

MEN'S FITNESS

SPÉCIAL
APERO
LE PLAISIR
SANS LES
KILOS

#17 • FORME ET LIFESTYLE

VOTRE ÉTÉ 100 % UTILE

**60 JOURS
POUR *TOUT*
CHANGER**

423 CONSEILS
FORME SANTÉ NUTRI
POUR PRENDRE LE CONTRÔLE
DE VOTRE CORPS

SEXE

38 CHOSES FONDAMENTALES
À SAVOIR SUR LES FEMMES

BIEN CHOISIR
VOS SOLAIRES

PRÉPAREZ VOTRE
1^{ER} TRIATHLON

DES
**ABDOS
VISIBLES
EN 30 JOURS**

PROGRAMME COMPLET
+ PLAN NUTRITION INCLUS
RÉSULTATS GARANTIS!

TRANSFORMEZ VOTRE
GRAS EN MUSCLE

**LES 9 SECRETS
NUTRITION DE
HUGH
JACKMAN**

SON PLAN
EN 4 SEMAINES
POUR UN TORSO
DIGNE DE
WOLVERINE

BIVOUAC
MODE D'EMPLOI

À LA SALLE
7 ERREURS
STUPIDES À ÉVITER

**NOS ASTUCES
POUR CONSERVER
VOTRE BRONZAGE**
MÊME APRÈS LES VACANCES

MENSFITNESS-MAGAZINE.FR

L 18196 - 17 S - F: 3,90 € - RD



Voyagez léger

Pour vos week-ends évasion ou vos vacances, optez pour une trousse de toilette light avec des produits miniformat.

PAR SYLVIE DI MEO

PARENTHÈSE FARNIENTE



LES PROPRIÉTÉS

Dentifrice format voyage pour des dents saines et un émail protégé.

LE PRODUIT

Regenerate, 2,50 € le tube de 14 ml.



LES PROPRIÉTÉS

Rasoir électrique rotatif compact Flex360°. Petit, il se glisse partout.

LE PRODUIT

Remington, 69,99 €.



LES PROPRIÉTÉS

Cire coiffante Collé-Serré Got2b, texture modelante pour un look sans effet carton.

LE PRODUIT

Schwarzkopf chez Monoprix, 7,30 € les 75 ml.



LES PROPRIÉTÉS

Désincrustant oxygénant visage, élimine en douceur les cellules mortes et les impuretés.

LE PRODUIT

Global Pur, **Phytomer Homme**, 26 € les 50 ml.



LES PROPRIÉTÉS

Gel contour des yeux ultra décongestionnant et frais, riche en vitamine A et E, et en huiles végétales.

LE PRODUIT

Eisenberg Homme chez Marionnaud, 72,99 € les 30 ml.



LES PROPRIÉTÉS

Lait protecteur solaire SPF 30, un petit bijou qui a nécessité pas loin de 9 brevets pour protéger la peau des rayons UVA/UVB bien sûr, mais aussi pour éviter les taches de crème solaire sur les vêtements.

LE PRODUIT

Nivea Sun, 6,50 € les 50 ml.