

YAZ REHBERİ

Yaza dört dörtlük girmek isteyen erkekler için en özel bakım, sağlık ve fit kalma sırlarını derledik



DOLGUN SAÇLAR

Erkek tipi saç dökülmesinde, saç kılıfı içerisinde testosteron hormonu enzimle birleşerek Di-Hydro testosterona dönüşür. Yeni oluşan bu yıkıcı hormon, saç kılıfımızda bulunan genetik alıcılara tutunarak daha ince, kısa ve renksiz saçlar oluşmasına neden olur. "Erkeklerle özel olarak uyguladığımız Lupex serisi ile dört ila altı ay süreli düzenli kullanım sonrasında, zayıflayan bölgelerde saçların daha fazla uzadığını, kelleşen bölgelerin sınırlarının küçülmeye başladığını ve saç üretimine ara vermiş gözeneklerin tekrar saç üretimine geçtiğini gözlemliyoruz. Saç kaybına eşlik eden sağlık problemleri, stres, beslenme bozuklukları, saç derisi sorunları mevcutsa, bu durumlarda saçın gelişimine ve güçlenmesine destek olan alternatif güçlendirici uygulamalarla saçın kalınlaşmasına ve uzamasına destek sağlıyoruz," diyor trikolog Evrim Bayraktar.

10 kür, 1.250 TL, Akademi Saç Terapi; (0212) 248 53 51.



LUNA for men cilt temizleme cihazı, 655 TL; ladeesse.com.tr.

CILDİNİZİ TEMİZLEYİN

Foreo'nun erkekler için özel tıraş öncesi bakım ürünü LUNA for men yumuşak silikon uçlara sahip yüzeyi ve dakikada 8.000 titreşim yapan teknolojisi sayesinde tıraş öncesi erkek bakımında yeni bir yöntem sunuyor. Bir dakikalık kullanımdan sonra cildi nazik bir şekilde derinlemesine temizleyerek tıraşa uygun hale getiriyor ve daha kolay tıraş imkanı sağlıyor. Jilet darbesine bağlı olarak tıraş sonrası oluşan tahrişin azalmasına yardımcı oluyor ve cildi kirlerden arındırarak daha canlı bir görünüm sağlıyor. Aynı zamanda arka yüzeyinde yer alan yaşlanma karşıtı özelliği ile yaşlanma belirtilerini azaltıyor. Hem sabah hem akşam kullanıldığında, çizgi ve kırışıklık görünümünü en aza indirirken, ciltte oldukça yumuşak ve genç bir etki bırakıyor.



KISA SÜREDE FORMA GİRİN

Functional Training; itme, çekme, çömelme, dönme, taşıma ve yürüme gibi günlük temel fonksiyonel hareket kalıplarını taklit ederek serbest ağırlıklar ve alternatif özel ekipmanlarla yapılan bir antrenman sistemi. Hillside City Club Etiler'de farklı bir spor deneyimi sunmak amacıyla tasarlanan bu yeni egzersiz modelinde, spor tutkunlarına Pliometrik antrenmandan rope training (halat tırmanma ve fırlatma) çalışmalarına kadar, birçok farklı egzersiz yapma imkanı sunuluyor. Denge, güç ve kondisyon odaklı egzersizlerle tekli kas çalışmalarından çok, çoklu kas grupları devreye sokulduğu için pek çok spora göre daha kısa sürede kaslar güçleniyor, vücut sıkılaşıyor. Bu egzersiz sistemi kişinin günlük fonksiyonel hareketlerini rahat bir şekilde yapılabilmesine de yardımcı oluyor.

Functional Training, Etiler Hillside Ciltly Club; (0212) 352 23 33.

GENETİK POTANSİYELİNİZİ KEŞFEDİN

Sağlıklı ve uzun yaşam, doğru beslenme ve güçlü bir spor performansı için geliştirilmiş bir gen testi olan DNAFit, bireyin eşsiz potansiyelini ortaya çıkartmak için genetik şifresini çözüyor ve kişiye özel bir rehber sunuyor. Kişinin kendi tarafından yapılabilen, basit bir tükürük testi olan bu test ile gen varyasyonları inceleniyor ve buna göre beslenme ve spor üzerine rehberlik edecek kişiye özel bir rapor sunuluyor. Beslenme şekli, miktarı ve spor alışkanlıkları ile taktiklerine dair bir yol haritası sunarak bireyin genetik potansiyelini ortaya çıkartıyor.



Tamamen kendilerine özel tasarlanmış bir beslenme yöntemi benimsemek isteyenler, amatör ve profesyonel sporcular DNAFit gen testi ile bir yaşam rehberi edinebilir.

DNAFit gen testi, 1.250 TL; dnafit.co.

TIRAŞINIZI MÜKEMMELLEŞTİRİN

Gillette, geliştirdiği dört yöne hareket edebilme özelliğine sahip FlexBall teknoloji Fusion ProGlide ile tıraş deneyimini daha keyifli hale getiriyor. Fusion ProGlide'in en önemli özelliği dört yöne hareket edebilme özelliğine sahip sapıyla erkeklerin yüz kıvrımlarına maksimum temas sağlaması ve neredeyse her kılı alabilmesi. Cilt üzerinde daha yumuşak bir hareket sağlayan geliştirilmiş kaygan bant ve daha iyi kontrol için yaratılan ergonomik yapıyla bakımına özen gösteren erkekler için ideal seçim.

Gillette FlexBall Fusion ProGlide, 24,99 TL, Watsons; 444 99 87.



GENÇ GÖRÜNÜM

Tüm gün boyunca nemi ciltte tutarken kuruluk, donukluk, ince çizgiler ve diğer yaşlılık belirtilerine karşı savunma gücünü artıran yüksek performanslı krem, esneklik ve sıkılık vererek cilde genç bir görünüm kazandırıyor. Hasar savunma kompleksi ile cildin bariyer işlevini kuvvetlendirerek, kuruluk ve tıraş nedeniyle hasar gören cildi dengeliyor. Temizleme veya tıraş sonrası tüm yüze sürülüyor. Sabah ve akşam düzenli kullanmak daha etkili sonuç veriyor.

Shiseido Men Total Revitalizer nemlendirici krem, 50 ml, 319 TL; sevil.com.tr.



HAREKET ETTİKÇE FERAHLAYIN

Düzenli spor yapan ve enerjisini hareketten alan erkekler için özel olarak geliştirilen Rexona Men Motionsense Quantum Dry Roll On, hareketle aktif hale gelen Motionsense teknolojisi ile günün her saatinde erkekler hareket özgürlüğü sağlamak için özel olarak tasarlanmıştır. Hareketle kırılan koku kapsülleri koruma ve ferahlık hissi yaşıyor. Terlemeyi kontrol altına alan özel formülü ile daha fazla hareket imkanı sunarak, güvende hissettiriyor.

Rexona Men Motionsense Quantum Dry Roll On, 8,90 TL, Watsons; 444 99 87.



FAZLA YAĞLARINIZDAN KURTULUN

"Lazer lipoliz yöntemi fazla yağlardan kurtulmak için hastalara ümit vaat ediyor. Yaz mevsiminin sıcak günlerinde hafif ve ince kıyafetlerin giymeye başlanmasıyla daha formda görünmek isteriz. En önemli özelliği, kolayca ve güvenli bir şekilde yağ dokusunda yaklaşık yüzde 25 oranında incelmeye sağlayabilesidir. Çoğu erkek fazla yağlarıyla ilgili estetik ameliyat yaptırmaz. Lazer Lipoliz yöntemi ameliyat gerektirmeden yağlardan kurtulma olanağı verdiği için erkekler tarafından da çokça tercih ediliyor. Narkozsuz, cerrahi uygulama veya iğne gerektirmeyen bu yöntem, uygulandığı bölgede lazerin ısıtıcı etkisi, birikmiş yağ dokusuna odaklanarak yavaş yavaş, homojen bir şekilde erimesini sağlıyor. Ciltte gevşekliğe yol açmıyor. Altı ile 12 haftanın sonunda sonuçlar alınıyor," diyor dermatolog Betül Şengör.

Tek seans 1.300 Dolar, Cellest Kliniği; (0212) 282 95 95.



Clear Men saç dökülmesine karşı şampuan, 350 ml, 9,45 TL, Gratis; (0212) 232 23 77.

SAÇLARINIZI YAZA HAZIRLAYIN

Özellikle yaz aylarında deniz ve güneşe daha çok maruz kalmaktan ve sık şekillendirmekten dolayı saçlar yıpranır. Saç tellerinizin güçsüzleşmesini ve yıpranmasını engellemek ve dipten uca dolgun görümlü saçlarınızla yaza hazır olmak için Clear Men saç dökülmesine karşı şampuanı düzenli olarak kullanmaya başlayabilirsiniz. İçeriğindeki Bio Nutrium 10 ile saç derisini derinlemesine besliyor ve kepeğe karşı uzun süreli koruma sağlıyor.