

# Freundin wellfit

Alles, was mir guttut

## Fit und straff mit WOYO

Wie Workout-Yoga Sie  
in Top-Form bringt

## TEST: Was steht Ihrem Glück im Weg?

Im Job, in der Liebe, im Sport...

Ant  
von  
Wie He  
jung ble

**Eucerin**  
ANTI-RÖTUNGEN  
ANTI-ROSE  
Wirkt mit Süßholzwurzel: Tagespflege „Anti Rötungen“, Eucerin, 20 Euro

**PHARMOS NATUR**  
Sensitiv-Gel  
Schützt mit Bio-Aloe-vera und dem Öl aus schwarzem Sesam: „Sensitiv-Gel“, Pharmos Natur, 43 Euro

**COLOURMAGIC**

Klärt den Teint mit Sauerstoff-Komplex: „Masque Biosensible“, Biologique Recherche, 145 Euro

**Masque Biosensible**

**CLINIQUE**  
even better skin tone corrector  
Lässt Pigmentflecken verblassen: „Even Better Skin Tone Corrector“, Clinique, 48 Euro

18 SEITE

## SANFTE PFLEGE

Milde Produkte bringen sensible  
Haut wieder ins Gleichgewicht

## MEINE ZEIT FÜR MICH

17 wunderbare Ideen  
zum Besinnen  
und Genießen

# BEWUSSTSEIN

Heilende Hände – wie Massagen Körper und Seele gesund machen.  
Die besten medizinischen Therapien plus schnelle Tipps für zu Hause