感谢您下载并阅读NZLOGIN.COM制作的电子杂志
以下是 2004 年我们将为您提供的电子杂志列表
希望大家在享受阅读乐趣的同时多多支持我们的网站

瑞丽服饰美容
瑞丽可爱先锋
瑞丽伊人风尚
电影世界
昕薇
Hope
当代歌坛
青年文摘
大众汽车玩家
名车志
大众软件
微型计算机
新潮电子

本站所有杂志均为本站原创制作，未经许可严禁转载或做任何商业用途

2004 nzlogin.com All rights reserved

2004年2月1日出版 总第130期

瑞丽

http://www.rayli.com.cn

服饰美容

"裤"女郎美腿守则

白色N多搭配新体验

针织衫二月语录

黄金时代饰品主义

23种完美美肤妙计

为了爱，我们减肥！

爱情妆容索引

Ray

春天的POSE什么样

新可爱派4大招数

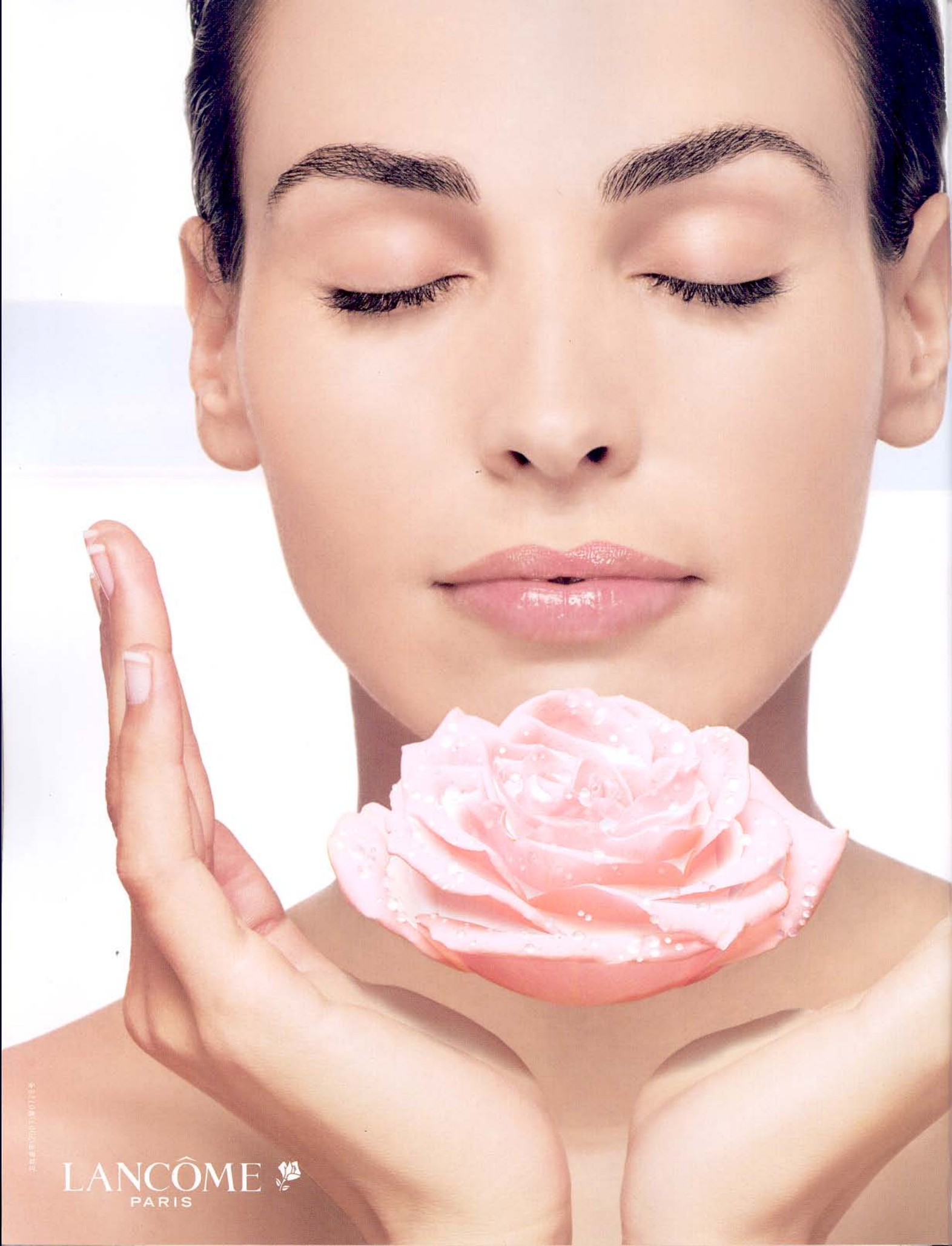
6大经典元素计算魅力加法

36辆开往春天的漂亮专列

ISSN 1009-8275 04>

9 771009 827028

国际标准刊号 ISSN1009-8275 定价20.00元


LANCÔME
PARIS

LANCÔME
PARIS

10天3片，享受肌肤新鲜“水疗养”！

售价：¥280元/盒

全　新

HYDRA ZEN MASQUE
兰蔻水份缘精华面膜

肌肤的最佳状态，需要定期的特别疗养！LANCÔME兰蔻实验室特别关注亚洲肌肤，全新推出的HYDRA ZEN MASQUE兰蔻水份缘精华面膜，汇集多种高效成份，全面深层呵护肌肤。

- 深层水滋养：富含HYDRA ZEN浓缩精华，迅速深层补充水份。肌肤鲜嫩、水活，达到极佳水含量。
- 新鲜重生：天然玫瑰和牡丹精华成份及ACTICALM^{2TM}，为细胞源源提供加速新生的营养成份，有效阻隔压力侵扰，修复疲惫受损细胞。
- 完美吸收：LANCÔME兰蔻特有载体技术，运载养份深入肌肤，定点、定量源源释放，百倍提高肌肤营养吸收能力。

经亚洲肌肤测试：
15分钟，肌肤立即呈现水凝细致，恢复天然亮泽光彩。
10天3片，肤质得到明显提高，肤色暗沉、细纹、无光泽等问题明显改善，肌肤柔软、滋润，净白通透！

结果：经过10天密集“水疗养”，肌肤新鲜重生，水嫩、晶莹、光泽、健康，焕发新鲜生命力！

ACTICALM^{2TM}
第二代镇静舒缓因子

BELIEVE IN BEAUTY™

诚恳邀请您驾临LANCÔME兰蔻专柜分享LANCÔME兰蔻美容顾问亲切、专业化的服务

北京：百盛购物中心　双安商场　中友百货　上海：太平洋百货（徐汇店）　太平洋百货（淮海店）　伊势丹（梅龙镇）　第一八佰伴　虹桥友谊
赛特购物中心　崇光百货　燕莎商场　太平洋百货（站前店）　市百一店（东楼）　伊势丹（华亭）　百盛购物中心
太平洋百货（盈科店）　杭州：杭州大厦　银泰百货　大连：迈凯乐大连商场　太平洋百货　哈尔滨：远大购物中心　哈尔滨中央商场
成都：太平洋百货（春熙店）　青岛：百盛购物中心　西安：世纪金花购物中心　广州：友谊商店　温州：开泰百货　长春：卓展百货　济南：贵和百货
太平洋百货（全兴店）　武汉：武汉广场　沈阳：中兴商业大厦　广州百货　福州：中城大洋百货　宁波：银太百货
南京：金鹰国际购物中心　大洋百货　重庆：太平洋百货　新玛特休闲购物广场　天津：伊势丹　南昌：太平洋百货　深圳：茂业百货

www.lancome.com.cn
敬请点击全新兰蔻中国官方网站

足不出户 即时拥有完美肌肤

Idealist Micro-D
Deep Thermal Refinisher
雅诗兰黛 完美焕颜微粒修护霜

完美焕颜微粒修护霜深层排毒的温热效应，瞬间传递美妙暖意，使毛孔展开、高效排毒、收紧毛孔。一经使用，细纹瞬时显著减少，毛孔几乎无踪，你梦想中的焕盈肌肤即刻乍现。其突破性的科艺来自于独特的三重晶体平滑系统。性质温和，取代微晶擦皮技术，令你在家中亦可让肌肤奇迹般重生。搭配完美焕颜修护精华露一起使用，见证其赋予肌肤的神奇效果：肌肤如经雕琢一般，丝滑柔嫩，完美无暇。

esteelauder.com

北京百盛•北京双安商场•北京赛特购物中心•北京庄胜崇光百货•北京太平洋盈科店•北京燕莎友谊商城•上海太平洋百货(徐汇区衡山路，淮海中路，天目西路)•上海巴黎春天百货•上海百盛•上海伊势丹百货(淮海中路，南京西路)•成都太平洋百货•浙江银泰百货•杭州大厦购物中心 天津伊势丹•大连太平洋百货•重庆太平洋百货•沈阳中兴商业大厦•武汉广场购物中心•西安世纪金花•南京金鹰国际购物中心

ESTĒE LAUDER

Defining Beauty

日日温泉疗养，激活肌肤完美之态！

欧洲三大护肤品牌之一

SOURCE THÉRAPIE

碧欧泉·温泉水元素精华

即刻可见：肌肤细致、柔滑

数日后：面庞如新生般健康、澄净

肌肤完美精华素！

集萃矿物温泉的精华：

- Bicarbonate 重碳酸根离子
- 7种不可或缺的微量元素
- PETP矿泉有机活性因子

自古以来，矿物温泉对肌肤的理疗作用一直为众人传诵。Source Thérapie温泉水元素精华，集萃温泉的神奇力量于每一瓶：重碳酸根离子Bicarbonate，令肌肤天然再生；7种不可或缺的微量元素，激活肌肤生命活力；联合加多20%的矿泉有机活性因子PETP，发挥非凡的舒缓平衡功效。三效交互，肌肤质地真正改善，如新生般健康、澄净，触感细致柔滑，肌肤渐进最佳状态。

特别的乳状啫哩，散发清新活力香氛。每日于面霜前使用。售价：RMB490

visit us at www.biotherm.com

BIOTHERM

FRANCE

Biotherm 碧欧泉全国专柜：上海：恒隆人平洋百货 珍家汇太平洋百货 市百一店东楼 百盛购物中心 北京：盈科太平洋百货 双安商场 百盛购物中心 中友百货 赛光百货 广州：友谊商店 北阳 中华南亚大厦 隆业 太洋百货 大连：迈凯乐大连商场 宁波：银泰百货 成都：春熙太平洋百货 无锡：大洋百货 杭州：杭州大厦 银泰百货 沈阳：百盛购物中心 哈尔滨：远大购物中心 敬请开幕！

Biotherm 碧欧泉全国专柜热线：800 820 5215 京朝进字(2002)第1702号

水嫩保湿润肤霜 50ml, 450元　清爽水嫩保湿乳50ml, 450元
水嫩保湿眼部凝胶 15ml, 360 元

© Clinique Laboratories, Inc.

CLINIQUE

CLINIQUE

通过过敏性测试，
百分之百不含香料。

冬日，让缺水肌肤喝个够！

感受一下，前所未有的水润体验。

全新倩碧水嫩保湿系列Moisture Surge，瞬间舒缓干燥肌肤。即使在冬日，也能让肌肤乐在水中，透现健康光彩。

肌肤瞬间充盈水分。先进的Osmotic Technology渗透科技，迅速提升细胞含水量，并补充肌肤因季节转换，干燥环境和日晒而流失的水分，令肌肤重拾水平衡。

肌肤水润不油腻。瞬间输送系统，将滋润和保湿成分输送到肌肤深处，让肌肤喝个痛快。富含芦荟活性水，建立肌肤强大水磁场。保湿、舒缓、柔润肌肤一瞬间，令肌肤水润通透，光彩动人。

三款选择，专为亚洲女性肌肤度身订造。水嫩保湿润肤霜，深层滋润；清爽水嫩保湿乳，清新润泽；水嫩保湿眼部凝胶，为眼部娇嫩肌肤，提供专业呵护。

来，在这个冬季，为告别缺水干一杯！

Clinique 倩碧产品均通过过敏性测试，百分之百不含香料。

Clinique.com

倩碧认可专柜

•北京百盛 •北京赛特 •北京庄胜崇光 •北京太平洋 •北京燕莎友谊商城 •北京双安
•上海太平洋徐汇店 •上海太平洋淮海店 •上海太平洋站前店 •上海华亭伊势丹 •上海梅龙镇伊势丹 •上海一百东楼 •上海百盛
•天津伊势丹 •大连太平洋 •中兴-沈阳商业大厦 •杭州大厦购物中心 •杭州银泰百货
•武汉广场购物中心 •南京金鹰国际购物中心 •成都太平洋春熙店 •重庆太平洋 •迈凯乐大连商场

卫妆进字(2002)第0881号 卫妆进字(2003)第0934号 卫妆进字(2002)第0900号

THE POWER OF NUANCE
多效亮润唇彩 6色 多效保湿唇膏 16色 完美指甲油 16色

微妙的威力。色彩与质感带来神奇效果的欧珀莱彩妆，诞生。

眉&眼部造型套盒 2种　完美触觉眉笔 3色　多效调理眼影 6种　多效调理胭脂 4种

AUPRES

SHISEIDO

L' O R

É A L PARIS

BODY-EXPERTISE

1. 滋养 美丽身体
2. 紧致 自己把握

NUTRILIFT

凝养抗干燥紧致美体乳

蕴含CERAMIDES保湿因子和
PAR-ELASTYL™ 活力紧致素

有效性经测试证明

- 有效抗干燥 *

Ceramides保湿因子高效滋润肌肤，并回复肌肤水脂膜，
24小时长久保湿。

- 肌肤更紧致 *

富含Par-Elastyl™活力紧致素，令身体肌肤日渐柔滑紧致有弹性。

巴黎欧莱雅 专业美体护理
你的专业家庭SPA

你值得拥有

真正的愉悦感受

丰润的乳霜质地能迅速渗透，
立刻舒缓肌肤。

L'ORÉAL PARIS

* 有效性经51位女性两周测试证明

(99)卫妆准字07-XK-0016号

www.lorealparis.com

瑞丽服饰美容 2 FEBRUARY 2004 fashion

初春之精致特辑全25页一网打尽！

“春天的POSE什么样”
牵引他的心动

Part1 新可爱派4大招数
Part2 6大经典元素计算魅力加法
Part3 36辆开往春天的漂亮专列 52

我要的4样春天 82

和他一起预约幸福

不只是情人节，爱情一贯充满着机遇和猝不及防。谁知道呢，也许哪天突然接到他的某个信息，收到爱神的一点暗示……有了下面的约会速配指南，加上两位帅哥亲临现场……你还会在出门前烦恼吗？ 86

为纯美派OL特别呈献 上半身的“美丽主张” 102

可爱&成熟，超人气双面美女

Style1 60's风格A字形大衣＋高筒靴
Style2 精致无袖针织衫＋斜裁下摆中裙＋高筒靴
Style3 短款粗呢外套＋磨白牛仔裤＋珍珠饰品
Style4 黑白灰单色淑女连衣裙＋黑色高筒靴＋套装首饰
Style5 英式风格针织衫＋粗呢长裤＋毛皮小饰物
Style6 翻毛皮外套＋及膝裙＋高筒靴
翻毛皮外套＋牛仔裤＋尖头高跟浅口鞋
Style7 温暖羽绒服＋露锁骨上衣＋美腿长裤
Style8 单色的短款夹克＋灯心绒长裤＋粗编织围巾 112

用4款白色基础上装包围春天

白色N多搭配新体验 125

针织衫的丰富表情 130

“裤”女郎美腿守则

动感侧边装饰裤SPORT 修长直筒裤SLIM 塑型微喇裤SHAPE
性感铅笔裤SEXY 舒展阔脚裤STRETCH 134

黄金时代 饰品主义 140

COVER

模特/桥本丽香
摄影/宫坂浩見（cuva inc.）
造型/青木寿里加
发型&化妆/Okada Izumi（SHISEIDO）
服饰提供/ungaro fever
Angelina
imac

MOTOROLA

智慧演绎 无处不在

多智MOTO迷人

V875 CDMA 1X

V870 CDMA 1X

V880 CDMA 1X

彩信 V878

彩信 V690

彩信 V303

JULIA，24岁
药剂师

超大逼真彩屏，迷人
内外双屏感应，多智
MP3/MIDI铃音，迷人
内置数码相机，多智
MOTO全新时尚系列，
智色双全，心魂动。
欲了解更多，
请访问***www.motorola.com.cn/chic***

40和弦雅马哈铃音，
自然不同凡响

预置/拍摄/下载影音文件，
精彩瞬间任你行

●以上功能并不为所有型号产品所具备，具体产品信息请参见详细产品说明。
●V690、V878、V303为GSM产品，V870、V875、V880为CDMA 1X产品。
●2004年冯小刚电影作品——《手机》剧照。

摩托罗拉热线 800 810 5050 010 6561 2405 中文网址 www.motorola.com.cn
MOTOROLA 为摩托罗拉公司之商标 ©2003 Motorola Inc. 版权所有。
入网证号：[illegible]
摩托罗拉保留对产品外观及设计改进和印刷错误的权利，恕不另行通知。本图片为广告示意图，请以实际表现为准。

迎接派对高潮，流行美甲、发型为你实现注目度No.1！

超炫美甲、美发恋战派对

气温渐渐回升，派对依旧狂热。灯光魅影，华彩乐章，光靠夸张服饰、靓丽容颜已不足以吸引目光啦，要玩就玩到完美。真所谓“美不惊人誓不休！”武装就要武装到每一根发尖每个指尖，令每一次举手回身都是漂亮表情！ 146

肤之原生态 154

美肌读者独门秘诀！《瑞丽》女孩皮肤保养分享篇！

告别皮肤烦恼 23种完美美肤妙计 155

甜美而可爱的新诠释，展露全新魅力眼妆风情

瞬间幻化天使之眼 展露美目的可爱情怀

Part1 清晰而略粗的眉毛展现华丽感 EYEBROWN
Part2 调和多色眼影塑造眼部阴影 EYESHADOW
Part3 眼线有增大眼睛的功效 EYELINE
Part4 提升你的美目指数 MASCARA 162

吃出一双如水双眸

“秋水”伊人，美食MENU 172

养出会说话的眼睛 174

恋爱妆容索引 175

初级OL必学彩妆技法 178

共谱肌肤健康恋曲 180

那时那刻的爱情 182

来自心灵深处的愉悦 184

让秀发代言，呼唤新一季的恋情！

“发”动爱情起跑 188

早春的护发主张，提升你的风情指数

四地美女的护发方案 192

早春的气候使头发的水分和油分容易蒸发，头发极易变得脆弱。然而不同地域的早春气候特殊，究竟会对头发造成怎样的影响呢？探访四地美女的秀发表情，定做一套秀发的修护方案，帮助你重新拥有健康美丽的秀发！

羽
YUE-SAI
西
NEW YORK • PARIS • SHANCHAI

梦想容颜 青春永驻

WISH TO STAY YOUNG?

羽西怡香驻颜系列产品：留驻青春的秘诀

羽西怡香驻颜系列采用专利的高科技润肤磁石技术，一经使用，高科技润肤磁石就会促进活力维他命复合元素来还原肌肤，保持水份，增强肌肤的水柔滋润效果。您的肌肤因此被活化和保护，延缓岁月幼纹的出现，容颜自然青春焕发，光彩无限。

人参和紫云英增强了日霜对皮肤的激活力度，使肌肤在日间焕发光彩；灵芝和天然玉石丰富了夜用配方舒缓肌肤的功效，使肌肤在夜晚能得到充分的修复。两者日夜搭配使用，使您的肌肤在任何时候都滋润，健康，光彩照人。保持肌肤青春的奥秘就在于此。

羽西怡香驻颜系列—
专为亚洲人皮肤设计的！

* 大多数的女性表示怡香滋润醒肤日霜使肌肤健康年轻
* 大多数的女性表示怡香滋润和肤晚霜使肌肤舒爽放松
(以上是对100名中国女性进行长达两周的试用调研的结果)

于2月亲临羽西指定专柜，持此广告文字，
都会收到一份意外的礼物(每人限领一份，赠完即止)
详情请垂询羽西专柜或登录羽西网站：www.yuesai.com.cn

京卫妆准字：29-XK-0458 (1992)

为了爱，我们减肥！

在减肥方面，每个女孩都是专家，她们的方法千奇百怪，有的魔鬼，有的可爱，也有的让人将信将疑。今天在这里登场的9位减肥高手，也和你一样曾经抱着同样的愿望，并成功实现了愿望达到了惊人的变身效果。是什么让她们创造奇迹，光有来自他的爱就够了吗？ 200

温泉：健康美丽泡出来 206

享受精彩生活，2004年OFFICE生涯第一击！

完美计划赢职场 210

“爱”拼才会赢

每一份爱都是独一无二的，拼一拼，比一比，看谁比谁更深情…… 216

玩具，我们的终极热爱

浪漫天使芭比　幸运宝贝泰迪熊
发条怪兽的70's派随想　开往春天的小火车 220

《超级模特》屏幕里的模特大本营 229

目录1	12
目录2	14
目录3	16
版权页	18
卷首语VOICE	26
“蔷薇粉色”装春天	32
华美褶皱性情	34
宠爱动物图案	36
春日爱心“饰”	38
最爱透明眼	40
回眸生百媚	42
粗呢阔脚裤完美OL计谋	46
粗呢迷你裙倾心学生美眉	48
聊吧	50
NEWS OF THE NEW1	124
NEWS OF THE NEW2	186
NEWS OF THE NEW3	228
瑞丽读者服务部	236
NEWS OF THE NEW4	237
Presents for you	238
NEWS OF THE NEW5	239
Buylines	240

LANCÔME　羽西　松下　NIKE　欧乐-B
雅诗兰黛　爱慕　Up2U　美宝莲　真维斯
碧欧泉　摩托罗拉　VICHY　卡尼尔　沙医生整形美容
倩碧　SK-Ⅱ　佳洁士　兰芝　董萍整形美容
欧珀莱　玉兰油　爱茉莉　德芙　77街
欧莱雅　索尼爱立信　金帝　高伦雅芙　博士伦

Aimer
爱 慕
E+C
维生素
营养肌肤
抗衰老
美白保湿
爱慕·给你舒适
购本系列文胸均
赠时尚肩带一副
雨中波尔卡系列
spring & summer collection 2004
AIMER
HOMME
爱慕男士内衣隆重上市

瑞丽

伴随女性生命的每个阶段
设计美丽 设计生活

《瑞丽服饰美容》
提供全方位实用指导的服饰美容潮流专刊

《瑞丽伊人风尚》
指导都市白领女性美丽与生活的时尚杂志

《瑞丽可爱先锋》
抢先推介前沿时尚的360度流行风向标

《瑞丽家居设计》
全方位提供装修装饰导购方案的家居专刊

瑞丽

http://www.rayli.com.cn

国际标准刊号 ISSN1009-8275　国内统一刊号 CN11-4597/GD
广告经营许可证　京东工商广字第0105号

Authorities in Charge 主管　中国轻工业联合会 China Light Industry Association
Sponsor 主办　中国轻工业出版社 China Light Industry Press
President 社长　赵济清 Zhao Jiqing
Chief Editor 总编辑　杨西京 Yang Xijing

Publication & Distribution 出版发行　北京《瑞丽》杂志社 Beijing Ray-Li Magazine House
No.6 Dongchangan Avenue Beijing 100740　北京市东长安街6号 100740
President (Publishe) 社长 (出版人)　赵济清 Zhao Jiqing
Executive Vice President 常务副社长　李春娅 Li Chunya
Chief Editor 总编辑　罗　佳 Luo Jia
Vice President 副社长　安　娜 An Na
Vice Chief Editors 副总编辑　宋　娟/赵亦靓 Song Juan/Zhao Yiliang
Art Director 美术总监　李曙光 Li Shuguang
Quality Control Director 质检主任　朱　骏 Zhu Jun

EDITORIAL DEPARTMENT 编辑部

Editor-in-chief 主编　李春娅 Li Chunya
Executive Editor-in-chief 执行主编　冯　莉 Feng Li
Director 编辑部主任　张　琳 Zhang Lin
Polisher 文字统筹　往　往 Wang Wang
Chief Fashion Editor 首席服装编辑　钟　燕 Zhong Yan
Chief Beauty Editor 首席美容编辑　陶　玲 Tao Ling
Editors 编辑　东　方/石　璐/黄　南/赵庆利
Dong Fang/Shi Lu/Huang Nan/Zhao Qingli
Intern Editors 实习编辑　何　从/张　华 He Cong/Zhang Hua
Chief Art Editor 主任美编　刘　悦 Liu Yue
Art Editors 美术编辑　谭　英/陈永妹/程佳欣 Tan Ying/Chen Yongmei/Cheng Jiaxin
Coordinating Editor 流程编辑　蒋盛华 Jiang Shenghua
Tel：(010) 85119731　E-mail：fushi@rayli.net.cn

SHANGHAI OFFICE 上海记者站

Director 主任　张　蕾 Zhang Lei
Senior Editor 资深编辑　王萌稚 Wang Mengzhi
Art Editors 美术编辑　郭庆玲/汤玉琪 Guo Qingling/Tang Yuqi
Tel：(021) 63343330　E-mail：shj@rayli.net.cn

GUANGZHOU OFFICE 广州记者站

Director 主任　曾佳欣 Zeng Jiaxin
Editor 编辑　袁　芳/李　琳 Yuan Fang/Li Lin
Tel：(020) 87323646　E-mail：gzjzz@rayli.net.cn

RAYLI.COM.CN 瑞丽女性网

Director 总监　党书国 Dang Shuguo
Executive Editor-in-chief 执行主编　张海方 Zhang Haifang
Tel：(010) 85119831　E-mail：rayli@rayli.net.cn

READERS SERVICE DEPARTMENT 瑞丽读者服务部

Director 总监　严　斐 Yan Fei
Subscription Hotline订阅服务热线　Tel：(010) 85111729　Fax：(010) 85111730
Consultation Hotline咨询服务热线　Tel：(010) 65129277

ADVERTISING AGENCY 广告总代理

北京博达新大陆广告有限公司　Beijing Boda New Continent Advertising Co.,Ltd
Chief Executive Officer 首席执行官　赵济清 Zhao Jiqing
Advertising Department Director 广告事业部总监　刘丹晖 Liu Danhui
Advertising Department Sales Director 广告事业部销售总监　庞　洋 Pang Yang
Manager in Huabei District 华北区经理　傅新虬 Fu Xinqiu
Tel：(010) 85119789　Fax：(010) 85119800
Manager in Huadong District 华东区经理　徐志伟 Xu Zhiwei
Tel：(021) 63343330　Fax：(021) 63343332
Manager in Huanan District 华南区经理　余　敏 Yu Min
Tel：(020) 87321006　Fax：(020) 87324916
Manager in Shenzhen 深圳地区经理　周方红 Zhou Fanghong
Tel：(0755) 83983904　Fax：(0755) 83983864

CIRCULATION AGENCY 发行总代理

发行总代理　北京大华弘景期刊发行有限责任公司
Tel：(010) 65522920　Fax：(010) 65539375
Address 联系地址　北京市工体西路甲7号 天和大厦207室　100020
Price 定价　20.00元

PRINTING 印刷/制版

北京中轻迪彩印务咨询有限公司 (监制)　Beijing CLIP Dicai Printing Consulting Co.,Ltd
利丰雅高印刷 (深圳) 有限公司 (印刷)　Leefung-Asco Printing (shenzhen) Ltd.
北京利丰雅高长城印刷有限公司 (制版)　Beijing Leefung-Asco Changcheng Printers Co.,Ltd

本刊有偿使用日本主妇之友社提供的部分图文资料
Parts of the contents of Ray Fashion Accessories & Beauty are provided by Shufunotomo Co.,Ltd ,Tokyo, Japan
Ray is a registered trademark of Shufunotomo Co.,Ltd,Tokyo,Japan
著作权合同登记　图字01-2004-0002
版权所有，未经许可，不得转载

如发现掉页，残缺等情况，请直接将书寄至深圳市南头内环路南光路口利丰雅高印刷大厦调换（邮编518051）
本杂志刊登的商品价格均为参考价，实际价格一律以柜台价为准

Z208

看我的造型七十三变

幻彩系列

经典系列

动感系列

时尚潮流一季一变，不耐烦跟着它慢慢转？亮出你的Z208，随时自己变出精彩！

Z208拥有易拆易装的*Style-Up*™*炫尚*彩壳、4,096色彩色屏幕、悦耳的40和弦铃声、功能丰富的EMS增强型短信*、全速出击的内置游戏，万变时尚，让你一手把握。

- 手机及彩壳以实物为准，图片仅供参考
- 产品规格如有更改，恕不另行通知

* 功能需网络及服务支持

- *Style-Up*™*炫尚*彩壳
- 40和弦铃声
- EMS增强型短信*
- 彩色屏幕
- 内置游戏

Sony Ericsson

www.SonyEricsson.com.cn

我的脸每天都在喝牛奶，
当然幼滑又有弹性啰！

影视红星刘嘉玲

“很多朋友都羡慕我的皮肤又滑又有弹性，那当然啦，
我每天都让它喝牛奶嘛！SK-Ⅱ全新的晶致活肤乳液，就像牛奶一样，
一涂上脸，养分就全都渗进去，皮肤感觉像喝饱了牛奶。
涂完以后，里面饱饱的，外面嫩嫩的，可以维持整整12个小时，
全天都感觉滋润，真不是每种护肤品都能做到的。
那种滋润而不油腻的感觉，我从来都没有试过。
现在我的脸每天就像浸泡在牛奶当中，那当然又滑又有弹性啰！”

全新SK-Ⅱ晶致活肤乳液

以创新护肤科技Hydroproline「滋润胶原增长因子」配合Pitera®，
能持久滋养至肌肤基底膜，减轻细纹和皱纹的出现，
让肌肤保持12小时润泽嫩滑，晶致有弹性。

SK-Ⅱ认可美容专柜：**北京**：北京百盛购物中心 • 住胜崇光百货 • 双安商场 • 赛特购物中心 • 燕莎友谊商城 • 盈科太平洋百货 • 世都百货 **杭州**：杭州大厦 • 银泰百货 **广州**：友谊商店 • 百货大厦 • 友谊商店时代广场店 **南京**：金鹰购物中心 • 大洋百货 **西安**：世纪金花 **天津**：伊势丹百货 **沈阳**：中兴沈阳商业大厦 • 新世界 **成都**：太平洋春熙店 • 太平洋全兴店 **重庆**：太平洋百货 • 大洋百货 **武汉**：武汉广场 • 群光广场 **青岛**：青岛百盛 • 海信广场 **南昌**：大洋百货 **石家庄**：世贸名品 **哈尔滨**：中央商城 **长沙**：湖南平和堂商贸大厦 **上海**：太平洋徐汇店 • 太平洋淮海店 • 太平洋站前店 • 虹桥友谊商城 • 第一八佰伴 • 第一百货商店（东楼）• 梅龙伊势丹 • 华亭伊势丹 • 九海百盛广场有限公司 **沃尔玛店**：深圳山姆会员店 • 洪湖店 • 中山店 • 蛇口店 • 东莞店 • 昆明店 • 大连店 **郑州**：丹尼斯百货

上海：友谊商城 • 太平洋百货　**昆明**：金龙百货有限公司　**长春**：卓展时代广场百货有限公司　**福州**：福建中层大洋百货有限公司　**深圳**：西武百货　**济南**：贵和购物中心
SK-II香港 / 澳门特许专柜：屈臣氏 • 万宁 • 崇光 • 永安 • 西武 • 连卡佛 • 吉之岛 • UNY生活创库 • 千色店 • 三越 • 新世界 • 达隆药房 • 新达药房及澳门八百伴

SK-II专业护肤免费垂询热线：800-8303365　卫妆进字(2002)第0841号

SK-II

肌肤保养的专家

一瓶解决多种肌肤问题。

SK-II多元修护精华霜

• 以突破性活因子群PiteraNiacin，

诱发皮肤内的DNA进行细胞复制，从核心一并解决多种肌肤问题：

令粗大毛孔回复细致、减淡幼纹令肌肤更幼滑、

减褪色斑让肌肤保持净白，和改善粗糙肤质。

• 持续使用，多种肌肤问题能在数天内得到明显改善，

皮肤时刻晶莹剔透。

Pitera™活细胞酵母精华

促进细胞新陈代谢

SK-II认可美容专柜：北京：北京百盛购物中心 • 庄胜崇光百货 • 双安商场 • 赛特购物中心 • 燕莎友谊商城 • 益科太平洋百货 • 世都百货 **杭州**：杭州大厦 • 银泰百货 **广州**：友谊商店 • 百货大厦 • 友谊商店时代广场店 **南京**：金鹰购物中心 • 大洋百货 **西安**：世纪金花

天津：伊势丹百货 **沈阳**：中兴沈阳商业大厦 • 新世界 **成都**：太平洋春熙店 • 太平洋金兴店 **重庆**：太平洋百货 • 大洋百货 **武汉**：武汉广场 • 群光广场 **青岛**：青岛百盛 • 海信广场 **南昌**：大洋百货 **石家庄**：世贸名品 **哈尔滨**：中央商城 **长沙**：湖南平和堂商贸大厦

上海：太平洋徐汇店 • 太平洋淮海店 • 太平洋站前店 • 虹桥友谊商城 • 第一八佰伴 • 第一百货商店（东楼）• 梅龙伊势丹 • 华亭伊势丹 • 九海百盛广场有限公司 **沃尔玛店**：深圳山姆会员店 • 洪湖店 • 中山店 • 蛇口店 • 东莞店 • 昆明店 • 大连店 **郑州**：丹尼斯百货

沈：友谊商城 • 太平洋百货 **昆明**：金龙百货有限公司 **长春**：卓展时代广场百货有限公司 **福州**：福建中层大洋百货有限公司 **深圳**：西武百货 **济南**：贵和购物中心 SK-II专业护肤免费垂询热线：800-8303365 卫妆进字(2001)第1223号

SK-II香港/澳门特许专柜：屈臣氏 • 万宁 • 崇光 • 永安 • 西武 • 连卡佛 • 吉之岛 • UNY生活创库 • 千色店 • 三越 • 新世界 • 达能药房 • 新达药房及澳门八百伴

滋润胶原增长成份，直接有效活化胶原蛋白

SK-II神户研究中心吉井隆先生告诉我们，肌肤构成的基础是胶原蛋白(Collagen)，真皮层有超过**70%**都是由胶原蛋白所组成，其主要功能是提高皮肤的柔滑程度及弹性。然而人体内的胶原蛋白从20至25岁起逐渐流失，加上每天的紫外线照射、生活压力、环境污染、年龄增长、睡眠不足等外来因素加速胶原蛋白的流失，使得皮肤失去滋润、干涩、粗糙、缺乏弹性及光泽。

SK-II全新推出的晶致活肤乳液 (SK-II Facial Lift Emulsion)，蕴含滋润胶原增长因子Hydroproline，加上 SK-II 特有的 Pitera® 活细胞酵素精华，能抑制胶原蛋白的流失，并刺激胶原蛋白多生，让滋养直至肌肤基底膜，从内部改善皮肤问题，从而减轻细纹和皱纹的出现，让肌肤保持12小时润泽嫩滑，晶致有弹性。

乳液清透质感，给肌肤面霜般的滋润

全新 SK-II 晶致活肤乳液，质地清爽不油腻，却可以提供面霜般的加倍滋润，更不含香料及人造色素，由表及里，内外同时提供12小时的滋润。同时，特有乳液质地让你的肌肤完全吸收，就像每天享受牛奶的滋润，外面嫩嫩的，里面饱饱的，内外都时刻晶莹剔透，充满光泽。

SK-II晶致活肤乳液售价：RMB 680/100ml

SK-II晶致活肤乳液将于，**2004年1月** 起将登陆全国50多个 SK-II 专柜，让你的肌肤从 SK-II 晶致活肤乳液开始，天天喝牛奶，天天滋润，内外晶莹剔透！

每天喝牛奶！

SK-II晶致活肤乳液使用Tips

基本方法：

1) 先将热毛巾敷在脸上，让角质柔软并使毛细孔张开，帮助吸收；
2) 把约硬币大小份量的 SK-II 晶致活肤乳液均匀涂抹于脸上，并按相同方向按压脸部约10次；
3) 利用手的热气和指压的力量，亲身体验肌肤放松的效果。

全面修护+超效保湿：

1) 先将 SK-II 多元修护精华霜按单一方向依次涂于嘴边、颈部、面颊及眼周，让它突破性DNA修复技术诱发细胞复制，从根本解决多种肌肤问题：令粗大毛孔回复细致、减淡幼纹让肌肤更幼滑、减褪色斑保持肌肤净白、和改善肤质粗糙。
2) 再将 SK-II 精致活肤乳液均匀涂抹于脸上，试验证明SK-II精致活肤乳液与 SK-II 多元修护精华霜联力可提供超效保湿效果。

咀旁轻按打圈由下至上

由下至上推按至面两旁，轻按再推上太阳穴按下

眼旁轻轻打圈上出下入

擦暖掌心抚按全面

来自SK-II肌肤保养专家的最新消息

全新SK-II 晶致活肤乳液

给你的肌肤每天喝牛奶！

肌肤保养专家 SK-II 推出新产品了！寒冷的空气和干燥的环境，让你的肌肤失去滋润，变得干涩、粗糙、缺乏弹性及光泽。全新上市的 SK-II 晶致活肤乳液（SK-II Facial Lift Emulsion），它特有的“滋润原增长因子Hydroproline＋SK-II Pitera® ”成份，让你的肌肤弹性十足，晶莹剔透，就像每天给皮肤喝牛奶一样。

Grand Opening

SK-II Beauty Academy 美容坊

即将于北京开幕

全新 SK-II 美容坊将于年底在北京与您见面！

踏进 SK-II 美容坊，任谁都会被那份洋溢一室的恬适气氛所吸引。

在这个优雅宁谧的“国度”中，在专业亲切的美容顾问的引领下，

您将可尽情体验专业个人的护肤咨询及先进准确

的肤质测试，更可参与这里多元化的专业护肤课程。

精彩若此，爱美的您又岂能错过？

诚邀您亲临体验优雅专业的护肤感受
SK-II 美容坊 (北京)

地址：北京市东城区东长安街 1号东方新天地 AA59C
电话：010-85180026

SK-II

卷首语

VOICE

爱情POSE

照相的时候，我们总喜欢摆POSE，虽然花样种种，但最经典的还是说一声“茄子~”，然后将自己最美丽的笑容瞬间定格。连我8个月大的小外甥女也天性如此，虽然还不会说话，但是一照相，甚至仅仅面对她摆个照相的手势，她也会立刻努力上扬弯弯的嘴角，满心期待着你的那一声“咔嚓”。

透视时尚圈的春天，流行的POSE摆什么样？真是多得令你惊喜抓狂。新鲜的潮流元素、新鲜的搭配技巧、新鲜的美容概念、新鲜的减肥花招、新鲜的时尚玩法……每一个都会牵动着你，为追逐和体验春天里的新鲜POSE而偏执。我们就像都市猎人，在变幻莫测的时尚森林中千里千寻，瞄准的永远是下一个目标。其实，这份偏执也是一种追求态度，毕竟美丽无尽道。

这个情人节，你的爱情POSE就更加妙不可言了，只是你需要多一点点感性和一点点性感。拥抱是一种POSE，牵手是一种POSE，生命的依恋才是幸福的欢歌。色彩是爱情的POSE，情侣的衣装在时尚的变幻中充盈着魅惑。

所以，在你可爱甜心的装扮中还要多计谋些女人味，尤其是平时他不太经意的精致细节。无懈可击的白色外套、TIFFANY的桃心项链、能打动天使的眼眸……从这一天开始，就以如此完美的姿态去预约幸福吧！

爱情是不是一只“欲望的鸵鸟”？有时候清醒，有时候迷失，这些或许都不重要。其实，保持明确自信的方向，摆一个勇敢漂亮的POSE就够了。

所有的POSE，也许各有各的不同，但发自内心的精彩都是一样的。

执行主编 冯莉
fengli@rayli.net.cn

OLAY

不用特殊护理，我的肌肤同样焕然一新。

regenerist

忘记那些特殊护理吧!

因为一支全新OLAY Regenerist玉兰油新生修护精华，就能给你新生的美丽。

它划时代的AMINO-PEPTIDE，能新生细胞能量，将细纹、松弛和暗哑都统统减退，让肌肤从此焕然一新。

你还能在这个小小的瓶子里找到什么，那就是你焕然一新的生活了。

(2001)量认(粤)字(S0316)号

(1990)卫妆准字29-XK-0020号

OLAY

total effects 7+

解决了7大肌肤问题，更能享受解决其它问题的乐趣了

是的，所有肌肤岁月问题都被全新**玉兰油多效修护霜**摆平了。它的维他纳新，能加快肌肤新陈代谢，专门针对细纹，松弛，粗糙，色斑，毛孔，暗哑，肤色不均匀7大肌肤岁月问题，各个击破，让肌肤完美无瑕。美丽都能赢了，还有什么赢不了的！

(1990)卫液准字29-XK-0020号

OLAY

total effects

毛孔不见了，只有美丽引人注目以前无计可施的毛孔，现在，只短短四周就束手就擒。这是全新**玉兰油毛孔细致护肤精华**的功劳。它含突破性的维他纳新，配合毛孔紧致精华，能快速激活肌肤因衰老而减弱的新陈代谢，收缩细胞间的紧密度，从根本上收细毛孔，让肌肤紧致平滑。现在，谁还能抢走你美丽的镜头。

FENDI “双F”系列
优雅的蔷薇粉色是增加魅力的魔法！

1 悠闲中透露高贵气质
斜挎式背包
↙纤细的背带，不经意地斜挎在肩上，突出女人的高贵气质。

2 内敛含蓄的约会道具
迷你提包
↑可背，可提，与他见面时如何演绎女性的魅力，由你选择。

3 藏在提包内的时尚力量
折叠钱包
↖虽然外形秀气，但收纳能力超强，是忙碌女孩的最佳选择。

4 精致便利的精巧设计
长方形钱包
↑钱包内侧不仅有多层夹袋，还有拉链小包，可以轻松收纳淘气的硬币。

每月名品

摄影／濑濑徹

Catch the SCOOP

我们最爱的FENDI包袋&小物纷纷登场

“蔷薇粉色”装春天

柔和而又醒目的粉色令人耳目一新，给“双F”的LOGO注入了全新的魅力，高贵且成熟的蔷薇粉色在不经意间就获得了众人的心！

FENDI的魅力就在于任何场合都可以令你大放异彩。FENDI于1925年诞生于罗马的一家小型皮革加工厂，此后，它一直以其高品质的皮革制品、设计精巧实用的随身小物闻名于世。

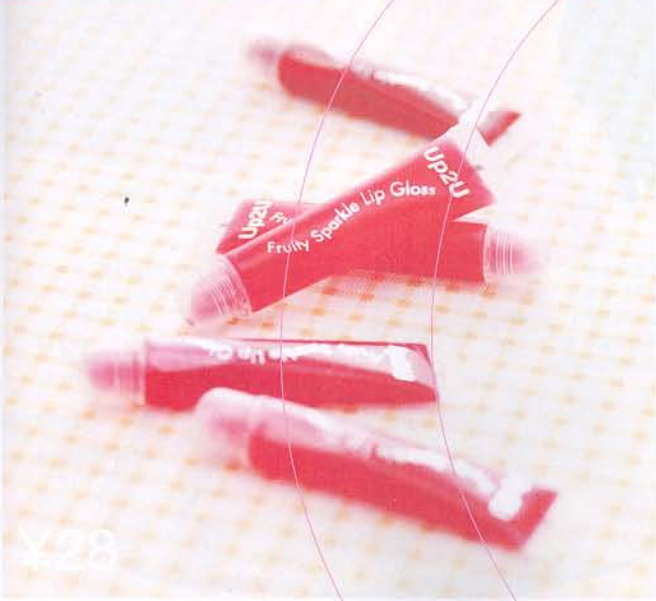
极具人气的“筒形”提包的出现至今让人记忆犹新，让人们坚信这品牌有着不可思议的创作力。FENDI的热衷者一定不要错过这一季的新品哦！

卫妆准字 20-XK-0063

果香肆意，星亮唇蜜 Up2U

Up2U

美 由 你 做 主



看得见的晶莹剔透嘟嘟诱人，
看不见的持久品尝果香浓郁。

数小时持久感受 —
浓郁的水果香味溢满双唇，
水润的啫哩质地透亮双唇，
闪烁的星亮微粒点缀双唇，

尝一尝，西瓜味，红莓味，水蜜桃味，

It's Up2U!

Fruity Sparkle Lip Gloss　水果星亮唇蜜

Catch the SCOOP

打造温婉典雅的淑女风范

华美褶皱性情

春天的气息越来越近，轻盈感觉的褶皱设计也重新回到我们身边，今春的褶皱更多一点点的性感，更多一点点的成熟。

执行/Vicky 摄影/张旭明 物品提供/AXARA、NAFNAF、ESPRIT、EPISODA、VFG

→穿上能形成自然的垂褶，性感迷人。连衣裙/EPISODA 1930元。

↘鞋上的褶皱也比以往更多一些，修长的鞋型上优雅的褶皱，女人味更浓。鞋/MIMA(VFG提供)。

←自然抽褶，有光泽感的面料是品位重点。吊带/NAFNAF 499元。

↑精致小包，参加PARTY也OK。包/ESPRIT 195元。

↑张扬的色彩，夸张的鞋跟，性感的褶皱，更像一件艺术品。高筒靴/LES TROPEZIENNES(VFG提供)。

↑做工的精湛是品质的保证，细节处也是如此出色。鞋/Ernesto Esposito(VFG提供)。

↑袖笼的一点点抽褶，点到为止。上衣/NAFNAF 359元。

←银色锻面迷你裙，搭配铅笔裤也够帅。迷你裙/AXARA 675元。

Baby-Like Up2U

"娇嫩容颜"全新上市

Up2U全新面部底妆系列,任由你缔造瓷娃娃般无瑕娇容。

New!

萧亚轩 活力推荐

娇嫩粉底液
Baby-like Gel Foundation

双重"卓越平衡肌肤"功效
滋润肌肤的同时吸收过剩油分

Step 1 (步骤一)
亮肤隔离霜

- 四重隔离UVA，UVB，灰尘和彩妆
- 高效能防晒成分UVA SPF30/UVB PA++，全面防止紫外线辐射，肌肤更白皙透明
- 蕴含"Silicon Treated Spherical Silica"特殊抑油成份，有效控制油光，让妆容清新持久

Step 2 (步骤二)
娇嫩粉底液

- 质地轻盈薄透，缔造完美无瑕的自然娇嫩肤色
- 双重"卓越平衡肌肤"功效：滋润肌肤，同时吸收过剩油分，持久定妆，保持一整天妆容洁净
- 富含维他命A,维他命C,维他命E,和β胡萝卜素，提供肌肤充足养分，保护滋养娇嫩肌肤

Step 3 (步骤三)
修饰遮瑕粉盒

- 有效遮盖局部瑕疵：黑眼圈，红色粉刺印，脸部雀斑，展现无瑕完美妆容
- 配方中蕴含丰富维他命A、E，改善肌肤质地
- 全新DIY概念，可自行调配颜色，配合不同粉底上妆

Step 4 (步骤四)
娇嫩两用粉饼/娇嫩粉饼

- 独特细幼微粒成分，组成光线漫反射屏障，使肌肤色泽均匀亮丽，晶莹剔透，散发迷人光彩
- 细腻粉质，不堵塞毛孔，令肌肤自由呼吸，无负担
- SPF20 PA++ 有效隔离UVB,UVA，抑制雀斑和色斑生成
- 蕴含维他命A，防止干燥，提供肌肤养分

Step 5 (步骤五)
晶透梦幻蜜粉

- 粉质轻盈、透明、精纯、细致，与皮肤完美贴合，令肌肤色泽均匀亮丽，散发无瑕肌肤魅力
- 可令肌肤柔滑娇嫩，毛孔不明显，缔造晶莹透亮，持久明亮的自然妆容
- 易涂抹，使上妆更轻巧

(Up2U推荐"娇嫩容颜"专业上妆步骤，美丽可随情自行选择) www.up2u.com.cn

Catch the SCOOP

与动物共舞，诠释俏皮狂野气质

宠爱动物图案

动物图案风头渐起，豹纹，斑马纹都成了俏皮可爱的装饰图案。野性中带点点性感，全是不能不让你心动的选择。

执行/vicky　摄影/张旭明　物品提供/ azona a02、Amaild、GUESS、Jessica、ONLY、北京时尚时代百货 Club X、EPISODE、AYA

↑深浅色调变化的仿皮草夹克。夹克/Jessica 840元。

↑黑白斑马纹绸面上衣，舒适美观并重。上衣/Club X 490元。

↘弧形挎包不仅有时尚的造型，图案更是让你爱不释手。包/GUESS 550元。

↑低领豹纹连衣裙，性感气息迎面扑来。连衣裙/EPISODE 1130元。

↑图案清晰的豹纹让短靴显得野性了几分。短靴/azona a02 760元。

→西部牛仔帽也能用斑马纹装饰，十分个性！帽子/AYA 400元。

→粗短的小马毛上印有豹纹图案，质感和图案都让人感受到性感味道。鞋/Amaild 599元。

→将性感穿在里边，吊带背心/ONLY 149元。

Panasonic
ideas for life

美丽再生 新蝉蝶

可轻巧握于掌心的G51，装备GPRS，以舒适的金属触感，精巧全面的功能，
令您的迷人风范，表露无遗！翩翩绅士，窈窕淑女，哪个不爱“小”？

声色男女 同步登场

G51

松下电器(中国)有限公司 移动通信 客户咨询服务中心:800-810-0781 www.panasonic.com.cn

甜美饰物最配我爱的你

春日爱心“饰”

爱在春天的阳光中，只需表现，无需说出口，一颗漂亮的心形首饰足以俘虏她的心，让这个情人节与众不同。

执行/vicky 摄影/张旭明 品牌鸣谢/A ma、Folli Follie、AYA、百乐水晶

↓重叠设计的心形更加有趣。项链/AYA 110元。

↑将时髦的桃心和十字架的组合。项链/AYA 160元。

↓精致而不张扬，完美的造型带给你一辈子的幸福感。（左）戒指/Folli Follie 476元，（中）戒指/Folli Follie 600元，（右）戒指/A ma 5260元。

↓金和银的组合，格外别致。吊坠/Folli Follie 960元。

↓灿烂的光芒原来掩盖在含蓄的外表下。吊坠/A ma 11000元。

←红与黑的装饰。戒指/Folli Follie 950元。

→黑色水晶，含蓄而有品位。水晶/百乐水晶 1400元。

↑桃心钥匙扣，也可以当成吊坠挂在胸前。钥匙扣/Folli Follie 248元。

↖镶碎钻的桃心戒指，光芒四射。戒指/A ma 5260元。

Le Conté™ 金帝®

恋恋爱滋味

金帝巧克力 只给最爱的人

Catch the SCOOP

全方位呵护眼部肌肤

最爱透明眼

拥有细腻透明的眼部肌肤，就拥有了清丽脱俗的透明眼。眼神清澈、眼角平滑，眼部的一切都很完美，即使是不经意的一瞥，也会触到他的心。

策划&执行/午睡　摄影/张旭明（紫弈云天）　品牌鸣谢/欧莱雅、雅诗兰黛、伊丽莎白·雅顿、香奈儿、娇兰、—H2O+水芝澳、艾文莉、倩碧

←独特感光技术，显著赋予眼部光采，并持久保护娇嫩的眼部肌肤。雅诗兰黛超凡晶澈美白眼霜　450元。

↓先进的亮白科技与卓越的紧致配方，让你实现眼部紧致亮白的期望。伊丽莎白·雅顿时空眼部弹力灿光精华　460元。

清润眼周

←富含维生素和矿物质，恢复眼部肌肤活力，使黑眼圈明显消退。欧莱雅清润眼周乳霜　110元。

↓拉提眼睑肌肤，使肌肤迅速收紧，回复眼部紧致轮廓。伊诗美高科技特效紧肤眼霜　新品未定价。

↓（左起）立即舒缓眼部细纹与皱纹，使眼周肌肤回复柔润丰盈。雅诗兰黛眼部修护精华　480元。为眼部肌肤及时补水，舒缓肌肤的疲劳。倩碧水嫩保湿眼部凝胶　360元。

←蕴含甘草萃取与反射光线因子合成物可淡化眼周肌肤色素，并对抗细纹，令眼睛明亮有神！香奈儿净白润泽眼霜　500元。

→充分滋润易干燥的眼部肌肤，令肌肤细腻有光泽，艾文莉诺珀紧致修护眼霜　新品未定价。

←独特配方抵抗眼周肌肤的老化，使眼袋显著平复，细纹消失。欧莱雅眼周护理乳霜　110元。

滋润补水

↘提供强效的保湿功能，使眼周肌肤回复紧实弹性。雅诗兰黛弹性坚实眼霜　440元。

↑蕴含制造胶原蛋白所需养分，有助平复眼部细纹。—H2O+水芝澳水凝紧致眼霜　360元。

平复皱纹

Oral-B®

全新上市

CROSSACTION® POWER

多动向电动牙刷

多向洁齿 无微不至

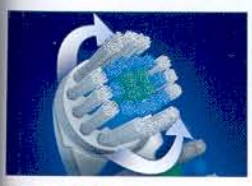
建议零售价：¥49

欧乐-B®

CROSSACTION® POWER 多动向电动牙刷

掀起洁齿革命

欧乐-B口腔研究中心研制的电动牙刷，将突破性的交叉型刷毛技术与电动牙刷高速转动的杯型刷头相结合，清除牙菌斑的效果受到肯定与证实。



杯型刷头左右转动

刷头每分钟左右转动7,200次，比手动牙刷*更有效松脱并清除牙齿表面及牙龈与牙齿缝隙间的牙菌斑。

*" 与欧乐-B手动牙刷相比

多动向交叉型刷毛

独特的斜向交叉刷毛能有效触及并剔除牙齿间难以清除的牙菌斑，全方位清洁您的牙齿。

可替换刷头

刷头可替换，独有专利One-Touch™开关按钮设计，开启简单方便。

纤细刷柄设计

纤细圆润的刷柄根据人体力学设计，使您在获得卓越动力的同时，拥有如手动牙刷般轻巧灵便、转动自如的手感。

高效电池驱动

优异而高效的马达仅由一粒5号电池驱动，即可获得卓越的清洁效果。随机附送一粒金霸王碱性电池，按每天刷牙两次、每次两分钟计算，电池可用三个月左右。

Catch the SCOOP

用娇媚眼神倾诉爱意

回眸生百媚

又是2月某日，空气里开始弥漫爱情的味道。粉紫色的柔媚、柔棕色的浓情、灰蓝色的优雅，精致的女孩要为柔情蜜意的2月14日精心挑选眼影啦。

策划&执行/午睡　摄影/张旭明（紫弈云天）　品牌鸣谢/兰蔻、美宝莲、资生堂、倩碧、雅诗兰黛

←与睛彩睫毛膏是绝配哦，兰蔻柔美眼影膏302#、304#　新品未定价。

柔亮的效果营造温柔双眼

↓糖果一样可爱的眼影用来做礼物最合适了。雅诗兰黛纯色晶亮眼影12#、53#、42#　200元。

↙均匀滚出闪亮色泽，点缀眼部高光部位。美宝莲旋彩滚珠眼影01#、06#　25元。

↖轻轻一抹，眼神也能亮起来。美宝莲霓彩膏状眼影04#　10#　29元。

纯正艳丽的色彩令你脱颖而出

→新颖的一组配色，试试吧。资生堂新魅彩光采眼影11#，240元。

↘深浅不同的柔棕色，他会喜欢的。资生堂新魅彩光采眼影1#　240元。

↓效果自然，凸显成熟女人味。兰蔻单色炫彩眼影327#　195元。

→湖蓝色眼影，带来不一样的清丽眼神。兰蔻单色炫彩眼影331#　195元。

清朗™彩色
隐形眼镜

博士伦
BAUSCH & LOMB

清朗™彩色周末

周末不留白

周末点睛之作
5 natural Colors

自然色彩 自然感觉

- 立体感官设计、点状着色，效果逼真持久
- 5种生动颜色特别适合亚洲人深色眼睛，色彩改变柔和自然
- 非离子材料，蛋白吸附更少，每半年更换，配戴时尚又健康
- 理想适中的直径设计、标准中心厚度，易于操作，轻松配戴

零光度
特惠装
各大眼镜店有售

北京博士伦眼睛护理产品有限公司 北京市崇文区幸福大街37号 咨询电话(010)67100055 国药管械(进)字2001第3220846号(更) 国医械广审(文)030330 请在医生指导下使用 广告

皮肤每天丢失1/2升水

VICHY
LABORATOIRES
FRANCE 薇姿

眼部最先受到影响

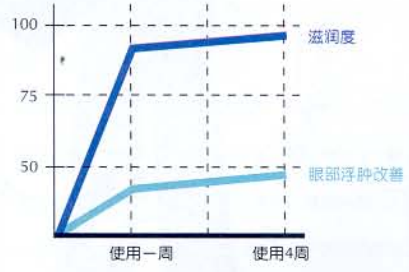
全新上市

THERMAL S EYES
润泉保湿眼部修护啫喱

改善眼部缺水纹、眼袋、眼睑浮肿

含有独特的消肿因子（Dextran Sulphate和ESCIN），有效针对眼袋和眼睑浮肿，
丝氨酸天然保湿因子，改善缺水纹。
泪水配方，安全性经眼部专家测试，含有VICHY温泉水。

有效性经眼部专家和皮肤专家验证



40位眼部敏感和配带隐形眼镜女性使用后的自我评价

1 完美保湿 第一步

润泉保湿眼部修护啫喱
238元/15毫升

卫妆进字(2003)第0589号

VICHY 薇姿 · 健康肌肤的源泉

法国全进口健康护肤品 全世界只在药房销售

若想了解相关药房信息，请拨打薇姿健康护肤热线：800-820-5218
或登陆品牌网站：www.vichy.com

粗呢阔脚裤完美OL计谋

精致的色彩搭配以及恰到好处的配饰都是OL品位的体现，何不将基础衣装与个性款式以7:3的比率进行安排。将“提升女人味”作为要点，做个永远快乐的独立女子。

摄影/NAOKI（人物），张旭明（静物）
造型/有村華菜子　发型&化妆/渡辺真由美（GON.）　模特/彩友美
物品提供/SISLEY，Etam，AYA，GUESS，TB2，NAFNAF，Folli Follie，热风，百乐水晶

露肩针织衫 适当露出锁骨是性感代名词。

粗呢阔脚裤 胯部合体最为重要。

细高跟船鞋 跟高5厘米以上，拉长腿部比例。

→将时髦的露肩针织衫搭配普通的阔脚裤也个性了几分，微露的肩部和锁骨让你将女人味完美展现！

一款阔脚裤的三种搭配手法

亮晶晶的配饰不容忽视

←围绕格纹阔脚裤搭配了全黑的服装和配饰，参加小型派对也适合。针织衫/SISLEY 795元，裤子/Etam 289元，包/AYA 350元，项链吊坠/Folli Follie 249元，腰链/AYA 290元，手表/Folli Follie 1216元，鞋/热风 235元。

粉蓝色带来春天气息

←浅淡色彩搭配出春天感觉，豹纹小挎包也是时尚亮点。针织衫/SISLEY 695元，包/GUESS 550元，鞋/热风 220元。

灰色为主，黑与白做点缀

←黑色和白色两种对比度高的色系搭配出灰色中的层次感。针织衫/NAFNAF 599元，包/AYA 350元，腰链/AYA 290元，手表/Folli Follie 1216元，鞋/热风 235元，水晶项链/百乐水晶 1400元。

Dr. VICHY 薇 姿 医 生 专 栏

浇灌缺水的肌肤

Dr.VICHY薇姿医生——您的健康皮肤顾问(Thermal S系列)

Dr.VICHY

1.DIY 皮肤小测试

让我们先来做个简单的小测试，了解自己的皮肤。请拿起一面小镜子：

用手轻推脸部皮肤，看看是否会出现缺水纹？

否 ⟶ 恭喜！你的脸部皮肤没有缺水问题。薇姿医生与你相约下次的皮肤色斑讨论。

是 ⟶ 薇姿医生的诊断：

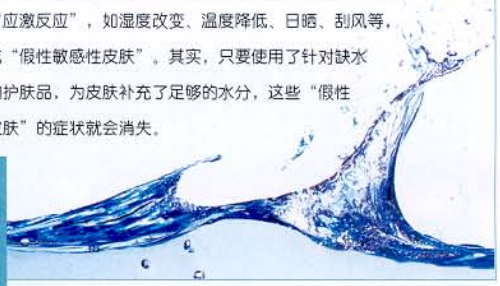
你的脸部皮肤属缺水性皮肤，需要对皮肤有针对性的护理。别担心，并不是只有你的脸部皮肤是这样。据统计，90%的人在一生中都或多或少有缺水问题。

2.薇姿医生告诉你

每天皮肤会流失1/2升水分。不良的环境因素以及生活习惯，都会加剧皮肤的缺水问题：

- 长期在密闭环境中（如：空调环境）
- 每天没有补充足够的水分
- 生活没有规律（如：缺乏睡眠）
- 女性在特殊时期（如：经期、怀孕期）
- 没有使用适当的护肤产品

皮肤长期缺水，使得水脂膜异常脆弱，皮肤对外部环境改变会发生剧烈的“应激反应”，如湿度改变、温度降低、日晒、刮风等，从而形成“假性敏感性皮肤”。其实，只要使用了针对缺水性皮肤的护肤品，为皮肤补充了足够的水分，这些“假性敏感性皮肤”的症状就会消失。



3.常见误区

缺水性皮肤和干性皮肤是同一码事？

错。缺水性皮肤是缺乏水分，通常是后天造成的，各种类型皮肤尤其是干性皮肤均可发生缺水。干性皮肤是缺乏油份，通常呈先天遗传，视为一种皮肤类型。

对缺水性皮肤来说，只要在皮肤表层涂上足够的油腻就可以避免水分的蒸发？

错。实验证明，只有让皮肤重新水合并且锁住水分，哪怕没有油脂的存在，也可同样神奇地使皮肤恢复柔软和弹性，所以对于缺水性皮肤而言，补充和锁住皮肤表层的含水量是维持皮肤健康鲜嫩的关键。这也就是对缺水性皮肤补水既要多喝水，更要用保湿护肤品的原因。

4.薇姿医生护肤建议

VICHY薇姿润泉保湿系列为缺水性皮肤提供了完美的保湿方案，24小时补充并锁住皮肤中的水分。

保湿护理步骤一	润泉保湿眼部修护啫喱 (238元/15毫升)	
保湿护理步骤二	润泉保湿精华凝露 (288元/30毫升)	
保湿护理步骤三	润泉保湿日霜S1 润泉保湿日霜S2 润泉保湿清爽啫喱 (188元/50毫升)	
保湿护理步骤四	润泉清爽保湿隔离露SPF20/PA+++ (228元/50毫升)	

若想了解相关药房信息，请拨打薇姿健康护肤热线：800-820-5218（周一至周五10:00-18:00）
或登陆薇姿品牌网站：www.vichy.com.cn www.eladies.com.cn E-mail:drvichy@cn.loreal.com

VICHY 薇 姿 · 健 康 肌 肤 的 源 泉

法国全进口健康护肤品 全世界只在药房销售

你的MENU

可爱的基础装扮，以恰当自然的甜美感为特征。何不在可爱款式中加入一点奢华，用不同风格上装和配饰来添加别致味道。轻松打造可爱而洗练自然的造型。

摄影/NAOKI（人物）、张旭明（静物）
造型/有村華菜子　发型&化妆/渡辺真由美（GON.）　模特/葛冈碧
物品提供/新浪漫主义、TB2、Etam、ClubX、AYA、azona a02、热风

柔粉色羊绒衫 茸茸的质感最为重要。

粗呢迷你裙 有细节设计是首选。

有设计点的高筒靴 纽扣、翻边都是设计要点。

→在米、灰主题配色的基础下多种质感的搭配是打造纤美身形的关键。

粗呢迷你裙
倾心学生美眉

粗呢迷你裙的三种风格搭配

中性感No.1 黑白色调学生风

←白色针织开衫是搭配主角，当然也不要忽略格纹帽子和超长高筒靴的时尚搭配要素。针织开衫/AYA 980元，迷你裙/AYA 380元，帽子/AYA 280元，包/azona a02 230元，高筒靴/热风 650元。

可爱感No.1 粉色抢占甜美称力

←甜美度极高的水粉色当然是首选，搭配同色系的手提包甜美势力不可挡。西服夹克/新浪漫主义 2980元，T恤/TB2 735元，迷你裙/Etam 199元，包/ClubX 300元，高筒靴/热风 398元。

运动感No.1 运动美眉也迷你

←在褐色调的统一中，金色高筒靴和黄色漆皮挎包是点睛之笔。白色针织衫/Etam 169元，开衫/TB2 535元，迷你裙/AYA 450元，包/新浪漫主义 960元，高筒靴/热风 425元。

卫妆进字(2003)第0185

AMOREPACIFIC

태평양 愛茉莉

韩国著名品牌

—— 新概念生活用品

洗发乳：不再局限清洁毛发和祛头屑，更注重修复、润泽、健康……

香皂/沐浴露：不再只是清洁肌肤，更注重沐浴、洗面所带来的清爽滋润、舒缓身心……

牙膏：不再只限防蛀、防齿患，更要求天然、安全、美白，保持整日的口气清新……

New!

娜派Nano Therapy

一根一根重新复活的头发，是从纳米维他命乳液开始

娜派是韩国首次应用超微粒尖端纳米技术研制而成，具有超卓的滋润补水、修复作用。比一般维他命颗粒小100倍的纳米维他命乳液，以其超强的渗透力让受损毛发获得充足的养分和水分，并有效形成锁水发膜，从根本上改善问题发质。

爱茉莉生活用品形象柜

中国销售总部:Tel:020-86266229 86266799 86266055 86266065 Fax:020-86266608 沈阳销售分部:Tel:024-86286798 Fax:024-86204776

聊吧 From The Readers

你选对粉底了吗？

各位瑞丽的小编们：

你们好，我想问个问题，就是同样的粉底，为什么有时候用起来效果特别好，有时候又特别差呢？而且我每次使用都是一样的步骤，怎么会差那么多呢？还有为什么每次用一个新品牌，第一次用都很好，后来就一次不如一次了呢？真搞不懂！

●沈阳　猪猪

亲爱的猪猪：

一般来说，不同的肤质在选择粉底时是有所区别的。油性肌肤的人应该选择较为粉质的粉底液，帮助摆脱肌肤的粘腻不适感；干性肌肤的人应该选择含水量较高的粉底或是较为滋润的粉条；混合性肌肤的人选择余地较大，推荐你选两用粉饼。在T区容易出油的地方用干擦的方式，但在脸颊较为干燥的地方以湿抹的方式进行。

2003年9月号《成就完美妆容的17个瞬间》里已经特别介绍过，希望你可以参考。

如果你还希望获得更体贴的信息，了解别人的护肤烦恼和感受，那么可以听听本期特别推荐的《23种完美美肤妙计》，那可是来自读者的私人护肤小诀窍哦！

●首席美容编辑　陶子

P155

她们曾经和你一样为体重烦恼

瑞丽的朋友们：

我希望贵刊能够刊登一些有关女性减肥方面的常识，像多吃什么有助于减肥啊，如饮食、运动等有何要求能保持苗条身材，等等。拿我来说吧，夏天只有45千克，冬天却有50千克了，简直比吃了发酵粉还有用……

●一个不肯留名的读者

亲爱的朋友：

不知道该如何称呼你。先幽默一下，你的体重增加，不会是因为越穿越多的原因吧……小编每到冬天，都会郁闷一下，不过还是照样大吃大喝。只要男朋友不介意，我介意什么呢，你说是吧！

好啦，言归正传，这次我们可没含糊，为总嚷嚷减肥的美眉准备了一个《为了爱，我们减肥！》，这次可不是什么专家见解，可都是实实在在的读者自身体验，9个美眉，一样爱吃麦当劳，喜欢冰淇淋……可是她们中最牛的那个，还是达到了3个月减少7千克的记录，你知道她们是怎么做的吗？

P200

●生活编辑　咪姆

拥有美目的可爱情怀，令单眼皮也漂亮

编辑部的朋友们：

我不是一个很漂亮的女孩，惟独只有皮肤白，我还是个单眼皮的女生，所以想请你们能不能在以后的书刊里多刊登一些关于单眼皮的化妆方法和颜色搭配呢？

●忠实读者：谢海娟

亲爱的谢海娟：

谢谢你的建议。在Q&A栏目中或者新妆容栏目中都曾介绍过单眼皮的化妆方法。2003年8月号中就有你需要的专辑，请参考。另外特别关注一下本期的眼妆专辑《瞬间幻化天使之眼，展露美目的可爱情怀》，里面有专门针对单眼皮的内容呢。

●首席美容编辑　陶子

P162

油性皮肤的姐妹看过来，看过来……

漂亮可爱的编辑女生们：

一直很喜欢《瑞丽》，从大学宿舍看到研究生宿舍。突然想起，自己有一些小小的美容Tips，为什么不一起拿来与《瑞丽》的读者分享呢？——请看我的“蜂蜜”之美容妙用：每天早晚洗脸洗净后，用一小勺蜂蜜加入适量清水均匀涂在脸部，大约10分钟后洗净，可以起到保湿、去油和去痘痘的作用哦！因为蜂蜜是一种天然纤维，而且性凉温和，不用担心它堵塞毛孔或引起过敏——我和我嫂子用了才一个星期左右，都觉得皮肤光滑湿润了很多！而且我嫂子是干性皮肤，用后觉得秋冬季节不再干燥起小屑屑；我是油性皮肤，用后痘痘真的少了很多！（有照片为证）哈哈，此外每天清晨用蜂蜜冲一杯温开水，可以帮助清肠——我原来有便秘的，现在真的好了很多！

●上海　人民大学　黄芳

小编旁白：

真是太感谢黄芳的宝贵推荐了，希望这里今后不仅仅成为读者和编辑的交流园地，也希望成为你们认识新朋友，交流见解、分享心得的好地方哦！还不快来聊吧！

如果你有聊天的欲望，有迫切希望我们为你答疑解惑的想法，或者有收获心得要与我们分享，欢迎一起来“聊吧”，可以写下来并附上你的美丽照片，寄到《瑞丽服饰美容》，信封上一定要注明“聊吧”，也可以直接写E-mail到：guxu@rayli.net.cn 期待你的加入，共同完成我们的美丽心愿。

fashion

和他相爱了有多久？一起慢慢老去也许是最浪漫的事，何不在这个早春来一个可爱转身，看看春天的POSE什么样，引诱他的心。针织衫的丰富表情配合演绎上半身的美丽主张，“裤”女郎的美丽守则加上白色N多搭配新体验，再玩转黄金时代，饰品主义，我尽情变幻可爱＆成熟，超人气双面美女。牵他的手，放眼望去，这竟是我要的四样春天。

当他捉着我的手说，等今年的第一缕春风吹起的时候，你的爱情就要来了……，便想，也许该把握住精致的恋爱造型，和他一起预约幸福。

WHITE OUTER

↑（左）略微宽松的羽绒夹克让你没有约束感，出行运动都适宜。（中）运动感的白色夹克更添动感，袖口的罗纹松紧口可是流行主题。（右）质感柔软的羊绒面料颇显品质，搭配同样质感的灰色迷你裙，学生OL都适用。

Pay Pretty Basic

白色短外套
我爱你，这是我的偏执

这个春天，白色外套是必备款式。
只需搭配平日钟爱的迷你裙，
你身上立刻散发出美丽光芒，并且愈加灿烂。
一举手一投足之间，微微流露的动感氛围，
让你百穿不厌！

初春之精致特辑
全25页一网打尽！

春天的POSE什么样

牵引他的心动

PART 1
新可爱派4大招数

能够演绎各种风格的基础衣装，搭配上帮助增添自我性情的小物。
如此组合的基础装扮，表现出可爱而灵动的气质。
让女孩们变得愈加可爱，却又个性突出。
瑞丽率先推出的“简约衣装打造可爱造型”，
面向美丽春天，让你把握自己的漂亮前途。

摄影/NAOKI（模特），濑濑徹（静物）　造型/有村華菜子
发型＆化妆/渡辺真由美（GON.）
模特/葛岡碧，彩友美，中川加苗，蘭丸

← （左）桃心领针织衫当然是衣柜里不可缺少的单品，加上皮草装饰，更是FASHION一百分。（右）想露出漂亮的锁骨？那就选择这款领部有着皮草装饰的弧形衣领针织背心。

FUR TRIMMED

Ray Pretty Basic

白、灰皮草饰领针织衫 让我拥有公主一样的美丽心情

想穿出自我的个性和品位？
清新简约，而又恰到好处地装扮自然是正确之选。
简约的白色，或者体现良好品位的人气灰色
都能帮你造就自然的迷人气质。

黑色针织衫+灰色迷你裙 今天你坠入了我的情网

简练的装扮以及肌肤裸露程度
都能淋漓尽致地展现出女孩的可爱气质。
微露的肩部+随风摇曳的裙摆，
是重要的别致细节！

粗呢材质、菱形图案、
短款上衣、直式外装……
永远备受欢迎的正统派款式，
从未远离流行的主题。

PRETTY TRAD

←（左）有着荷叶边装饰的迷你裙搭配露肤度颇高的针织衫，穿到春天也OK。（右）菱形格无袖针织衫与灰色褶边迷你裙的安全搭配，白色手包是亮点。

皮草夹克
我的青春，因你而华贵

绝对醒目的华丽影像，
在“可爱装”和“性感装”弥漫的街头，
穿出你的自信。

FUR BLOUSON

→白地茶色斑纹点缀的皮草夹克，奢华感中带有青春的青涩味道，适合年轻而时尚的你。

佳洁士®

深层洁白牙贴

7天，亮白奇迹 从齿揭开！

给牙齿做 **美白面膜** 体验一整年的显著亮白

爱美的你，天天涂涂抹抹，护理妆扮，有没有想过牙齿也要美白呢？创新佳洁士深层洁白牙贴，就是你牙齿的美白面膜，革命性粘贴薄片，紧紧锁住牙医选用的高效美白成分[Hydrogen Peroxide]，深层渗透，迅速展现无瑕美齿。临床验证，**只需7天，牙齿显著亮白，效果可持续一整年。**现在，皓齿熠熠生辉，整体完美，才是最美！

使用前

撕下牙贴

贴在牙齿上，每天2次，每次30分钟

7天后，展现显著亮白

7天，更亮白一整年！ P&G®

早春“装”备，6大经典元素

PART 2

春天的POSE什么样

HIT 1

亮炫色彩，引领今季可爱风尚！

粉色针织衫

···▶P.62

粉色最能突出女孩的可爱魅力，在这个春天更有席卷全球时尚界的势头。想要步步紧跟吗？那就赶紧置办几件吧！

→（左）紧致合身的艳粉色两件套针织衫搭配蓝灰色花呢短裙，可爱妩媚兼备。（右）水粉色樽领粗线针织衫搭配米色灯心绒短裙，可爱中流露出柔美。

为你搜刮今季最时尚的搭配方法！

精心选样以下经典“装”备，款款线条流畅，风格简约，只要在搭配用色上稍下功夫就可成为出挑美人！

处处可见皮草饰边牛仔外套

无论搭配裙装还是裤装都是对可爱魅力的最佳注脚。

裤派与裙派两分天下

知性女孩选择白色休闲裤，甜美美眉则可选择粗呢迷你裙。

基础套衫+迷你裙大行其道

与可爱的迷你裙搭配的上装应为黑色或粉色套衫。

2004年
2月刊

寒风袭来，银装素裹人气上升

柔软蓬松的质地，加入一点小小的奢华，雪精灵这样诞生！

占领流行最前线的搭配方式中随处可见这6大元素的芳踪

←黑色一字领针织衫，羊绒与兔毛混合的质地柔软异常，胸前的纳褶花边平添妩媚。

搭配率超高，修身效果显著的基础"装"备

HIT 3

黑色宽松针织衫

···▶P.66

黑色宽松针织衫无论搭配裤装还是裙装都很适宜。

→皮草领牛仔外套，粗犷与可爱的完美结合。

满足你对风度和温度的双重要求

HIT 2

皮草领外套

···▶P.64

皮草领外套因其领部特点，流行势头更不可阻挡。略带休闲风格的设计搭配起来十分随意。

←（左）灰色粗呢迷你裙，后部采用打褶设计。（右）白色直筒裙，羊绒混纺，显得高贵奢华。

只此一件，百搭都出彩

HIT 5

乳白色短裙&灰色粗呢短裙

···▶P.70

可以自由搭配上装，是迅速提升女孩可爱魅力的至上法宝。

↘白色V字领针织衫，展现女孩美丽的颈部曲线，整合良好的前后大V字领，打造真正的双面美女。

可爱度的救世主，使你人见人爱

HIT 4

白色针织衫

···▶P.68

墨守成规的搭配时代已经过去，穿出你的风格，准备迎接男士们艳羡的目光吧。

←白色长裤，质地细密的仿小羊皮长裤，垂感十足，轻盈合身，具有绝佳的美腿效果。

这个早春，纯白色不寂寞

HIT 6

白色休闲长裤

···▶P.72

白色长裤替换以往下装，率先散发春的气息，此"装"备必不可少。

搭配妙不可言！

计算魅力加法

只要巧妙掌握这基础"装备"6大指标，这个早春你就是那最可爱的精灵。每天来一次美丽转身，与这个阳春二月做一场精彩约会。你的衣柜里还缺哪一件？趁现在快补齐吧！

摄影/桑崎まこと（模特），濑濑徹（静物）
造型/中村利惠　发型&化妆/山下智子
模特/菅原禄弥、香里奈、葛冈碧、石田香奈、重泉充香、芥川舞子、彩友美

在2004年CHANEL时装发布会上独领风骚

在CHANEL品牌秀上推出的新衣中，粉色占据了绝对优势。粉色含蓄柔美，再加上印花更加妩媚起来。

HIT!HIT! 1

幼嫩甜美，我为芭比狂

性感粉色针织衫

粉红色针织衫是这个早春不可或缺的搭配明星，尤其是略带成熟风情的款式更是锐不可挡。这里我们为大家精选3款粉色针织衫，看看是如何巧妙搭配的吧！

绝好人气直至春天的3款粉色针织衫，关注一下吧！

鲑粉色两件套开衫

鲑粉色适合任何肤色，拥有一件，即可变幻出无数可爱造型！

水粉色露肩针织衫

嫩嫩的水粉色是春天的颜色，加入性感&休闲的设计要素，散发成熟魅力。

桃粉色V字领针织衫

亮丽的桃粉色是本季流行指数的最佳体现。桃粉色V字领，挑战妩媚风情。

不同搭配！

不同搭配！

不同搭配！

SALMON PINK

PASTEL PINK

FUCHSIA PINK

珍珠白腰带，柔和地表现自我主张。

系上一条长长的围巾，可爱乖巧！

金色迷你小拎包，向淑女再迈进一步。

↑鲑粉色毛衣与驼色系的搭配，让整体的色调柔和统一，好感度绝高。

↑鲑粉色针织衫搭配米色迷你裙，展示绝美曲线。细高跟高筒靴更添成熟度。

↑水粉色一字领罗纹针织衫，搭配干净利落的牛仔裤，展现闲适的淑女形象。

↑露肩针织衫搭配牛仔裙和黑色高筒靴，典型的裙靴派美女，时尚度超强。

↑桃粉色V字领针织衫与灰色西装裤搭配更为优雅，有成熟端庄的感觉。

↑桃粉色V字领针织衫与黑白格粗呢短裙，用黑色长围巾调和，可爱略带性感。

可爱的花格毛衣，做个温柔的小小淑女

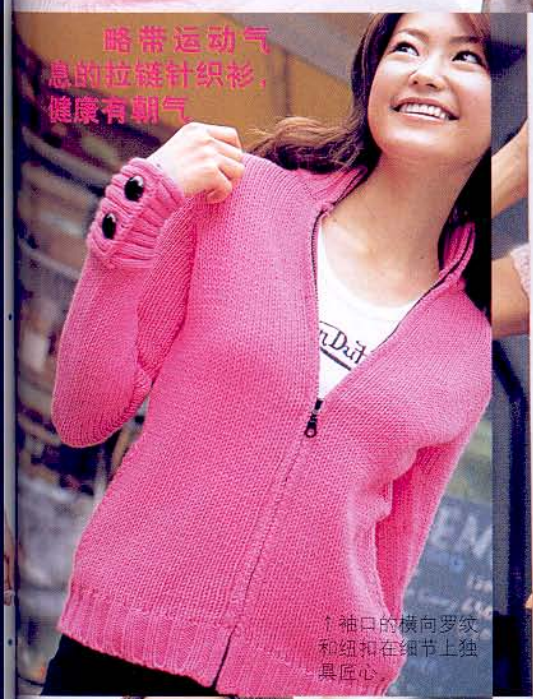
↑水粉色花格罗纹袖针织衫搭配白色长裤，适度绽放可爱魅力。

纯纯的水粉色魅力加倍释放！

↑蓬松柔软的马海毛，存在感十足的樽领，让人过目不忘。

可爱的皮草毛球，独占风情

↑水粉色一字领无袖针织衫，同色皮草毛球，性感与可爱齐头并进！



略带运动气息的拉链针织衫，健康有朝气

↑袖口的横向罗纹和纽扣在细节上独具匠心。

流行元素任我搭配！衣领处大大的纽扣不容忽视

↑水粉色樽领短袖针织衫，整体装束重现20世纪60年代风格，优雅端庄。

大胆的领部设计，为你的性感度加分

←鲜亮的桃粉色应搭配网格图案下装，务求上下比重相当。

←蓬松的马海毛，清爽的水粉色，大大的樽领，让男士们不能不动心。

水粉色马海毛针织衫配黑白碎格短裙，完成可爱女孩造型

←桃红色黑边开衫内衬同色吊带背心，性感时尚，点缀在黑边上的珠扣画龙点睛。

黑色线条不惜笔墨，为明星扮相助力

两侧抽褶设计尽显妩媚，突出完美曲线

↑清爽的配色让好感度加分不少，质感十足的米色长裤优雅成熟。

HIT!HIT! 2

奢华迷情，纯真却依然

俏皮的皮草领外套

皮草领外套在初春依旧大行其道，它不仅保温性出众，而且可爱跃动，现在就来看看吧！

→白色的膨胀感与皮草的跃动感完美结合。

与内领镶嵌紧密的皮草领。

毛纺质地，适应各种场合。

↓牛仔外套上的皮草领大多为茶色，本款大胆起用了蓝色皮草，营造成熟味道。

↓羽绒服在这个冬天也与皮草领结下了不解之缘，皮草领可装卸自如。

↓适当的磨旧感显得不那么孩子气，是今年服装流行的一个趋势。

欢迎度极高的外套大检阅！

立领设计在纵向上拉长视觉。

皮草帽领，看着就觉得暖融融！

有皮草领的牛仔夹克，品位立刻上升。

总结发现

- 有皮草领设计的羽绒服和牛仔夹克
- 皮草领和帽领可以自由装卸
- 保温性好，内能穿着薄小衣服

室外STYLE → 室内STYLE

室外STYLE → 室内STYLE

室外STYLE → 室内STYLE

室内STYLE至室外STYLE大讲堂★

室内装束

↖白色羽绒夹克加上厚厚的温暖感的白色流苏围巾，在温暖中释放女孩可爱电力。

可穿可披，用途多多。

↖水粉色流苏围巾和A字裙的呼应让整体感更强，同时也增添了可爱感。

室内装束

将黑色露肩衫去掉后是性感的吊带背心。

↑红与黑的组合，加上千鸟格围巾和水蓝色外套的搭配，飒爽的外出装扮。

↓朴实无华的羽绒夹克在皮草领的点缀下，变得异常可爱。

↓上衣的内衬都是暖融融的皮草，这个冬季不太冷！

灿烂的百分百笑脸+皮草领外套=初春的可爱天使！

↖内衬为皮草的牛仔外套，寒冷冬季里给你最贴心的温暖。

向准备购置外套的女孩们推荐以下5种款型！

黑色皮夹克
←质地紧致，拉长视线，内衬皮草显得服帖，没有臃肿感。

米白色收身夹克
→除了皮草领开无，再多装饰，是精致OL的最优选择。

粉色皮草领羽绒夹克
←束腰设计+粉色+皮草领，流行元素一一体现。

黑色皮草领上衣
←手感细腻的薄款皮草领装饰，冬日里的最佳装束。

白色束腰夹克
←立领设计+皮草的运用，是奢华高雅气质的最佳体现。

更多搭配技巧，UP为你的魅力多加马力！

↑粉色挎包上看似随意的方巾装饰正是主人独到品位的表现。

↑黑白网格粗呢短裙，乖乖女生的选择。

↑闪亮的腕表，将女性纤细时尚的个性表露无遗。

↑千鸟格拎包和红色围巾，浓重的色彩存在感十足。

↑在黑色底的映衬下，一展时尚洗练的都市女性形象。

↑粉色皮草领西装夹克，搭配牛仔裤，休闲中的贵族。

HIT! HIT! 3

修身挺拔，淑女也窈窕

黑色宽松针织衫

黑色针织衫，可与任何下装组合，堪称万能。宽松的款型是当季时尚的表现，而且修身效果绝佳，随时随地为你打造完美造型！

→高贵的迷你短裙，大胆地露出凝脂般的肌肤。

流露可爱的同时不忘展示高雅魅力

有松有弛，平衡绝佳，打造好感度女孩

肩带装饰

→黑色中露出肩头胜雪的肌肤，领边采用三股编织。

裹边两件套

←黑色两件套衫，白色裹边十分醒目。罗纹编织具有纵向拉长的视觉效果。

↖黑色与灰色的搭配让整体色调一致，修身效果神奇。

→黑色拉链针织衫与各种下装均可搭配。

酷酷的拉链针织衫

亮粉色拎包彰显女性魅力

→黑色V字领针织衫，米色阔脚长裤，颈间围绕的流苏围巾与亮粉色拎包和谐呼应。

系带V字领针织衫

←整体款型宽松，腕部和下摆采用罗纹编织，收放自如。

黑色与牛仔的搭配，星味十足

←两种经典的色彩搭配在一起当然不会有问题，加上金色小包的点缀，更是明星味十足。

樽领无袖针织衫

→质地轻薄，伸缩性良好，紧致合体，可与衬衫搭配也可单穿。

→在统一的黑白灰色调中，打造出精致而洗练的都市丽人。

白色围巾利用其视觉效应，为整体装束制造修长感

经典的千鸟格迷你裙，好感度200%UP！

→黑色包肩领针织衫，将面庞衬托得格外小巧。红黑色千鸟格粗呢迷你裙，灰色粗呢拎包，黑色高筒靴，像刚刚从校门走出的可爱女生。

↓水粉色迷你短裙为黑色针织衫和黑色磨砂高筒靴增加亮点。

←袖子的抽绳设计时尚前卫，一字领露出纤细的锁骨，性感魅惑。大大的心形挂坠在黑底色的衬托下更加夺目。

巧妙细节设计让基础式搭配散发与众不同的味道！

淡色短裙只要搭配得当，一样可以彰显干练个性，平添成熟魅力

←米色荷叶裙在黑色高领无袖针织衫的衬托下，十分简约时尚。

蓬松手感&亮晶晶装饰
是白色针织衫的
必备要素！

HIT! HIT! 4

基本装备，玩转加减法

细节至上白色针织衫

白色针织衫具有超高的搭配率，可以与任何单品组合。这个早春，众多出色设计和精美细节，令白色毛衣摇身一变成为流行的主角。可爱度绝高的搭配不能不学习一下！

↓柔软手感也是魅力所在。

镶亮片
流苏针织衫

↑亮片与流苏将女孩的脸庞衬托得更加娇俏可人。

亮石纽扣
格外可爱天真

镶亮片V字领
无袖针织衫

↓露肩设计展现漂亮锁骨。

抽褶针织衫
打造AB面美女

←胸前的扭花编织个性十足，性感与可爱感兼具。

网格纹编织的
樽领针织衫

↑马海毛与兔毛的混纺效果更添蓬松质感。

↓粗粗的罗纹具有神奇的瘦身效果！

白色毛领装
饰可爱感上升

↘有着休闲感的针织衫，搭配紧身米色长裤和金色拎包，休闲中也不能忽视对美丽的执著。

↓马海毛质地和V字领的结合十分新颖。肩头小小的裸露更是平添许多性感。

颜色对比鲜明的短裙
搭配用色大胆的下装，瞬间提升成熟魅力

网格纹短裙
亮片为简单的装束增添了奢华的气氛

米色长裤
皮革领+镂空花格的拉链针织衫，美丽与休闲的和谐统一

粗呢长裤
胸前的皮草设计使整体造型不至于过硬

迷你裙
露肩毛衣应以简约搭配取胜

随意搭配任何下装，
都可聚焦无数艳羡的目光

↑以黑白两色统领全身，紫红色皮质小拎包为整套装束增加亮点。

↑白色针织衫胸前点缀同色皮草，合身的粗呢长裤干练洒脱。

↑天蓝色长围巾的加入，让对比鲜明的黑白配色显得青春而活力充沛。

蓬松闪亮的白色针织衫+随意的牛仔裤，可爱得不可思议！

←（左）皮草领镶亮片针织衫搭配湛蓝色牛仔裤，女孩的娇俏可爱流露无遗。（右）白色镶亮石兔毛针织衫搭配水蓝色牛仔裤，塑造出邻家一夜长大的可爱女孩。

MILKY

HIT!HIT! 5

当他遇见你，当牛奶白遇到优雅灰

乳白色短裙&

外着牛仔夹克，变身为休闲装束

↑充满精致质感的短裙因为牛仔外套和磨砂高筒靴的粗犷质感的搭配，也增添了几分帅气。

穿起高贵的米驼色，变身端庄淑女

↑米色邂逅白色是淑女的典型配色，当然也不容错过色调谐调的优秀单品。

不同质感的巧妙搭配使可爱白升级为成熟白

↑柔美的白色短裙遭遇了飒爽的黑色皮夹克，整套装束动静皆宜。

性感的抽带应用在白色短裙上，高雅妩媚

↑粗棒针毛衣还有些可爱感觉，加上短裙上的抽带衬托，性感妩媚了几分。

Q1 不想穿靴子时，要如何搭配短裙才好呢？

A1 **黑色船鞋+黑色丝袜，美腿效果神奇。**

黑色船鞋和同色丝袜融为一体，在视觉上拉长腿部长度。搭配白色裙装，效果立竿见影。

→不要忽略细节上的色彩呼应，胸口的白色花朵图案呼应A字裙，一展摩登时尚的白领丽人形象。

Q2 如何选择短裙才能穿出好身材？

A2 **设计细节出众是首选。**

侧开衩，流苏，或是人鱼形状都是提升可爱度的重要因素。但要注意与上装之间的搭配。

←（左）白色打褶短裙。（中）白色荷叶边短裙。（右）白色侧开衩短裙。挑选时注意长度适中，膝盖上端15厘米的长度最佳。

Q3 蕴含春天风情的小物件都有哪些？

A3 **粉彩色拎包独占春色。**

购置一个粉彩色拎包，再加上一些粉彩色小物件，冬季的装束可以轻松应用于春季。

→这些粉彩色拎包很适合与白色搭配，感觉清爽利落。放下冬季的沉重，换上新一季最流行的小包。

Q4 什么样的外套可以令可爱的短裙显得成熟一些呢？

A4 **米色长大衣是不二之选**

乳白色短裙与米色大衣配合度超众，特别是大衣的长度以及皮草领装饰，都是成熟装束的通常选择。

→米色大衣和橙色羊绒毛衣相互映衬，质感十足，端庄典雅。

灰色粗呢短裙

GRAY

想把短裙穿出可爱味道，就不能不关心一下甜美的乳白色和代表当季风尚色的灰色。它们通常采用毛织和粗呢等温暖质地，衬托女孩的柔美。

↑性感的侧开衩裙与收敛的灰色搭配巧妙，白色的樽领毛衣存在感十足，好一个清纯可人儿。

↑可爱又不至于甜得发腻是当季的可爱宣言，当然，色彩的清淡搭配是要点。

↑黑、白、灰三色的搭配干净利落，清纯美女呼之欲出，点缀有皮毛的可爱挎包是搭配的亮点。

Q1 如何搭配今春流行的配色？

A1 大胆加入红色，向成熟转变。

红色适合搭配所有颜色，而且热烈奔放，成熟中的可爱让人无法抵挡。

→（从上至下顺时针方向）皮草领红色束腰小大衣，红色皮带扣装饰拎包，红色流苏围巾，红色V字领两件套毛衣，一簇火焰般的红色让你吸引无数目光。

Q2 与之搭配的外套最好选择什么款式？

A2 基础色外套，高雅华贵。

灰色如果搭配不当会显得陈旧，所以搭配时应尽量选择同色系黑白对比强烈的上装，这样的灰色能显得品位十足。

→黑白菱形格毛衣为灰色短裙增添了青春活力感，是女孩们的最佳搭配方案。

Q3 裙装如何巧妙搭配鞋子？

A3 简单的黑色高筒靴是上上选。

迷你裙+高筒靴是女孩子们早春里的经典造型。灰色短裙搭配黑色长靴，色调统一，利落俊俏。

→黑色高筒靴以其百搭的特色备受宠爱，明亮的米色让人眼前一亮。

Q4 什么款型最容易搭配？

A4 首选亮灰色A字形迷你裙。

亮灰色既保持了灰色的酷感，又不失女性的妩媚。此款裙装无论搭配淡色针织衫，还是同色调上装，都十分适合。

←（左）灰色腰带短裙。（中）浅灰色短裙。（右）灰色拉链兜A字短裙。拥有如此三款包你永远靓丽。

→简洁的灰色粗呢短裙以质感取胜。热烈的配色将女孩衬托得肌肤胜雪。

灰色迷你裙邂逅红色针织衫，绽放美丽

HIT!HIT! 6

百搭百靓，要的就是你

个性白色休闲长裤

这个早春，白色长裤是你衣柜里不可缺少的装备，搭配率超高的美人长裤，你不想也来一条吗？

个性十足，任你挑选

裤脚处的侧开衩设计是美腿的一大秘籍

最适合秀丽造型的薄质灯心绒质地

位置偏上的带盖裤兜打造完美臀部曲线

我要穿出修长美腿！
白色直身长裤
↑紧致的弹力质地+侧开的裤脚，将一双美腿修饰得更加玉立。

我不想内秀被人窥见！
白色大喇叭长裤
↑弹力细灯心绒质地，免去了内秀外露的顾虑。

我要展现凹凸有致的身材！
白色微喇长裤
↑W形状的腰带显得纤腰一握，笔直的裤线演绎高雅气质。

形状小巧并且位置偏高的后兜营造视觉上的小巧臀部！

形状小巧的后兜是塑造小翘臀部的不二要素，偏上的位置将视线上移，拉长双腿。

紧身包裹出修长美腿

大腿以下至膝盖处线条紧致，膝盖以下稍外扩，拉长小腿长度是新时代美腿的又一法则。

深浅适宜的立腰，正好包裹住胯部

前部立腰稍低，后部合理提升臀部，不用担心春光外泄。

金属链营造腰际风景

精致的金属链不仅是别致的装饰品，还有将视线从腹部引离的作用。

强弹力质地，紧贴肌肤

弹力超强，可向各个方向伸缩，适合运动，包裹效果可以缓解白色的膨胀感。

只此一件，轻松完成修身步骤！

经典白色长裤

一款型设计堪称完美，造型师也赞不绝口。

人气造型的秘诀就在于搭配！

→米色毛衣和米白色包是中和鲜亮对比色的巧妙招数。

加入了亮线的米色针织衫，星味十足。

风衣式大衣是今春流行风尚的先锋，橙色是其最佳拍档。

一件橙色大衣，轻松搭乘时尚专列！

白色船鞋与长裤连成一体，双腿立刻显得修长！

→在统一的基础上，点睛的配饰也是首位，鲜亮色彩的包都适宜。

几何图案的高领针织衫兼具修身效果和吸引视线上移的功能。

大大的红色拎包点亮一身的装束！

条纹针织衫在视觉上起到巧妙的修身效果。

脚下的黑色细跟短靴与上装遥相呼应。

→斑点狗图案横长拎包让冷色调美女的表情变得温暖。

烟蓝色露肩针织衫冷静性感。

斑点狗图案拎包灵动雅致。

搭配在淡色装束上的黑色围巾拉长你的视线！

黑色围巾与黑色细跟船鞋上下呼应。

→细细的皮带系住白色长裤，虎皮花纹拎包高贵大方，现代都市中的淑女风范。

小风衣素雅高贵，风度翩翩

柔美性感的米色流苏围巾，不经意中流露成熟女性魅力

←淡雅的配色好感度极高，米色围巾与豹纹皮鞋等小物件的搭配使整体装束靠向成熟风格。

针织衫两件套，基础款型+橙色，感觉新颖别致！

←简单的款式和配色，出众的原因当然是那鲜亮橙色，对比鲜明，光彩流溢。

黑色拉链毛衣成就可爱的运动风格

←以经典的黑白原色调配出动静皆宜的着装效果，斑马纹船鞋更添俏皮魅力。

如影隨形

HIDETOSHI NAKATA
NIKE SPHERE 中田英寿
選擇，全球足球

今年春天要升级！

流行单品 高级 搭配技巧

RECIPE 3

藕荷色围巾 为组合添加 柔和色调

长长的围巾在脖子上散漫地缠绕，成功打造柔美性感的都市丽人。

←加入了银丝的羊绒围巾因为粉色更显华丽。

摆脱单调！

RECIPE 5

橘色大衣 今春新宠

白色大衣劲头慢慢弱下来，何不抢购一件今春将要流行的橘色大衣？

↑鲜亮的橘色成为初春的调味料，短款大衣也可以这样选择。

↑这样的款式风格更适合淡色调，漂亮又成熟的选择。

RECIPE 1

灰色针织衫与 粉色手提包的 完美搭配

要让这个春季很流行的灰色装扮更为出彩，就用粉色手提包吧！

←粉色迷你手提包的效果确实出众。

RECIPE 4

毛绒手提包 漂亮又可爱

毛绒手提包的搭配带来新鲜的氛围，柔软蓬松的感觉可爱极了。

↑与白色短款羽绒服搭配要装扮出可爱甜美感，当然首选柔软可爱的白色毛绒面料手提包。

↑柔软舒适的毛毛手感是白色兔毛的魅力所在。

←驼色兔毛装饰的牛仔夹克俏皮妩媚，与可爱的斜挎包搭配最为适合。

RECIPE 2

翻领 牛仔夹克 配LV小挎包

牛仔夹克因为毛领的装饰平添了成熟华丽感，不会显得过分孩子气。

Ray模特彩友美的绝妙建议

RECIPE 6

三种技巧让 黑色针织衫 与迷你裙的 组合变得更加可爱

选择设计独特的高筒靴搭配出成熟感觉。

“春天的POSE什么样” PART 3

用配饰营造可爱气质 36辆开往

←一件橘色的风衣就能打造出明星般的注目度，试一试，这个冬末你就是主角。

RECIPE 7

黑白两色的长颈鹿图案

人气很旺的动物图案掀起新的热潮。俏皮感觉的长颈鹿图案早早就将时尚话题独占了。

↑简洁造型，出众之处在于黑白两色的长颈鹿图案。

↑后跟的蝴蝶结设计感觉时尚又精巧。

银色的腰带和决定了造型上的讲究。

RECIPE 8

将直筒长裤配出明星般气质的露肩针织衫

熨烫平整的白色长裤配上性感宽松的针织衫，时尚的组合，搭配自信的心情，就是时尚的榜样。

←白色瘦身款的长裤衬托出针织衫的亮点。脱肩吊带的款式更是显得高品位且性感十足。

脚上的高筒靴是搭配铁则

热烈的红色手提包让可爱的印象更加深刻

↑休闲款式设计的手提包也是搭配的重点元素。

←毛绒边的存在感与迷你裙取得整体平衡。

两条项链的重叠搭配，让针织衫也显得很有品位。

钻石项链展露出成熟的一面

→重点装饰让众人注意到你的漂亮锁骨。

摒弃外套搭配为主流的时尚装扮，
在搭配中稍微增加一些最具春天感的配饰，
给出36种时髦搭配手法，让你轻松搭乘开往美丽的特快专列！

摄影/（模特）桑崎まこと，（商品）瀧瀬徹　造型/渡邊惠子（KIND）　发型＆化妆/山下智子　模特/葛冈碧，彩友美，芥川舞子，福井未菜

春天的漂亮专列

绝对赢得男孩的好感！

可爱感 多一点的人气技巧

RECIPE 9

隐约吊带 暗藏的性感

胸口处可以隐隐窥到的蕾丝吊带是必胜秘诀。

←灰色与粉色的组合让成熟感中略带可爱气质。

RECIPE 10

珠光手包 打造华丽组合

冷静的单色调因为珠光光泽感的加入立刻显出华丽感觉。

↗粉色旅行手提包。

斜挎着金属吊链背包，精神抖擞！

←珠光白色斜挎包给黑色装扮增加了几分时髦和年轻。

银色旅行手提包隆重登场了！

↑灰色珠光手提包上班上学都适用。

RECIPE 11

V字领针织衫与心形项链 春光乍泄

简洁的V字领处点缀着桃心项链的女孩人数处于急速增长中。

↓如樱桃般的心形很可爱。

↓圆圆呼呼的可爱造型。

↑春天感极强的水绿色针织衫让你提前感受春天的舒适。

←这样的设计让心形也如此成熟。

RECIPE 12

配有脚链的黑色丝袜

脱掉靴子后的腿部也需要时尚，今春更要注意脚腕处的脚链装饰哦。

↓配有珍珠脚链的长筒袜。

丝袜也不要小视哦！

↓有着黑色绸带小花装饰的性感丝袜。

苏格兰斜纹呢大衣营造出成熟的时尚形象

Ray造型师羽田的绝妙建议

RECIPE 13

露肤针织衫 打造至尊性感

→粉色无袖针织衫，复古设计也很可爱。

用低肩和无袖衫表现锁骨的美丽。

→胸前的搭扣设计将视线完全集中到锁骨。

RECIPE 14

干净的白色与灰色的搭配

←白色上装与灰色下装的搭配平衡感绝对好。

与白色外套谐调搭配的是亮灰色迷你短裙。

RECIPE 15

苏格兰呢手提包

无论是约会或者工作都很适合，用苏格兰呢面料手提包演绎大小姐形象。

→同为淡雅色调的装扮让你更有春的气息。

大衣和手提包选用同种白色，人气度成倍增加

↓整洁的小姐风范，与任何款式连衣裙都可搭配。

脱掉大衣一样漂亮

→链条和金色丝线盘成的蝴蝶结，简单设计正是可爱的秘密所在。

与色彩漂亮的针织毛衣很相配的长款耳饰。

RECIPE 16

蝴蝶结装饰的长款耳饰

RECIPE 17

迷你裙与宽松针织衫的新平衡

宽松针织衫的蓬松感与小巧的迷你裙的新鲜组合。

显露超长玉腿

↗宽松针织衫与迷你裙的搭配可爱感觉百分百，十分适合娇小体型的妹妹。

RECIPE 18

苏格兰呢今春第2件大衣首选

苏格兰呢面料大衣又流行回来，人字纹和千鸟格是聪明的选择。

←简洁的苏格兰斜纹面料大衣休闲中略带知性气质，是OL和学生都可以的选择。

→大大的图案即使是浅色也很有型。

←今年春天必须有件千鸟格的衣服。

RECIPE 19

皮草饰边的针织毛衣

领边的蓬松兔毛装饰让脸部显得明亮，这样乖乖的款式男孩们也会喜欢。

↗柔顺的毛边带来好感，各种大小的领形都受好评。

RECIPE 20

亮丝V字领针织衫

加入闪闪发亮的丝线而造出不同效果。

粉蓝色

粉红色

↑柔软的马海毛和亮丝针织毛衣因为爽快的V字领而显得不同凡响。

←背后的蝴蝶结点缀给人十分可爱俏皮的感觉。

RECIPE 21

后背有蝴蝶结装饰的针织衫

看上去很平常的简单设计，一转身却是那么大胆。带毛球的蝴蝶结既可爱又具有诱惑性。

冷静&华贵的单品！

成熟感 多一点的 装扮技巧

RECIPE 23

紧致合体的连身裙

讲求品质的时尚和华美。色彩和版型是重点。

→银色腰扣点缀的纤细腰带，使黑色连衣裙的高贵感跃然而出。

RECIPE 26

经典风格的手提包

纯白色的大大的手提包增添高贵感。舒适的短大衣也因此凸显经典印象。

↑有型有款的硬包，气派感十足。

一有型有款的方包打造OL知性优雅气质。

RECIPE 22

魔力美腿长裤

代表成熟感的黑色长裤，当然要格外讲求美腿效果。

←宽宽的打孔腰带设计让成熟感更添时尚成分。

美腿重点

不深不浅的腰部设计是基本。

膝盖部位的紧收是美腿铁则。

舒展的小腿线条设计让膝盖下部修长感十足。

↑动物纹的小饰物，让你立刻显出别致的表情。

RECIPE 24

时尚女孩热衷的小饰物

冷静的设计让甜美的美眉也变得简洁。

↖柔和的色调和柔软的手感格外受小女生的喜好。

RECIPE 25

手套变身装饰物

这个冬季手套变成饰物的感觉正在深入地渗透中。

←不用时可以将手套挂在包带上，这样设计的手套现在大有人气。

RECIPE 27

脱掉高筒靴！苏格兰呢与浅口鞋的组合

如果想更显成熟些，可以选择浅口皮鞋与迷你裙搭配。

脱掉高筒靴

换成浅口鞋

→黑色浅口鞋搭配黑色丝袜，给人视觉上的延伸感。

RECIPE 28
闪闪发亮的水晶项链

抢眼度足够高的水晶十字架项链。

←亮晶晶的水晶项链在黑色服装衬托下闪闪发光。

色彩丰富

RECIPE 29
粉彩色系羊绒衫

优质的面料、简洁的设计突出了成熟的大人味。

→藕荷色羊绒衫与白色大衣的搭配，感觉春天转眼就要来了。

←V字领羊绒衫有多种粉彩色供选择。

RECIPE 30
增加一点豪华感的毛绒外套

可爱的迷你裙也因为毛绒外套的搭配显得成熟又温柔。

←毛绒外套搭配配有腰带的裙子，可爱到了极点。

RECIPE 31
浅口鞋

足底的冷静是表现简单成熟的技巧。长裤装扮能穿得有型。

←富有金属质感的银灰色很帅气，皱褶设计带来舒适感觉。

RECIPE 32
用质感提高档次的黑色浅口鞋

←不仅仅在重要的日子，休闲时也可以穿上它。

黑色浅口鞋因为天鹅绒面料显得高贵典雅。

RECIPE 33
白金首饰为性感加分

←精致的珠状手链和手表。

手表和手链重叠佩戴更显高贵品位。

RECIPE 34
毛绒手提包选择黑色体现成熟

黑色毛质手提包成熟感和可爱感并重。

→简洁的设计更加衬托出毛绒的可爱。

Ray忠实读者神户兰子的绝妙建议

RECIPE 35
条纹长裤

带条纹的长裤也是有效提高新鲜度的单品。

CLOSE UP!

→知性的灰色与白色针织衫搭配，不乏女人味道。

RECIPE 36
来自香奈儿的长项链

有香奈儿LOGO装饰的长长珍珠项链是装饰主角。

→长长的款式收缩了毛衣的膨胀感。

热力火红发色
水果精华
影视红星 关咏荷小姐 选用营彩热力火红之4.6#

油更深层滋养

卫妆特字(2003)第0002号 卫妆特字(2003)第0001号 卫妆特字(2000)第0562号

卡尼尔营彩

创新持久性染发膜，蕴含独特水果精华油及卓越着色因子：深层滋养秀发，发彩更绚亮出众。染发后，秀发更亮泽、更柔顺！

亮丽发色，交给你信赖的专家！

卡尼尔 研究中心
GARNIER
欧洲著名的自然美容品牌

免费热线电话:8008203877
www.garnierchina.com

Pieces of Rainbow 我要的4样春天

摄影/(model)增田勝行（biswa.）、(goods) 安藤朗
造型/平井律子
发型＆化妆/OSSAMU
插图/広中薫

如果你独自在家的话，
会不会不安地走来走去呢?

Pink

**用色调各异的粉色
完成MIX的着装冒险!**

蜡笔粉色西装＋草莓图案百褶裙，有了细碎图案的点缀，整体效果愈发乖巧起来。活用不同色调，在春天来一场粉色×粉色的竞赛吧。

探寻春天的气息……♪

选择春天的服饰，
比选择其他季节的服饰更有乐趣。
空气中充满了变化的味道，
新鲜的生活也许由此开启。
我满怀快乐，
想将自己打扮得更漂亮。
也许一路上会有些不愉快！
不过我会收起不开心……
继续寻找属于自己的快乐色彩。

Blue

多层次的粉蓝色
仿佛提前看到春的天空

丝绸与雪纺绸的不同光泽，由深至浅渐变，成熟沉静的蓝色由此变化出女孩的非凡魅力。蓝色在这个春天就是要更别致、更时尚。

现在是愉快的散步时间。
看！
会不会有点夸张？
Green
忍不住要出去享受阳光
穿上摩登的绿色怎么样？
绿裙子上的"嘴唇"
采用了背心的白和漆皮
高跟鞋的黑。春天的街
头，一定要用时尚的小
物衬托出绿色的摇滚味
道，才够时尚。

Yellow

清爽醒目的明黄色
看了就让人充满活力

明黄色针织背心＋圆点超短裙，好像橙味汽水的气泡一样，让你心情不断UP！想拥有新鲜魅力，一定要尝试明黄色哦。

HAPPY COLOR

我们的世界里充满了各种颜色，
天空、大地、海水、人们……
我们也在不停地选择颜色，
穿衣服时、买家具时、绘画时，
人们会说“这个颜色好”、
“喜欢那个颜色”。
那是因为看到这种颜色，
就能让我们感到快乐。
What is your happy color?
那么，今天你选择了什么颜色？

Nana Katase

在房间里
有些心烦，
要给自己一个好心情。

Profile

[illegible]，1983年11月7日在日本[illegible]出生。2003年发售了个人的第一张单曲“Necessary/EVERY”后，立即投入到了影集的拍摄当中，受到大家的好评，前不久，她又在“真夜中的王国”中有不俗的表演。

贺集利树、冢本高史和瑞丽模特帮你实现令人憧憬的约会情景！

精致的恋爱造型♥

和他一起预约幸福

摄影/增田勝行（biswa.）、吉村春海、瀧瀬徹　造型/大日野浩子
发型&化妆/信澤Hitoshi（V.A.S.P）、SATOMI（nude）　模特/芥川舞子、重泉充香

不只是情人节，爱情一贯充满着机遇和猝不及防。谁知道呢，也许哪天突然接到他的某个信息，收到爱神的一点暗示……有了下面的约会速配指南，加上两位帅哥亲临现场……你还会在出门前烦恼吗？

1 脱去大衣露出露肩连衣裙令他怦然心动☆

脱去大衣之后，清新的白色连衣裙令人眼前一亮。圆润的双肩充满吸引他的魔法，一举击中他的心！

2 镶嵌蝴蝶结的皮质手套&高筒靴倍增公主气质

成套的高筒靴及手套，在白色基调上搭配蝴蝶结！小公主般的高贵气质展现无遗。

↗白色高筒靴&手套，大情致蝴蝶结为细节，是画龙点睛质的点睛之笔。

3 时尚女孩的华美针织衫成为决胜关键！

与他开车兜风时，上装最容易进入视线！质地闪亮的针织衫配上甜美微笑，定会获得他全部的爱！

→粉色露肩针织衫镶嵌的珍珠，与心形耳环相映成趣，让他的目光为你流连。

胸前装饰彩色串珠的有些性感味道的针织衫

←抽褶针织衫＋吊带设计，会显得丰满哦。

领口闪亮的装饰将男孩视线牢牢锁住

→领口配有闪亮莱茵石的金属装饰。

4 短款大衣搭配裤装增添活力女人味！

约会时想活动自如，就选择裤装造型。成熟裤装保留十足女人味，展现你的活力一面。

提升华贵度的黑色皮草大衣！

←外套上加了黑色皮草，端庄的华贵感就多了一些。

灰色皮草大衣实现时尚气质

→灰色镶皮草细绒大衣，看起来舒适自如且充满淑女气质。

不失女人味的美腿裤装高雅华贵

←外衣及裤装都选择线条略紧的款形，时刻散发出积极的活力。

与他海边漫步，分享轻风style

让我们的爱再进一步
就要约定更加甜美的装扮。
无心流连两旁的风景
钟情的他
只为甜美的我
怦然心动。

5 穿着配有蓬松皮草的大衣
飞奔到无人的海边畅快兜风

华美而有情调的米色大衣搭配蓬松的皮草领，完成最佳组合。可爱的毛球和着轻风一起舞动，这一刻我们的爱情仿佛即将奔向幸福彼岸！

穿着质感柔软的皮草大衣在海边漫步

一安哥拉羊绒大衣内套式样简洁大方的镶莱茵石针织衫，令开怀的时刻也效果非凡。

整体效果 check！

贺集利树的想法……

我喜欢和甜美可爱的女孩一起去兜风。淡淡色调的米色大衣很有女人味。我希望女孩不仅仅在约会时精心打扮自己，平时也要表现出美丽精致的一面。

和他分享美食 晚餐约会style

为了他而精心装扮自己
柔情的女人味绝对是关键。
小公主般的优雅气质
已经让他陶醉不已。
虽然美酒还没入口……

1 纯白色针织衫&迷你裙

充满浓情女人味的晚餐约会装

纯白色绝对是令男孩怦然心动的No.1！安哥拉羊绒针织衫，呈现轻盈而细腻的女人味，而且必选白色。

attention!

恨不得占为己有的情侣手链

↑情侣手链组合，共同佩戴，随时交流浓浓爱意。

穿上大衣后……

全身纯白色调，华丽气息扑面而来！

→米色羊皮大衣为全身的白色调提供了更多质感和色调。迷你裙的腰带扣，手链及串珠提包是打造整体效果的亮点，避免了幼稚感。

会集时尚的秘诀……

白色是男孩们憧憬的颜色。华贵的羊皮大衣和迷你裙搭配很有女人味，嗯，我觉得很美。我认为在特定场所的成熟装扮十分重要。

2 好似偶像剧一般浪漫的米色镶皮草大衣

"高贵华丽"的皮草大衣带给人犹如被鲜花簇拥般的幸福感！最适合穿着它赴甜蜜的晚餐约会。

脱掉大衣后……

存在感十足的皮草提升无限醒目度

↑米色大衣内衬粗呢连衣裙，搭配白色高筒靴是表现高贵的关键！

3 高贵的侧开衩裙提升成熟性感魅力

皮草领短款大衣搭配及膝裙演绎成熟女人的味道！"开衩"的性感设计会令男生更加心动。

今季的粗呢裙选择黑白主题

→黑色皮草领短款大衣搭配白色粗呢开衩裙，休闲氛围的粗呢裙加入开衩设计显得随意而性感！

4 经典色调的闪亮针织衫表现高雅华贵！

华丽针织衫令人无法抵挡

落座时间较长的晚餐时光，上装一定要选择较为贴身的款式。时尚而华丽的针织衫，准会令男孩喜欢！

↑（左起）白色五分袖缀亮片针织衫。黑色露肩针织衫，亮白色无袖高领针织衫，黑色嵌皮草针织衫。黑白主题针织衫提升时尚度的同时令华丽感无限上升！

↘外套上的经典款腰带，使白色开衩裙不会显得过于性感。

好感度超高的醒目开衩裙

米色×白色完成华贵性感装扮

↑可爱的皮草夹克与性感的开衩紧身裙搭配刚刚好。

5 让人想抱在怀中的触感温柔的皮草提包

个性提包让简约造型散发光彩

醒目的皮草提包成为简约搭配中的精彩亮点！触感极佳的皮草材质让你愈加引人注目。

←（左起）黑色皮草提包，米色皮草提包，在搭配中添加皮草，效果会立刻不同。毛茸茸的触感也很令人着迷！

↘舒适自如的绒面革手套，动物花纹装饰是亮点。

动物花纹细节倍增豪华感！

6 动物花纹绒面革手套是提升时尚度的醒目小物

手套的绒面革质地帮你提升华贵感！手腕处装饰的动物花纹十分新鲜，是提升时尚度的必要细节！

两个人的悠闲时光
影院的约会style

充满浓情女人味，
略带休闲感的可爱女孩。
就是恋爱中的我
如电影里的完美结局，
我们也要有幸福的结局。
有没有甜蜜的魔法，
能将他牢牢锁住？

1 迷你长度的褶皱连衣裙，强调稳重而又甜美的气质！

只有一侧有褶皱，更强调了女人味。突出腰部线条的大号纽扣也很别致。用怀旧味道的高雅连衣裙向你爱的他施加魔法吧。

高贵气质连衣裙
留住他的爱之目光

贺集利树的想法

我特别喜欢白色的连衣裙。白色不只是带给人清新整洁的印象，还能让我感到一种绝对的纯粹。好象连我也变得更加清纯了。

全身效果 check！

↑白色连衣裙＋白色的丝光网眼长袜，将纯真与成熟巧妙地糅合在一起。

白色羊皮夹克感觉温暖又成熟

→黑白主题配色中一定要有珍珠项链和短筒靴。

3 羊皮夹克
烘托华贵的休闲气氛！

温柔、华贵的白色羊皮夹克令你随时都处于最佳状态。系带短靴的俏皮味道也增添几分休闲感觉！

2 优质开司米针织衫
让我爱上“简约感觉”

柔软而充满女人味的开司米针织衫最适合温馨的休闲时刻。简约的款式留给人美丽的印象。

开司米质地表现高雅气质

←灰色开司米无袖针织衫，穿着十分舒适。

性感的深V字领设计展现时尚风情

←开司米V字领针织衫，性感又大方。

粉色针织套装成熟又柔美

←粉色开司米针织套装，柔美的色调传达女孩的深情和温柔，让人心生怜爱。

4 充满早春味道的华贵粗呢质地

粗呢质地，飘荡着怀旧氛围。注意选择款式，你就是这个季节最受注目的美女啦！

两侧带有贴袋的休闲款式

←褐色粗呢长裤，是人气超强的美腿裤装。

←贴身粗呢大衣，为你赢得纤瘦印象。

女人味的大衣 简约而颇具

充满淑女味道的粗呢迷你裙

↙深褐色粗呢迷你裙，有种复古的华贵。

两侧的大号纽扣很有名媛气质

←灰色粗呢连衣裙的迷你长度搭配高筒靴，能够显得双腿很修长。

message From舞子

初看贺集利树，感觉很容易接近，熟悉之后发现他的笑容也十分迷人，并且他一站到摄影机前就立刻表现出专业演员的表情。

Profile

贺集利树，1979年1月16日在日本兵库县出生。身高180厘米，体重65千克。因演《Mask Rider AGTTO》成为人气演员。现在在《火热生活》、《秘传，家庭魔法》中有出色表演。电影《OVER DRIVE》也已经上映。

5 充满存在感的精致腰带成为搭配中的重点！

腰带的金属扣上嵌有精美的莱茵石，充满了存在感。点缀简约的造型，是不可缺少的醒目小物。

↖(上起)黑色、暗褐色、褐色、白色腰带。动物图案的腰带也不错啊。

艺术感金属扣突出十足个性魅力！

6 露肩针织衫
将锁骨大胆展现

强调锁骨及胸部线条的露肩针织衫。有几分大胆，却能够瞬间提升你的女人味，是很适合约会的人气上装。

露肤效果超群的华美针织衫

→(左起)船形领针织衫，V字领针织衫，一字领针织衫，最好选择简约色调。

一起分享尖叫游乐园约会style

肆意的快乐尖叫中，
也不要忘记散发女人味。
看，他一直在盯着我呢。
观景缆车中的微妙距离，
将彼此拉得更近。

令人有触摸冲动的皮草夹克，让他更为你着迷

家本高史的想法……

我喜欢穿牛仔裤和休闲鞋，也喜欢打扮带男孩味道的女孩。如果穿牛仔裙的话会更像女孩，更讨人喜欢。

一有亲切感的原色皮草夹克与牛仔裙搭配，增加休闲味道是关键技巧。在无拘无束的日子里还是自然些的穿着好感度高一些。

全身效果 check！

1 皮草夹克+牛仔裙

将无须装饰的可爱和活力气质全面展现！

令人兴奋的游乐园约会一定选择休闲造型！但是，女孩味也特别重要，所以用牛仔裙来吸引他的视线。看，他在对我微笑呢。

柔软的长围巾强调成熟女人气质

2 简约针织衫与长围巾搭配增加淑女感觉

演绎令人憧憬的淑女造型，长围巾是必备小物。与同色系简约针织衫搭配，能瞬间实现华丽变身。

针织衫

+

长围巾

↑粉色系长围巾及V字领针织衫。选择高质量的开司米针质地，穿着舒适效果出众。

↑白色调长围巾及V字领针织衫，与任何下装都能搭配完美。

↑粉色露肩针织衫，性感的宽松针织衫要选择华美别致的色调。

粉色针织衫增添十足俏丽感！

↑黑色露肩V字领针织衫，和白色披肩都能集中人们视线。

飘荡着成熟气质的时尚造型

3 宽松针织衫搭配美腿长裤的性感休闲味道值得推荐

裤装造型在男孩中具有超强人气。性感的宽松针织衫有着不俗的休闲品位，一定会令他心动不已！

4 大小适中效果最佳！月牙形提包

挎于腋下的可爱月牙形提包是春天的新宠儿。能够满足对容纳力要求较高的时尚女孩。

与任何造型都能完美搭配的米色提包

←月牙形提包让女人味的无袖高领衫，更有时尚韵味。

5 抵御寒冷空气的7ways羽绒夹克

不仅是皮草、帽子，连内衬都可以随意摘脱，有7种穿法。是郊游约会的方便选择。

↑羽绒外套内衬动物花纹半袖针织衫，帽子可以摘脱，变身为酷感女孩。

摘去帽子表现简约

↗直接穿羽绒衣内胆，搭配微喇美腿长裤充满十足休闲味道。

活跃的7ways羽绒外套，非常实用

设计巧妙实用，早春郊游的Zo.↑外套

→白色羽绒夹克，有7种不同穿法让你随意表现心情！

遇见100%的他
网友见面会style

男孩对“憧憬中的女孩”无法自制。
不会错过继续交往的机会，
高雅成熟而性感的装束，
让我成为今夜的美丽女主角！

1 独占男生炙热目光的 镶皮草短款大衣

选择给人绝对好印象的白色！

天使般的白色大衣以及蓬松柔软的皮草无论谁都会特别喜欢。白色表现皮草的纯净感，短款设计令华丽度全面升级。

**极具女人味的黑白色调
将成熟性感融于一身**

脱去大衣后……

家本理生的想法……

总想去参加网友见面会，却一次都没去过。如果女孩太过淑女的话，我也许会说不出话来，而可爱的女孩则会令我安心许多。

←(左)经典的黑白色调，因为选择的都是欢快的款式，所以整体效果不过于淑女。

2 更加性感的皮草领针织衫让你成为主角！

约定美丽，成为男生眼中的迷人天使。领部用皮草装饰的针织衫绝对华丽。

时尚配色演绎亲切柔美的女孩

↑简约的驼色针织衫因皮草而加倍漂亮。

裤装造型因皮草而不普通

↑领口的皮草华贵感十足。

用皮草的光泽展示黑色的品位！

↑个性的黑色针织衫与蓬松的皮草搭配，华贵非凡！

3 用清新淑女气质的针织衫套装表现女孩的纯真

针织衫套装获得男孩非常高的支持率！清新而略带成熟气息的印象令男孩怦然心动。

↓→米色针织衫套装，用华美色调表现成熟。

↑→黑色针织衫套装，穿着效果同样出众。

毛茸茸的皮草提包增加女孩味道！

↑水蓝色针织衫套装与亮灰色迷你裙完成淑女造型。

4 不要忽略足部的细节高筒靴引导你成为时尚先锋！

时尚性感的高筒靴是呼唤爱情的最强武器，能使整体效果简约而可爱。巧妙使用高筒靴是脱颖而出的不变法则。

镶皮草的高筒靴将男孩的视线集中起来

早春以这些细节来取胜！

5 适合聚会的闪亮小物提升高贵气质

小物要散发不可缺少的华丽的光泽感，在聚会较多的季节十分活跃。设计不要太夸张，最好是平日也可以使用的款式。

玩味名品的华贵光泽！

↑提包的扣带部位是时髦的千鸟格纹，有华贵味道。高跟鞋也因茉茵石装饰而尽显光泽。

适合搭配出各种造型！

↓（左起）粉色长袖针织衫、米色半袖针织衫、黑色半袖针织衫，将带蝴蝶结的大翻领摘掉就会变身为U形领简约针织衫！

6 拓展搭配范围可摘除翻领的针织衫

今年设计精妙的服装会陆续登场。露肩针织衫通过2ways使用将搭配范围无限扩大。

←（左起）驼色高筒靴，皮质与绒面革的组合充满个性。镶皮草黑色高筒靴，收紧全身线条，提升性感指数。绝对经典的简约黑色高筒靴，值得收藏。靴跟与靴面的蝴蝶结都是白色，非常别致。

摘掉大翻领后……

共度情人节 二人世界style

家本高史的想法是……

粉色的马海毛最迷人！我特别喜欢迷你裙，希望她能经常穿。特别的日子里我很喜欢这样的装扮。

特别的夜晚，
希望有更加特别的女人味道。
完美而迷人的装扮，
就是送给他的礼物。
只须这样或许就无比幸福

→马海毛针织衫＋千鸟格迷你裙，小心他炽热的目光将你融化哦。记住粉色是女孩的专属色，在二人世界里绝对是正确选择！

带有时髦味道的千鸟格
成熟而可爱！

1 针织衫搭配千鸟格迷你裙充满甜蜜味道！

想表现柔美女人味，选择粉色针织衫准没错。乖乖女的可爱与千鸟格迷你裙的时髦，再带上甜蜜的心事，就更加完美了。

message from充香

家本高史是能让气氛变得融洽的人。拍摄用视线交流的场面家本高史也十分到位。

Profile

家本高史，1982年10月27日在日本东京都出生。身高174厘米，体重54千克。出演过《职员室》等电影。担任主角的《four doors》正在公映中。

全身效果 check！

2 迷人绸缎连衣裙充满时尚气氛

用绸缎的质感演绎十足女人味的黑色连衣裙，是不是让你感到幸福临近了呢？

←绸缎的飘逸感非常迷人，褶皱设计也很用心。

用粉色皮草提包给你的大男孩一些亲切感

露出美丽的腿部，让他为你而惊艳

↑女人味的绸缎与粉色交相辉映，最适合浪漫的约会。

3 性感的网格长袜是必备品！

精心装扮到细节才是真正的美丽。赶快挑选一双丝袜吧！

在不能露出来的部分，也要完美迷人

↑（左起）有莱茵石装饰的丝袜，小心先迷住自己哦。心形和蝴蝶结装饰的性感丝袜。

4 配套提包＆高跟鞋为整体气质加分！

天鹅绒蝴蝶结表现出女孩的精致，就算没有特别的装饰也十分抢眼。统一搭配给人小公主般的时髦印象！

存在感倍增！甜美蝴蝶结使

↑（左起）高跟鞋、提包、饰链皮包。白色粗呢和天鹅绒蝴蝶结将不同质感结合得天衣无缝。

→茶色皮草夹克及内衬的米色针织衫，都是非常居家的色调，给人感觉很温馨。

皮草的自然色让华贵感再次升级

纯净的女孩像雪精灵一般

↑白色皮草大衣，配合裤装非常精神。

成为爱情赢家 粉色帮你

←粉色皮草大衣，看上去就很柔软迷人。

皮草大衣除了有华贵感，更要有女孩味的亲切感。简洁的设计大方得体，他一定喜欢。

5 短款皮草大衣是女孩渴望温暖的细腻心思

进入他的世界
朋友聚会style

第一次去见他的朋友，
要表现出不同往日的成熟。
他也收起平时的孩子气，
拉着我的手，心跳加速。

1 在聚会中散发光彩的蝴蝶结小物

用蝴蝶结装饰自己是女孩的特权。细节中的蝴蝶结能让你看起来更亲切可爱。

添加皮草领，非凡效果瞬间完成！

→粉色的皮草，又是一个吸引他的理由！

高贵的珍珠是淑女的特征！

↑珍珠腰链遇见蝴蝶结，迷人感觉无限升华。

蝴蝶结形提包成为华丽细节

↑用柔软的黑色绸缎表现华丽感。

家本高史的想法……

一起漫步的女孩，都没有穿过这样感觉的大衣。但柔和色调以及皮草细节都十分有女人味。

甜美的粉色让我在恋爱中更加美丽，充满自信！

2 穿着烟粉色的大衣 一起去街头为朋友选购礼物

一定要给他的朋友留下好印象。选择柔美烟粉色大衣，再用及膝高筒靴提升时尚度。

→烟粉色大衣内衬安哥拉羊绒V字领针织衫，用高贵而典雅的装扮赢得更多好感。

脱去大衣后……

裙摆内衬雪纺绸，立刻充满性感味道

灰色粗呢裙演绎优等生形象

↓灰色粗呢裙，用褶皱表现思想活跃的聪慧女孩。

纤细的白色粗呢裙魅力无限

↓亮白色粗呢裙，鱼尾形裙摆十分贴身。

3 粗呢连衣裙&半身裙 吸引他的心

约会造型中不可缺少的是粗呢连衣裙或半身裙。步行时裙摆随风起舞，显现性感内衬，表现令他无法抵挡的魅力！

←米色粗呢无袖连衣裙，用珍珠项链的端庄，平衡内衬雪纺绸的性感。

4 柔软的安哥拉羊绒针织吊带衫 因双V字领而更加性感！

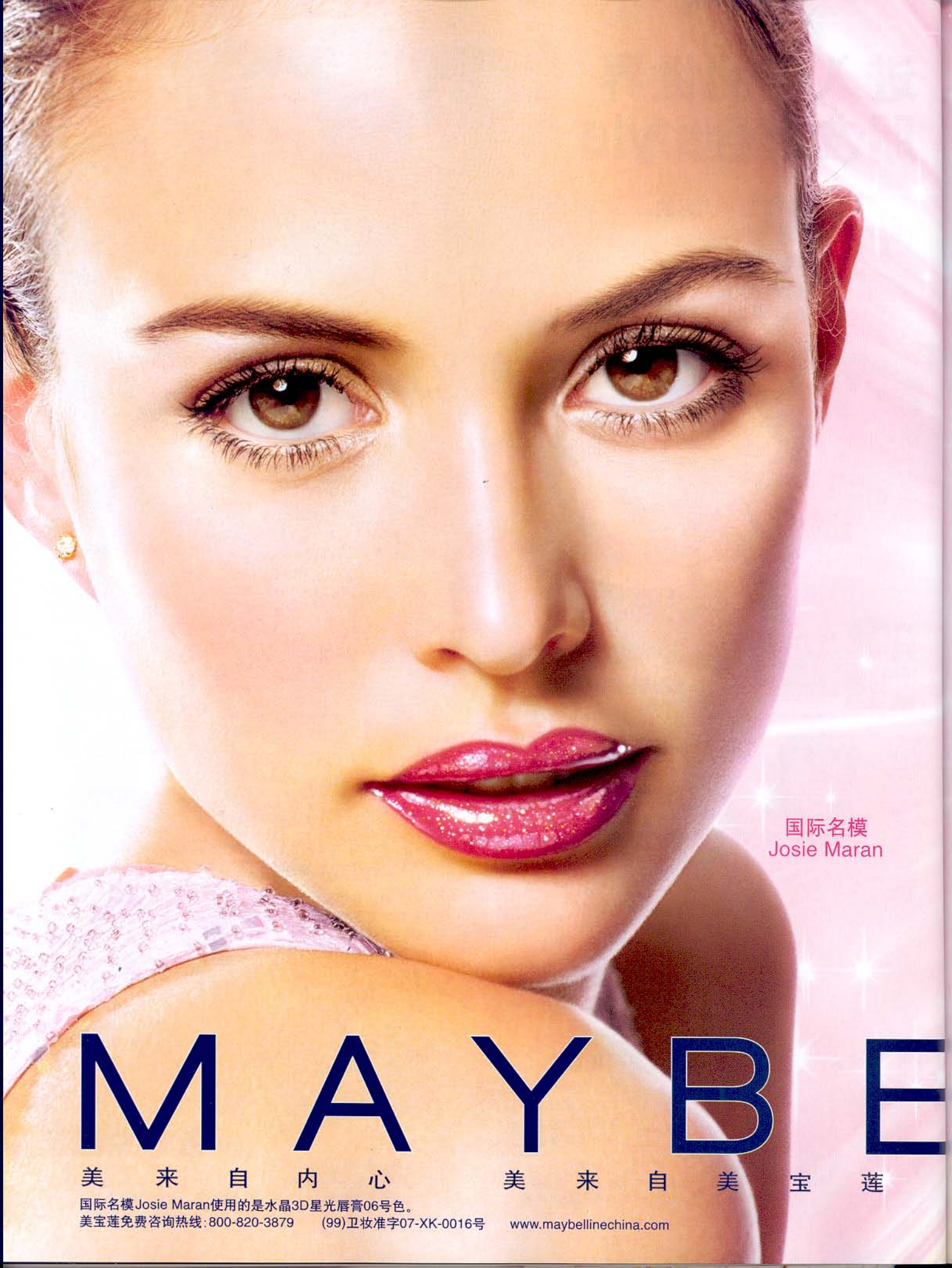
针织吊带衫会帮你表现出更加性感的女人味。高质量安哥拉羊绒的柔软手感，给人一种想拥抱的冲动！

烟粉色和淡蓝色都要选择

↑烟粉色、淡蓝色安哥拉羊绒针织吊带衫。精美的镂空也成为可爱的细节。

将休闲与性感完美平衡

↑柔软的安哥拉羊绒针织吊带衫和胸前绸缎包边的绝妙搭配，平衡甜美与性感。



国际名模Josie Maran使用的是水晶3D星光唇膏06号色。
美宝莲免费咨询热线:800-820-3879 (99)卫妆准字07-XK-0016号 www.maybellinechina.com

全新

美宝莲
纽约

Water Shine 3D Glitters

水晶3D星光唇膏

缔造全新的立体双唇：
更闪亮、更丰盈、更持久。

水润透明流转于唇间，散发纯净立体光彩。
更有晶亮微粒营造持久的立体亮彩。
任何角度，双唇都丰盈亮泽，如星光般闪烁！

01 02 03 04 05 06 07 08 09

这就是3D星光的神奇魔力！

心动价：
49元

LINE®
NEW YORK

感受……

3D星光

的神奇魔力！

1

更丰盈

pLump

“水性清透成份”营造全新的丰润双唇，带来水润透明的饱满双唇。同时，“3D晶亮反射微粒”带来纯净透亮的立体色彩，呈现无比动人的丰盈唇妆。

双唇看上去从未如此丰盈立体，性感、耀目的光彩自然流溢，瞬间成为众人瞩目的焦点。

MAYBELLINE

NEW YORK

美来自内心 美来自美宝莲

www.maybellinechina.com

模特使用的唇膏为美宝莲水晶3D星光唇膏；图1为06号，图2为04号，图3为02号

2

更闪亮

sHining

“3D晶亮反射微粒”从多角度反射光线，“银色微粒”也为你的双唇带来奇妙的亮彩，让你的双唇如星光般奕奕闪烁。开怀绽放的笑容如此灵动灿烂，尽情释放内心深处的悸动与欢愉。

3

更持久

LOng Lasting

“滋润薄膜”牢牢锁住色彩，令双唇的质地和色泽时时保持刚上完妆时的感觉，鲜润丰盈的妆效在你的双唇持久保持。日间丰盈闪亮的色泽，到了晚上依然明艳绽放，凸显你动感精灵一面，持久闪烁动人。

(99)卫妆准字07-XK-0016号

Lesson 1

上半身的『美丽主张』

为纯美派OL特别呈献

现在就告诉你纯美派OL装扮制胜的秘密所在

怀着美丽梦想步入社会 想要成为传说中的万人迷

想成为纯美派OL，着装上究竟要付诸哪些努力？

过于朴素的OL着装不容易引起他人的注意，建议你多多留心身边的纯美派OL们，观察她们的着装秘诀。是否能穿出纯美感觉，也许并不那么难。

其实，新一代OL只要准确把握着装细节的要点，同样可以将极致简约的标准工作装穿出可爱的感觉和纯美的气质！

摄影／户澤伸次、长野奈々子　造型／山口真裕美　发型&化妆／多田亞樹博（模特）、松下刚（读者）（aeon）　模特／重泉充香、林小百合、服部紗幸、高橋瞳

那些迷人的OL们，是什么使她们如此出众？

精致的OL装扮，下半身的穿着都属简约一派

得出结论：闪亮饰品……华美皮草……

焦点在她们的上半身！

靠精致的上半身装束提升整体装扮的可爱度

关键点

在精巧简约中透出迷人气质，千挑手投足间流露万种风情……

可爱造型散发成熟韵味

成功的秘诀就在于

对上半身的

精雕细刻！

★足以让他爱不释手并引以为荣

柔顺的秀发＆动感的发梢

清洁、蓬松，充满诱人香味的秀发；弹性、卷翘，随着身体移动而自然摇摆的发梢……需要你的精心护理和保养，才能拥有。

★清新淡雅，令人不禁为之吸引

完美凝肤＆纯美迷人淡妆

没有一丝瑕疵、透明如水的肌肤，洋娃娃般通透灵巧、善解人意的双眸。恰到好处的淡妆就能把这些天然的优势发挥到极致。

★彰显成熟女人味，触感超一流

华美成熟的皮草

皮草可以衬托出可爱的气质，大面积的皮草点缀还具有瘦脸的神奇效果，因此拥有皮草装饰的外套是显现绝妙身材的秘诀之一。

★在不经意间释放性感柔情

羊绒V字领上衣

V字领上衣使胸部曲线若隐若现，增加性感魅力指数。开口较低的V字领和露肩上衣在这个季节绝对值得一试。

★具有百搭作用的重磅单品

基本款呢料长大衣

“纯美派OL”在大衣的选择上更加注重突出成熟的气质和搭配的整体平衡，能自如应对不同搭配的基本款呢料长大衣成为首选。

★转换心情，制造华丽精致的气氛

精美的闪光饰品叠加佩戴

试着把品质精良的闪光饰品同时佩戴、适度叠加，彰显个人魅力。同时应尽量使饰物风格保持一致，这样才能锦上添花。

←在由羊绒上衣与呢料大衣的组合基础上，加上钻石饰品的点缀，梦想中的纯美派OL形象顿时跃然眼前。

Lesson 2

知道纯美派OL着装秘诀后接下来还需要准备些什么？

非有不可系列之四大必备时尚单品上装

既然知道了选择服饰的关键在于上半身，那么，经典款、必备款、人气款……先把这些上装单品准备齐全，才能充分发挥你的搭配天分！

公开搭配秘诀的“纯美派OL”2人组

“我的着装曾经显得很幼稚。如今，我在上半身的服饰上花更多心思。”（川田奈央）

“我以前购衣从不考虑搭配问题，现在我会尽量挑选简约的款式。”（高木绘美）

←漂亮得体的搭配让你在职场上出入自如！

向“纯美派OL”迈进的必备单品 4大必备上装

★粉色、镶边、蝴蝶结……

▶淑女款针织衫

●**圆领设计提升着装品位**
可爱的圆领设计，让你成为甜美派OL。

●**鲜亮色彩，增添明丽表情**
粉色、芒果黄……这些颜色使脸部显得更明亮。

●**手感一流的羊毛针织衫**
具有一流手感的羊毛针织衫，向来得到OL们的垂青。

●**细致的镶边展示大家风范**
白色镶边创造强烈的视觉冲击。

↑粉色镶边针织衫。

优雅针织衫 ★展现娴雅的气质★

针织衫建议最好选择简单的颜色和款式，而适当的夸张搭配和细节装饰是搭配的关键，蝴蝶结、缎带、纽扣、经典格纹……这些元素能使你更具淑女气质。

淡雅色调
↑水蓝色和浅绿色羊绒衫。

缎带装饰
↑缎带装饰的粉色和黑色针织衫。

经典格纹
↑灰色系和米色系的格纹针织衫。

纽扣点缀
↑纽扣点缀的黑色和银色针织衫。

★皮草、马海毛、乳白色……

◀短袖上装

←乳白色皮草袖上装。

●**马海毛上衣分外轻柔**
轻而薄的马海毛，非常引人注目。

●**皮草同样适合OL**
皮草具有无与伦比的存在感。

●**乳白色挑起拥有欲望**
柔和的乳白色体现纯美感觉。

●**皮草袖俏皮又可爱**
拒绝平庸，挑战略夸张的款式。

★翻领、镂空效果、混纺……

▶无袖上装

●**时尚必备单品No.1**
极易搭配的款式，绝对值得你拥有。

●**混纺毛线产生美丽肌理**
质感绝佳的混纺毛线，有脱俗的肌理效果！

●**垂感丰富的翻领设计**
完美突出脸部线条的翻领设计。

●**超级简单的可爱款式**
可以搭配精致的项链，展现纯美气质。

↑乳白色混纺无袖上衣，令姣好身材一览无余。

←右肩的金属袢彰显个性。

★露肩、低领、天鹅绒……

◀性感吊带背心

●**多重叠加V字领**
胸前自然叠加的V字领，使你更迷人。

●**轻盈耀眼的光泽**
强调色泽与手感的天鹅绒背心。

●**恰到好处的衣长设计**
短款设计的背心，能体现瘦身效果。

●**收拢肩带的绝妙设计**
收拢肩带设计，使肩部显得更美。

倾心推荐人气大大提升淑女度Hot单品

●**松垂领设计**
↑浅灰色短袖针织衫。

●**带围脖上衣**
↑米色和灰色针织衫。

●**贴身两件套**
↑可自由搭配其他服饰。

低胸V字领

动人之处不需多

巧妙的搭配可让身材的不足之处转变成优点，打造性感形象。如果你觉得低胸上衣不符合自己的风格，建议内穿一件吊带背心。

闪亮珠饰

仿佛被催眠般为之吸引

如果你选择了缀有闪光珠饰的上装，则应该统一用银色的项链、耳钉、手链等饰品与之相配。这样的搭配法不仅能发挥饰品的存在感，还可以使整体搭配达到绝妙平衡。

华丽皮草

情不自禁地想要触摸

皮草服装在聚会时穿着固然美丽，但在上班时穿着却不太适合……不要紧，向你推荐可拆卸领子的镶皮草上装，实现你的扮靓梦想！

↑粉色镶皮草上衣搭配银色心形吊坠项链。

性感

充满自信的你……不太自信的你……强调你的曲线

point 1 纤细修长的臂

不太自信的你…… 露肩上衣

↑浅灰色露肩衫。

↑蝴蝶结颇具诗意。

充满自信的你…… 无袖上衣

↑黑色无袖衫。

↑米色无袖上衣。

point 2 引人注目的胸

不太自信的你…… 垂领上衣

↑天鹅绒垂领上衣。

↑不对称的垂领上衣。

充满自信的你…… V字领上衣

↑米色V字领上衣。

↑银灰色V字领上衣。

纯美派OL

闪亮珠饰启示录

"选择金色腕表与火红色上装相配。"

林百合 职员 24岁

"素雅上衣搭配略夸张的饰物。"

羊冈凉子 职员 26岁

今季珠饰上装 大流行

↑米色和白色的珠饰上装，褶皱、绣花、蕾丝等时尚元素被广泛应用。

精美钻石饰品 难以抵挡的诱惑

闪亮镶钻饰品 火速流行中！

叠加设计

↘双重叠加效果独具匠心。

十字架

↘古典的造型令品位得以提升。

圆环形

↘镶钻项链，适合搭配简单上装。

心形

↘华美的心形镶钻项链。

可自由拆卸的 镶皮草上装

↑白色皮草镶边彰显颈部与胸部的动人曲线。

↑灰色镶皮草领上衣。

具有冲击力的皮草饰品

加厚皮草饰物

↑棕色皮草围巾搭配白色针织衫。

↑桃色皮草围巾，超级可爱。

↑粉色皮草手提包。

应对各种场合的 "万能搭配上衣"

白色上衣

马海毛上衣

↑自然柔美的色彩格外养眼。

↑白色上衣，与许多下装都可进行搭配。

Lesson 3

下一步就是在实践中检验真理
拥有纯美派OL的必备单品后
纯美派OL的十天上半身搭配实践

最后我们将要向大家传授的，是纯美派OL在二月的十天着装搭配方案。其中穿插的心理测试也不容错过哦！

纯美派OL代表——重泉充香

2月的10天着装搭配展示

12件基本单品

2月 2 MON

啊！从一大早就开始了快节奏的一天，我常常会想像工作得到上司肯定的时刻。这样就会开心地投入到忙碌的工作中去。

1 黑色高领无袖上衣

↗领部的珠链装饰分外醒目。

2 镶皮草领露肩上衣

↑肩部的吊带设计分外俏皮。

3 千鸟格图案长围巾

→经典的米色千鸟格围巾。

4 镶边两件套针织衫

→粉色两件套针织衫。

5 钻璀璨心形项链

←心形钻石吊坠项链。

6 大颗粒珍珠项链

←华美的珍珠项链。

7 皮草流苏围巾

↑乳白色的围巾。

8 镶钻大耳环

↑绝对与众不同的设计。

9 莱茵石超长耳环

←莱茵石超长耳环，仿佛流星般灿烂耀眼。

10 十字架项链

↓环形十字架镶钻项链。

11 俏皮吊坠手链

←今年最具人气的款式。

12 莱茵石手链

↓大小不一的莱茵石光芒四射。

外套的选择非常关键！

纯美派OL大力推荐的两大款人气镶皮草外套

↓(上)灰色镶皮草短外套。(下)乳白色镶皮草长大衣。

2+3+8+12

←拆下风衣的皮草领，还自己一个干练、清爽的形象。

大力推荐4款极致简约的基本下装

●磨白效果牛仔裤
→磨白直筒牛仔裤。

●白色喇叭裤
→完美体现修长美腿。

●格纹短裙
←展现你的可爱一面。

●米色中裙
→腰部的装饰是亮点。

纯美派OL心理测试 1

你在站台上候车，这时，对面驶进一辆车。那是一辆什么类型的车呢？

❶ 地铁列车
❷ 公司班车
❸ 出租车
❹ 电车

8 SUN

在高中好友的号召下发起了这次聚会，精心打扮以后的自己，一进会场就受到许多同学的赞美！

↘黑色无袖上装与经典黑白格纹裙怎能少了闪亮银色饰品的精彩点缀呢？

1+9+11

纯美派OL心理测试 ❷

此次聚会的参加者是以媒体精英和广告代理商为主，为了这次活动，你将特地购买哪种耳饰呢？

❶ ❷ ❸ ❹

5 THU

和同事优子与小露约好一起在日本料理店吃午饭。『啊，重泉小姐，能否帮我个忙？』偏偏这个时候，上司找上门来……

←珍珠项链在白色围巾的映衬下，更添性感。

4+7+6+8+12

11 WED

『未读短信息共计五条。已经七点钟了！和朋友约好听歌剧的事被忘得一干二净

1+9+10+12

纯美派OL心理测试 ❸

今天和一个对你来说非常重要的男人有约会，你却迟到了。而他正在台阶上等你到来。

Ⓐ 这个非常重要的人是谁？

Ⓑ 他所在的台阶是第几层？

Ⓒ 你登上台阶后的心情如何？

←黑白千鸟格挎包，今年流行的款式是夸张的长方形。

↙闪亮的珍珠腰链为格纹短裙增加亮点。

4+9+10+11

14 SAT

和男朋友晚餐前一起卡拉OK。『你怎么尽唱老歌啊？』不会吧！什么时候我开始怀旧了？

17 TUE

因为我今天要去礼仪学校进行定期培训，所以选择了灰蓝色与白色的服装进行搭配，一定会加深自己在导师心中的好形象！

→灰蓝色与白色的完美组合，是时尚OL们绝对不容错过的搭配方案。

4+8+10+11

20 FRI

在我和他相恋一周年纪念日之时，准备送上一桌我的拿手好菜。我要在菜肴里加入他最喜欢的葡萄酒和我的爱……

2+9+11

←能令心中的他为你倾倒的首选服饰当然是白色露肩衫。在约会时穿着白色露肩衫，提升自己在他心目中的美丽形象。

2+3+5+12

24 TUE

"如果我能说一口流利的外语也不错。"抱着这样的想法，我开始学习英语会话。每周二我都要与我的外籍老师进行交流！

「室内外温差较大，所以，一条温暖舒适的长围巾必不可少。

纯美派OL心理测试 4

同事要结婚了，你很想送她贺礼，那么你会选择什么样的礼物送给她？

❶ 为避免送给她不甚满意的礼物，决定送红包。

❷ 送给她她曾经提起过的，十分欣赏的名画。

❸ 送时装手表，既实用又有档次，自己显得有面子。

❹ 送观赏植物，因为这样的礼物受到广泛好评。

26 THU

公司全体职员开PARTY庆祝组长结婚，现在是部长致祝词……啊？组长在哭……赶快按下快门，锁定这值得纪念的一刻！

1+3+9+11

←聚会的时候还是穿着无袖上装与中裙最为得体。

→将皮草领去掉，拥有春天将至的美丽心情。

29 SUN

买回倾心已久的新款春装与首饰，本来只是想购买送给他的生日礼物而已，最后却成了自己的疯狂采购……

2+6+10

★★★★★★ 纯美派OL心理测试 你的结果是什么？

心理测试 1 的解答

★一旦他将要喜欢上别的女人，你会怎么做呢？

对面停下的车辆，表明在你不注意的时候，有其他对手趁虚而入……

❶你没有充分的自信，所以最终会选择放弃他。

❷你不能容忍背叛行为，会强迫他做出最后选择。

❸被他背叛了就要报复，你会去找新的男友。

❹承认现实并把它扼杀在自己心中，装作不知道。

心理测试 2 的解答

★你在聚会时最吸引人的是：

通过对耳饰大小、长短的选择，可以判断聚会时你在男士们心中的形象。

❶你拥有优雅的气质，"聚会女王"非你莫属。

❷你具有含蓄之美，属于"知性美女"。

❸你对男士的要求颇为严格，属于"骄傲公主"。

❹你的性格非常活泼可爱，是"邻家女孩"。

心理测试 3 的解答

★你在对待爱情上的理想&现实状态

通过对印象中等待你的人、台阶的数目，可发现潜意识中对爱情的理解和认识。

Ⓐ一你想与其发生恋情的对象。

Ⓑ一你和他从认识到相恋所需的时间。

Ⓒ一你和他相恋之后，你的心理状态。

心理测试 4 的解答

★哪种男人是最适合你的结婚对象

为他人选购的礼物，表达了你潜在的性情。可以由此得出适合你的结婚对象的类型。

❶想法简单的你，适合成熟型男人。

❷女强人型的你，适合家庭型男人。

❸爱慕虚荣的你，适合内向型男人。

❹缺乏主见的你，适合父亲型男人。

NEIGE兰芝形象专柜：上海太平洋（淮海店·徐汇店·站前店） 上海百盛（淮海店·虹桥店） 上海（置地广场） 北京（百盛·安贞华联） 杭州（银泰）
津（新安新世界·百盛） 郑州（丹尼斯·金博大） 太原（贵都·华宇） 海口（第一百货） 成都（王府井·全兴） 南宁（百货大楼·梦之岛） 贵阳（星力·神奇百盛）
安（百盛·世纪金花） 济南（贵和） 新疆（世纪金花·天山百货） 深圳（华强北茂业） 昆明（百盛） 重庆（王府井） 沈阳（百盛·中兴） 哈尔滨（远大购物中心）

韩国时尚杂志美容编辑梦想拥有的“情人节”礼物

韩国LANEIGE

提起时尚杂志美容编辑这个职业，不知有多少人羡慕。这些人可以称得上是“时尚的缔造者”。“智慧星星一闪”，就幻化出了变化多端的服饰、妆容。这些耀眼明星背后的“巧手”们，钟爱的化妆品品牌是什么？她们怎样打理属于自己的“个性”妆容呢？“情人节”，面对烛光她们又会许下什么愿望呢？
和ecole、anan、DONNA这些韩国顶尖杂志的美容编辑聊过，发现她们有着共同的“情人节”愿望：那就是拥有韩国LANEIGE兰芝。

Photographer / woo, jung hun (ub studio in Korea)

kim, hana
ecole
BEAUTY DIRECTOR

Best Item For My Valentine's Day

1. LANEIGE兰芝沁妍水份精华素

兰芝沁妍水份精华素中的“深层补水系统”活跃地为肌肤里里外外供应水份，犹如水库般，一整天保持肌肤的滋润。涂抹轻盈，不油腻，时刻感觉滋润。

2. LANEIGE兰芝活肌再生精华霜

有效促进肌肤再生的活肌再生精华霜。调节细胞的新陈代谢，保持肌肤细胞28天的正常再生周期，帮助肌肤再生；蓝莓和覆盆子提取物可增强肌肤透明感，缔造晶莹细腻肌肤。

不知不觉从事美容行业已有8年了。和所有的杂志一样，ecole的主旨是挖掘流行时尚，我也因此非常熟悉很多世界流行、品质优秀的化妆品品牌。在工作中，为了使我们的杂志和读者有良好的沟通，并让读者积极地参与到我们的互动中来，我会精心挑选好的产品送给读者，请她们来使用。最近在一份读者调查当中，我发现读者极为喜爱的化妆品中总是少不了韩国LANEIGE兰芝的明星产品：兰芝沁妍水份精华素。其实呢，我也是其中一员。我觉得兰芝沁妍水份精华素，涂抹肌肤时，犹如水库般源源不断地深入肌肤，补充充足的水份，而且很长时间内，肌肤都会保持滋润的感觉。兰芝形象代言人李奈英小姐的清新气质和旺盛人气，也在某种程度上使众多的女性为兰芝所倾倒。对我来说呢，保持肌肤美的秘诀是保持充足水份。说到“情人节”，我很想得到兰芝沁妍水份精华素和活肌再生精华霜，一定会实现吧！

从睫毛夹到香水，都会选择可爱的“迷你型”，走到哪，带到哪。随时随地都可补妆。从她的“行头”中，看得出她是很细心的人。

kim, han sin
anan
BEAUTY DIRECTOR

她可谓是语言天才，英语、日语全能，也许是这个原因，使得她的视野广阔，带有“国际”的“味道”。由于自己的肌肤是混合型，所以特别注重基础护理。因为工作，出差极为频繁，每次出差时，为了作好肌肤的护理，都会带上旅行套装。肯定不会忘记的是兰芝美白洁面泡沫和锁水啫喱面膜。“其中锁水啫喱面膜使用的方便性特别吸引我。将面膜均匀涂抹于脸部后，感觉非常轻盈舒适，也不用等着洗去它，可以直接入睡。应该称它为‘睡眠面膜’吧。在机舱里使用，更是方便。”“我觉得韩国LANEIGE兰芝的高科技生态补水系统：深层补水系统是兰芝的独到之处。兰芝产品含有深层补水系统，可以让你体验到兰芝的‘水世界’。‘情人节’愿望嘛……我想得到兰芝美白洁面泡沫和锁水啫喱面膜，哪怕自己买，也行呀。”

Best Item
For My Valentine's Day

1. LANEIGE兰芝美白洁面泡沫

帮你缔造透明洁净的肌肤！揉起的丰富泡沫，可以净化在外部环境中堆积的污染物，感觉轻柔，打好皮肤美白的基础，使肌肤更加亮丽。人气旺旺！

2. LANEIGE兰芝锁水啫喱面膜

无需水洗的“睡眠面膜”，你所需要做的就是把它均匀地涂抹于脸部！涂抹的瞬间，就会感觉到水的盈润，是为肌肤集中补充水份的面膜！

看看她出差的“行囊”，装满了精心准备的化妆品，不难看出是位“美丽专家”。旅行装是不可缺少的，同时也肯定忘不了消除肌肤疲劳的“锁水啫喱面膜”！

park, soo bin
DONNA
BEAUTY EDITOR

我的美丽哲学是：娇点唇妆，所以各种各样的口红是我随身必备的。补妆时，使用方便的产品才可以节省时间。

新色彩
即将闪亮上市

Best Item
For My Valentine's Day

LANEIGE兰芝晶润唇彩

将唇膏优秀的色彩和唇彩的亮丽完美融合。独特“笔型”设计，使用起来方便极了。对于整天忙碌没有太多闲暇时间的“事业女性”来讲，再合适不过了。

对于彩妆真是爱不释手。即便是不化妆的时候，口红也不离身。哪怕只是涂点口红，我觉得都会让整个人显得光彩亮丽。如果让我说，我觉得兰芝的晶润唇彩是非常可爱的。和唇膏一起使用或者是单独使用，各有特点；为了随时可以补妆，我“备足”了很多颜色的眼影，随身携带，而且在办公室的抽屉里，也有我的“漂亮法宝”。我希望“情人节”的我，亮靓！舍不得让他花费那么多，就选些兰芝的唇彩给我吧。有了兰芝晶润唇彩，这个“情人节”应该是“光彩照人”的。对了，祝福所有的“有情人”“情人节”快乐！

可爱&成熟，超人气

新年伊始，热衷于华服美饰的你，是否想让自己的装扮更时髦，更具新意？《瑞丽服饰美容》特别为你提供8种超人气造型搭配方案，让你的魅力指数飞速增长！

摄影/屋山和树(外景)、居坂詩音(内景)、龍瀬徹(静物)、廣瀬達雄(读者)　造型/中村利惠　发型&化妆/SATOMI(nude)　模特/重泉充香、芥川舞子、岛村麻美、彩友美、本香綾子

Fashion Styling Point

今年特别流行60's A字形大衣与高筒靴搭配出超可爱的连衣裙造型

怀旧款大衣唱主角 成熟可爱造型中经典

Style 1

60's风格A字形大衣＋高筒靴

时下十分流行的20世纪60年代风格的A字形大衣。建议选择饰有大大的扣子或低腰线裁剪的怀旧款式。迷你裙与高筒靴的搭配充满性感魅力，与牛仔裤或美腿长裤搭配则体现干练一面。

A字形大衣和长裤的搭配展现成熟魅力

A字形大衣搭配长裤会好看吗？其实完全不用担心，大衣搭配合体长裤，超完美。

一具有中性气质的黑色大衣与灰色直筒裤搭配，于酷感中隐隐散发成熟女人的迷人气息。

一女性味十足的白色标准款大衣，尤其适合与紧身牛仔裤搭配。配上浅口鞋，分外俏丽。

↑〈左〉白大衣上装饰着大大的圆形扣子，是可爱装扮的首选。〈右〉体现简洁风格的黑色大衣腰带的装饰加上收身裁剪，穿上后有『瘦身』的视觉效果。

双面美女

Fashion Styling Point

无袖针织衫搭配
斜裁中裙加上合体高筒靴
制造整体的和谐感

Style 2

精致无袖针织衫 + 斜裁下摆中裙 + 高筒靴

最受办公室女孩欢迎的超人气搭配法。针织衫建议选择紧身的无袖高领款。而中裙的裙摆当然是以斜裁或不规则型为最佳。配合贴体的高筒靴打造修长造型是基本规则。加上披肩或围巾的点缀，效果更佳！

巧妙融入华丽感觉 演绎成熟女性造型

斜裁下摆纱质裙与简洁的针织衫搭配

←白色无袖针织衫与黑色斜裁下摆纱裙形成绝美搭配。

柔和的粉色使黑色显现华丽感

←容易显得老气的黑色搭配娇俏的粉色，将巧妙甜美&帅气融合。

对比色搭造时尚感大大提高回头率

←白色无袖针织衫搭配灰色百褶裙，千鸟格图案围巾提升整体装扮的悦目度。

粉色与黑色的配色，掀起时尚的高潮

←用粉色围巾强调出少女独有的青春气息。

图案抢眼的中裙搭配粉色无袖上装

←统一满温柔感觉的粉色无袖高领针织衫搭配印花中裙，制造特别的淑女气质。

黑白色的经典搭配打造备受瞩目的新造型

←黑色高筒靴与白色手提包是此款造型点睛之笔。

←橘色无袖高领针织衫与带有金点装饰的黑色纱裙搭配得相当绝妙，尽显窈窕身材。

Fashion Styling Point

清爽利落的搭配是体现“真实自我”的绝佳方案

选择粗呢外套
做时尚先锋代表

Style 3

短款粗呢外套 + 磨白牛仔裤 + 珍珠饰品

今季，时髦又实用的裤装组合备受人们青睐。具有绝佳质感的短款外套与牛仔长裤形成令人瞩目的搭配组合。加上珍珠项链的点缀，整套装扮更显不俗品位。

↑灰色粗呢外套搭配白色针织衫与牛仔长裤，具备淑女气质。珍珠项链与粉红色手提包强调温柔感觉。

鲜艳的红色外套
给人留下深刻印象

模特穿着的就是这款

↗配有红腰带的外套给人以强烈的视觉冲击力，配上经过磨白处理的牛仔长裤，尽显热情本色。

备受瞩目的牛仔装搭配POINT3

1 精致华美的珍珠饰品 搭配风格随意的休闲装

珍珠拥有独特的高贵气质，用珍珠饰品大胆搭配平常穿着的休闲牛仔装，可以轻松打造与众不同的视觉效果。

↑项链坠两边的珍珠都可自由活动。

↓带有珍珠吊坠的项链，分外诱人。

←珍珠饰品套装，是表达爱意的最佳礼物。

→耳环与项链统一采用了雪花造型的设计，非常可爱。

→（左）蓝色磨白牛仔裤，（右）墨蓝色磨白牛仔裤，有极佳的美腿效果。

2 具有磨白效果的 深色牛仔裤是衣橱必备

经过磨白处理的深色牛仔裤，今季成为时尚中人扮靓的必备单品，低腰、合体的款式是选择的关键。

→（上）黑色饰袢扣手提包。（下）粉色绗缝装饰手提包。

3 为使整体 不显得过于休闲 应选择小巧手提包

想要让休闲装扮散发出甜美的女人味，最简单的方法就是搭配一个造型小巧精致的手提包。

白色粗呢双排扣外套 在冬季穿着很有新鲜感

←具有特殊质感的粗呢外套，给人以强烈的存在感。白色珍珠项链更是装饰亮点。

可爱的粉红色短外套 塑造完美的新女性形象

→粉红色短外套搭配清爽的蓝色牛仔裤，可爱度百分百。珍珠项链与腰链则散发出浓浓的甜美气息。

饰有毛边的粗呢外套 彰显今年的流行特色

→野性风格的粗呢外套，其领口、袖口及下摆都饰以毛边，提升独特的时尚品位。

军服风格的短外套 为整体装扮增加时尚度

→米色短外套搭配怀旧风格的牛仔裤，一样和谐。而红色针织衫与围巾则让时尚女性更加优雅迷人。

具有光泽感的平绒外套 与牛仔裤形成最佳搭配

→具有闪亮光泽的黑色短外套，为牛仔裤提升华美感觉。选择同样具有闪亮光泽的金色手提包和浅口鞋与之搭配。

红色成为 流行主角

←红色外套聚焦众人视线。

格纹外套 具有怀旧意味

←黑白格纹图案个性十足。

祥带装饰是 本款的设计亮点

←白色双排扣外套彰显非凡魅力。

橘色外套 吸引艳羡目光

←经典款的橘色粗呢外套。

棕色粗呢外套 具有娴静的气质

←素雅的棕色粗呢外套。

时尚读者们开始行动啦！

矶部奈央 K大学一年级

←『这款外套的收身设计是我最喜欢的地方，用它与牛仔裤搭配，也能给人以成熟之感。』

→『我很喜欢短外套，它使体形看起来更漂亮。』

黑田敬菜 日本大学二年级

↑『今年流行的粗呢外套，颜色亮丽，极易给人留下活泼的印象。』

尾山玲子 N女子大学三年级

Fashion Styling Point

在盛装出席的场合
连衣裙成为必需品
应讲究剪裁和裙长

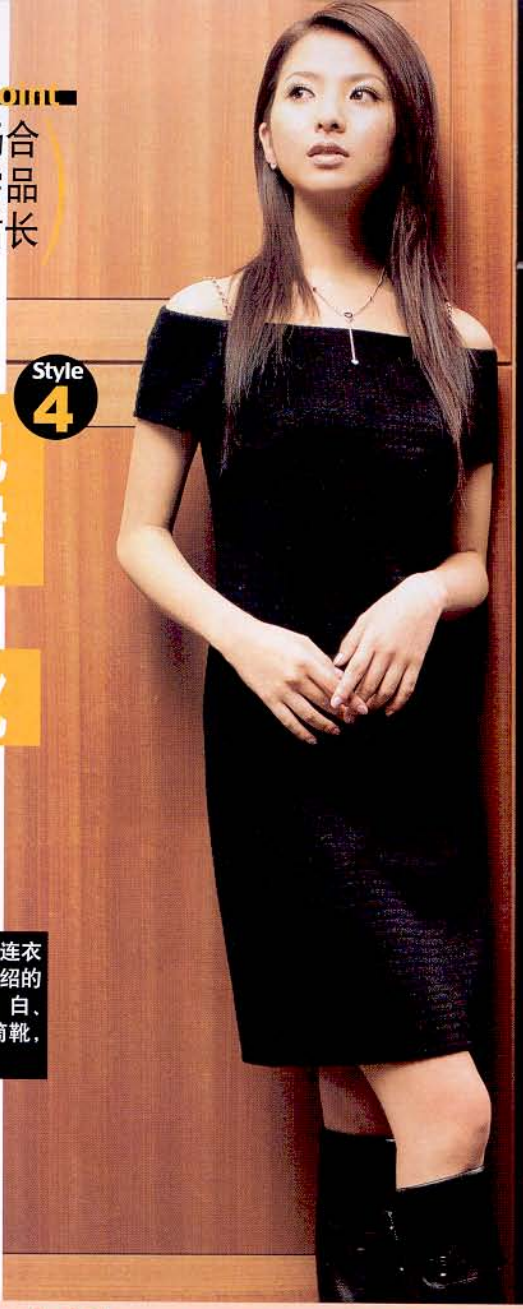
Style 4

黑白灰单色淑女连衣裙 + 黑色高筒靴 + 套装首饰

你想尝试一下与众不同的连衣裙造型吗？那就要遵守这里介绍的搭配守则哦！连衣裙选择黑、白、灰等素雅色彩，只需搭配高筒靴，再配上华丽首饰就成功啦！

→黑色露肩连衣裙秀出美丽的锁骨，整体感觉十分优雅。颈项间的金色项链很是抢眼，搭配黑色高筒靴，精彩一百分。

将性感的连衣裙穿出淑女味戏剧化的恋情就要开始了♡



连衣裙前面的扣子非常值得注意

→黑色高筒靴与灰色连衣裙上的黑色扣子相互呼应，绝对是超可爱装扮。

胸前悬垂的皱褶简约中透出华丽的感觉

→黑色无袖连衣裙的坠领设计颇具成熟韵味，搭配黑色高筒靴，使受众视觉达到平衡和谐。

古典风格的连衣裙是今年冬天的必备品！

→黑白粗呢连衣裙的下摆被设计成毛边，显现个性特色。黑色高筒靴令整体装扮的重心变得更稳定。

突出身体曲线的款式演绎简约派惊人之美

→简洁造型的黑色无袖连衣裙，搭配洗练的黑色高筒靴，演绎全新简约派风格。

备受瞩目的连衣裙搭配POINT3

连衣裙除了精良的裁剪外，更需要讲究的是裙长，膝盖以上的长度最合适。饰物的选择则要以精致为主！

1 设计高贵典雅的迷你连衣裙是必备

为了保持成熟优雅的感觉，应选择黑色迷你款的连衣裙。

打造淑女造型 袖口的抽褶
凸显完美的曲线 自然收腰剪裁
迷你的裙长与长靴完美搭配

↑黑色迷你款连衣裙，袖子和领子都采用透明的面料。

2 合体长靴增添可爱度令人心动不已

与迷你款的连衣裙进行搭配，黑色高筒靴是最佳选择。纤细的长靴秀出漂亮的腿部线条，是流行之选。

←虽然全身都搭配成黑色，但露出的粉嫩膝盖恰好打破了沉重感，荡漾出青春美丽。

3 首饰的成套搭配规则

饰品要搭配同一品牌或同一系列的款式。如果小饰物的风格保持统一，整体搭配就会显得更加高贵。

→耳环与项链都由一连串的心形图案组成，成套搭配更加可爱！

←耳环与项链采用心形图案作为设计主题。

←将大小不同的“心”连在一起，形成别致的美饰。

→镂空心形与钻石的完美组合。

→钻石耳环与项链闪烁耀眼光芒。

→星星造型的绝妙精美饰品。

Fashion Styling Point

用质地一流的粗呢长裤打造淑女造型

Style 5

英式风格针织衫 + 粗呢长裤 + 毛皮小饰物

今年冬天，将雅致的英式针织衫配上粗呢长裤的装扮得到《瑞丽》女孩的青睐。而适量的毛皮小饰物的装点，更增添了几分华丽感，于帅气中蕴含着柔美。

→（左）粗呢长裤搭配红色针织衫，毛皮围脖带来温暖感觉。（中）菱形图案针织衫，是英式风格的典范之作。粉色超长围巾可以协调整体装扮的视觉平衡。（右）黑色短外套与灰色粗呢长裤形成和谐搭配，饰有粉红色毛绒边的手套提升视觉亮点。

粗呢裤与英式针织衫联合打造成熟气质

华美的毛皮手提包为装扮增添贵族气息

不管是真毛皮还是仿制品，只要拥有一件毛皮饰物，即可为装扮增添华丽感觉！

↑（上）饰有珍珠般的毛皮手提包。（左）可爱的豹纹皮包。（中）白色零钱包。（下）斑点图案毛皮化妆包。

两件套针织衫

淑女味十足的两件套针织衫。无论单穿或套穿，效果俱佳。

↑（上）两件套针织衫令人眼前一亮，与之搭配的手提包和浅口鞋也选择明亮的金色。（下）两件套红色针织衫搭配黑色毛皮围脖，这可是经典的配色法。

菱形格纹上衣

今季，有许多时尚女孩用菱形格纹上衣搭配毛呢裤。

↑（上）以黑白灰为主调的菱形图案针织衫，搭配灰色毛呢裤与白色皮毛手提包，分外雅致。（下）黑色无袖菱形图案针织衫与米色粗呢长裤的优雅组合，怎能缺少白色毛皮围脖的装点？

罗纹高领衫

从外套中露出一些罗纹领，是今年流行的穿着法则。

↑粉色高领针织衫为以驼色为主的装束增加了几分可爱与甜美感，毛绒手提包上的白色格纹处理尤其新颖。

←白色外套的领口露出橘色针织衫的罗纹高领，灰色粗呢长裤与深棕色浅口鞋形成相得益彰的搭配组合。

Style 6

翻毛皮外套 + 及膝裙 + 高筒靴

Fashion Styling Point

具有超强人气的翻毛皮外套打造出两种截然不同的时尚装扮！

乍暖还寒的二月，翻毛皮外套以其独有的奢华、野性魅力受到众多时尚女孩的推崇。在这向你推荐两种搭配方案：休闲牛仔裤装造型和优雅的裙装造型。

休闲&优雅同时并存是翻毛皮外套的魅力所在

紧身衫搭配翻毛皮外套

←翻毛皮外套的保暖性非常强，因此在里面配上薄薄的衣服就足够了！选择带有皱褶的紧身衫，即使脱了外套也很时尚。

翻毛皮外套里面可以配上无袖衫

←既暖和又抢眼的翻毛皮外套，里面搭配简约款式的上衣。加上黑色及膝裙和黑色高筒靴，穿出娇俏感觉。

→（左）米色与黑色的搭配产生强烈的对比反差，具备新鲜感。带有闪亮装饰袢的腰带更突出了完美的腰部。（右）棕色翻毛皮外套，展现狂野的性感一面，选择格纹高跟鞋与之搭配，增添温柔气息。

翻毛皮外套 + 牛仔裤 + 尖头高跟浅口鞋

备受瞩目的翻毛皮外套搭配的POINT3

1 不显得过于休闲的华丽风格款式

要穿出成熟韵味，建议选择合体的短款式样，毛皮镶边的比例以此款为准。

↗恰到好处的毛皮镶边，带来华贵感。

2 饰品要选择精致而醒目的款式

巧妙应用一条精致的镶钻十字架项链，制造视觉亮点。

3 外套的里面搭配简单款上衣

可以选择一件单色薄衫来作为穿在翻毛皮外套里的衣物。

平常选择休闲牛仔造型

经过磨白处理的翻毛皮具有一流的手感和色感

黑色与白色的搭配是永远的黄金搭档

样式平常的牛仔裤也可以搭配出华丽的感觉

带有闪亮标识的T恤增加整体装扮的华美度

↑具有磨白效果的米色翻毛皮外套，与磨白牛仔裤搭配相得益彰，水晶腰链更是整款的亮点所在。

↗白色翻毛皮外套的里面穿着带有银色标识的黑色T恤，浅口鞋也选择银色，在萧瑟的冬季里穿出你的精彩！

↗成熟与个性，通通都在这款造型中得以综合体现，怀旧风格的手提包起到了画龙点睛的作用。

↗黑色翻毛皮外套与白色紧身上装搭配，让你看上去绝对性感！千鸟格纹提包更不容错过！

新的鞋款已经开始逐渐风靡

以性感著称的高跟鞋，每一季都会在色彩或细节上有变化。今季，蝴蝶结亦成为高跟鞋的装饰要点。

←棕色和黑色的高跟皮鞋，蝴蝶结令可爱度大大增长。

想扮出成熟气质就搭配紧身裙

柔软的质感带来舒适体验

白色×米色的搭配高贵非凡

让你迅速成为时尚先锋

野性的斑马纹及膝裙

↗正在流行的斑马纹及膝裙与米色翻毛大衣，搭配出令人眼前一亮的精彩装扮，一旦拥有，回头率自然百分百！

↗与众不同的白色翻毛皮外套是许多女孩憧憬拥有的服装单品，米色及膝裙和深褐色高筒靴令性感度飙升。

打造成熟淑女造型

中性色调与简单配饰

↗方形几何纹图案及膝裙，令平凡的上装增添了几分艺术色彩。白色手提包更打破了棕色所带来的沉闷之感。

超短款黑色翻毛皮外套令平凡的装扮变得华美起来

←灰色褶皱上衣搭配白色及膝裙，一件黑色翻毛皮外套立刻令这套普通的装扮变得卓尔不群。

时尚读者们开始行动啦！

服部纱幸
自由职业者　20岁

↑“用米色翻毛皮外套，与及膝短裙搭配，像不像乖乖女？！”

↓“深棕色翻毛皮外套颇具成熟韵味，我更喜欢用它来搭配牛仔裤。”

上津原由贵奈
学习院大学一年级

Style 7

温暖羽绒服 + 露锁骨上衣 + 美腿长裤

今季，时髦又实用的裤装组合备受人们青睐。具有绝佳质感的短款外套与牛仔长裤形成令人瞩目的搭配组合。加上珍珠项链的点缀，整套装扮更显不俗品位。

Fashion Styling Point

温暖的羽绒服是这季不可或缺的重磅级服装单品搭配时应该注意对性感的体现

这季最棒的简约派羽绒服造型带来既轻便又暖和的着装体验

→白色羽绒服的款式虽然简单，但却以明快的色彩吸引来无数目光，银灰色高跟鞋更起到了绝妙的装饰作用。

浅粉色的羽绒服是娇俏女孩的最爱

→浅粉色羽绒服以具轻柔甜美的色彩得到女孩们的喜爱，搭配棕色长裤，打造唯美造型。

白色超短款羽绒服成为今季的时髦品

→斑马纹针织衫令整体搭配有跳跃的效果，搭配黑色长裤与黑色高跟鞋，体现窈窕身段。

清雅的浅黄色短款羽绒服令整体装扮变得更生动

→米色羽绒服里穿的是格纹衬衫，配以白色长裙，非常适合大都市最明亮的一道风景。

用甜美的粉红色为酷酷的黑色装扮增添几分柔美

→为让黑色羽绒服穿出可爱感觉，里面要穿一件粉色针织衫，再拎一个粉红色手提包，时髦又可爱。

备受瞩目的温暖羽绒服搭POINT2

1 单色羽绒服适于多种风格的搭配

款式设计简洁大方的单色羽绒服可以帮你完成多种风格的搭配方案，一款可供里外双面穿着的羽绒服，更具有一衣多搭的绝对优势。

←正面穿，是红色带毛皮镶边的羽绒服。

双面款羽绒服

→反面穿，就是米色带红色毛皮镶边的效果。

→米灰色羽绒服，帽檐的皮草镶边绝对可爱。

→红色羽绒服装饰得温暖而舒适。

2 增添华丽感觉的银质首饰不可或缺

穿羽绒服的时候，建议你选择佩戴一些精美的银首饰。夸张的造型和抢眼的设计可以增添华丽度哦！

↓带有王冠吊坠的项链，自然令人爱不释手。

↑经过抛光处理的银项链，凸显华贵气质。

Style 8

单色的短款夹克 + 灯心绒长裤 + 粗编织围巾

是不是想偶尔尝试摆脱过于精致考究的服饰，来一款彻底让心情放松的休闲造型呢？一件简单款夹克和条绒下装的组合，再搭配上一条粗编织的围巾，即可轻松完成休闲新造型。

Fashion Styling Point

通过灯心绒下装以及粗编织围巾的完美组合制造自在闲适之感

休闲的装扮通过色彩的搭配展现成熟韵味

←粉紫色夹克具有一种特殊的吸引力，加上一条芥末黄围巾，绝对惹人喜爱！

完美演绎温柔本色

质感柔和的粉紫色夹克

演绎完美休闲装

帽子&围巾的搭配

→将微酷的牛仔夹克与明亮的白色条绒短裙搭配，红白相间的条纹围巾更添活力。

甜美中透露酷感

打造个性的约会装

↑粉色条纹针织衫与白色夹克的搭配，打造清纯的可爱装扮。橘黄色长款围巾令整体感觉变得更加生动。

以暖色为主的沉稳配色

造就略显成熟的素雅装扮

→选择色彩柔和的灰紫色针织衫与米黄色条纹裤来缓解黑色带来的沉重感，用黑、灰相间的编织围巾强调休闲感。

←整体装扮统一在浅棕色所营造的温暖气氛中，格纹帽和长长的编织围巾于不经意中显现悠然自在的美丽心情。

备受瞩目的夹克搭配POINT3

1 具有怀旧感觉的帽子在搭配中作为添加剂

帽子在服饰搭配中的作用尤为重要，在拥有成熟感的休闲装扮中，怀旧款的毛呢帽更是起到了提升品位的功效。

←粉紫色粗呢格纹帽。

↑帽檐上有趣的开衩是设计要点。

←带有毛绒球装饰的玫瑰红格呢帽。

←格纹宽檐帽，造就性感又俏皮的形象。

2 平底鞋和休闲鞋与休闲装扮紧密契合

高跟鞋在休闲装扮中当然要回避，帆布鞋和平底鞋是首选。皮革平底鞋建议选择瘦款鞋型。

↓运动休闲鞋清爽的配色，动感十足。

←饰有银色钩袢的黑色平底鞋。

→米色平底鞋，褶皱装饰是重点。

让我遇见你，在2004

走下舷梯，重新站在这座久违了的城市的土地上，小璃深深地吸了一口气。四年过去了，候机大厅里依然是熙熙攘攘人来人往，这里冬天的天空依然是清冽的冰蓝，可是，乘上出租车穿越城市的时候，却能从每一个陌生的转折起伏里，感觉到这些年的沧海桑田。

没有人了解她为什么会突然做出这样的决定，包括最好的朋友。当她平静地告诉梦樨，她已经辞去工作，准备北上的时候，梦樨的眼睛瞪的象鸡蛋那么大。“你疯啦？四年来你在广州干的风生水起，眼看着这副主编就是你了，怎么突然在这个时候要回去呢？大学四年就那么让你留恋那儿？再说了，要选也选个好时候啊，二月里正是最冷的时候，鸟儿都知道要从北往南飞！”

好象一直都是这么一意孤行的吧？不然，骏非也不会离我而去。小璃自嘲地笑了，那些陈年往事纷至沓来，如同车窗外快速后移的街景，带着淡淡的伤感掠过心头。

八年前，十八岁的杜小璃刚进大学，意气风发目不斜视，有一点婴儿肥的圆脸上黑白分明的大眼睛清冷骄傲。总穿着脏兮兮的仔服混迹于男篮队。一次练习中，小璃的脚踝严重扭伤，是队长骏非把她背回了宿舍。望着泪花闪闪的小璃，骏非说了声“你等着”就跑了出去，一会又一阵风似的跑回来，摊开的手心是一块当年还不常见的德芙巧克力。

“这是有魔力的东西哦！”骏非做出夸张的表情：“立马就能让你的脚好起来！”小璃接过来放到嘴里，刹那间味蕾便在那不可言传的香浓丝滑里绽放开来。一块巧克力转眼就没了，忘记了脚伤的小璃意犹未尽地抬起头来，正遇到骏非温柔的满含笑意的目光。那一瞬间，两个人，都莫名其妙地脸红了。

从此每个月，骏非都会买一大块德芙给小璃，他总是说，女人应该是巧克力做的，甜蜜温柔，回味悠长。小璃不服气，说：“我偏是硬邦邦的玻璃人。”骏非笑而不语，只继续推行他的巧克力怀柔政策。渐渐的，小璃蓄起长发，爱上长裙，直到有一天，小璃从朋友们惊异的眼睛里，看到温柔动人的自己，这才明白，骏非说的没错，那是有魔力的巧克力，它不但让小璃从脚伤的疼痛中破涕为笑，让爱情在两个人的心里悄悄生长，甚至，它让硬邦邦的玻璃人，变成了甜美的巧克力女郎。

“那时候，一块巧克力就能打动大小姐你的芳心？”许多年后，跟梦樨说起过这段往事，她不相信。广州城软红十丈，纸醉金迷，这些年，从Dior的香水到LV的皮包，不管追求者送上多么昂贵的礼物，最多也就得到小璃礼貌的微笑。只有她自己心里明白，那一块巧克力，却是一生一世的味道。

大四的那个寒假，还没有过完春节，他们就匆匆回到学校。当年的小璃，一心要南下闯荡，骏非怎样也留不住她，离别成了他们这年情人节的主题。

那一天，下着记忆里最大的一场雪，她站在宿舍楼下，焦灼地等待着骏非。漫天的风雪里他艰难地步步行来，在她面前站定，神情疲惫，注视她的眼光却一如往常的安静温暖，摊开的手心里，依然是一块德芙巧克力。

“你这任性的家伙！以后，就只好自己买巧克力给自己啦！”他把巧克力放在她手里，那一瞬间，一直装做坚强的她终于痛哭失声，不能自控地转身跑开，在身后，传来骏非温柔坚定的声音：“四年以后的情人节，小璃，我还在这里等你！”

这句话，常常出现在异乡那些寂寞的夜里，象是风筝的线，不管小璃在哪里飘荡，总是把她牵引到最初的方向。而第四年的情人节来临之际，小璃终于做出了她25年来最大的决定。

近了，近了，拐过这个街角，就能望见宿舍楼。小璃的心无法抑制地狂跳起来。跳下出租车，奔进学校，宿舍楼前，却空空荡荡，没有一个人。原来这些年的魂萦梦牵只是自己的奢望，小璃苦笑着，转身离开，却听见背后有人叫自己：“杜小璃？”她疑惑地转身，是看门大爷。“你是96新闻的杜小璃吗？以前住417寝室的那个？”“是啊，您还记得？”大爷微笑着递给她一只盒子：“那时候天天来找你的那个男生，今天一早来这里等你没来，就让我把这个交给你。”

骏非？他果真来了。小璃梦游一样接过那只盒子，还是德芙，却有着与众不同的美丽名字“浓情花语”。打开上面的一张纸条，泪眼模糊，依然能认出他熟悉的笔迹。

“无涯的时间荒野里，你还记得我们千山万水的爱情吗？惊来疾去的岁月里，你会怀念从前的味道吗？寸心浓情，花为人语，褪尽尘世的华彩，愿你看见我未改的期待”

这个情人节

德芙®传递我心意

Dove®

® 是注册商标 TM 表示商标 © Mars 2003

NEWS OF THE NEW FASHION ①

吉芬2004年春夏时装又添新容

吉芬品牌2004年春夏时装发布会于2003年12月27日，在国贸中心中国大饭店举行。此次发布会主要推出的品牌是JEFEN和JEFEN CLUB两大系列产品。JEFEN主要是休闲的职业装系列，适合28岁以上年龄的金领职业女性穿着。而新推出的JEFEN CLUB主要是运动的休闲装系列，适合年龄在25岁到35岁之间的高级白领。整场表演利用生动的色彩、流畅的造型，动人的细节以及设计师诠释时尚的独到品位为我们展示了都市白领女性的知性美。

古驰皮具春季新品发布会

"首届中国皮具行业营销峰会暨广州古驰春季新品发布会"近期在广州举行。古驰公司目前代理的几个著名皮具品牌，包括意大利品牌丝莉安，杰安尼·康提及法国品牌卡纷。其中丝莉安品牌重视在细节处体现个性魅力，针对职业女性消费群体，其设计主题是关注他人对己的态度，精致而不奢华，亲和力强；而卡纷是以轻松休闲的生活状态为设计元素，其设计理念随意，自然，富于活力。

威丝曼，放飞时尚 2004年春夏新品发布会

威丝曼服饰有限公司以"放飞时尚"为主题的"2004年春夏新品发布会暨产品订货会"在业内各界的高度关注下，于2003年12月15日至16日在中国浪漫之都——珠海举行。

威丝曼服饰有限公司的本次新品发布会，是根据品牌发展战略目标的要求，加强对WSM品牌营运体系工程建设，从而不断地提升设计开发能力，优化产品结构，紧跟国际服饰流行元素，打造WSM时尚女装名牌。

MILLIE'S妙丽让你踏上美丽大道

人说"好看不要命"，高跟鞋就是一例。高跟鞋令双腿修长诱人，令女士们更加优雅多姿，可穿的时间一长，脚就痛得要命。承受这种矛盾的心情，真叫"有苦说不出"。MILLIE'S妙丽今季引入VAGO秋冬无痛高跟鞋系列，每双VAGO无痛高跟鞋均独家采用由Dr. Dananberg精心研制的革命性INSOLIA SYSTEM高跟鞋专利技术，INSOLIA SYSTEM革命性科技是重心转移及分散的技术，把穿高跟鞋时的重心，由脚掌转移到脚后跟，使脚掌所承受的压力减少约3倍。同时，它精确计算出最理想的足部弧度，提供最佳的承托，穿一整天也能够保持舒服平稳。

VEEKO——年轻的你，潮流的你

20世纪60年代街头风、战争主题、席卷秋冬，VEEKO适时推出三大潮流主题：

一、率性自由派

街头风的延续，着重穿着方式多于服装本身，强调简单易穿之款式及线条，随兴演绎自我的姿态心情。

二、酷帅都会派

今季秋冬流行酷帅有型的中性风格，配合简单利落的剪裁和有质感之布料，勾出有型的都会风格。

三、活力动感派

一股难以忽略的新势力运动风，并以优质，舒适和平易近人为创作灵感，结合传统与流行元素，力求以年轻，随和，自由的lifestyle为目标。

SIARE'S雪儿，DEMRO黛米和KOOKIN春夏新款

不久前上海薛氏实业有限公司旗下的SIARE'S雪儿，DEMRO黛米和中美合资可金公司旗下的KOOKIN，在上海浦劲娱乐中心举办了2004年春夏新品服装发布会。SIARE'S雪儿在款式上呈现多元化的风格，更适合日常穿着。DEMRO黛米的淑女装在简简单单中蕴含着不动声色的时尚和高雅。而来自纽约的摩登品牌KOOKIN，让都市女性在体验潮流激情的同时尽情演绎自我个性。

"世界小姐"关琦眼中的韩国T.B2

近期国内时尚界，演艺圈的热门话题都离不开"世界小姐"，而这位年仅21岁的吉林选手关琦轻松过关获得世界小姐决赛季军。

2002年当关琦在大学校园里还是一名普通模特时，就已成为T.B2韩国时尚品牌的形象代言。一贯喜欢牛仔装的关琦，在获得世界小姐季军之后的采访中，对T.B2牛仔装的挚爱还在不经意间流露出来："在日常生活中，我更喜欢休闲装，特别是合体的长裤，服装的款式我喜欢简洁大方的风格。"

VFG威尼斯时尚到中国满周岁了

意大利皮仁达制鞋名家联合会是意大利威尼斯地区制鞋名家的联合组织，致力于意大利原产"VFG威尼斯时尚"精品鞋履的推广与促进，旗下品牌绝大部分是国际知名品牌，如MARC JACOBS，Chloe'，MISSONI SPORT，ALESSANDRO DELL'ACQUA，GIVENCHY，PUCCI，CHRISTIAN LACROIX等，各个品牌的鞋风格各异，让我们有幸一次饱睹各大名品风范。

美丽宝Boxing shoes系列新品上市

谁说秋冬只适宜做颜色深沉的装扮？青春活泼的美丽宝今季以耀眼色彩挂帅，推出全新的Boxing Shoes系列，鞋面绑绳、筒口剪裁以及鞋侧线条都一脉相承，显现拳手般的澎湃活力。鞋侧与鞋底的星形图案交相辉映，令你迈出炫目的步伐。北京，上海，广州，深圳各美丽宝专卖店有售。

TINA GIA 2004年流行趋势

2004年春夏TINA GIA的风格典雅，高贵，休闲，含蓄中露出一丝妩媚，既有东方的神秘，又有欧洲的浪漫，TINA GIA随着世纪之风尚，休闲，年轻，率真日渐成为主流风格。在设计上力求突出流行的动感元素，如镀古铜，古银色的环扣及织带的精妙搭配，让简练的服装显得精神又具有古香古色的唯美。TINA GIA延续年轻的主流元素，如口袋的随机摆放，给TINA GIA品牌以动感活力情趣，古朴与风尚的完美联姻将穿着者引入TINA GIA的世界。

爱慕呵护中心会员招募中

Aimer

爱慕呵护中心

实施时间

2004年1月1日至2004年12月31日。

开展地点

全国办事处爱慕销售专柜。

入会条件

*一次性消费爱慕产品满600元（产品零售市值，可与公司当期买赠活动重叠）。

*老会员只需回收旧版会员卡。

*填写会员申请表，即注册为爱慕呵护中心会员，获取会员卡。

呵护有约——

与你相识有年，我们该如何更好地彼此呵护呢？

爱慕呵护中心是我们共同的休憩之所：定期的联谊活动将是我们见面交流的好机会；有空就给我们的8008106099挂个电话，聊聊你的感受；再或者就到http://www.aimer.com.cn上点击你所需要的内容；假如一段时间里没有闲暇也无妨，《爱慕之声》，新品时尚资讯等会如约而至，平日里就让爱慕内衣舒适温情地陪伴着你，就如拥有冬日的阳光夏日的风……

请如约成为爱慕呵护中心的会员吧，让这一切翩然而至，享受爱慕带给你的呵护，让你和爱慕一起美丽一年又一年！

✆免费咨询热线：8008106099

⇗http://www.aimer.com.cn

白色N多搭配新体验

用4款白色基础上装包围春天

白色长款毛衣、白色露肩衫、白色短大衣、白色短夹克……这四大款白色上装是今季必备的扮靓武器！如果再加上我们教给你的搭配妙招，更可以轻松创造出个性组合。赶紧拥有一件白色上装吧！和我们一起享受一衣多搭的乐趣！

白色长款毛衣

体现轻松惬意之美

时髦的过膝长度

↑略带夸张的衣长是设计的重点。白色长款毛衣/Sisley 1495元。

白色露肩衫

简洁的露肩款式
于清新中释放性感

↑用纯净的色彩，迎接美妙的春天。白色露肩衫/Jessica 570元。

策划&执行/River 协助/冯昱 摄影/周涛（周涛摄影工作室）模特/张丽娜 化妆&造型/阿林（吉米造型）服装鸣谢/Jessica、ESPRIT、Sisley、E.I.S、MORGAN、Oxette、EPISODE、ONLY、VERO MODA、TB2、Clolor18、Lcx北京时尚时代百货Club X、GUESS、Angre heart、azona a02、马艳丽、热风、Etam

白色短大衣

大大提高着装品位

利落的双排扣设计

↓经典的款式与细节设计令人过目不忘。白色短大衣/E.I.S 696元。

白色短夹克

针织面料与缎料
共同打造流行热点

↑别出心裁的面料搭配，成就流行热点。白色短夹克/ESPRIT 495元。

充分体现浪漫情怀

白色长款毛衣

以轻松浪漫为主要特色的白色长款毛衣，可以通过不同的下装和配饰，搭配出多元化的着装组合。

温柔淑女的典型装扮

↑将艳丽图案的纱质连衣裙穿在毛衣里面，散发温柔女人味。连衣裙/MORGAN 1460元，项链/Oxette 326元，高跟鞋/热风 245元。

小饰物新感觉

↑换上一双银色高跟鞋，彰显华美本色。高跟鞋/热风 220元。

清新迷人的纯美OL装扮

小饰物新感觉

↑绣花手提包提升休闲感。手提包/Oxette 267元，高跟鞋/热风 220元。

小饰物新感觉

↑手提包和高跟鞋提升着装品位。手提包/私人物品。高跟鞋/热风 245元。

约会时的绝妙搭配

→悦目的玫瑰红与纯净白色的搭配，颇具吸引力。吊带背心/EPISODE 1490元，长裤/马艳丽 389元，腰链/ONLY 商品未定价，项链/Oxette 326元，高跟鞋/热风 235元。

←条纹上衣搭配灰色裙装，表达含蓄之美。条纹针织衫/Esprit 395元，及膝裙/Sisley 417元，项链/Oxette 500元，高跟鞋/热风 220元。

校园里的活力女生

→条纹衫和白色外套完美组合，成为校园里的时髦派女生。条纹衫/VERO MODA 249元，裤子/VERO MODA 349元，休闲鞋/热风 235元。

小饰物新感觉

↑吸引众人视线的饰品。手提包/Club X 198元，漆皮鞋/热风 245元。

小饰物新感觉

↑搭配一双白色长筒靴，打破整体装扮的灰色感觉。长筒靴/热风 398元。

优等生的甜美装扮

→获得师长好评的优等生，着装上也高人一等。粉色镂空图案上衣/Sisley 627元，短裤/Etam 199元，挎包/azona a02 380元，长筒靴/热风 610元。

令肩部表情更生动

白色露肩衫

性感的白色露肩衫，轻薄舒适的面料与简洁的款式完美结合在一起，通过不同搭配法，组合出丰富多变的新形象！

阳光女孩的迷人装扮

↑如此动人的色彩搭配，让我满心喜悦！紫色花卉图案及膝裙/MORGAN 650元，高跟鞋/热风 235元。

颇具知性气质的装扮

小饰物新感觉

↑棕色饰品的加入，加深了成熟感。手提包/Angre heart 428元，短靴/热风 245元。

→以黑、白、灰色为主要配色，在对比中求得谐调。丝巾/私人物品，印花裙/sisley 1295元，高跟鞋/热风 235元。

乖乖女的约会装束

小饰物新感觉

↑用蝴蝶结做肩头装饰。饰带/私人物品，高跟鞋/热风 235元。

→用披肩协调整体感觉，穿出万种风情。披肩/VERO MODA 199元，裤子/TB2 565元，包/Angre heart 258元，高跟鞋/热风 235元。

英伦风格的典型装扮

小饰物新感觉

↑棕色调的配饰彰显高品位。手提包/E.I.S 225元，长筒靴/热风 430元。

←用千鸟格夹克，创造全新着装主题。夹克/Etam 499元，及膝裙/TB2 485元，黑色短靴/热风 340元。

优雅佳人的倾心之选

←配饰与服装都统一在温和的米色调中。浅米色围巾/Angre heart 518元，七分裙/sisley 697元，长筒靴/热风 430元。

小饰物新感觉

↑黑色配饰的力量不容忽视。围巾/私人物品，短靴/热风 610元。

小饰物新感觉

↑性感的配饰，令装扮更成熟。腰带/Oxette238元，高跟鞋/热风 220元。

完美体现干练本色

白色短大衣

利落大方的白色短大衣，经典的双排扣设计加上你独具匠心的搭配技巧，定能享受穿衣带来的多多乐趣！

华丽甜美派的代表装扮

→上下呼应的白色，大大提升了整体装扮的明亮度。印花T恤/Sisley 395元，牛仔裙/TB2 535元，腰带/Sisley 595元，长筒靴/热风 398元。

小饰物新感觉

↑红色尖头短靴，带来小魔女般的奇妙感觉。红色短靴/热风 298元。

小饰物新感觉

↑银色高跟鞋与手提包，点出性感主题。手提包/私人物品，高跟鞋/热风 220元。

小饰物新感觉

↑白色及粉红色配饰体现甜美感。手提包/Club X 264元，长筒靴/热风 398元。

↑豹纹连衣裙与白色短大衣搭配，充分将性感与甜美融合在一起。连衣裙/EPISODE1133元，鞋/热风 245元。

时髦女孩的闪亮扮相

小饰物新感觉

↑棕色调配饰，丰富了黑色、白色服饰的表情。手提包/E.I.S 225元，长筒靴/热风 430元。

日礼服般精彩组合

→黑色与白色的又一次完美邂逅，带来日礼服般的精致感。无袖上衣/E.I.S 398元。及膝裙/E.I.S 396元，包/私人物品，高跟鞋/热风 235元。

清纯一派的典型装束

→和谐的浅色搭配，让心情得以充分放松。针织衫/Color18 290元，长裤/Etam 329元，挎包/azona a02 380元，高跟鞋/热风 235元。

小饰物新感觉

↑芥末绿色手提包令整体色彩更和谐。手提包/E.I.S 296元，高跟鞋/热风 235元。

←清爽的粉蓝色与白色合力打造清纯女生的可爱形象。针织开衫/E.I.S 436元，短裙/Etam 299元，手提包/Club X 198元，长筒靴/热风 430元。

周末上班的轻松之选

尽情释放青春激情

白色短夹克

活泼动感的白色短夹克，连帽款式更突出了设计主题。这款洋溢着青春气息的白色上装，更能让你发挥多多搭配创意！

简约派女孩的典型装束

小饰物新发现

↑白色长筒靴与服装中的白色相互呼应。白色长筒靴／热风 398元。

←单纯的配色组合，强调出简约派女生独有的着装品位。T恤／TB2 395元，短裙／Etam 279元，长筒靴／热风 610元。

略带野性的性感装扮

小饰物新发现

↑围巾与红色漆皮鞋，让整体装扮更醒目。围巾／私人物品，漆皮鞋／热风 245元。

←豹纹长裤为白色夹克平添几分性感。T恤／Sisley 495元，长裤／马艳丽 629元，皮带／马艳丽 359元，手提包／E.I.S 225元，高跟鞋／热风 245元。

可爱女孩的甜美装束

小饰物新发现

↑用马形图案手提包创造动感无限。手提包／Club X 198元，运动鞋／热风 235元。

→彩色条纹衬衫与牛仔裙的搭配，为白色短夹克带来甜美气息。衬衫／Club X 384元，牛仔裙／TB2 495元，手提包／Club X 264元，高跟鞋／热风 220元。

温柔女孩的必备装束

小饰物新发现

↑格纹手提包，带来几许书卷气。手提包／E.I.S 商品未定价，高跟鞋／热风 220元。

→蓝、紫色充满浪漫感觉，与白色进行搭配，更显温柔本色。淡紫色背心／Color18 260元，短裙／Etam 249元，手提包／Club X 300元，长筒靴／热风 398元。

邻家女孩般悠闲自在

小饰物新发现

↑如果你还想要穿出帅气感觉，就换一双杏色短靴吧！短靴／热风 245元。

→八分裤与白色短夹克的完美搭配，众人目光。格纹针织衫／Club X 258元，八分裤／GUESS 865元，高跟鞋／热风 220元。

针织衫的

时尚艺术派、都市可爱派、干练OL派、动感休闲派，

在初春，针织衫多样化的款式风格与搭配法令越来越多的时尚女孩们为之深深吸引。无论你喜欢的是时尚艺术派还是干练OL派，今季的人气款式都能一一满足你的扮靓需要，让你秀出多多时尚魅力！

PART1 Art

时尚与艺术的完美相融

时尚艺术派

颇具设计感的针织衫，无论是款型，还是细节的设计都充分体现了独具匠心的创意亮点，搭配个性下装，变身成另类艺术家！

白色披肩式针织衫的装饰扣成为视线的焦点

明亮的白色造合略显夸张的设计

因装饰纽扣的加入而立即变得与众不同

←白色披肩式针织衫与牛仔裤搭配，展现前卫本色。高领T恤/ABBY ABBIE 99元，白色针织衫/US 199元，七分裤/azona a02 390元，皮靴/ABBY ABBIE 999元。

粉色的巧妙应用打造视觉的崭新亮点

←针织衫/TBY 399元，格纹裤/JO'S 360元，项链/私人物品，鞋/TBY 380元。

充满艺术情趣的设计令人顿时耳目一新

←针织衫/ABBY ABBIE 389元，紫色短裤/JO'S 360元，九分裤/US 129元，鞋/SUN 498元。

红与绿的色彩对比与个性款式相呼应

←针织衫/ABBY ABBIE 399元，裤子/US 389元，项链/私人物品，鞋/TBY 380元。

PART2 Lovely
可爱与都市感兼备
都市可爱派

巧妙融合都市感觉的可爱图案与鲜艳色彩的针织衫，非常容易给人留下深刻的印象！赶紧拥有一件吧，成为都市可爱派女孩！

印花针织衫&紧身裤
创造可爱派搭配风格

明丽的黄色制造悦目的效果

黑白条纹打破灰色的沉静感

↖灰色印花针织衫采用利落的夹克款式，与紧身中裤搭配，打造可爱形象。针织衫/US 399元，围巾/US 259元，鞋/HYA 529元，紧身裤/ABBY ABBIE 539元。

现代感极强的图案
宣扬个性扮靓主张

←针织衫/HSY 240元，长裤/M&S 329元，包/私人物品，鞋/SUN 390元。

别致的肩部设计是
视线聚集的地方

←针织衫/ABBY ABBIE 479元，裤子/seny 289元，鞋/SUN 490元，腰带/私人物品。

动感的印花针织衫与
个性下装巧妙搭配

←针织衫/M&S 318元，裤子/DIPLU 820元，腰带/私人物品，鞋/SUN 429元。

动感与可爱相交融成就
极富节奏感的装扮

←针织衫/JO'S 359元，中裤/ABBY ABBIE 399元，长裤/AS TO 160元，腰带，鞋/私人物品。

↖粉色与灰色的搭配既可爱又谐调。针织衫/azona a02 330元，帽子/US 99元，裤子/ABBY ABBIE 399元，围巾/12th 298元，包/azona a02 290元，鞋/HYA 490元。

粉色&灰色条纹围巾协调整体的视觉平衡

简单的几何图案制造最有效的装饰效果

粉红色几何图案针织衫
演绎可爱女孩新形象

策划&执行/胡时颖　文/赵颖琦　摄影/杨晓伟　化妆/燕子　模特/陈彦　品牌鸣谢/AVENUE、DIPIU、dizen、izzue、PROP、M&S、HYA、SUN、HSY、LEDONNE、Jo's、Seny、AS TO、12th、FB、ENTER、SUPER MAKET、azona a02（上海新天地马当路159号）、ESPRIT（上海大上海时代广场）、US（上海华山路647号）、ABBY ABBIE（上海红松路214号）

丰富表情

PART3 Facile
传递丰富的OL着装理念
干练OL派

给人以全新视觉体验的OL派装扮，全靠简洁洗练的针织衫和时髦配饰来打造。别具特色的色彩搭配，尤其值得学习哦！

醒目的蓝色针织衫 活跃了办公室的气氛

亮丽的蓝色令人赏心悦目

条纹图案有效提升视线

↗条纹套装与明艳的蓝色针织衫搭配，成就干练OL今季的时尚装扮。针织衫/ESPRIT 4[illegible]色/ESPRIT 265元，西装/[illegible]895元，西裤/ESPRIT 5[illegible]

蓝色针织衫&条纹裤 共同塑造知性OL形象

←针织衫与西裤形成完美搭配。针织衫/US 199元，西裤/HSY 498[illegible]包/ABBIE ABBIE 259元。

黑色高领针织衫 让你具有名媛气质

←干练的装扮，七分裤/ABBY ABBIE 750元，针织衫/HSY 485元黑皮靴/SUN 698元。

用红色针织衫迅速提升 灰色格纹西服的醒目度

←温柔感的搭配。针织衫/FB 428元，西装/izzue 795元，裤子/US 328元，鞋/HSY 480元。

偏襟式的白色针织衫 体现东方女子的温柔感

←白色针织衫/ABBY ABBIE 498元，高领衫/ASTO 129元，裤子/DPU 720元，鞋/SUN 490元。

甜美度与正式感同时 在搭配中体现

←针织衫/ABBY ABBIE 359元，裤子/SUPER MAKET 399元，围巾/[illegible]物品，靴子/SUN 698元。

竖条纹V字领针织衫 V字衬衫，引领知性风潮

←针织衫/HSY 298元，衬衫/PROP 426元，包/私人物品，裤子/ABBY ABBIE 429元，鞋/SUN 469元。

粉色针织衫&披肩，恬淡自然的搭配组合

质地优良的披肩是高品位的象征

温柔的粉色完美体现女人味

↗粉色针织衫搭配中性的[illegible]长裤，用披肩和针织帽强[illegible]松感。针织衫/ESPRIT 365[illegible]裤子/ESPRIT495元，帽子/[illegible]99元，披肩/ESPRIT 195元。

格纹针织衫&运动休闲裤
打造度假感觉的绝妙装扮

数字装饰的休闲帽强调休闲主题

格纹拼贴设计展露出英伦风情

↑针织衫与运动裤的搭配，舒适感不言而喻！针织衫/azona a02 360元，镶条纹运动裤/US 329元，帽子/ESPRIT 225元，手套/ESPRIT 245元，围巾/US 239元。

鲜亮的明黄色针织衫具有春天的温暖气息

←套头围巾/私人物品，裤子/ABBY ABBIE 329元，针织衫/12th 208元，鞋/SUN 590元。

精美的镂花设计体现浓浓的休闲感觉

←红色针织衫/dizen 790元，白色高领衫/US 99元，裤子/ENTER 880元，靴子/SUN 698元。

童装般有趣的套头衫让你的心情完全放松下来

←插肩袖针织衫/HSY 380元，裤子/ABBY ABBIE 959元，护耳/私人物品，鞋/SUN 480元。

绿&白色图案针织衫是休闲时刻的最佳选择

←针织衫/AVENUE 398元，六分裤/LEDONNE 529元，围巾/私人物品，靴子/HSY 539元。

条纹针织衫&牛仔裤体验超清爽的海军风格

←圆头鞋点亮众人视线。针织衫/12th 430元，牛仔裤/ABBY ABBIE 289元，鞋/HSY 489元。

夸张饰品的加入打造个性的休闲装扮

←银色手提包/私人物品，针织衫/HSY 329元，裤子/ABBY ABBIE 399元，鞋/SUN 698元。

V字领针织衫&阔腿中裤展示出优等生的风范

红&蓝色装饰线强调出生动感觉

粉蓝色中裤与上装相呼应

↑白地红边的大V字领针织衫内搭白衬衫，阔腿中裤和长筒靴的配合，仿佛回到校园时代。衬衫/azona a02 360元，针织衫/azona a02 270元，中裤/azona a02 360元，靴子/ABBY ABBIE 899元。

PART4 Casual
充满动感的休闲装扮
动感休闲派

触感温暖的针织衫天生具有动感的气质。松松地套上一件休闲款针织衫，再选配一条舒适的下装，绽放最佳假日表情！

“裤”女

裤装上阵

执行/欢乐儿 协助/汪洋 摄影/冯刚 化妆&发型/刘旭 模特/温雯（瑞丽专属模特） 品牌鸣谢/TB2、Etam、EPISODE、热风、GUESS、Weekend、ESPRIT、Jessica、colour18、Levi's、COZZI、VERO MODA、SODA、AYA、azona、a02、时尚时代百货Club X、ONLY、新浪漫主义、AXARA、Oxette、AZONA、Veeko、THEME、JOYLAND、Oxygen、ZARIAH

弹力质地是塑造腿形的法宝

一混合简单朴素与新鲜酷辣两种气质，在随意与嬉皮之间游走，彻底瓦解牛仔的简约印象。牛仔裤/GUESS 795元，V字领上衣/COZZI 470元，高领T恤/ONLY 179元，高跟鞋/热风 235元，手提包/Levi's 358元，戒指/Oxette 487元。

强力推荐具有美腿功效的5种裤型

↑侧边装饰裤/新浪漫主义 1630元。

No.1 侧边装饰裤

侧边装饰极具修饰性，易于彰显优美的腿部线条。

↑绿色直筒裤/VERO MODA 299元。

No.2 直筒裤

粗腿女孩的最爱，轻松实现瘦身和腿长的效果。

↑蓝灰色微喇裤/GUESS 640元。

No.3 微喇裤

既显瘦腿，又能拉长腿部线条的制胜秘诀。

↑蓝色铅笔裤/Levi's 598元。

No.4 铅笔裤

长腿美眉的最佳选择，流露出性感的腿部线条。

↑米灰色阔脚裤/azona a02 530元。

No.5 阔脚裤

将腿部缺陷统统装下，显现顺畅的无敌裤型。

郎美腿守则

向美丽进军

带着寒意的初春时分，迫不及待地想展现迷人的腿部线条，选择最能修饰身材的常青裤型，让自己在这个初春容光焕发。

裤腿侧边装饰极度吸引眼球

←利用裤腿侧边的装饰线达到修饰腿部线条的裤型。黑色长裤\VERO MODA 349元，针织吊带衫\AYA 490元，围巾\COZZI 370元，高跟鞋\热风 235元。

动感侧边装饰裤SPORT

侧边装饰既有修饰腿形的作用，也兼具流行感的最新变化。

Veeko 399元

→审时度势地将都市女性的另类娇媚表达出来，就是那样特立独行的味道。

VERO MODA 349元

→侧边银色装饰线条制造颠覆效果，也是扮酷的流行重点，千万不要错过哦。

ONLY 349元

→侧边涂金装饰跨越常规的限制，穿出个性化的不同风情，就是让你爱不释手。

运动侧边装饰带来青春气息

←凸显大腿线条的款式，能令双腿分外动人。牛仔裤\VERO MODA 298元，衬衫\Colour18 290元，背心\COZZI 350元，运动鞋\热风 235元。

JOYLAND 269元

→装饰线的运用体现休闲感，融入知性的味道，有种耐人寻味的独特感受。

JOYLAND 249元

→不同材质的对比，带来与众不同的创新效果，如同你的不同心情的交会。

JOYLAND 269元

→侧边装饰性字母的运用，尽显牛仔的时尚性格，既修身又时髦，怎能让你不爱它。

TB2 665元

→将侧边装饰线和字母这两种元素加入其中，强调出牛仔裤怀旧的本质。

针织衫带来温柔感

温柔针织衫与动感侧边装饰裤搭配出混合式的表情。

粉色针织衫 +黑色侧边装饰裤

→紧身造型非常醒目，大腿显得纤瘦。针织衫\ZARIAH 480元，黑色侧边装饰裤\ONLY 299元。

蓝色针织衫 +黑色侧边装饰裤

→完美掩饰大腿粗的缺点非侧边装饰裤莫属。蓝色针织衫\Etam 149元，黑色侧边装饰裤\ONLY 299元。

具有收缩和收紧臀部的功能

←直筒裤与珍珠腰链共同打造成熟感，又能把人的视线集中到胯部以下的部分，平衡胯部的宽大感。直筒裤／Jessica 840元，黑色T恤／AYA 490元，腰链／TB2 195元，高跟鞋／热风 235元。

黑色有收缩大腿的视觉效果

→减少胯部的突出感，令双腿看起来匀称修长。针织衫／COZZI 490元，黑色直筒裤／Jessica 690元，白色高跟鞋热风 235元，亮片提包／Oxette 400元。

用提包搭配出新鲜感

POINT

→改变了直筒裤一本正经的印象，注入活力的新鲜气息。提包／Levi's 398元。

AZONA 468元

→竖条纹直筒裤更是掩盖腿部粗壮的好选择，因为竖条纹能从视线上将腿部的线条拉长。

AYA 490元

→直筒裤最适合胯部偏大、大腿粗壮的女性。再配上合体的毛衣，会令你显得出类拔萃。

修长直筒裤SLIM

将帅气与感性一起穿上身的完美选择，修长就是直筒裤的代名词。

Veeko 399元

→可以营造一种中性帅气的气氛，而它贴身的材质也可以修饰腿形拉长腿部线条。

Levi's 498元

→选择线条有型也能撑起臀形的硬挺牛仔裤为佳，带来让人羡慕的美腿效果。

VERO MODA 349元

→偏瘦的女孩选择臀部比较合适的直筒裤，就不会产生让人讨厌的松垮褶皱。

GUESS 915元

→大腿及膝部留有些微宽的空间，使臀部与大腿间的线条拉直，从而达到修长的效果。

Veeko 399元

→修身设计和显紧身的黑色会弱化粗腿和腿短体型的缺陷，体现曼妙的体态。

ONLY 349元

→搭配闪亮腰链的直筒裤，再配上五厘米的高跟鞋，让你看起来神采飞扬。

ONLY 349元

→直筒裤也同样是胯部偏大、大腿粗壮女性的正确选择，平衡腿部的粗细度。

Oxygen 440元

→要使双腿的线条修长好看，水洗的立体效果远比平面的效果来得讨好。

塑型微喇裤SHAPE

特别有流畅的节奏感，是勾勒出美丽的腿部线条的最佳版型。

Club X 3192元

→如果想拥有轻松自在的酷辣味道，皮革微喇裤配上细高跟鞋绝对是最佳拍档。

GUESS 865元

→这款牛仔裤的亮点在于带兜的设计，显得别有韵味，让人的视线集中在带兜上。

Levi's 598元

→独一无二的字母设计使你腿部整体造型更加醒目，而且牢牢抓住所有人的视线。

SODA 338元

→令人一见倾心的粉色基调，带来娇俏可人的气质，是不是也想拥有一条？

TB2 565元

→皮革质地的微喇裤勾勒出与众不同的美丽线条，凸显性感的腿部曲线。

GUESS 915元

→驼色微喇裤因为具有典雅俏丽的风情而大受市场欢迎，搭配什么都不会错。

体现出臀部和腿部的曲线美

←用双层的皮带来提升可爱度，让腿看起来又直又长。牛仔裤／Levi's 598元，短袖针织衫／colour18 370元，皮带／Levi's 420元，高跟鞋／热风 235元。

搭配细高跟鞋更显腿部修长

→气质和魅力的总爆发，彰显不可一世的女人味。淡蓝色针织衫／AYA 490元，黑色牛仔裤／TB2 765元，白色高跟鞋／热风 235元，手链／Oxette 626元。

T恤带来休闲味道

完美的塑型微喇裤与休闲T恤碰撞出火花。

白色T恤+微喇裤

→迎面扑来休闲的感觉，同时还混合着嬉皮的意味。T恤／ESPRIT 195元，微喇裤／TB2 735元。

红色针织T恤+微喇裤

→热情奔放的气质与随意轻松的完美结合。红色针织T恤／Oxygen 210元，微喇裤／TB2 735元。

GUESS 2615元

→故意在牛仔裤上补洞，既是一种怀旧情怀的体现，也证明了你张扬的个性。

GUESS 915元

→不可多得的渐变色设计打造美腿造型，凸显大腿立体感的同时美化腿部曲线。

修纤细长裤型增添性感指数

←长度至鞋面的裤长更能起到延长双腿的视觉效果。铅笔裤\新浪漫主义 189元，V字领针织衫\Colour'18 320元，吊带衫\GUESS 346.5元，高跟鞋\热风 235元，腰链\TB2 195元，戒指\Oxette 400元，项链\Oxette 500元。

←特别的牛仔质地是将率性与感性一起穿上身的完美选择，并且还带有粗犷的中性味道。

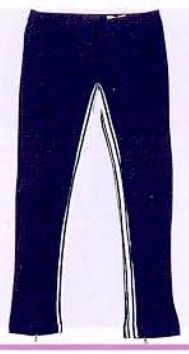
VERO MODA 349元

←舒适合身地将腿部曲线做一次美丽诠释，拉链的加入增添一份未来的感觉。

VERO MODA 349元

←展露玲珑曲线的合身剪裁，备显修长的腿形，加上黑色友情客串，打造出无敌魅力。

ONLY 399元



←有加强腿部曲线，并且有转移视线的特别功能，而且线条的运用富于动感的意味。

新浪漫主义 2380元

←在胯部的位置加入拉链，倍添帅气粗犷的感觉，这种细节设计展现成熟式的可爱。

SODA 358元

←整体的造型沿曲线而下，让垂坠感平衡臀部的视觉焦点，把性感进行到底。

TB2 735元

凸显十足高挑感的美腿裤型

←使腿部产生收缩的感觉，塑造出优美的曲线。西装\COZZI 790元，牛仔裤\Levi's 850元，高跟鞋\热风 230元。

←合身却不贴身的版型细节设计，让腿形在视觉上产生均匀的印象可以塑造腿型的法宝。

AXARA 865元

←能完全展现腿部曲线的裤型，帅气十足的感觉不容忽视，渴望马上拥有。

AXARA 965元

←优美的版型和舒适的质地，能带给腿部自由的呼吸，运动时更方便和舒适。

新浪漫主义 930元

←下部逐渐缩窄，让视线集中在小腿部位，彰显纤细的性感味道和女性独有韵味。

新浪漫主义 1890元

性感铅笔裤SEXY

具有使双腿显得修长的独特魔力，成为性感魅力的裤型代言。

舒展阔脚裤STRETCH

舒适又合身的裤型将腿部曲线做出美丽诠释，既修身又舒展。

ESPRIT 495元

←版型绝佳的休闲长裤配上设计别致的中裤线，有效提升了整体的新鲜感觉。

Jessica 690元

←用丰富的线条告别过于拘谨的裤型设计，既动感又时尚，尽显时尚风情。

SODA 398元

←特殊面料形成倾泻而下的柔软垂感，让腿部呈现若隐若现的曲线，充满诱惑。

SODA 358元

←别出心裁的双层腰带令修长美丽的腿部曲线凸显，同时具有知性的感觉。

凸显修长腿形的无比流畅感

←既穿着舒服，又能掩盖缺点，塑造出完美腿形来。蓝色针织衫\EPISODE 1950元，黑色阔脚裤\Only 349元，白色高跟鞋\热风 235元，耳坠\Oxette 885元。

Etam 329元

←在裤型调整和裤线的缝合上下功夫，流畅修长的双腿都完美得好像经过精心计算一般。

ESPRIT 495元

←微妙的仿旧处理，有很好的延伸视觉的效果，穿起来的效果自然不言而喻。

Veeko 350元

←不管选择何种质地的上衣，只要和带分割线的阔脚裤相搭配，让你成为亮丽的风景线。

Jessica 920元

←流行界稳唱主角的宠儿，洋溢着可爱女人味的个性裤型，尽显酷辣味道。

米色让你更加显现知性风貌

←穿出性感与美丽的版型才是真正的好裤型。两件套针织衫\AYA 590元，阔脚裤\Only 299元，高跟鞋\热风 230元，项链\Oxette 491元，黑色提包\Oxette 660元。

黑色针织衫+灰色阔脚裤

←黑色带来一丝酷感。针织衫\Joyland 249元，阔脚裤\Theme 548元，羽毛腰带\TB2 125元/条。

白色针织衫+灰色阔脚裤

←流露出优雅的气质和闲适的表情，知性感觉百分百。针织衫\Only 279元，阔脚裤\Theme 548元。

黑白变奏调和了阔脚裤的严肃表情。

黑白色调和了气氛

黄金时代

对纯金首饰的印象，还停留在“老土”上？是不是从心底依黄金时代。金饰又流行，却已不是旧日主张。

♥花朵蜜语

花朵造型带来都市清丽女孩的新鲜感觉。

↑新浪漫主义的金饰，绽放大大小小的花朵，充满自然甜美的气息。项链、戒指/北京菜百新世纪商场。

↑以展现浪漫情怀的花朵造型，衬托出你高贵典雅的迷人风采。项链、耳钉/北京菜百新世纪商场。

↑展露胸前金饰的光泽，显现雍容华贵的气质。项链/北京菜百新世纪商场。

↑烘托出花朵造型的浪漫气息，兼具时尚的无上魅力。项链/北京菜百新世纪商场。

♥圆圈迷情

独特的设计表现永恒魅力，让你爱不释手。

↑圆形手镯镂空图案的独特设计，展现出娇媚与诱惑的吸引力。手镯/北京菜百新世纪商场。

↑仿佛是恋爱心情的写照，渴望拥有一份坚不可摧的爱情。戒指、耳钉/北京菜百新世纪商场。

↑以圆圈为主体的分割妙不可言。项链、戒指、耳钉/北京菜百新世纪商场。

↑摩登的设计，梦幻的色彩令金饰流光溢彩。戒指/普柏林 20850元。

一华贵的金饰和礼服搭配，恰到好处。项链、戒指、耳坠/北京菜百新世纪商场。

金饰与礼服好比浪漫的恋人相遇，谱出一段甜美的爱情乐章！

性感的金饰造型

用金饰增添成熟感，散发出你的性感魅力。

饰品主义

Sexy&Cute

旧排斥这些“俗气”的闪金？想没想过，创意令其变身，在时尚的

执行/糖糖 文/欢乐儿 摄影/陈华琛（梦剧场） 化妆&发型/王晓艳 模特/温雯（瑞丽专属模特） 品牌鸣谢/普柏林，镇金 特别鸣谢/北京菜百新世纪商场（未标价饰品均为北京菜百新世纪商场饰品，以商场实物标价为准）

↑休闲通勤都适用的首饰。项链/普柏林37000元，戒指/普柏林5100元。

金饰独特的黄色温暖光泽，牵动女性内心温馨浪漫的情怀

娇媚的金饰造型

往往因为金饰的加入而倍添性感指数。

↑从心心相印的创意中，变幻出了全新感觉的造型。戒指，项链/北京菜百新世纪商场。

↑简洁而浪漫的项链设计显得知性高雅。戒指，项链/北京菜百新世纪商场。

♥华丽幻彩

提升你的性感指数，捕获众人目光。

←突出魔幻色彩的金鱼造型。胸针/普柏林 28000元。

←华丽造型会让你显得风姿绰约。项链/普柏林 37000元。

←具象的金饰散发优雅的迷情风采。胸针/普柏林 28000元。

←生动的小鱼造型带来新鲜感觉。项链/普柏林 599元。

♥闪亮人生

为金饰注入时尚气息，使你光彩照人。

↑耳环的加入增添脸部的光彩，更能展现个人独特的品位。耳环，项链/北京菜百新世纪商场。

↑细巧的纯金项链可以凸显特别的线条感。项链/北京菜百新世纪商场。

♥多彩世界

在金色中注入彩色，活泼感飙升。

↑拒绝平凡的珠宝造型，充满甜美的感觉，洋溢着活力与动感。戒指，耳钉/北京菜百新世纪商场。

↑现在最为抢眼的海洋主题的时髦设计，已经成为时尚人士的新宠儿。项链/镇金1080元。

↑独具匠心的设计引出流行的密码，带来最新动力。项链，戒指/北京菜百新世纪商场。

↑透过巧思的设计，以延长造型的方式增添魅力。项链，耳钉/北京菜百新世纪商场。

♥情缘几何

精巧的几何造型引发可爱度。

↑强烈的购买欲是无法攻克的难关哦。钥匙扣/北京菜百新世纪商场。

↑细致繁复的个性化设计使人爱不释手。项链，戒指，耳坠/北京菜百新世纪商场。

↑纷纷将金饰加入柔和浪漫情怀的唯美元素中。项链/北京菜百新世纪商场。

↑硬朗的设计却显露出迷人的女性姿采。项链/北京菜百新世纪商场。

怎能错过这精致可爱的金饰，为我增添别样的魅力

↑别致的造型设计是吸引目光的主要原因。项链/镇金，1080元。

可爱的金饰造型

俏皮感觉的金饰增添可爱感，注目度100%。

保养秘诀

金饰发生褪色情况时，可以把金饰放进加有中性洗洁剂的水中或专用保养液中，浸泡数分钟后，再用软刷轻轻刷洗即可回复光泽。

注意事项

金饰切忌与其他金属一块佩戴或摆放。因为黄金质地软，易被其他金属侵入，引起化学变化，产生起斑点等问题。

甜美的金饰造型

不仅带来甜美度，更有千金百分百的魔力。

♥卡通造型

张扬青春魅力的法宝，是你不二的选择。

↑追寻充满美感的设计元素，卡通的造型呼之欲出。戒指/镶金 2280元，手链/镶金 4280元。

↑注入现代感的表现手法，打造出童话般的造型。项链/镶金 5200元。

↑不可不拥有的奇妙款式，注定能带来美妙的爱情。项链/镶金 1980元。

↑绝对不可忽视的特别设计，带来趣味无比的感觉。手链/镶金 3600元。

尽情绽放甜美可人的闪耀容颜，张扬青春的色彩

↑甜美造型让金饰更加青春亮丽。项链/镶金 5200元，戒指/镶金 1900元。

♥纤纤流线

纤巧的造型如同娇小的女孩，让人喜爱。

↑飘飘荡荡的落叶、层层叠叠的涟漪都是设计师的灵感。项链/北京菜百新世纪商场。

←精巧的设计使金饰一改以往的沉重感，增添了几缕活泼。项链/北京菜百新世纪商场。

↑一改以往棱角过于突出的特征，增添柔和的气息。项链/北京菜百新世纪商场。

←简洁的流线型使金饰呈现出令人目不暇接的姿采。耳坠/北京菜百新世纪商场。

整个脸都像浸泡在牛奶里的感觉，你同样可以拥有

让肌肤天天喝牛奶

从1996年开始，形象健康自然的国际名模琪琪正式受邀成为SK-Ⅱ的广告代言人，也从此成为了SK-Ⅱ的超级爱用者。长期使用SK-Ⅱ产品令她不仅拥有晶莹剔透的完美肌肤，而且还有了一套自己的护肤心得。想知道琪琪爱上SK-Ⅱ的理由吗？就让她亲自告诉你吧！

执行/JOJO　资料鸣谢/SK-Ⅱ

爱上SK-Ⅱ的理由1

让肌肤湿润而充满弹性

你了解基底膜胶原蛋白吗？基底膜胶原蛋白是肌肤嫩滑有弹性的关键。

肌肤构成的基础是胶原蛋白，肌肤中有超过70%都是由胶原蛋白所组成。目前医学界发现人体内的胶原蛋白共有19种之多，基底膜胶原蛋白是肌肤实现深度保湿、滋润有弹性的关键。然而人体内的胶原蛋白从20至25岁起逐渐流失，加上每天的紫外线照射、生活压力、环境污染、年龄增长、睡眠不足等外来因素，加速了胶原蛋白的流失，使得肌肤失去滋润、变得干涩、粗糙、缺乏弹性及光泽。

爱上SK-Ⅱ的理由2

让肌肤内外都晶莹剔透

滋润胶原增长配方，直接有效活化胶原蛋白，令滋养直至肌肤基底膜。

SK-Ⅱ全新推出的晶致活肤乳液，蕴含滋润胶原增长因子HYDROPROLINE，配合SK-Ⅱ独有的PITERA®活细胞酵母精华，能抑制胶原蛋白的流失。同时直至肌肤基底膜以实现深度滋润，并能由内而外改善肌肤细纹及皱纹，让肌肤内外晶莹剔透。

爱上SK-Ⅱ的理由3

柔滑滋润持续12小时

乳液质感极易吸收，令肌肤内外都时刻晶莹剔透，充满光泽。

全新SK-Ⅱ晶致活肤乳液，质感清爽不油腻，其独特的微细分子让肌肤更直接有效地吸收，令养分不流失。让你的肌肤外面嫩嫩的，内外都时刻晶莹剔透，充满光泽。SK-Ⅱ晶致活肤乳液不含香料及人造色素，适用于任何类型的肌肤。

爱上SK-Ⅱ的理由4

缔造持久嫩滑的肌肤

让肌肤从SK-Ⅱ晶致活肤乳液开始，体验天天给肌肤喝牛奶的感受。

基本护理指导：

STEP1 热敷

●热毛巾敷脸可使毛孔张开，帮助吸收。

STEP2 涂抹

●把硬币大小分量的乳液均匀涂抹于脸上，按相同方向按压脸部约10次。

STEP3 按压

●用手的热气和指压力量，体验放松效果。

beauty

回眸生百媚，瞬间幻化天使之眼，展露美目的可爱情怀，仿佛随时便“发”动爱情起跑。

虽然天天都是情人节，可是特别的一天还是要有特别的样子，除了掌握情人节化妆技巧，更要秀出超炫美甲、美发恋战派对，让他耳目一新。更让早春的护发主张，提升你的风情指数。

啊！担心哪一天皮肤会出状况？这不，23种完美美肤妙计已经为你准备好了。Come on,Girl!

↑3D玫瑰花非常具有存在感。强调聚会气氛的金色调令人着迷。

酒井彩名
Ayana Sakai

1985年5月16日出生。AB血型。拍摄的《Devil Man》马上就要公映。《BATTLE ROYALE Ⅱ》和DVD《B-R Ⅱ》已经开始发售。

两大靓丽场景！

EVENT NAIL

以“成熟性感”为特点
派对美甲

派对上，华丽的美甲会为你增色不少。动物花纹、美丽宝石最迷人。

迎接派对高潮，流行美甲、

超炫美甲、

气温渐渐回升，派对依旧狂热。灯光魅影，华彩乐章，光靠夸张完美。真所谓“美不惊人誓不休！”武装就要武装到每一根发尖每一

华丽美甲全揭秘

EVENT NAIL

以“可爱娇俏”为特点

会友美甲

漂亮指甲让你成为朋友中的焦点女孩。粉色系和可爱花形功不可没。

蝴蝶结演绎甜美氛围

→亮泽感裸色指尖完成精致细节。

散发幸福感的爱情美甲

→3D花朵及大粒珍珠散发出幸福之光。

动物形状充满孩子气

→3D富贵狗给人毛茸茸的可爱感觉。

3D小花令人怦然心动

→亮白底色配上柔美的小花，清纯迷人。

以妩媚的女人味取胜

→粉色带有金属色泽，提升成熟效果。

大方美甲与众不同

→珍珠被点缀在银色格纹的交叉点上。

最爱公主般的蝴蝶结

→蝴蝶结中央镶嵌的钻石十分高贵。

幻想世界里的美丽

→悠扬的音符强调梦幻般的细节。

百分之二百可爱的设计

→钻石也选择粉色，表现清新气质。

散发名媛的含蓄气质

→3D花朵以珍珠做花蕊，十分华美。

金色细节带有公主气质

→成熟的缎带搭配格纹华美迷人。

少女风格的柔美圆点

→牛奶底色干圆点，非常有女孩味。

晶莹时尚的女孩气

→透明底色搭配华丽复古的圆点。

简约总能给人良好印象

→华贵风格的乳白色带出柔和氛围。

十字架主题的可爱版

→闪亮的十字架被粉色衬托得更加可爱。

用高雅可爱的美甲虏获男生的心！

CLOSE UP

↑可爱的蝴蝶结，心形还有珍珠及金色链饰，所有的设计元素都很华美。

发型为你实现注目度No.1！

美发恋战派对

服饰、靓丽容颜已不足以吸引目光啦，要玩就玩到个指尖，令每一次举手回身都是漂亮表情！

摄影/大久保義高（酒井彩名部分）、吉谷利幸（P160、P161）、瀧瀬徹（指甲单品）
造型/稻葉美紀（酒井彩名部分）、小堀あさみ
发型&化妆/君島友惠（酒井彩名部分）、中村康弘（MINXharajyuku）、大野善郎（ZACCtmos）
模特/重泉克香、葛冈碧、马村麻美

好感度超群！将主题美甲进

充满时尚味的华贵美甲
就是我今天的心情！

CLOSE UP
↑黑白千鸟格主题，以金色线条及亮点增加华贵味道。

EVENT NAIL 01 PATTERN

充满时尚感

服饰元素

最引人注目的美甲亮点，就是带有20世纪60年代明星气质的千鸟格图案。

提升恋爱运的心形图案，甜美异常

CLOSE UP
↑粉色心形＋珍珠，可爱美甲饰物大集合！

EVENT NAIL 02 HEART

女孩们最心仪

心形图案

心形永远是女孩的专利。充满钻石、珍珠光泽的立体心形人气急速上升！

美甲DIY

步骤

1 ↑基础底色干了之后，用细笔描画线条。

2 ↑在合适的位置上描出绿色线条。

3 ↑将蓝色的线描画成均匀的针脚。

完成啦

推荐产品

←从使用最多的颜色开始描画，容易找好平衡。

↑在完成后涂甲面的指甲上抹透明指油，使表面效果更均匀。

美甲DIY

步骤

1 ↑用细笔在指甲偏上方画出半个心形。

2 ↑和1一样，描画出另一半心形。

3 ↑重复1、2，在其他位置画小号的心形。

完成啦

←充满圆润感觉的心形可爱指甲！

推荐产品

←固定心形的透明指甲油。简单拥有心形系列的可爱造型！

行到底！

花朵、心形都是今年流行的主题，可以根据服饰来决定指甲款式！《瑞丽服饰美容》帮你全面网罗这几大主题的华丽美甲。

神秘的冬季夜空！天使在飞舞，让人联想到

CLOSE UP

↑以渐变的蓝色为底色，搭配天使和雪花，令人爱不释手！

EVENT NAIL 03 FLOWER

最具人气的主题

花朵图案

蔷薇花朵装饰出几分暖意。深冬的雪花花纹谁看了都会心动！

细腻的艺术气质用纤细的线条来表现

CLOSE UP

↑由浓至淡的粉色美甲，嵌的装饰宝石提升华美度。

EVENT NAIL 04 FRENCH

雅致温柔的主题

法式浪漫

成熟简约、气质高贵，法式的浪漫图案让你轻松变美丽。

美甲DIY

步骤

1 ↑用细笔描画出雪花结晶的基本线条。

2 ↑接着描画细节。注意使线条粗细一致。

3 ↑用棉扑蘸出白色背景，给人飞雪印象。

完成啦！

↑贴上钻石和亮片提升雪天氛围。

推荐产品

↑（从左开始）粉色珍珠及白色珍珠贴片，花形宝石贴片。

美甲DIY

步骤

1 ↑从上起1/3位置向另一侧的一角涂色。

2 ↑从另一侧画出曲线，调整整体线条。

3 ↑在指甲顶部嵌上珍珠和钻石。

完成啦！

↑在分界处贴上钻石，遮盖不均匀的线条。

推荐产品

↑（从左开始）白色指甲油，人造宝石贴片。

3大派对发型

简单优雅的华美发型

PART 2 HAIR 美发

派对中占

想表现出与平日完全不同的造型时，发型一定要强调华丽而优美！HALF UP发型为你提升成熟感和美丽指数，让你瞬间与众不同！

“令人耳目一新的发型将他的视线牢牢锁定！”

“暗恋已久，今天就要得到他的心！”

“女人味十足，为你赢得公主宝座”

美发产品金牌亮相

01 卷发器

想打造出发量感和弯度时使用。

↑有大小不同款式，可根据卷发弯度选用。

02 电热卷发棒

中号电热卷发棒，可塑造各种发型。

↑（上）小泉成器电热卷发棒。（下）松下电工电热卷发棒。

03 卷梳＆平梳

吹造型时用卷梳，要突出贴和效果时使用平梳。

→（左）花王卷梳。（右）平梳。

04 保湿喷雾

持久保持卷发效果，同时起到保护头发的作用。

→Modshair定型喷雾，在吹风之前使用。

05 发蜡

要打造空气感和发束感，就要用到发蜡。

→资生堂发蜡。

06 定型喷雾

帮你长久保持发型的完美状态。

→花王定型喷雾。

07 滋润保湿水

帮助头发打造滋润感觉的定型剂。

→欧莱雅美发保湿水。赋予头发滋润光泽。

08 精美发饰

精巧的发饰是漂亮发型中不可缺少的。

→充满华丽气氛的发卡。

→发簪，固定效果超群。

→美妙感觉的花朵插梳。

什么是HALF UP?

将头顶头发提起并扎拢。比DOWN HAIR更加华丽，比全部梳拢更加性感，是今季最时髦的发型。

↑用卷发器提起头顶头发。

↑沿两耳连接线横向分发。

↑将提起的部分扎拢。

↑扎拢后向内卷，用发卡固定。

←将发型的整体重心向上提，会显得很精神。

据绝对风头，约定HALF UP！

用发型同时实现华丽与甜美

头顶的发量感不是吹发能达到的效果。似乎没有进行特别的造型，实际上HALF UP隐藏在表层头发的下面，为你变换出华丽的美妙发型！

将顶部发型打造出纵长形状

两侧头发贴紧头部，脑后部头发突出发量感，实现纵长轮廓，帮你烘托出知性气质。发量较少的人，吹发时将头顶头发的发根提起吹风就可以了。

步骤

将头发向内吹理

←涂抹护发水，将脸部周围头发向内卷。

将要CP的头发聚拢

←沿两耳连接线，聚拢头顶部分头发。

打造出蓬松感

←将聚拢的头发向上提起，打造发量感。

步骤

卷出蓬松效果

←将脑后头发分三束卷起，其余向内卷。

将两侧头发聚拢

←留出头顶头发，将两侧头发聚拢固定。

突出脑后的圆润

←逆向梳理脑后头发后用定型喷雾固定。

打理自然的发梢

←将两侧头发打理出动感，用发卡固定。

推荐产品

↑（左）雅涛无香料发胶。（右）镶水钻发夹。

推荐产品

↑（左）modshair发蜡。（右）沙宣美发营养水。

可爱的单侧发型让你更迷人

以有些弯卷的发型为基础。非对称发型给人十足女孩气的味道。将脸部周围的头发吹理成直发，与卷发形成对比。

推荐产品

↑（左）色调轻柔的发簪。（右）花王发胶，吹发前涂抹在头发上。

步骤

1 将头发分成三个部分

↑头顶留出少量散发，在脑后斜分发。

2 将两个发束集中到一侧

↑将右侧发束聚拢到左侧，并向左侧盘卷。

3 在发梢涂抹定型发蜡

↑涂抹定型发蜡，用指尖打理出发束感。

打造心仪发型，

EVENT HAIR

提升聚会气氛

华贵发型

想要以醒目的装扮吸引周围的目光，华美而高贵的发型不可不选。

今天的我光彩艳丽，自信满满！

用卷起的发卷表现华贵

美丽而优雅的发型，演绎出女孩成熟的一面。较低位置的发卷以表现圆润感为主，留出的发梢多出几分性感。

推荐产品

1（左）色调沉稳的发卡，（右）沙宣珠光啫哩发乳，用后很有滋润感。

步骤

固定发卷左右

←发梢也向内弯卷，再用发卡固定。

在耳下方留出发束

←留出脸部周围以及右耳后方的头发。

将头发聚拢弯卷

←将其余头发梳拢，轻轻挽出圆卷状。

卷烫剩余头发

←将耳后头发分三次烫卷，留出发梢。

用两处发束，打造浓密效果

具有存在感的华丽发型，以纵长的轮廓为特征。令每个女孩都跃跃欲试。

表现出比平日更成熟迷人的气质！

推荐产品

一（左）水晶发绳，（右）力士喷雾型护发精华。

步骤

在发梢烫出发卷

←用卷发器向内卷耳下的头发。

纵向扎两个发结

←在较高位置纵向扎出两个发结。

打散扎拢的发梢

←将扎起的头发散开，并固定发梢。

两侧要修饰整齐

←将两侧头发聚拢用发卡加以固定。

散发时尚气息，表现无限华美的发型

推荐产品

←（左）SALA卷发用喷雾。（右）水晶蝴蝶发簪。

步骤

留出发梢整体卷烫

←将全部头发向内或向外交错卷卷。

将颈部的头发上提

←颈部头发分成两份，交替用发卡固定。

将脑后头发扎起来

←留出耳后头发，将脑后头发扎起来。

两侧头发提到头顶

←将两侧头发向中部聚拢并用发卡固定。

无意之中强调高挑效果，用发卡打造出醒目亮点

在脑后扎出发结，将后方及两侧的头发集中聚拢。用卷起的发梢打造出恰当迷人的华贵感觉。

原来那么简单

EVENT NAIL

表现出十足女人味
淑女发型

约会时一定要选择令他怦然心动的发型！扮演可爱柔美的女孩。

和他久别重逢，要表现出淑女般的柔情

脑后的蓬松效果十分高贵、引人注目！

充满空气感的蓬松发型，是男孩心中的No.1。关键在于头顶处的浓密蓬松效果，两侧头发修饰整洁带给人华贵的感觉。

→（左）复古花朵发卡。（中）嘉娜宝硬质发蜡。（右）力士定型喷雾。

步骤

1 让顶部显得蓬松
← 留出发梢，头顶头发和刘海卷起至发根。

2 将两侧头发聚拢
← 留出头顶头发，将两侧头发向内聚拢。

3 打造出浓密效果
← 将头顶的头发上提盖住已聚拢的发束。

4 梳理面部周围头发
← 突出两侧头发的流畅感，用喷雾定型。

清晰整洁的淑女发型，气质出众

清爽气质是决定魅力的关键，一定能打动成熟的他。将刘海烫出自然的弯卷，增加华丽感，最后打理发梢造就自然效果。

↑（左）modshair保湿喷雾。（右）镶嵌宝石的插梳。

成熟男人，对优雅气质最为倾心！

步骤

1 向内侧卷烫头发
↑ 将两侧及后方的头发全部向内弯卷。

2 脑后头发分成两个三角型
↑ 脑后头发斜向分成两部分，在耳后聚拢。

3 将刘海烫出圆润弯卷
↑ 用中号卷发器卷烫1周，留出发梢。

4 自然地将发梢打散
↑ 在有发卷的部位喷保湿喷雾。

男孩们最喜欢的俏丽可爱发型！

摇曳的发梢可以增加性感

从根部固定头发，瞬间就会实现华丽变身！为了避免过于孩子气，两侧的头发留出一点以提升性感度。

← （左）LUCIDO · L发蜡。（右）资生堂润发营养水。

步骤

1 将全部头发扎成一束
← 留出两侧，将全部头发扎成一束。

2 发梢向前固定
← 将发梢向前分成三束，用发卡固定。

3 逆向梳理发梢
← 将发梢部分逆向梳理，突出随意效果。

4 卷烫余下头发
← 剩下的头发用卷发器向内卷圈一周半。

时间的流逝永不可逆，但瞬间却可以定格

肤之原生态

执行／午睡　摄影／张旭明（紫弈云天）　品牌鸣谢／资生堂，雅诗兰黛，欧莱雅，娇韵诗　读者模特／何苗，陶虹，陈竹，佳熙

肌肤和爱情一样，要不遗余力地对抗来自时间的侵略。完美的肌肤当然是充满弹性、细腻紧致，没有皱纹和色斑。天使需要依靠爱，才不会死亡，我们的肌肤需要什么，才可以抵抗时间的流逝？

读者体验

何苗　21岁　学生

一直信赖资生堂，它的活颜悦色精致美容液吸收特别快，也能有效收紧皮肤。

陈竹　24岁　职员

平时的工作压力很大，所以我特别喜欢娇韵诗青春元气精华液舒缓皮肤的感觉。

陶虹　18岁　学生

虽然还没有皱纹，不过还是要提早预防，用欧莱雅复颜抗皱紧肤霜就很合适。

佳熙　20岁　职员

我比较紧张脸部问题，选用了雅诗兰黛至美展颜无瑕精华露以后就放心多了。

↑（左上）独创的BioSyncComplex™细胞同步生化复合精华，快速改善肤质，即时淡化幼纹，抚平皱纹并紧致肌肤。雅诗兰黛至美展颜无瑕精华露　650元。（右上）全面促进肌肤回复色泽均匀剔透，紧致丰盈，迅速减少粗糙，幼纹，毛孔粗大等早期衰老现象。资生堂活颜悦色精致美容液　420元。（中）蕴含维生素A超微粒子和活力紧致素，延缓支撑肌肤表皮的弹性纤维的老化，延缓新皱纹的产生。欧莱雅复颜抗皱紧肤霜　150元。（下）全面提升肌肤的自我防御系统，确保皮肤肌底的平衡。可舒缓抚平因压力而形成的细纹，让脸部散发青春魅力。娇韵诗青春元气精华液　580元。

告别皮肤烦恼 23种完美美肤妙计

色斑、黑眼圈、青春痘……每个女孩都会碰到各种皮肤问题。推荐23个女孩介绍的美肤技巧，也许你可以从中找到适合自己的“正确答案”！

摄影/長野奈々子

美肌女孩 堀江美希 柴田望 对付皮肤问题的超级经验！

柴田望（大三学生）

冬天也要美白，坚持才是美白之道！

烦恼 每日奔波于上学路上，脸上的色斑日渐严重

美肤妙计 全年都要进行皮肤的美白护理！喜欢用美白的护肤品

→1在黑眼圈处涂抹美白美容液，黑眼圈会淡很多。2涂抹美白乳液的同时进行按摩。3美白化妆水应该在涂完乳液后使用。

日晒出现的色斑只能慢慢淡化

经常外出，皮肤总是暴露在阳光下，却从来不注意防晒。所以20岁刚过，就开始陆续出现色斑、细纹，这时才意识到美白的重要性。现在我每天都使用美白护肤品，经过一个月的试用，皮肤重新恢复了透明感。

建议01 要进一步美白，就要用美白面膜

←每周使用一次，每次十五分钟，还可以保湿。

建议02 彻底清除污垢，防止细纹出现

←泡沫丰富的洁面膏。轻松清除面部灰尘，鼻子上的黑头也可以洗净。

建议03 无论多困也要在睡前彻底清洗皮肤

建议04 白天要使用SPF20以上的防晒品

堀江美希（职员）

值得信赖的品牌是我的护肤帮手

烦恼 如果熬夜，第二天皮肤就会变得干燥无光泽

美肤妙计 选择适合自己的可靠品牌，将保养皮肤做得更彻底

→1和2都是面霜，保湿效果明显。3涂抹排毒美容液时顺着淋巴管进行按摩。4含有维生素C的美容液，可令清晨的皮肤分外透明。

权威美容品让皮肤得到重生！

十几岁时就喜欢熬夜，令皮肤一直不太理想，最近尤其显得疲惫。我是敏感型皮肤，如果护肤品选择不当，就会感到刺痛。多次尝试后终于找到适合我的护肤品，学会了适合自己的皮肤保养办法。

建议01 专用的洗面工具能清洁毛孔

建议02 每天用保养品按摩面部

↑我很喜欢按摩面部，每天按照图中的方法按摩10分钟。

→边擦拭边清洗面部，彻底清洗掉皮肤的污垢。

建议03 每周两天不化妆让皮肤休息

建议04 涂过乳液后用水蒸汽加热脸部

建议05 防止眼部细纹的特别护肤品

↑防止眼部细纹出现的眼部美容液，可用棉签涂抹。

告别皮肤的烦恼

美肤女孩的保养之道 *1

在皮肤出现问题之前就要预防！

色斑、黯淡皮肤篇

很多女孩只在春、夏进行美白，其实一年四季都应该防晒、美白。许多女孩因为学生时代经常参加室外体育活动，而使皮肤饱受阳光的侵害。现在开始美白工程吧，让你的美白梦想完全实现。

CASE*01

烦恼 想尽办法美白皮肤，小色斑却不见淡化

美肤妙计 **喜欢“雪肌精”，使用这个系列的全套护肤品**

一直使用“雪肌精”，让皮肤每时每刻都在美白！

服部纱幸
（职员）

高中三年级时脸上出现了一些小色斑，于是我开始使用美白的护肤品。使用“雪肌精”系列护肤品后，皮肤变得透明了，肤色也变得均匀。同时要注意皮肤保湿，防止细纹出现。一有时间我就做面膜，皮肤的保养应该是长期的。

→KOSE的清肌晶味道清香，可以彻底清洁毛孔中的污垢，洗掉浓妆。

最爱

建议 01 **涂美容液的同时进行面部按摩**

↑洁面后用Dior Snow亮采美白美容液在色斑部位重点涂抹，并轻轻按摩。

建议 02 **选择油性洗面护肤品彻底清洗彩妆残留物**

建议 03 **自己做饭时注意饮食营养的均衡**

平时注意多摄取对皮肤有益的食物。

混合使用护肤品防止黑斑和皮肤干燥

矶部奈央
（大一学生）

高中时参加手球运动，总在室外曝晒，所以皮肤很早就开始老化了，尤其是眼睛下面的色斑非常明显。现在我十分注意防晒，使用高效的美白护肤品，让皮肤重新变得白皙。

CASE*02

烦恼 高中就出现的黑眼圈越来越严重

美肤妙计 **使用超强美白的护肤品。重点在黑眼圈处涂抹**

喜欢

建议 01 **在易出现色斑处重点护理**

→全脸涂抹肌美精后，在容易出现色斑的部分轻拍Dior美白化妆水。

建议 02 **在任何季节都要使用防晒护肤品**

→欧珀莱美白防护乳，在容易干燥的部位重点涂抹。

→（从上开始）Dior美白化妆水，嘉娜宝肌美精化妆水。注意要分部位使用不同化妆水。

偶然发现的美白护肤品很适合我！

山田真由美（大三学生）

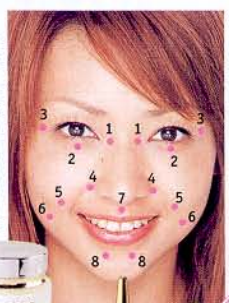
本身是血液循环不好的体质，脸上容易长色斑。我从美容师那里学到淡化色斑的穴位按摩法，真是简单有效。再配合使用美白护肤品，效果真的很不错哦！

CASE*03

烦恼 缺乏保养的肤质容易出现晦暗现象

美肤妙计 **美白护肤品＋穴位按摩，循环通畅可淡化色斑**

建议 01 **用专业的穴位按摩法改善皮肤**



↓涂抹艾文莉诺珀活力修复按摩霜后，按照图示的序号依次按摩穴位。

最爱

→（左）Kanebo紧致光采眼霜。（右）香奈儿净白精华凝露。

喜欢

CASE*04

烦恼 工作压力太大，面色黯淡无光

美肤妙计 美白效力出众的“Dior雪精灵”系列，打造完美肌肤

物有所值，我总算找到了可以信赖的护肤品

山口洋子（职员）

工作以后，我的肤色越来越不均匀。对于护肤，我从来都是肯下功夫的，经过了各种尝试，我发现“Dior雪精灵”是最好的。使用后，黯淡的肤色一天天亮丽起来。

↑1Dior雪精灵化妆水。2美容液，再现肌肤活力。3美白乳液。

建议01 独创的按摩手法

↑沿箭头的方向进行细致的按摩，可以增加皮肤的亮度。

建议02 早晚的洗面品要分开

↑1 Sonia ryKIEL洁面啫喱，可在早晨做轻度清洁。2 Shu uemura洁面露。

CASE*05

烦恼 喜欢日光浴，又去了海边，色斑更重了

美肤妙计 用了富含维生素C的护肤品，皮肤变得又美又白！

↑1 CAC护肤面膜，每周用一次。2 CAC柔和爽肤水，性质柔和。3 CAC净肤粉末，用它卸妆最合适。

建议01 每周一次用面膜特殊护理

使用

↑具有远红外线效果的护肤面膜。泡澡的时候，敷上一片，借助热气，效果更明显。

3年前开始使用含维生素C的护肤品

泉 玲子（职员）

夏天被晒伤了皮肤，脸颊上的色斑更重了。我马上选用美白系列产品进行维护。最有效的就是含有维生素C的护肤品，让皮肤有了弹性，整个人都显得年轻了。

你的护理正确吗？皮肤保养Q&A

色斑、黯淡皮肤篇

马场佳子 专业人士的美肤指导

冬天由于血液循环不良会造成肤色黯淡

面色黯淡主要由4类原因引起：血液循环不良，黑色素沉着，角质层缺乏水分，毛孔粗大。其中以血液循环不良和黑色素沉着为多。冬天，气温下降，导致血流不畅，血液中的氧分减少。这些内部问题在皮肤上就反映为面色黯淡。

Q 为什么一到冬天皮肤就会黯淡还干燥呢？而其他季节就没有这样的现象发生。

A 干燥会导致肌肤角质层缺水，使表皮的代谢紊乱，一些有害物质出现在肌肤表面，这时再与外界接触，粉尘附着在这些物质上，就会出现面色黯淡的问题。冬天气温低，血管收缩也是原因之一。此外，睡眠不足等疲惫状况也会导致血液循环不良，肤色黯淡。

Q 我听说过度揉搓皮肤，会产生色斑，面色黯淡无光。那么是不是要停止按摩？

A 干燥、紫外线、摩擦，都是对肌肤的刺激。过度的刺激会使肌肤的防御功能发动起来，造成细胞分裂。其结果就是一些缺乏水分、缺乏保湿能力的细胞来到肌肤表面，导致面色黯淡。所以按摩要选择适当的力道，柔和地按摩。这样才可以促进血液循环，增加肌肤光亮度。

CASE*06

烦恼 参加集体旅行，面颊上的色斑加重了

美肤妙计 每晚用超声波美容器按摩10分钟

建议01 干性肤质的我，一向注重保湿

←面部使用的保湿面霜。

←（从左至右）Dermed的美白乳液，为肌肤补充维生素。超声波美容器，每晚按摩10分钟，效果很明显哟。

一年前开始使用超声波美容器

中岛爱美（大二学生）

夏天被晒黑了许多，连忙把所用的护肤品都换成了美白系列的，还使用超声波美容器。现在皮肤的状况得到了好转，上妆也容易多了。

立竿见影的美白产品，不容错过！ NEW ITEM

↑欧莱雅润肤液，可以改善面部幼纹，还可以淡化色斑。

由内到外修复肌肤，再现弹力和光泽

南山绘里 专业人士

只要将其均匀涂开，皮肤就会立刻变得光滑，还可以修复幼纹，使肤色看起来更晶莹。

双重美白成分，打造晶莹雪肤

敏感型皮肤适用的眼部美容液

←purenity的美白净肤液，内含丰富维生素C。

←Asseine的眼部美白美容液。

资生堂的BEAUTY VOITAGE美白系列

↑1BEAUTY VOITAGE 润肤霜，补充肌肤所需养分。2 BEAUTY VOITAGE乳液，遏制生成色斑的黑色素。3 BEAUTY VOITAGE卸妆露，彻底清洁毛孔。

告别皮肤的烦恼

美肤女孩的保养之道 *2

微笑时，细小的皱纹爬上脸庞！

皮肤干燥篇

“很难上妆”、“出现色斑”、“毛孔过大”，都是皮肤缺水、干燥的特征。特别是在冬季，即使是好的皮肤也容易出现问题。给皮肤补水是最重要的，善用保湿护肤品，你也能从内而外拥有迷人皮肤。

CASE*01

烦恼 从中学开始皮肤就很干，冬季有时还脱皮

美肤妙计 **使用保湿效果好的系列护肤品，还能美白**

简单的护肤很难缓解皮肤干燥

尾山铃子（大三学生）

眼睛周围皮肤特别干燥，化妆后也能看到干燥的纹路。后来开始用保湿护肤品，细腻的质地，涂在皮肤上感觉好极了。在干燥的冬季，化妆后应该再喷上柔肤水，给皮肤表面补水。

←都是我最常用的护肤品。1乳液是我一定要用的。2 啫喱状的化妆水。3活化皮肤的化妆水。4能彻底洁面的洗面奶。

建议01 从下往上在面部推匀乳液

←涂抹乳液时，按从下往上，由内向外的方向轻轻按摩。

建议02 洁面2次，彻底洗净残留化妆品

建议03 经常饮用保养皮肤的饮品

CASE*02

烦恼 肤质不太好，最近越发糟糕了

美肤妙计 **强效保湿的护肤品让皮肤持续得到保养**

化妆前要注意保湿！

服部榴青（大一学生）

从高中2年级开始皮肤就变得特别干燥，尤其是眼睛周围。因此，我在化妆前涂抹化妆水和乳液，让皮肤充分吸收水分，即使画浓妆也不会令皮肤过于干燥。

建议01 寒冬里要加大乳液的用量

←娇韵诗平衡日间乳可令皮肤更细嫩。

建议02 按摩容易干燥的眼周皮肤

↑涂抹乳液后呈圆圈状按摩眼周皮肤。

↑两个都是化妆水。保湿补水的效果好，感觉很清爽，也很容易被皮肤吸收，感觉很舒适。

CASE*03

烦恼 一到冬天脸部皮肤就变得非常干燥

美肤妙计 **美容师推荐的美容液拯救皮肤的干燥状况**

魔法般的美容液改变了干燥的皮肤

高木绫美（大三学生）

到了冬天，早上起床时我感觉皮肤干燥极了，甚至出现细纹，连化妆都掩饰不住。美容师推荐了神奇的美容液，试用后，连朋友都发现我的皮肤变得晶莹了。

↑（左）～H_2O+海洋水分面膜。（右）薇姿润泉滋润面膜。做面膜不仅是护肤的过程，也是补水的环节。

建议01 选择能补水的洁面护肤品

建议02 按压涂抹美容液，促进吸收

→我经常在护肤的最后一步使用药用的美容液。

CASE*04

烦恼 干性肤质，有时脸上干燥得像有一层粉末

美肤妙计 **用冷、热毛巾交替敷脸，激发皮肤活力**

令皮肤健康有活力的方法是用毛巾敷脸

松浦理央子（大三学生）

一直很信赖资生堂的保湿护肤品，加上自创的敷脸方法，一年来很有效。洗脸后，用冷、热毛巾交替敷脸，让皮肤收紧，可提高护肤品的功效。

→1美容液加固保湿效果。2乳液滋润干燥的皮肤。3化妆水在化妆前软化皮肤。

建议01 专业人士推荐的资生堂保湿系列

烦恼 喜欢日光浴，皮肤却晒得很干燥 CASE*05

美肤妙计 选择含橄榄油成分的护肤品，解决干燥和小痘痘

橄榄油对付干燥和小痘痘最有效

藤原麻子
（大一学生）

高中时非常热衷日光浴。现在皮肤变得很干燥，才开始注意保养皮肤。含橄榄油成分的护肤品的保湿效果超群，对付小痘痘也很有效，对保养我的混合型皮肤很有帮助。

最爱

←（从左开始）DHC护肤橄榄油，一定要涂抹均匀。DHC药用保湿水。

烦恼 办公室的空调使皮肤变得异常干燥 CASE*06

美肤妙计 防止皮肤干燥，在化妆时加强补水

喷雾式保湿水随时滋润皮肤

永尾美和子
（大二学生）

上班后，开始化妆，皮肤的干燥情况就加重了。于是我注意为皮肤补水，喷雾式保湿水能让干燥的皮肤立刻柔软。补妆时、化妆后都喷保湿水，一天至少喷5次。

最爱

喜欢

←（从左开始）YSL极致水嫩润肤乳液，效果显著，按压式的洗面奶使用很方便。

你的皮肤保养方法是否正确？皮肤保养Q&A 皮肤干燥篇

二阶堂雪的美肤指导 专业人士

现在女孩皮肤干燥，是因为生活没有规律

冬季空气干燥，皮肤角质层的防御能力下降。如果饮食再不规律，那么皮肤机能更会减弱。虽然皮肤角质层的细胞间脂可以保持皮肤的水分。但是，由于生活不规律，皮肤的抵抗力下降，抵受不住外部环境的刺激，就很容易引发皮肤问题。

Q 化妆水、乳液、美容液的最佳使用顺序是什么？

A 不同品牌的护肤品功效不一样，使用的顺序也就不尽相同。皮肤保养的基本顺序是：1清洁皮肤，2滋润皮肤，3加强皮肤的活力，进一步吸收滋润成分。因此，要先了解每件护肤品的功效，再安排使用的顺序。

Q 想缓解干燥皮肤，可以用乳液和美容液来达到保湿效果吗？

A 可以，每次使用适量护肤品就可以，涂抹得过多皮肤也无法全部吸收。皮肤的保养是个长期过程，也许5年，10年后才可看出保养的效果。所以要尽早开始保养皮肤，在皮肤出现问题之前就要开始预防。

具有特殊成分的保湿护肤品！ NEW ITEM

保湿又嫩肤的洗面奶

↑能滋润皮肤的AYURA洗面奶。

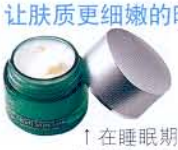
冈丽文（专业人士）

洁面时按摩可以提高保养的功效，并可有效地去除面部污垢。

提升皮肤本身的活力

→含有植物精华，令皮肤恢复活力。

让肤质更细嫩的晚霜



↑在睡眠期间持续保养肌肤。

两种植物成分的油脂令皮肤光滑

→有效保持皮肤本身的水分。

保养效果超强的高机能美容液

←新的护肤品，不妨尝试一下。

一年四季都热卖的护肤品

↑超强保湿的妍皙保湿精华液。

柔软的触感感觉好极了

←不油腻，具有高效保湿功能。

令你的皮肤更有弹性

→补充皮肤弹性的美容液。

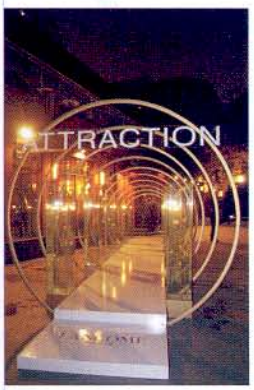
充皮肤水分 由内而外补

→滋润成分可渗透到皮肤角质层。

洗面奶彻底清洁皮肤

←兰皙欧润泽保湿洗颜霜，有保湿效果。

兰蔻引力香水 创意源泉



2003年12月18日，兰蔻在上海著名时尚场所“PARK 97—UPSTAIRS”举行ATTRACTION香水的上市发布会。现场播放了法兰西风情和ATTRACTION引力香水的影片，让你深刻感受到了这款兰蔻香水的浪漫。而从天而降的香水雨更是将香水的独特诱人香气挥洒到极致。

随着光日渐明亮，另一种光从她内心散发，令她与众不同，更真实，更感性，更令人怦然心动。这是ATTRACTION兰蔻引力香水点亮内心爱的光芒。

如果你与ATTRACTION兰蔻引力香水的和谐精神一见钟情，那是因为它显露了一种和谐的力量，而这美妙的香气就来自2003年法国FIFI大奖获得者DANIELA ANDRIER—GIVAUDAN，是她缔造了ATTRACTION兰蔻引力香水丰富的内涵与超凡的香味。

ATTRACTION兰蔻引力香水表现极致女性魅力的秘密，就在于两种高贵主题的完美结合：鸢尾花与天竺薄荷。珍贵的鸢尾花是魅力与感性之源，代表着无与伦比的女性气质。在ATTRACTION兰蔻引力香水中，如此高贵优雅的鸢尾花却邂逅了意想不到的天竺薄荷——那难以捉摸的香气，在沉沉木香与清幽草香的交织中释放着新奇的魅力。满载着女性气质与魅力的是一个充满光芒的玻璃球体，它是生命的源泉，是永恒的完美主义和现代思想的象征。绸缎般柔软的镀金，每一处都表现了法国独有的奢华魅力。

告别皮肤的烦恼

美肤女孩的保养之道 *3

细小的刺激都令皮肤出现大问题

敏感皮肤篇

敏感型皮肤的人选择化妆品稍有不慎，皮肤就会出问题。所以要经常去咨询专业人士，或是与朋友交流经验。现在就听听找到护肤之道的5个女孩的现身说法吧！

CASE*01

烦恼 轻微过敏的皮肤，对护肤品比较挑剔

美肤妙计 找到适合自己的低刺激护肤品品牌

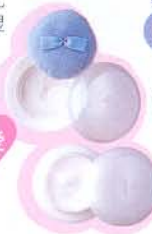
使用了合适的护肤品，皮肤不再过敏了

上津原由贵奈
（大一学生）

季节变化时，皮肤容易过敏。所以在选择护肤品方面我是谨慎派。找到适合自己的护肤品品牌，不但不会过敏，还令我的皮肤不再干燥。

→（从上开始）ettusais的粉饼、乳液。睡前涂抹保湿的乳液，效果最好。

建议01 从下颌向脸颊方向涂抹乳液



最爱

喜欢

使用

→我向往小脸，涂抹乳液时用的是向上推紧皮肤的按摩方法。

CASE*02

烦恼 到北方后皮肤过敏了！皮肤刺痛、红肿……

美肤妙计 不使用含有防腐剂、染色剂的护肤品

低刺激的护肤品是皮肤的救世主！

神户兰子（大三学生）

到了北方，由于周围环境的变化，严重影响了我的皮肤。在寻找合适的护肤品时，朋友向我推荐了这个牌子。现在面颊的红肿已经消失，皮肤也不再瘙痒。

建议01 为了美丽，每天应摄取维生素及微量元素

←（从左开始）维生素E，有促进血液循环的功效。高中时就饮用含海洋植物纤维的饮品。

←全部是嘉娜宝的护肤品。1精华素，防止皮肤干燥。2保湿乳液。3化妆水，令皮肤触感柔软。

CASE*03

烦恼 找不到适合自己皮肤的护肤品

美肤妙计 自制的护肤品令你和你的皮肤都安心！

原生尿素化妆水很适合皮肤敏感的我

近藤惠子
（大二学生）

一直找不到适合的护肤品。听说用尿素和甘油混合，能自制成药用化妆水。试用后，皮肤恢复了弹力。

喜欢

←甘油、尿素、自制化妆水的瓶子，按照一定比例配置化妆水，让我轻松完成护肤。

CASE*04

烦恼 超敏感的皮肤，用护肤品总会出问题

美肤妙计 在皮肤科医生的指导下，选择合适的护肤品

了解护肤品后再使用，皮肤更有保障

谷口美保子
（大四学生）

进入大学后，我意识到护肤的重要性。通过在皮肤科的治疗，开始使用医生推荐的无刺激性护肤品。

喜欢

←IR美容液，涂抹后用手轻按面颊促进渗透。

CASE*05

烦恼 上大学后生活不规律，令皮肤问题不断

美肤妙计 尝试一下敏感型皮肤专用的品牌

使用无刺激性的护肤品，皮肤细腻了

青山友里惠
（大一学生）

考学的压力让我变成敏感型皮肤，所以我选择护肤品时主要是看是否适合敏感型皮肤，只用针对敏感型皮肤的护肤品。

喜欢

最爱

→敏感型皮肤专用的AYURA护肤品。（从左开始）美容液、化妆水。用过美容液后，我敷保鲜膜促进吸收。

皮肤保养Q&A

你的皮肤保养方法是否正确？

敏感型皮肤篇

专业人士 **栗谷典子的美肤指导**

女孩们常遇到暂时性的“皮肤敏感”

敏感型皮肤是指对各种刺激十分敏感的肤质。现在女孩们大多数处于“皮肤不安定期”。在睡眠不足、精神压力过大等情况下，导致皮肤对外界刺激十分敏感，而成为了暂时性“敏感型皮肤”。

Q 如何知道标注有“敏感型皮肤适用”的化妆品，是否适合自己？

A 先与销售人员进行沟通，将自己的皮肤问题告诉销售人员，在她的指导和推荐下选择适合的试用装护肤品进行试用。

Q 换季时，平时用的护肤品为什么会让我感到刺痛？

A 季节交替时，皮肤的抵抗力有时会下降。平时用的化妆品也可能让皮肤有点刺痛感。这时，要在短期内换用“针对敏感皮肤”的护肤品。

NEW ITEM 季节变化时，可以换用的护肤品

预防暂时性皮肤过敏，并呵护皮肤

↑针对敏感型皮肤。Avène日霜。

增加皮肤抵抗力的乳液

→令皮肤恢复活力。B3A乳液。

皮肤的保护功能

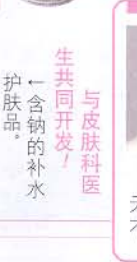
↓资生堂的SKIN CARE OIL，有效增强皮肤的抵抗力。

紧贴皮肤，改善生共同开发！

←含钠的补水护肤品。

防止日光对皮肤的损伤

面霜。←觉了“舒服”后，情碧极感



专业人士 **黑岩典子**

无香料的纯天然植物成分，不会刺激皮肤。

纯天然植物成分，敏感皮肤适用

↓（从左开始）化妆水、洗面奶。AVEDA。

告别皮肤的烦恼

美肤女孩的保养之道 *4

用自创的办法对付青春痘

青春痘篇

20岁以上的女孩主要是由于压力、干燥、生活不规律等原因造成面部长痘。治疗时，要从根本解决问题。注重为皮肤补充水分，令皮肤水、油平衡的同时，也要注意调整出健康的生活方式。

CASE*01

烦恼 以前好好的皮肤，现在经常长小痘痘

美肤妙计 去皮肤科治疗，找到治痘的护肤品和药品

痘痘大量出现时去医院就诊，情况得到了控制

龟井京子（大二学生）

额头上突然长出大量红肿的痘痘，医生说是由于压力过大引起的。我开始服用调整内分泌的药物，使用医生推荐的化妆品。现在用化妆可以遮盖痘痘了！我的目标是拥有干净平滑的皮肤！

建议01 用超声波将美容液导入皮肤

↑用超声波仪器，可以将精华素慢慢导入皮肤内部，从内改善皮肤。

喜欢 最爱

↑1定期服用调整激素分泌的药物。2纸膜，配合1一起使用。3皮肤科药膏，消炎消肿。4含有酵母菌的药水，防止皮肤干燥。

建议02 从医院买的酵母菌面膜

使用

→将酵母菌面膜贴在脸上十分钟，有效改善皮肤干裂。

CASE*02

烦恼 经前或是压力大时，面颊和额头很容易长痘

美肤妙计 停止现在用的护肤品，选择纯天然的

使用天然护肤品就不会出现小痘痘

黑冢奈绪（大三学生）

进入大学后，小痘痘不停地出现。现在只要一出现小痘痘，就使用天然护肤品。在皮肤问题恶化前，就将痘痘解决了。

喜欢

↑都是AYURA护肤品。1除痘专用护肤品。2化妆水。3美容液，抑制皮肤红肿。

CASE*03

美肤妙计 护理时注重保湿，使痘痘减少了

烦恼 从中学时就有的痘痘怎么也消除不了

从化妆水到美容液全是保湿类型

藤居真理子（大四学生）

我是干性皮肤，也常长痘痘。干燥也可以导致痘痘的出现，因此保湿十分重要。与其让皮肤分泌皮脂，不如给皮肤补充水分。

建议01 在痘痘部位用化妆绵集中保湿

→睡前用化妆绵蘸上化妆水，贴在痘痘处。

建议02 早晚都使用美容液保护皮肤

→特别是晚上的使用不可以忽略。雅诗兰黛美容液。

建议03 睡前把残留化妆品洗掉

CASE*04

美肤妙计 使用针对油性皮肤的护肤品

烦恼 我是油性皮肤，脸上经常长痘

换了化妆水，痘痘比以前少多了！

米田爱（大二学生）

刚洗过脸，皮肤很快就分泌油脂，鼻子上还出现大颗的痘痘。听说保湿可以预防长痘，就选择了适合油性皮肤的保湿化妆水。

↑涂抹化妆水后，用小拍子轻拍脸部，促进吸收。

CASE*05

烦恼 睡眠不足，鼻子两侧不断出现痘痘

美肤妙计 每周两次彻底洁面，保持皮肤清爽

保证睡眠时间是美丽的关键

三野轮洋子（大一学生）

由于睡眠不足，导致红色痘痘经常出现。现在改正了不良的生活习惯，保证每天睡眠在6小时以上，并用止痘的护肤品。

建议01 化妆水也有预防长痘的功能

←兰蔻化妆水同时含有乳液的功效。

皮肤保养Q&A

你的皮肤保养方法是否正确？

青春痘篇

专业人士 **小玉晶子的美肤指导**

皮肤干燥或压力都是引起痘痘的原因

成人长痘，不仅是因为皮脂分泌过剩，还由皮肤干燥、生理压力、卸妆不干净等各种因素造成。毛孔内的亲油脂的细菌繁衍，导致痘痘产生。皮肤长期处于炎症的状态，破坏了皮肤组织，于是出现皮肤表面的凹凸情况，留下了黑斑或是痘痘的痕迹。

Q 容易长痘的部位除了控油，还要不要保湿？

A 粉刺的细菌喜欢油脂，因此含油脂多的化妆品会加重痘痘的数量。如果油脂过少，也会由于干燥而长出痘痘。因此，保证毛孔的清洁是最关键的。

Q 想防痘的话，一天洗几次脸才是正确的？

A 对于长痘的皮肤，保持皮肤清洁是最基本的。但是，过度的清洁也是不可取的。一天多次洗脸，刺激皮肤，会令油脂分泌增加。早晚2次清洁皮肤就足够。

NEW ITEM

护理出不易长痘的肤质！

←含有抗菌成分，有效抑制痘痘的出现。

脱落的药用洗面膏 令污垢和多余皮脂彻底

有超强保湿效果的乳液

←吸收过剩的油脂，令皮肤清爽。Shu uemura乳液。

皮肤表面有防止皮肤干裂的物质。晚霜可以增强这种机能。（专业人士 小玉晶子）

在睡眠时，让营养成分慢慢渗透皮肤

↑在皮肤表面形成保护层。ettusais晚霜。

保存版

摄影/内山功史、鈴木希代江、長野奈々子（静物）化妆&发型/渡边真由美、小林友香（GON.）造型/有村華菜子、模特/本泽舞

EYE MAKE-UP BIBLE

甜美而可爱的新诠释，展露全新魅力眼妆风情

瞬间幻化天使之眼

展露美目的可爱情怀

2004年，我们期待如小鹿斑比般可爱的眼神，让你的眉毛、眼影、眼线、睫毛在瞬间展露可爱的姿态，幻化出天使般的美目。

4个基本美目描画技巧

制造冲击力
精致EYE

1.眉毛

给初学者的基本指导

首先必须准备4件美妆工具：笔心柔软且便于操作的眉笔；整理眉形的螺旋刷；拔眉毛的眉镊子；颜色比发色暗的眉膏。

↑流畅的眉形会提升眼部的印象，柔和的眉色又点明了可爱眼妆的主题。

2.眼影

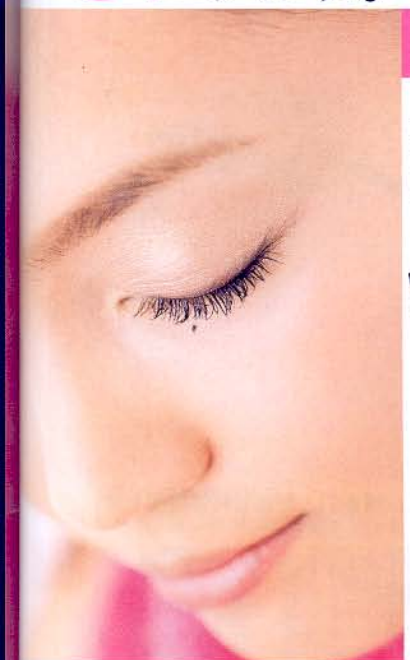
给初学者的基本指导

多色的眼影组合方便初学者的选择。眼影组合中要包括高光色，制造立体眼妆效果。另外，扁头的眼影刷在画高光时必不可少。

多色眼影组合

↑使用多种颜色调出的眼影色，创造自然的眼部阴影，体现出眼部的立体感。

3.眼线



↑因为精致的眼线会使美目看起来更大，所以初学者要多加练习。

给初学者的基本指导

推荐给初学者使用黑色眼线笔，但如果描画技巧出色的话，黑色液体眼线笔也不错。同时要准备便于修改的棉棒。

4.睫毛

↑卷翘而细密的睫毛是可爱风格的体现，配合精致的眼线使眼睛看上去更加有神。切记睫毛梢要涂少一些。

给初学者的基本指导

要选择与眼睛弧度相宜的睫毛夹；为营造不同的睫毛效果，一定要准备4种不同功效的睫毛膏；备有防止睫毛结块的睫毛刷。

Part 1 清晰而略粗的眉毛展现华丽感

EYEBROWN

未经打理的眉毛，使人看起来缺乏生气，而修理过细的眉毛又失去了自然可爱的味道。现在就来窥视2004年的美目法则。

检查你的眉形

↑描画眉头的宽度大约为6～8毫米，眉峰处的宽度为4～6毫米较合适。

电眼美人的描眉指导

1.眉毛丰盈
2.眉形流畅
3.眉色比发色稍暗

为了加强眼部印象，眉毛不能够过细。切记眉头上端与眉尾下端在同一水平线上。另外，眉色不宜太深，否则眉毛过于抢眼。

1.决定眉的位置

确定好了眉尾，就会令描画的眉形显得非常自然，适合你的眉尾高度就在下眼睑弧线的延长线上。

Q：可否推荐一款优秀的眉笔呢？
A：选择与发色相宜的眉色，你的眉笔就选对了。

↑发色较深的人适合选用笔心柔滑的眉笔，令描画更自然。

↓眉毛稀少且发色发黄的人很适合用明亮的棕色眉笔。

2.决定眉峰的位置

为防止眉毛挑得过高，要确定眉峰的位置。眼睛向前看，眉峰的位置就在瞳孔的外边线与眼尾的垂直中线上。

Q：如何确定眼距近或远的人的眉的位置呢？
A：与定眉峰的方法一致，关键是改变眉头位置。

↑眉头要描画在眼角外侧，涂上明亮眼影会增加眼部的柔和感。

↑描画与鼻部有连接感的眉头，左右眉峰靠近，令眼部立体。

6.连接下眉线

以点状方式确定从眉头至眉峰下部的连线，切记描画时要轻轻地点，并及时用棉棒修正。

Q：应该如何修整眉形外部的多余眉毛呢？
A：可以使用螺旋刷将多余的眉毛向里集中。

←尽量不要剪掉多余的眉毛，而是让眉毛自然地向眉部中央集中。

7.去掉多余眉毛

画出眉形后，用螺旋刷整理眉毛。沿着眉毛的走向拔掉多余的眉毛，而太长的眉毛则需要剪掉。

Q：眉毛少或多的人应该如何修剪眉毛呢？
A：针对眉毛长及集中的地方进行修剪。

眉毛浓密的人
↑带眉梳的眉剪，适合初学者使用。

←在眉毛集中的部位用剪刀从上方纵向剪掉多余眉毛

眉毛稀薄的人
↑使用眉梳梳理，帮助整理眉形。

←先用眉梳梳出眉形，逆向剪掉偏长的眉毛。

3.描画眉头至眉峰

从距离眉头1厘米处开始，用眉笔浅浅地向眉峰画出柔和的线。描画时要沿着眉毛的走向，一点一点地画。

Q: 怎样修整下垂的眉形和上挑的眉形呢？

A: 需要调整眉头与眉峰的位置。

下垂眉

←眉头下端与鼻部自然相连，调整眉头至眉峰的线条。

高挑的眉

←提升眉头的高度，降低眉峰下部高度，使两点连线更自然。

4.描画眉峰至眉尾

确定眉峰的高点，以点状画法自然地描画至眉尾，并将眉头至眉尾的上部线相连。检查眉头与眉尾的高度。

Q: 如何使眉尾看上去自然呢？

A: 用眉笔画过后，再用眉粉轻扫一遍。

←在眉笔画的印痕上轻扫一层眉粉，可令眉形持久。

使用的产品

↑（左）有效的眉毛打底产品。（右）自然效果的眼影粉。

5.确定眉峰下部高度

与确定眉峰上部高度方法一致，眉峰的下部高度确定在瞳孔外边线与眼尾之间的垂直中线上，眉峰上下宽度为4～6毫米为宜。

Q: 如何画出理想的美眉呢？

A: 眉形流畅，眉毛丰盈。

←理想美眉的眉头宽度应为6－8毫米，眉峰上下宽度为4－6毫米。

8.填充眉色

从眉毛最密集的边缘部分开始，沿眉毛的走向，用眉笔一点一点填充眉色。可使用眉粉或眉膏帮助补色。

Q: 如何令眉色更自然呢？

A: 根据自身的眉色浓淡来填充眉色。

←眉毛浓的人可用眉粉，眉毛淡的人使用眉膏。多色眼影组合调出更加自然的眉色。

9.晕染眉头

用眉笔从距离眉头1厘米处开始描画，并用螺旋刷从眉尾刷到眉头，自然地涂上眉粉，晕出眉的立体感。

Q: 眉毛稀薄的人如何描画眉头呢？

A: 用眉笔补足眉色浅淡的部分即可。

↑调整眉尾至眉头的平衡，制造眉与鼻部的自然连接感。

←沿着眉毛走向，自下而上地用眉笔填充眉色。

10.刷茶色眉膏

黑色眉的人选择比发色稍暗的颜色涂刷眉色，从眉头至眉尾反复地涂刷，令眉毛的根部也充分上色。

Q: 涂刷眉膏时应注意哪些问题呢？

A: 在涂刷前去掉多余的眉膏。

←为使眉色均匀，涂刷前先将眉刷上多余的眉膏去掉，防止结块。

←柔软的眉刷可以令眉毛根部轻易上色。

Part 2 调和多色眼影塑造眼部阴影

EYESHADOW

选择与肌肤相宜的棕色系眼影，是初学者最容易描画的颜色。在眼周用深色的眼影，眉下用较浅的颜色。

→浓淡相宜的眼影令眼部充满变化，多色眼影描画出立体效果。

基础色BROWN 3色组合眼影

↑带有珍珠色的眼影组合令眼影色充满质感。

←应对不同的眼影涂抹范围，使用不同的刷头。

↑用来打高光的扁刷。

1. 睫毛根部涂深色眼影

←竖起刷头，从眼尾刷至眼角。用手指将眼睑轻轻向上拉起，在睫毛根部仔细涂上眼影。

2. 利用浅色营造节奏感

←使用较粗的刷子，轻扫浅淡的眼影色。从眼角刷至眼尾，并向四周慢慢晕开。

3. 在双眼皮处重复涂抹

←从眼尾向眼角，在双眼皮处B区域涂抹淡色眼影，用较粗的刷头在双眼皮处重复涂抹。

4. 在眼角与眉头制造明亮感

←用平刷蘸高光粉，从眼角涂至眉头。此种高光画法可令鼻部产生阴影，制造出眼与鼻的立体效果。

5. 眼窝外侧制造高光

←在平刷上蘸上足够的高光粉，沿着眉头至眉尾的下部边线涂上高光，强调眼睑的凹凸感。

6. 涂抹下眼睑颜色

←在下眼睑眼尾处A区域，用较细的刷头涂刷深色眼影，切记防止色彩过浓。

7. 眼尾至瞳孔外边线的颜色

←下眼睑眼尾至瞳孔外边线区域涂抹颜色，可增加眼部神采。切忌涂抹整条下眼线，给人目光犀利的印象。

8. 制造明亮的下眼睑色

←用较粗的刷头从眼角至眼尾轻扫淡淡的一层眼影。下眼睑的眼影色选择深色涂眼尾，浅色涂眼角。

9. 制造C区高光

←在颧骨上方至眉尾的C区涂抹高光粉，增加C区的明亮度后，眼部才会更有神。

3色眼影的运用❶ GREEN

绿色可变化出不同表情，只需增减眼影色的使用量就可轻易达到。

↑从眼尾至瞳孔外边线的上眼睑边缘涂上较深的绿色，在上眼睑处涂上高光。

↑上眼尾睫毛根部的深绿色与B区域的淡绿色相配，给人留下亲切的印象。

↑依次从左侧的颜色开始使用，颜色越来越浓。

3色眼影的运用❷ BLUE

选择浓郁的蓝色，令眼部产生深邃感。在眼睑中部用深蓝色。

↑上眼睑的描画不变；下眼睑不使用高光，而是在瞳孔正对的下方涂上较深的蓝色眼影。

↑眼角至眼尾处涂上淡淡的蓝色，在瞳孔外边线至眼尾处涂抹深蓝色。

↑作为主色调的蓝色眼影。

→白色与蓝色的和谐组合。

3色眼影的运用❸ PINK

眼睑处的粉色系眼影，会有增加眼部神采的功效。

↑上眼睑眼尾与下眼睑眼角处涂上深色眼影，突出成熟女人的气息。

↑在睫毛根部涂上窄窄的深粉色的眼影，可在眼尾处加重涂抹，再浅浅地晕上一层粉色。

↑营造华丽感和高雅气息的粉色组合。

3色眼影的运用❹ GRAY

灰色系的眼影在强调眼尾色时，浅浅地涂开，制造成熟的味道。

↑强调眼尾色会有拉长圆眼睛的效果。

↑眼周使用较浓颜色，在眼尾处使用浅灰色，并将眼影色多涂出5毫米长。

↑制造透明感眼妆的眼影组合。

Part 3 眼线有增大眼睛的功效

EYELINE PENCIL

眼线可以强化眼影的层次效果，同时可使眼睛更生动。眼线笔和眼线液都是眼妆不可缺少的元素。

眼妆初学者适合使用眼线笔。画眼线时，要沿着睫毛根部描画，只在眼尾处涂得宽一些，这样眼睛看起来会显得大。

使用ITEM

↑握笔方便且色彩饱满的眼线笔。

推荐产品

↑可以方便地拧出来的眼线笔。

↑色彩效果持久的彩色眼线笔。

↑能够帮助收紧眼部轮廓的眼线笔。

↑线条清晰，便于勾勒的眼线笔。

1. 在纸巾上调试笔尖的粗细

↓如果笔尖太尖，会划痛眼睛；而笔尖太粗，画出来的线条又会太宽。在纸巾上磨几下笔尖，让线条变得流畅柔和。

2. 距眼尾约2毫米开始画眼线

↓稍后画眼尾处的眼线，从距眼尾约2毫米开始向眼角画眼线。可以用手提拉眼睑，另一只手轻轻描画。

3. 从眼角至眼尾描画眼线

↓从眼角向眼尾描眼线，瞳孔上方的眼线画得略粗可以让瞳孔看起来更亮。注意眼尾留出2毫米。

4. 眼尾的眼线让眼睛显得更大

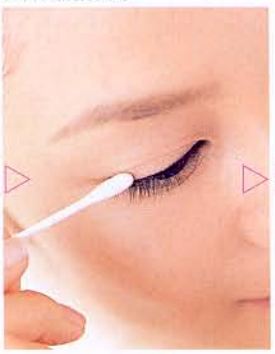
↓距眼尾约2毫米处开始，画出1毫米长微微上翘的眼线，并与从眼角画出的眼线自然相连，这样会显得眼睛较大。

5. 使用棉棒将眼线晕开

↓用棉棒将眼线慢慢晕开，但并不是简单地晕开眼线，而是用棉棒完成眼线与肌肤之间的色调过渡。

6. 眼尾处也用棉棒仔细晕开

↓注意不要用棉棒直接接触眼线，避免涂抹错误。只是晕开眼线的边缘，使眼线呈现出柔和自然的效果。

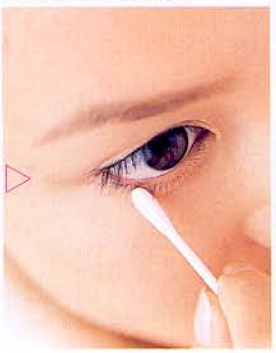


7. 只在下眼睑的眼尾处画眼线

↓从眼尾至瞳孔处描画下眼线，在距离瞳孔近处眼线渐细，只强调眼尾的线条。这样描画的眼线会更自然。

8. 从眼尾向内侧将眼线晕开

↓将下眼睑眼线晕开，避免生硬感。如果下眼睑全部画上眼线，会显得眼睛很小，所以只在眼尾处加入阴影感。



眼线Q&A

Q：什么是标准的眼线画法？

↑从距眼尾两毫米处向眼角描画，眼线的粗细变化，制造出一点阴影感觉。

推荐

↑深浅两色眼线笔，可以方便地描画立体感。

Q：单眼皮与内双眼皮的人该如何画眼线呢？

单眼皮

←眼线略长且稍粗一点，大约两毫米宽使眼睛充满东方味道。

内双眼皮

←在眼尾的褶皱处画眼线，并与下眼睑眼线的延长线相连。

Q：吊眼尾与垂眼角该如何画眼线呢？

吊眼尾

←下眼线眼尾和上眼线眼角描画得略粗，上眼线末端处渐细。

垂眼角

←上眼线眼尾画得要粗，从眼角至瞳孔中央画下眼线。

Finish!

←用棉棒晕开后，眼线不会显呆板，而是呈现自然的清晰感。如在下眼睑的末端画上眼线，眼部的印象会更深刻。

LIQUID

液体眼线笔可以制造较浓的线条，营造出明亮的眼神。使用液体眼线笔时在眼尾处先涂上眼线，可以防止描画失败。

1. 在纸巾上调整笔尖浓度

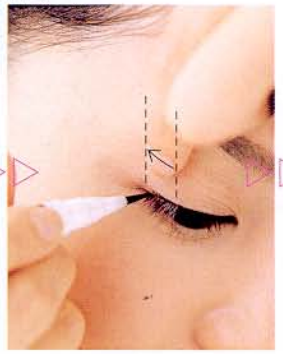
↓如果笔尖上的眼线液太多，就画不出纤细的眼线，所以要在描画前事先在纸上调出最适合的用量。

2. 贴合睫毛根部描画眼线

↓一手提拉眼睑，撑开眼皮，露出睫毛根部，方便描画眼线。然后再沿着睫毛根部画出细细的眼线。

3. 在眼尾与瞳孔之间画出眼线

↓以瞳孔外侧边线为起点开始画眼线，画至距眼尾3毫米处。描画时眼线不应太粗，慢慢地描画。



4. 从距眼尾3毫米处画眼线

↓精心画出眼尾部分的眼线，眼尾的眼线要在下眼线的延长线稍上一些。描画方法与使用眼线笔同。

5. 从眼角开始向眼尾画眼线

↓沿着睫毛根部，从眼角向眼尾画眼线，贴合着眼线笔描画的痕迹画。切记线条向上微翘且稍长。

6. 强调描画眼尾部分的眼线

↓描画的眼线要细，而眼尾处的眼线略粗一些，会最大限度地使眼睛显得更大，让眼睛更有神。

7. 用棉棒晕开营造出自然效果

↓为了使描画方便，描画时要垂下眼睛，将眼线与肌肤之间的分界线用棉棒晕开，形成自然的阴影。

8. 在眼角的顶端描画眼线

↓在眼角的顶端画上眼线，且与眼尾的眼线相呼应，使眼睛看上去具有平衡感，令眼睛更加显大。

使用ITEM

←笔尖非常纤细，可紧贴睫毛根部描画的液体眼线笔。

推荐产品

↑营造华丽眼神的液体眼线笔。

→可以微妙地调整眼尾的液体眼线笔。

←色彩纯正的液体眼线笔。

←很适合初学者使用的液体眼线笔。

眼线Q&A

Q: 怎样防止眼线变花呢？

A: 双眼皮较窄的人应选择防油防汗型的眼线产品。

←具有防水防汗功效的眼线笔。

→令效果持久的液体眼线笔。

←防水，防油的专业型液体眼线笔。

Q: 如何修正眼线呢？

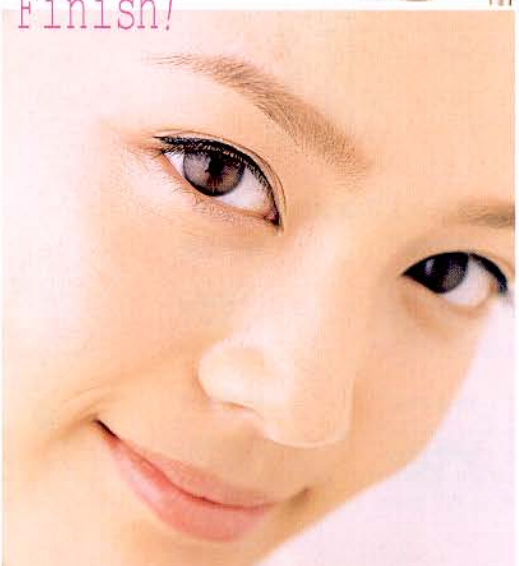
←用蘸过卸妆油的棉棒调整眼线，再用干棉棒吸收掉油分，防止眼线晕开。

↘两用棉棒，一头有卸妆油，另一头为干棉棒。

Q: 眼睛的粘膜是哪个位置？

↑眼睛的粘膜就是上下睫毛内侧的白的部分。在这里画黑眼线，会加深眼睛的印象。

Finish!



←强调了眼角与眼尾，使眼睛的轮廓更清晰，营造出成熟的味道。

Part 4 提升你的美目指数

MASCARA

睫毛膏会令眼睛更大更有神采，2004年流行的睫毛将锁定自然、清晰的风格，强调眼妆的平衡感。

使用ITEM

检查你的睫毛自然感与清晰度

从侧面看……

弓形曲线

↑简洁而浓密的睫毛，呈放射状散开的效果是新一季的时尚亮点。

4款必备的睫毛膏

●加长型睫毛膏

→加长型睫毛膏有使睫毛自然增长的效果。

●自然型睫毛膏

→自然型的睫毛膏避免产生睫毛结块、晕开的现象。

●迷你刷头睫毛膏

↑纤细的睫毛刷适合刷下睫毛。

●浓密型睫毛膏

←帮助睫毛从根部制造浓密的效果。

展示令人不满意的睫毛效果

睫毛僵硬

睫毛缺少弧度，使眼部看上去很僵硬。

过于浓密

上下睫毛涂得过多，弱化了眼部神采。

失去平衡

不涂抹下睫毛，使眼部失去平衡感。

睫毛缠结

睫毛膏涂得过多，使睫毛相互缠结。

1. 从睫毛根部开始夹睫毛

仰起头夹紧睫毛根部，分3个阶段塑造睫毛弧度。

睫毛夹上扬

→夹睫毛时不要过于用力，轻轻地夹即可。

2. 夹睫毛时夹紧睫毛中段

轻移睫毛夹，夹住睫毛中段，将肘部抬起即可。

3. 夹睫毛梢肘部轻轻上扬

收一点下颌，肘部抬高一点，将睫毛夹向睫毛梢轻轻移动。

4. 别忽视眼尾及眼角睫毛

使用迷你型睫毛夹轻柔地夹眼角及眼尾的短睫毛。

→适用于夹眼角和眼尾处睫毛的睫毛夹。

5. 然后再用手指整理睫毛

从侧面确认睫毛的形状，将睫毛整理成弓字的形状。

重点

NG

←眼睑中部的睫毛呈直角放射，遮住了双眼皮，减弱了眼部的神采。

6. 注意调整睫毛膏的用量

使用前在睫毛膏瓶口处抹掉多余的睫毛膏，制造自然清晰的睫毛。

7. 涂刷时从睫毛根部开始

分眼角、中部、眼尾3部分涂刷，睫毛刷要在根部停留3秒钟再离开。

8. 反手涂刷眼尾处的睫毛

涂右眼的眼尾睫毛时，要反手持睫毛刷才能刷出自然的睫毛。

9. 反手涂刷眼角处的睫毛

涂左眼的眼角处睫毛时，要反手持睫毛刷刷睫毛。

易忽视的地方

NG

←反手持睫毛刷刷睫毛可避免睫毛膏蹭在脸上。

10. 最后制造出分明的睫毛

可以利用小梳子梳开缠结在一起的睫毛，制造睫毛分明的效果。

→纤细的金属梳齿，令结块立刻消失。

凝神间释放眼部的冲击波

技巧

11. 在眼睑中部涂刷睫毛膏

刷浓密型睫毛膏的顺序分眼角、眼中和眼尾，在睫毛根停留3秒钟后呈扇形涂开。

NG ←重复涂抹睫毛梢会令睫毛有下垂感。

12. 从中部睫毛梢开始刷起

要用加长型睫毛膏的睫毛刷竖着刷眼角与眼尾的睫毛，并用睫毛梳梳开缠结的睫毛。

13. 重复涂抹增加纤长效果

使用迷你型睫毛膏从侧面开始涂刷睫毛，反复地涂刷可增加下睫毛的长度。

14. 增加下睫毛的浓密效果

使用浓密型的睫毛膏，竖着刷下睫毛，刷出睫毛的放射效果。

NG ←如果横向持睫毛膏涂刷，会很容易弄脏眼部的肌肤。

重点

15. 增加眼尾处睫毛的长度

使用加长型睫毛膏在眼尾处竖着刷，可轻易制造出眼部的深邃感。

↖晶莹的钻石吊链与柔和的白色针织衫组合，全情演绎可爱天使的主题。

“秋水”伊人
美食MENU

吃出一双如水双眸

对待自己的一双如水双眸，女孩们一向十分仔细，每日必用眼霜细心呵护。其实，除了使用这些“外用”的护眼方法，我们还可以通过日常的饮食来呵护调理自己的双眸，让你在不知不觉中就成为令人羡慕的“秋水”伊人哟！

策划&执行/雪兔　静物摄影/焦海泉（圣云风）　人物摄影/铃木希代江，内山功史　模特/神户阑子

从这里开始吧

越来越多的时尚美眉知道护眼的必要，几乎天天坚持使用功效不一的眼霜产品。在出现眼部浮肿、黑眼圈等现象时更是将其奉为解决眼部问题的首选之物。其实，在日常的饮食中，有很多食物也具有明目、消肿的功效果，经常食用，不仅会让你的眼部问题一去不复返，还会让你的双眸炯炯有神，配合使用眼霜，效果加倍哟！现在就跟我们来看看其中的奥秘吧！

特色茶饮
“滋润”双眼

三色茶——清肝明目

HOW TO DO

将菊花、蒲公英、茵陈按3:3:2的比例配好，用沸水冲泡约5分钟，或放在水中煮好即可。

POINT

●菊花能祛风清热，养肝明目。你可以在超市或商场买到，选择杭菊花比较好。

菊花

●蒲公英与茵陈是中草药，可在较大的中药店内买到。它们较细碎，如果想饮用方便，可用小包装好再放入杯中冲饮。

蒲公英

双花茶——清热明目

HOW TO DO

将菊花与金银花按1：1的比例放在茶杯中，冲入沸水即可饮用。如果觉得味道略苦的话，可以加入蜂蜜或冰糖。

POINT

●金银花属于草药，但在超市里也可以买到金银花茶。

●泡时可先冲半杯水，待金银花与菊花泡开后，再续水饮用。

金银花

“红”茶——降压明目

HOW TO DO

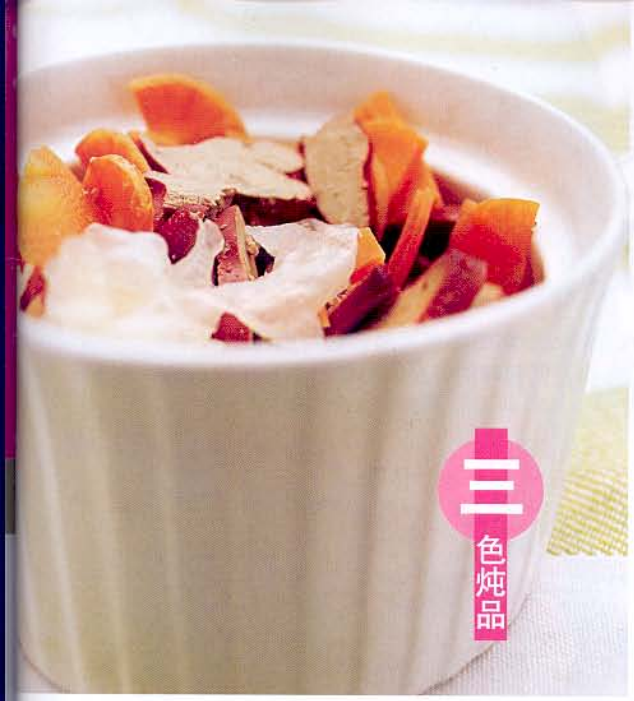
将枸杞子放入杯中用沸水冲泡，再加入冰糖即可。

POINT

●此茶含有丰富的维生素A与氨基酸，常饮不仅对双眼，对身体也很有好处。

●过度劳累导致双眼分泌物增加的人宜喝此茶，同时这种茶对有高血压的人也很有帮助。

枸杞子



小巧炖品 全面护眼

清炖三色——增强视力

HOW TO DO

①将鸡肝切成薄片，用姜末、淀粉、精盐拌匀。

②银耳用凉水泡发后，撕成小片。胡萝卜切成薄片。

③锅中放水或清汤，倒入鸡肝、银耳、胡萝卜，煮沸后去除浮沫后加入盐和料酒。待鸡肝熟后加入鸡精即可。

POINT

●动物肝脏对眼睛很有好处，如不喜欢鸡肝可以用猪肝等替代。也可用已经卤好的鸡肝来进行烹饪，这样会别有一番风味，更简单。

●胡萝卜富含维生素A，维生素E，能增强视力，起到明目的作用。平时，用植物油炒胡萝卜食用，也可以达到明目的功效呢！

精细素斋 舒缓双眼

滑蛋苦瓜——清心明目

HOW TO DO

①将苦瓜洗净，剖开去瓤后切成薄片。将鸡蛋加精盐打散。

②锅中放植物油，将苦瓜和打好的鸡蛋液一起倒入锅中翻炒，让鸡蛋裹住苦瓜片，加盐和鸡精即可。

POINT

●苦瓜含奎宁，蛋白质，脂肪，糖类及丰富的维生素C，维生素B_1，维生素B_2，钙，磷，铁等。它是非常好的去热，解乏，清心明目的食物哟！

●鸡蛋营养丰富，富含维生素A，维生素B_1等。将苦瓜与鸡蛋一起烹饪，就会“功效”大增，常吃对眼睛非常有利，可以减少眼病的产生。

美丽健康的双眸需要什么？

1 维生素A很重要

人如果缺乏维生素A，眼睛对黑暗环境的适应能力就会减退。维生素A还可以预防和治疗干眼病。现代人会长期对着电脑，眼睛会感到疲劳，所以适当摄入维生素A非常必要。含维生素A较多的是动物肝脏，奶，蛋类食物。

2 维生素C同样不能缺少

维生素C是组成眼球水晶体的成分之一。如果缺乏维生素C就容易令水晶体浑浊。新鲜蔬菜和水果中含维生素C较丰富，比如：黄瓜，菜花及梨。

3 蛋白质保证组织更新

蛋白质是组成细胞的主要成分，身体组织的修补与更新都需要蛋白质，所以，食用富含蛋白质的食物对眼睛绝对大有益处。瘦肉，鱼虾，豆类等，均含有丰富的蛋白质，你可要多吃哟！

4 钙缓解眼睛的紧张感

眼睛也需要补钙！这是因为钙具有消除眼睛紧张的作用。绿叶蔬菜，虾皮中含钙量比较丰富。

除了食物还可以这样护眼！

1 牛奶

买的鲜奶太多了？或者一次喝不了那么多的牛奶？好办。只要将牛奶用矿泉水稀释后，用化妆绵蘸取后敷在眼睛上10~15分钟，然后用清水洗净即可。

2 西红柿

熟透的西红柿食用起来味道不是太好，这时可以挖出西红柿的瓤，搅拌均匀后敷在眼睛上10分钟左右，然后洗去。这样，据说可以改善黑眼圈哟！

Q&A

让眼睛将美丽的光线一一传达

养出会说话的眼睛

眼部肌肤柔细而纤薄，容易干燥缺水，所以娇嫩的眼部需要你的特别呵护和保养。要想使眼睛时刻闪烁迷人的魅力，就来听听我们有关眼部保养的答疑解惑吧。别忘了我们的联系方式：taoling@rayli.net.cn

执行/花栗鼠　鸣谢/草本山泉SPA造型美学馆　整体造型师陈雪

Q 因为工作原因需要经常熬夜，眼睛下部一片青黑，所以很苦恼。我该怎么办呢？

A 熬夜可是美丽肌肤的大忌，优质的睡眠至少可以改变一半的现状。但要是天生的就麻烦一点，你可以尝试在晚上洗脸后做眼部护理。将眼部精华液倒在棉片上轻敷，然后用治疗黑眼圈的植物精油轻轻按摩眼部肌肤，加速眼部的血液循环，其效果会比按摩霜好很多哦。

Q 经常听人说习惯性地拔眉毛会导致眼部肌肤松弛且缺乏弹性，这是真的吗？

A 不会的！但需要注意：在拔眉毛的时候，不要过多拉扯眼部肌肤，造成眼部肌肤的疼痛或出血。另外，要经常清洁拔眉夹，保持工具的卫生。还是那句话：一定要注意日常的眼部肌肤保养。好看的眉毛会令你信心百倍，所以爱美的你要经常留意你的眉毛是否需要做修剪的工作了。

Q 睡眠很好，可是为什么起床后发现眼睛肿得像个桃子？

A 水分的滞留会导致眼部肿胀，抑或是睡眠不好或喝了酒，这些状况在年轻人当中比较常见。所以我们在喝水时要注意量和时段，不要喝得过猛或时间过晚。另外，晚上临睡前可以用眼部复活霜做按摩，帮助缓解劳累了一天的眼部肌肤。另外做些柔软性的辅助运动帮助加速循环代谢。

Q 每天都戴着隐形眼镜面对电脑，眼部时常感到酸涩，有办法解决吗？

A 戴眼镜和看电脑显示屏都会令我们的眼睛感觉不舒适，随时保持眼睛的水润和舒适状态是爱眼的不二法门。其次，工作当中时常站起来活动一下，如打开窗望望远处的景色，做做眼保健操缓解眼部的视疲劳。另外，平时注意多吃一些利于眼睛的食物：如羊肝、梨等。

Q 我的肌肤不化妆的时候还好，一化妆眼睛下部就暴露很多的干纹，怎么办呢？

A 薄薄的眼下肌肤容易流失水分，所以事先的保养工作就很重要：可以先用眼部精华液进行按摩，再用滋润保湿的眼膜敷眼，最后涂上眼霜。有条件的话要天天做眼部肌肤的保养。选择粉底液时，要选用具有保湿或调节功能的。涂抹时要注意：重点在脸颊部位，涂到眼部肌肤时轻轻带过就好了。

Q 我每天都用眼霜涂抹眼尾出现的小细纹，为什么效果不好？

A 眼角容易出现鱼尾纹，因此人们就认为这里的肌肤组织是最脆弱的。其实，眼部最早松弛老化的区域是眼睛下方，其次是上眼皮。因此只保养眼角是不够的。正确的方法应该在眼睛周围涂上眼霜，然后顺内眼角、上眼皮、眼尾、下眼皮做按摩，让肌肤完全吸收眼霜，并在相应的穴位加以按压。

活力约会派

健身时也要保持干净漂亮的形象，还是打保龄球吧。自然红润的面颊与健康主题的约会最相衬。

↑就像保龄球撞击的那一响，可爱的粉红色脸颊定会触及他心最温柔的一处。

可爱型女孩

恋爱妆容特点

无人工感，浅淡的妆容即使出汗也不会溶化得很明显。腮红要呈现由内而外透出粉红色的效果。

所用化妆品

↓让双唇得到光泽，欧莱雅润彩护唇蜜 39元。

↑含有珠光光泽，美宝莲霓彩膏状眼影四色01# 49元。

↑营造晶莹的粉唇，美宝莲果冻唇彩03# 29元。

←棕色更适合染发的女孩，欧莱雅立体构塑睫毛膏 89元。

→娇嫩的粉色吸引每个女孩，Dior Blush腮红 829# 320元。

↓笔心呈鸭嘴状的欧珀莱完美触觉眉笔BR610# 90元。

步骤

←涂腮红时在脸部正中画圆形，再用纸巾轻拍将腮红的颜色晕开。

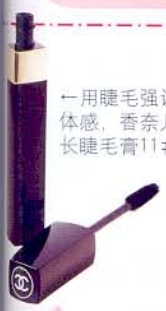
性感型女孩

恋爱妆容特点

立体感，淡化彩妆的色彩感，用明暗色度的对比和深色腮红体现健康肤色。

所用化妆品

←用睫毛强调眼部立体感，香奈儿卷翘纤长睫毛膏11# 270元。



←不会堵塞毛孔，欧莱雅轻盈自然胭脂粉 110元。

↑接近眉毛原生色调的欧珀莱完美触觉眉笔GY910# 90元。

←打理高光区的美宝莲旋彩滚珠眼影04# 25元。

↓塑造深邃眼窝，安娜苏魔彩眼影509# 195元。

←制造清冷的美感。YSL我的唇膏01# 新品未定价。

步骤

←选用比肤色略深的腮红，呈一字形横扫面颊，凸显健康的美感。

→成熟的气息，凝视的眼神，这一场保龄球大获“全中”的定然是女孩。

你看，你看，爱情的脸……

恋爱妆容索引

遇到了生命中的男孩，就和他分享生活中的每一次的快乐。无论你散发的气质是可爱还是性感，为了每时每刻的完美，为了每时每刻的爱情，我们要将自己每一个细节都武“妆”起来。

策划&执行/午睡　化妆&造型/高宁润(名家之人)　模特/于丹青、小黑　摄影/(人物)张浩(菲林制造)、(部分静物)阿伟(ja)　品牌鸣谢/欧莱雅、香奈儿、兰蔻、倩碧、欧珀莱、安娜苏、Dior、美宝莲、YSL、Za、娇兰、资生堂、珊妮、艾文莉

↑艳丽而清新的眼妆能带给他全新的印象。恋爱中的女孩一定要学会改换妆容哦。

可爱型女孩

恋爱妆容特点：

明朗清晰，以清新对比色眼妆突出单纯的目光。用彩妆的魅力吸引他的目光。

所用化妆品

←粉质有防止水分散失的作用。YSL双色眼影27# 320元。

↓纯正黑色令妆容更精致。安娜苏魔彩眼线笔001# 180元。

↑让脸颊呈现自然光泽和立体感，娇兰流金腮红285# 360元。

←还有淡淡樱桃味，倩碧colour surge lipstick唇膏17# 新品未定价。

↓令睫毛自然卷翘，资生堂新魅彩睫毛膏C5# 240元。

↑黄色眼影给人留下华丽印象。安娜苏魔彩眼影804# 195元。

↓常用的棕色眉笔要随身携带。美宝莲专美自然眉笔(棕) 19元。

↑增强唇部的透明感。兰蔻果汁唇蜜 180元。

步骤

←将眼影均匀地晕开，使眼妆更有层次感。

←将同色系眼影涂在下眼睑，代替下眼线。

PART 2 下午茶时分

爱情应该像午后的甜点一样，只带来轻松和快乐。品尝着手中的美味，用精心打扮的眼妆透露对幸福的憧憬。

所用化妆品

←蕴含Ceramide R滋养修护因子和天然纤维成分，令睫毛得到完美的润色与修饰，欧莱雅Expert睫毛膏 99元。

←使用率极高的膏状珠光眼影。安娜苏魔幻和绚眼影 195元。

→持久亮泽的珊妮欣泽唇彩蜜桃红色 70元。

→囊括了五种常用颜色，Dior五色眼影030# 520元。

→完美地融合于原生肤色，YSL圣罗兰调变胭脂 320元。

↓万用的黑色让双眼更为立体，圣罗兰眼线笔 170元。

←灰绿色为你创造独一无二的妆容。安娜苏魔彩眉笔500# 180元。

步骤

←先刷涂欧莱雅Expert睫毛膏的超增长型基础膏体。

←再使用深色膏体刷涂睫毛，强化睫毛的拉长效果。

性感型女孩

恋爱妆容特点

淡化唇妆，用略浓重的眼妆传达妩媚动人的气息。注意将睫毛打理出浓密效果。

→低下眉眼，睫毛在瞳孔上投下动人的阴影。有他的注视，午后的甜点更令人回味。

PART 2

浪漫午夜曲

有了他，便不再害怕迎面而来的黑夜，也不介意让自己更性感些。只有娇艳的唇部才能与晶莹的玻璃杯构成焦点。

可爱型女孩

恋爱妆容特点

成熟感，一改平时简单的可爱，柔润的双唇和唇峰处的高光是提升华丽感的关键。

所用化妆品

↑能最大限度拉长睫毛。香奈儿纤丽睫毛膏52# 270元。

↓瞬间提亮眼神，兰蔻单色炫彩眼影331# 195元。

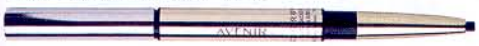
↑浅棕色眼影可是万能的，情碧高感度单色眼影09# 180元。

←华丽金色光泽。果冻唇彩（淡金色）29元。美宝莲

←不同角度呈现不同色彩。欧莱雅魅力炫彩液体唇膏43# 69元。

↑混合三种色调，使脸颊更立体。情碧柔妍迷彩胭脂02# 230元。

↓描画自如的鸭嘴形笔尖。艾文莉流畅眼线笔BR30# 90元。



双唇的光泽随着表情不断变化，让女孩的表情更为生动，将他的目光紧紧锁住。

步骤

①

←涂欧莱雅魅力炫彩液体唇膏时在唇部中央重复涂抹。

②

←最后在唇峰处涂抹美宝莲淡金色果冻唇彩。

↑只在唇妆多一点变化，就能多一些性感。双唇的每一个表情，均牵动着他的心思。

性感型女孩

恋爱妆容特点

为了制造朦胧感，最好全部用手指完成化妆。用光泽度好的艳丽唇彩，演绎出性感的女人味。

所用化妆品

↑粉色系眼影非常妩媚。美宝莲霓彩膏状眼影四色03# 69元。

↓发色较深就要选择灰色眉笔。美宝莲专美自然眉笔（灰）19元。

↑灰绿色眼线突出双眸原生神采。安娜苏魔彩眼线笔500# 180元。

→纯正的红色，集艳丽与华丽于一体。Dior魅惑唇彩851# 260元。

←璀璨的光泽吸引视线，美宝莲水晶3D星光唇膏07# 新品未定价。

←拥有极好的光泽感。美宝莲炫彩滚珠眼影01# 25元。

→有出色的防水功能。Za防水睫毛膏 68元。

步骤

①

←涂过口红，在唇部中央再涂一层Dior魅惑唇彩。

②

←用手指将唇彩抹出双唇残留色泽的效果。

化妆师
高宁润

1997年毕业于法国Makiaju Diploma学院。1997～2003年为韩国KBS、MBC等著名广播电台担当造型师及化妆师。曾经为安在旭、赵承穆、郑善静等韩国巨星担当造型师及化妆师。

名家之人美容院

名家之人美容院设有美发大厅、化妆室、美甲室、皮肤护理室，宽敞明亮的环境令每一位顾客都感到非常舒适。

这里以最高的技术，最先进的设备，最理想的空间，为潮流先锋打造出最时尚的BEAUTY新趋势。

地址：北京市朝阳区新源南路13号
邮编：100016
TEL：010-84489217/18

初级OL的
第一次宴会妆

初级OL必学彩妆技法

1月的时候，初级OL彩妆课堂教了大家如何画好眼妆。那么在2月，公司的年度大会，老同学聚会，情人节的约会……有那么多PARTY，初级OL要如何画一个得体又特别的宴会妆呢？我们请来了资深的化妆师，看我们如何将一个普通的初级OL变成一个优雅的宴会淑女吧！

策划&文/王萌稚　摄影/俞苗新　化妆/丁丁　读者模特/严妍　服装提供/艾格（上海淮海路太平洋百货）

小妍 21岁 职员

第一次参加公司的年度聚会，我就像一只惊慌的兔子，觉得自己在大家的衣香鬓影中，是那么格格不入，女同事们都画着得体的妆容，我却素面朝天。今天，我又要参加公司的联谊会了，请初级OL课堂帮帮我吧。

变身度98%

★ 化妆师技法大揭秘 ★

选择化妆品的技巧

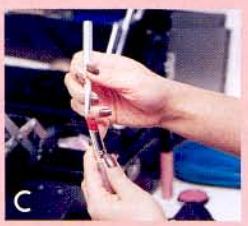
我们将这个妆容分为4大步骤：粉底、眼妆、唇妆和腮红。下面将由化妆师一步一步地把其中的选色技巧展示给大家。

A 粉底：

画宴会妆我推荐使用粉底液而不是粉饼。宴会妆的效果通常比日常妆浓，保持时间要长，所以均匀的粉底液才能让肌肤长久保持无瑕状态。如果只用粉饼，你就要常跑化妆间了。

B 眼妆：

在PARTY里闪烁的灯光下，带有珍珠亮粉的眼影最合适了，它能让双眼显得更加有神。你甚至还可以选择假睫毛来令双眼更妩媚闪烁。



C 唇妆：

放弃你的自然唇色吧，不带颜色的唇彩就跟没上妆一样，让你显得苍白，只要选择一枝颜色鲜艳又和衣服相配的唇膏，就不会出错。

D 腮红：

腮红的使用很简单，涂刷面积要大，沿着笑纹的部位涂。颜色要和唇膏的颜色相搭配。

★ 编辑急救室 ★

初级OL的第一次宴会妆

第一次去参加隆重的PARTY，怎样画一个漂亮的宴会妆呢？今天由资深的化妆师DIDO来教大家画宴会妆的技法。

此外，配合你隆重的宴会妆容，着装上也要下点功夫哟！比平时更有女性味的服装和首饰的点缀是必不可少的。第一次参加宴会，可以选择黑色的服装，就绝对不会出错了。

美容编辑 IDA

小妍的脸型诊断

化妆师 DIDO

"小妍的肌肤很好，五官清秀，而且轮廓分明。美中不足是脸庞有点大。所以我选择现在正在流行的复古妆。以浓烈的颜色来加深五官，她正是属于画了浓妆会很漂亮的那种人。'大脸美人'可以借鉴这种化妆技法。"

★ 化妆技法实战课 ★

STEP BY STEP

4个步骤，步步都是有技巧的哦！

粉底 BASE MAKE-UP

←1. 用量：取黄豆大小的量，分别点在脸颊两边、鼻、额头、下颌等5处，鼻梁和额头少用些，脸颊稍微多些。

←2. 手法：用指腹向外推，使粉底覆盖均匀。因为手指不会吸收粉底液，不会像用粉扑一样不均匀。推完之后注意补匀眼角、发际线、嘴角、鼻翼等处。

↑3. 定妆：化妆师都有最后用蜜粉的习惯，这称为定妆。这一步能让妆容更持久，肤色更晶莹。你也可以试用一下哦。

眼妆 EYE MAKE-UP

←1. 眼影：将深色眼影涂在眼窝上，再往眼尾上方慢慢轻扫，最后到眉骨下方，用亮色提亮。在内眼角处也可以加上亮色，令双眼更妩媚。

←2. 眉毛：一般来讲，用平头的眉刷更方便些。用眉刷蘸取褐色或是咖啡色的眉粉，沿着眉形加深颜色，补足眉梢不够的部分。

←3. 睫毛：这次选用了羽毛般向外发散的假睫毛，借鉴的是YSL的彩妆造型。如果你的睫毛天生浓密，只要用上一个睫毛夹和睫毛膏就好了。

唇妆 LIP MAKE-UP

↑很多品牌都在年底推出了配合新年气氛的唇膏。我们选用浓烈的中国红，配合透明带亮粉的唇彩，塑造了这个宴会妆容效果。唇的轮廓使用了唇刷勾勒出来，这样可以令线条更明显。

腮红 CHEEK MAKE-UP

↑刷上腮红除了气色好之外，脸部轮廓也更有立体感。刷的时候从黑眼珠下方开始，往鬓角方向刷，力道慢慢减轻。最后轻扫下颌。

★ 物超所值推荐单元 ★

非常实用的几款彩妆品推荐给大家，配合隆重的妆容，我们精选了

← 姓名：惊艳特长滋养睫毛膏
品牌：L'ORÉAL
价格：99元/12毫升
推荐理由：
少有的双重刷头，先滋养再加长，能够刷出无比浓密的效果，而且物美价廉。

姓名：银亮睫毛膏
品牌：AQUA
价格：75元/6克
推荐理由：
在刷完的睫毛上再刷一层闪亮的金色，特别配合隆重的气氛。

← 姓名：恒采恒润唇膏
品牌：AQUA
价格：105元/5克
推荐理由：
本款妆容的唇妆就是由它画出，纯正的红色很抢眼。

姓名：清爽粉底液 ↑
品牌：兰芝
价格：150元/35毫升
推荐理由：
轻薄的质地，令肌肤呈现缎子的光泽。

姓名：均衡粉底 →
品牌：CLINIQUE
价格：250元/30毫升
推荐理由：
控油又保湿，还不含油分，适合肌肤稍有点油的女孩。

姓名：天使之翼唇彩 →
品牌：Up2U
价格：69元/4克
推荐理由：
非常女孩子气的包装，同一盒中有4个颜色可以选择。

姓名：亮彩眼影 →
品牌：Za
价格：68元/1.5克
推荐理由：
小巧可爱，上色力强，适合画淡妆。

姓名：柔妍迷彩胭脂 →
品牌：CLINIQUE
价格：230元/7.6克
推荐理由：
具有3种色泽的粒子，涂在脸上立体感强。

欢迎你来参加

这个栏目欢迎广大初级OL来参加。你可以把照片寄到编辑部，每月我们将挑选真人出现在下期的课堂中；另外，你可以将遇到的彩妆困扰发E-MAIL给我们，我们将挑选有代表性的问题在这里一一解答。这12个月，我们美容编辑将伴随你的成长，一年后，丑小鸭也会变成白天鹅。

照片邮寄地址：上海西藏南路218号1505室《瑞丽服饰美容》初级OL课堂收 200021

热线邮箱：wangmengzhi@rayli.net.cn

共谱肌肤健康恋曲

一同摆脱亚健康的困扰

自从我在碧欧泉的推荐下用了Hydra-Detox深层净化系列之后，一直困扰着我的肌肤粗糙、脸色不好的状况就渐渐消失了。我知道，那是因为我的肌肤慢慢摆脱了亚健康状态，就连粗心的他都发现了，说最近我脸色很好。可是这么一说，我发现他的肌肤好像跟我以前一样粗糙，没关系，那就送他一份礼物吧！

策划&文/王萌稚 摄影/俞苗新 化妆/丁丁 模特/陈彦，陈键龙 服装提供/G.G 护肤品提供/碧欧泉

碧欧泉排毒专家

肌肤的亚健康状况，大都是因为糟糕的外界环境引起的。我们生活环境中的这些状况，都可能让你毛孔变得粗大，令肌肤晦暗。

肌肤亚健康公敌1 空气污染

对于户外活动量大的人来说，周围环境中越来越多的汽车尾气、灰尘等让空气中的重金属离子变得更多，它们直接沉积在肌肤上，令你的肌肤“中毒”。

肌肤亚健康公敌2 电脑辐射

面对电脑时，电脑辐射会造成你周围电磁场的紊乱，它会干扰细胞的正常新陈代谢速度。新陈代谢速度慢了，那肌肤的自我修复能力就会减弱。

肌肤亚健康公敌3 吸烟

吸烟是对肌肤最直接的伤害之一。当有毒的尼古丁进入身体，当然会干扰细胞的正常生理活动。此外还会让吸入二手烟的她，脸部肌肤直接吸收有害的分子。

小优：
用了Hydra-Detox深层净化系列和水元素激活精华露已经1个多月了，脸色变好是有目共睹的。肌肤变得细腻，红润透明感又回来了。

我的每日护肤功课

每天早晚，用我喜欢的Hydra-Detox系列洗脸、舒缓肌肤后，涂上水元素激活精华露，补充脸部微量元素，然后再用深层净化保湿霜和眼部深层净化露，每天它们将我的肌肤保护得妥妥贴贴。每周再做2次深层净化面膜来深层护理，摆脱肌肤亚健康必做的功课就完成了。

①深层净化洁肤霜 Hydra-Detox Cleaning Foam，235元/150毫升。
含有超细的去角质微粒，去除表皮老化角质。
②深层净化美容液Hydra-Detox Wipe-off Lotion，280元/125毫升。
在洁肤后使用，温和地拭去洗脸后残余的脏物，令肌肤柔软，舒缓，做好下一步润肤的准备。
③水元素激活精华露Source Therapie，490元/30毫升。
使用5秒后，肌肤马上变得柔软，5天后，肌肤明显恢复平衡，散发健康的光芒。
④深层净化保湿霜Hydra-Detox Daily Moisturizing Lotion，460元/50毫升。
中和排出肌肤的有毒物，并加强保湿效果。
⑤眼部深层净化露Hydra-Detox Yeux，350元/15毫升。
添加了保湿和去脂配方，可以消除眼袋和令眼部肌肤紧致。
⑥深层净化面膜Hydra-Detox Mask，280元/75毫升。
每周2次，每次10分钟，就相当于90分钟的美容院按摩哦。

小龙：
收到她送我的碧欧泉Homme护肤礼盒，心里很感动，这是我今年收到的最好的情人节礼物。

他的每日护肤功课

其实男孩子在生活中面对的压力不比我们少，他们的肌肤问题也需要关心。但他总觉得美容护肤是女孩子的事，不好意思去买保养品。那我就送他一套男士的深层净化系列，帮他解决他的肌肤亚健康问题，让他更加神采奕奕。

①碧欧泉男士眼部保湿精华露Hydra-Detox Yeux，295元/15毫升。
能够紧致眼周肌肤，充分缓解眼袋和黑眼圈的症状。
②碧欧泉男士保湿净化洁面乳Detoxifying Cleanser，185元/150毫升。
含有温和的洁净成分和AHA果酸精华，帮助去除脏东西和老化角质。
③碧欧泉男士保湿净化滋养液Detoxifying Moisturizer，300元/50毫升。
不油腻的啫喱质地，非常清爽，同时具有净化和滋润的双重功效，呈现肌肤的健康色泽。

情人节是浪漫的主题，只属于玫瑰的季节

那时那

策划&执行/陶玲 摄影/张皓（菲林制造·视觉设计室） 化妆/K.K
模特/田甜、张信哲 服装提供/AMBIENTE、ESPRIT 产品提供/欧珀莱

THE POWER OF NUANCE

清晨早早地就起床，呼吸一下清新的空气，开始为盼望已久的约会做准备。尝试浪漫的蓝色调彩妆，让我怎么看都动人。不知道我的他此时此刻在做什么呢？

9:00 眼妆的描画时刻

令心爱的他喜欢，我自有绝招。画眼影时先用细眼影棒将深色眼影沿睫毛根部涂抹，逐渐向上晕染至离睫毛根部约5毫米处。然后用浅色眼影涂抹上眼睑及眼尾的睫毛根部。

←欧珀莱多效调理眼影BL310，115元。柔润的粉末可以紧密贴合眼部肌肤，创造清澈洁净的色彩。

9:30 唇妆的描画时刻

将唇部修整为丰满的效果就要在描画上下功夫。由唇峰向唇角平缓地扩大描画（扩大约2毫米之内的程度为自然）。下唇也扩大描画。唇膏完全涂抹后，将唇彩点在唇部的中央，使唇具有立体感。

←欧珀莱多效保湿唇膏BE310，120元。具有高保湿、促进血液循环，持续保持莹润的上妆效果。

10:10 甲色的描画时刻

涂刷底油后涂甲油，从甲片中间的根部涂，再涂两侧的甲色。待甲油干后，可以涂刷第二遍，令色彩更加持久。大约10分钟，表面的甲油就会变干了，但表面甲油底下各层甲油还未全部干透，所以此时要防止刮蹭。

←欧珀莱完美指甲油SV115，55元。速干，具有持续的光泽感。银色的甲色搭配银色礼服令整体色彩谐调统一。

全新的欧珀莱红色风暴

倡导女性的『自信与自尊』，同时又不失『柔韧和娇美』

刻的爱情

幸福是一刹那的感觉，就像夜晚悄悄绽放的檀香令人迷醉。幸福是一种空气，让相互爱恋的人呼吸得到对方的气息！

THE POWER OF NUANCE

即使她不在我的身边，我却依然能够感受到她的气息。情人节的早晨我特意比平时早起一些，因为我知道，我的她肯定在为我而精心准备着呢！

俊士不忘对男人的宠爱

重视男人每分每秒的生活
细节就是俊士的风采

9:40

香水的使用时刻

男人也应该有属于自己的味道，我一直都钟情于具有力量感的香味。柔和爽快感的俊士喷雾，让人感觉清新宜人。

←俊士淡香喷雾，150元。初调中使用了无花果，腰果等新型香味，展现个性与知性。

9:30

护唇膏的使用时刻

我的唇部肌肤容易干燥，所以我经常随身带上这件护唇的小物。在干燥的时候，给予唇部及时的滋润感。

←俊士修护唇膏，80元。柔软的使用感，易与唇部肌肤融合，不油腻。

10:00

摩丝的使用时刻

想要整日保持出色的发型，我当然是选择整发摩丝。它令发型自然持久，并伴有淡雅的花木香，让我一天都拥有好的心情。

←俊士整发摩丝，70元。防止头发硬化和蓬乱，赋予头发自然的光泽并保持疏松的感觉。

Happy Heart & Happy Lip
来自心灵深处的愉悦

来自心灵深处的愉悦才是不可抗拒的。现在，你又有了一个快乐的理由，它让你每天一出门就开始浸浴在令人愉悦的芳香中，好的心情持续一整天，那就是Clinique Happy Heart。同时，在2月多姿多彩的生活里，你的嘴唇也有了一个美丽的借口——Color Surge Lipstick，在这款独特唇膏的装扮下，相信你的嘴唇一定会Feel Happy！

策划&文/王萌稚 摄影/俞苗新
化妆/丁丁 模特/胥力文 美容品提供/倩碧

Happy Heart New Feeling
香氛带来的心灵愉悦

Clinique Happy Heart 上市背景

在推出了深受好评的Clinique Happy香水之后，Clinique又带来了同样迷人的Happy Heart，它散发着更诱人的芳香，将于2004年2月来到我们的身边，给你我的心灵带来更纯粹的快乐！

深受好评

↑倩碧Happy Heart香水

身临其境的放松

闭上眼睛，光着双脚的我正漫步在美国亚拉巴马辽阔的大农场上，空气里飘荡的都是樱草、风信子的芳香，我快活得像在空中飞翔的风筝一般……睁开眼睛，原来我还端坐在公司的电脑前。没关系，就这样短短一分钟的时间，心灵又有了久违的Happy感觉，这可是我减压的秘密武器呀！

无邪天真的感性

会被Clinique Happy Heart吸引的女性是心灵纯净、天真性感的，就像广告中高高跃起的卷发女孩，喜欢农场的草地胜过于都市的柏油马路，喜欢一盆樱草胜于红色的玫瑰。当你喜欢上Clinique Happy Heart极简单的设计时，你就会喜欢她带有无邪性感的香味。

心灵深处的愉悦

比起我深爱已久的Clinique Happy，Clinique Happy Heart再一次让我从心灵深处发掘到了久违的轻松和愉悦。它纯为植物的香氛，带有水果和花香的甜蜜，干净而纯洁，是双鱼座的我的最爱。

Happy Heart New Smelling 令人心旷神怡的香氛

清爽的花香前调，淡淡的檀香后调，全是纯自然的气息

←倩碧Happy Heart香水，就像它的名字一样，会带来心灵的愉悦。

简约即是隽永 视觉初体验

简单也就是美丽。Clinique Happy，它的瓶身不是最耀眼的，但它是陪伴我最久的。新的Clinique Happy Heart，继承了Clinique Happy简单的直线条瓶身设计，但颜色变成了更加甜蜜的铜红色。我想，它也会跟着我见证今后的心路历程。

甜蜜的心之旅 嗅觉初体验

打开瓶盖，轻轻地按下喷嘴，体验Clinique Happy Heart香氛的过程就好像是体验一趟甜蜜的心灵之旅。它的前调弥漫着大地上星星点点绽放的樱草花香，中调是柠檬树的清新，最后是檀香木传达出的浓情蜜意，这时的愉悦之情发自内心，难以忘怀。

既浓又薄，覆盖力极好，脱皮的小状况都不见了

↑倩碧丰盈润泽唇膏Color Surge Lipstick，能完全遮盖住唇部的瑕疵，非常亮眼，更有适度的滋润，令你不会有厚重不透气的感觉。

Happy Lip 双唇受到美丽的眷顾

饱满的双唇 妆容Point

在即将到来的情人节里，浓淡适宜的紫色双眸和粉色嘴唇，塑造了一个温柔的精灵，滋润饱满的粉色双唇，成为人们视线所在。

轻松的涂抹感 试用初体验

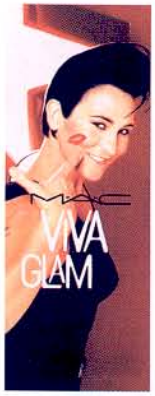
涂抹非常轻松顺滑，很容易上色，薄薄的一层就能拥有浓烈的效果，不需要涂很多遍，感觉就非常滋润。

NEWS OF THE NEW BEAUTY ②

露华浓的唇膏新明星 深层凝润唇膏隆重登场

2004年1月，露华浓隆重推出露华浓彩妆世家的新成员——露华浓深层凝润唇膏（REVLON MOISTUROUS LIPCOLOR）。她采用突破性的滋润配方为樱唇瞬间提供100%的滋润，给你令人难以置信的顺滑柔软而又轻若无物的唇间触感。双唇自在地展现轻盈柔润，不必再担心传统蜡质唇膏油脂般的厚重时刻压迫着双唇了。真正凝聚水漾般丰润光泽，体验无限轻盈。

M.A.C专业彩妆技术在中国时尚舞台首次亮相



每年，M.A.C技术最高超的专业彩妆师都会被世界顶尖的服装设计师邀请，去创作独特的妆容，为其最新发布的时装添彩。今年，6位M.A.C PRO TEAM的彩妆师从欧洲的T台直接赶到了2003年上海时装周。这些来自澳大利亚、日本、新加坡、台湾和泰国的顶级彩妆师在每天的时装秀后台进行彩妆艺术创作。以风情万种的上海外滩为背景，即将上市的春夏时装为灵感，M.A.C PRO TEAM创造出了今年春夏最流行的妆容。

欧莱雅增长滋养型睫毛膏 令睫毛显著增长

欧莱雅增长滋养型睫毛膏特有双重刷头，只需轻松两个步骤，即可获得惊艳美睫效果：睫毛深度滋养，更显著增长60%！DOUBLE EXTENSION惊艳特长滋养睫毛膏是巴黎欧莱雅第一枝增长滋养型睫毛膏，它蕴含CERAMIDE R滋养修护因子和天然纤维成分，包装设计高雅并富有现代感，堪称睫毛膏科技的结晶！两个上妆步骤有效滋养，增长睫毛，令你的睫毛得以实现最为完美的润色与修饰。

留住青春的秘诀 羽西怡香驻颜系列全新上市

羽西全新的怡香驻颜系列在配方中整合磁石、芙蓉和维生素复合元素，专利AMCS技术首度将磁石疗法（即高科技润肤磁石微粒）引入护肤品领域，高科技的润肤磁石微粒在肌肤表层形成磁场，促进血液微循环，从而加速细胞间物质交换，活化细胞；特有的

维生素复合元素有效抵御外部有害环境对皮肤的影响；芙蓉具有抗氧化作用，预防肌肤老化现象产生。高科技实现三重功效，为肌肤注入的能量是抵抗外界诱发皱纹的因素。

见证美丽—— “柔依”羊胎素口服液

第53届MISS WORLD世界小姐大赛已在三亚落下帷幕。作为世界小姐大赛赞助商之一的“和黄健宝”保健品有限公司特别为这次大赛赞助了女性保健产品——“柔依”羊

胎素口服液。“和黄健宝”在大赛期间特别举办了全国性抽奖活动，6位幸运儿被“和黄健宝”公司邀请亲临三亚享受海南三日游并观看本次决赛。6位幸运儿都是服用“柔依”一年以上的消费者，对产品相当信赖，并表示非常感谢“和黄健宝”公司给她们这样难得的机会亲临大赛现场观看比赛。

DLAY玉兰油 多效修护新装全面升级

OLAY玉兰油多效修护系列：全面升级，全新惊喜

近日，全球著名护肤品牌OLAY玉兰油在美丽的厦门全面升级其以“抵抗七重岁月痕迹”和专利抗老化成分维生素，而成功推广三年之久的TOTAL EFFECTS多效修护系列，全线产品以新装面世。同时OLAY玉兰油多效修护系列的新成员——毛孔细致精华再度成为中国女性完美肌肤的视线焦点。在4周内收细毛孔，淡化色斑，平滑紧致肌肤。

安婷面膜—— 安全经济的护肤之道

经历夏秋之后，肌肤黯沉，干燥，脱皮……肌肤这时有了许多问题。修复和重拾肌肤美丽刻不容缓。面膜成为护肤首选，它能为肌肤输送密集的营养，其快速的改善能力非一般护肤品能及。安婷面膜，为你提供安全经济的护肤之道：其科学配方赋予肌肤丰富营养，同时兼顾补水美白，令寒冬肌肤水嫩晶莹；天然材质保证美白成分最大限度被吸收，美肤功效经济又迅速。

自然秀发 随心快乐 伊卡璐推出全新草本精华系列产品

身处都市中，我们总在渴望一种魔力：它能让自己瞬间融入花的海洋，身心尽情释放；让自己看到清冽纯净的泉水，感受花香的跃动；身临悠悠的大自然中，自由呼吸，无忧无虑。全新的伊卡璐草本精华能让你梦想成真！每个女人都会爱上这种愉快的洗发体验：活力、自然、神清气爽。全新的伊卡璐蕴含玫瑰，茉莉，蝴蝶花等十几种天然草本植物的精华，让洗发不再是每天的例行公事，而成为前所未有的快乐体验。

冰雪神韵， 卡诗美丽秀发梦幻展现

巴黎卡诗，1964年诞生于巴黎，是世界高档专业护发品牌，其所有产品体现了欧莱雅集团尖端科技成果，针对各种头发及头皮问题：干枯，受损，脆弱，头皮敏感，头皮屑，脱发等。为爱美人士担当护发使者，提供专业的精心呵护。巴黎卡诗创导的独特美发理念，在专业顾问发廊通过美发师的特殊专业服务，配合卡诗高品质产品，提供极具个性化的服务。

Twins 与colour zone 共跳青春舞

香港人气超旺的Twins组合于2003年11月，成为国内彩妆知名品牌“colour zone色彩地带”的形象代言人，携手colour zone共跳青春时尚舞，撰写了彩妆界的一段佳话！

“colour zone色彩地带”——以产品色彩丰富，质量一流，服务一流而闻名国内外。产品囊括了眼影，唇彩，粉底，甲油及护肤系列等，并不断推陈出新。“colour zone”不单只是装饰你的脸，更想提倡的是一种生活态度——时尚，美丽，创新。

妮维雅® 凝水保湿霜 24小时肌肤水动力

妮维雅®凝水保湿霜，独有Aquaspheres注册保湿因子，通过liposoma1将丝氨酸、甘氨酸、丙氨酸和多种保湿成分源源不断地输送到肌肤深层，提高细胞自身保湿能

力，给肌肤24小时滋润水动力；再以集合了多种珍贵保湿成分的生物糖胶，在肌肤表层形成天然凝水屏障，妮维雅®凝水保湿霜含有丰富矿物精华、维生素E和紫外线隔离成分，防止各种原因的肌肤老化，保持自然亮泽。

色彩地带

colour zone

享受色彩 自有主张

阿娇使用：眼影—蓝极光眼影 9# 10# 唇彩—果汁唇蜜 4# 脸部—太阳花彩粉 1#　阿 sa 使用：眼影—太阳花彩粉 8# 唇彩—果汁唇蜜 2# 脸部—胭脂 7#

服务热线 :(0756)8876457 8890859　传真 :(0756)8876441　http://www.colourzone.qyj.cn

“发”动爱情

让秀发代言，呼唤新一季的恋情！

新一季，我们与宫村先生一起去体验可爱的圆润造型，让我们在恋爱的起跑线宠爱的那一刻！

摄影/HRK 造型/渡邊惠子(KIND) 摄影助理/深谷義宣(aura)

由宫村先生所创造的发型可是模特们最为关注的哟！

新一季恋爱就要“发”掘新恋爱主张

这次发的爱情主张为：圆润感和柔和感。通过脸周柔软的发卷，来散发可爱与成熟混合的味道。从旁观者的角度看，我似乎可以感受到来自发的爱情力量。

你找到适合自己的发型了吗？

我的发型要有自己的个性，如同一件极贴身的衣服，能让自己的心情跟着放轻松。

看似可爱的刘海造型可是经过精心修剪的

卷发总是可爱女生的最爱，卷卷的长卷与适度的卷刘海让爱情轻易来到你的身边。

用圆润的造型与柔软的卷发俘获他的心

发散着女人的温柔，在充满着生机的季节，呼唤爱的到来！可爱的卷发带着轻盈的动感，怎能不吸引他的目光。

成熟与可爱，哪个都想要

你可以是成熟的，也可以是可爱的。总之，美丽让你有随意炫耀的资本。

让发色与甲色为爱证言

发色与甲色泄露了你的爱情秘密，就让大家一同分享爱的喜悦心情吧！

打造充满光泽感的秀发

只有给秀发充足的养分，它才会为你制造出众的美人光泽。

让秀发为爱情加分！

你相信吗？发型可以左右人的印象。为爱美的你挑选一款可爱的发型，打出新一季的爱情全垒打吧！

起跑

爱情的滋味：浪漫的卷发、
上做好准备，随时迎接被

爱情味道的基础制造

Hair Style 发型刷新

★★刘海的制造
圆润的刘海造型轻松制造可爱新形象。

★★卷发的制造
调整内卷的发量，发量多会显得成熟。

★★可爱造型指导
在半湿状态下将发梢向内卷，并用发蜡制造出束感。

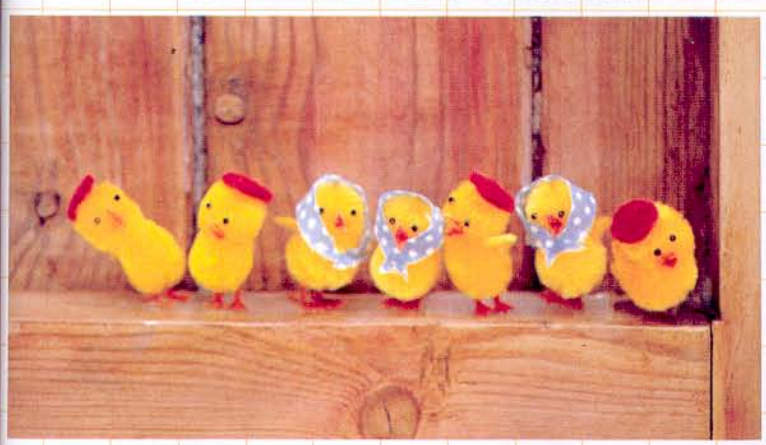
HAIR STYLE 1

美人都有自己的爱情大魔咒，可爱的新发型就是我的爱情魔咒！

刘海呈现出纵向的流畅感，搭配圆润的整体造型，让可爱与成熟的味道任意切换。相信他一定可以感受到你的新变化。

★★HAIR DATA

硬	普	软
多	普	少
直发		稍卷



听听摄影师的感觉

我很喜欢模特的新形象，给人焕然一新的感觉。

改变发型后心情仿佛也变了

随着发型的转变，心情仿佛也开始有所不同了，也许新的恋情即将开始。

玉木千寻，1982年11月28日生于东京。曾出演过电视连续剧和广告，是宫村先生的朋友。

HAIR STYLE 2

甜甜味道的卷发充满浪漫的糖果气息

大波浪卷与流线造型，将可爱与性感一同传递出来。旧式的大卷早已过时，可爱型的卷发主张发应保持流畅性，与脸型能够完美结合。

★HAIR DATA

硬 普 软

多 普 少 直发 稍卷

感受爱情卷发的快乐声音

相信美丽的发型会帮我赢得爱情的胜利，现在就开始为幸福而努力吧！

体验发的平衡感

发的轻盈感觉源于适当的修剪，保持发的平衡感，让你很难感受到发的厚重。

★★刘海的制造

制造出刘海上部的丰盈感是此款发型的重点。

★★卷发的制造

将发的中段卷出可爱的发卷，发梢保持自然的流畅感。

★★可爱造型指导

让亮发营养水帮你打理出流畅的动感造型。

听听美容师的感觉

在我的心中，女孩子就仿佛是月亮，有时是弯弯的月牙，有时又是十五的满月。作为美容师，我希望可以创作出如可爱的月亮般迷人的造型。

喜欢在清晨时分
看到你的笑脸

可爱的发型与迷人的笑容相伴，你的美丽如花绽放！

凝神的那一刻，
感受到你的可爱气息

将一缕头发划在耳前，其余的头发自然遮盖住耳朵，扮演可爱的小鹿斑比。

HAIR STYLE 3

侧面发将圆润感的整体造型拉长，增加发的轻盈动感

这款可爱的中发造型将侧面的头发加以划分，为整体的发型增加纵长的感觉。羽毛般的卷发好似飘浮的空气，轻盈而温柔。

★★HAIR DATA

硬 普 软

多 普 少 直发 稍卷

★★刘海的制造

长刘海与侧面发制造出可爱的圆发造型。

★★卷发的制造

圆锥卷与普通卷相结合，制造发的节奏感。

与自己的对话

发型也有自己的性格态度，我希望自己的发型能够表达出我的心中所想。

将长发剪短，踏上
释放心灵的旅途

可爱的中发在这一季受到关注，勇于尝试的美人不妨一试哟！

撒哈拉综合征

秀发受损指数：★★★
代表地域：北京、天津、河北、广大西北地区

听听发的声音

"在梳理发梢时，听到头发折断时轻微的声响，有时看着梳子上的断发毫无办法，心里又紧张又心疼。头发一干燥，恼人的静电甩也甩不掉。"

小黑

我要改变：改变干枯的状态，让秀发闪现水润顺滑的光彩。

戴帽综合征

秀发受损指数
发根：★★ 发梢：★★★
代表地域：上海、华东地区

听听发的声音

"头发在湿冷的风中很容易相互摩擦，产生纠结，变得越来越毛糙卷曲，所以我经常在室外戴帽子，虽然保暖，但发根部却显得油腻扁塌，头屑比其他任何季节都多。"

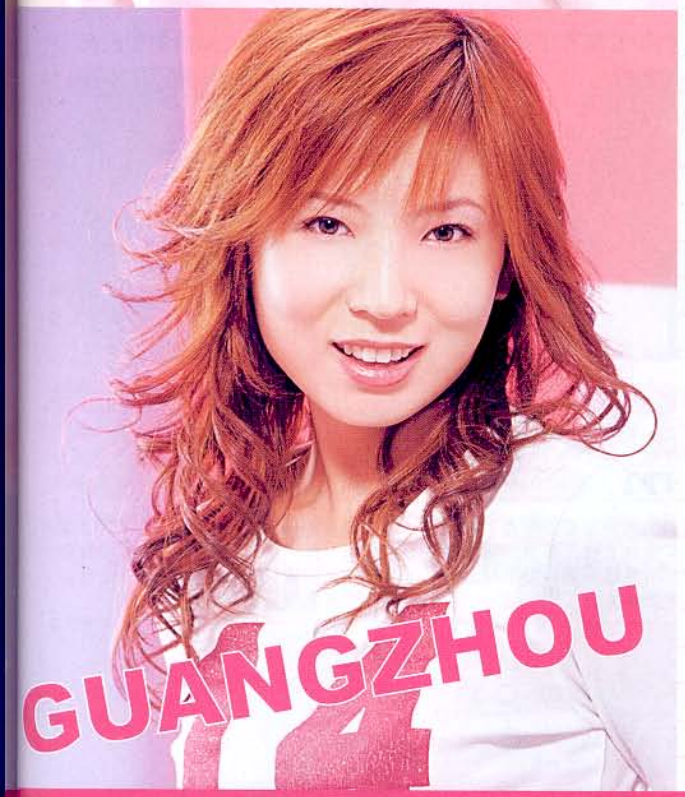
悦悦

我要改变：我要秀发保持清爽而蓬松的状态，所以拒绝油腻和服帖。

早春的护发主张，

北京 成都 上海 广州 四地美女

早春的气候使头发的水分和油分容易蒸发，头发极易变得脆弱。然而不同地域的早春气候特征，究竟会对头发造成怎样的影响呢？探访四地美女的秀发表情，定做一套秀发的修护方案，帮助你重新拥有健康美丽的秀发。



忧郁综合征

秀发受损指数：★★

代表地域：成都、重庆等西南地区

雪琼

我要改变：毫无动感的秀发给人晦暗的印象，所以渴望秀发回复生机。

听听发的声音

“我的头发在这个季节似乎总有点闷闷不乐，没有柔顺亮丽的健康光泽，原本乌黑的发色，也变得阴郁黯淡。头发没有生气，扁塌无力。”

紫外线综合征

秀发受损指数：★★★

代表地域：广州、广西、海南等南方地区

珊珊

我要改变：健康的发色让人感觉充满活力，所以要尽快解决头发的枯黄问题。

听听发的声音

“这个季节的广州虽然相对温暖，但我的头发还是显得枯黄黯淡，而且头发表面容易毛糙，没有柔顺感，发质也变得脆弱易断。”

提升你的风情指数

的护发方案

SHANGHAI
BEIJING
CHENGDU
GUANGZHOU

策划&执行/花栗鼠 摄影/张皓（菲林制造 视觉设计室）化妆/刘旭 插图/张雯 模特/闵悦，小黑（瑞丽专属），王珊，曾雪琼 资料鸣谢/潘婷，宝洁公司美容护发专家何海云博士，爱德曼国际公关（中国）有限公司 产品提供/潘婷，威娜，安利，欧莱雅，海飞丝，菲婷资生堂，沙宣，伊卡露，黑人头（由北京屈臣氏东方店提供）发型鸣谢/北京发都造型城 010-64058969

PLAN 1

给患撒哈拉综合征的北京女孩

秀发的补水方案

秀发水润，莹莹地亮

干燥的环境、低温、寒风都会带走头发的水分，使发质变干、变脆，甚至分叉断裂。所以你应该提早为秀发灌注水分，让水润的秀发与大自然共享早春的清爽气息。

撒哈拉综合征的解析

探究气候“病因”

- 北方的室外气温较低，但由于屋内有暖气供应，所以头发每天要受到气温骤变的影响。头发长期承受一冷一热的温差，使头发“缺水”的情况愈加严重。
- 干燥、脆弱的头发，很容易因为起静电而相互纠结，变得难以打理，更会在梳理、造型的过程中频繁产生断裂。

想要成为：水润秀发美人

秀发水水的，轻柔中绽放早春亮点。

方案1 检查你的日常护发细节

在日常的护发细节中拯救干枯的秀发，不要让水分轻易溜走。

梳头力度

←梳发时用力要轻柔，切忌用力拉扯，对于特别难梳理的头发，可以先喷一些顺发精华素。

修剪发丝

←定期修剪可避免分叉，使发丝保持健康亮泽，同时还可刺激毛发细胞的新陈代谢。

方案2 开始秀发的水润假期

定期做头部的按摩，给你的秀发放个假。

指梳头发

↑以十指指端从前发际起，经头顶向后发际推进。反复操作20～40次。

提拉头发

↑抓满头发，轻轻用力向上提拉，全部头发都被提拉1次，用时2～3分钟。

干洗头发

↑用两手手指摩擦整个头部的头发，如洗头状，2～3分钟。

拍打头皮

↑轻轻拍打整个头部的头皮1～2分钟。将以上按摩法每日早晚各做1次。

日常护发链接

梳理头发可是有法可依的，不容忽视。

POINT1 梳理方向

头发梳理的方向与头皮垂直，头顶和头后部的头发向上梳，两侧的头发向左右两边梳。不易梳开的头发不可从发根硬梳，以免损伤头发。

POINT2 梳理方法

用发刷梳头要接触到头皮，以回旋方式向上推，这样梳出来的头发才会富有弹性。如果只梳头发的表面，反而会将头发上的灰尘梳到头发里面去。

想要水润秀发，你一定要有这些：

1. 伊卡璐深层滋润润发乳 29.9元/355毫升。
2. 伊卡璐深层滋润洗发露 29.9元/355毫升。
3. 威娜太阳花润泽香波，专业发廊有售。
4. 威娜太阳花润泽护发素，专业发廊有售。

护发专家强力推荐单元

强力锁水效果

→含修护受损成分及锁水效果，菲婷资生堂AQUAIR水之密语深层保湿配方洗发露 34元/200毫升。

专业PPT成分

←PPT多肽水养因子，流动渗透至发丝内部，沙宣深层水养润发精华露 21.8元/200毫升。

给患戴帽综合征的上海女孩

PLAN2

秀发的清爽方案

清清爽爽，缤纷登场

头发油油地贴着脸颊，早已不见往日的飘逸动感，就像被霜打过的玫瑰垂头羞于见人。想让秀发重回清爽的状态，就快快加入早春时节的护发必修课吧！

戴帽综合征的解析

探究气候“病因”

- 上海美眉行走在外，围巾、帽子自然无法离身，而且由于江南的室内没有暖气，往往更增加了头发受伤的危险指数。
- 被帽子长时间遮盖的头发根部，容易油腻扁塌，滋生更多头屑。一旦把帽子脱掉，帽子摩擦干燥的头发，再加上室内空调，使头发散失更多水分，产生静电的几率非常高。

想要成为：清爽秀发美人

秀发在随风飘动中点化出无限魅惑。

方案1 开始你的正确洗发流程

正确的洗发流程，让清爽的秀发即刻闪现。

洗前梳头

↑洗头前头发是乱的，那洗后就会更乱。所以，洗前要先梳头使头发通顺。

清洗头发

↑从顶部弄湿头发，让水顺头发流下。然后使用洗发产品，清洗时最好冲淋。

搓干头发

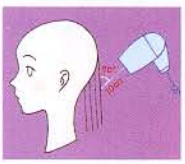
↑使用2条毛巾，第1条用于吸去大部分的水，第2条将头发擦干。

用吹风机

←小心地将头发吹干，缓缓开始，吹干水分。

日常护发链接

吹风也是有技巧的。过热地吹风甚至会将头发烧焦呢！



POINT1

吹风时，吹风机口离头发至少应保持10厘米的距离，以免烫伤头发。而吹风机与头发形成的角度应为70度，吹发时间不宜过长。

POINT2

过长时间地、频繁地吹风会使头发的含水量低于10%。那样，头发就会变得脆弱易断；过热地吹风也会将头发烧焦。

方案2 秀发清清爽爽的魔法

在周末给秀发一个体贴的照顾，实现秀发的清爽梦想。

毛巾包裹

←用一个蛋黄，一小杯白兰地混合均匀，涂擦于头发上，一刻钟后用热毛巾包住头发，并套上塑料帽。

清洗头发

←数分钟后取下塑料帽和毛巾，洗净头发，最后再用稀释的果酸把头发冲洗一次。每周两次。

想要清爽秀发，你一定要有这些：

1. 欧莱雅专家洗护系列深度修护洗发水，专业发廊有售。
2. 潘婷丝质顺滑洗发露 15.9元/200毫升。
3. 潘婷丝质顺滑润发精华素 17.9元/200毫升。
4. 欧莱雅专家洗护系列深度修护护发露，专业发廊有售。

护发专家强力推荐单元

摆脱粘腻感

→使原来过于服帖而缺乏生气的头发显得更有层次。潘婷弹性丰盈洗发露 15.9元/200毫升。

防止秀发毛糙

←突破性免洗配方让秀发全天保持顺滑。潘婷防毛燥免洗润发露 19.9元/200毫升。

PLAN 3

给患忧郁综合征的成都女孩

秀发的活力方案

随风舞动，释放活力

也许是日常的护发方法错误，使头发像干草般干涩，缺乏弹性。还能实现回复活力秀发的梦想吗？我渴望改变，让秀发在万物复苏的时节得到新生的力量。

忧郁综合征的解析

探究气候“病因”

- 较低的气温，较高的空气湿度，使成都、重庆显得尤其阴冷。而且由于地处盆地，阴雨天气连绵不绝，头发因为缺少阳光的眷顾，显得色泽黯淡，毫无神采，就连心情也会变得闷闷不乐。
- 阴冷的环境下，不恰当地频繁使用吹风机吹干湿发，也容易使头发失去水分而变得干枯。

想要成为：活力秀发美人

让秀发有活力四射、随心跳跃的理由。

方案1 治疗你的护发空洞

一点一滴改正你的护发方法，避免走进护发雷区。

梳理发根

←将头发朝上拉直，用梳子在发根上方离头皮两厘米处从上往下，轻梳发丝。

吹理头发

←定型时，将头发向上撩起，把吹风机口对准发根部分吹，以使头发向上竖起。

方案2 秀发需要深呼吸

要给秀发最好的保护，就要讲究护发之道。

洗发护发

↑洗发时选择碱性低的洗发水洗发，然后用护发素加以养护。

定期焗油

↑每隔1个月最好对头发做1次护理，将焗油膏均匀地涂抹在头发上。

烫染分开

↑烫发，染发最好不要同时进行，因为烫发剂和染发剂的化学成分具有双重伤害。

时间间隔

↑2次烫发时间间隔半个月以上；首次烫发的人，第2次烫发的时间间隔半年以上。

日常护发链接

通过按摩促进血液循环，改善头发的营养代谢。

POINT1 按摩力度

油性发质按摩时手法应轻柔一些；干性发质按摩时应较有力度些。

POINT2 按摩方式

从颈部以圆圈方式按摩至前额，然后过发际。每周至少按摩1～2次。

想要活力秀发，你一定要有这些：

1. 黑人头发尾防护素 110元/100毫升。
2. 菲婷资生堂AQUAIR水之密语深层保湿配方日用头发柔顺精华液 45元/220毫升。
3. 安利丝婷深层修护润发乳 120元/240克。

护发专家强力推荐单元

专家级焗油的护理

←能提供滋润保湿的焗油护理，令秀发柔软亮泽，丝丝顺滑。沙宣焗油去屑洗发露 23.2元/200毫升。

强效的渗透力

←对毛发的渗透力强，有效修复干涩发硬的发梢，令翌日清晨秀发重现亮丽质感。菲婷资生堂AQUAIR水之密语深层保湿配方夜用养发护理精华素 47元/120克。

给患紫外线综合征的广州女孩

PLANA

秀发的光泽方案

健康亮泽，缤纷地来

过多受到紫外线的伤害或洗发产品使用过量，都会使头发中的黑色素遭到破坏，导致秀发的颜色黯淡。所以现在就让正确的护发方案帮你把秀发从倦怠中拯救回来吧！

紫外线综合征的解析

探究气候“病因”

- 早春是进行户外运动的黄金季节。这一时节的紫外线指数依然很高，可以穿透到头发深层，使头发的角质蛋白分解断裂，令头发变得脆弱易断，所以喜欢户外运动的人必须要做好一系列防晒措施。
- 头发中的黑色素也会被紫外线分解，因而头发容易变得枯黄毛糙，缺乏健康的光泽。

想要成为：光泽秀发美人

健康秀发孕育出不寻常的亮泽表情。

方案1 想要光泽的秀发秘诀

想要光泽闪亮，就选择不一样的护发概念。

冲洗头发

↑用温水彻底冲洗头发，根据头发的长度，倒入适量的洗发露。

按摩头皮

↑均匀涂抹洗发露后，从头皮部分进行按摩。切记按摩时使头发自然下垂。

清洗头发

↑清洗时切忌用力揉搓头发，因为湿发很脆弱，揉搓易引起损伤。

用护发素

←最后使用护发素，让其在头发上停留三分钟以上。

日常护发链接

在梳理中解救受损的头发，焕发秀发的光彩。

POINT1 适当的梳子

当头发仍然潮湿时，用阔齿梳子或刷子小心地解开纠结的头发。

POINT2 解开纠结发

解开纠结时，用梳子自上而下梳理，先自发根部位解起，然后解开纠结部位，以避免引起头发分叉和扯断。

方案2 想要不一样的光泽效果

焗油是秀发最好的营养大餐，但不同的发质要区别对待。

干性头发

←每周做一次焗油，每日要按摩头部十至十五分钟，促进血液循环，供给表皮营养。

中性头发

←中性头发可以十至十五天焗油一次，每周做二至四次头部按摩。

想要光泽秀发，你一定要有这些：

1. 潘婷乌黑莹亮润发精华素，随套装赠送。
2. 海飞丝去屑洗发露莹彩乌黑型 39.9元/400毫升。
3. 潘婷乌黑莹亮洗发露 33.2元/400毫升。

护发专家强力推荐单元

令发色更加持久

→能固定染发色素粒子，使发色持久。黑人头锁色洗发露，专业发廊有售。

享受特别的滋润感

←特有先进的均衡滋润因子，给每根头发适度地滋润。沙宣均衡滋润洗发露 23.3元/200毫升。

漂亮MM，你自信吗？

去瑞丽女性网 mm.rayli.com.cn 模特频道秀自己！

瑞丽女性网
www.rayli.com.cn

◆瑞丽签约模特资料大公开
◆模特行业最新资讯和动态
◆免费相册个性化展示空间
◆更有机会成为瑞丽签约模特！

美丽自信的你，快来加入吧！

life

春天的到来总是让人兴致勃勃的。这一年，完美计划赢职场，工作从此成为享受，而不再是负担和压力。因为爱，我们减肥，将身体解放出来，让衣橱也解放出来，他的鼓励与信任，竟然是最有效的减肥药，信不信由你！最后，别忘了温泉，健康美丽泡出来。

哟，又老了一岁？没关系没关系，我们依然可以活得像一个孩子，玩具，我们的终极热爱，这一点永远都不会变……

“爱”拼才会赢，原来爱情也可以用来攀比的啊，恨不得全世界都知道彼此的爱恋，恨不得自己和他是世界上最让人羡慕的一对，可是究竟谁才是最让人眼红的幸福搭档呢？

为了爱，我们减肥！

提前瘦身起跑，轻松CANCEL脂肪，读者私人瘦身体验全揭密

手，在减肥方面，每个女孩都是专家，她们的方法千奇百怪，有的魔鬼，有的可爱，也有的让人将信将疑。今天在这里登场的九位减肥高手，也和你一样曾经抱着同样的愿望，并成功实现了愿望达到了惊人的变身效果。是什么让她们创造奇迹，光有来自他的爱就够了吗？

摄影/兼重政德
插图/白ふくろう舎、イン
ナミリサ、斉田直世

渡边晃子（大学2年级）

变成他的完美女友

半年内 减重8千克

减肥不仅仅是去掉多少肉的问题……变成瘦骨嶙峋的模样，还是达到真正的健康瘦身，来自专家的建议虽然重要，但来自男朋友的支持，比任何方法都有效。

契机1 让男友觉得我更完美

虽然与男友的感情很好，但总觉得自己与他并肩而站时不够自信。

减肥就是挑战自我！想起那些为减肥而付出的代价……

由于早晨起来做健身操，而影响了楼下的邻居，遭到了家人的批评。

晚上睡觉前做50分钟的哑铃操，由于太累经常失眠。

准备去医院吸脂，却因为害怕而临阵脱逃，白白交了预约费。

所以，只有一个人努力的减肥计划对我来说无法坚持下来。

53千克

契机2 与花样年华的女伴们照相时，只有我在其中因为肥胖而显得毫无光彩。

男友曾对我表示：

“你还是瘦一些好！”

听他这么说我的压力好大啊，看来我要加紧自己的减肥计划了。

经常有男孩说：『你该去健身房』之类很隐晦的话，让人很尴尬。

在试衣间，腰围骗不了自己，眼巴巴看着穿在别人身上合体的裤子，穿到自己身上怎么就……

决意再次实施减肥计划！但是要经历一段艰难历程……

一不小心把剩下的面包吃光了，真是不争气啊。

男朋友来找我的时候仿佛一下找到了释放的出口，将减肥的痛苦一股脑地都倒给他。

好想吃东西啊，内心在做着激烈的斗争，也许这是一个关键时刻。

为了让他拥有一个更完美的我，为了爱，我要咬紧牙关，坚持到最后。

两个人开始进行爱情减肥计划

男友帮我实施减肥计划，在减肥中营造出约会的气氛是最高境界。

1 爱情长跑

晚上一起穿着情侣运动衫沿着美丽的小路长跑。用一个小时的时间一边聊天一边跑步，不知有多浪漫。

2 要计算每次咀嚼的次数

吃饭的时候，一定要让男友帮忙计算每次咀嚼的次数。每口都要咀嚼30次。

我终于想通了

无论男友多么支持我的减肥计划，付出努力的仍然是自己。我决意与男友进行一次真正的爱情减肥计划。

无精神痛苦的科学减肥计划

健身房是最好的科学减肥场所，去那里走一遭，相信不会令你失望。当然要去大型的健身场所才有保障。

减肥期间的好帮手

减肥期间因为没有时间做饭，微波炉就成了我的好帮手。

清爽的女孩闪亮登场！即使穿着白色长裤，也不用担心腿部线条，自信

达到 **45千克**

半年内体重减少8千克

当你摇身一变成为一个纤细的靓丽女孩时，就可以毕业了。

即使露出腿部也不害怕！现在我要穿出美丽

带有心形扣子的超可爱系列的针织衫

→有女人味的针织衫提升女孩的可爱与甜美感。

轮廓分明的T恤也可以随意穿

←包身感觉的小T恤，尽显女孩苗条身段。

每天保持开朗与快乐的情绪至关重要

→终于可以自信地与朋友一起照相。

减肥成功后可以大方地与朋友一起拍露肩和露背的性感贴纸照片了。

好友证言

自从她成功减肥后，自信也随之增强，人也漂亮了。

她的性格也比以前开朗了，感觉她最近心情不错。

脸上的痘痘也不见了，皮肤变得光泽润滑

↓痘痘奇迹般消失后，光泽的肌肤令我信心百倍。

减肥成功后我与男友的感情更好了

→男友经常会说："你真是越来越漂亮了。"

苗条的身材对各种装扮都信心十足

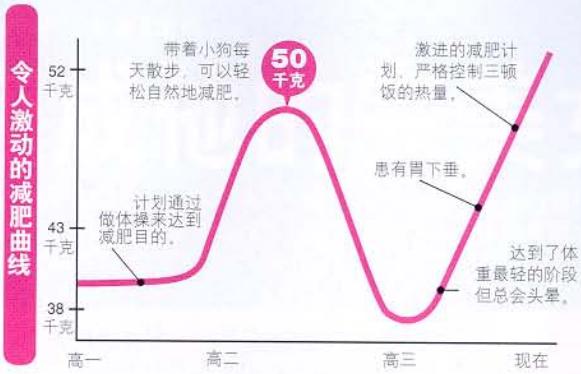
→即使很普通的服装，穿在身上也感觉自己信心满满。

一年内减重10千克

穿上他喜欢的衣服将减肥进行到底

广田绫乃（大学一年级）

为了穿上梦寐以求的衣服吸引男生的目光，我在减肥之前就买下它们，虽然当时没办法穿进去，但我知道有朝一日我会穿着它SHOW出我的美丽身段。



非常反感中学时代被别人说成是小猪

一天的日程安排

6:30	起床
6:45	早餐（牛奶和水果）
7:00	洗热水澡（用减肥浴液）
7:30	步行去学校
8:10	到达学校，先喝一大杯白开水
12:00	在学校食堂买些青菜和豆腐与同学共进午餐
16:40	结束学校的生活
17:10	在离家很近的游泳馆游泳1小时
18:20	从游泳馆步行回家
19:00	自己做减肥晚餐
20:00	带着小狗去散步
21:10	回家（尽管肚子有些饿但是开始做睡前准备）
22:00	在床上做50个仰卧起坐
23:00	就寝

一年内减重6千克

西野阳子（大学1年级）

自助减肥新境界，赢回他的心

男友喜欢纤细型的女孩子，为了赢回他的心，我决心减肥，并自己动手进行有趣的自助减肥。

由于大学考试压力过重，两个月内激增了6千克。一天4餐和课间吃东西的缘故使肚子常常处于12分饱的状态。

一偶然遇见男友的前女友。虽然以前在照片上见过她，但是真人比想像中的还要纤细。

一男友在言谈话语中还会夸奖以前的女友身材姣好，这真令我快要疯掉了。

食谱

早 早晨要注意营养，牛奶与蔬菜是最好的选择。

中 柚子。花费时间剥开坚硬的果皮，一个就可以填满肚子，对于美容也有很好的效果。

晚 晚饭只吃菜，用豆腐和鱼汤来代替米饭吧。

可以采用矿泉水瓶作为减肥工具！减肥最重要的就是坚持再坚持！

其实我们可以利用废物亲手制作一些简单的减肥器械，让你在减肥中寻求到乐趣。

（需要准备的东西是这3种）

1 使用过的1升矿泉水瓶2个

×2

2 沙子

3 恒心

将沙子倒入矿泉水瓶中，拧紧盖子，一个小哑铃就这么新鲜出炉了！

我自制的减肥工具

即使现在已经瘦下来，仍要坚持简单的体操

洗澡时看见镜子里的自己，真是糟糕。屁股下垂了！要继续做每15次为一组的简单体操。

1 腿不要弯曲做伸展运动可以全面锻炼大腿内侧

面朝下，腿不要弯曲，尽量向高抬。这可以锻炼整个腿部。

2 缩小臀部的踢腿动作

跪趴着尽量向后踢腿，向上抬高腿部。这样可以达到提臀效果。

3 腿部垂直向上抬起的动作

平躺，腿部垂直向上抬起，尽量伸展脚踝部分，同时收紧腹部肌肉。

音乐打破步行途中的枯燥感觉

不要担心步行上学的途中索然无味，随身听可以带给你一路的音乐与快乐。

带着小狗去散步也是很好的运动

与活泼可爱的宠物一起去散步，不知不觉燃掉了你晚饭的热量。

玲珑小巧的身姿让女孩自信满满

40千克

→如此完美的瘦身成果怎能不吸引男孩的目光，只要减肥成功，任何款式的服装女孩都能穿出自己的味道。

做水瓶哑铃体操 START

这套体操对手腕和肩部有很好的锻炼效果。最重要的是每天持之以恒。所以，建议大家一边看电视一边做体操。

1 两手上下10次X3组

←伸展背部肌肉尽量做上举运动，手持水瓶哑铃像这样两臂垂直上下运动。

2 两臂的伸展运动

→胳膊的伸展可以使用水瓶哑铃来增加负荷，一边深呼吸一边伸展两臂的肌肉。

3 把一只手放在椅子上单手向上举保持5秒钟

→一只手放在椅子上，另一只手拿着水瓶哑铃尽最大可能向上举起。两臂都觉得酸疼、摆动的话才达到了锻炼的效果。

4 横向伸展两臂保持5秒

←两手举起水瓶哑铃水平展开。关键要保持和肩一样的高度。

5 把水瓶哑铃放在脚上尽量使其不要掉下来

↑可以把水瓶哑铃放在脚上练习腹肌。如果水瓶哑铃容易滚落的话，可以在脚面放上一条毛巾起到固定的作用。

6 加上扭转的动作可以收缩上身肌肉

→如果加一些腰部扭转运动的话，对减少上身脂肪有良好的效果，这样可以使你的身材凸凹有致。

7 手臂屈伸要保持5秒

→上举时的手臂要尽量伸展，最少要保持5秒再放下，即使这样很累，也要坚持垂直上下运动。

半年之内减轻体重六千克！

若无其事地把令人讨厌的手臂和腰部的赘肉减掉，可以享受无袖或露脐装了！看看现在的我也成为大家眼中那种『弱不禁风』的女子了。

45千克

男友一定会认为我是条“美人鱼”

现在的我充满了自信，我觉得只有自信的女孩才是最美丽的。

3个月 减重7千克

高桥真理子（自由职业者）

热恋中，燃烧激情也燃烧脂肪

一直不注意生活质量的我，站在体重秤上大吃一惊！令人完全失去信心的数字五十五千克。我不得不考虑减肥了，把减肥贯穿到生活的每一个细节，轻松获得意外结果。

晚上——早上集中进行减肥运动

20:00 半身浴

泡澡的舒适时光，同时有很好的减肥效果。

21:00 在这以后不再摄取水分

晚上如果摄取水分的话第二天一早醒来就会浮肿，脸也胖胖的。

22:00 测量自己身体的脂肪含量

测量身体脂肪含量要买专业的脂肪测试仪，只有这样才能让你时刻清楚自己是不是真的该马上采取减肥行动了。

7:00 补给水分

早上为了让身体更好地进行新陈代谢，最重要的就是要补给水分。

周围的朋友看见我说："你瘦了呀！"我也随之增加了自信。自从养成了自己做饭的习惯后，我的厨艺也增长了！

2003年 53千克

NOW 46千克

自己做饭时完全可以掌握每种食物的营养和热量，女孩们何乐而不为呢？

3个月 减重5千克

大家郁美、新井善幸（公司职员）

甜蜜恋人共享减肥的难忘回忆

原本一直保持在四十千克左右的体重却增加到了五十五千克，达到了连出门都不愿意的地步。看到以前的照片中胖胖的我，真想用魔术来重塑我的脸形。

1 现在的我们终于成为人人羡慕的一对了

在最胖的日子里，我们都不愿一起出门，因为害怕周围投来异样的目光。现在可好了，我们减肥成功后重新找回了自信。

要变成结实的肌肉！一起锻炼吧

体重虽然减轻了，可是都变成了肌肉。以前都不怎么出汗的我，现在新陈代谢转好，在额头发现了汗珠。

半年前

当时拍的照片全都是吃饭的场面，怪不得那时的脸看起来那么胖。

2 这样来保存可口的食物要

让人吃一口就放不下的点心，最好用橡皮筋封好。当你一想到要把橡皮筋拆开才能进食，就会令你食欲减退。

3个月 减重3千克

平山麻衣子小姐（大学3年级）

左手爱情，右手减肥

为了瘦下来，我无时无刻不在减肥，不但让他觉得我独立、坚强，而且，不知不觉瘦下来！

重塑体形 无论减肥的效果是否令自己满意，都要坚信自己一定能成功。

去哪里都骑自行车

从他家到我家坐车只有五站，骑车是个最好的选择。

边看电视边减肥

一边看电视一边扭转腰部，锻炼腹肌。

当他主动帮我拿东西时

即使他主动帮我提东西，为了减肥，我也要委婉拒绝。

因为希望自己更加漂亮所以继续进行减肥运动

47千克

减肥时关节容易受损，记得经常按摩脚踝等关键部位，以免在运动中受伤。

一年内减重13千克

黑木香里（大学1年级）

不同花样的运动让我自信面对他

高中时代，因腿部太粗经常被男孩嘲笑，我要按照自己的减肥方法获得模特般的身材。

妈妈说：

下半身结实是由于家里遗传的因素。这在我心里留下了深深的烙印。但是我不愿意一辈子这样。

男孩经常指点点："你的腿太粗了。"听到这些时，我非常伤心。

1 抬腿体操

晚饭后20分钟左右，把腿抬起在空中，做蹬脚踏车动作保持30秒，做5组。

2 买东西时提重物法

购物时优柔寡断的表现无形中增加了购物的时间，对减肥十分有效。

3 像飞一般的跳绳运动

做跳绳运动30分钟。可以自己选择一些弯曲腿部的动作。

可以穿紧身长裤，也可以穿迷你短裙！

我变成了连朋友都发出『你变瘦变漂亮了』赞叹声的美丽女孩，当然要好好打扮一下自己喽。

当时的长裤变成了这样子

原本是L码的长裤现在要穿S码。

一年内减重5千克

青山友里惠（大学部一年级）

努力减肥成为男友心中的淑女

终于，我喜欢的那个人出现了，在与他交往的过程中努力打造自己成为爱人眼中的完美女友。

↑这是在高中文化节时的照片！当时不仅肥胖，而且不会用服饰扬长避短。

减肥运动！和妈妈搞好关系进行

今天接到了H君发给我的邮件

加油，加油，别泄气

和妈妈在晚饭后一起散步。与其说是散步不如说是竞走。

减肥时要随时注意保养皮肤

这其中也有妈妈的功劳

在一年内减少5千克

男友是个有品位的人，他喜欢有淑女风范的女孩

一定可以吸引男友的目光

在此之后……

照这张照片三周后，她的愿望实现了，减肥成功后她与男友成为朋友圈中最耀眼的一对！

一年内减重5千克

平山麻衣子（大学3年级）

要赢得恋爱与减肥的双重胜利

曾经按照杂志上和电视里介绍的减肥方法进行瘦身，但是一直苦于没有找到一种真正适合自己的减肥方法。

在朋友圈子里到处嚷嚷：『我在减肥呢』

由于在朋友面前发誓说要减肥，所以在他们面前连最喜欢吃的点心都不能吃了。

每天睡觉前，都按照杂志上介绍的哑铃体操方法运动。每天都弄得自己筋疲力尽，但是越做越达不到减肥的效果。

看到以前的照片真是个小胖子

肥胖时的照片令人目瞪口呆。

把镜子放在下面来看自己

高中时代

↑眼睛周围堆积了很多肉，看起来好像有点肿。

现在

←再看看瘦下来以后，眼睛是多么有神。

瘦身之后，把发型和服饰也改变了

做了一个可以突出眼睛的发型，从镜子中发现了一个新的自我。

温泉：健康

“你需要泡温泉吗？”

工作、学习压力越来越大的我们，是否意识到自己的健康问题也越来越严重？身体是我们最重要的本钱，可是，下面这些健康问题很可能正在渐渐侵蚀着我们。

病症1：肌肤问题

嫩滑如水的肌肤谁不想拥有？白皙的肌肤谁不想拥有？可是干燥的天气和无所不在的紫外线，甚至工作的压力都会给我们的肌肤造成严重的伤害。肤色黯淡、干燥脱皮，细小皱纹……肌肤问题困扰着我们。

病症2：疲劳

头晕眼花？走几步路就气喘吁吁？整天无精打采？肌肉酸痛？这些症状你有没有？繁重的工作压力，日渐激烈的竞争，都让你的身体日复一日超负荷工作着。从身到心的疲惫感觉，让你喘不过气来。

病症3：便秘

忙于工作和学习的你，生活也渐渐不规律起来，不知你有没有发现，便秘正悄悄地偷走你的健康？面色黯淡，精神委靡，甚至引起肥胖，都是它起到的坏作用。

病症4：痛经

对于女性来说，生理上的不同特点注定了她要比男性更加体贴自己，对自己更好一点。痛经是困扰女性健康的重要问题，引起痛经的原因不同，可是造成的痛苦与精神压力却是同样严重与不容忽视。

病症5：关节炎

也许你不知道，关节炎再也不只是上了岁数的人才会得的病了，阴冷潮湿与不得当的运动都可能在将来对你的关节造成严重的伤害。也许你现在有时也会感觉关节隐隐作痛，这就是你的身体在为你拉警报了！

病症6：寒体质

寒体质是女性常见的一个问题，寒体质包含冬天四肢冰冷、夜间尿频、天冷就闹胃痛、一遇冷就猛咳，还有些女性吃凉性食物分泌物增多也是寒体质的表现，造成寒体质比较主要的原因是血液循环不好。

美丽泡出来

一直觉得身体有些许不舒服？去过医院医生说你只是亚健康而已，需要靠平时调养。你总是忙于学习和工作无暇顾及保养？怎么办？一起去泡温泉吧！

策划&执行/嘉木　摄影/苏岩　模特/吴媛媛　造型/高乔（紫羿云天）　鸣谢/北京九华山庄（所标注价格为九华山庄参考价格）

对症下泉，让你泡到最好！

以为泡温泉只要跳进去泡着就一切OK？想要得到最佳的健康享受，自然要对症下泉才会更好！

解决1 肌肤问题

适用的温泉疗法：

温泉Spa：（180元/45分钟）

最能够让你的肌肤得到全面呵护的自然是温泉Spa了，在温泉水中加入鲜花或其他物质，为你带来更好的舒缓作用，让肌肤深深呼吸。另外在泡完温泉之后，还可以配合专门的美容仪器或按摩，趁热打铁，为肌肤好好做个保养。

适合的泉质：

酸性碳酸盐泉：

这种温泉对皮肤有滋润、漂白及软化皮肤角质层的作用，女生很适合泡这种温泉。对皮肤上的伤痕，或因为生青春痘留下的疤痕，这种温泉都有消炎、去疤痕的作用。如果可能，用泉中的泥敷身体，也一样会有好处。

硫磺泉：

这种温泉又叫做“臭蛋泉”，浸这种温泉能够止痒、排毒及解毒，而且还有软化皮肤角质层的作用呢！不过那些心脏不好，或是血压比较高的人就要特别地注意这种温泉了，而且在泡的时候，最好不要使用肥皂。

食盐泉：

这种温泉又叫做盐泉，泡了之后，盐分会粘在皮肤上面，可以改善皮肤的组织，泡这种温泉对肌肤好处很多。

↑放入特殊物质的温泉SPA让你一人独享。

↑用高科技的美容仪器配合SPA效果更佳。

↑做完温泉SPA，喝杯花草茶，真是一种享受。

←满是玫瑰花的泉水让人心旷神怡。

读者体验

侯小姐
职员 24岁

泡在漂满花瓣的温泉水里，简直觉得自己像小时候幻想中的公主一样，花瓣的淡香随着温泉的热气一飘散出来，那种感觉简直妙不可言。

解决2 疲劳

适用的温泉疗法：

瀑布浴：（60元/人）

感觉类似淋浴，可以起到按摩的作用。可活络筋骨，减轻酸痛等症状。不过应尽量避免与泉水成直角直接冲击，以斜角舒缓用水压击，并将毛巾敷于患部为宜。

温泉气泡浴：（200元/2小时）

在看着像沸腾了的温泉水里浸泡，不仅使你得到泉水的滋润，更因为气泡的撞击，使身体得到按摩般的享受，对放松身体很有好处。

适合的泉质：

硫酸盐氯化物泉：

这种泉水中含有很多种类的微量元素，浸泡后可以促进血液循环，有令血管软化疏通的效果，还可以进一步加速新陈代谢，能够减轻肌肉疼痛，因此浸泡这种温泉水，可以有效地缓解身体的疲劳，令精神放松，心情舒适。

↑瀑布浴也是有效缓解疲劳的一种温泉疗法。

↑瀑布般的水流撞击着你的身体，感觉舒服极了。

←看上去好像开水一样的温度其实不高，十分舒适宜人。

↑气泡按摩缓解疲劳。

Q*泡温泉也需要先热身？

A 急剧的温度变化容易引发人体不适，就像游泳前要热身一样，温泉浴也同样需要，可以用毛巾蘸水先拍打全身，使身体适应泉水温度后再入浴浸泡。

Q*你的肌肤适合泡汤吗？

A 泡温泉具有排除体内水分的作用，因此干性皮肤及敏感性肌肤需特别注意，除应避免强酸性泉外，浸泡时间也不宜过久，浴后应马上擦拭乳液等补充肌肤水分，另外，皮肤有伤口或者少数对温泉过敏者，均不宜泡温泉。

Attention

1. 刚刚到达温泉地，不宜立即入浴，通常到达温泉地两三小时后再入浴比较妥当，因为在疲劳状态下洗浴有易发生虚脱的危险，这样的温泉疗法有适得其反的效果。

2. 刚刚用脑过度，或激烈运动后，不宜猛然入浴，否则容易引起脑部贫血或温泉性休克现象。

3. 如果你患有皮肤病，请咨询医生后再泡温泉，因为某些皮肤病不宜泡温泉。

读者体验

李小姐
学生 21岁

温泉气泡浴真是一种很特别的体验，池中的水像开了一样冒着气泡，实际上温度刚刚好！泡在水里面，气泡按摩着我的身体，真舒服呀。

↑刚开始冷热泉交替疗法的时候温差不要太大。

Attention

冷热泉交替的方式开始可能会让你不太适应，所以最初要循序渐进，不要一下子将温差拉得过大，否则未必对身体有好处。

↑冷热泉交替可以促进新陈代谢。

读者体验

唐小姐
学生 25岁

第一次尝试这种冷热泉交替的方式时，感觉还是有点不适应的。不过试过几次后，渐渐觉得全身舒畅起来了。

解决3 便秘

适用的温泉疗法：

冷热泉交替法：（100元/人）

在温度较高的温泉中浸泡后再到温度较低的泉中浸泡。这样可使血管扩张收缩，增强全身肌肉弹性，不过水温及时间以个人舒适为宜，切勿温差过大造成身体不适。

适合的泉质：

中性碳酸温泉：

这种温泉的性质非常的温和，对于身体内分泌有很好的调节作用，更可以促进身体的新陈代谢，对治愈便秘、改善肠胃功能方面很有好处。除了泡以外，还可以饮用。

Q*泉水是否可以饮用？

A 我们常听说饮用温泉也可起到治疗效果，一般而言无色无味的中性碳酸泉属于可以饮用的泉质，其他大部分温泉，如硫磺泉都是仅供泡浴的，不能饮用。不过一定要注意：即使是号称可饮的泉水，因其中矿物含量有异，饮用前，也得先确认卫生，安全无虞方可。

Q*想要利用温泉瘦身？

A 温泉浴具有促进血液循环，帮助新陈代谢的功能，还有助于燃烧体内的脂肪，达到瘦身效果。想利用温泉瘦身的读者，应掌握浸泡→起身→再浸泡的原则，每次浸泡不超过15分钟，起身休息5分钟后，再次入浴，如此反复2～3次即可。但切记，浴后1小时内严禁进食。

读者体验

潘小姐
编辑 22岁

下到池中泡了一阵后，我感到一阵晕眩，就立刻出来了。后来请教了工作人员才知道空腹泡温泉是不可取的，很有可能会晕倒。

Q*泡得愈久，疗效愈好？

A 温泉浸泡时间视个人需要及泉温而定，但一般而言均不宜超过30分钟，且每日应以三次为限，免得因泡过头而引起不适；为使温泉浴能充分发挥疗效，可在浸泡5～15分钟后，起身稍做休息，然后再次入浴浸泡，效果更佳喔！

Attention

1. 饭前饭后勿入浴：因饭前空腹状态入浴，容易出现眩晕，恶心，身困乏力症状，甚至虚脱；饭后入浴容易引起消化不良。故一般应在饭后2小时入浴为宜。

2. 出浴时忌过猛，尤其是低血压者，出浴时要缓缓坐起，逐渐站立，以防止发生体位性低血压而引起昏倒，跌伤。

解决4 痛经

适用的温泉疗法：

温泉热浴：（60元/人）

这是温泉疗法中最普遍也最简单的一种，大部分人第一次泡温泉都是选择了这种方式。缓缓入水，在含有多种微量元素的温泉中彻底地浸泡自己的身体，这样就可以扩张血管，促进血液循环，加速新陈代谢，对痛经等内分泌问题也很有好处。不过注意时间不要过长，否则对身体健康也不利。

适合的泉质：

单纯泉：

这种温泉比较温和，而且无色无味，能够帮助血液的循环，有减轻疼痛的作用，很适合身体受疼痛折磨的人。这种温泉对痛经、贫血、慢性中毒都有较好疗效。

↑将颈部以下的身体完全浸泡在泉水中。

↑冒着热气的温泉让你一见就想跳进去。

注意小细节，泡得更愉快

1. **自备毛巾**，进入浴场。
2. 在更衣室内脱掉全部衣物，进入浴室。
3. **入浴前洗净身体是泡温泉的基本礼仪**，下浴池之前请先将身体冲净。
4. 香皂等清洁用品需视泉质决定能否使用，例如酸性硫磺泉就不宜使用含碱类的香皂，另外浴巾等沐浴用品也不宜在温泉中浸泡过久，以免其纤维受到影响。
5. 在浴池内浸泡至肩部，不得喧哗。
6. 一般温泉浴场都有专门的足浴池，专门用于泡脚。
7. **泡温泉时别忘了自带泳衣**，虽然一般温泉浴场也会有卖，但是价格相对要贵很多。
8. 如果你染了头发又不希望颜色很快褪掉，泡温泉时就要小心了，因为温泉中含有化学成分，很有可能让你的头发褪色，**所以最好不要将头发浸泡在泉水里。**
9. 酗酒后切忌泡温泉，否则可能会引起昏厥等不良反应。
10. 用温泉疗法来治疗皮肤病者，若在无法将水换新的泉池，建议将水舀出来冲洗为宜。

温泉备忘小清单

需准备的物品：

- 泳衣：很多露天温泉都需要穿泳装进入，如果忘带了，买会比较贵。
- 洗浴用品：通常比较高档的温泉浴场都有提供，不过带了总是有备无患。包括洗发水、浴液、毛巾、香皂等。
- 泳帽：进行冷热泉交替疗法的温泉浴场很多都需要戴泳帽进入。
- 拖鞋：个人卫生要注意。
- 毛巾：可以用来包住头发。
- 浴巾：刚从温泉中出来要避免着凉感冒。

需准备的食品：

- 巧克力：泡温泉前补充热量的好东西。
- 矿泉水：随时补充水分。

↑阳光下的露天温泉充满自然气息。

一泡泡温泉晒晒太阳，享受的同时获得健康。

读者体验

万小姐
职员 24岁

第一次泡露天温泉，正是冬天刚下完雪，靠在水边的大石头上，看着积雪，有一种从未体验过的感觉，很奇妙。

Q*温泉越热越好吗？

A 温泉因其成因不同，露天温度差异很大，从低于人体的22摄氏度到几近沸腾的99摄氏度都有，为了方便浸泡，接引到浴池后都会加以冷却。除了少数特殊的冷泉之外，普通温泉以42～43摄氏度左右为最佳浸泡温度。

解决5 关节炎

适用的温泉疗法：

露天温泉日光浴：（60元/人）

既享受温泉，又享受阳光，可谓一举两得。温泉日光浴对骨骼与关节都有特别的好处，温泉中的钙质、适当的紫外线交互作用，对身体有益。

Attention

1 温泉疗法对初期的关节炎症状有一定的效果，不过要经过一段比较长的时间坚持洗浴效果才好。

2 因为是露天温泉，室外温度较低，如果浸泡一段时间后感觉有些热，从水中出来时一定要注意防止着凉。

适合的泉质：

碳酸泉：

这种温泉的特性是水温较低，能够帮助血液循环，改善心脏及血管的功能。泡这种温泉要慢慢进入状态，刚开始感觉不热，渐渐地就会变热，使人全身暖和及舒服起来，这种温泉对心脏的负担较少，不会让人发生心跳加快的现象，但是有肾脏病及肠胃不好的人，就不适合了。碳酸泉对高血压、心脏病、风湿症、关节炎及手脚冰冷等有改善的作用。

↑选择适合自己的温泉很重要。

读者体验

刘小姐
职员 二十四岁

在温暖的温泉水中浸泡让我感觉全身都暖洋洋的，血液似乎比往常流通得更加顺畅，有一种打通全身脉络的感觉。

适用的温泉疗法：

温泉热浴三温暖：（60元/人）

温泉热浴同样也适合改善寒体质，如果希望效果更好，可以配合进行桑拿，不过还是要注意，一是泡在温泉里的时间不要太久。因为女性若是泡在温泉中过久，容易使阴道中正常的酸碱度与有益菌生态受破坏，阴道容易受感染，而产生发痒的现象。二是在桑拿房中也不要滞留太久，否则也可能引起身体的不适。

适合的泉质：

碳酸泉：

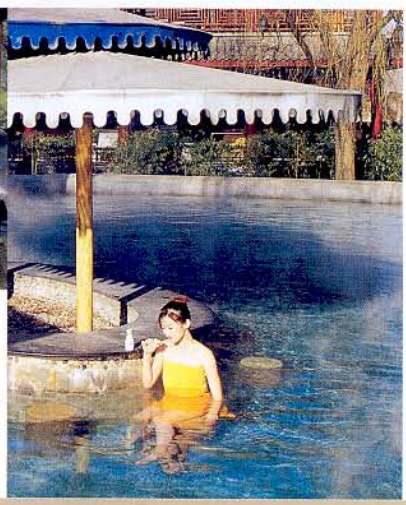
碳酸泉对于血液循环和内分泌循环都有好处，所以对于寒体质有很明显的疗效。

食盐泉：

食盐泉除了美容以外，还可以强化骨骼与肌肉，提高新陈代谢机能，提高钙质的分解，降低酸性物质的分泌与分解，对改善手脚冰凉的状况很有效果。

解决6 寒体质

↑浸泡在温泉中，让全身机能调动起来。



→泡温泉时少许喝一点日本酒能加速新陈代谢。

什么人不宜泡温泉？

●**高血压、心脏病患者**：可以泡温泉，但每次以不超过20分钟为限。起身时应谨慎缓慢，以防因血管扩张，血压下降导致头昏而跌倒。

●**部分皮肤病患者**。

●**孕妇**：不宜泡温泉。因为"高热"具有畸胎作用。

●另外要注意，**12岁以下的儿童不宜泡泉**，因为儿童尚未发育完全，泡温泉反而有碍健康。

找对地方泡温泉，健康享不停

▲九华山庄

介绍：位于北京小汤山的九华山庄温泉历史悠久，享有盛名。九华山庄的温泉富含大量的矿物质和多种微量元素，温泉水中还含有多种珍贵的稀有元素，对治疗皮肤病，色素沉着，色斑，关节炎及神经衰弱等有特殊的疗效。

地址：北京市昌平区小汤山九华山庄

行车路线：市内乘912，小48路小汤山下车大柳树环岛东侧，行车可从亚运村出发向北25公里处。

电话：010-61782288

▲龙脉温泉游泳馆

地址：北京市昌平区小汤山镇龙脉温泉度假村

电话：010-61781021

▲北京春晖园温泉浴场

地址：北京市顺义区高丽营镇于庄

电话：010-65212223

▲富来温泉山庄

地址：北京市昌平区小汤山镇大柳树环岛富来温泉山庄

电话：010-61785588

▲电信都市温泉度假村

地址：北京市昌平区小汤山镇马坊东侧电信都市温泉度假村

电话：010-z61782048-057

▲上海云都温泉浴场

空港店 地址：上海市沪青平公路268号

电话：021-64217878

曹杨店 地址：上海市曹杨路1026号

电话：021-62541288

嘉定店 地址：上海市嘉定清河路48号

电话：021-59917777

▲上海森林温泉浴场

地址：上海市吴宝路2698号

电话：021-64780335 64782647

▲南京金碧辉煌温泉浴场

地址：南京市凤凰东街60号

电话：025-86608888

享受精彩生活，2004年OFFICE生涯第一击！

完美计划赢职场

计划着一开春就好好打扮自己，SHOW出春日里浪漫多彩的心情；计划着在这一年中对心仪的男孩大胆说出"我爱你"；计划着今年能与父母一起旅游……WAIT，这些与工作有什么关系吗？当然有，如果你缺乏工作计划，整天忙得连轴转，哪里还有闲情逸致轻松享受人生？精彩的生活，需要完美的计划。

策划/咪姆，何从 执行/咪姆 摄影/张浩（菲林制造） 模特/梁璐，栾凤玲，杜鹃

因为你有目标，
所以需要计划。

因为你不是一个人单打独斗，
所以需要计划协调。

因为你也许还未养成良好的职业习惯，
所以更需要计划规范。

工作计划之前奏篇

你是否已经准备好2004年一整年的工作计划？有效的工作计划同时也是美容方法和健康手册里的一部分。起码你可以努力告别熬夜和加班，也意味着告别眼袋、憔悴和黑眼圈……计划你的工作计划，计算出可行性与障碍，完成我们工作上的X计划吧，一个新鲜合理完善的工作计划没有你想像的那么高难度！

不忙动手写计划，你不觉得该先做一个全面的体检来了解你的状态吗？RELAX一下，摆出你最舒展的姿态，让我考考你，来看看吉卜赛姑娘的困惑吧：

有一个吉卜赛的姑娘，有44张面额为1元的钞票，她身上有10只口袋，如果把这44张钞票装在这10只口袋中，那么？

(A)可以做到每只口袋里装的钞票数都不一样。
(B)只有两只口袋里装的钞票数是一样的。
(C)至少有两只口袋里装的钞票数是一样的。

你的答案是什么？什么，你看又错了不是！
好吧，还是让我来公布正确答案吧。
且慢，你不想知道这道题考你什么吗？乍一看，题目所涉及的似乎只是货币出入的简单计算，其实，这是一个综合智力测验，着重测试应聘者的理解能力、分析能力以及逻辑思维能力，据说一家外企就用这些题来选新员工呢。
正确答案见文末，别急着往后翻，先做做看嘛。

工作计划之测试篇

假期过去，老板吩咐大家开始着手年度工作计划，你的反应是：

A. 你觉得这是文牍主义，能应付过去就要多谢过往各路神灵庇佑。

B. 追求完美的你还是渴望做一份PERFECT的SCHEME得到老板的赞赏，于是埋头四易其稿。

C. 连忙动手开写，时间总是不够用，哪还有空坐等？

D. 有点茫然，觉得计划不是不重要，但有无从下手的无力感，谁来帮我？

做完了，想知道答案？你所选的，就是属于你的正确答案。这个热身问题，只是帮你自我了解一下，你会做工作计划吗？

工作计划小贴士

●工作计划要素：目标明确，措施步骤简明扼要。

●每年设定三个年度目标：工作成果、专业素质、人际关系。(你可以有所侧重，也可以换成你觉得重要的要素，但是应尽力在工作、技能和人际关系中保持平衡。)

●三分选择：立即着手重要且紧急的事情，关注重要但不紧急的事情，取舍紧急但不重要的事情。

工作计划之会诊篇

你不觉得一份年度工作计划其实应该是那些多次空谈的职业规划的一部分吗？不想听听专家的理念和建议吗？不想从这里起步，成为真正的职业人士吗？

本期专家

常胜，20世纪70年代人，外表比年龄年轻，内心比年龄衰老。有着不合时宜的理想主义，自认为是个神秘主义者。喜读书不求甚解，好学不倦，亦好为人师，颇能自得其乐。

职场履历：

资深媒体人，曾任《大众软件》运营总监，晶合集团人力资源总监，现任职某咨询公司副总。

提给5位OL的五个重点问题：

1、你对行业动向和部门状况是否充分知情？

2、你的工作指标能量化吗？如何分解它们？

3、时间管理工具你知道吗？哪个你用得得心应手？

4、年底你发现很多计划中的事情并未得以实施吗？

5、2004年对你最重要的是什么？升职？充电？

1 你对行业动向和部门状况是否充分知情？

角色A
姓名：孙阿美
年龄：25岁
职业：编辑
工作时间：两年
计划完成指数：85%
工作目标：在工作中寻求乐趣。

A回答 对整个行业大环境还是了解的，但对于未来发展趋势并不了解。可能是编辑工作比较自由随性，总想着做好自己的选题就好了。

评： 无论谁都有想多了解身边事情的愿望，好奇心再严重点的简直就可称为八卦了，而与文字打交道的女孩好像分外如此。但是这绝对不是你不了解业界环境的借口，在进行选题调研的同时是不是也该将一些业界的信息列入你的调研范围呢？其实花一点点时间，敏感的你就会嗅到业界的动态，掌握这方面的信息一定会对你有所帮助。

B回答 不能说充分知情但是知道目前大家手头的事情。

评： 嗯，这是IT业的特征，信息密集、传递迅捷。推荐盖洛普的企管书籍《首先，打破一切常规》。

C回答 知情。

评： 这个回答口气看来是COO级别的，至少也是CFO，很自信的回答。

D回答 一般了解，整个宏观状况对本行业的发展起到很大推动作用，近2～3年本行业将会有一个很大发展机遇。对本公司目标和部门状况相当了解。

评： 房地产业在这几年快速成熟起来，公司的发展能踏准节拍，自己也懂得顺势而为，白领迟早变金领。

E回答 基本知情，对于公司目标比较明确，但对于部门具体状况不太知情。

评： 广告公司和公关公司都还算新兴行业，不过还处于无序状态。所以更应特别注重自我规划，对于部门和公司状况则需密切关注。

2 你的工作指标能量化吗？如何分解它们？

角色B
姓名：谢琴
年龄：25岁
职业：IT工作者
工作时间：两年
计划完成指数：80%
工作目标：彻底工作尽情享受。

B回答 每件事情一旦上手了，就要自己去发现它的MILE STONE，然后从底线时间倒退，往前排日程。

评： 哇，你是否已经有意在用TIMELINE（时间基线）或者PDM（前导图）之类的准专业东东？居然还使用里程碑和逆推法，我喜欢。推荐你用MS Project和Visio来可视化你的工作。

A回答 我的工作指标是可以量化的，但通常情况下很多工作中的变数会打乱计划。

评： 做计划不是为了裁减现实，而是衡量现实的一把标尺。

C回答 我的工作指标取决于客户，所以无法在工作计划中进行量化。当然工作指标还是要有的，毕竟这是对工作效率的约束。

评： 在这里你可能有一点误区，客户导向正是项目管理的专长，量化既可以是事后的评估，更可以是事前的约束。

D回答 我们的工作内容相对很固定，所以似乎不用再次在计划中量化我的工作内容，到时候就会有该完成的工作等着我去做了。

评： 所有都由制度规定，人真的有工具化倾向了，有空不妨重温一遍《摩登时代》。

E回答 我的工作基本根据客户来决定，年初时有需要完成的工作，但还是要根据当年的实际情况决定。

评： 对于广告业务来说，恐怕是最容易被要求量化的行业，每个人背负着似乎永远难以达成的QUOTA前行，不过，成就感同样容易明确，进度如何，画张图表全看出来了。

3 时间管理工具你知道吗？哪个你用得得心应手？

角色C
姓名：YAMA
年龄：25岁
职业：电信公司职员
工作时间：两年半
计划完成指数：90%
工作目标：享受工作，享受生活。

C回答 对于我来说，手表已经足够。
评：看来你对时间管理工具的误解真的很深了，抽时间看看《高效能人士的七个习惯》，然后你会觉得手表对于现代OFFICE办公来说就好像一个世纪前的工作方式那样落伍。作为一个现代办公室中漂亮的女职员，也许掌握时间管理工具可以让你有更多的时间打扮自己或者与男朋友约会。

A回答 时间管理工具？这么高级？是如何合理地运用时间，高效地完成工作呢？
评：举几个例子：制定时间管理计划，学会授权，高效的会议技巧，养成整洁条理的习惯，简化工作流程。

B回答 MICROSOFT PROJECT2000是很棒的计划软件，不过一般用来给别人看，还不喜欢PDA，闹钟手机即可。
评：要真的不喜欢微软的PROJECT，你可以试试P4E，或者SYMANTEC的TIME LINE。另外，我没用过莲花的ORGANIZER，不过OUTLOOK应该可以满足大部分BT需要了吧，不过有这么专业的美眉还是让人眼前一亮。

D回答 是计划管理工具吧？MICROSOFT PROJECT我知道，是工程项目上用的吧。我的工作比较简单用不着那么具体的管理工具。
评：计划管理工具是时间管理工具的一部分，软件更是部分中的部分了。

E回答 时间管理工具虽然知道一些，但落实到具体工作就结合得不那么紧密了。
评：与其说时间管理是工具，毋宁说首先是理念，先要从意识深处接纳并重视，然后才是寻找适合自己的工具试用并转化成习惯。

4 年底你发现很多计划中的事情并未得以实施吗？

角色D
姓名：林小荔
年龄：25岁
职业：房产公司会计师
工作时间：3年
计划完成指数：85%
工作目标：坚决不把工作和生活混为一谈。

D回答 工作性质所限，所做工作相对固定，不需要很漂亮的工作计划。
评：这个这个，如果你有耐心看到现在还不需要工作计划，那多说什么都是浪费你时间了，抱歉抱歉。相信你一定会从这篇文字中找到工作计划的必要性，从内心开始意识到计划的必要性了。

A回答 去年并没有做工作计划，因为觉得编辑工作的不确定性非常强。
评：要是没做计划的习惯，现在开始都不晚，某种程度上倒是更有周期性和可预见性，所以下次不要再拿这个理由来搪塞啦。

B回答 计划是私人的不需要老板肯定，基本能达到。而且习惯的事情一旦一天没有做就会心情很不好。
评：可以有私人的生活计划，那个谁也不给看，工作可就不是自己说了就算，得到老板肯定当然高兴，不过习惯和计划可不是一个概念，完全被习惯束住手脚也会闷死人。

C回答 自己的思维不够灵活，不能看到这个企业和我工作上的结合点，没有找对位，所以年终时自我感觉有很多未尽的工作。
评：这位妹妹说话很深刻，能够及时发现问题，相信你今年的工作计划一定会设定得合理又可行。年终时，一定会有好收成。

E回答 去年也做了一个工作计划，但发现计划的可操作性比较差，比较苦恼。
评：觉得写出来也指导性不强，可操作性差？这既有技术层面如对工作计划怎么写心中无数，也有对于工作性质的认识欠缺。

5 2004年对你最重要的是什么？升职？充电？

角色E
姓名：小威
年龄：25岁
职业：广告公司职员
工作时间：两年半
计划完成指数：95%
工作目标：尽情体验工作的成就感与满足感。

E回答 2004年对我最重要的是家人的健康和与同事和谐的工作关系。在工作中我渴望有更多的机会展现自己。
评：家人对我们永远是最重要的，那么你是不是也该在工作方面有一个充满朝气的开始给家人一个交代呢？

A回答 2004年对我最重要的是在现有的工作环境中提高自己的业务水平，争取做出读者更喜欢的稿件。
评：想清楚要什么，你的全身能量不自觉都会被引导至期望的方向。

B回答 希望能够充电。
评：渴望充电是一个积极的工作态度，值得提倡。其实我们在工作中随时可能遇见问题，令我们产生危机感。只要找准时机，协调好自己的工作时间，相信充电后你整个人都会精神焕发，因为你自信的魅力无人可挡。

C回答 事业。
评：跟事业有关的事有很多，列出计划才能一年一个台阶，而不是漫无目标地追逐。从年初就设定一个切实可行的工作计划，并严格按照计划行事，年底你将看到一个硕果累累的2004年。

D回答 提高专业技能，换个岗位吧。老呆在一个地方，能学到的知识面也很窄。
评：从前面看到现在，就觉着你的现状有点沉闷，趁现在还能改变现状就动一动吧，否则很快就到了残酷地被生活选择的时候，那一天比想像中来得快。

工作计划之模版篇

如果你已经勇敢闯过上面几关，恭喜你终于拨开云雾见天日了。下面是为你准备的几个工作计划的提案，也许对你会有所帮助。

SALES年度工作计划（2004年XX月XX日）

1. 过去三年的业绩表现_____
2. 业绩增减比例__%__%__%
3. 预期明年业绩表现_____
4. 比今年增加__%
5. 计划采取何种不同的方式来达到预期增加的业绩？
_____
6. 计划以哪一市场作为主要目标市场，全力销售？
_____
7. 目前最好的市场有哪些？（请依优劣次序列出）
_____
8. 对其他次要市场有何计划？
_____
9. 预计每季达到多少业绩？
第一季_____
第二季_____
第三季_____
第四季_____
10. 预计达到多少继续率？
11. 根据过去经验，欲达到预期业绩，我必须：亲自拜访_____次，面谈_____次，促成_____件，获得_____准客户，获得_____定单。
12. 自己有什么缺点是下一年度应该改正的？_____
13. 计划如何克服自己的缺点？_____
14. 自我改善后工作将发生哪些变化？_____

编辑年度工作计划（范文节选）（2004年XX月XX日）

一、指导原则

以读者的需求为导向，追求文章的内涵、策划的灵动以及影响力。

二、重点事项

今年最重要的3件事依次为：学英语，参加编辑培训，锻炼身体。

三、目标分解

到今年年底，每期发稿量将达到XX PAGES，培养稳定的签约作者XX人，差错率控制在xx%.读者调查栏目满意率达xx，分别比去年提高了xx%/xx%。

四、行业前景及竞争态势

目前主要竞争媒体与我们的差距……

五、现状分析

1. 专业化程度不高。目前栏目的制作水准没有脱离随意的范畴，而竞争越来越激烈，在这种形势下，应率先完成杂志向专业化制作的转变，掌握竞争的主动权。
2. 专业素质有待提升。对于业务范围内的知识动态以及同类媒体的运作缺乏学习和研究的态度，对于读者的反馈意见反应迟钝，导致编辑跟不上形势的发展。
3. 栏目的策划能力和整体上的把握能力亟待提高，特别要提出应加强快速反应能力。

六、改进措施

多进行市场调研，及时掌握业界动态。

七、业务学习

1. 定期对外版杂志的研讨。
2. 参加专业认证。

八、其他说明

九、结语

正确答案（C）

工作计划不是依样画葫芦

在这里，我们仅仅提供了销售和编辑的工作计划模版，但请记得，即使是同一职业，在不同公司也会有不同的计划模版。惟一值得确定的就是有一些特点和元素是相通而且必须具备的，你看出来了吗？下面就提示你一下：

- 你的工作职责范围是什么？
- 你的工作目标是什么？
- 你觉得自己的能力有哪些优点和缺点？

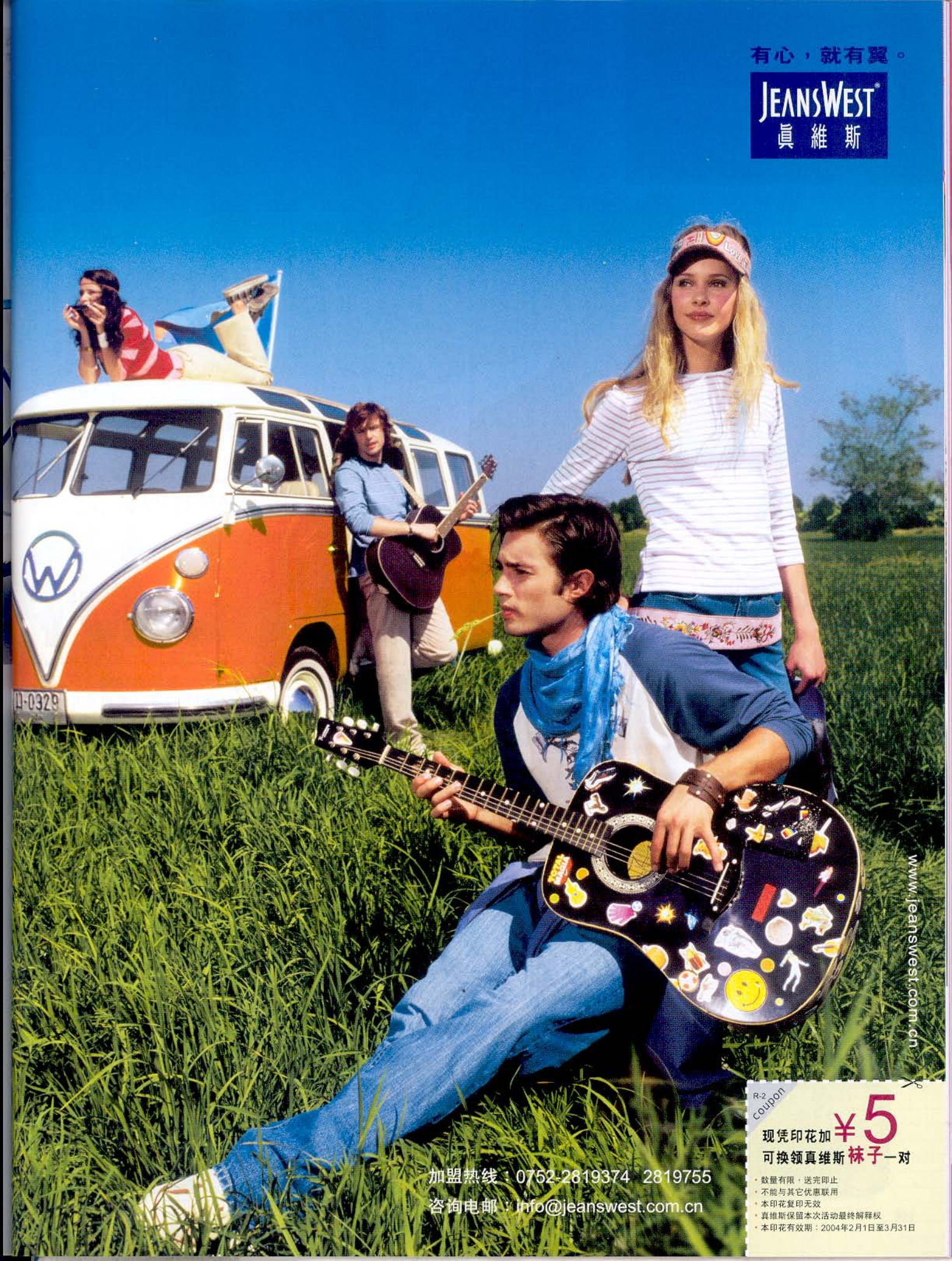
总之，你一定要切记，完美的工作计划不仅仅是让老板满意，而是能充分发挥自己的能量和优势，确保你在崭新的一年，对于工作心中有数，并在这一年结束时得到一个满意的结果。

工作计划的三点建议

1、计划不是单独或个别存在，通常上一年度的总结作为这一年工作计划的参考，同样今年的工作计划也将成为年底工作总结的参考。

2、对于目标应尽可能分解，细分到可以轻松达成并感到成就感的时候为止。

3、对于无论是日、周计划还是年计划，都要记得相应每日、每周或每年进行复查，寻找忽略部分，并积极寻找补救之道。


有心，就有翼。
JEANSWEST
真維斯
www.jeanswest.com.cn
R-2 coupon
现凭印花加¥5
可换领真维斯袜子一对
• 数量有限，送完即止
• 不能与其它优惠联用
• 本印花复印无效
• 真维斯保留本次活动最终解释权
• 本印花有效期：2004年2月1日至3月31日
加盟热线：0752-2819374 2819755
咨询电邮：info@jeanswest.com.cn

用我们的双手，为爱烙上印迹

Symbol of LOVE 我们的定情物

让我们的手印成为爱的见证

绚烂的色彩，是我们爱情的重要组成；图画，是我们感情的一份印证。将双手如封印一般，见证我们的爱情。

↑用绚丽色彩留下我们爱的印迹！

↑我们愿意享受那份平淡却真实的爱！

↑手绘的袖扣与项链/芬理希梦。喜欢那种手绘的精致感觉，像我们的爱情一样，朴素，却不会褪色。

Symbol of LOVE 升温的小秘密

什么都要成双成对！

↑只要在彼此身边，生活就充满 外套/芬理希梦 T恤/私人物品 裤 梦 长裤/芬理希梦。女：衬衫/芬理 背心/芬理希梦 及膝裙/azona a02 680元。

每一份爱都是独一无二的，

4对情侣
4款定情物

「爱」拼

爱情，我们总想证明它的存在，无论是向别人，还是需要一份存在感。起码，暂时分别的日子，它是我们心里

策划&执行/嘉木，咪姆　摄影/张旭明　化妆/高乔，刘莹　服装提供/芬理希

陪你飞

湛蓝天空，碧蓝海水，细白沙滩。在海边，你不能再要更多。

北海的夏天，你会被催眠成一条鱼。

小琪穿着短裤，在沙滩椅上逍遥地躺着。一只螃蟹从椅子边爬过。

一桶冰块被干净利落地倒在了小琪的身上。他愤怒地跳了起来。

小婕冷冷地看着小琪说，死小子，客人等饮料。

小琪看着小婕冰冷又美丽的眼睛，什么火气都在瞬间消失了。

暑假的空档，他和小婕一起客串海边度假村的Waiter。

小琪最喜欢看小婕游泳的样子，活脱脱一尾美人鱼。可是小婕很少游泳，总是喜欢穿着长袖衬衫。她是那样恬静，总喜欢在夜里对着大海沉思，小琪不知道她在想什么，可是他喜欢看她沉思的样子，看海风吹起她的一头长发，看她永远晒不黑的洁白肌肤在月光下发出像珍珠一样的光芒。

那天半夜，小琪去了海边，看到小婕的背影。

月光淡淡，沙滩似银。海风哭着跑过天空。

小琪沉默片刻，然后说，小婕，我从现在开始追你。

这个夏天，小婕被小琪搞得快疯掉。小琪弹着难听的吉他，穿着可怕的花衬衫在半夜唱歌。小琪练就铁皮神功，永远不会为小婕的拒绝而沮丧。

我没有力气飞了，不愿意再承受折翼的痛苦。小婕说。

在那个海水澄清的日子，小琪放出了一只巨大的风筝。

他牵着风筝对小婕微笑说，我陪你飞。

后来，后来他和她一起完成了一幅画。画上每个人印上了自己的掌印，就像一双翅膀，飞向希望的方向。

Profile

Girl
姓名：龚婕
年龄：22岁
身份：音乐学院3年级学生

Boy
姓名：孙琪
年龄：23岁
身份：画家，自由职业者

恋爱时间：1年零4个月22天

Girl：也许他并不是一个很好的爱人，也许他不是很安全感的男孩。但那是1年零4个月22天之前的他。爱情，可以改变很多，有些是他，有些是我。

Boy：没有遇到她之前，我一直不知道自己到底应该为什么努力，生活，不过如此而已，也许有人说我是不羁，其实我知道自己是活得漫无目的。从来没有想过会为一个女孩子改变自己，但是她，确实有这样神奇的力量。

Part2

紧握住的双手，永远不要分离

↓紧紧相握的双手不想分开！情侣联体手套/芬理希梦 90元。

↑手拉着手，感情在彼此的手心中一点点升温。男：毛衣/私人物品 围巾/私人物品 女：毛衣/华威5层c109 180元。

走在人流当中，我们的双手紧握，有时也会害怕，会被纷扰的人潮将彼此分开，让手指滑脱。用一副紧紧相连的手套，将彼此的手紧握在一起，不分开，感觉是那么好。

Symbol of LOVE 我们的定情物

交缠双手的联体手套

←让我们手牵手走过美好时光！男：外套/ESPRIT 1080元；女：外套/西单华威5层c109 650元。

拼一拼，比一比，看谁比谁更深情……

才会赢

为自己。海誓山盟已经不够，爱虽说无法用物质来衡量，却惟一的依赖和温暖。拥有它们，就拥有着彼此。

梦 日本邮销公司，北京西单华威5层c109，levi's，镇金店，施华洛世奇

37摄氏度的温度

人家说，太阳大气的最外层——日冕的平均温度为200万摄氏度。足够让这世界最坚硬的金属在瞬间完全消失。

而这种温度的爱情，足够融化最冰冷的心。

超用的却不是这样激烈的温度，来攻陷小雨的心的。

外表冷漠的超莫名地对小雨有了好感。那样一个漂亮可爱让人一见就会被她感染，心情一下就舒畅起来的女孩，拥有任何一个男孩——不管他的外表是多么冷傲——都难以抗拒的笑容。第一次见小雨时，超这样想。

第二次见小雨时，超很蹩脚地打着招呼，耳朵都红了。

第三次见小雨时，超勇敢而结巴地要了她的电话号码。

之后，如遭遇灾难般地表示对小雨的好感。

圣诞节时，小雨送给超一条到处都是脱线的有洞的围巾和一双稍微像样的联体手套。

"如果你想和我在一起，就抓紧时间直接说。"她大声对他说出那一句话，有些生硬，犹如训导主任的教诲。

超愣了愣，但很快便被感动，从容地回答：好。

于是，在冬季，小雨和超总是一人套一只手套。手套之间的线是他们无言的感情。

37摄氏度的温度，是最适合恋人的温度。

Symbol of LOVE 升温的小秘密

什么都要成双成对！

↑可爱的对杯，就算只是独自一人喝白水，也会感觉有他在陪。对杯/芬理希梦。

↑两人相处时的幸福，就在那眼神的默契中延伸，直到永远。

Profile

Girl 姓名：陈雨
年龄：20岁
身份：环艺系2年级学生

Boy 姓名：徐剑超
年龄：22岁
身份：电视台摄像师

恋爱时间：3年

Girl：17岁起就和他在一起，曾经被别人说是早恋（笑），不过我一直认为，爱是不分早晚的。我喜欢和他在一起那种令人全身心放松的感觉，他总是会逗我开心，不管我有多少烦恼，都会烟消云散。将一切不愉快全部忘记。

Boy：我喜欢看见她的笑脸。看见她笑，我就会觉得自己是世界上最幸福的人。虽然我们还都很年轻，虽然还有很多很多未知的未来在等待着我们，但是，就算只是为了看见她的笑脸，什么我都能够做到。

Part3

无论去到哪里，一定会在一起

Symbol of LOVE 升温的小秘密

什么都要成双成对！

↑向左走向右走的项链。喜欢这个故事的我们怎会错过。项链/镇金店。

←就像故事一样，我们的爱情要有完美结局！

Symbol of LOVE 我们的定情物

向左走向右走，我们的爱情向前走

↑总想就这样轻轻依偎在一起，分享那难得的缘分带给我们的来之不易的幸福。

↑一个关于缘分的城市寓言，两个因为爱而相遇的人。对我们两个来说，爱情，好像就是这样的。项链/镇金店。

向左走向右走

盛学本来是不会爱上阿哲的。鱼无法爱上飞鸟，良家淑女怎会爱上浪子。

老友繁繁常说，浪子往往外型不差，眼神具备一定的杀伤力。他们大多有不太愉快的童年或是倾心喜欢过年长的艳丽女人，练就对雌性心思的洞察力。何时攻，何时守，何时进，何时退，他游刃有余。

那天，盛学胃中难受，却也勉力去上课。她和阿哲搭乘一架电梯。

出电梯的时候，阿哲很绅士地用手挡住电梯门侧，让盛学先出去。盛学抬头，对阿哲微笑。阿哲顿时一愣。这女人苍白的脸被微笑照亮，让自己的心跳失了一拍。春雨一样温润，闪电一样亮丽地占据了阿哲的心。

于是，阿哲开始热烈地追求盛学。花、甜言蜜语，绅士风度。

盛学淡淡地看着阿哲，无法理解他眼中闪亮的情绪是真正的爱或是一时的激情。

可是，那个在细雨中等待自己的背影，那个看见自己后由衷喜悦的微笑，让盛学慢慢心动。

那天，他送给她一条项链，向左走向右走中的那个女孩。

他自己，留下了那个男孩。

也许曾经有一次次的错过，但是这次，不会了。

Profile

Girl
姓名：盛学
年龄：22岁
身份：中文系4年级学生

Boy
姓名：王哲
年龄：22岁
身份：作曲系4年级学生

恋爱时间：10个月

girl：我们曾经一次次地擦肩而过，从来我都没有想过，缘分会让我们一步一步地走近，直到有一天，我们进入了彼此的内心。

Boy：其实从很久以前我就开始注意她了，和我身边的女孩不一样，她总是那么安静。有时，我们擦肩而过，她会轻轻地看我一眼，就是这样带着一点羞怯的目光，让我觉得很想呵护她。有一天我告诉自己，我们不能这样一次次错过了。

↙珍惜缘分带给我们的美好生活，在一起就快快乐乐。男：毛衣/私人物品。女：毛衣/私人物品。

Part4

满载纯真心意，奔向爱情前方

↑爱情就像水晶，不掺杂一点点杂质。男：[illegible]s。女：毛衣/私人物品。

↑仿佛童话一样，我们的爱情像水晶般晶莹，每一年，我们增加一节车厢，将我们共同制造的幸福美好的回忆，满载，送往我们充满憧憬的未来。

Symbol of LOVE 我们的定情物

满载快乐的水晶小火车

↑剔透的水晶演绎着浪漫的爱情。水晶小火车/施华洛世奇。

→虽然只是小小的一列火车，却是开往我们充满浪漫与诗情的幸福彼岸，珍惜彼此相爱的美好时光，带着它一起上路。

燃情

夜未央。孤单的夜晚映着城市的灯火，让人越发寂寞。

也许等不到天亮我就会死了。丽君坐在麦当劳的巨大玻璃窗前哀怨地叹气。

此刻是凌晨2点。所有的桌椅都被丽君擦得焕然一新。在麦当劳打工的丽君已经过了无数这样的夜晚。

反正睡不着，常常失眠。不是焦灼，不知道为什么，就是单纯地无法入睡。看电视，打电话，总是有无法填满的寂寞。似乎脑袋深处藏着一个永远饥饿的胃。在一个陌生的城市中，孤独是多么可怕。

在映着绚烂七色灯火的积水的路上，丽君骑着车。明天也和今天一样吧。

第二天。麦当劳。

丽君把一个疯狂欺负小女生的小男生从游乐区拖了出来。然后诱拐他给自己吹气球。小男生犹如接受拯救地球使命的超人，高兴地吹着气球。

一个二十岁左右的大男生似笑非笑地看着这一切。

那天，他一直等到丽君下班，然后在凌晨的夜色中问，我能明天请你吃饭吗？

丽君想了想，点头答应。

第二日，丽君坐在麦当劳里享用着垃圾食品，异常满足。

黑夜，丽君有人陪着回家。

丽君生日，他送了她一节水晶的小火车。

如果你愿意，我会让你的快乐用车厢满载，他说。

丽君很安心地睡去，失眠不药而愈。

姓名：朱丽君
Girl 年龄：22岁
身份：大学4年级学生

姓名：王振宇
Boy 年龄：23岁
身份：飞机工程师

Profile

恋爱时间：1年

Girl：跟他在一起，虽然也会吵吵闹闹，但是回想起走过的日子，却总是充满幸福的感觉。他总说，会让我幸福、快乐，让我远离尘世中的忧愁。我相信他，一定做得到。

Boy：我向往的爱情是非常纯洁的，天真的，不那么世俗的。当我见到她第一眼的时候，我就知道，这个女孩是可以与我共同分享这样的爱情的。那一刻，我便对自己说：让她幸福是我的责任。

Symbol of LOVE 升温的小秘密

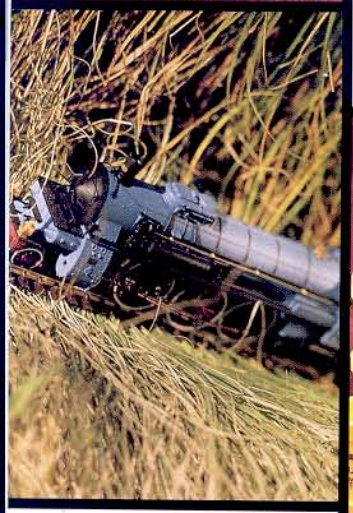
什么都要成双成对！

↑童话般的爱情需要我们慢慢营造。

→手表和钥匙链/芬理希梦。晶莹的雪花像我们的感情一样，纯洁，剔透。

泰迪熊兄弟的“读书时间”。

整齐排列的小火车，令人爱不释手。



芭比穿着华丽的礼服，成为人们眼中的焦点。

策划/咪姆 执行/咪姆、何从 摄影/杨国伟、张旭明（紫羿云天） 鸣谢/MATTEL EAST AEIA LIMITED、北京英科铁道模型公司、发条怪兽玩具店、文爽玩具熊设计中心、艾格、九宵酒吧

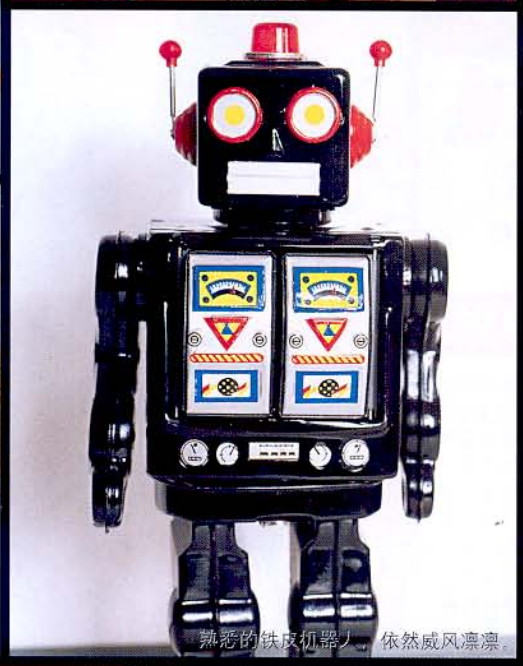
收工回来的农夫泰迪，迎着斜阳惬意无比。

玩具，我们

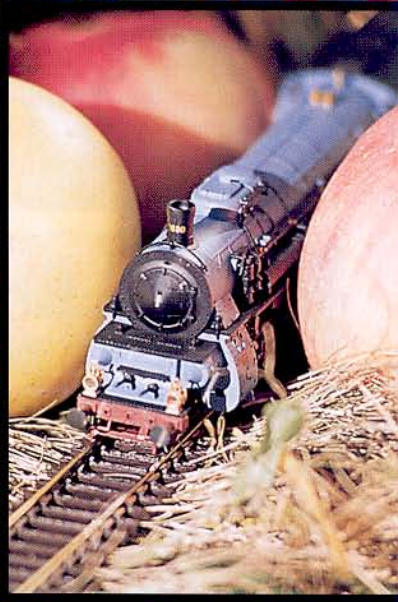
鸡妈妈心满意足地带着小鸡宝宝回家。

我们热爱所有能够给我们带来快乐的东西，热爱每一种新鲜如浆果般丰盈的生活态度。因为，那些曾经陪伴我们成长的玩具，如每一个新年钟声从不远离我们。玩具不仅仅是一种回忆，更是我们的终极热爱。

那曾经在黑夜里时常陪伴我们入眠的熊宝宝，那曾经寄托着我们对爱情美好憧憬的新娘娃娃，那些在寂寞日子里打发孤独的发条机器人……在今天，就让我们把玩具的生活方式进行到底！



熟悉的铁皮机器人，依然威风凛凛。



每一种玩具都令人爱不释手
每一段玩具的回忆都历久弥新
我们的生活因玩具而精彩纷呈

的终极热爱

成功返航的小小宇航员。

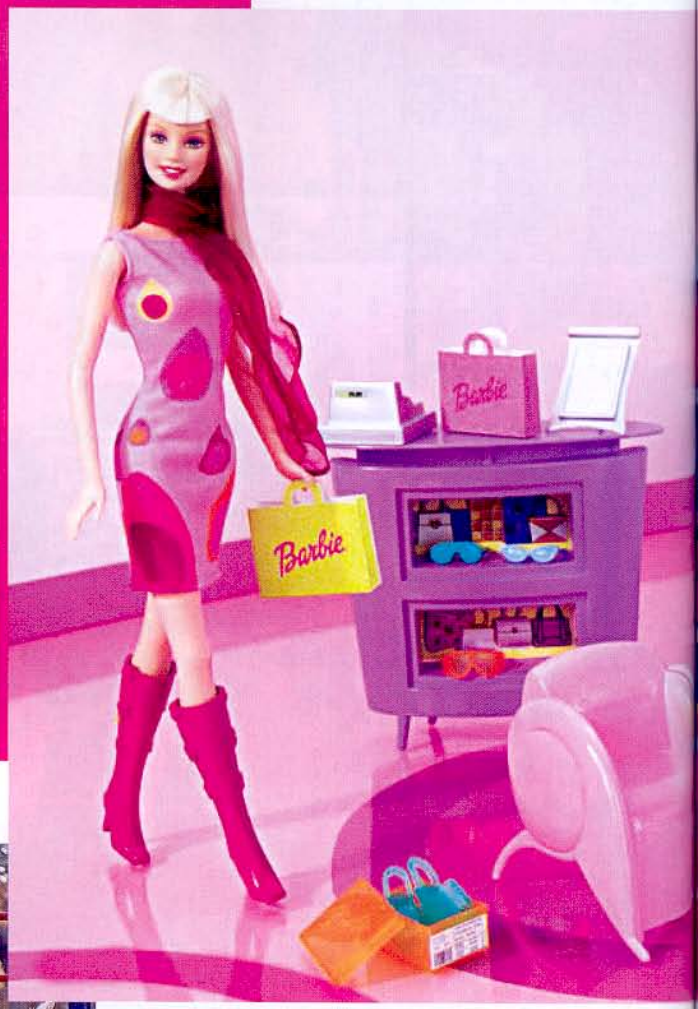
造型各异的铁臂阿童木，神气十足。

BARBIE

终极热爱之最童话

浪漫天使芭比

每一个女孩都梦想着长大能够成为像芭比一样美丽智慧的女孩子，芭比是她们深藏在心中的某个甜美梦想。今天，当邻家女孩出落成OL，她们依然难以忘记芭比这个美丽如梦幻般的女孩。



芭比简历

姓名：芭比
性别：女
出生日期：1959年3月
血型：不详
性格：诚实、温柔
原籍：美国

芭比女孩档案

姓名：葛晓华
性别：女
出生日期：1980年3月2日
血型：A
性格：活泼、可爱
职业：音乐公司职员
热爱理由：她是我的梦想和目标。

芭比的美丽故事 I

就像任何一个大发明一样，她的开始来自于一位幻想者的一个突发奇想，她就是RUTH · HANDLER女士，MATTEL玩具的创立者。一天她看到女儿巴巴拉在玩纸娃娃，就想为什么不做一个玩偶给小女孩玩，并让她们从玩偶身上看到自己未来的梦呢？于是罗丝就与她的丈夫设计出了孩子们梦想中的女孩——芭比。

不经意间，她给了世界一个惊喜。1959年，在纽约玩具交易会上，出现了一个令挑剔的玩具批评家都感到吃惊的“女孩”，从前没有人看过一个如此小而且复杂的玩偶。这个“女孩”轻而易举地捕获了所有人的心。不久，越过美洲小女孩的怀抱，全世界知道了这个叫“芭比”的娃娃。芭比成为了女孩心中的梦，成年人和孩子都在收集她、宠爱她，今天她在全世界仍然是最热卖的玩具之一。她的名字就是——芭比。

ps. 左侧的芭比娃娃是JIORGIO ARMANI特别为芭比设计的一款充满精致感与华丽感觉的晚礼服。

芭比女孩的热爱情结

记得第一次见到芭比的时候我已经上中学了，但见到她的第一眼，我就被她的美丽吸引，她简直就是我心中天使的化身。

随着年龄的增长，我的芭比情结却越陷越深，越是长大越想拥有更多美丽、可爱的芭比。朋友们时常羡慕我家中不同造型的芭比娃娃，小时候的心愿就是做一个像芭比一样美丽、智慧的女孩。刚刚参加工作的我，心中的梦想依旧没有改变，我希望像芭比一样从容地被多数人接受，用我的美丽与智慧开启一片精彩的天地。

芭比的美丽故事II

与全世界所有女孩共同成长的芭比，在今天也勇敢挑战着自身的角色。今天的女孩，已经不再希望只拥有漂亮的脸蛋和姣好的身材，她们希望自己有满意的工作，能赚钱，还要有丰富的娱乐生活。于是，芭比开始穿起低腰喇叭裤，服装也越来越与流行同步。在过去的数十年间，芭比总爱逛街、和肯尼约会、偶尔遛狗，或是在后院BBQ，但她今天已经不满足这样的生活，她的身影出现在咖啡馆、服饰店和酒吧。她们有自己的嗜好与喜欢的工作，芭比的身上充满了浓郁的都会女子色彩。不仅如此，芭比还有各自的交通工具，搭地下铁，拉风跑车与摩托车，一分努力换来一分收获，芭比在她所热爱的生活中变得越来越感性，越来越美丽。

今天的芭比还出现了不同种族与肤色，或是与时代背景有关的身份。女孩们不约而同地自我期待着成为如同芭比般美丽的女孩。于是在今天，这个自由宽松，充满无限可能与机遇的时代里，芭比成就了女孩的梦想，继续扮演着女孩心中完美天使的角色。

TIPS

关于芭比的“奇迹”

- 芭比的生日是1959年3月9日。
- 芭比的全名是Barbie Millicent Roberts（芭比密莉森·萝勃兹）。
- 芭比来自美国威斯康辛州就读于威洛市的威洛中学。
- 芭比在全世界超过150个国家在贩卖。
- 全世界每1秒就有3个芭比被卖出。
- 为芭比娃娃专门设计生产的鞋子已超过10亿双以上，并每年以超过100万双的速度持续增加。
- 1959年起芭比和她的朋友们被生产超过10亿个。
- 芭比拥有超过500个专属造型设计师。
- 若将卖出的芭比头脚相连可环绕地球7圈以上。
- 平均每个美国小女孩拥有9个芭比。
- 目前每年约有120件新款芭比装推出上市。
- 新娘礼服是最畅销的服装，估计已卖出500万套以上。
- 芭比的五个姐妹：1964年上市的巧比、1966年出品的杜蒂、1992年的史黛西、1995年的小凯莉及1999年发行的小克莉丝。

哪里能找到芭比

北京、上海、广州的各大百货公司都能见到芭比的身影

终极热爱之最经典

幸运宝贝泰迪熊

当女孩遇见泰迪，所有的钟情不亚于公主遇见了王子。泰迪轻而易举地赢取了全世界女孩的芳心，它的娇憨与可爱融化了每一缕投来的目光，温暖了每一个与泰迪亲密接触的拥抱。

泰迪熊简历

姓名：泰迪
性别：男
出生日期：1898年10月
血型：不详
性格：诚实、温柔
原籍：德国

泰迪熊女孩档案

姓名：Smileo
性别：女
出生日期：1979年3月4日
血型：O
性格：活泼、可爱
职业：广告公司职员
热爱理由：一见倾心，再见钟情

泰迪熊设计师小档案

姓名：丁文爽
性别：女
出生日期：1971年7月8日
血型：AB
性格：内向、安静
职业："文爽熊"设计师
热爱理由：设计制作泰迪熊，给了我无限遐想的空间。

女孩与设计师的对话

Q：先谢谢《瑞丽服饰美容》的小编给我这样一个可以和设计师面对面的机会……虽然我收藏了很多泰迪熊，但是直到今天我还对泰迪熊的定义感到很模糊，到底什么是泰迪熊呢？

A：泰迪熊分两种，一种是供爱好者收藏，它们是专门为一些纪念日制作的限量版小熊，这些泰迪熊的价格比较昂贵。另一种是批量生产的泰迪熊，它们的价格要比收藏版的泰迪熊便宜了很多，适合所有热爱泰迪熊的朋友购买。

一个品质上乘的泰迪熊应该包含以下四个特征：

1、四肢的关节可以活动，并且是金属材质。

2、每一只泰迪熊都包含了设计师强烈的设计感，有一定的主题情节在里面。

3、泰迪熊的皮毛应该是安哥拉山羊毛。

4、上乘的泰迪熊都应该是设计师亲手缝制的，在它们身上你会找到它们的出生日期……

Q：问个八卦问题吧，如果现在把你放逐到只有你一个人的无名小岛，你希望带上一个什么样的小熊做伴呢？

A：（笑）哈哈，这个问题我还没想过，不过从今天开始我要制作一个跟我老公一模一样的泰迪熊，把它时刻带在身边。

哪里能找到泰迪宝宝

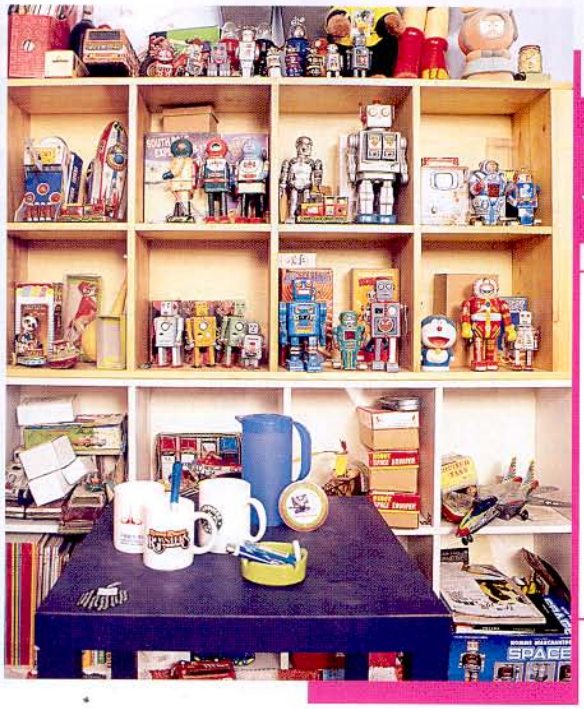
北京市朝阳区工体北路甲2号盈科中心 北京太平洋百货盈科店五层文爽熊专柜

TIPS

关于泰迪熊的故事

●世界上第一只泰迪熊诞生于1898年的德国贵族家庭。后来欧洲许多国家都相继仿制。第一只人格化的泰迪熊1902年在德国问世，它的四肢都装有可活动关节。直到20世纪中叶泰迪熊才真正进入千家万户。

●关于泰迪熊的叫法有两个传闻。第一个据说是德国STEIFF公司（历史最悠久的玩具熊公司），为了打入美国市场，便以当时美国总统罗斯福的乳名命名。另一个说法是，罗斯福总统在一次野外狩猎时，救了一只小熊，人们为了感谢他便用他的乳名给玩具熊命名。



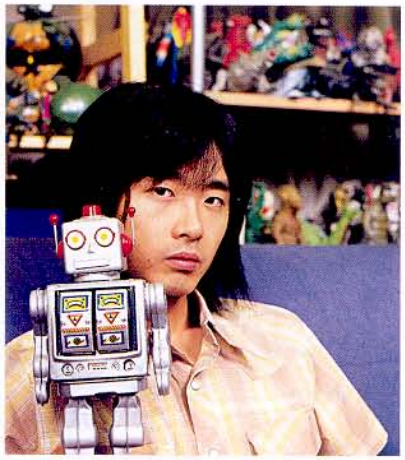
终极热爱之最怀旧
发条怪兽的70's派随想

铁皮玩具

有一种东西越久远越珍贵，越值得我们珍惜，铁皮玩具上斑驳的锈痕也许能证明岁月从它们身上划过的痕迹，那些当年拿着铁皮玩具当宝贝的大宝贝们，今天仍对它们念念不忘。

性别：男
出生日期：20世纪70年代
性格：可爱、内敛

那个年代，我们终于有了属于自己像样的玩具。记忆仿佛永远不会因时间的久远而褪色，历久弥新的童年回忆也许是我们典藏所有铁皮玩具的理由之一。



铁皮玩具男孩档案

姓名：彭磊
性别：男
出生日期：1976年10月4日
血型：B
性格：内向、安静
职业："新裤子"乐队主唱
热爱理由：它们让我想起了小时候

采访手记

采访之前，我一直为铁皮玩具的背景资料发愁，因为它没有显赫的身世背景，没有丰厚的岁月沉积。然而，当我来到彭磊的小店，扑面而来的铁皮玩具，立刻唤醒了我儿时关于铁皮玩具的记忆碎片……

2004年1月21日　星期二　天气阴有小雪

这一天如王菲的新歌里唱的：白云苍白色，天空灰蓝色……在一个叫钱粮胡同的深处，我找到了他的小店——"发条怪兽"。它小得几乎要被错过，我一遍遍确认这里的门牌号，确认这个看起来有些苍凉味道的"发条怪兽"。

推开门的第一感觉就是丰盛，眼睛大餐的时刻来得太突然，让我的惊喜和满足无以言表。铁臂阿童木、怪物太郎、机器猫、圣斗士、米老鼠……当漫画书里的人物，一个个如此丰富、立体地出现在眼前时，那种孩子般单纯的快乐势不可当。

在他的小店里，一个专门的木柜上摆放着形形色色的铁皮玩具，仿佛看到自己小时候的"百宝箱"。上发条的小小机器人、推球跑的小狗、会蹦的小青蛙……瞬时觉得时间倒转了很多年，仿佛乘着机器猫的时光机又回到了从前。

彭磊告诉我，这些20世纪70年代的铁皮玩具是他典藏的精品。这时，彭磊拿起一个机器人，给它上足了发条。这个明就是每个孩子当年的梦想，拥有铁皮玩具，仿佛就拥有了全世界。彭磊说，"唱歌是我的兴趣，收集玩具让我感到快乐。"拥挤的空间里，彭磊用来编曲的电脑也混迹在铁皮玩具中间。我猜这里一定是他的宝地，灵感和激情的圣土。

透过货架，我看到窗外的雪花渐渐大了起来，北京这个冬天的雪可真多，不知道天地一片白色后，是不是也会让我想起单纯的童年时光……

TIPS

铁皮玩具的相关资料

●20世纪70年代的铁皮玩具多数是沿海城市制作的，以广州生产的质量最好，外形最酷，当年一个普通的上弦铁皮玩具5元左右。

哪里能找到铁皮玩具

北京市东城区东四钱粮胡同西口　发条怪兽玩具店

终极热爱之最纯真

开往春天的小火车

记得电影《鬼马小精灵》里，为拯救心爱女孩的父亲，而失去了重返人间机会的小幽灵Casper，孤独地在自己的玩具屋里，开小火车玩。他的眼泪滴答滴答掉下来，小火车开过来开过去，他也渐渐有了欢颜……

精致的电动小火车就这样载着梦想，鸣着骄傲的汽笛前行着。勇敢的我们，永远在路上。

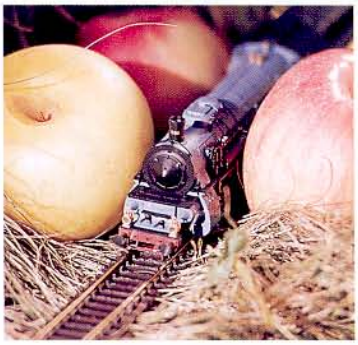
电动小火车男孩档案

姓名：TOM
性别：男
出生日期：1979年 2 月4日
血型：O
性格：动静皆宜
职业：电信公司职员
热爱理由：承载了我童年的梦想

开往童年的记忆

渐行渐远的村庄和火车的汽笛声，这样的画面时常在我梦中出现。沙盘上飞驰的小火车也是我梦境中的一部分。儿时纵使再简陋的小火车，也是每一个男孩的梦想。机械的，精致的，充满动力学与机械学原理的小火车成为了我今天一笔奢侈的开销。

坐在地上，看着铁轨上飞驰而过的小火车，那种放松惬意的感觉连自己都解释不清。旋动按钮，当我看见又一辆崭新的小火车启动出发时，我的心情和灵魂就这么轻而易举地随着它驶回到我那些曾经简单快乐的时光。热爱并收藏它们，就是在收藏我纯真年代的点点滴滴。



电动小火车

精致的东西永远让人过目不忘，在这份精致的背后承载着许多少年开往梦想彼岸的憧憬。伸向远方的轨道，沿展着每一个年轻人关于理想关于未来的方向。我们心中那列火车，必将穿过冬天开往充满希冀的春天。

性别：不详
出生日期：20世纪70年代
性格：梦幻

TIPS

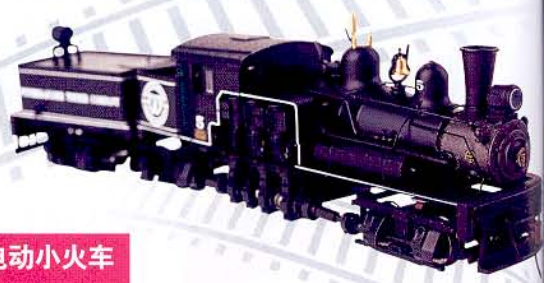
百万城火车历史

●1989年　Bachmann欧洲公司注册了Branchline商标品牌，该品牌产品主要是英国干线铁路的玩具铁路模型。

●1992年　Bachmann欧洲公司全面收购欧洲著名的玩具铁路模型品牌Liliput（利利宝）的工厂和她的德国销售公司，并全面负责在欧洲发展Liliput的业务。

●1994年　Bachmann美国公司注册了Spectrum商标品牌，用来生产更高标准的玩具铁路模型，也开始了这个品牌的产品在美国连年得奖的历程。

●1995年　Bachmann中国公司成立，取中文谐音“百万城”，主要销售公司所生产并拥有品牌的玩具铁路模型和其他玩具，1999年，公司通过中国铁道部门实地考察并获得授权生产中国系列的玩具铁路模型。



哪里能找到电动小火车

北京市海淀区西直门外大街　大柳树 2 号　英科铁道模型

沙医生整形美容专科医院

美国先进的技术与设备

为你创造美丽

■ 新型无疤痕隆乳术

应用美国先进的内窥镜隆乳术，只须在腋窝顶取一微小切口就可完成手术，术后切口不被察觉，该术式有效改善小乳、平乳、垂乳，外形、手感柔软逼真，即使您爱人也无法侦破您乳房丰满的秘密，不影响妊娠和哺乳。

美国Mentor公司的乳房假体无毒不致癌，保持长久，免除您后顾之忧。

先进的静脉安定技术可以使手术在睡眠中进行，无痛无恐惧的您一觉醒来，美梦成真。

■体外超声波减肥术 (E.U.A)

目前效果好、恢复快、无痛苦、不反弹的减肥方式——体外超声减肥术。

体外超声减肥只需超声探头在减肥部位表面皮肤轻轻划过，通过强大的超声能量轻而易举的将皮下脂肪击碎，使之乳化吸收达到减肥的目的，同时它可以使减肥后的肌肤强烈收缩绷紧，富有弹性。该设备的另一大优势是想减哪就减哪。

■ 改变脸型

生活中，不完美的脸型种类很多，现代颅颌面外科技术可以改变这一切。应用专用的电动骨锯、娴熟的外科手术技巧。虽然不能象电影描述的那样把一个人变成另外一个人的模样，但我们确实能够改变您的脸型，使您变得更漂亮。

请注意我们手术是在口腔内进行的，我们大大提高了手术的技术含量。

■ 内窥镜除皱术

美国先进的内窥镜除皱术，现在终于在中国登陆，其优势是借助专业内窥镜不需常规开刀，既可除去面部皱纹及鼻唇沟，并同时上提眼角、嘴角，因为不需常规开刀，因此恢复快，无痛苦。美国式的手术是你从来没有看到过的。

大医美容广证字（2002）02号

大连咨询电话：0411-3637799、3626655　上海咨询电话：021-64361313
网址：www.shayisheng.com　E-mailshayisheng@shayisheng.com
我院免费接机接站　节假日不休息

NEWS OF THE NEW BEAUTY ③

轻启樱唇，瓷釉光彩——雅诗兰黛新“纯色润彩唇釉”

喜爱唇彩的女性永远都在找寻完美的产品——光泽耀眼，质地平滑不粘稠，容易上色，且色彩持久。雅诗兰黛最新的“纯色润彩唇釉”足以让每个女性怦然心动——它的配方与其他任何唇彩都不相同，它更稀薄清爽，拥有更眼花缭乱的充满活力的色彩；特别是那粉色的简洁小方盒包装更让人难以抗拒，禁不住想搬回家把它们整齐地排放在梳妆台上！

“水与儿童·健康未来”碧欧泉在中国的实际行动

从现在至2005年，碧欧泉·中国，将积极资助及配合联合国儿童基金会中国委员会的“水与儿童·健康未来”儿童饮用水工程，改善中国儿童的饮水环境，并在更多人群中做宣传，引起人们对于水及儿童问题的关注。

凡售出一瓶BIOTHERM碧欧泉的镇牌之宝AQUASOURCE活泉水分露或是SOURCE THERAPIE温泉水元素精华，其中就有十元是捐助给联合国儿童基金会用以改善儿童的用水饮水环境。

欧莱雅家族新成员——小护士

2003年12月11日欧莱雅集团刚签定了收购中国护肤品牌小护士的协议。小护士创立于1992年并开始在中国市场销售，预计2003年销售额可达四千万欧元。小护士品牌是中国市场上三大护肤品牌之一，市场占有率达到5%。收购小护士品牌为欧莱雅集团加快在中国市场的业绩增长提供了一个极佳的机遇，这是欧莱雅集团在中国发展所迈出的重要一步。

清新的水分，更清爽的肌肤 LANEÍGE兰芝基础护肤系列

美丽的肌肤源于滋润和清爽。用新鲜的水分塑造透明清爽肌肤的LANEÍGE兰芝水分净化护肤系列，以LANEÍGE兰芝独有的深层补水系统(Water Pump System)和调理角质功能净化肌肤滋润清爽，每天带给您欢乐生机！

香奈儿净白系列 缔造白皙、匀亮的肤色

2003年，PRECISION以专业技术开发了全新净白系列产品，推出了4款含有香奈儿独家成分，活性因子光剂C II的新品，它们具有极致的美白功效。2004年，在不断精益求精的信念策动下，PRECISION再度推出了6款创新、优异的新品，使净白系列更完整。全系列现在包含9款功能互补的产品，它们在协同作用下能达成最完美的效果。

雅诗兰黛推出最新“全日防护复合面霜/乳液SPF15”

雅诗兰黛推出最新“全日防护复合面霜/乳液SPF15”，它包含一种有效的类似鸡尾酒式的抗氧化配方，这种鸡尾酒式的配方共含有8种有效

的抗氧化物质，能够直接地，持续地起到抗氧化作用，同时又能激活肌肤自身的防御系统。只要轻轻敷上雅诗兰黛“全日防护复合面霜/乳液SPF15”，即可迅速滋润肌肤，并及时瓦解体内能引起老化的细胞自由基间的联系。

如“金”的肌肤 雅芳新活金致霜

雅芳护肤研究中心，撷取“古黄金”神话精髓，结合“新黄金”尖端科技，独创含金“智慧微囊”的雅芳新活金致霜，可迅速改善熟龄肌肤因代谢缓慢导致的肌肤粗糙晦暗问题，让你肌肤如“金”一般光洁柔滑。

护肤双重功效 集韵être belle

已经行销全球40多个国家及地区的德国être belle化妆品，由德国生物学专家与瑞士生化科技研究院共同合作研制。高超亮丽的珍珠补水，典雅珍贵的23k滋润金，瞬间的美丽控时……造就品质一流的护肤品十大系列，还有溢彩焕丽的彩妆系列。品种齐全搭配自由，适合个人护理，大型专业美容美体及水疗SPA中心使用。être belle创造新世纪科学护肤理念，融合天然高科技神奇造就，让您感受保养兼治疗的双重功效。

个性时代的趋势预言，——威娜演绎2004年美发趋势会

岁末的北京并不会因寒冬而放慢时尚的步伐，人们依然用各式各样的方法来告别温情的2003年，诉说对2004年的憧憬。2004年将是怎样的一种生活状态，2004年的头等大事秀味何来？2004年的时尚还依旧吗？今年的威娜演绎2004年工作室设在比利时时尚圣地安特卫普，于是，来自世界各地的顶级发型设计师根据未来的主流趋势创作出引领2004年的潮流发型。

关爱女性 铸造美丽 碧斯为世界小姐锦上添花

碧斯作为一个拥有32年专业美容历史的国际品牌，获得“第53届世界小姐总决赛组委会指定美容美体护肤化妆品”殊荣，备受各界人士青睐。作为一个有医学背景的国

际品牌，碧斯以“关爱女性，将美丽，时尚与财富带给所有的女性”为品牌价值核心，散发着美丽，时尚，对女性关爱备至的魅力，碧斯的品牌特征与世界小姐评选的宗旨“美丽，健康，和平，慈善”相得益彰，为世界小姐大赛锦上添花。

（图片：雅兰国际总裁何毅彬先生与世界小姐机构主席及首席评委朱丽亚·莫莉小姐合影）

“超级模特”是一档大型时尚舞台秀电视节目，由欢乐传媒上海万芳文化传播有限公司制作，它以PARTY的形式表现了全新概念的模特比赛。

播出时间：每周一次，次周重播

播出频道：上视生活时尚频道等全国70家电视台

漂亮美眉锁定《超级模特》

零距离接触《超级模特》

《超级模特》屏幕里的模特大本营

想接受模特的专业训练吗？来《超级模特》就能梦想成真，平凡的你也有机会从生活走向舞台，成为一颗闪亮的“超模之星”！

策划&执行/徐楠　摄影/吴家辉（模特）　阿嘉（《超模》节目组人员）　发型/Michael化妆/崔时勇　模特/徐佳佳　服装提供/MNG品牌淮海店　部分图片提供/《超级模特》节目组

走入幕后
"超模"触手可及

幕后揭秘 花絮串烧

荧屏中、T台上，常常见模特光鲜可人，殊不知这些天使在上台前可要经过各方面的层层选拔与培训，其间的打造过程是相当复杂又趣味横生的。『超级』模特当然要用『超级』标准去要求啦，就让我们一起走入模特『加工厂』，听听各位幕后高手的心声，看他们如何倾心打造『超模』。

后台制作流程 一睹为快

节目组全员

↑他们为了把栏目做好，经常在一起互相"揭短"。这不，总监正在听取下属们的批评意见。

模特统筹

职责范畴：
负责模特甄选和模特服装

↑告诉这位参赛美眉栏目的具体要求，其他美眉们也都快去一试吧！

后期制作

职责范畴：
负责节目的美[illegible]辑，并担任现场[illegible]。

↑斟酌斟酌再斟酌，好片子就是这么出来的！

现场导演

职责范畴：
负责节目录制的排演和现场调动

↑现场中，导演是一个活跃的核心人物，现场外，难得有闲情的他也会想想心事。猜猜他这会儿在想什么？

策划组

职责范畴：
节目初期的策划及部分的执行工作。

↑策划会议好不热闹，一个又一个优秀的方案通过激烈的讨论终于诞生了。

宣传组

职责范畴：负责节目的媒体宣传工作。

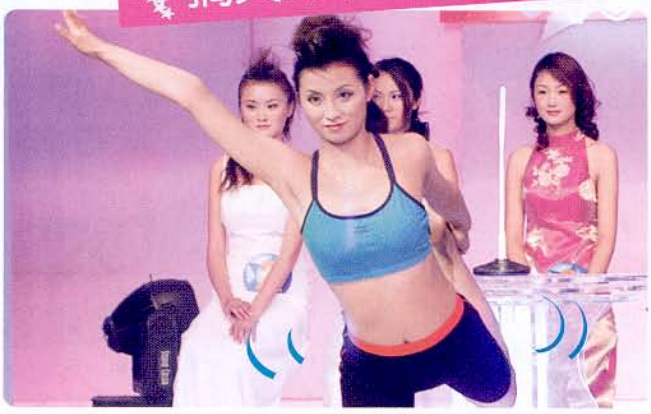
↑下期节目的预告出来啦，得大力宣传宣传。

数码工作室

职责范围：
负责《超级模特》的宣传片制作、LOGO制作、背景设计。

↑幕后英雄们，把脸转向镜头！

搞笑片场 精彩纷呈



↑拍摄这段时，当模特刚说完“看我站得有多稳”，立刻人仰马翻。

↑男主持人刘仪伟差一点儿就拜倒在公主的美丽的石榴裙下了。

↑主持人和模特之间演出了一场“角斗士”。

男主持刘仪伟
因为要扮演可恶的“魔鬼”，
应导演要求，
要戴上一副假牙套，
一直要咬着这个牙套
真是件痛苦的事，
最后刘仪伟实在忍不住了，
在台上就直流口水，
真是“一世帅名毁于一旦”。

工作人员 实话实说

侯裕峰 制作总监

《超级模特》立志打造最耀眼的模特新星，我们有信心在参赛的模特中将会出现下一个国际名模！

吕滨 模特统筹

经常要去全国各地征选模特，有时一个月会有大半个月在外地出差去挑选模特，看得眼花、头晕，心不跳。

胡巍杰 现场导演

录制现场的很多临时情况都需要我们工作人员的全力配合，整个节目组就是一个大家庭。

许刚 策划

每次节目我都要根据不同的主题内容进行音乐编辑，也要配合服装设计师进行每场主题服饰的设计。

柯珂 策划

我们精心策划制作节目，把美的享受带给观众，更给了那么多向往T台的年轻人一个展示自我的机会。

王蔚 助理执行制作

只要观众喜欢了，我们再怎么辛苦也是非常值得的。期待大家的关注，也希望观众朋友们能多提宝贵意见。

张昕梅 制片主任

观众们在电视中看到的精美的道具，很多都是我们自己设计并制作的，怎么样，不错吧？其实在做节目的时候注重细节也是非常重要的。

胡少康 策划

“痛并快乐着”是我做《超级模特》的最大感受。制作节目是辛苦的，特别是几个通宵下来后，一双双通红的眼睛互相对视，让人想到了“吸血鬼”，哈哈哈……

范艳 宣传

我的主要任务是用文字把节目中的精彩部分介绍给读者，激发大家收看电视的兴趣。让更多人知道《超级模特》，喜欢《超级模特》。

《超级模特》
诚邀“超模”出场

名模点评《超级模特》

在《超级模特》中大家除了能看到新人辈出外，还可以一睹名模风采，看她们当嘉宾主持，欣赏她们妖娆多姿的走秀，听她们对《超级模特》的畅谈。

考验心理素质是一大特色

谢东娜
《超级模特》“禅”嘉宾主持

Q 你怎么评价参加《超级模特》的那些新人？你认为“超模”身上最重要的是什么？

A 我觉得这样一个节目能很好地锻炼模特的心理素质。其实模特的魅力是一种富有吸引力又惹人喜爱的品质，它不是华贵入时的装扮所能代替的，而是一种涵养、气质的综合体。

别具一格的氛围和场景

路　易
《超级模特》“冰河世纪”嘉宾主持

Q 你觉得《超级模特》最成功的地方在哪里？

A 从我主持的那场节目来看，我觉得氛围特别好，一开始的场景是一个巨大的雪球冰窟，一场鹅毛大雪，我们穿着皮毛衣服，冒着猛烈的大雪艰难前行……这种感觉就像在远古的冰川时代，很刺激哦！

娱乐、比赛、欣赏是三元素

郭　桦
《超级模特》评委

Q 从评委的角度而言，你觉得这个节目怎么样？

A 《超级模特》可以说是国内惟一一个有关模特的娱乐性节目，它以非常轻快非常有趣的形式去挖掘模特。其实这种节目在国外倒是很多的，通过电视媒体向大众传输信息，集娱乐、比赛、欣赏于一体。

未来超级模特的起点

岳　梅
《超级模特》“秋天的童话”嘉宾主持

Q 作为一名专业模特，在主持这档节目时感受如何？

A 《超级模特》不能算专业的模特比赛节目，但它能从一个很好的角度给刚出道的模特提供平台，让新人有机会展示自己的才华。

文化素养让人更有魅力

王海珍
《超级模特》“罗马风云”嘉宾主持

Q 参加《超级模特》的模特年龄似乎越来越小，你是怎么看待这种低龄现象的呢？

A 我觉得这样不是很好。模特不只靠脸蛋和身材就可以胜任，还要有对服装的理解和良好的文化底蕴，很小的时候没有好好学习，以后肯定会后悔。所以年轻时还是别忘了学习。

董萍美容　科技为本

董萍美容企业历经15年持续发展，已成为国内美容界标志性企业。它以先进的设备为基础，以专业的医疗技术作保障，凭借科技为本、持续创新的经营理念，一直引领着美容界的潮流。

国际整形前沿项目　打造明日之星

◆骨延长增高术　一次可增高6cm-9cm，无痛苦，恢复快，10天即可出院。
◆男女生殖器修复术　阴茎增粗、加长术，由男医生专诊。阴道收紧术、处女膜修复术，由女医生专诊。
◆改脸型术　利用德国微型电动骨锯，得心应手地去除下颌角、颧骨突出、上颌前突、下颌前突、一次性修塑瓜子脸。
◆快速胖脸变瘦脸术　注射法只需一次，安全可靠，见效快。
◆美国体外超声+瑞士共振吸脂术　体型雕塑，全身各部位，包括细小部位，精准到位，操作时间短，无痛苦，彻底均匀，恢复快，不反弹。
◆乳房整体塑型术　国际一流的隆乳技术，腋下高位，30分钟完成，不拆线，表面无切口。
◇国际一流乳房假体（美国Maghan）
◇国际二流乳房假体（法国ES），光洁面、绒毛面、水滴状、圆润状任你选。
◆董氏美容整形项目
◇隆鼻术、自体软骨翘鼻尖、收鼻翼、拉长鼻，矫正朝天鼻、驼峰鼻。
◇眼袋扶平，眼型拉长，不外翻，5天脱痂，无线状疤痕，恢复快。
◇创新开眼裂，伴双眼皮术，小眼睛变大眼睛，魅力眼睛重现。
◆皮肤转移、拉皮除皱术　额头、眼角、全面部大面积提升，无任何损伤、不肿、不红，午休时间即可完成，术后即可参与社会活动，两天可以洗头。
◆细胞移植修复各类疤痕　凸起性、凹陷性者可扶平。
◆丰太阳穴、丰额头、丰眉骨、丰颧骨、丰下颌。
◆睫毛、眉毛种植术　让你拥有长长的睫毛和眉毛，从羡慕别人到被别人羡慕。

英国NLITE闪烁光子除皱仪——时尚先锋

董医生率先从英国引进的两台NLITE闪烁光子除皱仪，先后落户上海和大连，风靡两地。NLITE闪烁光子除皱仪，安全可靠、无任何损伤，只需一次闪烁光子照射，不但去除面部皱纹，还可使皮肤收紧、细腻、富有光泽。中国光子第一人董医生多年临床总结了一整套独特的光子美容技术，IPL彩光版光子在嫩肤的基础上，可以更全面解决皮肤问题。

董医生在日本研修时与中岛教授合影

女人要做女人的事，美容事业是女人的最佳选择
董医生科技美容专业店全国招商
加盟董医生，赠送高品质光子嫩肤仪一台。
技术董医生负责了！

大医美容广证字(2002)第18号

地址：大连市西岗区大胜街9号（市政府北门对面）　热线电话：(0411)3608389，3604507，3604936　传真：(0411)3699590
网址：www.DongPing.cn　E-mail:700a@sohu.com
上海市南京东路61号611室　热线电话：(021) 63225579，65265943　传真：63225627

巨刊巡展多米诺挑战赛

北京赛区实况10月25日

团结协作，小心翼翼

因为坚持所以得到胜利的喜悦

捐款区精美的“爱心换购”物品引人注目

“瑞丽巨刊 和你在一起”

踊跃参与有奖游戏的现场观众

年龄最小的多米诺游戏参与者

2003年8月至12月举办的“爱在瑞丽　巨刊传情”活动已经落下帷幕，此次活动是《瑞丽》杂志社与中国扶贫基金会新长城项目合作的大型公益活动，旨在号召大家为贫困大学生奉献爱心，帮助他们完成学业，成就梦想。

为了向社会传递呼吁爱心的信息，《瑞丽》杂志社特别制作了一本世界上最大的杂志作为此次活动的爱心大使，这本获得吉尼斯世界纪录的巨刊在北京、广州、上海举办的“爱在瑞丽　巨刊传情——多米诺骨牌挑战赛”现场与广大读者见面。一边是选手们通过自身的劳动启示人们，每个人就像一张小小的骨牌，看似微不足道，但在千万张如潮的组合中，每张骨牌又都起着推波助澜的强大作用，提醒大家勿以善小而不为，希望大家能为贫困大学生伸出援手；另一边是《瑞丽》杂志社准备的各种产品，为大家提供爱心换购的机会，所得款项全部捐赠给了中国扶贫基金会新长城项目。

在2003年12月10日召开的爱在瑞丽巨刊传情——吉尼斯巨刊颁奖典礼上，《瑞丽》杂志社将通过此次活动所募集的现金、实物及其他赞助折合人民币共计1,086,685.20元的支票送到了新长城项目负责人手中，至此，《瑞丽》又翻开了饱含爱心的公益新篇章！

特别鸣谢：SPARKLE　HUSH PUPPIES

现场观众与巨刊合影

捐款区前人头攒动

别出心裁的多米诺骨牌为巨刊揭幕

不慎倒牌

多米运动专业培训师在向参赛选手讲解比赛规则

北京赛区全家福

广州赛区实况11月15日

现场观众兴致勃勃参与有奖游戏

顺利启动的开牌

广州赛区全家福

校园歌手，现场倾情表演

倒牌后更

爱在瑞丽巨刊传情——吉尼斯巨刊颁奖典礼12月10日

↑新闻发布会现场

↑我社向中国扶贫基金会捐赠支票

↑中国扶贫基金会向我社颁发公益奖牌

↑特困大学生代表的演讲

↑吉尼斯世界记录英国总部官员向我社颁发世界纪录证书

↑SPARKLE服饰产品推广总监何双宏先生向特困大学生代表捐赠冬衣

←与会领导(左起)
中国扶贫基金会新长城项目：李利主任
《瑞丽》杂志社：赵济清社长
吉尼斯英国总部代表：
Mr. Alistair Richards Ms. Mary Hill
期刊协会会长：张伯海先生

→期刊协会会长张伯海先生讲话，倡导更多的媒体像《瑞丽》这样参与公益事业，关注公益事业！

上海赛区实况12月5日

码牌即将完成

围观的群众对此次活动津津乐道

《瑞丽》市场总监　严斐先生接受媒体采访

瑞丽 读者服务部

新春问候

瑞丽读者服务部咨询热线：010-65129277
瑞丽杂志订阅及查询热线：010-85111729
瑞丽读者服务部电子邮件：rayliclub@rayli.net.cn
瑞丽读者服务部对本页面内容及活动有最终解释权

各位亲爱的会员：

新春伊始，我们终于可以摆脱冬日的萧条寒冷、层层束缚，再次感受温暖阳光的包围。

2004年，希望有瑞丽伴随着你，相遇美丽、相遇缘分，每天多一丝笑意，少一些烦恼，与健康常伴……

自阳光瑞丽卡于2003年11月5日在北京地区隆重推出之后，受到广大读者的喜爱，我们也接到了大量的咨询电话，在这里把读者问题进行集中的回答：

1、阳光瑞丽卡？

阳光瑞丽卡是由中国光大银行与《瑞丽》杂志社针对都市时尚白领女性共同开发的联名卡，为客户提供消费优惠、增值服务、积分兑奖、本、外币的现金存取款、定活期帐户的开销户及证券买卖等金融服务。

2、如何办理阳光瑞丽卡？

瑞丽银卡会员（订阅一年《瑞丽》杂志的读者，就可成为瑞丽银卡会员）可凭银卡，在申请的阳光瑞丽卡中储蓄1000元（消费使用）即可免费办理。

非瑞丽银卡会员可在光大银行北京各网点处交工本费10元整，储蓄2000元即可办理。

3、如何使用阳光瑞丽卡？

阳光瑞丽卡的会员只需按照使用手册中的已签定的特约商户，凭卡享受相应的优惠折扣。

4、有哪些特约商户加盟？

经过前期的读者调查，我们在第一批的商户中，甄选了瑞丽读者较为喜爱的品牌

服饰类：

翠贝卡、JOYLAND、MARYMA DESIGN、SODA、ESPY、依恋嘉年华、热风鞋店、锋豪眼镜、Oxette、She's、羽莎、海盗船、一品银、另类公社等

娱乐类：

芬理希梦、美作色彩、康馨园滑雪俱乐部、南山滑雪滑水度假村、瑞海姆田园度假村、阿师坦国际瑜珈学院、武源合气武术健身俱乐部、蓝衣天使芳香SPA女子健身俱乐部、伊爱。阳光国际美容连锁机构、复兴中达酒店管理机构等。

1、MARYMA DESIGN
2、翠贝卡
3、海盗船
4、She's
5、SODA
6、北京锋豪眼镜公司

5、发行区域？

由于阳光瑞丽卡目前只能针对北京地区的读者及商户，对于其他地区的瑞丽银卡会员，一定要多多关注我们的杂志及网站，瑞丽银卡也将会相继地推出各种优惠措施及优惠服务，针对我们全国的读者，使大家都能享受到各种商家带来的优惠服务。修改调整后的瑞丽会员章程，请见瑞丽女性网(www.rayli.com.cn)

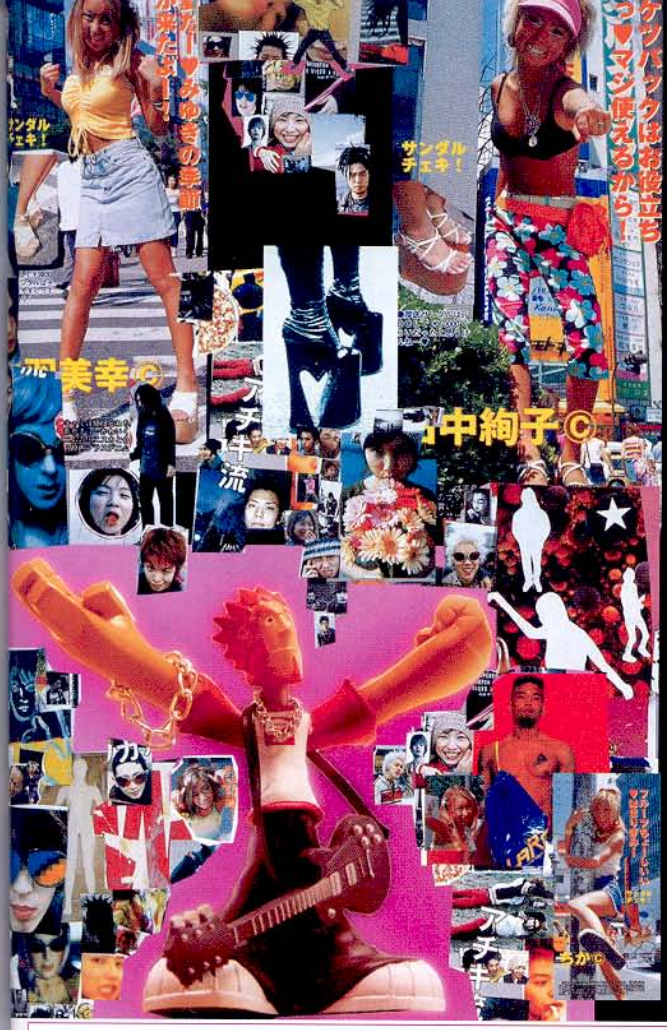
我们还会不断推出更多的商户，提供更优惠的服务，因此，如果你有什么好的意见或建议，可以及时反馈给我们。

来电请致：周小姐

电话：010-85119842

E-mail：zhoulu@bodasunshine.com

瑞丽读者服务部将于近期推出系列活动，详情敬请随时关注杂志及网站的介绍。



火爆招商中

77th street
get a life 充满活力

新加坡时尚品牌—"77街"
京城酷炫的天地
洋溢青春的特区
活力四射的购物中心
二十一世纪我们卖的是"时尚"

来吧！全新旺铺正在火爆招商中...

66067277/7377

77街招商部临时地点：西单文化广场地下停车场

SK—II Beauty Academy
唯美殿堂

NEWS OF THE NEW BEAUTY 4

SK—II Beauty Academy位于北京东方新天地首层"寰宇新天地"，是SK—II为广大爱用者精心打造的一座唯美殿堂。在这里，从护肤咨询到皮肤测试，从美肤课堂到美颜护理，SK—II带给你的是前所未有的360度美肤体验。作为深受亚洲女性喜爱的肌肤保养专家，发现美、塑造美，将科技嫁接美丽始终是SK—II的不断追求。为了提供更加专业、全面、贴心的护肤体验，SK—II将高科技的肌肤诊断、全方位的护肤咨询和独创的按摩手法及领先的护肤仪器完美结合，让每一个走出SK—II Beauty Academy的人不仅能够拥有晶莹剔透的美丽肌肤，同时身心都得到充分的放松和享受。

柔韧、娇美
赵薇代言新都市女性形象

欧珀莱自1994年开始发售，具有"伴你左右"含义的欧珀莱产品以资生堂130余年的历史文化底蕴为基础并结合先进科学技术，专为中国女性消费者研究开发。新推出的欧珀莱彩妆产品进一步提高了产品的时尚感和高档感，是优质而精致的彩妆系列产品，帮助国内时尚前卫的消费群体扮演时尚潮流引领者的角色！

选择赵薇为产品的形象代言人，通过美轮美奂的广告形象为消费者完美演绎欧珀莱彩妆产品，协助中国消费者塑造完美的能够走向世界的"自信与自尊"，同时又不失女人应有的"柔韧和娇美"的都市女性形象。这次将高技术与时尚性完美融合的"时尚，洗练"的欧珀莱新彩妆系列以中国不同区域女性的肌肤、唇部、骨骼和化妆嗜好等因素为基础，在研发过程中进行了多角度的数据采集。

瑞丽
读者服务部

瑞丽服饰美容
Presents
for you

1 放松不“松弛” 蓝莓韵线全身紧身乳膏

从蓝莓，白葡萄中采用物理提炼方式生产出的FREEMAN蓝莓韵线全身紧身乳膏，针对缺水少氧的疲劳肌肤，松弛的体形，有效收紧，重塑完美身线。细腻，柔滑的膏体，清香蓝莓味令人心旷神怡，含有丰富植物性营养基质，容易吸收不油腻，滋润干燥，粗糙的皮肤，预防干燥及皮屑的产生，天然维生素C成分增强肌肤保水能力，白葡萄提取液里的葡萄多酚成分有效抵抗自由基对肌肤的伤害，预防松弛皱纹的产生。

*欲得到本页礼品，请填写读者调查表

2 层层滋味，金帝“珍爱 Enchante”新上市

巧克力，威化，榛子浆，一层又一层，全新金帝“珍爱”巧克力给你独特三重滋味！

珍爱榛仁夹心巧克力，包装以白色为设计主题，再以居中的印金锦带环裹六面，花体法文Enchante，流畅优雅，既延续了金帝的一贯风格，更彰显其雅致高贵的特质。四种规格包装，更体贴入微，给你独享的愉悦，分享的欢快。

醇厚绵延的金帝牛奶巧克力，香酥醉人的蛋卷威化，绝对柔滑细腻的榛子浆，一层又一层，珍爱Enchante，与你一起领略这美妙滋味，品味精致生活。

3 BABALA新年VIP 消费积分行动

春天，没有了太多的心思和耐心去体会春风不解风情一类的东西，更需要的是一种轻松的美感，无需费力，就能汲取到潮流所特有的一切，BABALA正是具有这种冲击力，挑战传统的新方式，适度的新意，让一切在意料之中，又在意料之外，你又怎能不被深深吸引？

由2004年1月1日起，BABALA将实行VIP消费积分回馈计划，马上以行动来响应BABALA的号召，更多积分获取更大回报。

4 奥洛菲 瞬间补水保湿面膜

带着奥洛菲瞬间补水保湿面膜去旅行吧，让它为你疲劳干燥的肌肤提供丰润的“紧急”修复。每敷一片肌肤即时吸收一枝50毫升精华液分量，迅速让容颜闪动迷人的神采，让旅程轻松而快乐，时刻洋溢水嫩晶莹的笑脸。

5 光彩明眸 “睛”彩再现

眼部皮肤是人体中最娇嫩的肌肤，缺乏弹性纤维和胶原结构，频繁的眼部活动，使眼部肌肤易干燥，松弛，如果眼部淋巴循环系统不活跃，还会导致浮肿，眼袋，黑眼圈。因此，眼部皮肤需要特殊护理。丸美多碳六烯酸漂黑消肿营养眼霜，性质柔和，营养丰富，对于黑眼圈与浮肿有预防和医疗作用，能快速消肿，减少或祛除黑眼圈，恢复眼部健康神采。它是世界冠军中国女排专用化妆品。

新书推荐

新年新感觉，我们对咖啡也有新的理解！
两款美味咖啡书，给你新味道、新享受、还有新知识！

《爱上咖啡滋味》

咖啡是普通人的黄金，它像黄金一样，给每个人带来奢华高贵的享受。在温暖的阳光下，穿着宽松的睡袍，坐在舒适的靠椅上，喝着新冲的咖啡，是何等舒适自在！还有自由的绿色鹦鹉与花纹艳丽的地毯，消散了古老圣餐的静寂，我已经用咖啡之匙量出了我生活的幸福。熬制的最理想的咖啡，应当黑得像魔鬼，烫得像地狱，纯洁得像天使，甜蜜得像爱情。当你烦恼的时候，当你遇到这种或那种麻烦的时候，去咖啡馆吧！

这本畅销的咖啡之书，在全书开头就向你介绍了咖啡的惊世传奇和咖啡豆的诞生，让你在与朋友一起端着咖啡杯时能讲述几个有关咖啡的传说；接着本书告诉你世界知名咖啡的产地和泡制方法，比如：意大利浓缩系列的花式咖啡、爱尔兰咖啡、维也纳咖啡、地中海咖啡、绿茶咖啡和泰式冰咖啡等共12种；接着向你介绍11种诱人的咖啡甜点，迷人的地域风情和咖啡的秘密档案。

《健康美食——咖啡》

究竟咖啡有什么迷人魅力？还有多少咖啡的医疗效果不为人所知？本书为你展现咖啡无法抗拒的吸引力。喝咖啡，享受健康人生！

本书第一章向你介绍了咖啡树，咖啡豆，咖啡的营养成分，世界咖啡地图及栽培，输出等，还有美味咖啡的冲泡法。第二章就是咖啡的疗效，告诉你咖啡有哪些医疗功能等，还有咖啡迷你事典。当了解完咖啡后，第三章就是向你介绍世界名品咖啡的泡制材料和步骤，还有如何享用混合式咖啡及奶粉、砂糖与水的选用方法。

定价：30.00元　开本：异型32开　192页，高级美术纸，全彩印刷　订购价：30.00元（免邮费）

邮购须知

一 邮局汇款

1. 收款人地址：北京市东长安街6号轻工业出版社发行部
2. 收款人姓名：读者服务部收
3. 邮编：100740
4. 请务必用正楷，准确填写汇款人详细地址、姓名、邮编和联系电话，确保您能及时收到图书。
5. 汇款人附言栏内请写清您所购图书的书名、定价、册数（如需发票请注明）。

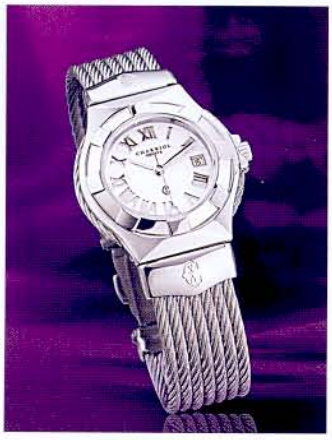
二 银行汇款

1. 开户行：工商行北京东长安街支行
2. 帐号：0200053419014414793
3. 开户行名称：轻工业出版社发行部
4. 请汇款后将汇款凭单复印件，收件人名称、地址、邮编，订阅图书的书名，联系电话一并传真至010—85111730详情请致电：010—65241695　85111729　传真：010—85111730或登录http://www.chlip.com.

同时购买《爱上咖啡滋味》和《健康美食——咖啡》两本书，优惠价一共只需：35.00元（免邮费）

NEWS OF THE NEW LIFE 5

法国知名品牌——夏利豪



法国企业家夏利豪先生（Mr Philippe Charriol）于1983年成立以自己的名字命名的品牌“夏利豪”（PHILIPPE CHARRIOL），行销产品主要为瑞士制腕表，总公司设于瑞士日内瓦，并于世界各地开设分公司，拓展不同地区的业务。

时至今日，夏利豪已成为世界知名的高级品牌，并成功推出不同类型的产品，包括腕表，皮具手袋，首饰，书写工具和眼镜等。形象鲜明，不流于过分花哨，是夏利豪品牌成功的因素之一。

感觉之旅——SONY亲身体验△○×□的PS2感觉

所有不熟悉PS2的人都会问：控制器（手柄）上的4个控制按钮是做什么用的？对于游戏玩家来说，PS 2的模拟控制器已经超出了游戏控制器的一般概念，游戏中人物的一

次跳跃，一个碰撞，甚至面对不同的路况，危险时，控制器都会产生震动，让PS 2的神奇感觉从电视屏幕中扩展出来，或者又像是让你走进电视屏幕中PS 2的神奇世界。这要感谢△○×□4个神奇领队的出色表现。快乐一定要自己亲身体验才能感受深刻，和△○×□一起感受PS2的感受吧。PS2的感受之旅打动你了么？

喜欢就要大声说出来！——ZOOTS添彩夹心膨化

辣椒，芥末，咖喱，芝士，香葱！寒冷的冬月，ZOOTS添彩夹心膨化热辣上市。

这种辛辣风味的夹心膨化小麦食品，是深圳金帝食品公司第一个零食系列产品。它通过挤压膨化而

成，是绝非油炸的健康食品。三种美味的营养夹心，四种奇妙的香辛料，多种谷物的松脆外壳，从形式到口味，在目前的中国市场，ZOOTS都是独一无二的，让你最先拥有这奇妙体验。“辣椒和花生！芥末和番茄！我喜欢”。喜欢，就要大声说出来！

顺爽·小柯掀起全国原创音乐风潮

2003年10月22日晚，由洗发水行业的年轻品牌——顺爽和北京钛友文化联合举办的“顺爽先

锋音乐行——小柯高校原创音乐巡演”活动在清华大学首场开幕，著名音乐人小柯，吉他手李延亮，新秀王筝，曹芳以及组合“HappyKing”同台演出，场面火爆，为上千名清华学子带去了最新锐的原创之音。巡演活动持续两个月，在北京，上海，南京，重庆等全国12大城市举行。

北辰站康斯丹郡杯高尔夫冬季巡回赛

由北京和祥恒房地产开发有限公司主办，北京精锐高尔夫球运动有限公司承办的“康斯丹郡杯高尔夫冬季巡回赛”于2003年11月19日在北辰高尔夫球场拉开帷幕。本届冬巡赛是由毗邻鸿华，馨叶，北辰三大高尔夫球场的高尔夫社区——康斯丹郡社区为了回馈新老客户，深化和完善高尔夫定制化生活理念而举行的。

赛后，主办方举行了隆重的颁奖晚宴，共颁发了总杆，净杆，最远开杆，最近洞距离奖等十几个奖项，冬巡赛首场——北辰站赛事圆满结束。

舒缓伤风感冒不适的曼秀雷敦薄荷膏

拥有百年历史的美国曼秀雷敦薄荷膏含有独特的薄荷配方，对流行性感冒和呼吸道感染引起的各种不适有良好的舒缓作用。用少量曼秀雷敦薄荷膏涂于鼻孔下方并深呼吸，可迅速解除鼻塞，抑制呼吸道病菌；将大量薄荷膏涂在喉部和胸口，能迅速缓解感冒引起的咳嗽，胸闷等症状。而将少许薄荷膏轻揉前额及太阳穴，还可减轻因感冒导致的头痛。

伊利高钙奶——补钙，吸收是关健

伊利高钙奶，是一种添加天然乳钙的产品，这种钙源来自天

然，是提炼自牛奶呈离子状态的乳钙，不仅含钙量较高，还具有感观特性好，溶解性好，生物利用率高，人体吸收率高等特点。最重要的是，由于乳钙是从天然牛奶中直接提取的，没有以往钙源所不可避免的副作用，伊利高钙奶更添加维生素D_3，帮助吸收，让人体对钙质的吸收率高达88%，因此，常饮添加了天然乳钙的的伊利高钙奶，才更易吸收，是最有效的补钙方式。

金秋北京，出“色”彩SHOW

“缤纷心情，出色彩SHOW”大型主题公关活动在北京成功上演

2003年10月，为配合洁婷彩SHOW产品上市，洁婷“缤纷心情，出色彩SHOW”主题发布会在北京举行。发布会上，洁婷推出了“色彩-心情-健康”的生活理念，并特别聘请西蔓色彩专家和心理专家，配合激情优雅的艺术表演形式将色彩的魅力与健康的生活完美融合。

发布会缤纷璀璨，精致优雅，不仅让人们感觉到洁婷彩SHOW产品健康出色的设计理念，同时也掀起了一场活跃动感的色彩时尚革命。

随心而变 BALLY推出最新腕表系列

BALLY High Belt是一款可以随着场合，随着你的心情而变化的腕表，采用瑞士精准石英表心，防水功能达30米。为你提供不同的风格及高品质的选择，备有简易表带的更换设计，佩戴者可按不同需要，换上典雅高贵的彩色漆皮表带，或永恒悦目的黑色表带，最适合追求精致饰物，但要求衣着端庄的行政女士，让人心动的独特品位，BALLY High Belt带给你意想不到的女性魅力。

轻松做出飘逸秀发 松下负离子直发器

恰逢“负离子电吹风”诞生一周年之际，松下公司又推出了一款姐妹产品——负离子直发器，“松下负离子直发器”不仅使直发变得更直更柔顺，也可以让卷发的你体验直发的飘逸！她独有的负离子功能，使被烫直后的头发保持水分，不干枯，头发看上去显得柔顺，光滑，犹如丝绸般呈现出健康的光泽！操作简单，不用上理发店，在家中自己就能轻松做出一头犹如电视广告中的飘逸秀发，何乐而不为呢！

优雅网——24小时网上美丽不打烊

欢迎点击优雅网
www.euyar.com

美丽女子选择优雅的生活姿态，智慧女子选择便捷的购物方式——欢迎光临优雅网http://www.euyar.com网上专业珠宝时尚店！这里出售珠宝与美丽，倡导现代生活新型购物方式：精美时尚的珠宝首饰，方便快捷的在线购物，送货上门的优质服务，让你避开人潮拥挤的烦恼，鼠标轻轻一点，优雅网让你足不出户，悠然享受全天候24小时居家购物的乐趣！

Buylines 购物指南

（注：价格以柜台为准）

服装版

Ama——北京太平洋百货盈科店一层

Amaldi——北京太平洋百货盈科店一层

Angre heart——北京首都时代广场二层
010-83914665

AXARA——北京中粮广场一层
010-65139727
北京新世界商场二层

AYA——北京丰联广场二层
010-65889177

AZONA——北京首都时代广场二层
010-83913789

azona a02——北京首都时代广场一层
010-83913510

ClubX——北京首都时代广场二层
010-83913311

Colour18——北京东方新天地商场一层AA17
010-85186017

COZZI——北京东方新天地商场一层
010-85186057

E.I.S——北京东方新天地商场地下一层
010-85186296

EPISODE——北京东方新天地商场一层

ESPRIT——北京首都时代广场一层
010-83913686

Etam——北京东方新天地商场一层
010-85186026

Folli Follie——北京首都时代广场一层

GUESS——北京首都时代广场一层

Jessica——北京东方新天地商场一层
010-85186604

JOYLAND——北京东方新天地商场地下一层
010-85186705

Levi's——北京东方新天地商场地下一层
010-85186758

MORGAN——北京东方新天地商场一层
010-85180086

NAFNAF——北京国贸商城A座WB128
010-65059380

ONLY——北京首都时代广场二层
010-83913435

Oxette——北京东方新天地商场一层
010-85186142

oxygen——北京东方新天地商场地下一层
010-85186192

SISLEY——北京东方新天地商场一层
010-85186297

SODA——北京首都时代广场二层
010-83913538

TB2——北京丰联广场二层
010-65889117

THEME——北京东方新天地商场地下一层
010-85186705

Veeko——北京首都时代广场二层

VERO MODA——北京首都时代广场二层
010-83913581

Weekend——北京东方新天地商场一层
010-85186016

ZARIAH——北京首都时代广场二层
010-83913433

百乐水晶——北京国贸商城一层L118
010-65054989

马艳丽——北京东方新天地商场地下一层
010-85186007

普柏琳——北京东方新天地商场一层
010-85186149

热风——北京中粮广场一层C115
010-85115012

新浪漫主义——北京中粮广场一层C130
010-65266666-1730

镇金——北京东方新天地商场一层
010-85185353

北京菜百新世纪商场——010-83520088-614

美容版

名家之人美容院——北京市朝阳区新源南路13号
010-84489217/18
FAX：010-84489219

生活版

九华山庄温泉度假村——北京市昌平区小汤山
010-61782288

水仙森林家居生活用品专卖店——北京市西城区后海南沿2号
010-66130439

芬理希梦——http://www.felissimo.com.cn
010-65170072

www.proactiv.com.cn

proactiv SOLUTION 除痘系列

高伦雅芙 青春痘的解决！

美国原装进口 ／全球祛痘护肤领导品牌 ／美国销量领先的祛痘产品

修护液

护肤配方含有组合功效成份，渗入毛囊根部，清除引发青春痘的细菌感染。完全祛除青春痘并防止复发。

活肤紧肤水

不含酒精的无油配方，润泽肌肤，增加皮肤质感，去除死皮，进一步通畅毛孔。

活肤洁面乳

无油配方成份，柔和洁净肌肤去除油脂、脏物及死皮。清洁堵塞的毛孔，使功效成份渗入毛囊深处消除青春痘。

15日不满意退款承诺

您收到产品后的15日内，如果产品对您没有任何效果，
如果您的皮肤没有得到任何改善，
如果青春痘没有得到任何控制，
如果您失去继续使用以期看到理想效果的耐心，您尽可以将产品退回，我们将退还您的货款。

全国免费订购电话：800-810-1815　未开通800的地区：010-84290800

北京：当代商城、百盛购物中心、中友百货、双安商场、蓝岛大厦、翠微大厦、燕莎友谊商城、北辰购物中心、王府井百货大楼
太原：梅园百盛　天津：友谊商厦、友谊名都　西安：丹尼丝百货　石家庄：王府井百货　昆明：鸿城赛特商场
邮购地址：北京朝阳区东土城路8号林达大厦B座11H室 北京东方维亿科技有限公司　邮编：100013

LANCÔME
PARIS
光彩幻变　魅力无限
全　新
ROUGE ATTRACTION
兰蔻白金焕彩唇膏
心醉神迷在LANCÔME兰蔻白金焕彩唇膏。LANCÔME特有的LUMIFLEX™聚光系统让光的幻觉写意双唇:
•每一款唇膏,在不同光线下令双唇呈现4种令人惊异的光泽效果:珍珠亮、金属质、闪耀感及全息幻变。光线交织出幻变的色泽,震撼每一束惊艳目光;
•持久魔力,SOFTSTAY™ 持久保持因子完美锁定色泽,令绚丽唇色更持久,让双唇感受无尽的轻盈与润泽。
效果:
8款色彩,令双唇光彩变幻,生动诱人。
BELIEVE IN BEAUTY™
N°104
售价:¥240
LANCÔME
PARIS
敬请点击全新兰蔻中国网站 www.lancome.com.cn
国内统一刊号 CN11-4597/G0