

Anzeige

Mehr über Eyebrow Design von Arabesque lesen Sie auf Seite 113



104



96



32



90

Fotos: Fotolia (5x)/Maridav, Iud311, aloto/people, Zoja, ustas

## Profi-Zoom

- 16 **Around the Clock** Die Hautphysiologie im Tag- und Nachtrhythmus
- 20 **Lerchen und Eulen** Achtsamkeit im Umgang mit Früh- und Spätaufstehern
- 22 **Essen nach der inneren Uhr** Ernährung in der Chronobiologie
- 24 **Schicht im Schacht** Die Auswirkungen von Schichtarbeit auf den Organismus
- 26 **Belebend bis entspannend** Behandlungen in Abhängigkeit vom Tagesverlauf
- 30 **Der Baum in mir** Wie Sie Körper und Geist mit Kelten-Yoga in Einklang bringen

## In der Kabine

- 32 **Mit Nachhilfe** Wie Selbstbräuner zum bronzefarbenen Teint verhilft
- 43 **Mit Handschuh** Ayurvedische Trockenmassagen für anregende Effekte
- 48 **Ganzheitlich und sinnvoll** Cellulite-Behandlungen mittels Meridianmassagen
- 52 **Blickpunkt Bindegewebe** Ganzheitliches System
- 56 **Mit Abstand abnehmen** Positive Effekte durch Intervallfasten
- 60 **Zieh dich gut an!** Mehr Erfolg im Institut mit passendem Outfit und Styling
- 64 **Gut ausgestattet in den Urlaub** Beratung und Behandlung vor der Reise
- 72 **News**

## Naturkosmetik

- 86 **Saures Schätzchen** Der Einsatz von Rhabarber in der Hautpflege

## Wellness & Spa

- 90 **Dschungelfieber** Der Regenwald als Fundgrube für Kosmetik und Wellness
- 94 **News**

## Mit Hand & Fuß

- 96 **Tipptopp gepflegt** Die richtige Ernährung und Pflege für gesunde Nägel
- 98 **Natürliche Erfrischung** Fresh-ups für die Füße mit Melone und Zitrone
- 102 **News**

## Trend & Style

- 104 **Die komplette Palette** Alle Produkte in einem Behältnis – die Vorteile
- 106 **Der passende Rahmen** Augenbrauen-Styling step by step
- 108 **Danke, Mama!** Accessoires zum Muttertag
- 110 **News**
- 114 **Jetzt mal ehrlich** Das Erwachsenwerden der „Game of Thrones“-Stars

## In Balance

- 116 **Sei dir selbst ein Freund** Warum es so wichtig ist, sich selbst zu lieben
- 120 **News**

## Menschen & Macher

- 124 **Unsere Leser feiern!** Jubiläen
- 126 **Das macht Spaß!** Wissenstransfer und Humor beim Kosmetik Business Weekend
- 128 **Rekord!** Die BEAUTY DÜSSELDORF so gut besucht wie nie zuvor
- 129 **Verbände**
- 130 **Bereit für mehr** Der COSMETICA Schul-Award als Motivation für Top-Qualität
- 132 **Family Business** 40 Jahre Catherine Nail Collection
- 133 **Spaß am Beruf** Malu Wilz feiert 40 Jahre Selbstständigkeit
- 134 **Schön kurvig** Babor präsentiert mit „The Curve“ sein neues Headquarter
- 135 **Neu ausgerichtet** Thalgo stellt seinen neuen Markenauftritt vor
- 140 **News**

## Medizinische Kosmetik

- 144 **Das Sonnenvitamin** Die Bedeutung von UV-Licht für Körper und Geist
- 148 **News**

## Business

- 151 **Durchgestartet** Die Anzahl der Kosmetikinstitute und Nagelstudios steigt weiter
- 152 **Wo bleibt sie denn?** Der richtige Umgang mit „No Show“-Kunden

## Für Einsteiger

- 156 **News**

## Messen

- 158 **Inspirierende Vielfalt** COSMETICA Frankfurt

## Ständige Rubriken

- 11 **Editorial**
- 14 **Kommentar** Hip-Hop-Käse, Anja Rieck; **Gefällt uns** – Leserbrief
- 122 **Waren Sie schon mal in ...** Bamberg
- 136 **Neulich im Institut**
- 138 **Gewinnspiel**
- 163 **Ki KONTAKT**
- 175 **Impressum/Ausblick**
- 176 **Promi-Talk** Mirja Boes



16

### Profi-Zoom Mai:

## Gesundes Leben in biologischen Rhythmen

Licht und Dunkelheit prägen den Menschen schon immer und haben Einfluss auf dessen Organismus. Welche Abhängigkeiten aus diesem Tag-Nacht-Rhythmus entstehen, erforscht die Chronobiologie, die in den letzten Jahren immer mehr an Bedeutung gewinnt. Unsere Experten beleuchten für Sie die spannendsten Aspekte dieser wissenschaftlichen Disziplin: So klären sie über die unterschiedlichen Bedürfnisse der Haut nach Tageszeit auf, die Auswirkungen von Schicht-Arbeit und über die „innere Uhr“, die bei jedem Menschen anders tickt. Nach letzterer sollte man laut Chronobiologen auch essen. Lernen Sie außerdem Behandlungen in Abhängigkeit vom Tagesverlauf kennen sowie Kelten-Yoga.



Das Heft und weiterführende Themen online

[www.kosmetik-international.de](http://www.kosmetik-international.de)

[info@kosmetik-international.de](mailto:info@kosmetik-international.de)

Wir freuen uns über jede neue Freundin auf

[facebook.com/Kosmetikinternational](https://facebook.com/Kosmetikinternational)

Der Gesamtauflage liegen Beilagen von Beatrix Strobl, CMI Cosmedi GmbH, Malu Wilz Beauté, Medex Deutschland, Porta Kosmetik und KOSMETIK international Verlag GmbH bei. Wir bitten unsere Leser freundlich um Beachtung.

Titelfoto: Fotolia/Hywel

**KOSMETIK**  
ist Medienpartner von

**COSMETICA**  
**MESSEN**  
KOSMETIK international Messe