

SPORTSFAN

Danmarks ultimative sportsmagasin

OKTOBER 2010

TRÆNER- FYRINGER VIRKER

> Det betaler sig at
skille sig af med chefen

MICHAEL LAUDRUP

UDRABT SOM
FRELSE
PÅ MALLORCA

> Stor reportage fra ferien

TÆNK SOM EN TOPATLET

> Tricks til at forbedre din
hverdag og præstationer

NHL

> NY SÆSON

Rivalisering giver
ligevel nyt liv

Plus: Lasse Schone, Maku Ejlergaard,
NBA, fokus på Bundesligaen,
Troels Bech og Morten Bruun

**FCK'S
SKARPE KANT
HAR FÅET
NYT LIV I
EUROPA**

JESPER GRØNKJÆR

"FLERE ÅR VAR KAOS I MIT LIV"



PAS PÅ KNOPPEN

Hudpleje-ritualer er ikke en dårlig ting at indføre. Heller ikke for manden. Vi har samlet lidt forskelligt til dig og kæresten.

1. **Decleor Mens Essentials.** En hudplejeserie med alt, hvad manden behøver på toilethylden. Eye contoure Energiser 15 ml 399 kr. Shave Perfector serum. Kan bruges før og efter barbering. 15 ml 549 kr. Skin Energiser. Aftershave 50 ml 499 kr.
2. **Vichy Homme.** Maskulin pleje til den aktive mand, baseret på termalsk kildevand fra Lucas Kilden i Vichy. Purifying Cleansing Gel 125 kr. 99 kr. Hydra Mac C 24 hrs care. 50 ml 149 kr. Sensi Baume Mineral After-Shave Balm 75 ml. 139 kr.
3. **Matis Réponse Homme.** Energi til træet og hævet hud. Eye Care 15 ml 355 kr. Energizing Gel 50 ml 445 kr.
4. **Derma Eco. Unisex.** Certificeret økologi til hele familien. Rensegel 150 ml 75 kr. Dagcreme spf 6 50 ml 99 kr. Natcreme 50 ml 99 kr.
5. **Bobbi Brown.** Masser af fugt for en sund hud. Hydrating Eye Cream 15 ml 310 kr. Intense Night Cream 50 ml 475 kr. Face Tonic 200 ml 245 kr.
6. **Beauté Pacifique. Unisex.** Dansk aldersbekæmpende hudplejeserie. Vitamin A Anti-wrinkle eye creme 15 ml 220 kr. Oil-free Moisturizer 40 ml 215 kr. Defy Damage Skin Repair Lotion 40 ml 369 kr.
7. **Helena Rubinstein Prodigy Powercell.** Glattere hud, smukkere glød og styrket fasthed. Powercell Serum 50 ml 595 kr. Powercell day cream 50 ml 825 kr.
8. **Nu Skin AgeLoc elements. Unisex.** Aldersbekæmpende hudpleje. Går målrettet efter kilderne til ældning. Sæt med Gentle Cleanser og Toner. Radiance Day cream spf 22. & Transforming Night 1242, 00
9. **Dermalogica. Unisex.** En klinikforhandlet hudplejeserie uden irritationsfremkaldende ingredienser. Multiactive Toner 250 ml 270 kr. Active Moist 100 ml 440 kr. Skin Hydrating Booster 30 ml 595 kr. Total Eye Care spf 15 355 kr.
10. **Darphin Hydraskin** støtter humanitære projekter i Ghana. Fyld din huds naturlige 'vandbeholdning' op, så den bedre kan beskytte sig, og bevar din huds ungdommelighed. Hydraskin Night 50 ml 479 kr. Wrinkle Corrective Eye contour Cream 15 ml 515 kr. Hydraskin Intensive Moisturizing Serum 30 ml 399 kr. Hydraskin Essential All-day Skin care 50 ml 359 kr.
11. **Elizabeth Arden Intervene. Unisex.** Udsæt fine linjer og rynker og få en klarere hud. Timefighting Radiance Serum 30 ml 495 kr. Skine Tone Perfection Capsuls 37 stk. 340 kr.(bruges om natten) Radiance Boosting Moisture Cream spf 15 50 ml 480 kr. Stress Recovery Night Cream 50 ml 495 kr.
12. **Rudolph Care.** Certificeret bæredygtig luksus. 100 % troværdighed på krukke. Forkæl din hud og miljøet med den reneste økologi. Make-up remover 100 ml 295 kr. Facial Moisturizer Acai Anti-ageing 50 ml 495 kr. Eye cream Acai Antioxidant 15 ml 395 kr.
13. **Prevage Anti-age. Unisex.** Effektiv beskyttelse mod alle frie radikaler, der forårsager for tidlig ældning af huden. Eye moisturizing treatment 15 ml. 750 kr. Day Ultra Protection Moisturizer spf 30 50 ml 1.000 kr. Anti-aging Night cream 50 ml 1.100 kr. Face Advanced Anti-aging Serum 50 ml 1.450 kr.
14. **Origin VitaZing spf 15.** Energy-booster for strålende hud. 50 ml 295 kr. Brighter by Nature. Naturens alternativ til laserbehandling. 50 ml. 345 kr. Make a Difference Night Skin gel-cream. Genopret hudens naturlige natterytme. 50 ml 345 kr.
15. **Biotherm Skin Ericetic. NYHED.** Træthed pga. et hektisk liv kan også ses på ansigtshuden. Fresh Skincare virker på alle tegn på stress i huden: manglende glød, uklare farve, synlige porer, grov struktur og ru hud. Dag og nat creme 50 ml 355 kr./stk.

HVORFOR ER DET VIGTIGT AT RENSE HUDEN?

Ansigtshuden er tynd og konstant udsat for vind og vejr. Fordi ansigtet ikke er beskyttet som resten af kroppen, samles snavs og forurening på hudens overflade. Derfor er den daglige rensrutine vigtig for at holde huden ung og flot. Mangel på en ordentlig afvaskning medfører tilstoppede porer med bumser og hudorme som resultat.

HVAD ER SERUM?

Serum er et produkt, man bruger, efter at huden er rensset og tonet, men før du bruger din ansigtscreme. Serum er oftest 3 gange så effektivt som en creme, men har ingen beskyttende eller fugtende egenskaber. Det er kun designet til at booste optagelsen af de plejende ingredienser, der findes i dine ansigtscremer. Kombiner derfor altid serum og creme, så effekten bliver optimal.





6



7



8



9



10



11



12



13



14



15