

Lea FRISUREN

Schmeichel-Schnitte & Traumfarben

Die schönsten
Bobs

Mal stufig, mal klassisch

JETZT TREND!*Kurze*
STYLES*Tolle*
LOCKEN*Neue*
FARBENTipp, Tricks, tolle
Produkte*Mehr*
Glanz
*fürs Haar***EXTRA**Make-up,
Haarglätter,
Shampoos
Das sind unsere
Lieblinge**100** TREND-FrisurenVon schick bis sportlich: **Traumstyles 2014**

Mehr Glanz



**Verführerisch
& sehr sexy**

1

Glossstyling

Neben der richtigen Pflege sollte man auch auf passende Stylingprodukte achten. Sie haben eine spezielle Formulierung, die das Licht auf dem Haar reflektieren lässt. Das sorgt für schönen Glanz und gibt gleichzeitig flexiblen Halt.



2

Glanzkur

Eine glatte Haarstruktur ist das A und O für glänzende Haare. Denn nur eine glatte Oberfläche reflektiert das Sonnenlicht, ähnlich wie ein Spiegel. Der erste Schritt zu glänzendem Haar ist daher die regelmäßige Pflege mit Spülungen oder Kuren. Das glättet die Haarstruktur und lässt die Haare gesund glänzen.



3

Bitte nur ganz sanft!

Verwenden Sie immer hochwertige Kämmen oder Bürsten ohne scharfe Kanten. So wird die Haarstruktur geschont und die Oberfläche nicht geschädigt.



4

Schützen Sie Ihr Haar vor Hitze

Glätteisen bringen sensationellen Glanz, sind aber gleichzeitig immer auch strapaziös fürs Haar. Was für jedes Hitzestyling gilt, gilt besonders für Glätteisen: Halten Sie die Temperatur so niedrig wie möglich und verwenden Sie immer vorab einen Hitzeschutz fürs Haar.

fürs Haar

Der Glam-Look kann so einfach sein, wenn man die richtigen Tricks kennt

5 Pause einlegen

Wer häufig Stylingtools einsetzt, sollte dem Haar öfter eine pflegende Kur, am besten mit Ceramiden und Proteinen, gönnen, die poröse Stellen repariert und es gesund und glänzend hält. Sehr splissiges Haar muss jedoch erst einmal wieder „repariert“ werden – bis dahin sollte auf Glätten, Locken und heißes Föhnen verzichtet werden.

6 Alles glatt

Wenn es schnell gehen soll, einfach nur das Deckhaar durch den Styler (z.B. von ghd) ziehen. Die geglättete Schuppenschicht reflektiert das Licht besser und lässt das Haar schön glänzen. Ein weiterer Trick ist das Bürsten mit einer Bürste. Die Naturborsten der Bürste legen die Schuppenschicht an und erzeugen so Glanz. Alternativ ein Glanzspray auf die Bürste sprühen und damit über das Haar streichen.

6



7



7 Ölguss

Färbe-Aktionen und Hitzestyling mit Föhn, Glätteisen und Co. rauben dem Haar Feuchtigkeit und Proteine – die es aber braucht, um kräftig und gesund zu bleiben. Eine Haarkur ein bis zwei Mal pro Woche für mindestens eine

halbe Stunde Einwirkzeit füllt geschädigte Stellen an der Haaroberfläche auf und glättet mit pflegenden Wirkstoffen wie Ölen, Proteinen und Keratin auch seine Schuppenschicht. Für die Extrapflege dazwischen sorgt ein Haaröl (z.B. **Moroccanoil**) oder eine Sprühkur, die nicht ausgewaschen werden muss.

8 Glanz zum Essen

Glanz von innen: Haarwurzeln benötigen für ein gesundes Wachstum Vitamin B, das in Hefe, Fleisch, Eigelb, Nüssen und Hülsenfrüchten steckt. Ein weiterer wichtiger Lieferant für unsere Zellen ist Eiweiß. Bei der Ernährung sollten Geflügel, Fisch und Soja häufig auf dem Speiseplan



stehen. Und auch auf ausreichend Zink (Haferflocken, Eier, Käse) sowie Kupfer (Vollkornbrot) achten.

10

10 Sauer macht schön

Nur ein sauberer, glatter Haarschaft ohne Ablagerungen kann glänzen. Haarspülungen mit Fruchtsäure (z.B. Fioravanti von Furterer) neutralisieren Kalk, legen die Haarschuppen glatt an und bilden mit einem tiefenreinigendem Shampoo die Basis für den perfekten Haarglanz und seidige Geschmeidigkeit.

9

9 Perfekt pusten

Für gesunden Glanz kommt es auch auf die richtige Föhntechnik an. Mein Tipp: Den Luftstrom des Haartrockners am Schluss noch einmal von oben auf das Haar richten.

Dadurch beruhigt sich die Haaroberfläche und es entsteht ein schöner Schimmer. Als perfektes Finish Glanz-Haarlack mit einem Sprühabstand von 20 cm auf das Haar geben. So hält das Styling den ganzen Tag und macht jede Bewegung spielend mit.



Star-Stylist Sascha Breuer weiß, wie man Haare pflegt, schützt und stylt

Fotos: GHD, Hersteller