

KK Stil  
TESTER

# Snarvei inn i JULEKJOLEN?

Er det virkelig mulig å bli flere centimeter smalere mens man ligger stille på en benk? Vi har testet kroppsbehandlingene som lover akkurat det.

TEKST: TONE VID SKIPÅ FOTO: BULLS OG PRODUSENTEN

**H**øres det fristende ut å droppe turen til trenings-senteret og bare legge seg ned og la elektrodene på kroppen gjøre hele arbeidet? Det er ingen tvil om at en sunn og aktiv livsstil er å anbefale, også om man ønsker å komme inn i den trange julekjolen fra noen år tilbake, men en liten kickstart er ikke å forakte. Vi har testet fire ulike kroppsbehandlinger som alle lover å gjøre deg noen centimeter smalere.

## ULTRATONE

**HVOR:** Ultrabody.

**HVA:** Metoden benytter høyteknologiske metoder som skal smelte fett, stramme opp huden, drenere avfallsstoffer og stimulere muskulaturen slik at du også skal forbrenne kalorier. Ultralyd brukes til å knuse fettceller og lymfedrenasje skal hjelpe kroppen til å skille ut fett gjennom urinen eller tas opp som «mat» til cellene. I tillegg til ultralyden, brukes biostimulering (energikrevende muskelstimulering) som ved ulike frekvenser skal trimme muskelen og stramme opp huden ved å trigge kollagenet og elastinet.  
**ANBEFALT ANTALL BEHANDLINGER:** 10-12 ganger på 3-4 uker hvor noen av behandlingene er dobbelt-timer.

**FOR HVEM:** Deg som vil gå ned i vekt, få hjelp til å fjerne fett som er vanskelig å få bort med trening, stramme opp løs hud. Maskinen brukes også til rehabilitering og behandling av f.eks. smerter, ME, fibromyalgi og muskelsvinn.

**FORVENTET VARIGHET:** Hvis du har et sunt kosthold og fortsetter med å trene jevnlig, spesielt kjernemuskulaturen, skal resultatet opprettholdes etter endt kur. Har du ikke mulighet til å trene kjernemuskulaturen kan du gå til behandling 1-2 ganger i måneden.

**DETTE SYNTES VI:** En veldig behagelig måte å gå ned i størrelse på. Etter to ganger opplevde vår testperson en merkbar forskjell. Ridebukselårene samt fett rundt magen og på siden var påtagelig mindre. Huden følte fastere der fett ble fjernet, musklene på magen og lårene virket mer markerte og cellulittene mindre.

**RESULTAT ETTER 10 GANGER PÅ 4 UKER:** Testpersonen gikk ned 37,5 cm. Behandlingen ble gjort mellom ribbein og knær.

Eksempler:

Midje: 4 cm

Mage: 6 cm

Lår: 13 cm

Pris: Fra kr 14 000



Den vakreste  
timeglassfasong  
fremheves  
med litt  
ekstrahjelp.

## UNIVERSAL CONTOUR WRAP

**HVOR:** Eger Skin Clinic.

**HVA:** Kroppsinnpakning med mineralrik leire som skal trekke ut avfallsstoffer i og rundt fettcellene. Mineralene virker som en slags magnet på avfallsstoffet, og på den måten trekkes det ut av huden. Alkohol, tobakk, kaffe, te, sukker og forurensing er eksempler på avfallsstoffer. Siden avfallsstoffet ikke veier stort, kan du oppleve at du ikke går ned i vekt, men allikevel går ned en buksestørrelse. Cellulitter og strekkmerker kan også bli mindre synlig. Det er viktig å drikke mye vann i etterkant for å hjelpe kroppen ytterligere å kvitte seg med det frigjorte avfallsstoffet. I behandlingsperioden anbefales det også å unngå eller gå ned på blant annet alkohol, tobakk, kaffe, kullsyre, salt og sukker. Anbefalt antall behandlinger: 3-4 ganger med 7-10 dagers mellomrom for optimal effekt.

**FORVENTET VARIGHET:** Minst 30 dager når instruksene følges.

**FOR HVEM:** Deg som ønsker kickstart på vektreduksjon eller vil «få tilbake» kroppen etter en graviditet, eller ønsker litt ekstra-hjelp før de store anledningene.

**DETTE SYNES VI:** Etter første behandling mistet forsøkspersonen tre centimeter rundt midjen. To av dem var imidlertid tilbake på igjen etter runde to. Til sammen ble det likevel en god del centimeter av, fordelt på kroppen totalt sett. Ifølge behandler mistet forsøkspersonen mindre omfang enn det som er vanlig. Smertefri og enkelt, men noe tidkrevende behandling.

### RESULTAT ETTER 3 BEHANDLINGER:

Testpersonen gikk ned 37 cm fordelt på hele kroppen, men fikk størst resultat på beina.

#### EKSEMPLER:

Øvre bryst: 3,5 cm  
Mage: 2,5 cm  
Øvre lår: 4 cm  
Nedre lår: 5 cm  
Knær: 5 cm  
Pris: Kr 3500

## VENUS LEGACY

**HVOR:** Argus Vital.

**HVA:** En kombinasjon av radiofrekvens-teknologi, pulserende magnetfelt og vakuum. Huden påføres terapeutisk varme som skal trenge ned i vevet. Det oppstår en reaksjon i kroppen som skal gjøre at kroppen helbreder seg selv, og produserer kollagen som virker oppstrammende på huden. Varmen skal hjelpe til å bryte ned fettcellene så du blir slankere og får færre cellulitter. Vakuomet skal drenere fett ut av kroppen.

Anbefalt antall behandlinger: 10, avhengig av område på kroppen.

**FORVENTET VARIGHET:** 3 måneder, og man bør opprettholde en gang i måneden for å bevare oppnådd resultat.

**FOR HVEM:** Dette er ingen slankebehandling, men siden den strammer opp huden vil du naturlig gå inn cm. Behandlingen er for alle, men perfekt etter vekttao og graviditet. Kan også brukes på hals og ansikt, hvor resultatene ofte ses raskere.

**DETTE SYNES VI:** Denne behandlingen er så behagelig at du sovner. Du blir litt rød, men det gjør absolutt ikke vondt. Huden føles ikke strammere, men magen er mindre «fleskete». Behandlingen setter i gang magen, og det er en positiv bivirkning. Resultat etter 5 behandlinger: Behandlingen ble kun utført på magen, og testpersonen gikk ned 2,5 cm.

**PRIS:** Fra kr 900 – 1900 pr behandling, avhengig av behandlingsområde. Spør etter pakke tilbud.

### Ps!

Disse behandlingene er kostbare, og er litt bortkastede penger hvis du fortsetter med den samme livsstilen i etterkant. Da vil det ikke ta lang tid før centimeterne er på plass igjen. Alle leverandørene oppfordrer til mer trening og omlegging av kosthold underveis og i etterkant.

## EXIMA MED GENDIET

**HVOR:** Bodyfly Frogner

**HVA:** Behandlingen er en kombinasjon av kostholdsprogram, gentest og behandling med maskin som ved blant annet bindevevs-massasje og lymfedrenasje skal smelte fett, stramme huden, kvitte kroppen med overflødig væske og avfallsstoffer og løse opp forkalkninger. Du spiser vanlig mat, men i en bestemt rekkefølge og uten salt. Du får med kosttilskudd som skal sette fart på prosessen.

**FORVENTET VARIGHET:** Hvis du fortsetter med trening og sunt kosthold holder du resultatet stabilt. Du kan også ta enkelttimer med Eximamaskinen en gang i mellom og gjennomføre en diett dag en gang i uken. Anbefalt antall behandlinger: Dietten varer i 28 dager, og du går til behandling 2 dager i uka i samme periode.

**FOR HVEM:** Deg som har noen kilo du vil bli kvitt og har lyst til å endre livsstil. Behandlingen hjelper også blant annet på ME og fibromyalgi.

**DETTE SYNES VI:** Testpersonen ble så fornøyd med resultatet etter første runde at hun tok en runde til. I tillegg gjennomfører hun dietten en gang i uka. Hun har gått ned 30 kg på ca. 4 måneder. Vi er imponert over at huden til tross for stort vekttao er ganske stram. Dietten er hard, og du må være slavisk i de 28 ukene. Det er ikke lov til å skeie ut en eneste gang, så du må være sterk.

### RESULTAT ETTER 28 DAGER:

Siden kostholdet er så viktig i denne behandlingen tar vi også med kiloene.

Vektreduksjon: 12 kg  
Mage: 12 cm  
Hofter: 11 cm  
Pris: kr 13500

### Greit å vite

- Det er viktig å drikke mye vann i etterkant for å hjelpe kroppen ytterligere å kvitte seg med det frigjorte avfallsstoffet.
- Nikotin gjør at cellene jobber saktere. Det gjør at det kan ta lengre tid før du får ønsket effekt eller du kan få mindre effekt om du røyker.