

» **BEFREIEN SIE SICH!** So werden Sie Ihr eigener Chef • 23 Männer-Schicksale • Test: Wie frei sind Sie? • Neue Tech-Tools ohne Kabel • 23 Seiten Dossier

Men's Health

OKTOBER 2007 Deutschland € 3,80
Österreich € 4,30 Schweiz SFR 7,80 MENSHEALTH.DE

DER BESTE SEX IHRES LEBENS

Die 8 neuen Bett-Gebote

Das Workout gegen Grippe

Cholesterin, Salz & Co.

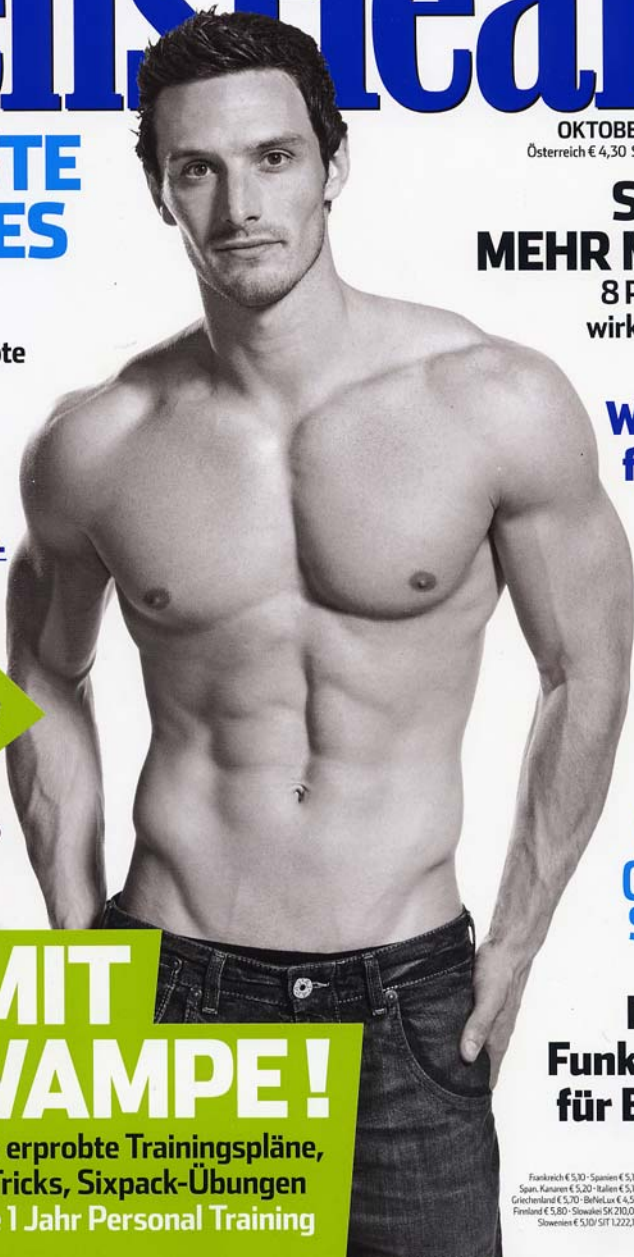
Die 7 größten Food-Lügen

DASCHAFFEN SIE AUCH!



WEG MIT DER WAMPE!

Ihre Erfolgsgarantie: erprobte Trainingspläne,
simple Ernährungs-Tricks, Sixpack-Übungen
PLUS: Gewinnen Sie 1 Jahr Personal Training



SICHTBAR MEHR MUSKELN

8 Profi-Tricks für Ihr
wirksamstes Training

Wann Frauen fremdgehen

EINFACH SCHÖNE ZÄHNE!

Mit dieser neuen
Putztechnik S.182

Wie Laufen (noch) mehr Spaß macht

Die coolsten Funktionsjacken für Berg & Büro

Frankreich € 5,20 • Spanien € 5,20
Spanien, Kanada € 5,20 • Italien € 5,20
Griechenland € 5,70 • Belgien/Lux € 4,50
Finnland € 5,80 • Slowakei SKR 200,00
Slowenien € 5,10/ SIT 1.222,36





HEY, JUNGS, DAS LÄSST SICH GUT TRAGEN

Bei diesen Pflegeprodukten wurde von der Herstellung bis zur Verpackung besonders auf die Umweltverträglichkeit geachtet. Da kriegen sogar unsere Ameisen Lust auf einen Tag Wellness

TEXT: FERRY HANSEN

1. CARROT BUTTER CLEANSER: Die Reinigungspaste wird auf die trockene Gesichtshaut massiert und nach kurzer Einwirkzeit mit einem Tuch aus organischer Baumwolle abgenommen. Von **The Organic Pharmacy**, mit Inhaltsstoffen wie Karotte, Rosmarin, Lavendel und Kamille (75 ml, zirka 47 Euro) // **2. PURE-FORMANCE POMADE** ist eine Styling-Creme, die durch Braunalgen beruhigend auf die Kopfhaut wirkt. Weitere Inhaltsstoffe: Weihrauch gegen Rötungen und Irritationen sowie Salbeiextrakt als Anti-Oxidans. **Aveda Men** verwendet bei diesem Haarprodukt eine Verpackung aus recyceltem Papier und bedruckt sie mit Sojatinte (75 ml, etwa 25 Euro) // **3. BAR SOAP** ist ein Seifenstück aus biologischen Ölen mit ägyptischem Fenchel, Grapefruit und Orange. Die Seife von **Pangea Organics** wirkt entschlackend. Die Verpackung baut sich innerhalb kurzer Zeit biologisch ab und enthält Pflanzensamen einer asiatischen Basilikum-Art (105 g, zirka 30 Euro) // **4. DIE**

FEUCHTIGKEITSCREME FÜR DEN MANN ist frei von synthetischen Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen. **Weleda** verwendet dafür eine Mischung aus Sesam- und Jojobaöl, Auszüge der Eibischwurzel und Bienenwachs (30 ml, um 9 Euro) // **5. WILD UTAH SKIN CARE FORMEN** besteht zu 100 Prozent aus natürlichen Rohstoffen und schützt mit Vitamin A, C und E vor Umwelteinflüssen. **Martina Gebhardt** unterstützt mit 10 Prozent des Umsatzes aus der Herrenlinie das Wild-Utah-Projekt (50 ml, etwa 12 Euro) // **6. SOFTLY DOES IT** ist eine Körperlotion aus Algenextrakten, pflanzlichen Ölen und Aloe Vera aus kontrolliert biologischem Anbau. **Voya** nutzt für den belebenden Duft ätherische Öle aus Basilikum, Nelke, Zitrone und Limone (200 ml, etwa 38 Euro) // **7. HYDRA FLUIDE** wird als Reparaturlotion nach der Rasur oder Nachtpflege angewendet. Das Gesichtsflied von **Algen Art** besteht aus Fucus-Algen-, Bienenharz- und Mimosenextrakten (50 ml, etwa 40 Euro).