

いつ知ってる?

最新&注目ダイエットネタ10連発

ダイエットネタは日々進化！
理想のボディを手に入れるために
情報のアップデートは必至！

55

セレブ御用達。 エプソムソルトで 発汗！毒出し！

ハリウッド女優やモデルから火がついたエプソムソルトは硫化マグネシウムの結晶。代謝UP&血行促進に。体に必要なミネラルを皮膚から補給。発汗力に驚き。エプソムソルト 907g ¥1800/アクアベース



49

スリミングにも オイルの時代、到来！

マッサージしやすいテクスチャー、凝縮された植物成分のパワー、癒しの香り、スキンケア効果。オイル美容はスリミングでもパワーを発揮。

ともにむくみ&セルライトケアに◎。a ロゼ エクストラ プリアント ボディオイル 100ml ¥4800/メルヴィータジャパン b スリミングオイル 100ml ¥2600/エトヴォス



50

新スタジオの 空中ヨガで しなやかボディ

元シェイプアップガールズ・中島史恵さんプロデュースのスタジオがオープン。重力の負担を軽くする、ハンモックでの空中ヨガは未知なる開放感！



SalonData
avity代官山 東京都渋谷区猿楽町5-10 15ビル ☎03(6416)0625 ☎7:30~23:00、日~21:00 不定休 ヨガ・ダンススタジオ初回 ¥1900 月会費 ¥2000。浴若スタジオも。



56

セルライト撲滅 の最新最強 アプローチ

シスレー「セルリ ノーヴ」は脂肪細胞の成長スピードを遅らせる、画期的な最新作。効率よくマッサージもできるローラー付きアイテムも今季ならではの。

a 2つのローラーがウエストなど曲線にもアプローチ。PJ BEAUTY ローリングシェイパー 120ml ¥2980(税込み)/PEACH JOHN b 温感作用でむくみも解消。ワオライン ロールオンボディ 120ml ¥1800/BCL c セルライトケアに特化。セルリ ノーヴ 200ml ¥22000/シスレージャパン(4月25日発売)

51

食いしん坊の 強い味方 新顔サプリメント

ダイエットが一番ツライ、食欲との闘い。サプリメントを上手に取り入れ、いつもの食生活で無理せずスッキリ。

a 活きた酵素が脂質や糖質を分解。夜遅いごはんでも30包 ¥2839/ジョー ジオリバー b 腹八分目に着目し、食べすぎを防止。酵母&ビフィズス(30)60粒入 ¥2750(編集部調べ)/資生堂(5/21発売)



57 部分やせに、 EMS×脂肪融解 の威力！

Y字ローラー型の小さなマシンに、EMS、高分子成分導入などが多機能を搭載。専用美容液を合わせれば痩身効果がさらにアップ！

(右から)二の腕や脚、お腹など全身にココロコ。マルチドライブ ¥120000、脂肪を溶解するボディ美容液。PERFECT ESSENCE B 100ml ¥30000/ARTISTIC&Co.



52

贅肉がバストに!? ハミ肉グイ寄せ "育乳ブラ"

背中から脇の贅肉をカップについた凹凸で刺激して、キレイなバストに育てる画期的なブラ。

カップに入れた背中のお肉は戻さずキープする設計。はみ肉グイ寄せ美容ブラ ¥3280(税込み)/PEACH JOHN



58

"ベタ腹呼吸"で ゴロ寝しながら やせられる!?

1日1分、体幹を使う呼吸法をするだけ。そのメソッドをわかりやすいDVD付きで解説。なんと1時間でウエスト-10cm以上の体験談も！

【DVD付き ベタ腹呼吸で即やせる!】¥1200(学研パブリッシング)



54

膝下ほっそり、 最新エステ "ふくらはぎスリム"

脂肪細胞を破壊するキャビテーションに、骨格や筋肉の歪みを直す施術をプラス。太く見える原因を根本からリセットし、まっすぐ、シュッと膝下に。目に見える効果が持続する。



骨盤や膝周りの骨の位置を調整し、脚の筋肉の使い方も矯正。翌日は軽く筋肉痛に。

SalonData

STYLE M 東京都渋谷区神宮前4-11-6 表参道千代田ビル3F ☎03(5771)1150 ☎11:00~20:00、土・日・祝10:00~19:00 無休 ふくらはぎスリム60分 ¥19800

53

骨盤レギンスの ニューカマーは むくみも解消!

骨盤をしっかり支えて、お腹のぽっこりを抑える人気シリーズに、脚への着圧機能も備えたレギンスが登場！

下半身全体を引き締め、美脚をサポート。スリムウォーク骨盤をきっちり支えるレギンス オープン価格/ピップ

