

# TELVA | Belleza

Portada | BELLEZA | MODA | CELEBRITIES | NOVIAS | ESTILO DE VIDA | CO

Tendencias | Pelo | Maquillaje | Tratamientos | Trucos de Belleza | Dietas | Novias

Home > Belleza

En esta noticia puedes ver...

■ Piernas de escándalo para micro shorts

■ Vuelve a la noticia

También te interesará...

■ Adelgaza sin sufrir en verano comiendo lo que te gusta

■ Las novias del Mundial y sus trucos para presumir de tipazo

■ En verano... ¡mantén la línea!

■ La operación pibon de Diario de Belleza

LAS PIERNAS DE TAYLOR SWIFT

## Objetivo *Beauty* para este verano

*Shopping de productos para unas piernas ligeras y sin celulitis.*



Te ayudamos a conseguir unas piernas de celebrity|Foto: Gtres Online [Ver más fotos](#)

Gloria Vázquez Sacristán | 04.07.2014 | [telva.com@telva.com](mailto:telva.com@telva.com)

[G+](#) [Facebook](#) [Twitter](#) [LinkedIn](#) [Pinterest](#) [Print](#) [Share](#) [0](#)

[Entrar](#)

*Esta temporada los minivestidos y los shorts son lo más. Para poder lucirlos como una it girl necesitamos poner nuestras piernas a punto. ¡Te enseñamos cómo!*

### Taylor Swift nos inspira

Las piernas de la cantante *country* se convierte en nuestro referente para unas piernas 10 este verano. Enganchada al deporte y fan confesa del ballet, no renuncia a sus clases de danza ni en el extranjero, la *singer* presume de piernas fibrosas y estilizadas.

## Taylor Swift nos inspira

Las piernas de la cantante *country* se convierte en nuestro referente para unas piernas 10 este verano. Enganchada al deporte y fan confesa del ballet, no renuncia a sus clases de danza ni en el extranjero, la *singer* presume de piernas fibrosas y estilizadas.

## Unas piernas tersas y sin celulitis

Para poder lanzarte al mundo de los microshorts tenemos que mimar nuestras piernas antes. Hemos de ayudarlas a descongestionarse, ayudarlas con la retención de líquidos y reducir la celulitis.

Isabel Lostao, directora de Estética Lostao, propone 10 trucos infalibles para completar los tratamientos de cabina y lucir una piel tersa e impecable:

**El plátano, un gran aliado:** "Al ser muy rico en potasio, mejora la circulación sanguínea. Otros alimentos ricos en este mineral son aguacate, coliflor, espinacas y zanahorias".

**Tres vasos de agua en ayunas:**

"Nada más levantarte, cepíllate los dientes para eliminar la placa bacteriana creada durante la noche y después, bebe de dos a tres

vasos de agua. Este gesto tan sencillo mejora notablemente el funcionamiento del sistema digestivo".

**Subir escaleras, pero no bajarlas:** "Al subir las escaleras a pie activamos el corazón y la circulación, ¡y combatimos la piel de naranja! Sin embargo, es mejor sólo subir las



Consigue unas piernas como las de la cantante.

Publicidad



**20 años menos en 1 mes!**

Madre revela un impactante método anti arrugas que enfurece a los cirujanos. Descúbrelo!

[www.healthjournal.com](http://www.healthjournal.com)



**Anuncia tu negocio**

Anuncia tu negocio en los mejores diarios y revistas online. Ahora con 50€ de regalo [www.myadspymes.es](http://www.myadspymes.es)



## ¿saber tu opinión

strado

rio nuevo? [Regístrate](#)

Contraseña

Entrar