

Im **SHAPE-Test**
Die neuen
Laufschuhe

SHAPE
4/2011

www.shape.de

Fit in
täglich nur
4 Minuten

Kurz und heftig:
Das geniale Turbo-
Programm aus Japan

DIE NEUE CARB100-FORMEL

SCHLANK
OHNE DIÄT

NORMAL ESSEN, nur
Kohlenhydrate reduzieren.
5 KILO IN 4 WOCHEN!

Das Beste für
Ihre Haut

Die 5 Top-Dermatologinnen
Deutschlands sagen, was
in welchem Fall wirklich hilft
(und was sie selbst verwenden!)

REISE

MADEIRA - ein Hauch von Karibik

BEAUTY
SOMMER
LOOKS

Zart und fruchtig:
Die neuen Make-ups

DER MEGATREND
SEIT „BLACK SWAN“

Ballett
Workout

Perfekt für Anfänger
Beflügelt mit Musik
Für Aura und Anmut

SOFORT ZUR
RUHE KOMMEN

Die
5 besten
MINI-
MEDITATIONEN

Deutschland €2,80
Österreich €3,00 • Schweiz SFr 5,50



Je gewagter, desto besser! Der ganz große Trend des Sommers heißt Colour Blocking: Mutig und extravagant werden explosive Farben miteinander kombiniert. Achtung, großer Auftritt garantiert!



Spicy Safran

1 Sonnenbrille mit Farbverlauf von Esprit (59,90€) 2 Kleid von La Dress (375€) 3 Breiter Wickelgürtel von Eto-sha (169€) 4 Geräumiger Shopper von Tosca Blu (155€) 5 XL-Ansteckblume von Heinz Müller (59€) 6 Wedges mit Rosenblüten von RosaRot (164,90€)

Blau trifft Orange

1 Ansteckblume von Heinz Müller (39€) 2 Trägertop von Lipsy (75€) 3 Chiffonrock von Kookaï (85€) 4 Gestepte Handtasche mit Kettenhenkel von Mango (39,90€) 5 Riemchen-Highheels mit extravaganter Plateau-Sohle von Jeffrey Campbell (200€)

Lemon Fresh

1 Brille von Esprit (79,90€) 2 Anhänger von MCM (130€) 3 Pulli von Dondup (260€) 4 Gloves von Gretchen (101€) 5 Lederhose von Schacky & Jones (1.220€) 6 Armreif-Set von 3 Suisses (19,90€) 7 Clutch von Tosca Blu (125€) 8 Schuhe von 3 Suisses (69,95€)