgestimmt auf den jeweiligen Haartyp, das ist die Basis für gesunde Geschmeidigkeit“, so Sacha. Perfekt für eine Krause sind Feuchtigkeitsprodukte, eine blondierte, geschwächte Schuppenschicht liebt Keratin-Ranges.

www.sachaschuette.de