

Harper's BAZAAR

ハーパース・バザール 日本版

6 JUNE 2008 No.093
650yen

モデル白書

これが私の モデル道!

FASHION

肌見せドレス

セレクトショップで夏準備

ブランド特集

アルマーニ ミュウミュウ アナスイ
マークジェイコブス ダナキャラン

ファッション&ホテル

千夜一夜物語 in ドバイ

FEATURE

イーディと60年代の
ファッション・アイコンたち

COVERS

ミーシャ・バー

別冊付

ウェディングブック2

パワーウーマン

リュクス

別冊付

2008

ビューティ

T Beauty Tuneup!

ボディの新世界基準

筋の通った体が運命を変え

マドンナ、ソフィー・マルノーに学ぶ、一流の体づくり

コアマッスルを鍛える3つの新潮流 モデルSHIHOのヨガライフ

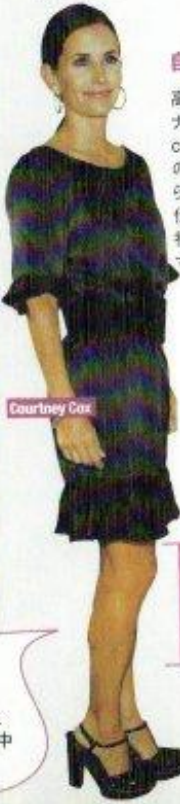
ーレ
かボ
のま
スあ



女性二人組が発案したもので、まずはダンススペースでウォームアップ、その後に関節法のワークアウトで、バランスのとれた引き締まった身体ができるという。(Soma Studiosにて\$15〜 / 628-630 N. La Cienega Blvd LA ☎1-310-289-9043 www.thelab-rx.com)

自宅でできるiTrainでハリウッドボディを

高級ジムに行かなくても、いつでもどこでもセレクトレーナーとワークアウトが可能になった。その秘密はiTrain.com。HPから簡単にiPodにダウンロードできる今どきのハイテク・ワークアウトだ。ダウンロードは99セントからと超格安!(クレジットカードで世界中どこからでも可)。仕掛人はセレクトレーナーとダウンロードミュージック会社エグゼクティブの男女。コートニー・コックスら多忙なママ・セレブも愛用中。



Courtney Cox



LA vs Korea

セレブを磨く都市!

てに
から、
活用中

むくみもとれて
スッキリ
小顔になるわよ



話題のフットバスで、足の裏からデトックス!

デトックスが流行だが、足の裏から赤茶の液体がブクブク出てくるなんて誰もが驚かはず。フットバスの達人、マーガレット(上)によると、人は呼吸するだけで体内に悪い物質が蓄積するそうで、彼女によるカウンセリングやレイキを受けて心も体もポカポカと温まり、施術後にはむくみもとれてスッキリ小顔に! 西洋医学に見放された人が彼女を頼ってやってくる。(Margaret Sandersにて\$35〜 ☎1-310-326-1447 要予約www.reikisanders.com)

