

Beauty
IN

VOGUE

SEXY
SUMMER

Trucco one night - Skin code - Dieta: cheers!



CELEBRITIES Trend-setter? Forse è riduttivo. L'icona Madonna è anche the best queen of marketing



Incontro con il suo personal trainer, Tracy Anderson. Per vedere i risultati del suo metodo, che alterna routine cardio con esercizi di potenziamento muscolare, basta guardare e ammirare la forma dei suoi allievi: al 1° posto c'è lei, la pop star. Super tonica e armoniosa



Il suo metodo, messo in pratica anche da Shakira e Gwyneth Paltrow, oggi è un dvd a disposizione di tutte le donne che vogliono ridisegnare il proprio corpo. Lei è Tracy Anderson: più che un personal trainer, un guru.

Come nasce il metodo?

È il marchio di sé stessa e nessuno meglio di lei lo sa. Intanto la dea-diva continua ad allargare il suo business. Dal fashion low cost con una mini-collection H&M (non c'era pezzo non desiderabilissimo) all'ultima fatica da co-stilista con la figlia Lourdes di una linea abbigliamento per bambini: Material Girl. Pare sia solo l'inizio di un più ambizioso progetto che vedrà l'anno prossimo la nascita anche di un beauty brand. Buon per lei, visto che tutto ciò che la pop star usa di skin care, profumi & Co. diventa un must have globale. Mai successo che mentre si sceglie la nuance di un rossetto, qualcuno alle spalle sussurri: "È il colore di Madonna...!"? Queen of marketing (ci starebbe una laurea ad honorem) verrebbe da dire. Aspettando il suo, creato da lei, profumo, si vocifera che fra le sue fragranze preferite brillino Fracas, la classe fatta a tuberose, di Robert Piguet e Red Roses di Jo Malone. Pare non esca di casa senza un spf sul viso, anche se il segreto della sua pelle super in forma è ormai noto: si chiama Intraceuticals Oxygen Infusion (info: Enermedica srl, numero verde: 800 911 820 - intraceuticals.it), ed è un trattamento all'ossigeno iperbarico in grado di veicolare negli strati più profondi acido ialuronico, vitamine e antiossidanti. Non invasivo, naturale e rivoluzionario, idrata e rivitalizza la pelle, rendendola immediatamente radiosa e giovane. Ossigeno-orientato anche il suo skin care con Intraceuticals Moisture e Gel. I suoi segreti di make-up? Ama i rossetti. «Quando non lavora, non lo usa. È talmente sicura di sé che non lo vive come una necessità», dice Gina Brooke, sua image-maker, quotatissima make-up artist, nonché autrice del suo sguardo: «Lavorare con lei è una collaborazione, è fantastico in tutti i sensi. Primo: il suo look è in progress, quindi diventa stimolante pensare sempre step nuovi. Secondo: lei collabora, è creativa, e da perfezionista qual è segue il suo make-over: abito, capelli e trucco. Spesso fa domande spiazzanti. È un'ispirazione starle vicina». «Io il top? Sono solo un'artista che ha la chance di lavorare con lei».

Dalla mia esperienza personale e da 11 anni di ricerca. Ho dovuto abbandonare la danza a livello professionale a 19 anni, per una struttura corporea e un peso che non si adattavano a questa professione. Il mio problema erano i muscoli che si ingrossavano dandomi un look poco aggraziato. Ho provato tutto senza risultati. Da lì è nata l'idea di creare un training su misura. **Su cosa si basa e in che modo si differenzia dagli altri?** Il problema di molti metodi o attività aerobiche è che lavorano su uno specifico gruppo di muscoli, in maniera ripetitiva, con tante interruzioni e riprese a scatto. Si può dimagrire ma il risultato è un corpo poco armonico. Il mio è un programma aerobico che utilizza ben 3000 movimenti senza interruzione e che arrivano a coinvolgere fino a 600 muscoli. Il segreto è fluidità e continuità della sequenza come nella danza. All'attività cardio deve alternarsi un lavoro di potenziamento su tre diversi gruppi muscolari. Così si ottiene un corpo tonico e nell'arco di pochi mesi. **Consiglio alle ladies over 40?** Non credo alle diete. A qualunque età una donna che inizia una routine di fitness quotidiana basata su uno sviluppo intelligente e armonico dei muscoli può ottenere il corpo che vuole. Francesca Lombardo

Sopra. La linea Intraceuticals viso, Fluid, Gel e Contorno Occhi. Edp Fracas di Robert Piguet, una delle sue presunte passioni olfattive. La pop star con la figlia Lourdes Maria. Tracy Anderson, sua personal trainer. A fianco. La make-up artist Gina Brooke. Si dice che usi schermi Uv sul viso. Due idee arrivano da Clinique con Face Cream spf 40, da usare al mare. E da Peter Thomas Roth con Brush On Powder Instant Mineral spf 30, senza talco. Foto Gettyimages. Still-life P.Scordo.



Autrice del suo sguardo è Gina Brooke, una delle top make-up artist del globo. Ha firmato gli ultimi 4 tour e molti video clip. Dice che la star non va pazza per il trucco, ma adora i lipstick

