



**IDEALNE
UBRANIA
DO BIURA**

**ANNE
HATHAWAY**
DOJRZAŁAM,
DZISIAJ ZNAM JUŻ
SWOJĄ WARTOŚĆ

52
**PIEKNE
TÓREBKI**
od XS do XL

MODA NA JESIEŃ

**TRENDY
NA KAŻDĄ
FIGURĘ**
WYBORY I RADY
NASZYCH STYLISTEK

**NOWY
MANIKIUR**
PAZNOKCIE JAK
DZIEŁA SZTUKI
& ZRÓB TO
SAMA

FITNESS!
ĆWICZENIA
KTÓRE NIGDY
CIĘ NIE ZNUDZĄ
S. 62

Hity sezonu
• długa kamizelka
• spódnica midi
• luźne ponczo

CENA 4,90 zł, w tym 1 zł za zawartość

Index 238902 ISSN 1898-8006

InStyle



9 771898 880500

10(91)/2015 www.instyle.pl

... w ciężkich...
... botkach.

Paleta różu, 2 Pan
Palette, 77 zł,
w Douglasie



RMS, Organiczny róż i pomadka
w kremie Lip2 Cheek Beloved,
148 zł, sklep.warsztatpiekna.pl

... jeśli policzki odrobiną różu, a od razu
... alną lub suchą skórę powinny wy-
... policzków. A jeśli twoi-

For Your Beauty, DREWNIANA
Szczotka do mycia i masażu
ciała z wypustkami 114 zł
w Douglasie

Energiczny
masaż ciała szczotką
działa jak piling
i poprawia ukrwienie
skóry.



The Body Shop,
Rozświetlający olej
z polnezyjskich manol,
75 zł, sklepy
The Body Shop

8

Wcieraj i gładz

Ciepłe ubrania, kaloryfery i zmienna
pogoda nie są tym, co Twoja skóra
lubi najbardziej. Wynagradzaj jej to,
pielegnując ją ze zdwojoną siłą. Twój
plan: co drugi dzień energicznie
wcieraj piling, a po każdej kąpieli
delikatnie wmasuj odżywczy balsam
olejek, jakbyś głaskała kogós,
... kochasz najbardziej na świecie.
... rowcy dowodzą, że czułość
... e ta w stosunku do siebie)
... wia samopoczucie.



9 Dopieść stopy

Twoje stopy tęsknią za natural-
nym pilingiem na plaży i potrze-
bują nawilżenia, dlatego zamiast
zwykłego pedikuru zafunduj im
zabieg u podologa. Po leczniczym
pedikurze (np. w cosmopolitan-
klinika.pl) będą przygotowane
na nowy sezon w ciężkich rocko-
wych botkach.

Ziojo, Krem
do stóp
zmykający
z komple-
tem AHA, 6,50 zł
w drogeriach.

10

Paleta różu, 2 Pan
Palette, 77 zł,
w Douglasie



RMS, Organiczny róż i pomadka
w kremie Lip2 Cheek Beloved,
148 zł, sklep.warsztatpiekna.pl

Nabierz rumieńców

Chcesz poczuć się jak zakochana nastolatka? Podkreśl policzki odrobiną różu, a od razu
będziesz wyglądać młodziej! Dziewczyny mające normalną lub suchą skórę powinny wy-
brać nawilżający róż w kremie, który wklepuje się na środek policzków. A jeśli twoja cera
ma tendencję do bliznienia, najpierw delikatnie ją przypudruj, a dopiero potem nałoż
pędzlem róż w kamieniu.

PROMOCJA

BUDŹ SWOJE CIAŁO!

... ZWIĘKSZYĆ POZIOM AKTYWNOŚCI
... ZYCZNEJ W POLSCE I W EUROPIE?
... PROGRAM „LIDER ANIMATOR – OBUDŹ
... WOJE CIAŁO” POMAGA ŻYĆ ZDROWIEJ.

... AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA GWARANCJĄ ZDROWIA
... aktywności fizycznej zabija pół miliona Europejczy-
... w rocznie (choroba wieńcowa serca, cukrzyca typu
... rak jelita grubego i rak piersi są najczęstszą przyczyną
... zgonów Europejczyków) i kosztuje Europę 80 mld euro.
... Co czwarty dorosły Europejczyk i co piąty Polak nie ówi-
... czy nawet zalecanych 20 minut dziennie. „Jeśli udałoby
... się nam pięciokrotnie zwiększyć liczbę osób aktywnych,
... uratowalibyśmy życia 100 tys. ludzi, oszczędzając 16 mld
... euro rocznie!”, mówi Mogens Kirkby, prezes ILSA.

... LOKALNI LIDERZY PROMUJĄ ZDROWIE ŻYCIE
... „Coca-Cola wspiera aktywność fizyczną w społeczno-
... ściach lokalnych w 30 krajach Europy za pośrednictwem
... ponad 90 programów, angażując 3,5 mln osób rocznie”,
... mówi Anna Jakubowski, dyrektor operacyjna Coca-Cola
... na Polskę i kraje bałtyckie. Program grantów finanso-
... wych „Lider Animator – Obudź Swoje Ciało” skierowany
... do lokalnych animatorów sportu, organizowany
... przez Fundację Sport Support we współpracy z firmą
... Coca-Cola, wyszukuje, wspiera i nagradza projekty,
... zachęcające Polaków do aktywnego życia.



EUROPO, RUSZ SIĘ!
Do tegorocznej edycji
programu „Lider Animator
– Obudź Swoje Ciało”
zgłoszono 624 projekty
z całej Polski, m.in. zumbę
z Ostrowa Wielkopolskie-
go oraz zawody
MTB w Bardo.



Lider Animator

