



© 2021 N° 416

**LA ISLA
SECRETA**
RUMBO
A LOPUD

MODA
**LOS VESTIDOS
DEL VERANO**
CAMISEROS,
ORIENTALES,
ROMÁNTICOS...

BELLEZA
TRATAMIENTOS,
COSMÉTICOS
Y FITNESS
+
**La dieta que SÍ
te hará feliz**



1,00 € (SPAIN) CANARIAS 1,25 €
VENTA CONJUNTA CON ESQUIRE

Sharon Stone
ESPECIAL CUERPO
(R)EVOLUCIÓN A CUALQUIER EDAD

Ester Expósito Priyanka Chopra Jonas Carolina A. Herrera Lenny Kravitz



FOTO: MARIO SIERRA. REALIZACIÓN: SYLVIA MONTOLÚ. VIDEO Y AVITANTE DE FOTOGRAFÍA: JAVIL JENIAH MAO Y PELI. MARÍA GARCÍA PARA DIOR Y KERASTASE. ASISTENTE DE ESTILISMO: CLARISA GAVRILA. MODELO: JOY VAN DER ECKEN (SIGHT MANAGEMENT). PRODUCCIÓN LOCAL: POP HOUSE. BODY: ROJO DE PUNTO DE ALAJA. GAFAS DE SOL: DE VICTORIA'S SECRET. RINONERA DE PIEL: DE CAROLINA HERRERA Y LABIAL 'THE LIP' LIQUID VELVET 511 DE CAROLINA HERRERA.

EXTRA BODY

EL CUERPO (CON) SENTIDO

SI LA CONFIANZA Y LA AUTOESTIMA SON LOS ELEMENTOS QUE HOY MUEVEN EL UNIVERSO 'BEAUTY', ¿POR QUÉ NO PRACTICAR UNA ACTITUD POSITIVA CON ALTAS DOSIS DE SENSATEZ A LA HORA DE ENFRENTARNOS A LA OPERACIÓN 'PUESTA A PUNTO'? ELIGE LA ESTRATEGIA QUE MÁS SE ADAPTE A TUS NECESIDADES Y CONSIGUE LAS SINERGIAS 'BODY & MIND' **SALUDABLES** QUE TE TRASLADARÁN DIRECTAMENTE A LA FELICIDAD.

POR SUSANA BLÁZQUEZ Y BLANCA GONZÁLEZ RUFINO. FOTOS: MARIO SIERRA. REALIZACIÓN: SYLVIA MONTOLIÚ

SILUETA TONIFICADA

¿Es posible lucir un cuerpo definido sin recurrir a retoques y de una forma más consciente? Con buenos hábitos, ejercicio (lay, esos paseos y carreras por la playa), constancia y tratamientos manuales 360º lucirás esa imagen rebosante de salud y belleza que tanto se impone. ¿El ritual? Se llama 'Le Sculpteur', y te ayudará a eliminar toxinas y mejorar la celulitis gracias a distintas técnicas adelgazantes que actúan sobre los hoyuelos y el perfil del cuerpo. Y, si a esto le añadimos los mejores activos en un entorno único, el resultado renovador estará garantizado (170 €, en Maison Sisley, sisley-paris.com).

Top blanco de Zara, triquini de Tezenis y pañuelo bicolor de Hermès.



BRAZOS ESCULPIDOS

Estamos ante una de las zonas más complicadas del cuerpo a la hora de tratar... y de apreciar resultados. ¿La buena noticia? Que contamos con una nueva versión mejorada de la tecnología más aplaudida para remodelar el cuerpo a través del frío: 'CoolSculpting Elite', de Allergan Aesthetics. Es capaz de eliminar la grasa localizada en muy pocas sesiones, reduciendo el contorno –de forma permanente– sin pinchazos ni dolor, gracias a la criolipólisis, que enfría las células grasas subcutáneas sin afectar al tejido circundante (a partir de 250 €/sesión, dependiendo de la zona. En slowlife-house.com y en ribeclinic.com).

Traje de baño amarillo de Marella, gafas de sol deportivas de Polaroid y botella azul de Ecoalf.



EXTRABODY



RETAGUARDIA DE TOP

Las sentadillas, los 'lunge' con elevación de pierna y el paso de cangrejo lateral son sus mejores compañeros, pero no podemos olvidar las bondades de los tratamientos que obran el milagro, como las remodelaciones con ácido hialurónico, que la moldean a nuestro antojo (a partir de 2.000 €, en virtuestetica.com); el 'Silhouette Glúteos', que reposiciona los volúmenes perdidos a golpe de sutura (1.200 €, en centromedicolajoplaza.com), o 'Lanluma', un estimulador de colágeno que mejora la calidad de la piel, suaviza el contorno y aporta volumen (a partir de 1.124 €, en iml.es).

Traje de baño azul 'dégradé' con logos de Louis Vuitton.

EXTRABODY



RODILLAS MARCADAS

Flácidas, con grasa acumulada, con pliegues... Si quieres presumir de rodillas con 'efecto spinning', apúntate al tratamiento en dos fases que combina infiltraciones de lipolíticos —para acabar con la grasa— con 'Radiesse' y 'Ultherapy', para estimular el colágeno y reafirmar la piel (a partir de 765 €/sesión, en clinicamiracueta.com). ¿Para terminar con las varices y arañas vasculares? Nada como un procedimiento de escleroterapia unido a láser (230 €/sesión, en instituto medicoricart.com).

Top de Paco Rabanne, braguita de Énfasis para El Corte Inglés, reloj de Hermès, pañuelo en la muñeca y calcetines de Calzedonia, gafas de Ray-Ban, pendientes de Tous y zapatillas de Nike.

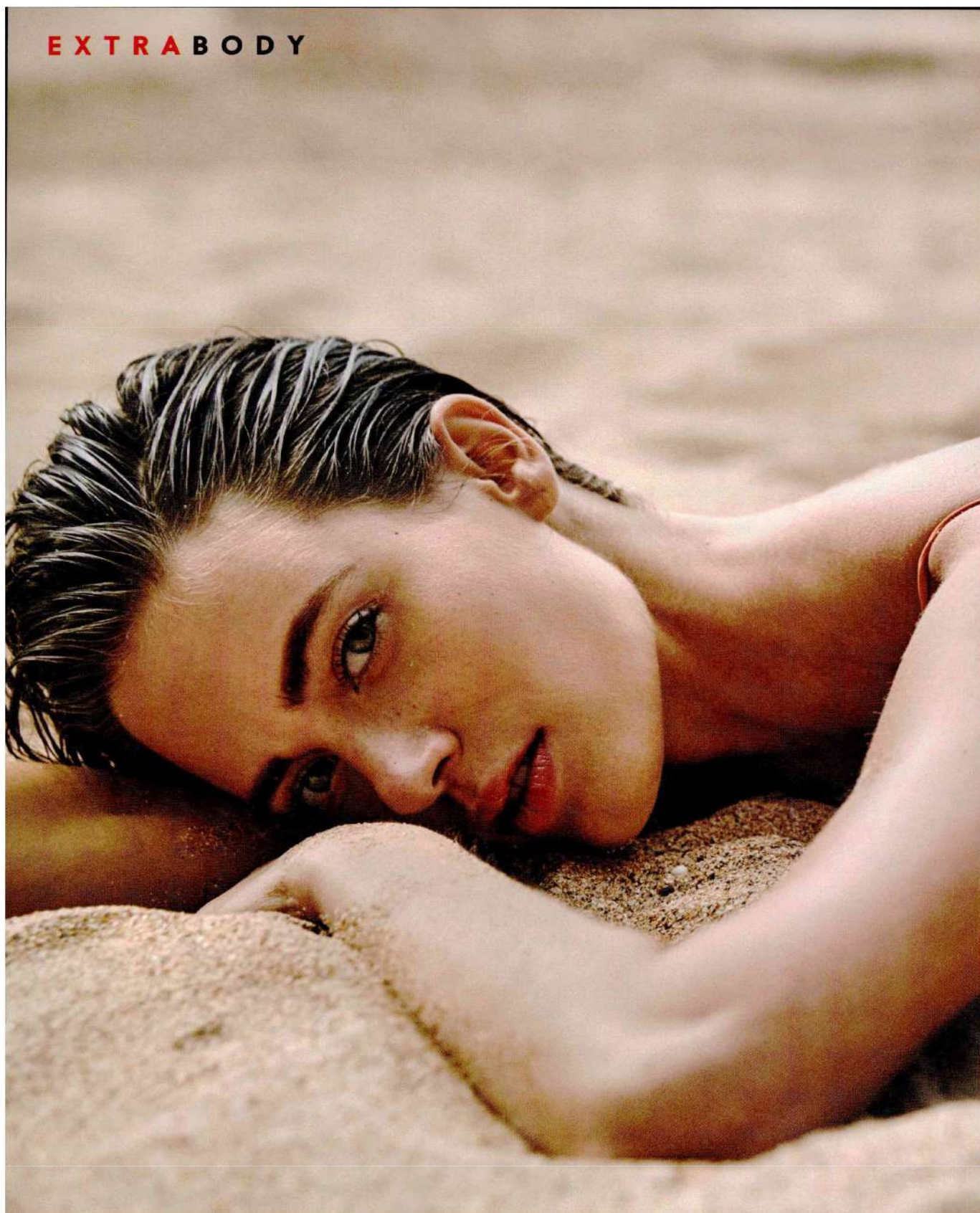
ESTILIZADO Y FELIZ

Cuidar, tratar y potenciar la belleza natural del cuerpo de manera global, remodelando, esculpiendo y combatiendo la celulitis en un solo protocolo, es lo que consigue 'Body Ritual Sarah Becquer' para The Beauty Concept. Un masaje energético y contundente, totalmente personalizado (según tus zonas más conflictivas), que luego puedes continuar en casa para prolongar los resultados con los aceites de tratamiento de la firma cosmética. Además, para que los activos penetren mejor y los resultados 'antiaging', drenantes y reafirmantes se multipliquen, utilizan distintas maniobras y mascarillas que contribuyen a lograr una sensación de desconexión total (desde 110 €, en thebeautyconcept.com).

Traje de baño de Hermès
y brazalete de Sportmax.



EXTRABODY



ESPALDA FIRME

Recta, erguida, elongada e impecable. Sabemos que, para conseguirla, es fundamental cultivar unas rutinas posturales correctas y fortalecerla con ejercicios específicos. ¿Su campo de batalla más común? Los antiestéticos flancos, que, con el paso de los años o con un estilo de vida sedentario, no tardan en aparecer. Elimínalos con el tratamiento no invasivo 'BodyFX', de Inmode, que remodela de forma selectiva las zonas más conflictivas, destruyendo los adipocitos mediante una radiofrecuencia que genera un calor preciso y óptimo en cada área a tratar. ¿Lo mejor? Que, al tensar la piel a la vez que reduce los depósitos de grasa, evita el descolgamiento que se produciría tras la pérdida de volumen (500 €/tres sesiones, en felicidadcarrera.com).

Traje de baño 'tie-dye' de H&M.

EXTRABODY

ESTRÉS EN MODO OFF

En ocasiones, el ritmo de vida tan acelerado que llevamos provoca que no nos sintamos a gusto en nuestra piel, algo que puede suponer un freno a la 'operación destape'. Desconecta de todo y regálote un masaje como 'El Retiro', que alivia las tensiones que se acumulan en las capas musculares más profundas y en los tejidos conjuntivos (160 €, en fourseasons.com/madrid); o como 'Luxe Relax', que, durante una hora, trata las zonas de la espalda, la cabeza y los pies. Te dejará como nueva y será el primer paso para (re)encontrarte bien (60 €, en thelabroom.com).

Traje de baño de Mango.



ABDOMEN DE ACERO

Drenar, reducir y reafirmar son los tres verbos claves si el foco lo ponemos en mejorar el aspecto de nuestro 'six pack'. La dieta equilibrada y el deporte son dos factores imprescindibles, pero hay algo más que podemos y debemos hacer si tenemos esta zona conflictiva. Su nombre es 'Zionic', un potente y superrefectivo tratamiento que combina radiofrecuencia y masajes activos con rodillos, y que es capaz de reactivar los procesos metabólicos para así conseguir una triple acción: dérmica, muscular y vascular (505 €/bono de cinco sesiones, en carmennavarro.com).

Biquini y gafas de sol de Emporio Armani, pendientes de plata de Tous y pesa de Technogym.



ÓVALO DEFINIDO

Además de resultar 'sexy' y ser muy favorecedor, tener el arco mandibular marcado es un claro signo de juventud. Si notas que la gravedad está empezando a hacer de las suyas en tu piel, apuesta por tratamientos como el 'Remodeling Face'. Es una corriente de frecuencia media que fortalece los músculos encargados de sostener la piel y repara los tejidos dañados, previniendo el envejecimiento (a partir de 85 €/sesión, en dianamontoya.com). Si prefieres técnicas manuales de remonte, la gurú del yoga facial Maiko es la persona que buscas (65 €/sesión, en yogafacial.es).

'Crop top' de rayas de Celine y gafas de sol de Ray-Ban.



EXTRABODY

PECHO Y ESCOTE 10

Alto, hidratado, tonificado y con volumen. Si definiésemos el busto perfecto, seguro que estos adjetivos se encontrarían en su descripción. Para ello, utilizar la ropa interior adecuada y hacer ejercicios pectorales es fundamental, pero no podemos descuidar la importancia del cuello y el escote, que son, en muchas ocasiones, los grandes olvidados. Si el doble mentón es tu punto débil, toma nota: 'My Tacha Lift Evoke', de Inmode, es tu tratamiento: una radiofrecuencia bipolar subdérmica que contrae los tejidos y un dispositivo que hace un moldeado tridimensional a nivel subdérmico (500 €/sesión, en tacha.es). ¡Espectacular!

'Total look' de Gucci.



EXTRABODY

PIERNAS DE
INFARTO

No tienen que ser como las de una modelo, pero sí deberían estar, dentro de las características de cada una, en su mejor versión. La mesoterapia es una opción muy efectiva porque consigue licuar la grasa subcutánea, mejora la oxigenación y reduce el aspecto de la piel de naranja (75 €/sesión, en cliniquelaprairie.es). Si lo que te preocupa es la firmeza, aún estás a tiempo de incluir sesiones de 'Indiba Deep Care' con masajes enérgicos de 'gua sha', que duplican los resultados del primero y oxigenan los tejidos. Será tu plan sin fisuras (975 €/bono de diez sesiones, en clinicaio.es).

Sudadera de IKKS, triquini con estampado de flores de Guess Beach, gorra de Celine y zapatillas de Adidas.

VÍDEO Y AYUDANTE DE FOTOGRAFÍA: JAMAL JENIAH, MAQ, Y PEL; MARÍA BORBOLLA PARA DIOR Y KÉRASTASE. AYUDANTE DE ESTILISMO: CLARRA GAVRILA. MODELO: JOY VAN DER ECKEN (SIGHT MANAGEMENT). PRODUCCIÓN LOCAL: POP HOUSE. AGRADECIMIENTOS: HOTEL THE RITZ-CARLTON, ASIANA (TENERIFE).

CUERPAZO DE VERANO

Un aspecto armónico, saludable y rejuvenecido es el resultado que todas buscamos al enfrentarnos a la 'operación bikini'. ¿Nuestros básicos? 'Body Shock', para tratar a la vez piernas, abdomen, flancos, glúteos, brazos, doble mentón y pecho (85 €, en instituto-de-benito.com); para mejorar el aspecto de la piel con celulitis, el láser 'Zerona Verjú' -de luz fría- logra grandes resultados (850 €, en doctormoiseseamsalem.com); y, para ponerte en forma y remodelar la figura, nada como entrenar en la plataforma 'Huber 360° FIT' de intervalos de alta intensidad, creada por LPG e inspirada en el método 'HIIT' (desde 20 €/diez minutos, en endermologie.es).

Traje de baño con aberturas laterales de Eres.

*SI QUIERES VER EL VIDEO DE LA PRODUCCION, ENTRA EN WWW.ELLE.ES

