

Die Fitness für das Gesicht

ZÜRICH – Im Fitnesscenter werden die Muskeln gestärkt: Beinmuskeln, Brustmuskeln und so weiter – nur nicht die Gesichtsmuskeln. Dabei würde ein Training der Gesichtsmuskeln so einiges bewirken. Die Haut wäre weniger schlaff, die Backen würden nicht hängen und die Falten könnten sich nicht bilden. Marietta Heldstab hat genau dies erkannt und ein Fitnessprogramm für das Gesicht entwickelt. Wie die Elastizität der Haut verbessert werden kann, lernt man bei Marietta Heldstab in einem Einzel- oder Gruppenkurs. Preis Einzelkurs: 150 Franken. www.facies.ch



Eine Gesichtsmassage kann wahre Wunder bewirken.