

## **GAMBE PERFETTE GRAZIE AI 10 MIGLIORI PRODOTTI TONIFICANTI, RASSODANTI, LEVIGANTI (ANDIAMO AVANTI?)**

**Gambe perfette come ottenerle, guida pratica a prodotti e trucchi che proprio non potete non conoscere (e provare)**

**Come avere gambe perfette senza cellulite? No, pregare non basta. Esercizio, dieta equilibrata, massaggi e prodotti cosmetici studiati ad hoc fanno tutti parte di una beauty routine obbligata, soprattutto se l'obiettivo gambe perfette non riguarda solo i mesi prima della prova costume, a questo poi ci si aggiunge la genetica (come rilevato dalla Società Italiana di Medicina e Chirurgia Estetica, la cellulite è generata da un accumulo di adipe concentrato soprattutto nell'interno ed esterno coscia e glutei, nel 95% dei casi colpisce le donne e nel 5% gli uomini ndr) e qui alziamo le mani. Lisce e senza cellulite né con macchie e/o peli incarniti, e non, (anche se la nuova tendenza è quella di lesinare su ceretta e depilazione), toniche ma femminili, perfette insomma. Sogno di tante realtà per qualcuna, meno di quelle che immaginiamo in realtà, visto che ad esempio dietro alle gambe perfette star ci sono segreti e trucchi che ci sfuggono (e non dovrebbero).**

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**

**Shifaaz shamoon / Unsplash.com**

**Dalle cosce sexy di Amal Clooney, ai segreti delle gambe perfette senza cellulite di Chiara Ferragni post gravidanza intenta a una remise en forme, con tanto di trattamenti specifici per gambe snelle e sode, passando per Rihanna che non teme gambe lisce senza peli incarniti perché non si fa la ceretta, punto, o Alessia Marcuzzi slanciatissima che ha gambe perfette, 3 buchi come da manuale; le gambe delle donne, tanto più se sono quelle delle celeb, sono spesso sotto la lente d'ingrandimento del giudice più severo, ovvero noi stesse. Le gambe, non ce ne voglia Jo Squillo, sono e rimangono uno degli strumenti di seduzione più potenti che noi donne possediamo tanto che diventano spesso il cruccio di molte. Insomma, come tonificare le gambe è un tema caldo sempre e lo è ancora di più in queste (poche) settimane che ci separano dai weekend al mare senza capi studiati ad hoc né escamotage da instagrammer e bugiarde seriali quando si parla di peso (soprattutto il proprio). Cosa fare, quindi, per correre ai ripari? Le regole sono sempre le stesse (di cui sopra) abbinare alle abitudini alimentari e workout (l'unico che garantisce gambe snelle e sode), abbondanti (e costanti) spalmate di crema rassodante ad assorbimento rapido. Ecco, la risposta alle domande più frequenti e i prodotti migliori (e pratici) da provare per sostenere gravità e sensi di colpa.**

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**

**Gambe perfette in poco tempo Come fare e, soprattutto, cosa fare per avere gambe perfette in due settimane? E in due mesi? Forse bisognerebbe chiederlo alle modelle, gambe da fenicottero e sempre perfette, ma probabilmente le risposte ottenute aumenterebbero lo sbattimento e probabilmente anche la cellulite. La cosa migliore, come sempre, è quella di affidarsi al parere di un esperto o affidarsi a centri qualificati.**

**Courtesy photo**

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**

**Benessere, relax ma soprattutto detox all'Aspria Harbour Club che per la primavera propone un'interessante routine spa per purificare il corpo, con un focus specifico sulla cellulite andandola a contrastare con il GPL **endermologie®**, un lipomassaggio meccanico che stimola le cellule andando in profondità.**

**Courtesy photo**

**Il centro benessere Monticello SPA & FIT propone un trattamento benessere in Criocamera che sfrutta le potenzialità del freddo estremo, dai -90° ai -130°, per una durata di circa 3**

minuti, per stimolare la circolazione sanguigna, il sistema endocrino, il sistema immunitario e il sistema nervoso centrale, generando un'azione benefica che interessa l'intero organismo sia dal punto di vista fisico sia psicologico, andando tra le altre cose a indurre una riduzione di massa grassa e cellulite.

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**

**Courtesy photo**

**Caffè verde complex by Erbamea, un integratore alimentare che contiene caffè verde, utile per una fisiologica azione di sostegno metabolico; Arancetti amari immaturi, utili per stimolare il metabolismo e favorire l'equilibrio del peso corporeo; Ananas, utile per coadiuvare il normale drenaggio dei liquidi corporei e contrastare gli inestetismi della cellulite. 13,00 Euro.**

**Come avere gambe lisce**La depilazione ha i suoi segreti e ottenere una pelle gambe perfetta non è poi così semplice come sembra. Anche se siete fan del fai da te, quando si parla di ceretta, a meno che non siate delle beauty pro, meglio affidarsi alle mani esperte di un estetista, questo limiterà le controindicazioni, dai peli incarniti ai capillari che si rompono, garantendovi gambe perfette per l'estate. Alleati delle gambe lisce le creme idratanti, nutrienti e anti smagliature.

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**

**Courtesy photo**

**Cell control di Becos, il trattamento nutriente e ultra piacevole che garantisce elasticità e tonicità a tutti i tipi di pelle anche quelle più delicate. 49,00 euro.**

**Courtesy photo**

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**

**Latte corpo Foglie di Fico di Klorane. La generosità zuccherina del Fico e la delicatezza del Tè che si fondono alle note della Fresia per un elisir esaltate dal potere nutritivo. 19, 90 euro.**

**Gambe perfette scrub**Lo scrub, il tuo migliore amico. Da fare prima della ceretta per garantire un'ottimo risultato oltre che gambe perfette dopo depilazione, ma anche come coccola per levigare e stimolare la micro circolazione. Perfetto se fatto in un centro estetico ma anche prima di fare la doccia con prodotti specifici così come lo scrub casalingo e naturale.

**Courtesy photo**

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**

**Sparkle Skin Body Exfoliating Cream di Clinique leviga la pelle lasciandola pulita e morbida al tatto. 36,50 euro.**

**BUY NOW!**

**Courtesy photo**

**Talasso-Scrub Rassodante di Collistar abbina i benefici della talassoterapia all'efficacia rassodante. Un mix di sali marini, sale rosso e polvere di nocciolo di ciliegia leviga e purifica la pelle, mentre l'olio di ciliegia e l'estratto d'alga Padina pavonica favoriscono il tono e la compattezza della pelle e molto altro ancora. 20.00 euro.**

**Gambe perfette come ottenerle, i prodotti migliori e per combattere cellulite**

**Courtesy photo**

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**

**Lo Snellente Drenante Gambe di Somatoline Cosmetics agisce drenando i liquidi in eccesso, uniformando la pelle e donando un'immediata sensazione di leggerezza grazie alla texture gel effetto ghiaccio. 36,90 euro.**

**Huile Sèche Minceur Relaxante by LPG Endermologie® un cosmetico per il corpo che associa proprietà drenanti e snellenti ad un'azione rilassante e anti stress, per un**



**immediato senso di benessere. 46,00 euro.**

**Courtesy photo**

**Massaggiatore anticellulite rassodante, Sephora collection. Un massaggiatore che riduce l'aspetto a buccia d'arancia con morbide punte di gomma. Per combattere la cellulite grazie ai rulli massaggianti che rassodano le zone interessate: cosce, ventre, fianchi... . 5,00 euro.**

**Pubblicità - Continua a leggere di seguito**