

AFFARI REALI CARLO D'INGHILTERRA in attesa del trono fa l'affittacamere

MODA Trionfa la "donna pantera"



IL CASTELLO DI MAY



SPY

Settimanale n. 20 - 17 maggio 2019
GRUPPO MONDADORI

€ 1,00
91920 >
9 772532 185808

1 EURO



IL CASO PRATI
IO L'HO DIFESA
MA ORA VI RACCONTO
TUTTE LE SUE BUGIE



LUCA ONESTINI
PERCHÉ MIO
FRATELLO DICE
"NO" A TUTTE

POLEMICHE A BALLANDO
NUNZIA DE GIROLAMO
Quanti pregiudizi
contro di me perché
sono un **EX MINISTRO**



ELENA SANTARELLI LA GRANDE PAURA È PASSATA NOSTRO FIGLIO È GUARITO



Elena Santarelli con il figlio Giacomo, appena guarito da un tumore, in visita da Papa Francesco nel 2017.

GABRIEL GARKO
A Cannes con il
NUOVO LOOK
"Kiss
me Licia"



Austria €3,50 - Belgio €3,50 - Canada CAD 5,80 - Francia €4,00 - Germania €4,00 - Lussemburgo €3,50 - MC, Côte d'Azur €4,10 - Portogallo (CONT.) €3,00 - Spagna €3,00 - Svizzera CHF 3,70 - Svizzera Canton Ticino CHF 3,50 - USA: \$ 7,70

Beauty

L'estate sta arrivando (anche se, detto tra noi, con un po' di "tira e molla"), il conto alla rovescia per la faticosa prova costume è iniziato, ora c'è solo da organizzarsi per essere al top

A cura di Alessandra Pappalardo



Ci vuole un fisico bestiale...



AZIONE DUPLICE
"Concentrato Bifasico Snellente" drena e riduce i "cuscinetti", Collistar, € 39,50.



PASSEPARTOUT
"Olio di Argan Purissimo", scegli tu dove metterlo: viso, corpo, capelli, Incarose, € 19,50.



NIENTE EFFETTO TENDA!
"Rassodante Braccia Lift Effect" tonifica i tessuti, Somatoline Cosmetic, € 19,90.



PER PELLI SENSIBILI
"Crema rassodante seno" per una scollatura perfetta, Bionike, € 27,50.



EFFETTO FREDDO
"Gel anticellulite effetto freddo" con estratto d'alghie e caffeina, Laboratori Deborah Group, € 15,90.



ANTIETÀ
"Bodylift" è un siero liftante, un prezioso alleato contro i segni del tempo, Bakel, € 116.



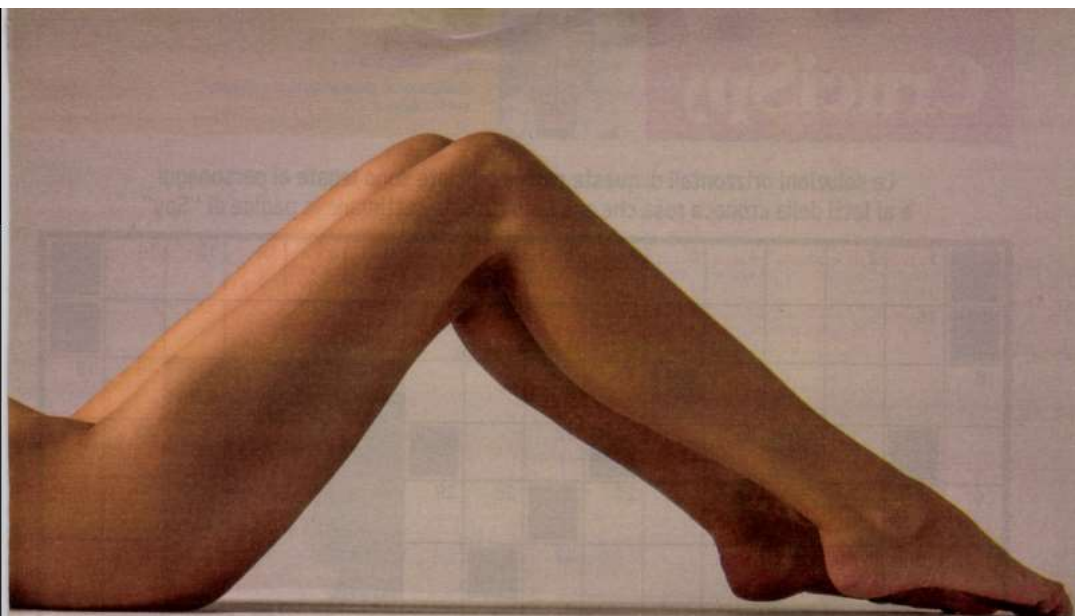
FANGHI
"Crema Fango Rassodante", non necessita di risciacquo, Geomar, € 13,99.



RIMODELLANTE
"Nutri-Modeling Corps" per una silhouette più definita, Filorga, € 43,90.



PROGRAMMA COMPLETO
"Cellulite Protocollo IN&OUT", per i punti più difficili Gianluca Mechi, € 69,50.



Siamo arrivati, la prova costume - anche se le temperature sembrano dirci ben altro - è alle porte. Come fare? Attiva, riduci, riduci la cellulite, sciogli il grasso e dà tono ai muscoli. Facile, vero? In realtà è ben più semplice di quanto sembri. Prima regola fondamentale, bevi almeno due litri di acqua al giorno e mangia in modo equilibrato e sano

(tanta frutta e verdura), se poi riesci a ridurre i carboidrati al minimo il gioco è fatto. Vinci la pigrizia facendo più movimento e sport. L'esercizio fisico accelera il metabolismo e potrai concederti qualche caloria in più a tavola. I migliori cosmetici faranno il resto: ti aiuteranno a combattere i "cuscinetti" e a rimodellare le zone difficili.