



# S.O.S.

## Sommer ohne Stoppeln!

Die Sonne kommt, die Härchen gehen – mittels Rasierer und Schaum, Zuckerpaste, Laserkraft oder ...? **look!** verrät Tipps & Tricks, damit in der Freiluft-Saison alles glatt läuft!

Text Monika Kulig Fotos Gillette Venus, iStock, Hersteller

## Achseln

### NASSRASUR

➤ **Wie:** Die klassische Form der Depilation punktet mit unkompliziertem Sofort-Effekt: Bester Zeitpunkt dafür ist abends nach dem Duschen – warmes Wasser macht die Härchen weich und lässt sie leichter kappen, über Nacht kann sich die Haut zudem besser erholen. Für ein optimales Ergebnis unbedingt ein Rasiergel bzw. Schaum verwenden (effektiver als Duschgel, schützt vor Schürfwunden) und behutsam in alle (!) Richtungen rasieren.

➤ **look!-Tipp:** Rasierer mit Pflegeaufsatz und mindestens drei Klingen sind für die zarte Achselpartie ideal, da nicht so viel Druck ausgeübt werden muss.

1. Bildet schützenden Gleitfilm: „NIVEA Protect & Shave Rasiergel“ um € 3,79.
2. 5-Klingen-Technologie: „Venus Embrace Sensitive“ von Gillette um € 12,49.
3. Physiologisches Deo ohne Aluminium: Roll-on von La Roche-Posay um € 8,90.



**HAARLOS HAPPY.**  
Eine makellos glatte und geschmeidige Haut ist im Sommer ein Muss!



# Beine

## NASSRASUR

➤ **Wie:** Ein gründliches Peeling zum Start befreit von kleinen Unebenheiten und beugt eingewachsenen Haaren vor. Um Rasurbrand zu vermeiden, den Rasierer in wenigen Zügen und immer in Wuchsrichtung gleiten lassen. (Von den Oberschenkeln in Richtung Knöchel arbeiten!) Die oberste Hautschicht wird durch die Rasur stark strapaziert, daher sollten die Beine anschließend mit einer beruhigenden Körpercreme eingeschmiert werden.



1. Perfekt gepeelt mit „Flake Away“ von Soap & Glory um € 14,95.
2. Fluffige Erdbeer-Rasiercreme von Lush: „D'Fluff“ um € 9,95.
3. Für unterwegs: „Gillette Venus Embrace Snap“ um € 12,49.
4. Milde „Deep Comfort Body Lotion“ von Clinique um € 29,95.

## EPIILIEREN

➤ **Wie:** Zieht unangenehm, da die Haare von winzigen Pinzetten direkt an der Wurzel gepackt werden – dafür erfreut man sich wochenlang an seidig glatter Haut. Ratsam für Epilier-Neulinge: Kalte Wassergüsse vor der Prozedur mindern den Zupfschmerz. Bürstet man zudem die Haut vorher trocken ab, stellen sich die Härchen auf und können vom Epilierer besser erfasst werden.



1. Must-have-Tool fürs Bad: „The Mio Body Brush Kit“ um € 17,- via [www.niche-beauty.at](http://www.niche-beauty.at)
2. Hautschonend: „Satin Perfect Epilierer“ von Philips. Um € 139,99.
3. Reinigt sanft und beruhigt Irritationen: physiologisches Duschgel von La Roche-Posay um € 11,90.

## WAXING

➤ **Wie:** Warmwachs-Vliesstreifen werden auf die Haut gedrückt und mit einer ruckartigen Bewegung in entgegengesetzte Richtung abgezogen. Bonus: wochenlange Haarfreiheit. Nachteil: nichts für Empfindliche. Und: Haare müssen lang genug sein (4 mm), um entfernt werden zu können.

Für Geübte: DIY-Waxing mit dem „Warmwachs Roll-on“ von Balea um € 4,95.



Gillette Venus: Hersteller



## TERMINE 2015

**SA: 30.5.2015**

4. x cross run

**DO: 4.6.2015**

Brigittener Bezirkslauf

**SO: 14.6.2015**

25. Simmeringer Haide Lauf

**DI: 16.6.2015**

6. SPOKI-Summerstage Lauf

**SO: 28.6.2015**

6. Wald- und Wiesen-Lauf

**SO: 30.8.2015**

7. Augartenlauf

**SO: 6.9.2015**

9. Stammersdorfer Winzerlauf



12.9.: 3. WAT Meidling Lauf | 13.9.: 9. Donauparklauf | 16.9.: 4. 55+ Lauf | 19.9.: 8. Liesinger Herbstlauf | 20.9.: 1. Seestadtlauf  
26.9.: 14. Groß Jedlersdorf Lauf | 27.9.: 6. Jubiläumswartelauf  
29.9.: 9. vienna night run | 3.10.: Krebsforschungslauf | 26.10.: Finale Grande - WienläuftWAT 2015

# WWW.WIENLAEUFT.AT



Body & Mind

7. (34)

# Bikinizone

## ENTHAARUNGSCREME

**Wie:** Wen die Chemiekeule nicht stört, der greift zur speziellen Enthaarungscreme für den Intimbereich. Während der Einwirkzeit lösen haarzersetzende Chemikalien die Haare in ihrer Struktur auf, sodass man sie anschließend mit einem Spatel abtragen kann. Vorteil: kostengünstig, schnell und schmerzfrei. Nachteil: Dicke Härchen bleiben oft über und erste Stoppeln melden sich bereits nach einigen Tagen wieder zurück.

**look!-Tipp:** Um allergische Reaktionen auszuschließen, sollten Enthaarungscremen vor der Erstanwendung, z. B. am Handgelenk, auf Hautverträglichkeit getestet werden.



1. Dank Applikator auch an unebenen Stellen leicht aufzutragen: Haar-entfernungsceme für die Bikinizone von Veet um € 5,29. 2. Falls Juckreiz und Rötungen auftreten sollten, hilft Babypuder von Penaten um € 3,29.



## SUGARING

**Wie:** Eine besonders sanfte und gründliche Enthaarung aus dem alten Ägypten, bei der die Härchen mit handwarmer Zuckerpaste (eine Mischung aus Wasser, Zucker und Zitronensaft) an der Wurzel entfernt werden. Weil beim Sugaring nicht „gegen den Strich“, sondern in die Wuchsrichtung gearbeitet wird, ist das Schmerzempfinden geringer als beim Waxing. Die Haare brechen seltener ab und wachsen auch nicht ein. Großes Plus: Selbst kürzeste Härchen werden dabei erwischt.

**Wo:** z. B. im SINE-SINE Studio, 1., Christinengasse 2, [www.sine-sine.com](http://www.sine-sine.com), Sugaring in der Bikinizone ab € 20,-.

## IPL-HAARENTFERNUNG

**Wie:** Die permanente Enthaarung mit Blitzlampentechnologie (Intense Pulsed Light-Technologie) sorgt dafür, dass kurze Lichtimpulse an die Haut abgegeben werden, die den Haarfollikel zerstören und eine Neubildung verhindern. Die IPL-Methode ist nahezu schmerzfrei und überzeugt mit langfristigen Ergebnissen. Vier bis sechs Sitzungen sind in der Regel notwendig.

**look!-Tipp:** Vorsicht gilt bei Lock-Angeboten von unseriösen Anbietern! Bei Vertragsbindungen, Abos und Vorauszahlungen sollten die Alarmglocken schrillen.

**Wo:** z. B. im Kuzbari Zentrum bei Dermato-Kosmetikerin Sonja Panagiotides, 1., Kärntner Straße 51, [www.kuzbari.at](http://www.kuzbari.at)

Propaganda: SINE-SINE, Hersteller

ANZEIGE

## Zeit für ein gesundes STRAHLELÄCHELN

*Raus mit Amalgam: Mit einer Ausleitung wird der umstrittene Füllstoff entfernt.*

Der hohe Quecksilbergehalt hat bereits früh eine Diskussion über mögliche Gesundheitsgefährdungen bewirkt: Es besteht die Gefahr, dass Quecksilber kontinuierlich aus den Zahnfüllungen freigesetzt, vom Körper aufgenommen und in den

Organen gespeichert wird. Einige Studien deuten darauf hin, dass dieser Prozess gesundheitliche Beschwerden verursachen kann: Der Patient ist demnach zellulär vergiftet von Amalgamfüllungen.

**In besten Händen.** In ihrer Wohlfühl-Ordination zaubert die Wiener Zahnexpertin Dr. Barbara Matejka neues Lächeln ins Gesicht ihrer Patienten: „Mit einer schmerzfreien Spezialabsaugung sorgen wir für eine gesundheitsschonende Amalgamentfernung.“



DR. MED. UNIV. BARBARA MATEJKA

Fachärztin für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde, Implantologie und ästhetische Zahnheilkunde. 7., Kirchengasse 12, Tel.: 01/526 31 50, [office@drmatejka.at](mailto:office@drmatejka.at), [www.drmatejka.at](http://www.drmatejka.at)

Katharina Schmitt

