

# GLAMOUR

**Pad**  
www.glamour.ru

Январь 2014

# 476

лучших пальто,  
жакетов, шляп,  
сапог, сумок  
и аксессуаров

**Играют  
по-крупному**

Светлана  
Ходченкова  
Федор Бондарчук  
Кейт Хадсон  
Джордж Клуни  
Хлоэ Севиньи  
Алексей Чумаков  
Хлоя Морец  
Сиенна Миллер

**ВСЕ  
В ПОРЯДКЕ**

**Блестящие**

**В современных спа есть  
процедуры и для тусов-  
щиц, и для беременных.**

**Хорошего  
понемножку**

Чем  
полезны  
жадность,  
ложь  
и зависть

# Л Г а

«Я не супермодель. Я

Восстанавливающая  
эмульсия для тела  
с маслом сквалана,  
гиалуроновой кислотой  
и витаминами E и F  
Originelle Regenerante  
Corps, 4000 руб.,  
Biologique Recherche.

**КЛИНИКА «ЛАПИНО»,** одиночно  
«В перинатальном клиническом госпитале «Лапино» подумали и о здоровье, и о красоте будущих и молодых мам, — говорит редактор отдела красоты Татьяна Холопова. — В распоряжении клиники есть не только хаммам, бассейн и процедуры для лица, тела и волос, но и БОС-терапия. Как мне объяснила заместитель главного врача госпиталя Елена Силантьева, эта техника направлена на тренировку мышц тазового дна. Их неправильное сокращение может привести к опущению тазовых органов и травмам при родах. За 12-15 занятий по два-три раза в неделю можно натренировать эти мышцы, облегчив себе в будущем роды или, наоборот, устранив послеродовой «синдром широкого влагалища» (3000 руб. за сеанс). Чтобы повысить эффект, предварительно загляните на одну-три минуты в суховоздушную криосауну с температурой минус 110 градусов (3000 руб. за сеанс). Очень бодрит! Только после нанесите на тело подтягивающий крем, чтобы кожа дольше оставалась в тонусе».