

Women's Health

DAS NEUE
SUPER-FOOD

MACHT SIE GARANTIERT
✓ schlank
✓ kerngesund
✓ noch schöner

SEX: Jetzt wird's
wieder wild!

SO FINDEN SIE
DEN PERFEKTEN
SPORT-BH

ECHT

Lässig

SO HABEN CHAOS UND
HEKTIK NULL CHANCE

25 ULTRASCHNELLE
ENTSPANNUNGS-
TRICKS

Volle Power: **Ashley Greenes**
Motivationstricks

Schuhe!
Schuhe!
SCHUHE!

Was jetzt geht,
von ultraflach bis wow

MACHEN SIE'S DOCH
EINFACH WIE EIN KER
(z. B. nix tun ohne Gewissensbiss)

Vegane Sterneküch
voll lecker, voll eas

PROFI-TIPPS ZUM
NACHSTYLEN

SCHÖNE
AUGEN,
SEXY
BLICK

Knackig
wie nie
Das weltbest
Po-Workout: S. 2

05/20
Deutschland € 3,20 Österreich € 3
Schweiz sfr 5,40 Belgien € 3
Spanien € 4,20 Portugal € 4
Italien € 4,20 Griechenland € 4



4 192174 903209 0



PFLANZENSTOFFE
Dauerhafte
Haarfarbe:
Color Cream
Tint von
LOGONA, bis zu
2 Anwendungen,
um 15 Euro



ROTE LICHT-REFLEXE

Halten 8 Wochen: Casting
Creme Gloss
Red'icious 460
Strawberry Kiss,
von **L'ORÉAL
PARIS**, eine
Anwendung,
um 8 Euro



**FARBKRAFT
DURCH ÖL**
Dauerhafte
Farbe: Ölo 4.62
Kirschrot
von **GARNIER**,
eine Anwen-
dung, um
7 Euro



RED-HEADS

Kaum eine Farbe zieht die Blicke so sehr an wie Rot. Kein Wunder, dass jetzt auch die Designer auf die Signalfarbe setzen und immer mehr Models mit Feuerhähne für ihre Fashion-Shows casten. Wie wäre es da mal mit einem kleinen Farbbeperiment? Rot-schöpfe sind in der Natur zwar selten, Sie können aber ganz schnell nachhelfen. Zum Beispiel mit **Marsala**, dem bläulichen Dunkelrot, das gerade von Pantone als **Trendfarbe 2015** ausgezeichnet wurde. „Rottöne stehen für Weiblichkeit“, sagt Promi-Friseur Jörg Oppermann. „Von Eleganz über Leichtigkeit bis hin zu Hollywood-Glamour ist alles drin“, so der Experte. Bevor Sie zum Farbtopf greifen: Ausgangshaarfarbe und Hauttyp spielen bei der Wahl des Tons eine entscheidende Rolle. „Dunkelrot wirkt auf braunen Haaren besonders harmonisch und steht hellen Hauttypen mit einem kühlen, bläulichen Unterton.“ Wer es lieber sanft mag, wählt einen Kupfertön. Der bringt wärmere Hauttypen mit leichten Sommersprossen zum Strahlen. Oppermann erklärt weiter: „**Das beste Farbeergebnis gibt's auf unbehandeltem Haar.** Bereits gefärbte Schöpfe können Überraschungen erleben.“ Generell gilt: Blondinen und Schwarzhaarige kommen um den Gang zum Friseur nicht herum. „Rote Farbpigmente sind sehr klein und fallen schneller aus dem Haar“, so Oppermann. Spezielle Farbkuren sorgen für längere Haltbarkeit.