

# kk KROPP

Nr. 1 – januar/februar 2008  
Pris kr 59,50

TRENING,  
HELSE OG VELVÆRE

## SLIK FÅR DU KROPP SOM MADONNA

**TEST!** Treningsmaskinene som  
**forbrenner mest**

Øvelser som gir deg

- STRAM MAGE
- FAST RUMPE
- SLANKE LÅR

Perfekt hud!

Kviser, rynker og arr:  
De beste behandlingene

# LA 2008 BLI DITT SPREKESTE ÅR!

Ekspertene • Effektiv trening • Maten som gir energi

Gravid med

## bulimi

Marianne tok kampen

*Kari Traa*  
og Lene Nordermoen  
viser tøff skimote



## UNDER HUDEN PÅ HOCKEYGUTTA



Er Petter  
Stordalen  
så sunn  
som han  
sier?

**NAPP UT**  
trenings-  
og kostkalender  
for hele året



**Reduserer  
kviser og  
rynker**



## Kvisefri med lysbehandling

### Olavesen Systemet

Olavesens lightox-behandling benytter fotodynamisk lys mot akne og andre hudproblemer.

– Lyset øker blodsirkulasjonen og oksygentilførselen som hjelper cellefornyelsen og reduserer kvisebakterier. I tillegg bidrar lyset til å nøytralisere frie radikaler slik at huden bedre takler ytre påvirkninger og holder seg yngre lenger, forteller Marianne Olavesen, som har utviklet systemet og selv slet med akne i mange år.

Hun understreker at kviser ikke kan kureres, men holdes i sjakk gjennom behandling, hjemmeoppfølging og riktig kosthold.

– Lightox er ikke en mirakelkur eller quick fix. Vi er opptatt av langvarige resultater, sier hun.

Alle kundene får individuelt program, som inkluderer kosttilskudd, ernæringsråd og tykktarmsutrenselse dersom kroppen trenger avgiftning før kuren starter.

**Behandlingen:** KK Kropps testperson har de to siste årene slitt med voksen akne og er fortvilet over å måtte bekymre seg for både kviser og rynker på samme tid. Hun blir anbefalt en kombinert akne- og antiage-behandling fem ganger i løpet av en måned. Før kuren starter, blir det tatt et bilde av ansiktet, som skannes og analy-

seres. Her vises jevnhet, porer, rynker og bakterier. Et tilsvarende bilde skal tas etter at kuren er ferdig, slik at resultatet kan sjekkes. Den første skanningen viser at huden har mye bakterier, rynker rundt øynene og at det ligger mange latente solflekker som vil komme fram dersom huden ikke beskyttes mot stråling.

Testpersonen får behandling med rødt lys for å øke oksygentilførselen og blodsirkulasjonen, og for å hemme videre bakterievekst i talgkjertlene. Blått lys skal roe ned betennelser og lukke porene, og gult lys skal stimulere de aktive ingrediensene som brukes.

Behandlingen inkluderer også rens, maske og massasje. Til hjemmebehandling får testpersonen kosttilskudd, som inneholder sterke antioksidanter, tilfører fuktighet og bygger opp huden fra innsiden. Hun får bipollenampuller for å dempe utbrudd.

**Vurdering:** Testpersonen er kvisefri etter bare tre behandlinger, og sluttskanningen viser at hudbakteriene er redusert til halvparten. Huden føles ren og glatt, og har fått en fin glød.

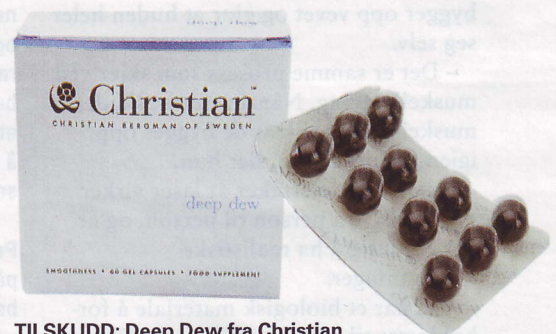
**Pris:** Kr 990 per behandling. En kur på ti behandlinger koster kr 790 per gang. Produkter og kosttilskudd kommer i tillegg.

**Hvor:** Olavesen spa i Gabels Hus i Oslo. Lightox fås også på en rekke andre spa i Norge. Sjekk olavesenspa.com.

**SUKSESS:** Marianne Olavesens lysbehandling har fått mye oppmerksomhet i Norge og utlandet, spesielt i Storbritannia.



**DEMPE BETENNELSE:** Egenprodusert bipollenekstrakt brukes mot kviser (kr 350/5 ampuller).



**TILSKUDD:** Deep Dew fra Christian Bergman inneholder sunne fettsyrer og sterke antioksidanter og bygger opp huden fra innsiden (kr 370).