

Stor Tara-undersøkelse:

Mennene elsker oss – og våre uvaner

tara

Hanne Kroghs forvandling

Ny,
SLANK
og flott



Istria:
Kroatias perle

få mer ut av livet!

Lys og lett
VÅRMOTE

- 20 kjoler
- 30 undertøysett
- 40 solbriller

**Vinn
10 par
SKO**

**Ekklusivt
Tara-intervju**

Julia Roberts:
**– Ingen
eier meg!**

Farvel, cellulitter!

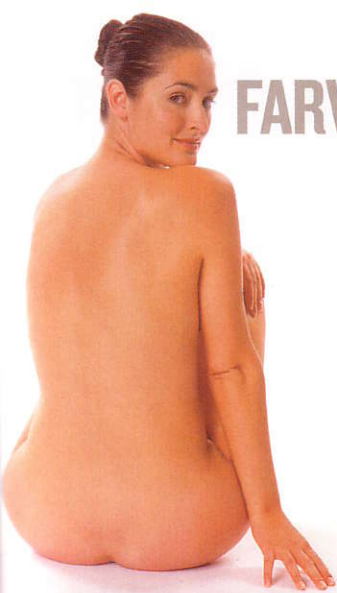
Ny sprett i 40+ rumpe

Vi har testet 9 nye behandlinger



Taras livsstilspatrulje lokket frem Anetts selvtillit

FARVEL CELLULITTER!



Lysende gjennomgang

Olavesen-systemet

Navn: Therese
Alder: 43 år

Tilstand før behandling:

Dårlig blodsirkulasjon, fettansamlinger/cellulitter, lav forbrenning, slapp hud.

Behandling:

OLAVESEN-SYSTEMET

Firetrinns vektreduksjon og anticellulittprogram. Jeg ble behandlet ved Holmenkollen Park Fitness & Spa i Oslo to ganger i uken.

Behandlingene gikk totalt over syv uker.

Hva gikk behandlingen ut på?

Trinn 1: Konsultasjon, tarmskylning og lymfedrenasje ved hjelp av fiberoptisk massasje for å sette i gang tarmfunksjonen, rense tarmene og klargjøre for videre behandling.

Trinn 2: Tablettene CelluSlender spises sammen med måltidene, fem om dagen. Disse skal øke utskillelsen av fett fra kroppens fettlagere og sette fart på oksideringen av fett.

Trinn 3: Massasje av huden med



CelluReducer, et serum som stimulerer blodtilførselen til kapillærene og sørger for drenering. Lymfedrenasjen ble utført med fiberoptisk lys på legger, lår, hofter og rumpe. Jeg fikk også lysbehandling av korsryggen, da jeg hadde endel smerter her.

Trinn 4: Måling av resultatene ved CelluScan, som trykkes mot huden i noen sekunder og viser hvordan sirkulasjonen er i området.

Hvorfor mener behandleren av dette skal hjelpe?

Tarmrensning og lymfedrenasje skal øke blodsirkulasjon og fjerne avfallsstoffer i kroppen. Ved å bruke lysfrekvenser kombinert med massasje, økes sirkulasjonen, som igjen reduserer celleforkalkning, og hudstrukturen forbedres. På denne måten blir både blod- og lymfesirkulasjon forbedret og toksiner skylt ut.

Dette skal gjøre lårene, baken og andre områder med løst fett fastere, samt forebygge at huden her blir slapp. Tap av vekt og lavere fettprosent skal også være en følge av behandlingen.

Hva gjorde du i tillegg til behandlingen?

Det ble presisert at jeg hverken skulle følge diett eller trene, da målet var å se om lysbehandlingen i seg selv ville gi resultater.

Hvordan opplevde du behandlingen?

Ekstern tarmutrensning er ikke ubehagelig. "Kramper" i magen noen timer etter behandling, hyppige toalettbesøk samme kveld.

Lymfedrenasjen er ubehagelig de første gangene, p.g.a. mye avfallsstoffer i kroppen og dårlig blodsirkulasjon. Dette ble fort bedre, ubehaget opphørte. Jeg kjente ingen varme av lysbe-



Cellulittnivået ble målt før og etter behandlingene, og sirkulasjonen var merkbart bedret. Rødmen i huden skyldes serumet, som økte blodtilførselen.

Hudpleier og daglig leder Kay Thune, ved Holmenkollen Park Fitness & Spa, med lysbehandling av vinterbleke lår.

handlingen, men kunne kjenne frysninger etterpå.

Serum: Den kunne oppleves som så "varm" at det kunne være ubehagelig i ca. 20 minutter etter påføring.

Hva skjer på de behandlede områdene?

Områdene blir svært røde, dels på grunn av serumet, dels massasjen i seg selv. Føler "blodet bruse." Noen blodutredelser på spesielt vanskelige områder.

Hva skjer med resten av deg?

Jeg følte meg oppkvikket og energisk etter behandling. Bena "flyr"! Energien fortsetter, appetitten nedsettes noe, jeg sover bedre og humøret er mer stabilt. Klærne sitter litt løsere og huden er mykere og strammere. Plusseffekt: Korsryggen, som også fikk behandling for å øke blodtilstrømmingen i problemområdet, var smertefri i hele behandlingsperioden.

Etter behandlingen:

Hvor mye gikk du ned i cm? 16 cm til sammen, fordelt på lår, rumpe, liv og bryster.

Hvor mye gikk du ned i kilo?

3 kg. Jeg gikk også ned 2% i fettprosent.

Hvordan gikk det med cellulittene?

Jeg fikk målt cellulittnivå både før og etter behandlingene. CelluScan-målingene viste klar reduksjon av cellulitter og økt blodgjennomstrømming.

Hva kostet behandlingen?

10 behandlinger koster kr 8 000.

Var det verdt pengene?

Hvis dette varer, slik at huden holder seg myk og fin, cellulittene holder seg borte og forbrenningen holder seg høyere, vil jeg si det er verdt det. Men det er mange penger! De lover at dette vil holde seg slik med en oppfølgende behandling en gang i blant fremover.

Sluttvurdering:

Det er ingen tvil om at dette firetrinnsopplegget har effekt, siden behandlingen ble isolert slik at tap av cm, vekt og fettprosent ikke kunne komme fra annen årsak enn selve behandlingsopplegget. Kombinert med trening og diett vil dette da sannsynligvis kunne gi raskere og enda bedre resultater. Jeg vil absolutt si at Olavesen har holdt det de lovet, og er motivert til å ta bedre vare på meg selv fremover. Jeg var også fornøyd med hyggelig og profesjonell behandling, der jeg både i starten og fortløpende fikk all den informasjon jeg trengte.

Mer informasjon:
www.olavesenas.no