

**BEI DUFTENDEN ÖLEN REICHT EINE KLEINE
MENGE FÜR SEHR VIEL WIRKUNG**



1 PFLEGT

Entspannendes Neroli und sinnlicher Amber als Körperöl – am besten nach dem Duschen auf die noch feuchte Haut auftragen. „Neroli Portofino Body Oil“, **Tom Ford**, 60 Euro

2 BEGEISTERT

Der Geheimtipp unserer Care-Redaktion: das unverschämt gut riechende „Vetiver 46“ als reines, urmännliches Parfümö. **Le Labo**, 90 Euro, über mrporter.com

3 WECKT

Körperspray für einen glücklichen Start in den Tag. Stimuliert, spendet (olfaktorisch) Energie und riecht sommerlich-cool. „Acqua Colonia Blood Orange & Basil Body Oil“, 4711, 20 Euro

4 VERWÖHNT

Badeöl mit *ma-*
chisme-Akkorden
von Rum, Tabak
und Lorbeer. Der
perfekte Duft-
kokon für ein Date.
„Cuba Bath Oil“,
Czech & Speake,
78 Euro, über
ludwigbeck.de

5 BERUHIGT

Trockene Haut?
Mit dem Dry Oil
lässt sich das
schnell beheben
– den Mandelduft
gibt's inklusive.
Pur auf die Haut
oder ins Badewas-
ser: „Precious
Oils“, **Diptyque**,
64 Euro

6 SCHALTET AB

Schlaf-gut-Öl mit Kardamom, Orchidee und Hölzern. Auch für sie und ihn auf dem Weg ins Bett geeignet. „Dark Amber & Ginger Lily Dry Body Oil“, **Jo Malone**, 57 Euro



Und nun zum Sport

Von Constantin Herrmann

➤Abends nach Hause kommen, aufs Sofa fallen und eine DVD gucken. Das ist mitunter das höchste Glücksgefühl, das ich kenne, zumal ich beruflich viel unterwegs bin. Das Problem: Zwischen Businessstrip und Auf-Sofa-Fallen ist kaum Raum (Zeit, Platz, Lust) für ein regelmäßiges Sportprogramm. Und so sehe ich mittlerweile auch aus. Bauch, Beine, Po – alles wird dicker. Oder besser gesagt: wurde. Denn seit ein paar Wochen werden die Pfunde endlich weniger. Seit ich im Online-Fitnessstudio auf Gymondo.de Mitglied bin. Dort absolviere ich ein neunwöchiges Abnehmprogramm, zu Hause vor dem Fernseher unterwegs im

LEBENSSTIL FÜR MÄNNER ANSPRUCH

DEUTSCHLAND

GENTLEMEN'S QUARTERLY

REPORTAGE

**JÉRÔME
BOATENG**
EIN JAHR MIT
UNSEREM
WELTMEISTER

**DIE NEUEN
KOLLEKTIONEN**
27 OUTFITS
VON CASUAL BIS

AUTO>

Der Alfa Romeo 4C: bella, bella,