

Un trucco per eliminare le imperfezioni? **Usare la lima o il leviga talloni sulla pelle asciutta.** Poi pediluvio in **acqua tiepida** per 20 minuti



CREME & SCRUB

A destra, Crème de Gommage, Le Couvent des Minimes (€ 15).

- 1. Scrub**
Sparkle Skin, Clinique (€ 30,50).
- 2. Al melograno**
Crema Idratante, Foot Works, Avon (€ 8,70).
- 3. Con calendula**
Balsamo Piedi, Mediterranea (€ 8,50).
- 4. Relax** Crema Riposante, L'Erbolario (€ 15).
- 5. Alla lavanda**
Balsamo Nutriente, Olos (€ 17).
- 6. Alla madreperla**
Crema Esfoliante, Everyrays (€ 8,90).
- 7. Al miele**
Crème Pieds Ultra Réconfortante, Nuxe (€ 14,50).
- 8. Effetto Ice**
Gel antifatica, Podovis (€ 4,39).

Trattamenti in spa

I rituali di benessere sono rinfrescanti e fruttati, come il peeling con schiuma di sapone alla mela, super efficace per le proprietà anti-aging di questo frutto.

Lo propongono alle Terme Merano, col pacchetto pedicure deluxe, che include un impacco e un massaggio nutriente (termemerano.it). Piedi stressati dai tacchi? Infilali nelle pantofole con erbe alpine, che donano relax e leggerezza.

Puoi provarle nei Vitalpina Hotels Alto Adige/Südtirol (vitalpina.info). Per eliminare i gonfiori, alla spa del Four Season Hotel Milano (fourseasons.com/it/milan/spa), dopo un bagno a base di polifenoli bio, mandorle dolci e olio di vinaccioli, viene fatto uno scrub e un impacco astringente all'albume d'uovo, infine un massaggio. Vuoi riattivare la circolazione? Alle Terme Luigiane, in Calabria, (termeluigiane.it) si cammina su ciottoli del mar Tirreno in vasche di acqua calda e fredda, con getti di idromassaggio, per finire con maschere al fango e alghe bianche, ricche di vitamine e proteine. Per un cambio smalto last minute, a Milano c'è Pinky nail on the road, un furgoncino rosa che ti raggiunge ovunque (info: tel. 328/923 6468).

