

Sirene 22 NOVEMBER 2007

Sunde nyheder

STÆRK SMUK OG SMIDIG
 Effektiv træning for hele kroppen - og det kræver ikke andet end lidt plads hjemme i stuen. "Stærk, smuk og smidig" af Lotte Arndal koster 199 kr.

Ergonomiske løbesko
 De rette løbesko er meget vigtige for en sund og skadefri løbetur. Derfor skal du lade være med at bruge dine gamle udtrådte gymnastiksko. Det allerbedste, du kan gøre, er at få analyseret din løbestil hos en forretning, der har specialiseret sig i løbesko, så du ved, hvordan du lander på din fod. Et godt bud på en ergonomisk løbesko er fx Nike Air Structure.

Nike Air Structure til 1.100 kr.

DUFTEN AF KLOG!
 Køb dig selv et dusin duftende roser! Både fordi de dufter dejligt, men især fordi tyske neurologer netop har bevist, at rosenduftten simpelthen hjælper dig til at huske bedre. Så stil en stor buket roser på dit bord. Hvis du skal til eksamen eller har noget andet, du må og skal lære - og duft dig klogere.

92

SIRENE 12