

МОДНЫЙ ГОРОД

№ 94 МАЙ 2017

БЬЮТИ- тренды

ВСЁ НОВОЕ
В КРАСОТЕ

ЛАЙФХАКИ
ДЛЯ ПУТЕШЕСТВИЙ

БЮД-
НА ВНЕШНОСТЬ
ЖЕТ

КТО КРУЧЕ?

БЛОН-
ДИНКИ



БРЮ-
НЕТКИ

АХСТАХОВА

ВСЕГДА ВЛЮБЛЕНА



ERMANNO SCERVINO

Эксклюзивное право продажи в Туле Ermanno Scervino
МУЛЬТИБРЕНДОВЫЙ БУТИК «ТРИУМФАЛЬНАЯ АРКА»
Тула, Демонстрации, 1а +7 4872 30 95 59 [instagram.com/triumfarka](https://www.instagram.com/triumfarka)





WEEKEND

MaxMara

Franchisees Weekend MaxMara
Г. ТУЛА, УЛ. ДЕМОНСТРАЦИИ, 2 Т. +7 (4872) 52-52-90
INSTAGRAM.COM/WEEKENDMAXMARA_TULA

WWW.WEEKENDMAXMARA.COM



8 800 200 44 20

3

СТРАНЫ

25

ГОРОДОВ

97

БАРБЕРШОПОВ

750

БАРБЕРОВ

3 200

СТРИЖЕК ЕЖЕДНЕВНО



topgunbarbershop.ru

 [topgun_barbershop](https://www.instagram.com/topgun_barbershop)

*Бизнес, приносящий прибыль
вне зависимости от экономической ситуации*

НОВЫЙ БРЕНД

Sport chic & Elegance

Jijil

SPRING SUMMER 2017



© 2017 Розничное М. И. Весна/лето 2017. Спорт, шик и элегантность

ИТАЛЬЯНСКИЙ ДОМ МОДЫ

мультибрендовый бутик одежды, обуви и аксессуаров

Красноармейский пр-т, 6, тел. 31-50-90



НОВАЯ

КОЛЛЕКЦИЯ

since 1995



special jeans shop

Красноармейский, 6а
klondike-jeans.com

РИМ – ГАСТРОНОМИЧЕСКОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ!



Друзья! Я считаю, что лучшего досуга, чем путешествие, нет и быть не может. Ведь это отличная возможность переключиться, отвлечься от рутинных дел и получить новые впечатления! Тем более, что майские праздники как нельзя лучше подходят для интересных поездок.

Я сам только что вернулся из недельного путешествия по Италии и до сих пор нахожусь под впечатлением! Не буду останавливаться на стандартных маршрутах и достопримечательностях, которые безусловно стоит посетить в Риме. О них вы узнаете в любом путеводителе. Но Рим – это ещё и гастрономическая столица, с обилием вкусных блюд и напитков. А так как я очень люблю готовить, я просто не смог отказать себе в удовольствии посетить гастротур и кулинарный мастер-класс в этом городе. Гастротур – это четырехчасовая прогулка с гидом по магазинам и ресторанам Рима, где рассказывают про сыры, мясо, вино, как производят, с чем едят, и всё можно попробовать. Особое внимание привлек кулинарный мастер-класс, где под руководством профессионального шеф-повара Андрео мы готовили традиционные римские блюда. И все они довольно просты!

Попробуйте Рим на вкус! Приятного аппетита и новых открытий во время путешествий!

ПАВЕЛ КИРЮНИН,
главный редактор «Модного города».



Мне бы хотелось поделиться с вами рецептом безумно вкусного итальянского десерта, который можно приготовить и у нас.

Итак, берём 1 лимон, 250 г клубники, 0,5 л молока, 2 ст.л. сахара, муки и кукурузного крахмала в равных пропорциях.

Хорошенько взбиваем желтки с сахаром, добавляем муку и крахмал, перемешиваем до однородной массы. Молоко с цедрой лимона кипятим и процеживаем через сито. Вливаем горячее молоко в нашу массу и очень хорошо перемешиваем. Накрываем пищевой плёнкой и ставим в холодильник на несколько часов. Посыпаем сверху мелко нарезанной клубникой, украшаем сливками. Лакомство готово!

G-SHOCK

ABSOLUTE TOUGHNESS

ДжиШок. Абсолютная прочность.

БРОСЬ ВЫЗОВ СВОИМ СТИЛЕМ

Уличная мода в стали



CASIO | GST-W110-1A & GST-W110D-1A | www.g-shock.eu/ru/



МИР ЧАСОВ

www.chasy71.ru | 8-800-450-05-05

©ООО «Контакт», Casio



Генеральный партнер | KIA центр на Рязанской

ООО «УПРАВЛЕНИЕ ТОРГОВО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫМИ ЦЕНТРАМИ»

САРАФАН ДАРИТ АВТОМОБИЛЬ

СОВЕРШАЙ ПОКУПКИ С 1 МАЯ ПО 25 АВГУСТА
ПРИХОДИ НА ФИНАЛ АКЦИИ 26 АВГУСТА

УЛ. ПУТЕЙСКАЯ, 5

WWW.SARAFAN-TC.RU



Подробные правила акции, информацию об организаторе, месте и порядке получения призов Вы можете узнать на сайте ТЦ www.sarafan-tc.ru или по телефону 8 (4872)21-48-24. Согласно п. 2 ст. 224 НК РФ все выигрыши облагаются налогом.



VICTORINOX
SWISS ARMY



ЖИЗНЬ - ТВОЕ ПРИКЛЮЧЕНИЕ
СОЗДАТЕЛИ ШВЕЙЦАРСКОГО АРМЕЙСКОГО НОЖА. КОМПАНИЯ ОСНОВАНА В 1884 Г. РЕКЛАМА

I.N.O.X. TITANIUM #241758

LIFE IS YOUR ADVENTURE*

ПОЖАЛУЙ, САМЫЕ ПРОЧНЫЕ И
НАДЕЖНЫЕ ЧАСЫ В МИРЕ



MAKERS OF THE ORIGINAL SWISS ARMY KNIFE | ESTABLISHED 1884**



Г. ТУЛА, УЛ. СОВЕТСКАЯ, 62/15
Г. ТУЛА, ТРЦ «МАКСИ», УЛ. ПРОЛЕТАРСКАЯ, 2, 1 ЭТАЖ
8-800-450-05-05, WWW.CHASY71.RU



КУПИТЬ БИЛЕТ
MYSLO.RU/KASSA

Сергей Лазарев (6+)

16 мая, ГКЗ, тел. 8-905-621-60-02.

Лучший певец года по версии телеканалов «МУЗ-ТВ» и RU.TV, триумфатор «Евровидения 2016», Сергей Лазарев покажет своё грандиозное шоу The Best. Концертная программа длится более двух часов и включает в себя лучшие песни Лазарева — главные хиты, которые принесли ему всенародную любовь и признание: «В самое сердце», «7 цифр», «Даже если ты уйдёшь», «Вспоминай», «Это всё она», «Нереальная любовь», Moscow to California, Lazerboy и другие. Украшением программы станет песня-триумфатор Eurovision 2016 — You are the only one, с которой Сергей Лазарев стал победителем зрительского голосования.



КУПИТЬ БИЛЕТ
MYSLO.RU/KASSA



МАЙСКОЕ НАСЛАЖДЕНИЕ

Наслаждайтесь весной и интересными событиями, которые готовит май. Успейте зарядиться впечатлениями, ведь впереди — летнее культурное затишье!..

ФЕСТИВАЛЬ ПАРИКМАХЕРСКОГО ИСКУССТВА (16+)

17 мая, отель SK Royal, тел. 8-910-868-87-89.

В Туле состоится фестиваль парикмахерского искусства. Впервые в нашем городе с мастер-классом «Построение точных геометрических стрижек» выступит Виктор Уксов, топ-стилист, парикмахер года. Также на фестиваль приедут представители Школы концептуальной стрижки Demetrius и известные тульские специалисты — парикмахеры, колористы, визажисты, стилисты.

КЛИКНИ ВЕСНУ

Одна из ключевых новинок в коллекции Miu Miu — сумка Miu Click, выпущенная в трех размерах. Модель сочетает в себе голливудский гламур и спортивный шик. Сумка выполнена из кожи козленка, украшена массивной витой ручкой. В России Miu Click пока продается в одном размере, в красной, зеленой, черной и бежевой версиях.



КУПИТЬ БИЛЕТ
MYSLO.RU/KASSA

«ГРИБЫ» (16+)

16 мая, «Пряник», тел. 36-47-03.

Если у вас в голове всё время вертится незатейливая мелодия со словами «Между нами тает лёд...», — не сопротивляйтесь этому наваждению, а лучше приходите спеть её вместе с первоисточником — группой «Грибы», главной интернет-сенсацией последнего времени.



КУПИТЬ БИЛЕТ
MYSLO.RU/KASSA

ДИНА РУБИНА (12+)

24 мая, ГКЗ, тел. 8-905-621-60-02.

Книги Дины Рубиной завораживают, заставляют не дыша следить за причудливыми поворотами сюжета и наслаждаться великолепным языком. В выступлении писательницы сплелись байки и чтение ярких отрывков, а также общение со зрителями.



САМЫЙ БЫСТРЫЙ ЧИТАТЕЛЬ

В апрельском номере журнала в честь Дня смеха мы спрятали 5 приколов и предложили читателям их найти. Первой это сделала Мария Кучерова, контент-менеджер компании «Ингейт». В подарок мы вручили ей сертификат от сети цветочных супермаркетов «Клумба».



НОВЫЕ «ПИРАТЫ» (16+)

С 25 мая в кинотеатрах

В мае выходит фильм с Джонни Деппом и Кирой Найтли «Пираты Карибского моря: мертвецы не рассказывают сказки». Капитан Джек Воробей обнаруживает, что за ним охотится ужасный капитан Салазар. Поможет спастись трезубец Посейдона, который дарует полный контроль над морями...



ИИТ Кондратьев В. И., фото Алексея Гуськова

Выбор Екатерины Самошиной



БРЕНД - ЗАЛ
ТУТАНХАМОН

Тула, ТРЦ «Гостиный двор», ул. Советская, 47, 1-й этаж,
тел. +7(960) 619-60-00 tutanhamon.ru

КНИГИ КРАСОТЫ

Сначала они работают руками, а потом пишут об этом книги и создают собственную косметику. Мудрость и товары от бьюти-экспертов – вашему вниманию.



ЕЛЕНА КРЫГИНА «МАКИЯЖ» (16+)

Визажист, бьюти-блогер Елена Крыгина щедро делилась своими знаниями и профессиональными хитростями в интернете. А потом собрала все премудрости в толстой книжке. «В ней собраны базовые знания, необходимые каждой девушке для того, чтобы понимать макияж в принципе», – говорит Елена.

«ДОКТОР, Я ХОЧУ БЫТЬ САМОЙ КРАСИВОЙ!» (16+)

Эту книгу Оливье Куртен-Кларанс, глава косметической компании Clarins, написал к 60-летию бренда. Издание включает советы по уходу за кожей, полезные упражнения, рекомендации по питанию. «Когда вы напряжены, вы сжимаете челюсти и хмуритесь, сами того не замечая. В результате между бровей появляются морщины, уголки губ опускаются... Поэтому приучите себя вспоминать об этом несколько раз в день: расслабьте мышцы лица, и оно сразу же будет выглядеть более спокойным и привлекательным».



КОСМЕТИКА КЛИНИКИ В. Н. КОМАРОВОЙ. СОЗДАНА ТУЛЬСКИМ КОСМЕТОЛОГОМ. ОТ 409 Р.



ЛАКИ ZOYA СОЗДАНЫ МАСТЕРОМ МАНИКЮРА. М-Н «ОЗОН». 670 Р.



«БЬЮТИ-МИФЫ» (16+)

Бьюти-журналист Яна Зубцова и врач-косметолог Тийна Орасмяэ-Медер объясняют, что такое хорошо, а что такое плохо.

Стоит ли колоть ботокс или достаточно купить подходящий крем? Чем вызван бум на азиатскую косметику и надо ли ему поддаваться? «В мире мало компаний, которые делают косметику сами. Большинство покупает стандартные формулы. Далее в этот стандарт добавляется краситель и отдушка, ставится имя бренда – и крем попадает на полки. Тот же стандарт может выбрать марка Z. В итоге на полках два средства встанут рядом. Разница в цене может доходить до \$100 и больше».

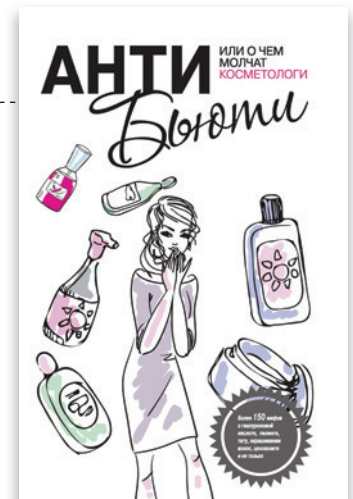


«АНТИ-БЬЮТИ, ИЛИ О ЧЕМ МОЛЧАТ КОСМЕТОЛОГИ» (16+)

Косметолог Валерия Профатыло рассказывает правду о косметических процедурах, ботоксе, пилинге, гиалуроновой кислоте. «Натуральная косметика – рекламный ход. Полностью натуральна только та, которую мы можем сделать сами. Даже в аптеке сложно найти косметику со сроком годности в 6-12 месяцев. Чаще 24 или 36 месяцев. А значит, в такой «натуральной» косметике есть консерванты».



СРЕДСТВА ДЛЯ БРОВЕЙ ANASTASIA BEVERLY HILLS СОЗДАНЫ ВИЗАЖИСТОМ. М-Н «ПУДРА». ОТ 1800 Р.



ИИ Кондратов В. И. фото Алексея Гуськова.

Выбор Ирины Алексеевой



БРЕНД - ЗАЛ
ТУТАНХАМОН

Тула, ТРЦ «Гостиный двор», ул. Советская, 47, 1-й этаж,
тел. +7(960) 619-60-00 tutanhamon.ru



КОЖКИ

САЛОН КОЖАНЫХ СУМОК
И АКСЕССУАРОВ

**В Туле по адресу
Красноармейский пр-т, 3
(дом художника)
состоялось открытие
салона кожаных сумок.**

Пожалуй, это одно из немногих мест в городе, заглянув куда на мгновение, можно проникнуться его аутентичной атмосферой и оценить стилистическое разнообразие. Основной акцент при формировании ассортимента сделан на оригинальность и креативность. Сумка может стать последним штрихом в создании образа либо стать началом его создания.

**Хотите проверить?
Тогда вам сюда.**



Тула,
Красноармейский пр-т, 3



kozhki

Мне бы в НЕБО

Воздушно-голубой объявлен одним из главных цветов 2017 года. Этот чистый, невесомый оттенок выглядит удивительно благородно и нежно. Используйте его в повседневных и вечерних образах. Сочетайте с жёлтым, розовым и каучучно.



ELIE SAAB

ТОП И ЮБКА, САЛОН
ОДЕЖДЫ «СЛИВКИ»,
5500 Р.



ELIE SAAB



ПЛАТЬЕ,
МАГАЗИН «АМЕЛИ»,
6450 Р.



ТУФЛИ NANDO MUZI,
МАГАЗИН RENDEZ-VOUS,
20 490 Р.



ОЖЕРЕЛЬЕ
МАГАЗИН
«АМЕЛИ»,
1250 Р.



РЮКЗАК, ZARA
1999 Р.



ИП Кондратов В. И., фото Алексея Гуськова.

Выбор Дианы Фёдоровой



БРЕНД - ЗАЛ
ТУТАНХАМОН

Тула, ТРЦ «Гостиный двор», ул. Советская, 47, 1-й этаж,
тел. +7(960) 619-60-00 tutanhamon.ru

В Туле раскрыли ДНК бренда *Dolce&Gabbana*

Dolce&Gabbana – бренд-мечта, каждое творение которого становится шедевром и предметом желания. В апреле в Туле в мультибрендовом бутике «Триумфальная Арка» секреты одного из самых известных и любимых модных брендов мира раскрыл его представитель сеньор Амброджио Менконни.



Визит итальянца в Тулу, конечно же, не был случайным. Уже много лет «Триумфальная Арка» сотрудничает с Dolce&Gabbana и является единственным официальным представителем бренда в нашем городе.

Во время тренинга коллектив бутика активно участвовал в обсуждении ключевых принципов работы итальянских дизайнеров.

– **Господин Амброджио, в чём секрет бренда и создания коллекций, настолько популярных среди всемирно известных селебрити?**

– Успех содержится в его ДНК, которая, в свою очередь, определяется тремя «S»: Sartoria, Sicilia, Sensualita.

Sartoria – в переводе с итальянского «портновское искусство». Традиции искусного ручного ремесла и истинно итальянское внимание к деталям прослеживаются в каждом новом образе, созданном Доменико Дольче и Стефано Габбана.

Sicilia – одно из красивейших мест Италии, в котором дизайнеры неизменно находят своё творческое вдохновение. Сицилия – мир, где семейные ценности ставятся во главу угла, а любовь к людям и жизни чувствуется везде! Каждая



коллекция звёздного дуэта всегда наполнена яркими красками, южным темпераментом и атмосферой этого сказочного острова.

Sensualita – чувственность и соблазнительность! Женщина Dolce&Gabbana знает, что она красива и через одежду «говорит» об этом другим. Она высоко несёт себя. Она грациозна, женственна и уверена в себе. Ею всегда хочется любоваться и восхищаться.

– Что ещё, по Вашему мнению, послужило причиной колоссального успеха бренда?

– Дуэт Dolce&Gabbana и в жизни, и в моде сложился на контрастах. В их стиле безупречное качество сочетается с необузданной креативностью. Они умеют облекать элегантность в новые, всегда неожиданные формы. И бесконечно развиваются: ведь мода – такая сфера деятельности, где не просто стоять на месте нельзя, а даже остановиться недопустимо. Развиваясь, бренд Dolce&Gabbana продолжает отражать новые, самые экстравагантные тенденции моды, одновременно сохраняя приверженность ценностям, определяющим его яркую индивидуальность.

Сегодня бренд Dolce&Gabbana – это титаны, значение которых для моды нельзя ставить под сомнение. Они ворвались в мир исторически сложившихся китов моды, в мир домов с великими традициями, которые славятся непревзойдённым искусством своих мастеров, и заняли в нем одно из ведущих мест.

Продолжение читайте на стр. 40.





Вторую часть своего визита итальянский гость бутика «Триумфальная Арка» посвятил коллекциям Dolce&Gabbana SS/2017.

– Господин Амброджио, что стало источником вдохновения для Доменико и Стефано при создании женской актуальной коллекции весна-лето?

– Новая женская коллекция Dolce&Gabbana весна-лето 2017 по традиции стала самым запоминающимся показом на Неделе моды в Милане. Неслучайно она называется Tropico Italiano: на этот раз главным источником вдохновения для дизайнеров стали тропики, отдых, море и его обитатели.

Доменико Дольче и Стефано Габбана, конечно, не были бы собой, если бы не наполнили коллекцию обилием принтов и декоративных деталей. Феерия сочных и ярких красок, блеск и сияние, приправленные итальянским колоритом и традици-

ями, – всё это ищите в женской коллекции Dolce&Gabbana сезона весна-лето 2017 в бутика «Триумфальная Арка».

– А чем интересна концепция мужской коллекции бренда?

– Мужская коллекция SS/17 посвящена теме музыки: джаз, блюз, регги – каждый мужчина может выбрать своё... Стиль Dolce&Gabbana дарит мужчинам свободу от правил и схем. Мужчина Dolce&Gabbana стремится к удовольствиям, он успешен и внимателен к деталям, может позволить себе строгий костюм или свободные джинсы.

Мы рады, что тульские почитатели бренда могут найти мужскую коллекцию в своём городе, в «Триумфальной Арке».

После интереснейшего тренинга коллектив мультибрендового бутика смог в неформальной обстановке поделиться с господином Амброджио своими впечатлениями от работы с брендом и от новой коллекции.



Доменико Дольче и Стефано Габбана говорят: «Мы хотим, чтобы люди в нашей одежде выглядели соблазнительно, потому что, получая комплименты по поводу своей внешности, ощущаешь уверенность в собственных силах».

Мультибрендовый бутик «Триумфальная Арка» старается предвосхищать желания своих клиентов, придерживаясь этого принципа при заказе коллекций.



Н О В А Я
КОЛЛЕКЦИЯ
весна/лето
2017



GOLDI
одежда с интеллектом

Алексин, ул. Мира, 18,
тел. 8-906-630-96-01.



CARNER
BARCELONA



GOLDI
одежда с интеллектом

Тула, пр-т Ленина, 59/2,
тел.: 55-01-64, 8-906-630-96-91.

БЛОНДИНКИ VS БРЮНЕТКИ

Блондинка против брюнетки. Вечный спор о том, кто умнее, успешнее и привлекательнее в глазах мужчин. Как цвет волос влияет на жизнь, рассказывают четыре героини номера, успешные девушки, брюнетки и блондинки.

Екатерина Кузина,

дизайнер студии «Интерика».

– Вы когда-нибудь меняли цвет волос?

– Да, меняла. Я была и рыжей, и пробовала себя в роли брюнетки, но поняла, что моё – это быть блондинкой.

– Блондинки кажутся беззащитными и наивными, брюнетки – решительными и уверенными в себе. Что Вы об этом думаете?

– Это всего лишь видимость, на самом деле цвет волос никак не сказывается на внутренних качествах девушки. Поверьте, и блондинки бывают крайне решительными.)))

– Цвет волос влияет на мироощущение и отношение окружающих?

– Если девушка несёт положительную энергетику, то абсолютно неважно, блондинка она или брюнетка.

– Мужчины предпочитают блондинок или брюнеток?

– Мой мужчина однозначно предпочитает блондинку!!!

– Ваш главный принцип в бизнесе?

– Не бояться трудностей, перемен. Любить то, чем занимаешься, и отдавать себя на все 100%.

– Ваш секрет гармонии в личных отношениях?

– Всегда и во всём находить компромисс. Все проблемы и разногласия настолько ничтожны, что не стоит тратить на них драгоценное время. Жизнь прекрасна.

– Ваш самый сумасшедший поступок?

– Он ещё впереди.))

– Главные черты Вашего характера?

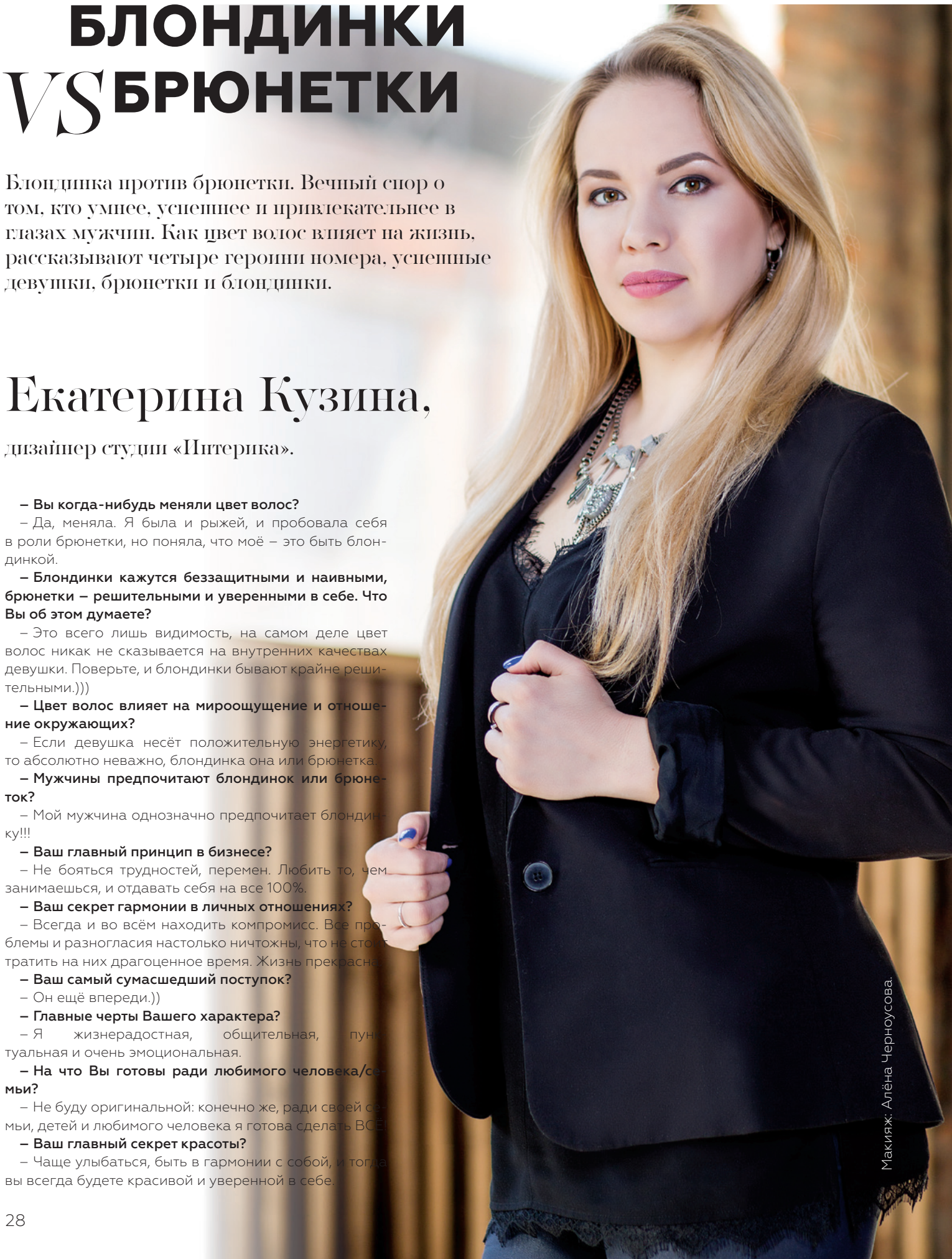
– Я жизнерадостная, общительная, пунктуальная и очень эмоциональная.

– На что Вы готовы ради любимого человека/семьи?

– Не буду оригинальной: конечно же, ради своей семьи, детей и любимого человека я готова сделать ВСЕ.

– Ваш главный секрет красоты?

– Чаще улыбаться, быть в гармонии с собой, и тогда вы всегда будете красивой и уверенной в себе.





Все сумки

СУМКИ И АКСЕССУАРЫ



vk.com/vsesumki_tula
[instagram: vse_sumki.ru](https://www.instagram.com/vse_sumki.ru)
vse-sumki.ru

Тула: 8 906 630 51 15
пр-т Ленина, 30

Новомосковск:
8 915 690 28 00
ул. Садовского, 18



Photo Nguyen Duc
МУАН Олеся Лун
Model Ксения Александровская
ИП Шумейко П. А.

Диана Фёдорова,

руководитель фотостудии DF PHOTOSTUDIO,
владелица бутика дизайнерской мебели.

– **Вы когда-нибудь меняли цвет волос?**

– Да, в 16 лет нещадно высветлила волосы, но тот образ совершенно не соответствовал моему характеру. Оказалось, что блондинка или брюнетка – это состояние души. С тех пор у меня ни разу не возникало желания изменить цвет волос.

– **Цвет волос влияет на мироощущение и отношение окружающих?**

– Да, конечно! Светлые волосы создают впечатление мечтательности, а тёмные локоны – загадочности и таинственности. А если серьёзно, природный цвет – это своеобразная подсказка, зачем вы пришли в этот мир и какого поведения вам следует придерживаться.

– **Мужчины предпочитают брюнеток или блондинок?**

– Они предпочитают симпатичных, весёлых, общительных, не замороченных на бредовых идеях и не чрезмерно умных женщин. Цвет волос – наверное, последнее, на что мужчины обращают внимание.

– **Ваши главные принципы в бизнесе?**

– Прикладывать максимум усилий для достижения целей. Уметь находить общий язык с людьми. Радоваться даже малым достижениям. Никогда не опускать руки.

– **Какой Вы руководитель?**

– Бабушка мне всегда говорила: «Относись к людям так, как хочешь, чтобы относились к тебе». Старая добрая истина! Я стараюсь понять, что у человека на душе, что вызывает его интерес. Такой подход позволяет по максимуму использовать его сильные стороны для успешной работы.

– **Ваш секрет гармонии в личных отношениях?**

– Взаимоотношения будут развиваться и всегда будут новыми, если вы поддерживаєте и дополняете друг друга.

– **Ваш самый сумасшедший поступок?**

– Мой недавний безумный драйв на мотоцикле. Это эйфория, смешанная с восторгом, ощущением полёта, адреналином, нежностью, страхом, запахом пыли, ветром и эмоциями на кончиках пальцев.

– **Главные черты Вашего характера?**

– Высокая требовательность к себе, сила воли и ответственность.

– **На что Вы готовы ради любимого?**

– Я выросла в любви, поэтому ради любимого и семьи готова горы свернуть.

– **Ваш секрет красоты?**

– Любовь к жизни, позитивный настрой, спорт, правильное питание и отсутствие вредных привычек.



Макияж: Алёна Черноусова.



L' Ideal

ЖЕНСКАЯ ОДЕЖДА



Весна/лето 2017

ИЗ ИТАЛИИ, ФРАНЦИИ, ТУРЦИИ

*Платья, комбинезоны, юбки, брюки и жакеты
помогут создать ваш неповторимый образ,
который сделает вашу жизнь ярче!*

Мы переехали в ТУЦ «Сарафан»

Мы ждем всех ценителей моды и красоты по новому адресу:
Тула, ул. Путьская, 5, корпус А, 2 этаж



Вера Рыбалкина,

управляющая сетью клиник врачебной косметологии В. П. Комаровой

– **Вы когда-нибудь меняли цвет волос?**

– Конечно, и много раз. Как и любой женщине, мне нравится примерять разные образы. Цвет волос – это то, что позволяет нам измениться кардинально. А с изменениями внешними несомненно приходят и внутренние. Мои волосы были и светлыми, и тёмными, и даже фиолетовыми.

– **Блондинки кажутся беззащитными и наивными, брюнетки – решительными и уверенными в себе. Что Вы об этом думаете?**

– Я знаю множество женственных блондинок со «стальным» характером и брюнеток, у которых внешняя серьёзность дальше их образа ни на что другое не распространяется. Что однозначно производит на окружающих положительное впечатление – это наша уверенность в себе. На своей работе я очень часто наблюдаю такие изменения в наших постоянных клиентах. Многим уход за своей внешностью дарит другое восприятие себя. Ведь если ты хочешь, чтобы тебя полюбили, – начни с любви к себе. И дальше всё приходит само: успех, уважение окружающих, уверенность в себе, гармоничные отношения...

– **Мужчины предпочитают брюнеток или блондинок?**

– Думаю, мужчины предпочитают лёгких, весёлых и уверенных в себе девушек. С любым цветом волос. А некоторые – даже лысых.

– **Ваш самый сумасшедший поступок?**

– На мой взгляд, сумасшествие – это делать то, что тебе не принесёт удовольствия. Все остальное – норма. Я обожаю экстрим: ныряю, занимаюсь скалолазанием, прыгаю с парашютом и пр. Легко могу сорваться и уехать в путешествие по Африке. Разве это сумасшедшие поступки? По-моему нет. Сумасшедший поступок – это сидеть дома и тратить свою жизнь впустую, когда вокруг столько возможностей проводить её ярко.

– **Главные черты Вашего характера?**

– Авантюризм, мечтательность и порядочность.

– **Ваш главный секрет красоты?**

– Мой главный секрет красоты – моя работа. Во всех смыслах этого слова. Она меня стимулирует. Благодаря ей я в курсе всех самых современных технологий мира красоты. Я постоянно пробую новые косметические продукты и процедуры. Мне это интересно, и каждый раз, запуская новый продукт или услугу в клинике, я чувствую невероятный драйв от того, что это смогут попробовать и другие женщины. Ведь то, что сейчас выпускается на косметический рынок, – это настоящая фантастика!

Мы знаем,
что нужно детям!

Детям нужно
лучшее!



Утюръ

ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР

ул. Демонстрации, 1г



Юлия Самонина,

владелица магазина Iren Vartik.

– **Вы когда-нибудь меняли цвет волос?**

– Начнём с того, что по природе я достаточно светлая, практически блондинка, хоть и непросто в это поверить. В школьные годы много экспериментировала с цветом волос, но, став брюнеткой, решила: вот! это моё! В цвете волос сошлось единство внутреннего и внешнего. Брюнетка – это в характере, как ни крути.

– **Цвет волос влияет на мироощущение и отношение окружающих?**

– Своим образом порой мы говорим больше, чем словами. Потому и шаблонов не избежать – о брюнетках и блондинках их бытует немало. Но по своему опыту скажу, что встречала немало жёстких и уверенных блондинок и мягких, как зефир, брюнеток. Стало быть, всё гораздо сложнее цвета волос:).

– **Мужчины предпочитают брюнеток или блондинок?**

– Когда-то «джентльмены предпочитали блондинок». Сейчас зачастую «в топе» брюнетки... Мода переменчива. Но неизменным остаётся одно: любят тех, кто любит себя. Вне зависимости от цвета волос, глаз или килограммов.

– **Ваш главный принцип в бизнесе?**

– Быть объективной к самой себе. Ругать себя за ошибки. Но не забывать хвалить за победы, даже самые маленькие. Ну и конечно, по-настоящему гореть тем, что делаешь.

– **Какой Вы руководитель?**

– Тоталитарный демократ)), если бы было такое понятие. Всегда готова к диалогу, но решение оставляю за собой. А ещё я перфекционист: всегда считаю, что можно сделать ещё лучше, нахожусь в этом вечном стремлении.

– **Ваш секрет гармонии в семье?**

– Оставляю «рабочее» и «уличное» за входной дверью. Дома я не «начальствую», там я женщина, любимая и любящая.

– **Ваш самый сумасшедший поступок?**

– Одним из смелых поступков недавнего времени я могу назвать организацию своего дела – без малейшего опыта в данной сфере. Как прыжок в холодную воду, когда к тому же не умеешь плавать. Я прыгнула.

– **Главные черты Вашего характера?**

– Решительность. Прямолинейность. Оптимизм всегда и во всем.

– **На что Вы готовы ради любимого человека/семьи?**

– Ответ «на всё» будет тут уместен. Семья – это главное, что есть в моей жизни.

– **Ваш главный секрет красоты?**

– Требовательность к себе. Я очень придирчива и критична к своей внешности. Ну и любовь, конечно)). Женщине необходимо всегда быть чуточку влюблённой... в мужчину... или в туфли)). В этом со мной одинаково согласятся и блондинки, и брюнетки)).



НОВАЯ
КОЛЛЕКЦИЯ
ЛЕТО 2017

ООО «ЕДИНАЯ ЕВРОПА-ЭМИТ»



СТИЛЬПАРК

БЕЛЬЕ  КОЛГОТКИ

ТЦ «ПАРАДИЗ»,
г. Тула, пр-т Ленина, 17,
тел. 70-19-95
тел. горячей линии
8 800 700-44-88
www.stylepark.ru

1
этаж

ТУЛА ДЛЯ МЕНЯ ДАВНО РОДНАЯ

26 апреля в Туле выступила одна из самых известных молодых поэтесс Ах Астахова. В интервью «Модному городу» Ирина (так зовут звезду) рассказала, почему зрители сидят на ее концертах не дыша и как натренировать «стихотворный мускул».



Уже в четвёртый раз в нашем городе – и снова аншлаги! В чём феномен Ах Астаховой, гадают поэты, критики и многомиллионная аудитория, которая «смотрит» её стихи в интернет-видео. С интернета и началась большая популярность поэтессы, хотя сама она с этим не совсем согласна.

– **Ирина, Вы в четвёртый раз выступали в Туле. Вас в нашем городе явно полюбили, а Вы с Тулой ещё не сроднились?**

– Да, причём давно! Тула для меня не чужой город: здесь живёт моя родная тётя, которая каждый год приходит на мои концерты, а также два двоюродных брата. С детства здесь осталась пара друзей, с которыми я проводила лето, когда гостила на даче у бабушки в Тульской области.

И конечно, я чувствую связь с аудиторией, меня у вас всегда очень тепло встречают. На одном из мероприятий был особенно трогательный момент: в середине концерта молодой человек сделал девушке предложение. Было приятно стать маленьким купидоном (смеётся).

– **Почему поэзия стала так популярна? Выступления современных поэтов собирают полные залы, книги стихов раскупаются...**

– Наверное, людям этого не хватало... А благодаря интернету, соцсетям

он настроен на одну волну со мной. Значит, он чувствует то же, что и я. Это всегда очень интимный момент...

– **Ирина, чем Вы занимались до того, как начали гастролировать?**

– Работала в крупной российской парфюмерной компании, разрабатывала дизайн, фирменный стиль. Иногда ездила с лекциями по истории ароматов. Можно сказать, тоже гастролировала (смеётся). Сцена меня всегда манила.

– **Но когда-нибудь предполагали, что стихи станут Вашей профессией?**

– Конечно нет! Мне нравилось писать, но я не думала, что это приобретёт такие масштабы... Никогда не было цели писать стихи ради популярности.

– **Сейчас не боитесь выступать перед большими залами?**

– Большой зал или маленький – без разницы, волнение есть всегда. С большим залом нужно уметь держать внимание всей аудитории. В маленьком, камерном, ты знаешь, что встретишься глазами с каждым зрителем, обменяешься с ним энергетикой, и это особая ответственность.

– **Интернет утверждает, что Вы стали известны после видео на стихотворение «Тебя хоть там любят?» Так и было?**

– Конечно, интернет помог совершить некий прорыв, выйти в широкий круг, дал узнаваемость, но мои стихи

Я всегда в состоянии влюблённости. Моё сердце не бывает пустым, оно всегда наполнено чувством: радостным, грустным – неважно.

появилась возможность знакомиться с искусством, в том числе с творчеством современных авторов. У меня нет телевизора дома, но знакомые говорили, что даже выходят сериалы, посвящённые поэтам-шестидесятникам.

– **Отсутствие телевизора – принципиальный момент?**

– Да, я считаю, что он съедает время. В конце концов, если захочется посмотреть какой-то фильм или передачу, можно найти их в интернете.

– **На концертах артисты «держат» внимание зрителей частой сменой «картинки», костюмов. А чем держите Вы? Зрители на Ваших выступлениях не шевелятся.**

– Искренностью. И потом, если человек пришёл на мой концерт, значит,

и до него знали. Я вообще не делала ставку на это видео как на инструмент популярности. Я выложила ролик, чтобы его увидел человек, к которому я на тот момент не могла обратиться другим способом. А увидели сотни тысяч человек. Возвращаясь к вашему вопросу, отвечаю так: интернет – это хорошо, но ничего не было бы без труда.

– **В отличие от других профессий, поэту же невозможно заставить себя работать, то есть писать? А что, если «не идёт»?**

– Бывает, но знаете, что я вам скажу: если писать изредка, время от времени, то вдохновение будет посещать всё реже. Это как с мышцами – надо постоянно тренироваться, чтобы дер-

БЬЮТИ-ОПРОС

– **Самое незаменимое средство в Вашем бьюти-арсенале?**

– Тканевые маски. Очень ценю их за быстрый и видимый результат.

– **Довольны ли Вы своей внешностью или хотите что-то изменить в себе?**

– В целом довольна, единственное – хочу отрастить длинные волосы. Но это лишь вопрос времени.

– **Ваши секреты красоты?**

– Достаточно спать, пить воду, ухаживать за собой. И всегда улыбаться внутри себя.

жать себя в форме. У Лермонтова, например, было правило писать по одному стихотворению в день.

Мне стихи могут присниться, а могут возникнуть сначала ритмом строфы в голове, а потом вылиться словами на бумагу.

– **У Вас есть «вдохновители», которые всегда работают?**

– Любовь, конечно. Когда ты влюблён, даже город приобретает другие краски, ты по-новому воспринимаешь всё, что происходит вокруг тебя.

– **А Вы сейчас влюблены?**

– Да, я всегда в состоянии влюблённости (смеётся). Моё сердце не бывает пустым, оно всегда наполнено чувством: радостным, грустным – неважно.

– **У Вас в этом году юбилей. Есть какие-то эмоции по этому поводу?**

– Вот вы сейчас задали вопрос, и я поняла, что даже забыла о том, сколько мне в этом году исполняется... Нет, никаких переживаний нет, 30 – это совсем мало. И вообще, Возраст неважен, указанный в паспорте, Только душа знает, сколько вам лет.

– **Что пожелаете Вашим тульским поклонникам?**

– Верить в себя. Не тянуть за собой прошлое, не бояться настоящего, извлекать от чувства вины и постоянно развиваться. Путешествовать по миру и в себя. И всегда верить в любовь!

Благодарим за содействие в проведении интервью Екатерину Земскую и Юрия Драгунова, которые 4 года подряд организуют выступления Ах Астаховой в Туле.

САМЫЕ СЛАДКИЕ СЛИВКИ

Карамельные оттенки, воздушные ткани, смелые силуэты: каждый наряд из летней коллекции – как изысканный десерт, так и хочется попробовать! А вкуснейшие шпрожные, эклеры и другие сладости – лучший повод для того, чтобы надеть новое платье и отправиться на сладкую дегустацию.









Тула, ул. Советская, 55, 70-37-37.

Ждём вас с 9.00 до 21.00.

 [eclair_cafe_tula](https://www.instagram.com/eclair_cafe_tula)

Сливки

САЛОН ОДЕЖДЫ

Эксклюзивный представитель брендов
Malina fashion и 9A Concept

Тула, ул. Агева, 4, тел. +7 (920) 272-60-54.

 [slivkitula](https://www.instagram.com/slivkitula)



Нам 1 год

Shuzetta

ОБУВЬ АКСЕССУАРЫ

В честь Дня рождения 20 мая
в салоне Shuzetta состоится
торжественное мероприятие:

12.00 – начало, в программе вокал Яны Борзовой,

13.00–14.00 – аквагрим для детей,

14.30 – песочное шоу и интерактив

*Прозвучал
День рождения!*



Скидки, подарки ВСЕМ ПОКУПАТЕЛЯМ



Обувь предоставлена партнером проекта
магазином обуви и аксессуаров SHUZETTA:
www.shuzetta.ru shuzetta shuzetta
Адрес: ТУЦ «Сарафан»,
ул. Путейская, 5, корп. 2, 2 этаж

Фотограф Светлана Амелина,
контакты: тел. +7-920-787-42-49
www.svetlanaamelinaphoto.com
 s.amelina
 svetlanaamelinaphoto

Фотостудия Cherry Boom:
г. Тула, ул. Кирова, 135, оф.27, 44;
тел. +7-915-788-12-30 Юлия
 cherryboom71
 photostudio_cherry71

Стилист Ольга Гризова,
контакты:
тел. +7-953-427-03-42
 Olga_grizova71
 personal-style.pro



Fashion-эксперт в мире обувной моды, владелица салона модной обуви и аксессуаров Shuzetta, а также успешная бизнес-леди

Анастасия Петрухина:

– 20 мая состоится торжественное мероприятие в честь празднования первого ДНЯ РОЖДЕНИЯ салона обуви и аксессуаров SHUZETTA!

– Предвкушая это прекрасное событие, мы подготовили для вас фото-проект, приуроченный к празднованию этой замечательной даты!

А наш праздник с морем сюрпризов, подарков и самым позитивным настроением состоится 20 мая. И мы приглашаем всех-всех разделить этот праздник вместе с нами!

[Подробности shuzetta.ru.](http://shuzetta.ru)

Бьюти-стилист проекта, победитель чемпионата по макияжу Всероссийского форума визажистов, мастер по прическам.

Ольга Гризова:

– Всем привет! Блестящий и лаконичный, новый и в то же время чем-то знакомый, этот образ воплощен таким же ярким, как и праздник, для которого он был создан! Праздник цвета, моды и света – праздник в честь дня рождения SHUZETTA. О цветах: фуксия – это тренд, и за основу взят именно этот цвет, чтобы выразить актуальность тенденций нынешнего сезона. Современные тенденции всегда есть на стендах салона обуви SHUZETTA. Антураж подчеркивает веселое и праздничное настроение. Ну а когда команда работает слаженно, то и результат не заставляет себя ждать и получается роскошным! Как на проекте, так и в салоне SHUZETTA! Искренне желаю SHUZETTE успехов, развития, новых шикарных и еще более захватывающих идей и их воплощения, и конечно же, побольше самых важных ценителей моды и сервиса – дорогих покупателей.

Известный тульский фотограф, мастер своего дела

Светлана Амелина:

– Создание красивых кадров – это кропотливый процесс, требующий серьезной подготовки. Для того, чтобы выставить свет, найти удачный ракурс, собрать композицию воедино порой требуется некоторое время. Но когда эта базовая работа выполнена, съёмка превращается в удовольствие для всех её участников! Именно такой стала наша фотосессия для салона обуви и аксессуаров Shuzetta! Я поздравляю Shuzetta с первым днём рождения и желаю ещё долгие годы нести моду, красоту и вдохновение в массы!

Организатор рекламных и творческих съемок, а также владелица фотостудии CherryBoom

Юлия Колесова:

– Грамотное распределение процесса съемки и подготовки – залог качественного результата. Вместе с Анастасией, Светланой и Ольгой результат всегда на высоте, и каждый специалист всегда точно знает, чего хочет и как этого добиться. Искренне поздравляю магазин SHUZETTA с первым днем рождения!



Навстречу чудесам!



Весна – волшебное время года: всё вокруг дышит любовью и предчувствием чуда. Будь готова к встрече с ним! Будь прекрасна! Изысканные платья, стильные образы, модная атмосфера – в fashion-проекте шоу-рума «Нежность», салона красоты Studio и гриль-бара Drova.





Гриль-бар «DROVA» – это круглосуточное заведение, радующее гостей сочетанием демократичных цен, вкусной и изысканной европейской кухни, широким выбором авторских коктейлей, оригинальным интерьером, высоким качеством обслуживания и безудержным весельем. Здесь Вы сможете не только попробовать фирменные коктейли и приятно провести время, но и заказать необычайно вкусные блюда – гриль, приготовленные профессиональными поварами в лучших традициях современной европейской кухни. Здесь готовят на гриле и делают это безупречно!

Прекрасное место для встречи с друзьями, где вы обязательно проведёте великолепно своё время, наслаждаясь приятной музыкой и атмосферой!

А каждую пятницу и субботу гостей ожидает ночная шоу-программа с участием лучших MC и DJ's!

Гриль-бар «DROVA» – бар для тех, кто не спит!



DROVA
ГРИЛЬ-БАР + ДРОВА

Тула, ул. Пролетарская, 22-г.
Тел.: +7 (4872) 70-34-62,
+7 (961) 263-36-98.
<http://drovabar.ru>



Салону красоты Studio уже более 10 лет! В нашем салоне мы сможем порадовать вас обширным спектром услуг, высококвалифицированными специалистами, индивидуальным подходом к каждому нашему клиенту а также удобным месторасположением (Красноармейский проспект, 1) и доступными ценами. В Studio работают мастера безупречных укладок, идеальных мейкапов и судьбоносных маникюров и педикюров. Побывав у нас однажды, ты захочешь возвращаться к нам снова и снова!

Макияж моделей для съёмки создан замечательным визажистом Екатериной Паршиной (Тел. 8-910-948-68-86, [instagram.com/powderyroom](https://www.instagram.com/powderyroom)).



Тула, Красноармейский пр., 1.
Тел. +7 (4872) 70-06-90.

 [studiotula](https://www.instagram.com/studiotula)

 [studio_oksana_komendant](https://vk.com/studio_oksana_komendant)

Салон Красоты
Оксана Комендант

В шоу-руме Нежность представлена собственная дизайнерская линия Нежность by Katerina Korneeva, которая приглашает в удивительное путешествие к собственной уникальности и красоте каждую девушку, любящую платья.

Нежность – это о любви к себе. О красоте внутреннего мира и о гармонии с миром внешним. Какая ты настоящая, что ты любишь, от чего получаешь удовольствие? Цвет ткани, ощущение от прикосновения платья к коже, шорох подола при ходьбе – это то настоящее, что ты можешь подарить себе. Нежность – это платья, сшитые с душой. И для души.

Модели: агентство «Красота и стиль» Натальи Морозовой.



Мы переехали из «Ликёрки
Лофт» в ТРЦ «Макси», 1 этаж, А70
(напротив м-на Gloria Jeans)
+7 905 110 37 96

 n.ezhnost

 n.ezhnost

СЛАДОСТИ И РАДОСТИ



ПАРФЮМЕРНАЯ СВЕЧА,
PADDY WAX

МАКАРУН GRANDE CO
СВЕЖИМИ ЯГОДАМИ

ДЕСЕРТ
CANNEBERGE

МАКАРУН

МАКАРУН

СОБЛАЗНИТЕЛЬНОЕ
СОЧЕТАНИЕ МАГНОЛИИ И
ВАНИЛИ HIGH FREQUENCY,
INITIO PARFUMS PRIVÉS

МАТОВАЯ ПОМАДА,
TRÊSTIQUE



ПАРФЮМЕРНАЯ СВЕЧА,
KOVO CANDLES



UR SILK, UERMi – НАХОДКА
ДЛЯ ЛЮБИТЕЛЕЙ ИНЖИРА



МАКАРУН



ПИРОЖНОЕ
COEUR DE PARIS



ПИРОЖНОЕ
PISTACHE



КЛУБНИКА В
ШОКОЛАДЕ



БЛЕСК ДЛЯ ГУБ,
CHADO



КЛУБНИКА В
ШОКОЛАДЕ



КЛУБНИКА В
ШОКОЛАДЕ



МАКАРУН

Самое большое удовольствие могут подарить совсем небольшие вещи: вкуснейшее пирожное, селективный парфюм, новая помада. Любите и балуйте себя, ведь это так важно – доставлять себе маленькие радости, которые наполняют жизнь вкусами, красками и ароматами!

ЛАКОМСТВО, ФРАНЦУЗСКИХ КОРОЛЕЙ –
ЗАСАХАРЕННЫЕ ФИАЛКИ В АРОМАТЕ UNE
BELLE JOURNÉE, PAUL ÉMILIEN

КОСМЕТИЧЕСКИЙ НАБОР
ORCHID BAROQUE, TRÉSTIQUE

ПИРОЖНОЕ
FRAIS

МАКАРУН

СУПСАКЕ
С КРЕМ-ЧИЗОМ

НЕЖНЕЙШИЙ
АРОМАТ BLOSSOM
LOVE, AMOUGE

КЛУБНИКА В
ШОКОЛАДЕ

ПИРОЖНОЕ
POITIERS

ПРОВОКАЦИОННЫЙ
YES I DO, ETAT LIBRE
D'ORANGE



ДЕСЕРТ RED VELVET

ТОНКОЕ И БЛАГОРОДНОЕ ЗВУЧАНИЕ ВАНИЛИ В АРОМАТЕ EMPIREO, ONYRICO

«ЛАКОМСТВО» ДЛЯ ВАШИХ ВОЛОС – ШАМПУНЬ С РОЗОЙ AUSGANICA

ДЕСЕРТ BATTEMENT DE COEUR

МАКАРУН

ПЕНА ДЛЯ УМЫВАНИЯ С РОСКОШНОЙ ТЕКСТУРОЙ AUSGANICA

ИП Лаланн, Г.Р.



Тула, ул. Советская, 47,
ТРЦ «Гостиный двор», 1-й этаж
 cafe_de_france_tula
 cafe_de_france_tula
 т.: 8-930-791-222-6, 79-222-6.



ТРЦ «Гостиный двор», 1 этаж.
Ул. Первомайская, 52,
8-953-970-53-10.
 Atelier Des Parfums
 atelier_des_parfums

ИП Никифорова К.Г.

Секреты КРАСОТЫ



ЕВГЕНИЯ
СУМАРОВА,
руководитель
дизайн-студии
«АртПроект»



1.



2.



5.



3.



7.



4.



6.



8.

Человек с художественным вкусом и талантом и к своей внешности относится как к полотну, на котором должен быть создан шедевр. И здесь нет места случайным «материалам» – только тщательно отобранные и одобренные средства. Вот какой косметикой и ароматами творит свои образы дизайнер, руководитель студии «АртПроект» Евгения Сумарокова

1. Lancome Absolue Yeux Premium. Крем для кожи вокруг глаз. Восстанавливает эластичность и плотность кожи, разглаживает и осветляет её.

2. Loreal Alliance Perfect. Этот хайлайтер идеально сливается с тоном кожи и создаёт безупречную игру света и тени. Мелкие жемчужинки придают коже сияние.

3. Lancome Blush Subtil Palette. Стойкие румяна с нежной текстурой. Три цвета – для придания лицу натурального румянца и моделирования формы. Румяна дают среднее по плотности покрытие, и макияж смотрится естественно.

4. Тушь YSL синего цвета. Мне нравится ее яркий оттенок, который подчеркивает цвет моих красивых голубых глаз.

5. Parfumerie Generale 13 Brulure de Rose («Жгучая роза»). Мой любимый парфюм на осень и весну: в холодное время года он идеально раскрывается. Аромат густой, тёплый, чувственный.

6. Byredo Rose Noir. Роскошный, элегантный и выдержанный аромат распустившейся ранним утром розы. Идеальный для меня парфюм для вечернего выхода или важных встреч днём.

7. Lancome Juicy Tubes. Увлажняющий блеск для губ. Придает губам эффектный глянец и приятный аромат.

8. Giorgio Armani Maestro Fusion Makeup. Это средство называют «тональной вуалью» за уникальную консистенцию и пигменты высочайшего качества. Флюид равномерно растушевывается на коже и позволяет создать идеальный тон, как от профессионального визажиста.



МАНУФАКТУРА КРАСОТЫ

Милые дамы!

Приглашаем вас посетить нашу студию красоты!
«Мануфактура Красоты» предлагает комплекс процедур,
которые находятся в вишлисте каждой девушки
возрастной категории 16+:

- архитектура бровей
- микроблейдинг бровей
- наращивание ресниц
- ламинирование ресниц
- аппаратная коррекция
фигуры (LPG)

Только до конца месяца
при покупке процедуры наращивания ресниц –
аппаратная коррекция фигуры (LPG)
В ПОДАРОК!

Ждём вас по адресу ул. Марата, 24а,
тел. 38-44-02
vk.com/mk_tula | [instagram: mktula](https://www.instagram.com/mktula)

С любовью, ваша «Мануфактура красоты»!

ЛАЗЕР, КОТОРЫЙ разрушает жир



ИРИНА ГРИДАСОВА,
главный врач центра
эстетической медицины
«Талисия»

Применение лазера в косметологии, особенно для омоложения, для нас уже вполне привычно. Но возможности лазера незаменимы и для коррекции фигуры. Лазер действует подобно безоперационной липосакции, расщепляя жировые клетки, и одновременно подтягивает кожу. Об особенностях лазерного липолиза рассказывает Ирина Гридасова, главный врач центра «Талисия».

Лазерный липолиз Smartlipo (Италия) – инновационная процедура, разработанная для разрушения лишней жировой ткани благодаря воздействию лазера на мембраны жировых клеток. Аппарат SmartLipo даёт возможность проводить лазерный липолиз безопасным и неагрессивным способом под местной анестезией и без последующего образования рубцов и шрамов. При проведении лазерного липолиза не повреждаются кровеносные сосуды и нервные волокна, что исключает развитие осложнений и предельно сокращает время реабилитации.

Лазерный липолиз эффективно удаляет жировые отложения и подтягивает кожу в зоне воздействия за счёт уникальных свойств лазера ремоделировать ткань. Процедура показана для лечения локализованных жировых отложений и чрезвычайно эффективна в областях, не поддающихся коррекции с помощью диет и упражнений. Лазер также позволяет работать в более чувствительных областях, в которых обычно не рекомендуется традиционная липосакция, – это нижние веки, щёки, двойной подбородок, руки, внутренняя часть бедра, колени, спина, верхняя часть живота, зона бикини.

Оборудование DEKA SmartLipo, которое мы применяем, – инновационный аппарат селективной безоперационной коррекции фигуры. Комбинируя две различные длины волн, система ощутимо уменьшает время



процедуры и повышает эффективность воздействия на проблемные участки тела. Обладая стягивающим эффектом с одновременной стимуляцией коллагена, SmartLipo великолепно подтягивает дряблую кожу. После процедур SmartLipo не требуется дополнительной подтяжки.

Потрясающие результаты видны уже через месяц!

Преимущества лазерного липолиза на аппарате SmartLipo:

- Минимальная травматичность и бескровность процедуры.
- Минимальный период реабилитации.
- Воздействие на зоны, недоступные для традиционной липосакции.
- Процедура лазерного липолиза может проводиться неоднократно.

Freddie/PhotoXPress.ru

ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

У нас есть всё, чтобы ПОДГОТОВИТЬ ВАС К ЛЕТУ

ОЧИЩЕНИЕ, УВЛАЖНЕНИЕ И БОРЬБА С ПИГМЕНТАЦИЕЙ:

- карбоновый пилинг
- плазмотерапия
- Курасен
- уходовые процедуры

ЯРКАЯ ВНЕШНОСТЬ:

- увеличение губ
- моделирование скул и овала лица
- коррекция формы носа
- перманентный макияж
(в т. ч. микроблейдинг и «пудровые» брови)
- удаление татуажа и татуировок

КОРРЕКЦИЯ ФИГУРЫ И ВЕСА:

- лазерный липолиз на аппарате SmartLipo
- прием диетолога и ДНК-тестирование
- LPG-массаж
- инъекционные и аппаратные средства
для достижения идеальных форм

ЖЕНСКИЕ СЕКРЕТЫ:

- интимная контурная пластика
- интимное лазерное омоложение
МонаЛиза Тач
- Лаеннек и плазмотерапия
в гинекологии



ТАЛИСИЯ

центр эстетической медицины

Тула, ул. Вересаева, 10, корп. А, вход со стороны
Красноармейского пр-та, тел.: (4872) 52-12-23, 717-553

Email: info@talisiya-tula.ru www.talisiya-tula.ru
facebook.com/talisiyatula

ООО «Талисия». Лицензия № ЛО-71-01-001212 от 31.07.2014 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

СЕТЬ БАТУТНЫХ ЦЕНТРОВ O₂: для тех, кто хочет быть счастливым

Исполнительный директор батутного центра O₂ Эдуард Джомидова рассказывает читателям, почему этот вид спорта – лучший выбор для того, кто хочет быть счастливым.

О СЕБЕ

Я мастер спорта по спортивной гимнастике. Несколько лет подряд признавался лучшим гимнастом Тулы и никому не уступал этого титула. Был лидером Центрального федерального округа, выступал на чемпионатах России. Многие мои товарищи по спорту стали потом призёрами Олимпийских игр в Рио.

После того как ушёл из большого спорта, поступило предложение от батутного центра O₂. Человек, который пригласил меня на работу, рассчитывал на мои знания, умения и опыт в спорте. Я попробовал себя в новой деятельности, и мне понравилось.

Здесь, в спортивном зале, я пытаюсь донести до людей, что занятия на батуте делают человека лучше. Он не только активно отдыхает, но и развивается физически. А для того, чтобы быть счастливым, человек обязательно должен заниматься каким-то спортом.

Я вижу, как за какие-то год-два у батута стремительно растёт число поклонников. Уверен, что ещё через пару лет он будет безумно популярен. Батут демократичен, он дарит яркие эмоции и даёт ровно ту физическую нагрузку, которая необходима нашему посетителю.

Все упражнения, которые мы используем, взяты из спорта высших достижений. То есть они профессиональны, проверены временем и безопасны для занимающихся.

Свои основные обязанности как инструктора вижу в том, чтобы дать людям мотивацию для дальнейших занятий спортом. Когда тренируются дети, стараюсь пообщаться с их родителями. Обратить внимание, если ребёнок действительно показывает спортивные способности. А ещё считаю важным, чтобы дети, даже не достигая высоких результатов, ходили на тренировки. Росли физически активными и здоровыми. Я это знаю по собственному опыту.

НОВИЧКАМ ВСЕГДА РАДЫ

У многих людей, которые пока не занимаются активно спортом, есть опасение, что они придут в центр, и будут выглядеть смешно. Не надо стесняться себя, собственного тела. Батуты для того и созданы, чтобы вы пришли и чему-то научились. Не обязательно же в ваш сеанс придут некие мастера, которые своими талантами всех затмят. Скорее всего это будут такие же обычные парни и девушки, которые хотят чему-то научиться



ЭДУАРД ДЖОМИДАВА. Instagram: @djomidava

ся. Я сам когда-то многого не умел. Я же не постеснялся прийти и освоить что-то новое для себя.

Когда новичок приходит в батутный центр, он сначала привыкает к сетке, к новым для себя ощущениям. Потому что, когда человек прыгает, у него работают все группы мышц, и он все время находится в концентрации. Что самое интересное – основная нагрузка в этот период падает на руки. Потому что, когда человек прыгает, он не может не размахивать руками.

Даже если не выделять никаких особых пируэтов, а только прыгать, вы очень





ОКСАНА СУЯРКОВА,
ВЛАДЕЛИЦА САЛОНА ОДЕЖДЫ «СЛИВКИ».

быстро почувствуете положительные перемены. Человек, который регулярно практикует физическую нагрузку, быстрее засыпает, лучше просыпается. Он лучше себя чувствует, у него, как правило, хорошее настроение. Разве только для этого не стоит пересилить себя и начать ходить в спортивный зал?

КАК ПОХУДЕТЬ ЗА МЕСЯЦ

У нас в центре есть хороший положительный опыт с фитнес-подготовкой. Многие юноши и девушки приходят в батутный зал для того, чтобы подтянуть фигуру, выглядеть красивыми и стройными.

Такие тренировки могут давать очень быстрый эффект. Но для этого надо немного потрудиться. Самый свежий пример: у нас одна девушка за месяц сбросила шесть килограммов. Она даже прислала мне свою фотографию.

Конечно, это нелегко. Но никаких чудес тут нет. Она просто три раза в неделю тренировалась на батутах и правильно питалась. Это тоже неременное условие.

Понятие правильного питания тоже у всех разное. Я не могу сказать, что мы категорически запрещаем жирное, сладкое, мучное. Организму всё равно нужна определённая энергия, и рацион должен

быть разнообразным. Но нельзя ничем злоупотреблять. Девочки, которые ходят к нам на фитнес, питаются правильно. И они добиваются тех результатов, на которые рассчитывали, собираясь в наш батутный центр.

ЛЮБИМОЕ МЕСТО ОТДЫХА

Конечно, у каждого, кто приходит тренироваться, своя цель. Кто-то, допустим, хочет научиться за месяц делать сальто. Это вполне реально. Исходя из собственного спортивного опыта, я могу предложить комплекс нужных упражнений. И это абсолютно безопасные тренировки. Ведь рядом будет стоять инструктор, который сам в своей жизни сделал уже миллион таких сальто. Но сальто – это минимум того, что можно сделать на батуте, даже обычному, не подготовленному специально человеку.

Научить на основе собственного опыта в батутном центре O2 может любой инструктор. Потому что все мы – бывшие спортсмены, которые чего-то добились в своей спортивной карьере.

Я вижу, что наш батутный центр становится всё более любимым местом отдыха для многих людей самых разных возрастов. Не зря наш первый зал на улице Кирова уже не мог вместить всех желающих, и мы открыли ещё один – на Зеленстрое.

Мы создаём настоящую культуру здорового образа жизни. Батутный центр – это весело и интересно. И в этом обязательно надо убедиться на личном опыте.



Назови кодовую фразу «Прыгать здорово» – и получи скидку 30%!

Мы ждём вас с 10:00 до 22:00 каждый день. Информация по тел. 79-11-81.

Мобильный: +7 (930) 79-111-81.

Наши адреса: Тула, ул. Калужское шоссе, 1-а, 5-й этаж. Тула, ул. Кирова, 135.

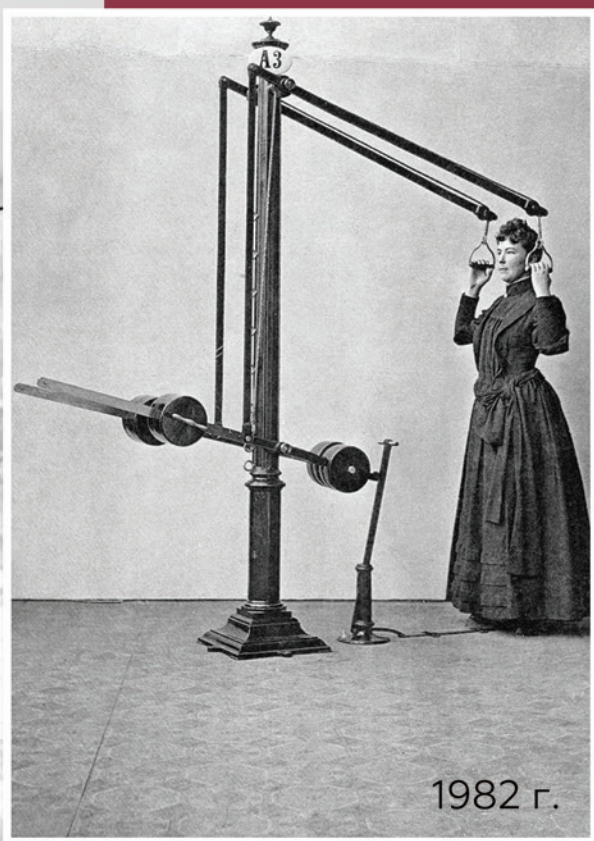
vk.com/o2tula

o2tula

www.batut71



Оксана Мокверашвили,
певица, преподаватель вокала. 2017 г.



Фитнес в лучших традициях

ГОГОЛЬ

ФИТНЕС - ЦЕНТР

Тула, ул. Гоголевская, 45-а.

Тел. 52-52-05.

www.gogol-fit.ru

ЖЕНСКОЕ ДЕЛО

В Европе, где в конце XIX века открылись первые тренажерные залы, женщины занимались фитнесом наравне с мужчинами. Создатель тренажеров шведский врач доктор Густав Цандер в своей книге от 1892 года в качестве моделей использовал как представителей сильного пола, так и прекрасных дам – ведь здоровым хочет быть каждый.

А немногим раньше, на выставке Centennial Exhibition в 1876 году, «терапевтические механизмы» Цандера произвели сенсацию – ведь они обещали помочь в деле избавления от некоторых физических недостатков, нарушений и недугов, от деформации позвоночника до запоров. Вскоре хитроумные приспособления начали устанавливать в санаториях и оздоровительных клубах по всему миру, способствуя росту популярности физической культуры.

Видите эту девушку на ретро-фотографии 1892 года? Такой тренажер доктор Цандер сконструировал для тренировки рук, плеч и спины. «Вы чувствуете себя немного уставшей и зажатой после дня в школе? С помощью упражнений вы ощутите себя родившейся заново», – писал изобретатель тренажеров. Как и мужчины, которые занимались в обычной «офисной» одежде, у дам тоже не было принято переодеваться: механотерапию практиковали в повседневных платьях.

Спустя 100 с лишним лет этот простейший тренажер трансформировался в продвинутую мультистанцию – именно такая, от Life Fitness, имеется в тренажерном зале «Гоголь». Она имеет бесконечный потенциал – более 225 упражнений, не ограниченных рабочими траекториями и амплитудами. Такая техника создает возможности для всестороннего развития тела, позволяет выполнять абсолютно все виды упражнений и самостоятельно выбирать вектор силы и амплитуду работы мышц. Так что будь вы накачанный мужчина или хрупкая девушка, опытный поклонник фитнеса или начинающий – занимайтесь на здоровье!

Совершенство ДО КОНЧИКОВ НОГТЕЙ



ДАРЬЯ СЕРЁГИНА,
основатель студии и школы
маникюра и педикюра Fors.d Room

Ногти не стоит доверять «случайным» мастерам. От профессионализма мастера зависит не только красота маникюра, но и состояние ваших ногтей и, что ещё важнее, ваше здоровье. Дарья Серёгина, основатель студии и школы маникюра и педикюра Fors.d Room, рассказала нам о том, каким должен быть правильный маникюр и подготовка мастеров.



В РАБОТЕ МАСТЕРА НЕТ МЕЛОЧЕЙ

Сегодня для клиента всё важнее такой аспект, как стерильность и безопасность. В нашей студии всё отвечает требованиям. Инструменты проходят трехступенчатую обработку – дезинфекция в дезрастворе, обработка в сухожаровом шкафу, хранение в крафт-пакетах в УФ-шкафу. Пакет со стерильными инструментами рассчитан на однократное применение и вскрывается при клиенте. Мастера работают в перчатках.

Студия предоставляет услуги, связанные с ногтями, – маникюр, педикюр, гель-лак, наращивание. Мастера прошли обучение в нашей школе и были отобраны из числа лучших выпускников. Это специалисты, в качестве работы которых я уверена. А чтобы и клиентам захотелось с ними познакомиться, на услуги новых мастеров действуют специальные wellcome-расценки. В целом у нас прозрачное ценообразование: в меню красоты расписаны все позиции по дизайнам, и наши гости могут сразу увидеть стоимость каждой.

Студия работает с 10 утра до 10 вечера. Если есть какая-то срочность (свадьба, выпускной и т.д.), мы готовы принять вас рано утром или поздно вечером.



ОБУЧЕНИЕ МАСТЕРОВ – СТРОГОЕ И КАЧЕСТВЕННОЕ

В ногтевой индустрии я работаю 4 года и являюсь не только дипломированным мастером, но и аттестованным инструктором по обучению мастеров ногтевого сервиса. Кстати, и единственным в Туле инструктором Академии успешных мастеров Яны Лузан.

Программа обучения в школе насыщена знаниями и практической отработкой на моделях. Мы изучаем строение ногтя, различные виды обработки, техники, виды дизайна и текстуры. В нашей школе вы получите актуальные знания и как мастер будете в тренде ногтевой индустрии.

Мы проводим обучение мастеров по направлениям:

1. Курс «с нуля» (для тех, кто хочет освоить профессию мастера маникюра. В него входят салонные дизайны, классический и комбинированный маникюр).
2. Классика маникюра (классический маникюр кусачками).
3. Секреты безупречного маникюра с использованием аппарата и ножниц.
4. Аппаратный маникюр (без режущих инструментов).
5. Безупречный градиент + фантазийные текстуры (курс по дизайнам).



Тула, пр. Ленина, 31, 3 этаж, оф. 5, 7. Тел. 8-910-584-97-04.

[forsd_school_nails](https://www.instagram.com/forsd_school_nails)

[fors.d_room_tula](https://www.instagram.com/fors.d_room_tula)

vk.com/fors.droom

Только с 10 по 24 мая



КЛУБНАЯ
КАРТА
НА ЛЕТО

СО СКИДКОЙ
20%



Акция!

Здоровое
ЛЕТО

ул. Каракозова, 71,
тел. (4872) 41-90-60,
тел./факс 41-80-80
n-ergo@list.ru
www.wellness-tula.ru



ФИТНЕС С ДУШОЙ

Когда мы собираемся пойти на фитнес, перед нами всегда возникает вопрос: «Заниматься самостоятельно или с тренером?». Персональный тренер – это не только строитель вашего тела, это также друг, помощник, соратник, человек, который сумеет поддержать и вдохновить на новые подвиги и достижения. О секретах успешных тренировок «Модному городу» рассказали инструкторы фитнес-клуба «Гранд» – Алексей Мальцев, Елизавета Дремлюга и Павел Кузнецов.

Почему персональная тренировка эффективнее самостоятельных занятий?

Елизавета Дремлюга, персональный тренер с диетическим уклоном: – Эффективнее и, главное, безопаснее! Тренер следит за правильной техникой выполнения упражнений, чтобы клиент не получил травм. Там, где есть правильная техника, будет и результат. Так что одно вытекает из другого.

Алексей Мальцев, дипломированный тренер по бодибилдингу: – Тренировки, которые есть в интернете, не учитывают ваших индивидуальных особенностей и могут быть просто опасны. Тренер же составляет программу занятий и подбирает нагрузку персонально для вас – вашего возраста, веса, состояния здоровья и других факторов.

Павел Кузнецов, КМС по пауэрлифтингу, призёр областных соревнований по пауэрлифтингу: – Работа над совершенствованием своего тела должна идти комплексно: нагрузки – несколько раз в неделю в фитнес-клубе, правильное

питание – каждый день дома и на работе. Мы разрабатываем и программу тренировок, и программу питания.

– А если человек стесняется – допустим, лишнего веса?

Алексей: – Не надо стесняться! У нас очень душевная, тёплая, добрая атмосфера. Это отмечают все, кто у нас когда-либо занимался. Мы как персональные тренеры сопровождаем клиента от момента, когда он зашёл в клуб, и до той минуты, когда он закончил тренировку. Мы не опаздываем и не забываем про тренировки, не занимаемся другими клиентами и не отвлекаемся на свои дела – в общем, не оставляем человека одного. Это тоже очень важно, особенно для начинающих, потому что с постоянной поддержкой тренера человек чувствует себя увереннее.

– Говорят, в «Гранде» при любой загруженности нет очередей на тренажёры...

Павел: – Да, в часы пик мы можем скорректировать программы своих тренировок, чтобы перераспределить потоки занимающихся и не допускать «пробок». Все ценят своё время и не хотят тратить его в очередях на тренажёры. У нас клиентам не приходится ждать даже в самые загруженные вечера.

– В какое время дня организм лучше воспринимает фитнес-нагрузки?

Елизавета: – Для каждого это индивидуально. «Гранд» работает круглосуточно, вы можете методом проб найти своё идеальное время для тренировки. Да, и с нами отговорка «нет времени» – не причина пропускать фитнес: приходите рано утром перед работой, поздно вечером или даже ночью.

– Есть волшебный секрет, который поможет добиться идеального тела?

Алексей: – Главное – решиться и прийти, а мы замотивируем на результат так, что вас будет уже не остановить. В этом тоже важная миссия тренера – дать клиенту правильный настрой, не позволить свернуть с правильного пути и помогать ему идти по нему хоть маленькими, но шагами. Главное – делать эти шаги, и любой цели можно достичь!

"GRAND"

Тула, ул. Болдина, 123, тел. 24-61-67.
грандфитнесс.рф

ГОРОДСКОЙ ЛЕТНИЙ ЛАГЕРЬ ДНЕВНОГО ПРЕБЫВАНИЯ

для детей от 6 до 12 лет

1 смена Фабрика Звёзд
5 июня – 15 июня

2 смена Талантуум
19 июня – 30 июня

3 смена Ла-ла-Лэнд
3 июля – 14 июля



Пребывание детей
с понедельника по пятницу
с 9.00 до 18.00

Стоимость путёвки
на полный день 13 800 руб.,
полдня 7 900 р.

ТАКИЕ РАЗНЫЕ БЛИЗНЕЦЫ

В проекте «Битва сильнейших» на портале Myslo два тульских барбершопа преобразили близнецов Сергея и Александра Смарыгиных. Теперь они совсем не похожи друг на друга. Взгляните, как здорово получилось!

Барбершопы Top Gun и «Мужской зал» взяли на себя по одному близнецу и поработали над их преображением. Сергей и Александр до сих пор не узнают себя в зеркале! Ребята признались: новый образ изменил их не только внешне, но и внутренне.

– Когда увидел своё отражение, даже не поверил, что это я: мне кажется, я стал выглядеть взрослее, солиднее, серьёзнее, – говорит Александр, над внешностью которого работал «Мужской зал». – Даже не верится, что стрижка может так изменить человека. И я говорю не только о внешности. Настроение улучшилось, появилось вдохновение, которое так необходимо мне в режиссёрской работе. Мастер всё сделал так, как нужно: новая стрижка отлично подходит моему образу в целом. Чтобы получить такой

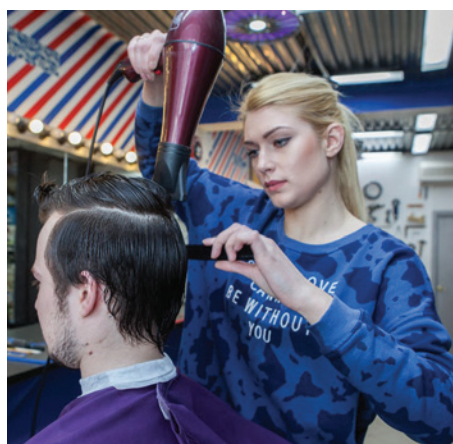


результат, мало просто взглянуть на человека и изучить его внешне. Нужно прочувствовать того, с кем тебе предстоит работать. И мой мастер справился с этой задачей на все сто!

– «Битва сильнейших» сделала большое дело – обозначила и подчеркнула наши с братом различия, – говорит Сергей, преображение которого произошло в барбершопе Top Gun. – Я очень благодарен всем, благодаря кому она появилась и состоялась. Если бы мне предложили этот эксперимент снова, я бы согласился, не задумываясь. И конечно, посоветовал бы это другим. Великолепный опыт! Мой мастер сумел угадать мои желания. Я их не озвучивал. И тем ярче и искреннее был мой восторг после того, как я посмотрел в зеркало!

– Было очень интересно работать на определённый эффект, – говорит мастер Top Gun Дмитрий. – Наш эксперимент получился на все сто! Как только я увидел своего клиента, понял: ему нужно что-то особенное. Но здесь было важно не переступить черту: все изменения должны строго соответствовать всему образу в целом. В итоге так и вышло. Я очень доволен результатом!

– Чтобы составить достойную конкуренцию соперникам, мы решили действовать, опираясь на настроение, образ, стиль и психотип героя, – говорит мастер «Мужского зала» Светлана Иванова. – Для нас было важно сделать всё точно так, как хочет парень, – ведь с этой стрижкой ему жить. Вот почему «Битва» стала для нас не сражением на поле мастерства, а просто приятным экспериментом.



БЮДЖЕТ

на внешность

На себя, любимую, не жалко и миллиона! А если серьезно, вы когда-нибудь задумывались, сколько тратите на свою внешность? Наш бьюти-проект в самых свежих трендах сезона мы решили начать с бюджета - годовых затрат на красоту наших знакомых бьютиголиков. Итак, что нужно женщине и сколько это стоит?



ДОМАШНИЙ УХОД

Набор на год

Для лица: 2 бальзама для губ, средство для бровей, 4 тоника, 3 маски, крем-пилинг, патчи под глаза, 7 пенек для умывания, 2 глины для умывания, 4 крема для лица, 4 сыворотки, 2 скраба для лица, аппарат для УЗ-пилинга. Всего на 31 041 р.

Для тела: 2 скраба для тела, лосьон для тела, крем для тела, криогель для тела, крем для рук, средство для педикюра, лампа и гель-лаки для маникюра, обертывание. Всего на 10 048 р.

Для волос: 4 шампуня, бальзам, термошапка для масок, 2 набора ампул с протеинами шелка, кератин. Всего на 7 790 р.

ИТОГО: от 48 879 р.

КРАСОТА ИЗНУТРИ

БАДы, витамины, набор на год: витамин С для синтеза коллагена, кератиноиды для обновления кожи, омега-3, 6, 7, 9 для питания кожи, клетчатка для очищения, активированный кремний для кожи, волос, ногтей, хитозан для поглощения жиров и поддержания здоровой массы тела, пробиотики для очищения, комплекс «волосы, кожа, ногти», «гринсы» для восполнения нехватки растительной пищи, мультивитамины.

ИТОГО: от 12 190 р.



ДЕКОРАТИВНАЯ КОСМЕТИКА, ПАРФЮМ

Набор на год: 12 помад, 12 блесков, 3 аромата, 3 пудры, 2 тональных крема, консилер, подводка для глаз, набор для бровей, тушь.

ИТОГО: от 63 835 р.



Годовой бюджет бьютиголика

от 432 800 р.



САЛОННЫЕ ПРОЦЕДУРЫ

Маникюр (1 раз в 3 недели от 1500 р.) – от 25500 р. за год.

Педикюр (1 раз в месяц, от 2000 р.) – 24000 р. за год.

Чистка лица, уход, маска (1 раз в месяц, от 1700 р.) – 20400 р. за год.

Массаж лица (1 раз в неделю, от 500 р.) – 26000 р. за год.

Окрашивание, ламинирование ресниц (раз в месяц от 2000 р.) – от 24000 р. в год.

Контурная пластика (2 раза в год: коррекция носогубных складок (от 7000.), зоны под глазами (от 15000), шеи (от 6000.), увеличение губ (от 8000), – от 66000 р. в год.

Ботокс (лоб, 2 раза в год, от 6000 р.) – от 12000 р. в год.

Плазмолифтинг (очищение, омоложение кожи, курс из 5 процедур, от 1700 р.) – от 8500 р. в год.

Микротоковая терапия (для подтяжки кожи, 12 сеансов, от 900 р.) – от 10800 р. за год.

Пилинги (осенью, курс из 5 кислотных, от 600 р.) – от 3000 р. за год.

Кератиновое выпрямление волос (3 раза в год, от 2500 р.) – от 7500 р. за год.

Мезотерапия для волос (для роста, густоты, 4 курса по 5 процедур, от 500 р. каждая) – от 10000 р. за год.

Мезотерапия по телу (антицеллюлитная, 3 процедуры, от 600 р.) – от 1800 р. за год.

LPG-массаж (антицеллюлитный, 10 сеансов, от 1200 р.) – от 12000 р. за год.

Антицеллюлитный ручной массаж (2 курса по 10 сеансов в год, от 1900 за сеанс) – от 38000 р. за год.

Шугаринг (1 раз в 3 недели, от 1200 р.) – от 20400 р. за год.

ИТОГО: от 309900 р.

Лазерная эпиляция MOVEO

НЕЖНАЯ, ЭФФЕКТИВНАЯ И БЕЗОПАСНАЯ!



ВЕРА КОМАРОВА,
главный врач клиники
В. Н. Комаровой

Лазерная эпиляция – это самый современный способ удаления нежелательных волос. Благодаря избирательному воздействию методика является эффективной и абсолютно безопасной. Кожа не нагревается, температура ровно 36,6°C. Это идеальный вариант для удаления волос на лице и других чувствительных зонах.

ПРЕИМУЩЕСТВА

- 1. Без боли.** Даже на чувствительных зонах – лицо, зона бикини, подмышки.
- 2. Без риска.** Кожа не нагревается и не повреждается.
- 3. Эффективно** для любых типов кожи и цвета волос.

КАК ПРОИСХОДИТ ПРОЦЕДУРА?

Процедура отличается простотой и эффективностью: врач обрабатывает нужную зону равномерными движениями, следуя определенной схеме. Удаление нежелательных волос происходит очень быстро.

Сапфировый наконечник и высокая частота следования импульсов позволяют обрабатывать участок кожи 10x10 см за 10–25 секунд. Да, настолько быстро! И нашим пациентам нравится такая скорость. Во время процедуры обеспечивается поэтапный нагрев луковиц волос, что приводит к их разрушению. Поэтапность нагрева и высокая скорость перемещения насадки делают процедуру комфортной и безопасной, практически полностью исключают покраснение или ожоги. Чтобы пациент почувствовал максимальный комфорт, в сапфировом наконечнике Moveo имеется встроенная система охлаждения до 15°C.

КАК ВОЗДЕЙСТВУЕТ НА ВОЛОСЫ ЛАЗЕР?

Лазерная эпиляция уничтожает не только волос, но и причину его роста – волосяную луковицу. При этом окружающая кожа не нагревается



и не повреждается. Отсутствие боли и необходимости какого-то специального ухода позволяет сделать процедуру именно там, где вы хотите.

КОГДА ЗАМЕТЕН РЕЗУЛЬТАТ?

Результат вы заметите уже после первых сеансов. Для достижения полного эффекта необходимо пройти комплекс процедур, который назначается врачом индивидуально.

ЛАЗЕР УДАЛЯЕТ ВОЛОСЫ НАВСЕГДА?

Волосы, которые уничтожили лазером, уже никогда не вырастут. Но часть волос (от 10 до 20%) находится в «спящем» состоянии, в виде клеток. Мы же

воздействуем только на волосы в активной фазе роста.

ЧТО ПРОИСХОДИТ ПОСЛЕ ПРОЦЕДУРЫ ЭПИЛЯЦИИ?

Сразу после процедуры вы можете вести привычный образ жизни, даже купаться и загорать. Ограничений нет!

ЭПИЛЯЦИЯ MOVEO ПОДХОДИТ МУЖЧИНАМ?

Да, кроме того, она позволяет избавиться от волос надолго, что очень ценится мужчинами. MOVEO – это тот самый случай, когда лучше один раз попробовать. Приходите в нашу клинику и удивитесь, какой комфортной и эффективной может быть лазерная эпиляция!



Тула, ул. Демонстрации, 137,
тел. 79-02-28.
www.kvk-cosmetic.ru

ТРЕНД *Гидролаты*

Гидролат (душистая, ароматическая, цветочная вода) – потрясающий продукт, натуральная замена обычным тоникам. Он приготовлен из трав, цветов, плодов на горной родниковой воде методом дистилляции. Сохраняя свойства эфирных масел, гидролаты безопасны для использования на нежных участках тела, а также на коже, склонной к воспалениям.

Гидролат по праву считается одним из лучших тоников для лица. Он:

- ✓ мягко очищает кожу от загрязнений;
- ✓ стимулирует обновление клеток кожи;
- ✓ освежает и выравнивает цвет лица.

Гидролаты можно использовать вместо химических лосьонов и тоников. Они не сушат кожу, так как не содержат спирта. Идеальны для увлажнения кожи летом. Их можно распылять на кожу и волосы в течение дня, умываться, ополаскивать волосы, использовать для смягчения рук, для разведения сухих масок, обогащать ими косметические средства, использовать как косметический лёд и для ароматерапии.

Гидролаты от российских производителей («Мастерская Лавровых», «СпивакЪ», «Клеона» и «Мастерская Олеси Мустаевой») можно купить в магазине «Зелёнка». У нас вы найдёте натуральную косметику по уходу за лицом, телом и волосами. Мы выбираем только те бренды, которым доверяем и которым можете доверять вы!



НАШ ЭКСПЕРТ –
ВАДИМ МАЛИНОВ,
ВДОХНОВИТЕЛЬ
ПРОЕКТА
«ЗЕЛЕНКА»



ИГТ Малинов В. А.

МАГАЗИН «ЗЕЛЁНКА»

ТК «Парадиз», Тула, пр. Ленина, 17
(2 этаж), тел. 8-920-771-32-34,
8-920-758-58-95.

vk.com/zelenka2la
[instagram.com/zelenka2la/](https://www.instagram.com/zelenka2la/)

ТРЕНД

Ешь и худей,
или Как быть в форме
с Институтом питания Марии Волковой



Мария Волкова, руководитель «Института питания Марии Волковой»: – Когда мы запустили производство вкусного, низкокалорийного питания на целый день, то получили колоссальный отклик! Не удивительно, потому что в современном ритме жизни пакет с пятью сытными блюдами (завтрак, 2 разных супа, 2 горячих с гарниром и салатом плюс десерт) – не просто удобство, а необходимость. Это избавляет от походов в магазин, готовки, подсчёта калорий и раскладки блюд по контейнерам. Мы обо всём позаботились, а вам остаётся вовремя разогреть ланч-бокс и съесть содержимое.

Весь рацион приготовлен из натуральных продуктов без консервантов, трансжиров и химических добавок. Меню сбалансировано по количеству калорий, белкам, жирам, углеводам и нутриентам. И, конечно, разнообразно на каждый день недели.



ИП Волкова М. В. ОГРН 51671540066292

«ИНСТИТУТ ПИТАНИЯ МАРИИ ВОЛКОВОЙ»

Подробности и меню читайте в нашей группе ВКонтакте Института питания Марии Волковой. Чтобы сделать заказ, звоните по номеру 38-48-32 или +79038404832 до 6 вечера и на следующее утро (с 8 до 10) получаете лично в руки набор свежеприготовленной еды на весь день!

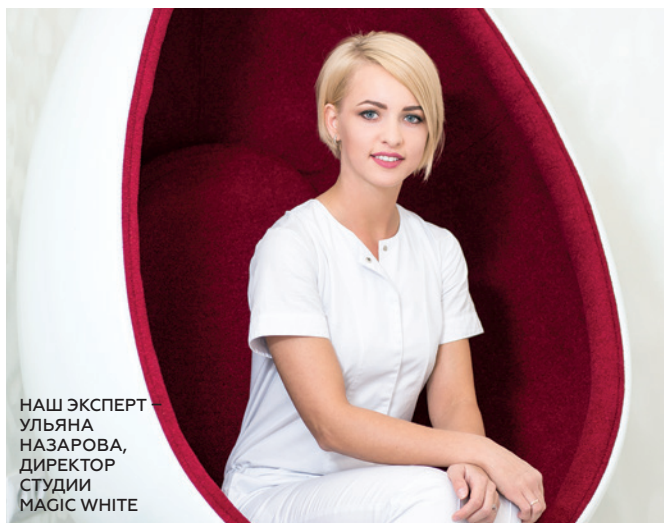


СПОНСОР РУБРИКИ – МНОГОПРОФИЛЬНАЯ КЛИНИКА «Л'МЕД». Тула, Красноармейский пр-т, 48, +7 (4872) 30-29-02. www.l-med.ru

Косметологическое осветление зубов

ТРЕНД

Голливудская улыбка без стоматолога



НАШ ЭКСПЕРТ –
УЛЬЯНА
НАЗАРОВА,
ДИРЕКТОР
СТУДИИ
MAGIC WHITE

СТУДИЯ КОСМЕТИЧЕСКОГО ОСВЕТЛЕНИЯ ЗУБОВ MAGIC WHITE

Тула, пр. Ленина, 85, корп. Р, бутик 21. Телефон 8-906-539-93-39.
www.white-tula.ru vk.com/white_tula



FaaliaPhotoPress.ru

Мечтаете об ослепительной улыбке? Но идти к стоматологу страшно и дорого? Приходите на косметическое осветление зубов: ваши зубки станут белее до 12 тонов, а результат сохранится до года. Это быстро, не больно, безопасно и доступно!

Косметическое осветление – новая технология, которая разработана в Бельгии и широко применяется в Европе. Инновационная система основана на использовании геля: под воздействием светодиодов он мягко и безболезненно осветляет зубы. Испытания подтвердили, что косметическое осветление совершенно безопасно для зубов и дёсен.

Технология осветления зубов сравнима с обычными косметическими процедурами и не вызывает дискомфорта или боли. Вы можете слушать музыку, читать журнал или смотреть телевизор, сидя в уютном кресле, и через 21 минуту получите белоснежную улыбку.

ИП Назарова У. С.



НАШ ЭКСПЕРТ –
ЕКАТЕРИНА РОЖКОВА,
МАСТЕР ПО
ПЕРМАНЕНТНОМУ МАКИЯЖУ
MY STYLE САЛОНА
«ГАЛЕРЕЯ COIFFURE»

ТРЕНД

Пудровый перманентный макияж

Сегодня тренд в перманентном макияже – пудровое напыление. Пудровая техника представляет собой разновидность микропигментирования, создаваемого при помощи специального аппарата. Главный принцип этой техники заключается в том, чтобы не навредить натуральным бровям, а наоборот, сохранить их естественность и натуральность. В технике пудрового напыления проводится не сплошное заполнение всего контура, а лёгкое полупрозрачное нанесение пигмента. Конечный результат процедуры – мягкие и объёмные брови, словно подкрашенные карандашом или тенями.



САЛОН «ГАЛЕРЕЯ COIFFURE»

Тула, Бухоновский пер., 8 (за ТЦ «Парадиз»). Тел.: 36-12-07, +7 (960) 596-29-97.



ИП Рожкова Е. Н.



НАШ ЭКСПЕРТ –
ЕВГЕНИЯ ТОКАРЕВА,
ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ
ПРЕДСТАВИТЕЛЬ
CLEARANCE В ТУЛЬСКОЙ
ОБЛАСТИ.

Идеальный маникюр и педикюр

Clearance

ТРЕНД

Косметика Clearance разработана в Израиле компанией Top-Nail, которая с 1999 года является одной из ведущих компаний в области эстетики. Серия средств для педикюра и маникюра Clearance создана из высококачественных компонентов по эксклюзивным формулам, гарантирующим моментальные и видимые результаты. Эти препараты задали новые стандарты в маникюре и педикюре: сегодня ведущие салоны и центры красоты стремятся получить эту косметику, чтобы предложить клиентам процедуры нового уровня.

При педикюре и маникюре с Clearance огрубевшая кожа и кутикула удаляются с помощью специальных препаратов, это избавляет от необходимости обработки стопы острыми инструментами, которые способствуют образованию огрубевшей кожи и повышают её травматичность. Регулярный педикюр с Clearance дает пролонгированное действие: с каждым последующим посещением вы заметите, меньшее образование огрубевшей кожи и натоптышей, а использование средств для домашнего ухода закрепит идеальный результат надолго! Продукция утверждена Израильской Диабетической Ассоциацией и Министерством здравоохранения Израиля. Препараты подходят всем вне зависимости от возраста и состояния здоровья,

включая беременных и кормящих женщин, а также больных сахарным диабетом, которым противопоказаны классические методы обработки.

Профессиональная серия Clearance состоит из эффективных и безопасных средств для профессионального педикюра и маникюра. С этими препаратами вы сможете помочь своим клиентам в борьбе с различными проблемами кожи и ногтей, в уходе за огрубевшей, сухой и потрескавшейся кожей, поврежденными и слоющимися ногтями.

Приобретая препараты Clearance:

- ✓ вы сможете предложить своим клиентам услуги совершенно нового уровня. Clearance решает проблемы, связанные с кожей рук и ног. Видимые результаты поразят вас и ваших клиентов.

- ✓ существенно расширите круг своих клиентов. Маникюр и педикюр с Clearance не имеет противопоказаний даже для беременных и кормящих женщин, а также больных сахарным диабетом.

- ✓ обеспечите клиентам и мастерам более комфортные и безопасные условия: при выполнении процедур с Clearance используют серию препаратов, это исключает наличие пыли и возможность поранить клиента.

- ✓ представите в своём салоне серию средств Clearance для домашнего ухода за руками и ногами.

Израильские средства Clearance называют революционным открытием. Эти препараты предназначены для профессионального педикюра и маникюра: они работают бережно, безопасно, гарантируют идеальный результат и решают целый ряд проблем кожи и ногтей.



Evgeniya TOKAREVA
— nail studio —

Тульская область, г. Щёкино, ул. Юбилейная, 13.

Тел. 8 (920) 785-99-95.

www.instagram.com/clearance_tula71

Приглашаем на бесплатные
ознакомительные семинары



НАШ ЭКСПЕРТ –
МАРИЯ СЕЛЯВИНА,
НЕЙЛ-АртиСТ,
ОСНОВАТЕЛЬ
НОГТЕВОЙ
СТУДИИ
DIAMOND



ТРЕНД

Хрустальная крошка для ногтей

Хрустальный блеск CRYSTAL PIXIE («Кристал Пикси») – уникальный инновационный продукт от SWAROVSKI для дизайна ногтей и маникюра. Он представляет собой россыпь мельчайших кристаллов величиной до 1 мм и менее. Сотни мельчайших кристаллов рассыпают мириады искр, завораживая волшебным блеском. С крошкой для ногтей ваш маникюр словно осыпан звёздной пылью.

Не каждый мастер может работать с этим материалом: необходимо владеть профессиональными секретами, которые позволяют прочно зафиксировать каждую сияющую частичку на весь срок ношения маникюра.



НОГТЕВАЯ СТУДИЯ DIAMOND

Тула, пр. Ленина, 85 («Ликерка Лофт»), корпус С, 3 этаж, оф. 316.
Тел. 8-910-557-77-88.
@Seminova_maria

ИП Селявина М. А.

НАШ ЭКСПЕРТ –
ЛЮДМИЛА
ФИЛАТОВА,
АРТ-ДИРЕКТОР
САЛОНА КРАСОТЫ
«АРТ», МАСТЕР ПО
ВОССТАНОВЛЕНИЮ
ВОЛОС



ТРЕНД

Ботокс, кератин и сплит для волос

Отличное решение от сечёных кончиков – программа для волос Brazilian Blowout Split End Repair Treatment. Это востребованная салонная процедура, которая мгновенно восстанавливает, закрепляет посечённые кончики волос на срок до 4 недель. Split предназначен для уплотнения кончиков, сохранения длины и достижения идеальной стрижки. Проводите эту процедуру при каждой стрижке или окрашивании.

Надоело каждый день выпрямлять волосы? Хотите, чтобы они без лишних усилий были гладкими и блестящими? В этом поможет кератиновое выпрямление волос. После него волосы легко расчёсываются даже мокрыми, не пушатся и не электризуются, их не нужно укладывать – они всегда

выглядят идеально. Эффект сохраняется до 5–6 месяцев. Мы используем только качественные препараты – кератин Brazilian Blowout и Honma Tokyo. Ещё одна модная процедура – ботокс для волос Honma Tokyo. Инновационный состав восстанавливает волосы, делает их более здоровыми, менее пушистыми и пористыми. Волосы становятся плотными и упругими, появляется объём. Также ботокс нейтрализует желтизну, что важно для блондинок.

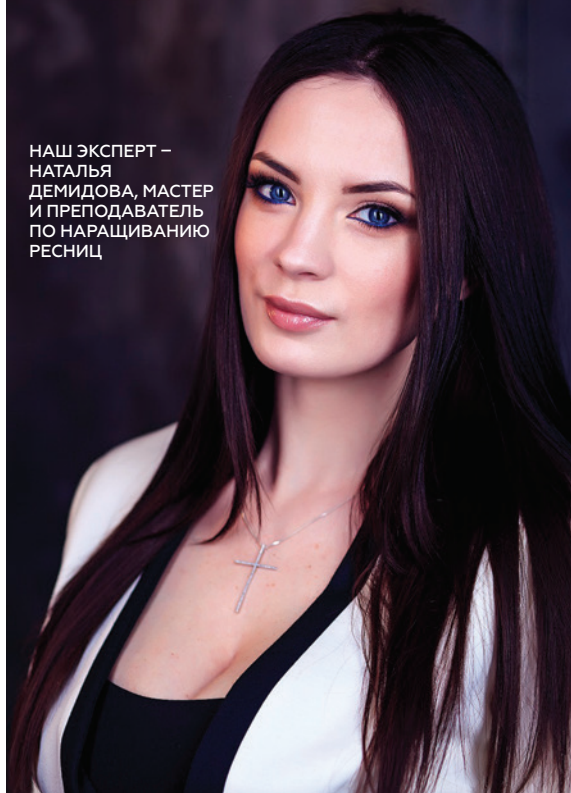


СТУДИЯ КРАСОТЫ «АРТ»

Тула, ул. Октябрьская, 31, 2 этаж.
Тел.: (4872) 34-36-63, 8-961-261-70-70.
www.art-tula.ru

ИП Филатова Л. А.

НАШ ЭКСПЕРТ –
НАТАЛЬЯ
ДЕМИДОВА, МАСТЕР
И ПРЕПОДАВАТЕЛЬ
ПО НАРАЩИВАНИЮ
РЕСНИЦ



Демидова Н.А.

СТУДИЯ МОДЕЛИРОВАНИЯ ВЗГЛЯДА Demidova Lashes

Тула, Красноармейский пр., 19-6, 2 этаж, оф. 204.
instagram.com/demidova_lash
Тел 8-902-909-87-69

ТРЕНД

Ресницы в 3D и в цвете



Как сделать ресницы густыми, а взгляд – выразительным? Есть простой, доступный всем, комфортный и безопасный способ наращивания ресниц.

Сегодня для наращивания используются ультратонкие искусственные материалы для создания пушистых и лёгких объёмов. На пике популярности – наращивание по технологии 2D и 3D, когда на одну «родную» ресничку наращивается пучок из ресниц толщиной 0,05–0,07 мм.

Входят в моду колорированные, цветные и двухтоновые ресницы. Они создают неповторимый образ, подчёркивают индивидуальность и оттеняют цвет глаз своей обладательницы.

ТРЕНД

Органическое окрашивание волос

В салоне «J» мы используем только натуральные и безопасные средства для окрашивания волос. Мы работаем на революционной линии органических красителей Organic Colour Systems.

Они на 95% состоят из натуральных ингредиентов и максимально безопасны для здоровья: без аммиака, без резорцина, парабенов и ноноксинола, без токсичных паров и раздражения кожи. Все ингредиенты сертифицированы и являются новейшими разработками в области органических косметических средств. Красители не повреждают волосы, не создают дискомфорта. Окрашивание безвредно даже для беременных и кормящих женщин, аллергиков и людей с чувствительной кожей головы.

Красителем Organic Colour Systems можно выполнять все виды окрашивания: тон в тон, осветление, закрашивание седины (надолго закрашивает

даже самые плотные седые волосы!), мелирование, тонирование. Линия оттенков разнообразна – от блондов до тёмных насыщенных цветов.

Приятный запах и отсутствие дискомфорта при взаимодействии с кожей подарят вам удовольствие от процесса окрашивания, а вашим волосам – блеск, красоту и здоровье!



НАШ ЭКСПЕРТ –
АЛЕКСАНДРА
ПУГОВКИНА,
ДИРЕКТОР
ГАЛЕРЕИ
КРАСОТЫ «J»



ООО «Галерея»

ГАЛЕРЕЯ КРАСОТЫ «J»

Тула, Красноармейский пр., 15.
Тел. 701-971, 8 (920) 274-27-37.

ТРЕНД

Яркий макияж и светящаяся кожа



НАШ ЭКСПЕРТ – АЛЕНА ЧЕРНОУСОВА, ВИЗАЖИСТ, МАСТЕР ПО ПРИЧЕСКАМ.

Не стоит бояться смелых оттенков макияжа. Если они подобраны правильно, вы будете выглядеть шикарно. Несмотря на тренд натуральности, яркость незаменима в макияже для особенных событий. В любом случае вы должны чувствовать себя комфортно, а грамотный визажист учтёт пожелания и воплотит их, адаптировав к индивидуальным чертам вашей внешности. Поскольку качество макияжа напрямую зависит от косметики, я выбираю профессиональные средства: Make up Atelier, MAC, Inglot, Becca, Urban Decay, Tarte.

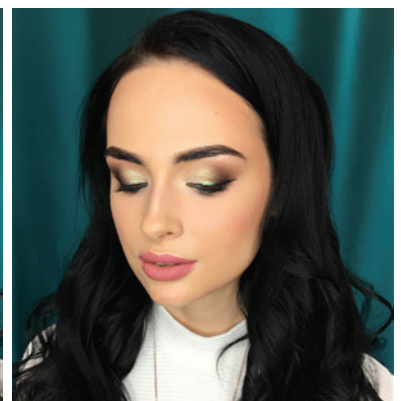
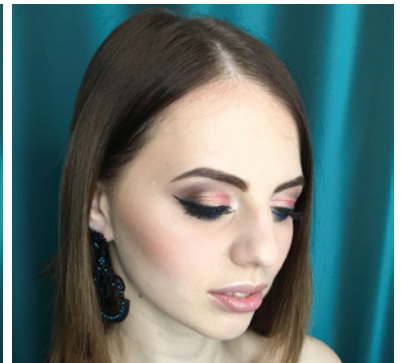
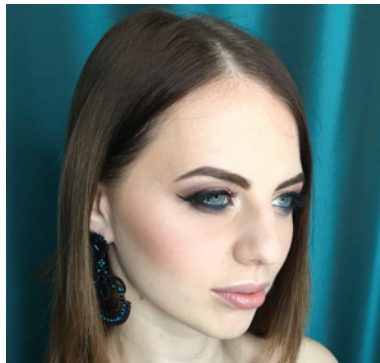
Время идёт, мода меняется, поэтому визажист должен всегда быть в курсе новинок и трендов. Какой бы стаж и профессионализм ни имел мастер, важно постоянно самосовершенствоваться. Этому я

уделяю особое внимание, посещая различные обучения и мастер-классы. Например, последнее обучение я проходила в Уфе, в школе Сердара Камбарова (одного из ведущих шоу-проекта «Перезагрузка» на канале ТНТ).

С детства я очень люблю рисовать, поэтому моя профессия – это работа в удовольствие. Я стараюсь найти подход к каждому клиенту и работаю так, чтобы вы могли расслабиться, – это особенно важно, если макияж выполняется для значимого события. А как известно, лето – это пора свадеб и выпускных. Обязательно ознакомьтесь с портфолио мастеров, пообщайтесь лично для того, чтобы в самый важный день рядом с вами был не только специалист, но и человек, с которым вам будет комфортно!

С любовью, ваш будущий визажист Алена Черноусова.


В 2017 году можно отметить несколько основных тенденций в макияже. Актуальны: здоровая и ухоженная кожа с эффектом лёгкого свечения, максимально приближённый к эффекту натуральности макияж в стиле nude, техника «смоки айс» в современной интерпретации, использование стрелок, а также круговой подводки для создания эффекта «кошачий глаз», праздничный макияж в стиле «металлик».



АЛЕНА ЧЕРНОУСОВА, ВИЗАЖИСТ, МАСТЕР ПО ПРИЧЕСКАМ

Тула, ул. Ф. Энгельса, 53 (салон «Мастерская красоты»).

Тел. 8 (961) 147-41-11.

 chernousova_makeup71

ИЛ Черноусова Д. А.

МАНИКЮР с гель-пудрой

ТРЕНД



НАШ ЭКСПЕРТ –
КРИСТИНА СИТНИКОВА,
ОСНОВАТЕЛЬ СТУДИИ
МАНИКЮРА SNS,
ОФИЦИАЛЬНЫЙ
ДИЛЕР ПРОДУКЦИИ
SNS И MART В ТУЛЕ,
СЕРТИФИЦИРОВАННЫЙ
ТЕХНОЛОГ.



Мы работаем с американскими гель-пудрами SNS и Mart. В новой коллекции сезона весна 2017 – акварельные оттенки пробуждающейся после зимы природы: первые лучи тёплого солнца, ранние цветы, весеннее лазурное небо и нежная зелёная трава.

Вы – мастер и хотите освоить новую технологию?

Студия маникюра SNS проводит обучение мастеров по технологии работы с гель-пудрой. Семинары проходят ежемесячно и включают теоретическую часть и отработку маникюра на практике, на моделях. Также возможно индивидуальное обучение. После обучения выдаётся сертификат, подтверждающий квалификацию мастера и позволяющий официально работать по технологии гель-пудры.

Гель-пудра позволит вам и вашему салону предлагать клиентам качественный, долговечный и безвредный маникюр! Салоны и мастера могут приобрести в студии SNS всю линейку гель-пудры SNS и Mart, в том числе последние новинки и цвета.

ВЫ ХОТИТЕ СДЕЛАТЬ МАНИКЮР НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ?

Студия маникюра SNS стала первой, кто предложил тульским модницам революцию в маникюре – гель-пудру, новое стойкое покрытие, которое не вредит ногтям и держится дольше других покрытий.

В студии SNS клиентки могут попробовать новую технологию. Маникюр с гель-пудрой у нас выполняют сертифицированные мастера: только такой специалист имеет право работать с этим материалом.

Почему гель-пудру выбирают всё больше клиенток? Она носится до 4 недель даже на ногтях, на которых не держатся гели-лаки. Всё это время покрытие не теряет блеска, не скалывается и не царапается. Поэтому гель-пудру называют новой эрой в маникюре.

Гель-пудра подходит для наращивания, ремонта, покрытия и укрепления ногтей. С её помощью можно удлинить ногтевую пластину до 3–4 мм или восстановить сломанный ноготь, сделать из круглой формы квадратную.

Маникюр с гель-пудрой не требует запила ногтевой пластины и сушки УФ-лампой. Ногти под пудрой отрастают очень быстро и становятся крепкими: база гель-пудры содержит витамины А, Е и кальций.



КОЛЛЕКЦИЯ MART,
ТОН 03



СТУДИЯ МАНИКЮРА SNS

Тула, ул. Демонстрации, 27, к. 1, тел. 8-905-627-77-75.

ИП Ситникова К.Н.



СПОНСОР РУБРИКИ – МНОГОПРОФИЛЬНАЯ КЛИНИКА «Л'МЕД». Тула, Красноармейский пр-т, 48, +7 (4872) 30-29-02. www.l-med.ru



ТРЕНД

ФИТНЕС С МАЛЫШОМ



Чтобы пойти на фитнес, молодой маме больше не нужно думать, с кем оставить ребёнка. В Тулу пришёл международный проект Fitness's'Baby – «Фитнес с малышом» для мам с детьми от 3 месяцев до 3 лет.



Это проект для мам, которые занимаются собой, приходят в форму «без отрыва» от малыша. Уникальная система тренировок способствует плавному и комплексному восстановлению организма после родов.

Для мам с грудными детьми существуют варианты тренировок с ребёнком на руках. Дети постарше играют вместе, пока мамы занимаются. Сплошные плюсы: мама в форме, кроха привыкает к здоровому образу жизни и общению с другими детьми!

Летом проект Fitness's'Baby планирует проводить тренировки на свежем воздухе, встречи и пикники. Вступайте в сообщество активных и спортивных мам!

ИП КОТЕНЕВ Ф.А.

ФИТНЕС-ПРОЕКТ FITNESS'S'BABY

Fitness s'Baby Тула

Записаться на занятия можно по тел. 8-920-743-23-70. fitnessbabytula.ru @fitness_s_baby_tula



СПОНСОР РУБРИКИ – МНОГОПРОФИЛЬНАЯ КЛИНИКА «Л'МЕД». Тула, ул. Токарева, 82, +7 (4872) 49-57-57. www.l-med.ru

ТРЕНД *Окисайз: дыхательная гимнастика для снижения веса*



НАШ ЭКСПЕРТ –
ОЛЬГА РУСАКОВА,
ИНСТРУКТОР ПО
«ОКСИСАЙЗ» И
ПОХУДЕНИЮ.

Специальная система четырехэтапного диафрагмального дыхания позволяет максимально насытить кровь кислородом и превратить с его помощью жировые клетки в воду и углекислый газ. Во время дыхательного цикла упражнений происходит то напряжение, то расслабление мышц пресса, что позволяет быстро привести себя в форму, подтянуть живот и бока. Более того, особая техника диафрагмального дыхания позволяет совершать своеобразный самомассаж внутренних органов, благодаря чему можно добиться улучшения пищеварения и укрепления мышц пресса. А для того чтобы кислород максимально мог достигнуть жировых отложений в проблемных зонах, к дыханию прилагаются несложные упражнения на укрепление различных групп мышц и растяжку.

Окисайз способствует снижению веса, уменьшению объемов в проблемных зонах, сглаживанию проявлений целлюлита.



С помощью этой методики можно: скорректировать вес, уменьшить объём, укрепить мышцы.

Её применение помогает уменьшить аппетит, ускорить обмен веществ в организме, стабилизировать работу кишечника.

В результате тренировок улучшается общее самочувствие и нормализуется эмоциональное состояние.

«САТМИЯ» – ЦЕНТР ИНТУИТИВНОЙ ЖИЗНИ

Записаться на пробное занятие за 149 рублей*:
ул. Октябрьская, 44-а, 2-й этаж,
тел. (4872) 79-29-49. satmiya.ru

* Подробности по телефону (4872) 79-29-49 и на сайте satmiya.ru

ТРЕНД *Шейпинг*



Кораблина Юлия Викторовна. Руководитель ФОК «Ника». Эксперт по шейпингу.

В женском клубе «Ника» два уютных зала: зал аэробики и зал шейпинга. Клуб имеет лицензию на проведение занятий по системе шейпинг. Занимайтесь в лицензированных клубах!

Шейпинг – это система тренировки и питания, направлена на коррекцию фигуры. Тренировка и питание рассчитываются индивидуально с помощью компьютерной программы и антропометрического тестирования.

Шейпинг-система – это для тех, кто хочет выглядеть красиво, иметь привлекательное, совершенное тело. Шейпинг-система повышает уровень здоровья и иммунитет.

Будьте совершенны! Смотрите на себя с удовольствием! Достижение каждой женщиной физической

привлекательности является главной целью шейпинг-системы.

В зале аэробики проводятся занятия по следующим направлениям: Калланетика. Вы всегда мечтали сесть на шпагат? Калланетика – это отличный способ улучшить гибкость, состояние опорно-двигательного аппарата, а также поднять настроение.

Степ-аэробика и тотал-боди. Вы всегда хотели иметь высокие округлые ягодицы, стройные ноги с красивыми выраженными мышцами?

Вам к нам на занятия по степ-аэробике и тотал-боди!

Хотите эмоционального равновесия и душевного комфорта, – вам может **хатха-йога**.

ЖЕНСКИЙ КЛУБ «НИКА»

Тула, ул. 9 Мая, 8-а. Тел. 35-53-49,
8-903-659-12-52. www.shaping-club-nika.com
[@club_nika_tula](https://ok.ru/profile/57077235588)



В. Н. НИКОЛИЦИ

ИП КОРАБЛИНА Ю.В.



СПОНСОР РУБРИКИ – МНОГОПРОФИЛЬНАЯ КЛИНИКА «Л'МЕД». Тула, Красноармейский пр-т, 48, +7 (4872) 30-29-02. www.l-med.ru

В «ТРОПИКАХ» СЧАСТЛИВЫ *и дети, и взрослые!*



Все дети любят кататься с высоких горок, нырять в бассейны, лазить по лабиринтам. Все взрослые тоже когда-то любили это делать, но теперь это возможно для них разве что на курортах... Хотите вернуться в детство и от души повеселиться вместе со своими малышами? В семейно-развлекательном центре «Тропики» могут отдыхать и дети, и взрослые!

ВЕСЕЛЯТСЯ ВСЕ!

«Тропики» в «Макси» видны издали: высокие горки, как в аквапарке, бассейн с разноцветными шариками, герои мультиков на огромном баннере. Так и хочется забраться на горку и скатиться с ветерком!.. «А вы не стесняйтесь – проходите и катайтесь!» – говорят аниматоры «Тропиков». Как? Разве взрослым можно?.. Оказывается, можно! Это семейный центр, где могут играть и развлекаться все: малыши с 1 года, дети с родителями и даже взрослые без детей!

Хотите – катайтесь с горок в сухой бассейн. Хотите – носитесь на тубингах по специальной трассе. Хотите – играй-

те в аэрохоккей, рыбалку и другие игровые автоматы. И знаете, что? Дети могут набегаться, устать, сесть передохнуть, а взрослых невозможно остановить и оттащить от горок!

Итак, что же есть в «Тропиках»? Пять разных горок: три скоростные открытые, одна закрытая прямая и одна – винтовая. Адреналин и острые ощущения обеспечены, но при этом катание с горок абсолютно безопасно даже для малышей: «приземление» происходит в сухой бассейн с шариками, это не больно и не страшно. В бассейне, кстати, дети могут «поплавать»: для этого он достаточно глубокий.

К горкам ведёт трехуровневый лабиринт, в котором могут побегать и дети, и взрослые. Наверху – смотровая площадка с окошком, через которое можно понаблюдать за теми, кто внизу. Для совсем маленьких гостей есть отдельный «малышовый» лабиринт. Сюда можно пойти одному или вместе с мамой, покататься в бассейне с шариками и пострелять из пневмопушек мягкими шариками.

Ещё одно крутое развлечение – тубинговая горка: она реально высокая, 5-метровая. Когда летишь по ней на тубинге, захватывает дух! А в перерывах между катаниями можно сходить в зону игровых автоматов. Здесь играют за 10-рублёвые монетки: родители могут сами решить, сколько игр позволить ребёнку.

В «Тропиках» можно провести весь день: стоимость посещения в общем и рассчитана на неограниченное время в течение дня. Надоест кататься – можно присесть порисовать или погонять наперегонки на понициклах, или сходить в 9D-кинотеатр, где на выбор есть 240 фильмов и мультиков с сумасшедшими эффектами – ветром, громом, брызгами воды, бегающими мышами... Кстати, если вы пришли в «Тропики» большой компанией (от 10 человек), возьмите групповое посещение: за ту же цену вы





получите в подарок бесплатное посещение 9D-кинотеатра.

БЕЗОПАСНО ДАЖЕ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ

Конечно, в семейном центре до мелочей продуманы вопросы безопасности. На полу мягкое покрытие, по которому приятно ходить, не мёрзнут ноги и в случае падения не будет больно. Все уровни лабиринтов закрыты специальной прочной сеткой – ребёнок не упадёт.

Ребёнок до 4 лет может находиться в «Тропиках» вместе с родителями или совершеннолетним сопровождающим. А с 4 лет вы можете оставить его здесь одного: за детьми присматривают аниматоры, помогают забираться на горки, следят за безопасностью, устраивают игры. Родители в это время могут походить по магазинам или присесть рядом за столик в фудкорте, перекусить и пона-

блюдать за малышом на экранах, которые установлены на входе в «Тропики». Вот вот должна открыться онлайн-трансляция на сайте семейного центра, так что следить за ребёнком можно будет из любого места в «Макси» и за его пределами.

ПО ВЫХОДНЫМ – ЕЩЁ ИНТЕРЕСНЕЕ!

По субботам, воскресеньям и праздничным дням в «Тропиках» проходят развлекательные программы для детей: мастер-классы, квесты, дискотеки. Их расписание можно найти в группе «Тропиков» в «ВКонтакте».

УЛЕТНЫЕ ДНИ РОЖДЕНИЯ И ВЫПУСКНЫЕ

Для детских дней рождения и праздников разработано множество анимационных программ – пиратская, шпионская, тропическая. Компания может быть

какой угодно большой – приходите хоть целым классом, хоть двумя. Гостей ждут увлекательные игры и квесты, фотосессия на ярком баннере с героями мультфильмов, гонки на понициклах, фильмы в 9D и подарки. А именинник получит суперкрутую флешку с фотографиями или любую игрушку, которая понравится ему в витринах «Тропиков».

Родители и другие взрослые гости тем временем могут расположиться рядом за столиком, украсить его шариками, поставить торт со свечками – в общем, устроить настоящий праздник!

В «Тропиках» любой гость может почувствовать себя ребёнком, а дети – окунуться в море развлечений. Это место, где каждый может быть счастлив – независимо от возраста, роста и веса. Приходите, забывайте обо всём, впадайте в детство, наслаждайтесь семейным отдыхом – ведь это чудесно!



ИП ЕРОХИН В. В.

Макси
торгово-развлекательный центр

Семейно-развлекательный центр «Тропики»

ТРЦ «Макси», Тула, ул. Пролетарская, 2,

тел. 8-960-600-00-03.

tropikitula.ru

 tropikitula

И КРЕМ, И СУП

Почему для новой битвы поваров мы выбрали суп? Потому что пашелка мы ещё наедемся за лето. А пока хочется и погреться, и похудеть. И крем-суп для этого очень даже подходит: даёт чувство сытости и не откладывается на боках. Ну что, чей суп вкуснее?



ЕКАТЕРИНА ПЕЙЛЬ,
кулинар-любитель, хлебопёк

Крем-суп – густое первое блюдо, которое готовится на облегчённом варианте соуса бешамель или реже на загущенном бульоне. Главные ингредиенты крем-супа – овощи и курица (или рыба), а также сливки. Часто это блюдо относят к диетическому питанию. Подают крем-супы с гренками или сухариками. Мы же будем готовить суп из брокколи, а подавать его будем с итальянскими кростини на русский лад.

Стоимость
продуктов на
одну порцию
супа –
29 рублей.

КРЕМ-СУП ИЗ БРОККОЛИ
от кулинара Екатерины Пейль

Ингредиенты:

1 л бульона из куриной грудки
400 г брокколи
1-2 средние картофелины
1/2 луковицы
100 г 20% сливок
соль
молотый тмин (брокколи также прекрасно сочетается с розмарином, шалфеем, мускатным орехом)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- 1 В готовый бульон добавляем мелко нарезанные овощи (всё должно быть одинакового размера. Учтите: картофель варится дольше. Как только он сварился – суп готов). Варить 8–10 минут.
- 2 В конце варки добавляем сливки и прогреваем ещё 2 минуты. Протираем в блендере.
- 3 К супу я приготовила кростини – потрясающие маленькие бутербродики, которые прекрасно его дополняют. В их основе – жареный или подсушенный кусочек багета, а сверху – всевозможные начинки. Я поджарила багет на сковороде гриль на оливковом масле, сверху – сливочный сыр, грибы, красный лук, приправленные чесноком и красным молотым перцем. Вторая начинка – сливочный сыр, черемша и куриное филе на гриле.



АЛЕКСАНДР МОРОЗОВ

бренд-шеф ГД «Императоръ», со-автор проекта кулинарной лавки «Соль»

— Суп по-весеннему лёгкий, нежный и полезный. Я дополнил его мармеладом из томатов, чтобы создать игру разных текстур. Блюдо мы подаём не с привычными гренками и даже не с подсушенной чабаттой или модными крутонами, грессини. Нет, для такого нежного блюда я готовлю такие же нежные эклеры из заварного теста с воздушным печёночным муссом.



КРЕМ-СУП ИЗ БРОККОЛИ с эклерами, начиненными муссом из печени цыпленка, с мармеладом из томатов под пудрой из корнеплодов
от Александра Морозова, бренд-шефа ГД «Императоръ»

Ингредиенты:

600 г замороженной брокколи
400 мл куриного бульона (он придаст супу сладость и плотность)
100 г очищенного корня сельдерея (вместо картофеля)
120 г репчатого лука
50 мл белого сухого вина
чеснок
молоко
соль
белый перец



Цена 1 порции супа с эклерами в меню кулинарной лавки – **80 рублей.**

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- 1 Обжариваем на оливковом масле лук, добавляем нарезанный произвольно корень сельдерея. Овощи должны чуть-чуть припуститься, но не приобрести золотистого оттенка, чтобы не придать супу ненужный цвет и горечь.
- 2 Очистить зубчики чеснока и припустить их в молоке, чтобы он отдал свою остроту и не перебивал нежность брокколи. Кладем чеснок к овощам, затем туда же – оттаявшую брокколи (можно взять свежую, но увеличить время приготовления). Добавляем вино и выпариваем, чтобы алкоголь не чувствовался, а осталась только благородная кислинка.
- 3 Когда овощи будут готовы, вливаем бульон, прогреваем и блендируем. Для большей однородности можно протереть суп через сито. Мы этого не делали, чтобы в нем остались небольшие кусочки овощей: это создает интересную текстуру.
- 4 Заранее готовим мармелад. Для этого бланшируем томаты, снимаем с них кожицу, добавляем оливковое масло, чеснок, табаско, базилик. Пробиваем блендером,

протираем через сито. Замачиваем желатин, вводим его в наш томатный фреш, разливаем по формам (мы взяли прямоугольную, чтобы после застывания нарезать мармелад кубиками).

- 5 Для эклеров делаем классическое заварное тесто: прогреваем молоко, вводим сливочное масло, муку, завариваем, вымешиваем миксером, добавляем яйца, соль, чуть сахара. Тесто должно иметь тягучую консистенцию. Отсаживаем эклеры на противень и выпекаем при 180 градусах, выключаем и оставляем до остывания, не открывая духовку, иначе они осядут.

- 6 Печень слегка обжариваем с чесноком, луком, морковью. Не пересушивайте печень, она должна остаться сочной! Солим, перчим, чуть коньяка, и фламбируем, чтобы удалить спирты, оставив дубовые нотки. Блендируем, добавляем немного сливок и сливочного масла, протираем через сито и интенсивно взбиваем венчиком, чтобы придать массе воздушность. Можно вмешать остатки томатного мармелада. Начинаем эклеры муссом.



В ЧЁМ «СОЛЬ»?



После майских праздников в центре Тулы откроется заведение нового для города формата – кулинарная лавка «Соль». Её создатели, ресторатор Катерина Нечепурнова и бренд-шеф ГД «ИмператорЪ» Александр Морозов, предложат тулякам качественную, честную и доступную еду. В чём ещё соль «Соли», мы поговорили с Александром.

Александр, расскажите, как родилась идея такого проекта? И в чём суть концепции?

– Инициатором и вдохновителем стала Катерина Нечепурнова, директор и управляющий партнёр гостевого дома «ИмператорЪ». В соавторстве с ней и при поддержке всей нашей дружной профессиональной команды мы решили предложить Туле это заведение – симбиоз гастрономической лавки и модного городского кафе.

Саму идею нельзя назвать совершенно новой, ведь кулинарии, фабрики-кухни – это явления ещё советской эпохи. Но сегодня кафе-магазины вновь становятся современным трендом, потому что людям не хватает простой и понятной вкусной домашней еды: им некогда готовить дома в силу недостатка свободного времени и хочется иметь возможность её купить – качественную, разнообразную, по доступным ценам. Мы уловили эту потребность, взяли лучшее из своего опыта и опыта успешных столичных и европейских рестораторов и соединили всё это в нашем новом проекте.

Кулинарная лавка «Соль» – это сочетание кафе и магазина готовой еды. У нас можно как приобрести вкусные блюда и напитки навынос, выбрав из широкого ассортимента на витринах (формат take-



away), так и с аппетитом съесть здесь, сидя за удобным столиком в приятной непринуждённой обстановке. Суть в том, что предлагаемая нами еда – вкусная, как дома у самой радушной хозяйки, но приготовлена по правильной поварской технологии и выверенной рецептуре. Да, стейки, пасты, бургеры, ризотто или даже вездесущая шаурма (улыбаемся) – всё это модно и хорошо. Но людям в повседневной жизни нужно несколько другое. Дайте им хорошего наваристого борща с мягкой булочкой, сочных котлеток, малосольных огурчиков, добротных отбивных, настоящего гуляша, как у любимой бабушки в детстве, ароматных сырничков, прозрачную уху, томлённую пшённую кашу из печки, идеальную «Прагу», по которой ностальгия...! И мы

предложим гостям всё это и многое-многое другое, вкусное, домашнее, приготовленное с нежностью, теплом и любовью.

– Как будет построена работа лавки? Мы знаем, что у Вас есть «фабрика-кухня» – база, где Вы будете готовить...

– Да, и именно такая организация работы и позволяет нам обеспечить важнейшие аспекты нового проекта – высокое качество продукции и демократичные цены. Наша фабрика-кухня располагается в собственном помещении, в «Императоре», мы не арендуем под неё дорогие метры в центре города. В кулинарной лавке будет реализован принцип самообслуживания – витрины, на которых гости будут самостоятельно выбирать блюда и брать их упакованными с собой или за столик. За счёт всего этого мы избегаем рамок вынужденной ресторанной наценки – не секрет, что она зачастую составляет до 300–400% от стоимости блюда.

У нас своя мощная производственная база – просторная кухня с новым современным оборудованием и сильная команда опытных поваров и кондитеров. И мы можем позволить себе готовить строго по технологии. Например, поставить на ночь варить правильный говяжий бульон для борща, охладить свежайший фарш для фрикаделек, заготовить натуральные соусы. С утра у нас уже подошло тесто на пироги и мы печём для вас домашний хлеб с хрустящей корочкой в подовой печи, варим морсы и компоты из малины, клюквы, облепихи, соблюдая все тонкости и кулинарные секретки.

Мы хотим, чтобы вы приходили к нам чаще и не тратили на это много денег. Мы хотим, чтобы в обед вы не питались всухомятку, а зашли и поели горячую домашнюю еду – причём каждый день выбирали ваши любимые разные сочетания.

Мы хотим, чтобы голодные и уставшие после работы и пробок, вы не бежали в супермаркет за продуктами и не стояли у плиты, а сразу привезли домой свежий готовый семейный ужин... В «Соли» есть вкусная качественная еда, и цены на неё доступны: порция сырников – 40–45 рублей, самый дорогой суп – 90 рублей, горячее – от 60 рублей. Мы упакуем еду в красивую одноразовую тару, чтобы вы с комфортом доездили её до дома и накормили близких.



Мы докажем городу, что качественный кофе может быть доступным! Он будет стоить от 60 рублей. У нас нет бородача-бармена в татуировках (улыбается), но есть мощнейшая супермашина, отличные зёрна, хорошее молоко и самодельные натуральные сиропы! Для достойного кофе этого более чем достаточно.

– Готовитесь сломать стереотипы?

– Почему нет? Сегодня есть мнение, что еда с собой – это либо фаст-фуд, либо только пицца и роллы – не всегда полезно и при этом дороговато в актуальной финансовой ситуации! Так почему бы не взять на перекус пудинги, маленький киш со шпинатом, рыбку на пару, солянку, супчик, качественные десерты, домашний сыр?

Люди стали реже ходить в рестораны и кафе, потому что для многих теперь это дорого! Мы готовы доказать, что можно плотно поесть вдвоём на 500 рублей, и не в совдеповской столовой, а в уютном, стильном заведении. Пообщаться, послушать хорошую музыку, попробовать разные блюда – и удивиться, как всё это приемлемо и радует!

– Правда ли, что Вы сможете накормить и сторонников правильно питания, здорового образа жизни, худеющих?

– Для сторонников ЗОЖ у нас будут готовые контейнеры с просчитанной калорийностью и БЖУ, альтернативные низкоуглеводные десерты и многое другое. Если у гостей возникнут дополнительные пожелания по меню, режиму работы лавки и другим моментам – всегда открыты для диалога. Я лично буду присутствовать в зале, чтобы слышать отзывы и видеть настроение гостей.

– Мы ещё не можем увидеть интервью «Соли» и показать его читателям, но знаем, что Вы готовите там что-то удивительное.

– Мы стремились создать в новом заведении атмосферу домашнего тепла и современного уюта. «Соль» – место, где нет пафоса, вызова, но есть авторские задумки и кусочек нашей души... На стенах напишем рецепты наших любимых блюд, чтобы гости могли их сфотографировать или переписать и в свободное время приготовить дома. Порадуют вас и буквенные светильники...

Ну и удивить мы, конечно, сможем. Какая «Соль» без соли? При входе гостей будет встречать целая соляная стена – она целиком выложена кристаллами бело-розовой гималайской соли. Настоящей соли – можете попробовать (смеётся).

– Александр, а почему «Соль»? Как было выбрано такое название?

– Соль – незаменимый ингредиент в любом блюде, без неё еда будет невкусной, пресной! Профессионализм повара как раз и заключается в умении правильно посолить еду (смеётся). Казалось бы, мелочь, но такая незаменимая и необходимая... Без соли – никуда. Как и без хорошей, честной, вкусной еды.

– Когда Вы открываетесь?

– Сразу после майских праздников. Наедитесь шашлыка – и приходите к нам, как захочется вкусненького!!!





ТУЛЬСКИЙ БЫК



Экологически
чистый край



Натуральные
корма



Собственное
производство



Выдержка
21 день

ЗДЕСЬ ГОТОВЯТ ПРАВИЛЬНЫЕ СТЕЙКИ!

Мясо – всё, что нужно человеку для счастья. Независимо от того, молод ты или нет, в жизни не бывает без волнений. Но вкусный стейк может их развеять.

Стейк может быть отменным только в одном случае – если он приготовлен из правильного мяса. Мы в ресторане «Стейк Хаус» готовим их и другие блюда из первоклассного мраморного мяса от нашего партнера – компании «Тулльский Бык». Это группа единомышленников и любителей мяса, которая решила производить для себя и поделиться с вами говядиной высшего качества.

Бычки пасутся на экологически чистых лугах, питаются исключительно натуральным кормом, пьют молоко с медом. Самые лакомые кусочки созревают в специальной камере 21 день, чтобы попасть на вашу тарелку в виде великолепного, истекающего соком, нежнейшего стейка.

Узнайте больше о производстве мяса на www.rosbeef.ru. Насладитесь вкусом ароматных стейков и других блюд из первоклассной говядины от «Тулского Быка» в ресторане «Стейк Хаус»!

СТЕЙК ОССО БУКО

из отруба
голяшки



ШАШЛЫК С КАВКАЗСКИМ СОУСОМ



+7 4872 31 22 81
+7 910 701 57 17

Instagram: [steakhouse59](#)
VK: [steakhouse59](#)
Facebook: [SteakHouse59](#)

Тула, пр-т Ленина, 59

ТЕНДЕРЛОИН СТЕЙК

из самой ценной части
говядины – вырезки



СТЕЙК ТОМАГАВК

из самой вкусной
части бычка –
спинной мышцы



РЕБРА



СИРЛОИН СТЕЙК

из ребра

Модно ЕСТЬ

Сергей, что сейчас заказывают в ресторанах люди, которые следят за своим здоровьем и фигурой?

— Очень чётко прослеживается тренд на безглютеновые и безлактозные продукты. Раньше лишь некоторые люди отказывались от круп, пасты, молочных продуктов в силу медицинских противопоказаний. Сегодня же безглютеновая и безлактозная диеты считаются едва ли не основой правильного питания (ПП) и систем похудения. С этим можно спорить, но, как бы то ни было, тенденция явная, и многие рестораны её учитывают.

— И что может найти для себя в меню гость, придерживающийся такой системы питания?

— А выбор, на самом деле, огромен: это все блюда, которые не содержат круп, крахмалистых овощей и молочных продуктов. В меню «Пряностей и Радостей» гости, которые худеют или стремятся вести здоровый образ жизни, выбирают мясные блюда. Между прочим, шашлык — идеальное блюдо для ПП: ни глютена, ни лактозы, ни лишнего жира — при жарке на открытом огне его в мясе не остаётся. И конечно, салаты из свежих или запечённых овощей также отвечают модным трендам и принципам здорового питания.

— Ещё один тренд в питании — всё, что можно отнести к категории «эко», то есть полезные, экологически чистые продукты. Как с ними обстоят дела в ресторанах?

— Их отсутствие — бич многих заведений: хорошее мясо, овощи, сыры в последнее время стали дефицитом, и это отражается на вкусе блюд. Наше меню основано на качественных фермерских продуктах. Да, они стоят дороже, но мы сознательно идём на увеличение себестоимости блюд и уменьшение прибыли



Модные тренды прошикли даже в сферу питания, и сегодня большое влияние на еду оказывает популярность здорового образа жизни и культ стройного тела. О том, возможно ли правильное питание в ресторане и что сейчас модно есть, мы говорим с Сергеем Кондратьевым, заместителем бренд-шефа холдинга Ginza Project, в который входит ресторан «Пряности и Радости».

(потому что цены в меню не повысились и порции не уменьшились), чтобы наши гости были уверены в качестве блюд.

Так, мы используем только охлаждённое мясо. Покупаем экологически чистые, ароматные и вкусные огурцы и помидоры. Нашли в Тульской области производителя итальянских сыров, которые делаются только из цельного молока и заквасок и хранятся всего 3 дня.

В новом меню «Пряностей и Радостей» можно будет найти салаты и горячие блюда, приготовленные с тульскими сырами бурата, страчателла, моцарелла. Рекомендуем попробовать!

— А что за новое меню? Оно уже действует?

— Традиционно мы обновляем меню каждый сезон, и да — с 1 мая вы найдёте в меню «Пряностей и Радостей» множество новых блюд. В нём много лёгких салатов, летних супов, интересных мясных и рыбных блюд.

— Что советуете попробовать?

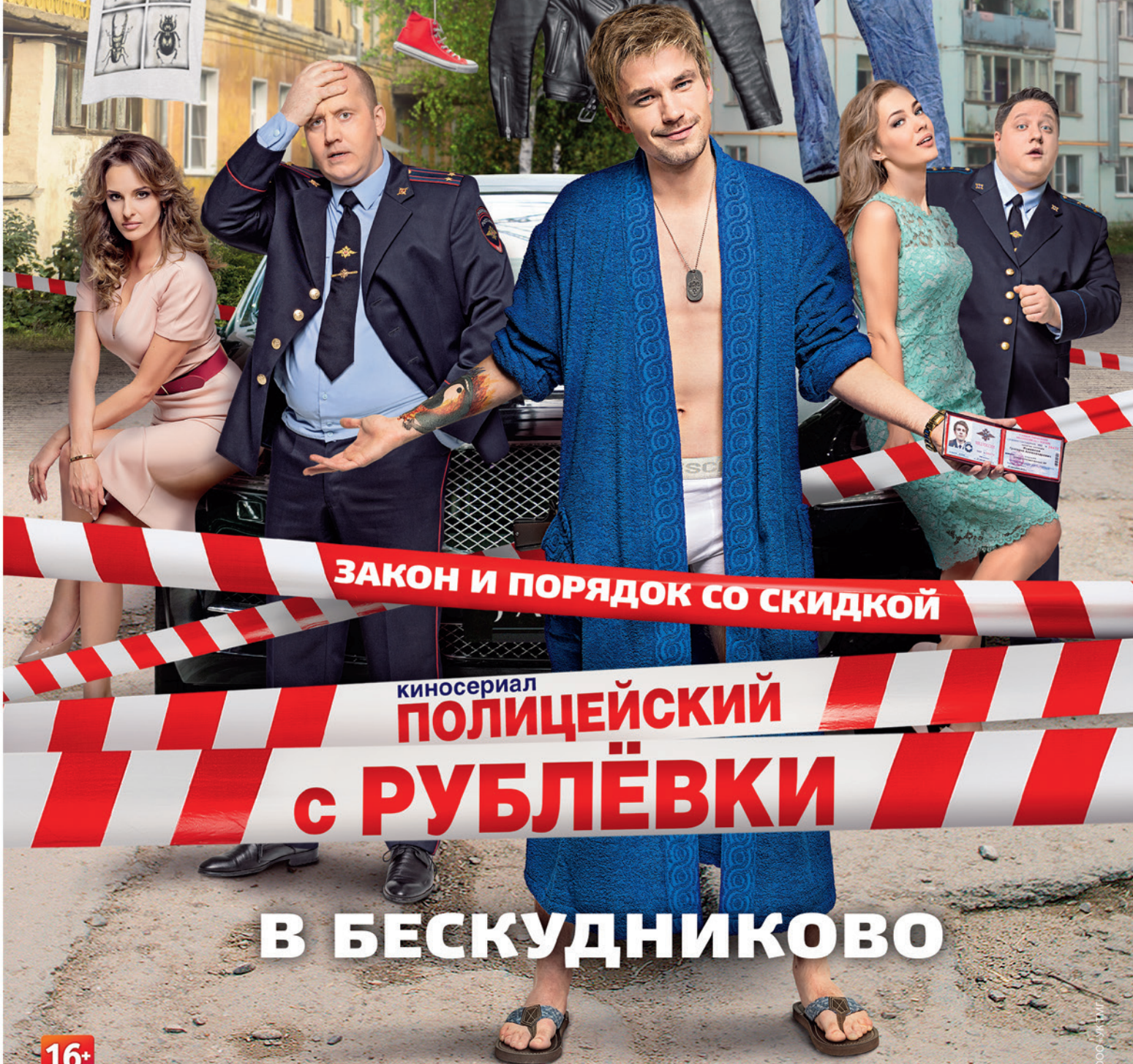
— Всё!) Лично мне очень нравится тушёная баранина с чечевицей и яйцом-пашот, которая подаётся в сковородке, и бланшированная северная белая рыба, и сырный салат со страчателлой, томатами, запечённым перцем и рукколой... Я готов перечислять все блюда, которые есть в меню, потому что каждое из них мне по душе и по вкусу. Скажу только, что в меню наши гости найдут как наши хиты, без которых немислимы «Пряности», так и сюрпризы, которые многих удивят.

И возвращаясь к моде на еду, хочу добавить: блюда должны не просто отвечать трендам, но и быть при этом вкусными. Здоровый образ жизни и гастрономические удовольствия совсем не исключают друг друга — во всяком случае, в «Пряностях» мы об этом позаботились.



ПРЕМЬЕРА
с 22
МАЯ

21:00
понедельник - четверг



ЗАКОН И ПОРЯДОК СО СКИДКОЙ

киносериал

ПОЛИЦЕЙСКИЙ

с РУБЛЁВКИ

В БЕСКУДНИКОВО

16+



5 лет в обед!

Не верится, но любимому «Петру Петровичу» уже 5 лет! 27 апреля постоянные гости ресторана собрались это отметить. За конференс праздника отвечали одни из лучших ведущих города – Александр Волков и Денис Демидов, за танцы и настроение – cover-группа Jazzorhena. В гости к «Петру Петровичу» приехал эпатажный фокусник Алексей Карза, финалист проектов Comedy Battle (ТНТ) и «Удиви меня» (ТВ3). Команда ресторана и школа танцев X-Zibit представили новый танец, пивовары к празднику подготовили сезонный напиток, а шеф Александр Семериков – гастрономические радости. Вечеринку поддержали ювелирная мастерская «Ваш Эстет» и туристическое агентство «Лори Трэвел», они разыграли среди гостей приятные призы. А бренды напитков организовали free-бар на открывшемся после зимы балконе. Приятно, что к празднику было приурочено и открытие летней террасы «Петрушка» в ЦПКиО им. Белоусова. «Дочка» «Петра Петровича» уже ждёт гостей!



КАЖДОМУ СВОЙ

Тула, особняк в ЦПКиО им. П. П. Белоусова, пересечение улиц Первомайской-Фрунзе, резерв столов: (4872)717-400.
www.petrpetrovich.ru vk.com/pivo_petr_petrovich
instagram.com/restoran_petr_petrovich



БОЛЬШОЙ
КРЕМЛЕВСКИЙ
РЕСТОРАН



ВЫЕЗДНАЯ

НА ТЕРРИТОРИИ ТУЛЬСКОГО КРЕМЛЯ

РЕГИСТРАЦИЯ

ОТ РЕСТОРАНА
«БОЛЬШОЙ КРЕМЛЕВСКИЙ»

Дорогие гости! Ресторан «Большой Кремлёвский» может стать местом проведения свадьбы вашей мечты с самой неповторимой и волшебной выездной регистрацией на территории Тульского Кремля. Слова любви, запахи цветов, волшебство заката – день, который запомнится на всю жизнь.

Подробности по телефону: +7(4872)52-30-30 ул. Менделеевская, 12В

www.bigkremlin.ru  [bigkremlin](#)  [bigkremlin71](#)



Только с 11 мая по 28 мая

СУПЕРАКЦИЯ —
отдых для двоих
в нашем санатории!

Три дня и две ночи —
3 900 рублей за двоих!



ООО «Велегож Санаторий (курорт)» - Действует в будни и выходные дни.

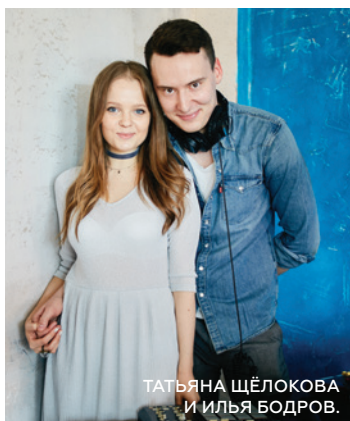
В СТОИМОСТЬ ВХОДИТ:

- проживание в номерах со всеми удобствами;
- трёхразовое питание;
- оздоровительные процедуры:
- ингаляции с серебряной водой,
- ароматерапия,
- фиточай (или) кислородный коктейль (по выбору).
- лечебный воздух в экологически чистой зоне;
- пешеходные прогулки по сосновому парку-лесу и берегу Оки;
- обучение элементам скандинавской ходьбы;
- спортивные игры на открытых площадках;
- посещение игрового зала (настольный теннис, бильярд, дартс) — 1 час бесплатно!

Бронирование по телефону:
8 800 555-15-16

Тульская область,
Заокский р-н, д. Велегож
velegozh2013@yandex.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ



ТАТЬЯНА ЩЕЛОКОВА
И ИЛЬЯ БОДРОВ.



ТАТЬЯНА РЕБРОВА,
АНАСТАСИЯ ДОУСТОВА,
ОКСАНА МОКВЕРШВИЛИ
И ВИКТОРИЯ ОРЛОВА.



ЕВГЕНИЯ ТОКАРЕВА,
ТАТЬЯНА ЩЕЛОКОВА
И МАРИНА КУЗНЕЦОВА.



СЕРГЕЙ ИВАНОВ
И АННА ТАЛЫШЕВА.



ТАТЬЯНА ЩЕЛОКОВА
И МАРИЯ ВОЛКОВА.



ВЕРА РЫБАЛКИНА, АГНИЯ
ДОНЦОВА, АРТЕМ ИВАНОВ
И ЯНА ЯСНАЯ.

Важные леди

В Туле прошла фотовыставка «Важные леди»: известный фотограф Татьяна Щелокова представила портреты 22 девушек нашего города – ярких персонажей и сильных личностей.

Материал для этой выставки Татьяна собирала в течение года. Её героинями стали девушки, у каждой из которых есть своя история успеха. Все они добились многого в своей сфере – в танцах и красоте, в стиле и эвент-индустрии, в глянце и интернете. «Я решила объединить девушек, которыми восхищаюсь, в рамках одной концепции», – говорит фотограф.

Выставка прошла в фотостудии «Юниверсал». Огромные портреты «Важных леди» ошеломляли и самих героинь, и гостей мероприятия. Помимо самой экспозиции, посетителей порадовали фотосеты от Татьяны Щелоковой, хорошая музыка, развлечения и угощения.



ТУЛЬСКАЯ РАКОВАРНЯ №1

КЛЕШНЯ

8-999-782-95-96

Ликёрка Loft, пр-т Ленина, 85

ДОСТАВКА
ЖИВЫХ И ВАРЁНЫХ
РАКОВ

**Свежие
волжские**

Фирменные рецепты
круглый год

**& РАККИ
ПИВО**

Открывай
летний
сезон

200 сортов
импорт & крафт

ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ ПИВА
ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Никифоров Даниил Дмитриевич. ОГРН 316715400110842

НЕЖДАНЧИКИ на отдыхе



ОЛГА ВОЛКОВА,
РУКОВОДИТЕЛЬ
ТУРАГЕНТСТВА
«АЭРОПОРТ».

Уже давно не секрет, что сегодня есть тысяча и один способ улететь на отдых за разумные средства, было бы желание, интернет и подписка на акции авиакомпаний. А еще лучше друг+турагент+ трэвелманьяк по совместительству.

Заходим, вводим ФИО и дату рождения, выбираем «все регионы» (ибо письмо счастья может прилететь из столицы или Хабаровска). И вуаля – лететь нельзя остаться (запятую ставите вы). Контрольный звонок судебному приставу тоже не помешает. Долги, оплаченные прямо в аэропорту на границе, никак не помогут улететь запланированным рейсом!

4 А теперь – боль многих путешественников. С 15.06.17 стоимость исходящих в роуминге внутри Евросоюза поднимется в среднем в 15 раз! Поэтому покупаем местные симки (в Европе хороши Orange, Globalsim, Vodafone и пр.) и приложения для подключения к закрытому wi-fi: WIFIMaps, WIFI Spot, WIFI Map.

5 Аккуратнее с правилами. Во многих европейских странах можно схлопотать штраф в 400–500 евро за то, что вы опустили ноги в фонтан или не прокомпостировали билет в транспорте. А некоторые авиакомпании штрафуют, например, за французский «ароматный» сыр, который вы пронесли с собой в ручной клади и заставили весь салон мучиться в приступах кислородного голодания.

6 Деньги. Главный «нежданчик» будет ждать вас, когда вы захотите расплатиться где-нибудь в кафешке или булочной

500-евровой купюрой. 80% мелких продавцов категорически откажутся брать крупную купюру, считая её фальшивкой. В идеале бюджет делить частями на наличные+карта. Ну а если вам понадобятся монеты, то маленький лайфхак – ищите любой аппарат для оплаты (парковки, снеков и пр.), вставляйте купюру и отменяйте операцию. Сдача посыплется монетами. Как в мультике про золотую антилопу.

7 Если напали грабители, помогут приложения «Противоугонная сигнализация», «Find my iPhone», «Удалённое управление Android». Они помогут отпугнуть злоумышленников сигнализацией и понять, где находится твой телефон.

Справедливости ради отмечу, что все эти лайфхаки – не истина в последней инстанции и не панацея от всех туристических бед. Но то, что эти советы помогут провести ваш отдых с наименьшими потерями, я абсолютно уверена. Если у вас есть полезные замечания или вопросы, то добро пожаловать в мой блог @airport.tula. Разбор полётов, подбор поездок, попутчиков, лайфхаков – всё это под хэштэгом #аэропортвтале, #trip_with_airport или #отдыхомпокризису.

Самостоятельные поездки – это реальный тренд. Даже те, кто предпочитает отдыхать цивилизованно «под ключ», всё равно проявляют интерес к самоподборкам. Так вот, если ты настоящий travel-перец или travel-няшка, то пора поговорить о серьёзном: проблемах путешественника, с которыми можно столкнуться, но которых вполне можно избежать. Я расскажу, как:

1 Храните все свои туристические документы и паспорта в электронном виде, а лучше в «облаке». Заранее отсканируйте их на случай потери, кражи или прочих нехороших историй.

2 Попросите на регистрации наклейку на чемодан «fragile» (хрупкое). Есть шанс, что ваш чемодан придет первым или, по меньшей мере, не будет акробатически вылетать из кабины.

3 Проверьте свои долги перед отъездом. Сайт <http://fssprus.ru> вам в помощь.



Ароматизация – одна из тенденций интерьерной моды. Но если раньше этот приём в основном применяли отели, спа-центры, дорогие магазины, то сегодня и домашний интерьер, как женщина, должен обладать своим неповторимым ароматом. Точнее, букетом ароматов, ведь для каждого помещения нужен свой запах.



Искусство арома-декора

Цитрус

Что лучше всего спасет от авитаминоза, как не цитрусовые? Нотки лимона и лайма с имбирем и перцем в аромате *Ginger Lime* позволят настроиться на новую весну и новые победы! Аромат бодрит и пробуждает от зимней спячки, поэтому используйте его в кабинете, офисе, прихожей. Еще один солнечный аромат, лимонно-мандариновый *Limone Mandarino*, напротив, успокаивает и расслабляет: применяйте его в спальне и детской.



Зелень и море

Две главные приметы наступающего лета – обилие зелени в нашем меню и мечты о море. Переведите свой дом на летнее время с помощью аромата *Acqua* с нотами базилика и морского воздуха.



Аромат для дома стал таким же незаменимым предметом декора, как вазы, цветы или текстиль. Невидимый глазу, он разливается по помещению и создает в нем нужную атмосферу. Как и в случае с обычными духами, в мире ароматов для дома есть свои тренды. Чем в этом сезоне должны благоухать модные интерьеры? Ответы можно найти в новой коллекции ароматов **Dr. Vranjes**.

Утренний сад

Розы, магнолии, фиалки, роса, пробивающиеся сквозь ветви первые лучи солнца... В большом городе мечтать о загородной жизни или отпуске помогают ароматы – например, *Arancio Uva Rossa* с нотами цедры апельсина, винограда, цветов, березы и палисандра.



Фрукты и ягоды

Ароматы с нотками фруктов и ягод пробуждают в нас воспоминания из детства, о моментах из прошлого и маленьких удовольствиях, которые подбодряют и сопровождают нас своими особыми нотками. Найдите свои детские мечты в ароматах *Melograno* с нотами арбуза и винограда.



Dr. Vranjes
Firenze



ООО «АКЦЕНТ»

 супермаркет цветов и подарков
ЦВЕТОЧКА

Официальный представитель ароматов для дома Dr. Vranjes в Туле супермаркет цветов и подарков «Цветочка»

Тула, ул. Фрунзе, 16, тел. 25-96-65
www.cvetochka-tula.ru

10 лет — В ПОЛНОМ ПОРЯДКЕ!

Сегодня у нас слишком мало свободного времени, чтобы тратить его на уборку. 10 лет назад мы создали «Клининг-компанию Комфорт», чтобы освободить ваше время для общения с близкими, для важных дел и удовольствий.

Десять лет назад мы были новичками, но выбрали путь, который помог завоевать доверие клиентов. Мы сделали ставку на качество оборудования, профессиональных средств и прежде всего специалистов, ведь уборка проводится их силами и руками.

Мы оказываем полный спектр клининговых услуг. Обозначьте нам фронт работ, и мы приведём объект в идеальный порядок. Используем только профессиональное оборудование и химические средства от ведущих мировых производителей (Karcher, Tts, Devi), безопасные для людей, домашних животных и обрабатываемых поверхностей.

Ещё один наш принцип — доступность: мы считаем, что чистота и порядок вокруг вас не должны быть роскошью. Поэтому для постоянных клиентов и при долгосрочном сотрудничестве у нас действует система скидок.

Генеральная уборка, выполненная профессионалами своего дела, экономит ваше время и преобразует пространство вокруг вас, делает его комфортным для жизни и работы.





Дортуна, ООО «Тaurus-Эстейт»

ДЕТСКАЯ МЕБЕЛЬ ОТ ИТАЛЬЯНСКИХ ДИЗАЙНЕРОВ

Тула, МЦ «Тaurus», Коминтерна, 24б, 1 корпус, 4 этаж,
тел. (4872) 79-20-70



www.manngroup.ru

MANNGROUP
Совершенство в деталях

КРУПНЕЙШИЙ
В ТУЛЕ

МЕБЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС



Тула, МЦ «Тaurus», Коминтерна, 24б, 1 корпус
Тула, МЦ «Тaurus», Коминтерна, 24г, 1 корпус
Тула, МЦ «Тaurus», Коминтерна, 24в, новый корпус

www.taurus-mebel.ru

По данным маркетинговых исследований, проводимых ООО «Простор» и ООО «Тaurus-Эстейт»



Салон мебели и интерьера Casa Collection поучаствовал в знаменитой выставке мебели Salone Del Mobile Milano. Последние тренды, модные веяния и смелые тенденции – из первых уст.



ИНТЕРЬЕР *твоей мечты*

С прошлого года тенденции сильно изменились: на смену классическим формам и дизайнам пришла неоклассика. А это значит нет роскошным линиям и броским акцентам! Теперь актуальна плавная, обтекаемая архитектура и ненавязчивые аксессуары.

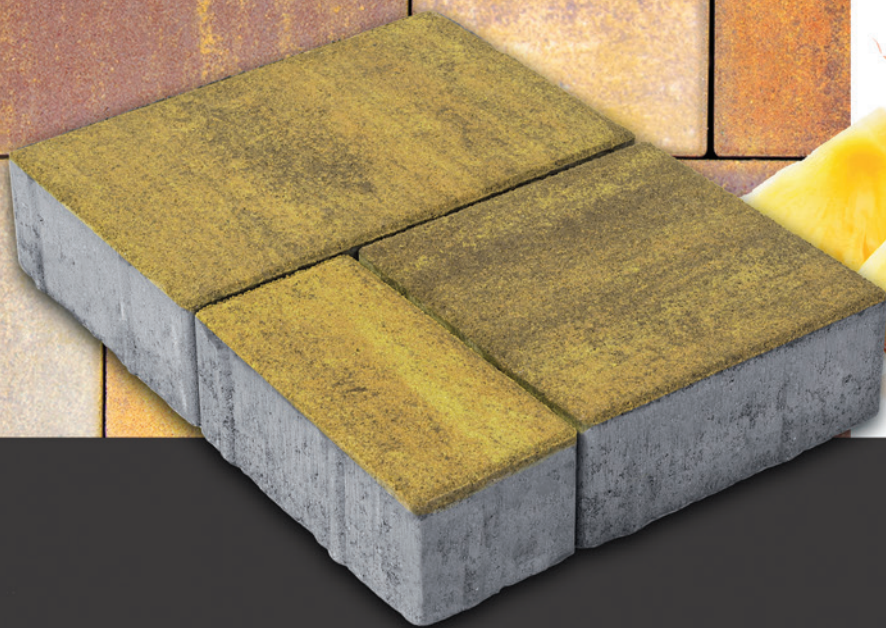
В моде контемпорари – смешение, взаимопроникновение. Хайтек, модерн, арт-деко, этно – приветствуется любое умелое сочетание стилей. Объясним на примере одежды. Если раньше в луках господствовал канонический подбор аксессуаров по цвету, то теперь – полная свобода выбора. Вы легко можете надеть сиреневый шарф и жёлтые туфли, и это не будет выглядеть безвкусно. То же самое – в интерьере. Подбирайте себе комплект из разных цветовых вариантов, главное – чтобы это не было китчем. Для этого работать над дизайном должен профессионал. Тогда соседство серебра и золота или камня и дерева будет смотреться гармонично и стильно. Да, комбинирование текстур сейчас – главный тренд!

Вопреки общим представлениям, такая демократия лишь усложнила интерьеры. Прошлые сезоны популяризировали белёные элементы декора, они остаются в моде и в этом году. Огромной популярностью пользуются плетёные или ротанговые предметы, такие как изголовья кроватей, абажуры и сиденья стульев.

Эти советы помогут вам создать интерьер мечты и внести в домашнюю атмосферу приятный глоток свежего воздуха.



ТРОТУАРНАЯ ПЛИТКА СО ВКУСОМ



BRAER[®]
ГРУППА

Тульская область, Ленинский район,
пос. Обидимо, ул. Кирпичная 1-А
тел.: +7 (4872) 25-24-50

www.braer.ru

12+



**RECORD[®]
DANCE
RADIO**

ПЕРВОЕ ТАНЦЕВАЛЬНОЕ РАДИО

91.3
FM



РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ
(4872) 250-470

ПРЯМОЙ ЭФИР ПО БУДНЯМ 16:00-17:00
ТЕЛЕФОН В ТУЛЕ 711-91-3



дизайн-студия евгении сумароковой
АртПроект®

**ВАША НОВАЯ ЖИЗНЬ
ПОД КЛЮЧ!**

«АртПроект» – дизайн-студия, где рождаются уникальные концепции интерьеров. Каждый наш дизайн-проект – воплощение мечты заказчика, его характера и стиля жизни. Мы готовы решить весь комплекс задач от эскиза до полной реализации проекта. Чтобы, открыв дверь своего нового дома, вы попали в новую жизнь!



**Евгения
Сумарокова,**
руководитель
дизайн-студии



**Адрес: г. Тула, ул. С. Перовской, 37,
Тел.: (4872) 56-70-70, 8-910-941-31-41
г. Москва, ул. Садовническая, 77, стр. 2
artproekt71@gmail.com
www.artproekt.pro**

ООО «АРТ-ПРОЕКТ ДИЗАЙН СТУДИЯ ЕВГЕНИИ СУМАРОКОВОЙ»

Близнецы

(22.05–21.06)



Вместе с весной к Близнецам вернутся энергия и бодрость. В голове всё чаще будут созреть конструктивные мысли – а значит, можно смело переходить от планов к действию. Используйте этот период по максимуму, хватайтесь за перспективные идеи – они принесут хорошие дивиденды.



ТАЛИСМАНЫ БЛИЗНЕЦОВ – БРИЛЛИАНТЫ, КОТОРЫЕ УСИЛИВАЮТ ИХ АНАЛИТИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ.
(кольцо с бриллиантами ALEX BALL, салон «Тутанхамон»).



СВЕТЛАНА КОВАЛЕВСКАЯ, фотограф, день рождения 30 мая.



ОВЕН (21.03–20.04)

Расположение планет не способствует серьёзным переговорам и финансовым операциям.

Проводите больше времени на свежем воздухе: связь с природой укрепит вас физически и морально.



ТЕЛЕЦ (21.04–21.05)

Вы почувствуете заметное улучшение во всех сферах жизни. Наладятся отношения в семье и коллективе. Финансовые дела также преподнесут приятные сюрпризы.



РАК (22.06–23.07)

Май располагает к общению. Не отказывайте себе в удовольствии выпить чашечку кофе со знакомыми, ведь в процессе разговора могут открыться перспективы роста. В личной сфере намечается бурный роман.



ЛЕВ (24.07–23.08)

Конец весны располагает к активным действиям. Любимое дело подарит массу позитива, удовольствия. Возможно, в будущем оно поможет улучшить материальное состояние.



ДЕВА (24.08–23.09)

Месяц побед и приключений. Сейчас самое время ловить удачу за хвост, реализовывать мечты и планы. Конец мая подходит для карьерного роста и расширения бизнеса.



ВЕСЫ (24.09–23.10)

Дел прибавится, работа потребует от вас активности. Хорошее время для проектов в сфере искусства, дизайна, моды. В любви время сделать первый шаг к более близкому знакомству или к примирению.



СКОРПИОН (24.10–22.11)

Вместе с маем для вас наступает период, когда будет везти во всём, и он продержится до конца лета. Теперь без боязни неудач можно подписывать новые контракты, презентовать новые продукты, налаживать деловые связи.



СТРЕЛЕЦ (23.11–21.12)

Труд на лоне природы восстановит ваш энергетический баланс. Проблемы, которые давали себя знать

с начала года, постепенно развеются. Удачным будет продвижение бизнеса в интернете.



КОЗЕРОГ (22.12–20.01)

Лёгкий месяц, вы играючи справитесь с делами и сможете посвятить больше времени тому, что любите, – семье, детям, хобби. Записывайте свои впечатления и идеи – они могут стать началом успешных проектов.



ВОДОЛЕЙ (21.01–19.02)

Кризисные моменты позади, бизнес-отношения налаживаются, финансовая ситуация стабильна. Отдохните, займитесь домом. Удачное время для заключения брака и других семейных планов. Не увлекайтесь делами – лучше больше гуляйте.



РЫБЫ (20.02–20.03)

Для вас точно начинается светлая полоса: все трудности, в том числе финансовые, позади. Пришло время для воплощения задуманного: сейчас горит «зелёный свет» любым начинаниям в работе и личном плане.

МОДНЫЙ ГОРОД

16+ Тула, Новомосковск, №94, май 2017 г.

Бесплатный рекламный журнал «Модный город Тула». Учредитель и издатель ООО «Слобода». Генеральный директор Кирионина В. А. Главный редактор Кирионин П. С. Директор по рекламе Ряммер А. О. Шеф-редактор Белова Е. И. Дизайнеры: Бреславская А. В., Миленков И. Н. Фотограф Колоскова С. А. Постановщик съёмки, стилист Костюкова Я. О. Фото на обложке: Фото из личного архива Ирины Астаховой. По вопросам размещения рекламы обращаться по тел. 57-07-07, доб. 229.

Адрес редакции и издателя: 300026, Тула, пр. Ленина, 116, 1-й эт. Тел./ф (4872) 57-07-07. Фото на обложке предоставлено «Первым музыкальным Издательством». Журнал зарегистрирован Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Тульской области (ПИ №ТУ 71-00106 от 13.08.2009). Отпечатан в АО «ПК «Экстра М»: Россия, 143405, Московская область, Красногорский район, г. Красногорск, автодорога «Балтия», 23-й км, владение 1, д. 1. Время подписания в печать по графику – 15.00. Фактически – 15.00. Заказ 17-04-00507. Тираж 8 000 экз. БЕСПЛАТНО. Дата выхода в свет: 03.05.2017. Перепечатка статей без согласия авторов и редакции запрещена.

Является бесплатным рекламным приложением к газете **СЛОБОДА**



CASA

b o u t i q u e i n t e r n i
C O L L E C T I O N

мебель свет декор интерьер

Центр дизайна и интерьера LIKĖRKA LOFT, пр-т Ленина, 85 (литера А), 2-й этаж,
тел. 255-455

ВЫГОДНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ НА ЭЛИТНУЮ МЕБЕЛЬ



ПОЛОНЕЗ

• МЕБЕЛЬ
• СВЕТ
• АКСЕССУАРЫ

HOME INTERIORS

ДОМАШНИЕ ИНТЕРЬЕРЫ

Тула, ул. Менделеевская, 1 (Дом науки и техники),
тел. (4872) 70-40-48

РАБОТАЕМ ДО 21.00

www.polonez-tula.ru