

МОДНЫЙ ГОРОД

№ 92 МАРТ 2017

ОБНОВ

НОВЫЙ ДИЗАЙН • ТРЕНДЫ • СРЕДСТВА

ЛЕНИЕ

4
ЭКСПЕРИМЕНТА
СО СТИЛЕМ

УМ
В МОДЕ

БИТВА
ПРОФИ **V** ЛЮБИТЕЛИ
ВЕГАНЫ **S** МЯСОЕДЫ

МАРИЯ ГОРБАНЬ

МЕНЯТЬСЯ – ЭТО КРУТО

Рекламно-информационное издание

16+



DOLCE & GABBANA



Эксклюзивный представитель бренда Dolce&Gabbana в Туле
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



© 2018 MaxMara S.p.A.



ИТАЛЬЯНСКИЙ ДОМ МОДЫ

мультибрендовый бутик одежды, обуви и аксессуаров

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

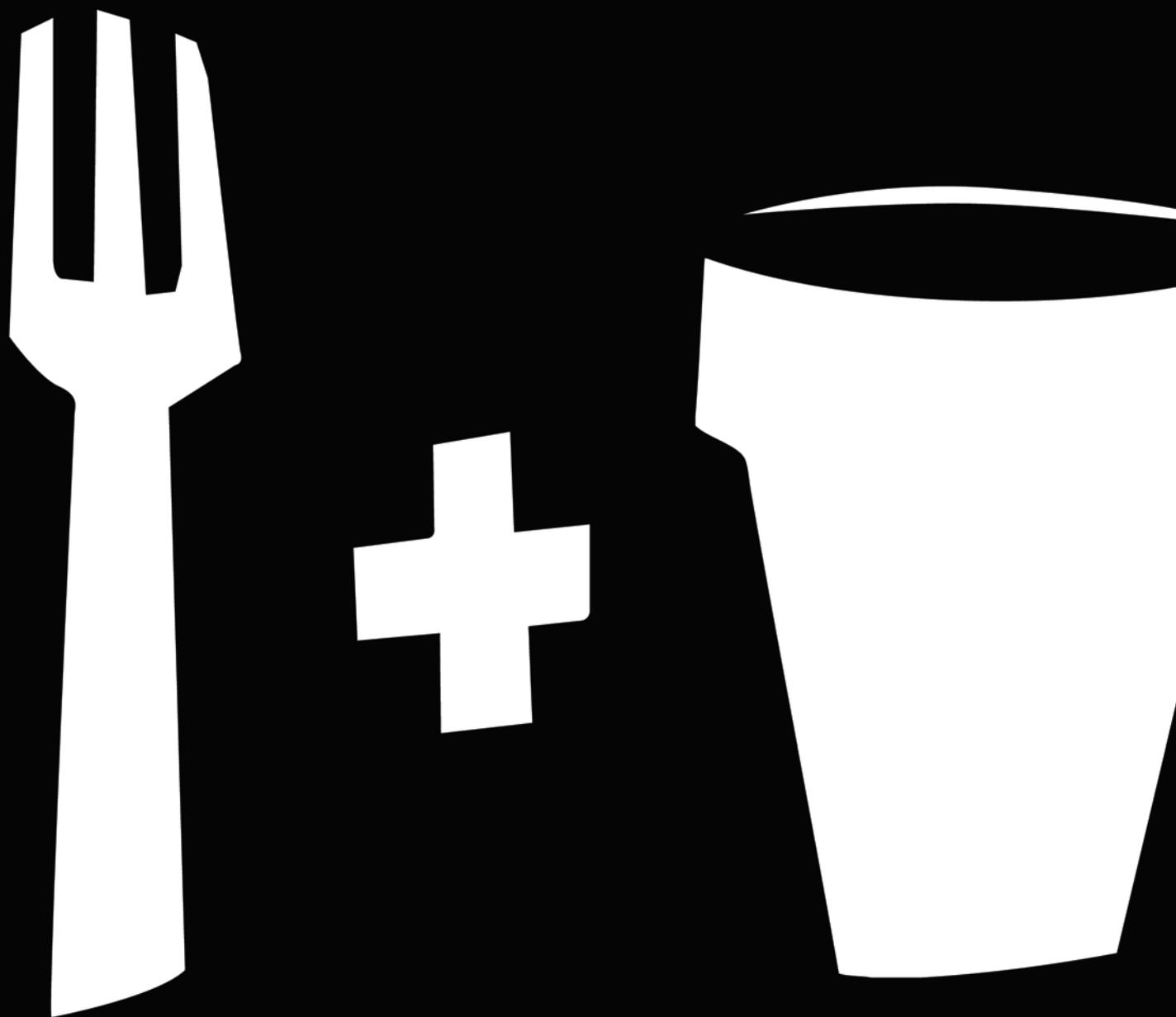
TWIN-SET

SIMONA BARBIERI

spring summer

2017





**СЕГОДНЯ, ЗАВТРАК
И ВСЕГДА!**

ГОТОВИМ ЗАВТРАКИ ВСЕЬ ДЕНЬ



MR. CUP

СОВЕТСКАЯ, 56А
@MRCUPCOFFEE



ТУТАНХАМОН

КОЛЛЕКЦИЯ УНИКАЛЬНОГО ЖЕМЧУГА

Япония | Австралия | Таити

Тула, пр-т Ленина, 19 tutanhamon.ru





ESPARANTO

ТЦ «МАКСИ», 1-й ЭТАЖ,
ул. Пролетарская, 2-а,
тел. 77-49-65

ТРЦ «Гостиный двор»,
3-й этаж, тел. 25-12-67.



Artigli

100% Italian style

ТУЦ «Сарафан»,
ул. Путьская, 5,
2-й корп., 1-й эт., бутик 1,
тел. 31-68-78

ESPARANTO

ТЦ «МАКСИ», 1-й ЭТАЖ,
ул. Пролетарская, 2-а,
тел. 77-49-65

ТРЦ «Гостиный двор»,
3-й этаж, тел. 25-12-67.

Artigli

100% Italian style*

ТУЦ «Сарафан», ул. Пугейская, 5,
2-й корп., 1-й эт., бутик 1,
тел. 31-68-78



Перемены – это движение вперёд!



ПАВЕЛ КИРЮНИН,
главный редактор «Модного города».

Друзья! Все мы прекрасно знаем, что наша жизнь – это движение, где всё постоянно меняется и обновляется. Сейчас уже трудно представить, как 20 лет назад мы жили без фейсбука и инстаграма, с пейджерами и фотоаппаратами, в которые вставлялась плёнка на 24 или 36 кадров. А сегодня нам уже не хватает гигабайтов памяти наших мобильных телефонов, чтобы делать новые фото и видео. Перемены – это и есть прогресс, развитие, движение вперёд! Поэтому законодатели моды каждый сезон выпускают новые коллекции, автопроизводители после выхода новой модели через 2–3 года делают рестайлинг, а жевательная резинка то и дело выходит с новым вкусом и в разных упаковках. Так уж устроен рынок – либо меняйся и совершенствуйся, либо освободи место тому, кто это делает. История знает немало примеров компаний, которые были лидерами в своей отрасли, но потом сошли с рельсов, не успев переориентироваться под новые реалии. Возьмём, например, Polaroid. Вспомните, какой бум в 90-х был на эти фотоаппараты. Это был настоящий прорыв, когда спустя минуту после съёмки можно было любоваться распечатанной фотографией. Этот аппарат был признаком настоящего шика и пользовался бешеным спросом, так как не имел аналогов. Впоследствии эра моментальных фото ушла в прошлое, уступив место цифре. Polaroid серьёзно утратил свои лидирующие позиции, хотя этот бренд до сих пор существует. Но сегодня мало кто может сказать, что это тренд.

Вот и наш журнал, дабы не стоять на месте и быть в тренде, прошёл очередное обновление. Тем более первый месяц весны как нельзя лучше к этому располагает. Это уже пятый ребрендинг за девятилетнюю историю нашего издания, и его результат оценивать вам, дорогие читатели! Надеюсь, вам понравится. А ещё, пользуясь случаем, я хочу поздравить всех женщин с Международным женским днём 8 Марта. Помните, вы лучшее, что есть у нас, мужчин!

Время
безупречной
точности.



CONTROLE OFFICIEL SUISSE DES CHRONOMETRES
Reproduit avec l'autorisation du COSC

TISSOT BALLADE.

КЛАССИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ЧАСОВ
С РЕВОЛЮЦИОННЫМ МЕХАНИЗМОМ
С ЗАПАСОМ ХОДА ДО 80 ЧАСОВ.
ЧАСЫ ОСНАЩЕНЫ КРЕМНИЕВОЙ
СПИРАЛЬЮ БАЛАНСОВОГО КОЛЕСА.
СВОЙСТВА КРЕМНИЯ ПОЗВОЛЯЮТ
ЧАСАМ БЫТЬ БОЛЕЕ УСТОЙЧИВЫМИ
И СТАБИЛЬНЫМИ, ЧТО ПОВЫШАЕТ
ТОЧНОСТЬ ХОДА И ПРОДЛЕВАЕТ
СРОК СЛУЖБЫ ЧАСОВ.



КРЕМНИЕВАЯ СПИРАЛЬ
БАЛАНСА



T + TISSOT ЭТО ТВОЕ ВРЕМЯ

РЕКЛАМА. ОФИЦИАЛЬНЫЙ ДИСТРИБЬЮТОР ООО «СВОТЧ ГРУП (РУС)»



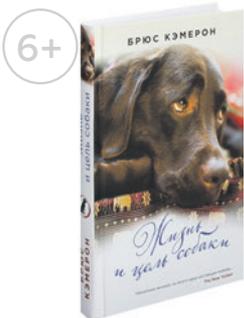
Г. ТУЛА, УЛ. СОВЕТСКАЯ, Д. 62/15
Г. ТУЛА, ТРЦ «МАКСИ», УЛ. ПРОЛЕТАРСКАЯ, Д. 2, 1 ЭТАЖ
Г. НОВОМОСКОВСК, ТРЦ «ПЕРВЫЙ», УЛ. ТРУДОВЫЕ РЕЗЕРВЫ, Д. 33-Б, 1 ЭТАЖ
8-800-450-05-05, WWW.CHASY71.RU

TISSOTWATCHES.COM
TISSOT, НОВАТОРЫ ПО ТРАДИЦИИ



«КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ» (12+)

С 16 марта любимая сказка от студии «Дисней» обретёт новое дыхание. Знаменитая музыкальная тема будет присутствовать и в фильме, а великолепная графика и звёздный актёрский состав позволят погрузиться в атмосферу волшебства. Этот фильм – одна из самых ожидаемых премьер 2017 года.



ПРОЧИТЕ ДО ВЫХОДА ФИЛЬМА КНИГУ БРЮСА КЭМЕРОНА «ЖИЗНЬ И ЦЕЛЬ СОБАКИ». ПРЕМЬЕРА ФИЛЬМА «СОБАЧЬЯ ЖИЗНЬ» – 30 МАРТА.



«ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕЗНАЙКИ» (12+)

10 марта, филармония, тел. 36-77-96. Пётр Мамонов в сотрудничестве с молодыми музыкантами развернёт драматическое действие, в основе которого – тексты детского писателя Николая Носова.

ЗА ЧИСТУЮ РЕПУТАЦИЮ

Лена Летучая, телеведущая скандального проекта «Ревизорро», запустила магазин, где можно купить футболки, кружки и другие аксессуары с классными принтами. Это собственно светлый лик Лены с надписями типа «Вижу ваши грязные мысли», «Не оставляю следов», «За чистую репутацию» и т.п. К каждой покупке в «Летучем магазине» Лена обещает приложить открытку с личным пожеланием.



ВЕСНА, КРАСАВИЦЫ!

Март должен быть наполнен новыми нарядами, ароматами и впечатлениями! К ним и отправимся вместе с нашим путешественником, который расскажет о самых ярких событиях и модных новинках.



ПОДЫСКИВАЮ ЖЕНУ, НЕДОРОГО! (12+)

ГКЗ, тел. 8-905-621-60-02. Спектакль со звёздами «Комеди» – на сцене блещут неподражаемая Марина Федункив, Денис Косяков и наш земляк Роман Юнусов. Главный герой Игорь богат, но несчастлив. Чтобы найти жену, которая оценит его личные качества, а не размер кошелька, он решается изобразить из себя мелкого небогатого чиновника...



КОНЦЕРТ ДЖИГАНА (18+)

24 марта, клуб «Пряник», тел. 36-47-03.

Брутальный мужчина с ласковым взглядом, любимец девушек, которые наизусть знают его песни, один из самых популярных поп-хип-хоп-исполнителей страны. Джиган наконец доедет до Тулы с концертом и взорвёт танцпол в «Прянике» своими хитами. «Пропганда», Алексей Потехин («Руки Вверх»), «Стрелки», Дето, «140 ударов в минуту». Танцуют все!

PASSIONATE LOVE ОТ ORMONDE JAYNE. АРОМАТ, СОЗДАНИЙ НА ОСНОВЕ МОСКОВСКИХ ПОЧИТАТЕЛЕЙ НИШЕВОЙ ПАРФЮМЕРИИ. НОТЫ: БЕЛАЯ КОЖА, ПЛАНТ-ПЛАНТ, МУСКУС.





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
Г. НОВОМОСКОВСК, ТРЦ «ПЕРВЫЙ», УЛ. ТРУДОВЫЕ РЕЗЕРВЫ, 33-Б, 1 ЭТАЖ
8-800-450-05-05, WWW.CHASY71.RU

Для обновлённого номера журнала мы предложили известным тульским стилистам тоже совершить обновление – и сегодня представляем на ваш суд четыре потрясающих «перезагрузки» имиджа и стиля. Какой из этих модных экспериментов вы считаете лучшим? Голосуйте за него в блоге «Модного города» на портале myslo.ru/mg и в наших группах в соцсетях: vk.com/modniygorodtula, facebook.com/modniygorodtula, instagram.com/fashion_city_magazinetula



НАТАША ТАСЕВСКА,
имидж-консультант, шопер между-народного класса, владелица «Бюро стиля», основатель Первой школы шопинга в Туле, создатель собственной линейки мужских аксессуаров ARCOBALENOuomo by Natasha Tasevska.

САМЫЙ МОДНЫЙ АДВОКАТ

Инна, юрист по образованию, после выхода из декрета собиралась открывать адвокатское бюро. На тот момент ее внешность не соответствовала планам на будущее – ведь слово «адвокат» мужского рода, и добиваться успеха Инне предстояло преимущественно в мужской среде.

Поэтому необходимо было найти для Инны стиль, который откроет ей дорогу в деловой мир. Прежде всего, мы ушли от длинных волос и блонда. Короткая стрижка и тёмный цвет сделали образ более динамичным и агрессивным. Кроме того, они стали хорошим корректором для лица: форма стрижки скрыла округлость щёк, сделала скулы более высокими.

Правильно подобрав одежду к типу фигуры Инны, я зрительно скульптурировала её. Такой подход позволяет привлечь внимание к достоинствам фигуры и отвлечь от недостатков. Бант на блузке притягивает взгляды к зоне декольте. Приталенный жакет акцентирует талию. Правильная длина брюк «вытягивает» ноги.

Как женщине построить успешную карьеру в мужской профессии? Над этим вопросом стилист Наташа Тасевска работала вместе со своей моделью и клиенткой Инной Беляковой, членом Московской коллегии адвокатов.



Стиль, подбор гардероба, причёска, макияж:
Наташа Тасевска. @tasevskanatasha, @styleburo_tasevska, vk.com/id192942204
Фото: Наталья Никулина. www.nikulina-natalia.ru



До

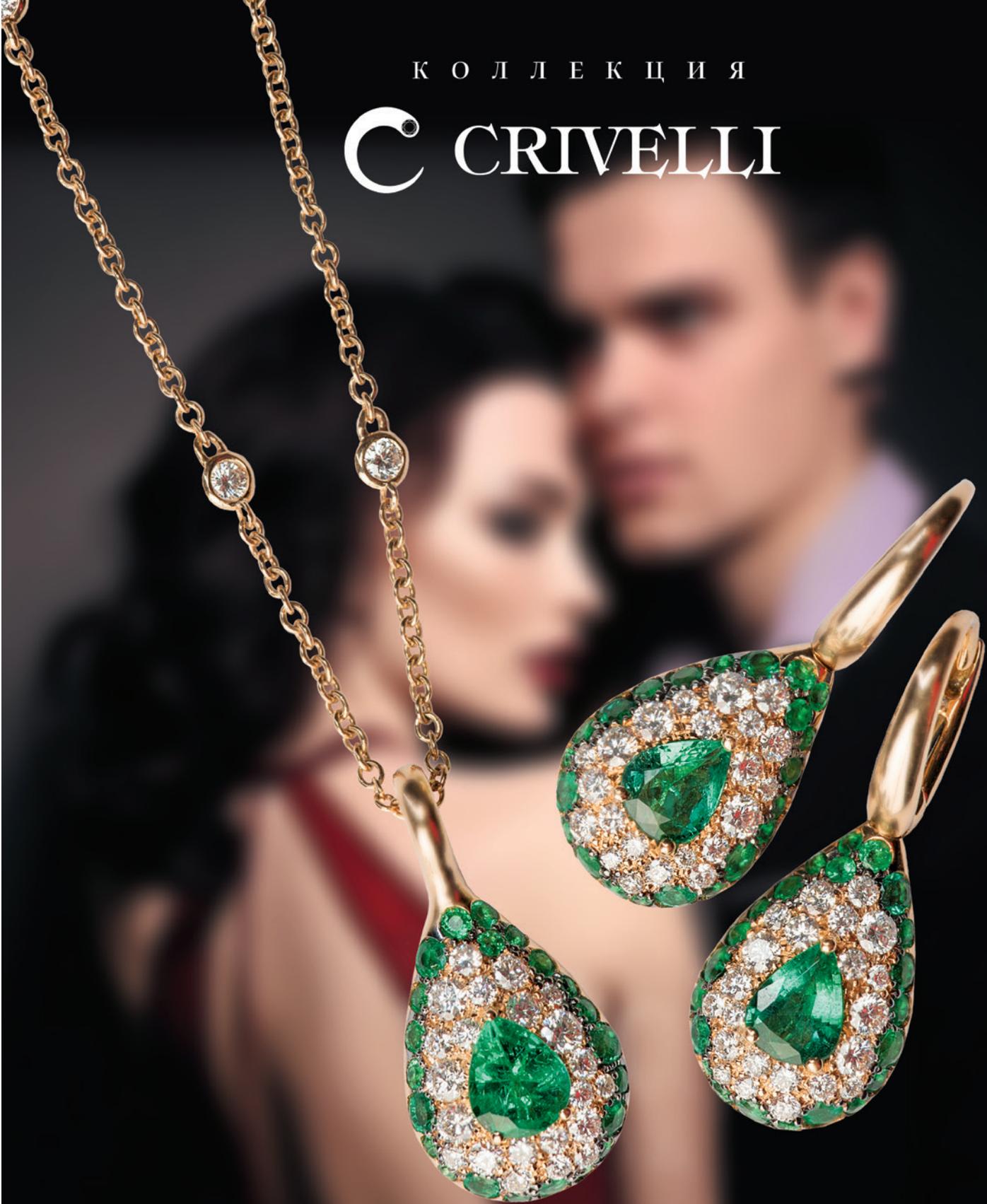


После

Сегодня Инна – блестящий адвокат, защищает интересы международных компаний, в качестве эксперта выступает в телеэфирах. На ТВ её называют «самым стильным адвокатом Москвы». А я хочу подчеркнуть: одежда демонстрирует обществу ваше отношение к нему. Она говорит о вас всё, пока вы ещё не успели сказать ни слова. И очень важно подобрать такой гардероб, который будет всегда работать на вас.

КОЛЛЕКЦИЯ

С CRIVELLI



БРЕНД - ЗАЛ
ТУТАНХАМОН

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



ОЛЬГА ГРИЗОВА,
БЬЮТИ-СТИЛИСТ

ПРОВОКАЦИЯ

Кто такая леди «Провокация»? Это яркая личность, вызывающая эмоцию своим неординарным броским видом. Такой образ для своей модели Марины Лаврентьевой выбрала Ольга Гризова, бьюти-стилист, дипломированный специалист, официальный резидент «Международного съезда профессионалов красоты».

Макромоды были и будут всегда! Это те самые направления моды, которыми мы пользуемся на протяжении многих лет: «Цветок», «Athleisure или спорт-шик», «Минимализм» и т.д. Одно из этих направлений называют «Провокация». Именно его я решила представить на нашей модели.

В гардеробе такой модницы можно найти так актуальные в нынешнем сезоне пайетки, люрекс и аппликации, прозрачные текстуры в сочетании с плотными (например, шифоновая блузка и бархатные ботинки), нашивки и крупные аксессуары, геометриче-



Стиль и образ:
бьюти-стилист
Ольга Гризова
(vk.com/olgatula71).
Организатор проекта:
Юлия Колесова
(vk.com/juli_kolesova).
Место проведения съемки:
фотостудия CherryBoom
(vk.com/cherryboom71).
Обувь предоставлена
магазином «Шузетта»
(vk.com/shuzetta).
Фотограф: Роман Носов
(vk.com/romu4_photo).



До



После

скую и рваную формы. В арсенале «Провокации» нет одежды в классической её вариации, а есть сочетание текстур и форм, которые, казалось бы, невозможно сочетать. Первое и главное правило тут – миксовать немиксуемое грамотно и этим провоцировать окружающих на эмоции! В данном луке используется игра фактур (шорты из пайеток, сетка с нашивками) и геометрия в аксессуарах (серьги, браслет, чокер, сумка). Немаловажную роль играет и сочетание цветов: так, малахитовый и изумрудный отлично сочетаются с золотистым и бордо. Учитывая, что мы делаем акцент на одежду, причёска и макияж не должны перетягивать внимание на себя. За девушку-«Провокацию» цепляется взгляд, её хочется долго рассматривать во всех деталях её образа.



БРЕНД - ЗАЛ ТУТАНХАМОН

КОЛЛЕКЦИЯ

ANNAMARIA
SAMMILLI
FIRENZE



ОБРАЗЫ НА ДВОИХ



КСЮША ГОРОХОВА,
стилист-консультант,
гид по стилю

Стилист Ксюша Горохова взяла для нашего проекта двойную задачу: она решила преобразить сразу две модели – фотографов Анну и Виталия Гуськовых. И подобрала для них четыре образа, которые сделали эту творческую позитивную семью ещё более яркой.



До

Стилист-консультант: Ксюша Горохова, vk.com/stilist_gorohova.

Модели: Анна и Виталий Гуськовы.

Фотограф: Руслан Митин, [@mitinruslan](https://vk.com/mitinruslan). photo.

Фотостудия: GaGa Studio, vk.com/gaga_studio.

Макияж: Наталья Малахова, vk.com/id141646109.

Барбер: Ринат Азеев, Top Gun.

Одежда предоставлена магазинами: United colors of Benetton; MONDO, #online_shopstula; мультибрендовым бутиком «Валентина».

Аксессуары: Mi Casa project, vk.com/micasaproject.



2.



3.



4.



1.

С тиль (от греческого Stylus) означает манеру, характер. Стиль пары – это полное отражение чувств и образа жизни двоих людей. Для этой успешной, динамичной пары я создала стильные образы, в каждом из которых Он и Она гармонично сочетаются друг с другом. Так, как и должно быть в паре!

1. Первый образ – Smart Casual: удобство форм и комфорт тканей (натуральные материалы, тёплые оттенки). Соединительными элементами стали аксессуары.

2. Второй образ можно назвать «Конструктивность и минимализм» – эффектная, выразительная чёрно-белая гамма и ничего лишнего.

3. Платье-футляр и колготки в мушку у Неё, клетчатый пиджак для Него – я назвала этот образ «Классика с изюминкой» – классические формы с особенной фактурой и принтом. То, что нужно для «выхода в свет».

4. «Глэм-рок» – дерзкий образ, выражающий драйв и свободу!

Главное украшение и деталь образа пары – это улыбки и чувства. Об остальном позаботится стилист. Я создала для Анны и Виталия образы, адаптированные для реальной жизни, комфортные, подчёркивающие внешнюю красоту и отражающие внутренний мир.



ГОСТИНЫЙ ДВОР
ТОРГОВО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР

НОВЫЕ

ЯРКИЕ

КОЛЛЕКЦИИ

2017

www.tulagd.ru @gd_tula tula_gd

ООО «ИНДТАРНИК»



ЛЮБИ СЕБЯ В ЛЮБОМ РАЗМЕРЕ!



ЯНА ЯСНАЯ,
персональный стилист

Выходя за рамки размеров, которые считаются стандартными, многие девушки забывают о том, что человек любой комплекции может выглядеть стильно и актуально. Стилист Яна Ясная для своей модели Евгении подобрала образ, в котором выдержан идеальный баланс между модой, женственностью и комфортом, который так важен для молодой мамы.

Евгения Обухова сейчас находится в декретном отпуске, воспитывает 2-летнего сына. И как у многих молодых мам, её гардероб подчинён соображениям практичности. «Всё слишком удобное, и всё пора менять!», – признаётся Женя.

Девушки, чей размер больше 42–44-го, начинают злоупотреблять вещами чёрного цвета, стремясь визуально сделать фигуру стройнее. На примере Евгении я хотела показать, что чёрный – не единственное спасение. Зрительно «вытянуть» себя можно с помощью правильно подобранных фасонов и при этом добавить красок в свой гардероб.



До

Стиль: Яна Ясная, yasnayastyle.com,
vk.com/yana_yasnaya, @yasnaya_yana.
Прическа, макияж: Света Русанова,
vk.com/ainsi.
Одежда: магазин Glance,
vk.com/glance_tula.

Выбирая одежду, я старалась придать силуэту максимальную вертикаль. На эту задачу работают удлиненная туника, плиссированная юбка прямого кроя, длинная парка. Каждый элемент одежды отвлекает внимание от проблемных зон и при этом не даёт излишней мешковатости – образ остаётся очень женственным. Куртка и ботинки в спортивном стиле делают его более динамичным и создают необходимый комфорт для молодой мамы, которая всегда в движении.

Синий цвет одежды и новый, медный оттенок волос нашей модели усиливают друг друга на контрасте. Мы выбрали оттенок с медными нотками, укоротили волосы до плеч и добавили причёске объёма и дерзости.

Не бойтесь перемен! Выглядеть ярко и стильно, а главное, любить себя нужно в любом размере!



ХИМЧИСТКА-ПРАЧЕЧНАЯ ЕВРОПЕЙСКОГО УРОВНЯ

ЕВРОХИМЧИСТКА

Меньше слов
БОЛЬШЕ ДЕЛА

КРАСИМ

ТЕКСТИЛЬ

ДУБЛЁНКИ

Химчистка от А до Я



НАШИ АДРЕСА:

- г. Тула, ул. Советская, 70 •
- пр. Ленина, 97 •
- пр. Ленина, 119 •
- ГиперСПАР, ул. Металургов, 87 •
- ТЦ «Тройка» 1-й этаж •
- ул. М.Горького, 25-а (производство)
- ул. М. Горького, 7-а
- Красноармейский пр-т, 9
- ул. Первомайская, 28
- г. Щёкино, ГиперСПАР,
ул. Советская, 2-б

тел. (4872) 28-25-20 www.euro-clean.su

СНШШ/НАДЕНЬ

Весна, дамы! Пора перетряхнуть гардероб, чтобы удалить из него уже неактуальные паряды. И отправиться по магазинам за обновками! О том, что вышло из моды и что в неё вошло, – в нашем обзоре.



ВЫШЛИ ИЗ МОДЫ

1. Облегающие джинсы скинни
2. Бельевые топы
3. Сумки тоут, шопер
4. Высокие каблуки
5. Вязаные шапки
6. Чокер одной полоской
7. Значки



АКТУАЛЬНЫ ВЕСНОЙ-2017

1. Широкие брюки, брюки-клёш, брюки с юбкой
2. Топы поверх маек, а также корсеты поверх маек и толстовок
3. Сумки-микроключницы
4. Мюли и сланцы
5. Кепки и береты
6. Чокер с дополнительными аксессуарами
7. Термонашивки

ФОТОКОНКУРС «САРАФАННЫЕ ДЕТИ»



WWW.SARAFAN-TC.RU
УЛ. ПУТЕЙСКАЯ, Д. 5



ООО «УПРАВЛЕНИЕ ТОРГОВО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫМИ ЦЕНТРАМИ»

ПРИХОДИТЕ С ДЕТЬМИ НА ФОТОСЕССИЮ В ТУЦ САРАФАН

- * В МАРТЕ ПО ВЫХОДНЫМ ДНЯМ ПРИХОДИТЕ СО СВОИМИ ДЕТЬМИ НА ФОТОСЕССИЮ В ТУЦ САРАФАН (ПЛОЩАДКА ПЕРЕД ДЕТСКИМ МИРОМ , 2 КОРПУС, 2 ЭТАЖ)!
- * СДЕЛАЙТЕ ФОТО ВАШЕГО РЕБЁНКА У НАШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ФОТОГРАФА!
- * С 1 ПО 14 АПРЕЛЯ 2017 ГОДА В ГРУППЕ ВКОНТАКТЕ ТЦ САРАФАН ПРОЙДЁТ ГОЛОСОВАНИЕ ЗА САМЫЕ ЛУЧШИЕ ФОТО!
- * 15 АПРЕЛЯ НАШЕ КОМПЕТЕНТНОЕ ЖЮРИ ОПРЕДЕЛИТ ТРЁХ ПОБЕДИТЕЛЕЙ!
- * ГЛАВНЫЕ ПРИЗЫ: СЕРТИФИКАТ НА 3 000 РУБЛЕЙ В МАГАЗИН ДЕТСКИЙ МИР!
ВСЕ УЧАСТНИКИ ПОЛУЧАТ ПАМЯТНЫЕ СУВЕНИРЫ ОТ ТЦ САРАФАН!

Хайповый ШМОТ



ТОЛСТОВКА
GOSHA
RUBCHINSKIY,
8700 Р.



ТОЛСТОВКА SUPREME,
8400 Р.



КРОССОВКИ ADIDAS
YEEZY BOOST 350 V2,
17 000 Р.

КОЛЛАБОРАЦИЯ
LOUIS VUITTON&SUPREME



МАЙКА PALACE,
4000 Р.



ТОЛСТОВКА
ANTISOCIALSOCIALCLUB,
4200 Р.
(ПЕРЕПРОДАЖА 11000-
15000 Р.)

Хайп – это мир, объединивший модников «новой волны». Они парят за шмот, готовы тратить на него кучу денег и могут доходчиво пояснить тебе, почему ты выглядишь не хайпово.

ХАЙП – сегодняшний тренд молодёжной моды. Хайповая вещь – значит модная, годная; хайповый парень или девушка – в теме, шарят, что сейчас происходит в мире моды. «Хайпим» означает тусим, развлекаемся, зажигаем. Например: Гоша Рубчинский хайп! (означает, что Гоша Рубчинский сейчас в моде).

Хайповыми считаются такие бренды, как Supreme, Palace, Vetements, Anti Social Social Club, Vape, Гоша Рубчинский, Acronym, Stone Island, Fear of God, Fucking Awesome, Rick Owens, Raf Simons, Y-3 и множество других марок, пользующихся огромной популярностью у ребят, кто разбирается в этой сфере.

Вещи берут в основном на сайтах типа Farfetch.com, Brandshop.ru, где есть много доступных стильных брендов. Ну а такие бренды, как Palace, Supreme, расходятся на «дропах» за считанные минуты. Всё из-за ограниченности коллекций, так что нужно очень хорошо постараться, чтобы достать их. Либо всегда есть вариант перекупить их втридорога у ребят на модных пабликах.

Хайп – дорогой тренд: вещи стоят немалых денег. Одеваться в хайповый

шмот могут позволить себе только люди с достаточно большим материальным достатком. Поэтому модники поделились на два лагеря: одни могут тратить десятки тысяч рублей на одежду нишевых марок с историей, другие донашивают вещи родителей и их родителей, объясняя это внезапной модой на 90-е. В лексиконе появилось словосочетание «шарить за моду» (понимать в моде), а в «ВКонтакте» – сотни пабликов о модной одежде и тенденциях, а также о том, где купить хайповый шмот (или «паль») за более доступные деньги. Хайп, шмот, паль – это новый фэшн-лексикон. Изучайте:

«Кит этого дня» – комплект, лук, одежда этого дня.

ГАЙД-ЛАЙН – ключевые образы лекции или её лейтмотив. Это каркас, смыслообразующий стержень показа.

ШАРИТЬ – разбираться в шмотках.

Пояснить за шмот – то, что в любом состоянии должен уметь делать модник. В общем-то, это синоним «шарить», но с педагогическим уклоном. Пояснить за шмот – например, толково рассказать, почему белые NMD вышли из моды.

ПАЛЬ – паленка, фейк, подделка, липа. Словом, всё, что покупается на AliExpress в особо ненастные вечера, когда мамка обрезала финансирование.

Ноунейм – вся одежда, если на ней нет лого Tommy Hilfiger, Palace, Trasher, Stone Island и других марок из пантеона модника.

ЗАКЕЖ (или, как ещё модно употреблять, покеш) означает не что иное, как «покажи».

Адд (произносится как а-де-де) – синоним слова «жесть» с таким же широким спектром применения. Предположительно является сокращением от «адский ад».

МОДА! – слово появилось благодаря одноимённой песне Гоши Рубчинского и Саши Фроловой (под ритмичный электронный фон девичьим голосом чеканится: «Мода! Мода! Мода!»). Можно сказать, что «МОДА!» – это антоним слова «адд!» (см. выше). Нечто яркое и сногсшибательное. Правильное написание – только прописные буквы, восклицательный знак в конце.

ДРОП – начало продажи коллекции.

Сливки

САЛОН БРЕНДОВОЙ ОДЕЖДЫ

ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ
БРЕНДА

9A Concept
Le Concept du Désir



Тула, ул. Агеева, 4,
тел. +7 920 272 60 54

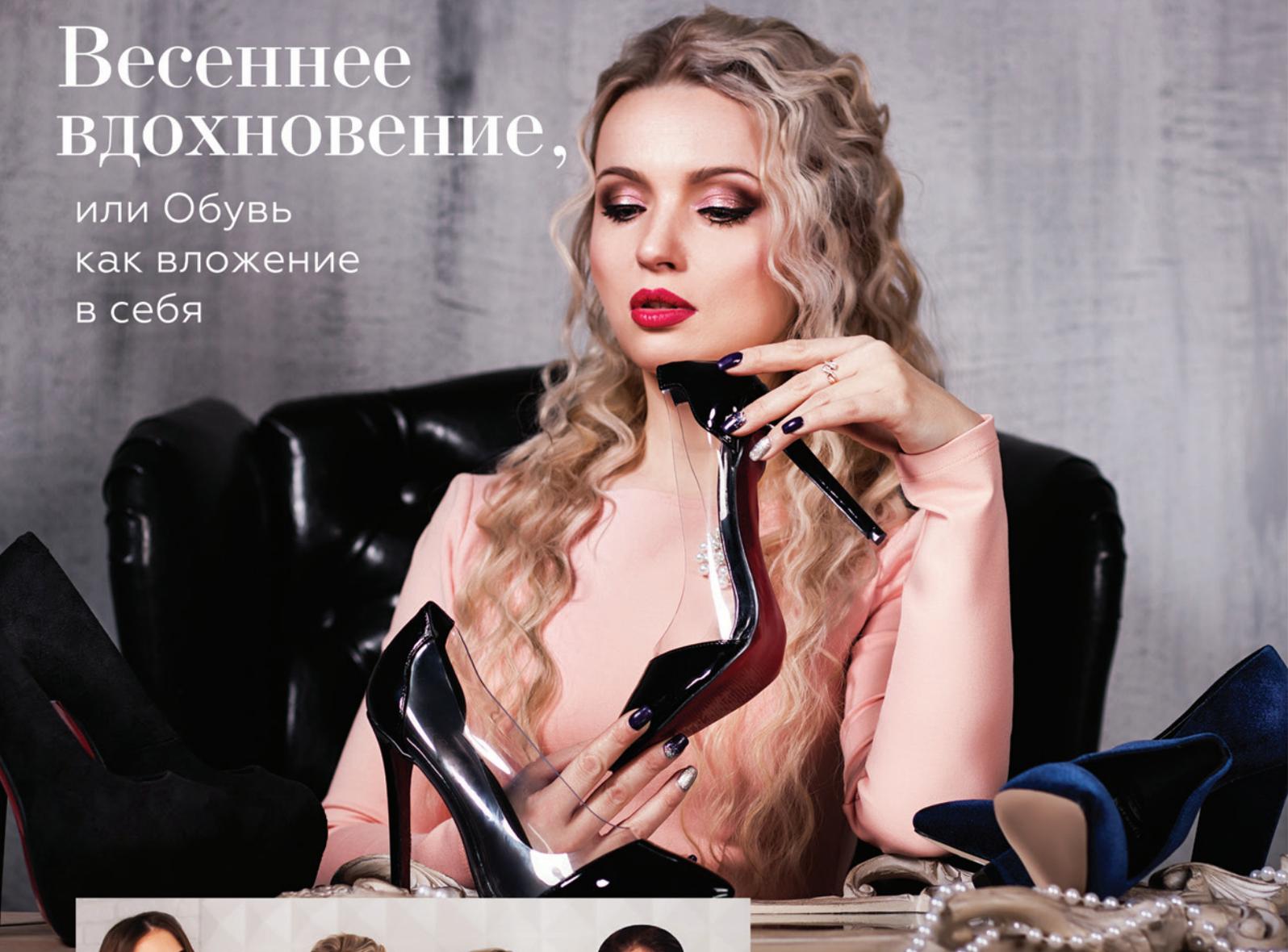
ОБУВЬ
АКСЕССУАРЫ



Shuzetta

Весеннее
вдохновение,

или Обувь
как вложение
в себя



Фотограф Светлана Амелина. Директор магазина обуви Shuzetta Анастасия Петрухина. Стилист проекта Ольга Гризова. Организатор и директор фотостудии Cherryboom Юлия Колесова.

**ЛЮБИТЕ
И БАЛУЙТЕ СЕБЯ
И СВОИ НОЖКИ!**

Ведь даже на фотосессии нужно блистать, не говоря уже о значимом праздничном дне!

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. +7-920-787-42-59
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

Весна вдохновляет прихорашиваться, примерять новые луки, менять помаду на яркую и, конечно, это прекрасная возможность украсить ножки новыми каблучками.

Мы все об этом задумываемся, но не все это делаем правильно. Да-да, я про выбор обуви! В женском гардеробе всегда разнообразие одежды на все случаи жизни, у кого-то меньше, у кого-то больше, и нам всегда хочется еще, еще чего-то новенького; а вот с обувью, казалось бы, все просто – купил пару классических и пару экстравагантных моделей и носи, меняя платья. Нет, дорогие мои, обувь – это вложение в себя, и оно может быть очень выгодным при правильном подходе! Первое правило, хотя и кажется очевидным: не забывайте про удобство колодки – это залог здоровья ваших ножек! Второе: классика должна быть в гардеробе каждой. Третье: не забываем о тенденциях моды, штудируем последние показы мод и журналы, но не забываем, что не все из этого носибельно! Даже если вы вне моды, цветовая гамма все равно очень важна, кричащие цвета оставим на лето, спокойные и контрастные круглогодично. Мы, конечно, можем сказать, что все это знаем! Согласитесь, каждая из нас хотя бы раз, увидев в витрине пару, которая реально «зацепила», брала ее без оглядки, и потом красуются эти туфельки или босоножки в нашем шкафчике и долго ждут своего часа. Вот чтобы такого не было, рекомендую вспоминать об этих правилах почаще. И заглядывать в магазины, следующие современным тенденциям, регулярно.



ЯРКИЙ дресс-код



Евгения Водяхо – молодая мама, директор по рекламе в «Школе скорочтения», вместе с Яной Ясной развивает проект по организации девичников. Любит одеваться в стиле casual. Знает, как выглядеть ярко в рамках делового дресс-кода.

Не считаю деловой стиль скучным. Самый строгий образ можно разбавить креативом, разнообразить с помощью деталей. При умелом сочетании он будет выглядеть интересно.



ЮБКА ZARA, БЛУЗКУ ПРИВЕЗЛА ИЗ США, ШЛЯПУ ОТОБРАЛА У МУЖА.



На каблуках мне удобнее, чем в кроссовках. Попробившуюся пару туфель куплю, даже если она неудобна: значит, буду в ней красиво стоять!).

КОМБИНЕЗОН LOST INK, ТЕЛЬНЯШКА ZARA, САПОГИ-ПОДАРОК, РЮКЗАК ПРИВЕЗЛА ИЗ ЕВРОПЫ.



Любимые аксессуары – браслеты, кольца, шляпы. И красная помада – она подходит к любому стилю и создает нужное настроение

Одежда – это способ выразить себя. Она очень точно отражает наши настроения и намерения. Если на девушке джинсы и футболка – она скорее всего не склонна к знакомствам. А если платье, шляпки, яркая помада – она в ударе и вышла на охоту!



ПЛАТЬЕ BEFREE, САПОГИ LOST INK.



КОМБИНЕЗОН LOST INK, ПИДЖАК PULL&BEAR, БРОШЬ ИЗ МАГАЗИНА AMELI.

Кайфую ОТ ТОГО, ЧТО У МЕНЯ ЕСТЬ

Мария Горбань – известная актриса, яркая красавица, серфингист и любящая мама. Всенародную любовь ей принес сериал «Кухня», в котором Маша играет жену Дмитрия Нагиева. В феврале звезда приехала в Тулу со спектаклем «Шикарная свадьба» и рассказала «Модному городу» о том, почему любит быть смешной, не влезает в театральные интриги и не перекусывает булочками.



Маша, все Ваши героини очень характерные, с перчинкой. Вы даже получили награду как «самая обаятельная злодейка» за фильм «Розыгрыш». И все они очень разные...

– Для меня важно, чтобы на мне не поставили штамп «актриса одной роли». Я хотела быть клоунессой, играть совершенно другие роли, не связанные с внешностью. Красивое платье надеть, ходить по сцене и в кадре может каждый. Очень рада, что режиссёры дают мне возможность перевоплощаться, быть острохарактерной, смешной.

Многие актрисы боятся быть страшными в кадре. Я совершенно не стесняюсь сидеть сутулясь, хмурить лоб. Не задумываюсь, как я выгляжу в кадре, главное, чтобы это было на высоком актёрском уровне. Думаю, все героини поэтому и разные, что всегда присутствует юмор.

Я встречаю в жизни девушек, которых играю. Мне интересно сравнивать, какими их сделала я и какие они в жизни.

– Где Вы встречаете таких девушек?

– Например, в ресторане, у подружки на дне рождения, за столом сидела девушка очень красивая, ухоженная, такая светская львица. Но когда она открыла рот, я поняла, что всё, что она говорит, она где-то уже слышала, запомнила и сейчас хочет казаться умной. А получается очень смешно. В жизни лучше быть самой собой, тогда ты интересен для общения.

– Вы снимаетесь в сериалах и в кино, играете в театре. Что нравится больше?

– Я никогда бы не пошла служить в труппу, в моей жизни есть только антрепризные проекты. Я видела с детства, что это такое, как это сложно и как непросто общение с самими актёрами. В нашей антрепризе «Шикарная свадьба» собраны актёры, которые сейчас у всех на слуху и на виду. Мы все востребованы. А в театре есть люди, которых не заметили, а они считают себя талантливыми. Я человек очень позитивный, и если случается негативная обстановка, я не могу там находиться и сразу ухожу. В театральные скандалы, интриги, расследования я никогда не влезаю. Я не могу сказать, что мне больше нравится, театр или кино. Но точно знаю, что я люблю свою профессию, и это самое главное.

– А в спектакле «Мужчина нарасхват» вы сейчас играете? (Роль в этом спектакле отдали Ольге Бузовой, причём Марии об этом никто не сообщил, она узнала о замене от поклонников. – Прим. авт.).

– Нет, уже не играю. Я вообще не комментирую эту ситуацию. Но сейчас скажу (это стопроцентная, подтверждённая информация): в этом проекте я больше не работаю. У меня сейчас выходит новый театральный проект, плюс есть

– Я считаю, что в 30 лет я уже достаточно сделала, я мама – и это самое главное.

А какая дата – неважно.

ещё три спектакля. Мы редко играли спектакль «Мужчина нарасхват», но ситуация с Ольгой, конечно, непонятная. Я решила, что лучше уйти, спокойно спать и не нервничать по этому поводу.

– В одном из интервью несколько лет назад Вы своей любимой ролью назвали роль Леры Чеховой в сериале «Я лечу». Сейчас сериал «Кухня» перебил эту любовь?

– Сериал «Я лечу» был 10 лет назад. И когда меня сравнивают с этой ролью, говорят: ты там такая хорошенькая, зачем столько пластических операций?

А ничего, что я за это время похудела на 15 кг? Что там была девчонкой, которая только окончила институт? Я менялась как внешне, так и внутренне. Я стала мамой, изменилась кардинально в плане веса и цвета волос. Да просто постриги чёлку – ты уже другой человек!

Сериал «Я лечу» был для меня стартовым, очень настоящим, у меня ещё

ДОСЬЕ «МГ»

Мария Горбань

Родилась в 1986 году в Ярославле.

Мама – театральная актриса, папа – актёр, режиссёр.

Окончила ГИТИС.

Дебютная роль – в молодёжном телесериале «Простые истины».

Избранная фильмография: «Простые истины», «Марш Турецкого», «Розыгрыш», «Я лечу», «Кровь не вода», «Доктор Тырса», «Братья по обмену», «Кухня», «Отель Элеон».

Воспитывает дочь Стефанию (2 года).

не было такой школы, я не работала с такими именитыми актёрами, которые играли моих пап, мужей. Тогда я пробовала, была очень искренней, и это видно. Сериал «Кухня» – это совершенно другой уровень. Этот сериал сделал меня узнаваемой, острохарактерный образ Кристины очень подходит мне под внешность.

– Сложно Вам, следящей за фигурой, было сниматься в сериале «Кухня»? Там на самом деле готовят и едят?

– Да. Когда мы снимали третий сезон, я узнала, что жду дочку Стефанию. Я снималась до пятого месяца беременности. У меня был жуткий токсикоз. Готовили на «Кухне» по-настоящему, и мне было плохо даже от запахов. На этих съёмках я ещё больше похудела. Но мне очень нравилась потрясающая атмосфера семьи в этом проекте. Сейчас мы снимаем «Отель Элеон», очень многие старые герои будут в новом сезоне, мою героиню тоже вернули. Она разошлась и разоглась до неприличия, причёски и костюмы у неё будут ещё экстравагантнее.

– В чём секрет Вашей стройности?

– Я думаю, большую роль играет генетика. А ещё я не ем мяса. Если мне предложат перекусить булочкой, я откажусь. Лучше останусь голодной, но никаких перекусов!

– А спорт в Вашей жизни есть?

– Очень люблю кататься на сёрфе,

часто провожу время на Шри-Ланке – у моего супруга там бизнес. И даже Стефания на пузе уже может на маленькой волнишке прокатиться. Вообще я спортивный человек, очень люблю танцевать. Но в фитнес-клуб не хожу, нагрузок и так хватает. В феврале, например, у меня было 40 перелётов. С таким ритмом жизни главное – хоть немножко поспать.

– Вы прекрасно выглядите! Назовите три самых главных средства в Вашей косметичке?

– Мне нравится косметика Library для молодой кожи, люблю профессиональную косметику MAC. Три средства – это крем для лица Library на основе одуванчика, компактная пудра MAC и бальзам для губ MAC.

– Маша, в декабре Вы отметили юбилей – 30 лет. Многие девушки этой цифры пугаются. А как Вы относитесь к цифрам и к возрасту?

– Я очень люблю день рождения! Совершенно не задумываюсь над цифрами. Моей бабушке 80 лет, она прекрасно выглядит и дай Бог каждому такого здоровья, жизненного солнечного состояния, как у неё. Вот у бабушки – юбилей, и она совершенно не боится этой даты. Она счастлива, что у неё столько внуков и правнуков. Я считаю, что в 30 лет я уже достаточно сделала, я мама – и это самое главное. А какая дата – неважно. Уверена, что 31 год я буду отмечать ещё лучше, чем 30!

– Что больше всего цените в мужчинах? Какими качествами Вас покорила Ваш супруг?

– Чувство юмора! Мужчина безусловно должен понимать мою профессию, он должен быть творческой личностью. Не каждый поймёт – как это целый месяц меня нет дома? Для меня также очень важна поддержка. Очень сложный график, нервы сдают... И если человек на нервы отвечает такими же нервами – контакта не будет никогда.

– Ваше пожелание нашим читателям.

– Чтобы каждый человек на минуточку остановился и понял, как же здорово все вокруг и все, что происходит с ним. Не нужно жить чьей-то жизнью, мечтать о ней. Нужно радоваться тому, что тебе дано. Иначе ты живёшь ущербно и забываешь, что ты – личность. Получайте удовольствие от своей жизни.

Выключите телевизор и телефон, кайфаните от цвета своих волос, а не мечтайте о цвете волос «той женщины». Накрасьте губы помадой, которая вам идёт, а не которая сейчас в моде. Побольше позитива, улыбок и здоровья!



Раскрась
весну



Долгожданная весна! С первых её дней буквально кожей ощущаешь пробуждение от зимнего сна. Просыпается природа, а вместе с ней – вдохновение и желание сделать мир вокруг темного ярче...



Модель: Антонина Проценко.
Визажист: Елизавета Ролдугина.
Стиль: Яна Костюкова.
Фотограф: Светлана Колоскова.





ПАЛЬТО DIOR,
38 000 Р.

КОФТА DIOR,
6800 Р.

ЮБКА ATOS
LAMBORGINI

СУМКА BRONI,
15 000 Р.

БОТИЛЬОНЫ
LE SILLA,
10 000 Р.



ТРЕНЧ
ELISABETTA
FRANCHI,
12 890 Р.

БЛУЗКА
BETTY BLUE,
5200 Р.

БОТИЛЬОНЫ
VERSACE,
10 800 Р.

СУМКА D&G,
25 000 Р.

ЮБКА
MAISON
DE MARIE

Элегантная ВЕСНА



ТУНИКА
TWINSET,
4500 Р.

ДЖИНСЫ
J BRAND,
5200 Р.

КЕДЫ CHLOE,
16 000 Р.



ПАЛЬТО
ELISABETTA
FRANCHI,
12 800 Р.



ДЖЕМПЕР
FABIANA FILIPPI,
6800 Р.

ДЖИНСЫ
STELLA
MCCARTNEY,
6200 Р.



ПАЛЬТО
SALVATORE
FERRAGAMO,
22 000 Р.

СУМКА MAX MARA,
12 500 Р.

БОТИЛЬОНЫ
DIOR,
14 800 Р.



ТРЦ «Макси», 1-й этаж,
тел. (4872) 77-32-63
Пр-т Ленина, 97,
тел. 8 910 555-92-29
www.sobol71.ru
@ soboltul

SOBOL'

салон меха и кожи

ОДЕЖДА • ОБУВЬ • АКСЕССУАРЫ

официальный представитель
одежда от Alice-street

ООО «Соболь»
Модель: Дарья Рыбакова, Милкинг: Яна Костюкова



КРАСОТА ВО ВСЕМ, *и особенно* В ДЕТАЛЯХ.

Минимализм и яркость, граничащие с нежностью и благородством, – все это прекрасно совмещается в образе современной невесты 2017 года.

Как создать индивидуальный образ невесты, который подойдет именно вам?

«У меня будет не как у всех», а в итоге получается точно так же, как у многих! Знакомо? Всеобщая ошибка невест – выбрать не образ для себя, а вначале стилистику, и только затем переделать её под себя.

**ДОРОГИЕ НЕВЕСТЫ,
НЕ БОЙТЕСЬ
ОТТАЛКИВАТЬСЯ
ОТ СВОЕЙ
ИНДИВИДУАЛЬНОСТИ!**



Организатор проекта Колесова Юлия
тел. +7-915-788-12-30. Фотостудия Cherry Boom:
г. Тула, ул. Кирова, 135, оф. 27, 44

 cherryboom71
 photostudio_cherry71

Свадебный стилист Ольга Гризова.

Контакты:
тел. +7-953-427-03-42

 Olga_grizova71
 personal-style.pro

Свадебные платья предоставила
свадебная галерея «Ангел»
пр. Ленина, 78, тел. 35-00-27
 svadebniy_salon_tula
www.angel-tula.ru



БУДЬТЕ ПРЕКРАСНЫ В СВОЙ САМЫЙ СЧАСТЛИВЫЙ ДЕНЬ!

Яркая – значит не надо делать нежный образ, если нежная, то не надо делать рок, и т.д.

Это не четкое табу, бывают, как и везде, исключения, но, как показывает практика, в своем желании примерить на себя новый образ девушки без помощи специалиста не справляются и получается «как у всех» или того хуже.

Причин тому много: не комфортно, но хочется, представляем одно, получается совсем не то, что представляли, и т.п.

Избежать этого можно, обратившись к специалистам своего дела и не только в области beauty-индустрии, но обязательно и в областях декора и фото.

Ибо, как известно, вся суть в деталях, которые создают в итоге полную картину.

Наша команда представляет в данном обзоре три образа современной невесты, соответствующей своему индивидуальному колориту, и в то же время полностью учитывая тенденции этого года, это всем полюбившийся бохо, глэм-шик и минималистик.



ИП Залашков Н. В.

Авторские свадебные украшения
для невест предоставила
Татьяна Домбровская
@tanja_tula,
тел. +79534201762 (whatsapp, viber)

Оформление свадебных локаций
и свадебных букетов декоратор-
флорист Александра Рыльская
create_group_71 creategroup71
www.create-g.ru

Фотограф проекта Роман Носов
тел. +7-953-420-85-31
romu4_photo
romu4_nosov
www.romannosov.ru

Быть умным — МОДНО

Эксклюзивное интервью популярного знатока элитарного клуба только для вас. Импозантный и обаятельный ЗНАТОК КЛУБА «ЧТО? ГДЕ? КОГДА?» МАКСИМ ПОТАШЁВ приехал в Тулу, чтобы провести интеллектуальный турнир среди корпоративных команд, организованный фитнес-центром «Гоголь». А в интервью рассказал «Модному городу» об отдыхе, моде и детях.



Максим, Вы в нашем городе уже не в первый раз...
— Да, впервые я побывал в Туле в начале 1990-х

годов. Это был один из самых первых фестивалей «Что? Где? Когда?», ещё в СССР. С тех пор город изменился и, конечно, в лучшую сторону. Город строится, появляются современные гостиницы, торговые центры, Тула становится более благоустроенной и приспособленной к жизни.

— Какое место занимает в Вашей жизни телеигра «Что? Где? Когда?»

— Это образ жизни. Привычка, ставшая неотъемлемой частью моего существования.

— Игре уже более 40 лет, и рейтинги до сих пор высокие. В чём секрет успеха проекта?

— Я думаю, в верности традиции, с одной стороны. А с другой, игра с годами меняется, не стоит на месте. Сочетание этих двух факторов и обеспечивает неизменный успех.

— Капитан вашей команды Виктор Сиднев для Вас авторитет?

— Безусловно. У капитана особая функция в игре. От него требуется точно соответствовать темпераменту, стилю, ожиданиям тех игроков, с которыми он имеет дело.

Для разных игроков идеальными могут быть разные капитаны, поэтому все капитаны в клубе не похожи друг на друга. Для меня Виктор Сиднев — идеальный капитан.

— А Вы когда-нибудь были капитаном?

— Был. С одной стороны, я очень люблю эту роль, а с другой — чётко ощущаю,

что меня в этой роли не видит автор и ведущий игры (Борис Крюк. – Прим. авт.). В этом случае я считаю неправильным пытаться переломить ситуацию и убедить его, принося в жертву своих товарищей. Я счёл правильным больше так не экспериментировать.

– Какие эмоции Вам приносят спортивные интеллектуальные турниры, которые Вы проводите в разных городах?

– Я очень люблю вести игру, мне это доставляет большое удовольствие. Особенно мне приятно, когда играют люди, не имеющие соответствующего опыта и оказавшиеся за столом в первый раз. Которые только знакомятся с магией этой игры, погружаются в неё. Донести до них всю прелесть того, что из себя представляет игра, – большое удовольствие. Главное – понять, во что мы играем. Кто быстрее смог это сделать, тот и побеждает.

– Максим, какую книгу Вы сейчас читаете?

– Я вынужден одновременно читать несколько книг, в основном по работе. Читать приходится очень много и порой уже не в удовольствие.

– А по работе – это какие?

– Консалтинг в области маркетинга, продаж, клиентского сервиса, а также

– Я очень люблю вести игру, мне это доставляет большое удовольствие. Особенно мне приятно, когда играют люди, не имеющие соответствующего опыта и оказавшиеся за столом в первый раз.

проведения различных учебных мероприятий. В первую очередь для того, чтобы готовить различные тренинги, семинары. На художественную литературу, к сожалению, сейчас времени нет.

– Удаётся ли Вам отдыхать и как любите проводить свободное время?

ДОСЬЕ «МГ»

Максим Оскарович Поташёв

Родился 20 января 1969 г. в Москве.

Окончил факультет управления и прикладной математики МФТИ.

Математик, маркетолог, бизнес-тренер.

Магистр игры «Что? Где? Когда?», четырехкратный обладатель приза «Хрустальная сова».

Президент Федерации спортивного бриджа России.

Дети: сыновья-близнецы Роман и Андрей, дочь Анна.

– Честно говоря, и не удаётся и не очень люблю. Я люблю работать.

– Ну а планы на лето есть?

– Ежегодно мы с партнёрами уже пять лет подряд проводим международный фестиваль интеллектуальных игр в Турции. Обычно это прекрасная неделя, насыщенная разными весёлыми и увлекательными вещами. Что будет ещё, посмотрим. Я почти неизбежно каждый год по делам оказываюсь то в Турции, то в Греции, то в каких-то экзотических странах. Недостатка в такого рода отдыхе у меня нет.

– Если всё-таки выдался свободный денёк, как его проведёте?

– Лёжа на диване. Но я человек активный, поэтому таких дней бывает очень мало.

– А что смотрите по телевизору, кроме «Что? Где? Когда?»

– Да я и «Что? Где? Когда?» не смотрю. Не люблю смотреть эту игру по телевизору и совершенно ненавижу смотреть на себя. Ну не нравлюсь я себе! Люблю смотреть спорт. Болею за ЦСКА, хотя футбол не люблю.

– Вы модник? Какие бренды любите?

– Меня мода вообще не интересует как фактор. Но некоторые бренды люблю. Paul Smith, Ermenegildo Zegna, Armani. Любимые бренды часов – Mango, Tag Heuer.

– Вы многодетный отец. На каких принципах воспитываете детей?

– Ну, многодетный – это сильно сказано. Хотя, наверное, в наше время трое детей – это много. Я считаю, что детям нельзя ничего навязывать. Нужно внимательно смотреть, что им интересно, что нравится, и стараться поддерживать те их начинания, которые родителям кажутся правильными. Принудить их к чему-то всё равно не получится.

В наше время дети настолько в целом самостоятельны, что воздействовать на них можно только путём убеждения, а лучше путём заинтересованности.

– А личный пример?

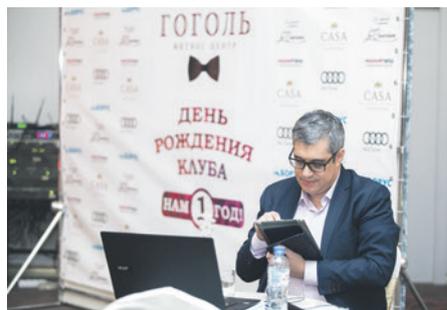
– Смотря в чём. К сожалению, людей, которые способны во всём подать детям правильный пример, не существует. Так уж получилось. Поэтому если мы не хотим, чтобы дети унаследовали не только наши достоинства, но и все недостатки, нужно помимо личного примера придумать что-то ещё.

– Вы бы хотели, чтобы Ваши дети играли в «Что? Где? Когда?»

– У меня нет такой мечты. Если захотят и у них будет получаться, почему бы и нет. Захотят играть в футбол, хоть я его и не люблю? Да пожалуйста.

– Максим, как Вы думаете, быть умным – это модно?

– Быть умным всегда было модно. Во все времена те, кто умнее, оказывались наверху и сами задавали модные тенденции. Никуда от этого не деться.



ГОГОЛЬ

ФИТНЕС - ЦЕНТР



ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ КЛУБА

НАМ **1** ГОД!

В честь дня рождения «Гоголь» пригласил своих друзей на интеллектуальный турнир «Игры разума». Специальным гостем и ведущим стал Максим Поташёв, магистр игры «Что? Где? Когда?».

В «Гоголе» очень ждали это событие, тщательно к нему готовились и волновались: первый день рождения хотелось отметить так, чтобы запомнилось. Хотелось быть на высоте!

И вот он, этот вечер, этот праздник, организованные «Гоголем» «Игры Разума» с Максимом Поташёвым. Интеллигентные люди. Костюмы, платья. Джаз. Фуршет. Улыбки, обаяние. Вопросы, обсуждения, волнение, радость. Профессиональный и остроумный Максим Поташёв. Это атмосфера, которой ты наслаждаешься всеми органами чувств. Удовольствие от качественной музыки, от созерцания происходящего, желание все рассмотреть и запомнить. И, пожалуй, главное: ни с чем не сравнимое удовольствие от возможности поиграть умом, испытать свой интеллект.

Первый день рождения «Гоголя» прошел красиво, элегантно и непринуждённо, интересно и увлекательно, остроумно и утончённо. Это был настоящий УСПЕХ. И главное – именно такими словами можно описать и сам фитнес-центр «Гоголь».

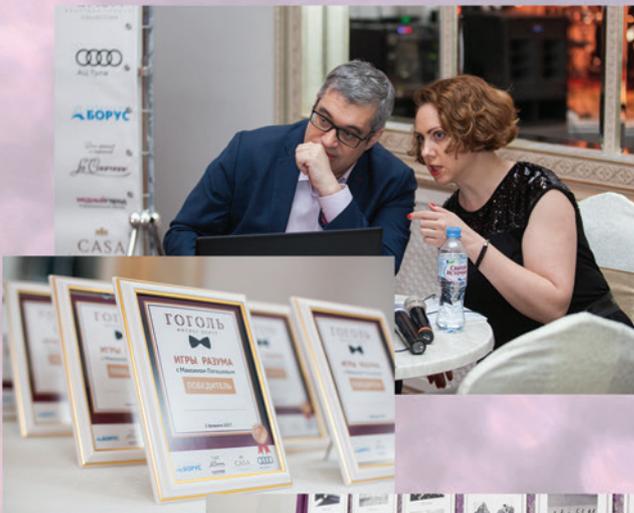
«Гоголь» показал городу новый формат фитнеса – фитнес нового поколения. Здесь не поклоняются мышцам: «Гоголь» – за богатый внутренний мир, за красивую и качественную жизнь, за фитнес, в котором – эмоции и радость движения!



Команда дилерского центра Audi «АЦ Тула»:

– Группа компаний «Автошина» и официальный дилер Audi «АЦ Тула» искренне поздравляют фитнес-центр «Гоголь» с днём рождения клуба! Мы надеемся, что и в дальнейшем наше сотрудничество будет плодотворным и успешным! Пусть ваша энергия и оптимизм помогут в достижении новых высот, опыт и интуиция подскажут новые цели, а удача всегда будет вашей доброй попутчицей!





Команда типографии «Борус» поздравляет «Гоголь» с днем рождения:

– Спасибо фитнес-центру «Гоголь» за прекрасную возможность прокачать мозги и просто за великолепную организацию мероприятия. Ну и конечно, Максиму Поташёву за то, что он был, как всегда, на высоте! Праздник интеллекта удался! С годовщиной, «Гоголь»!



Команда Casa Collection поздравляет «Гоголь» с первой годовщиной:

– Спасибо за этот великолепный праздник! «Гоголь» в очередной раз показал всем, что он на высоте! От всего сердца желаем процветания, движения вперед, новых друзей, а всем вашим клиентам – интересных, эффективных тренировок и достижения результатов. С днем рождения!



ИННА ДАВЛЕТШИНА,
директор музея
«Экспериментория»
и «Города профессий»
«Мануфактория»



Ритуал, которым я никогда не пренебрегаю, – очищение кожи и уход за волосами: кудри требуют особого отношения. Не злоупотребляю макияжем: не люблю ощущение нескольких слоёв косметики на коже. В моём бьюти-арсенале много очищающих средств и красных лаков для ногтей. Не могу обойтись без духов: они для меня как вторая кожа.

Мне повезло: я люблю есть то, что полезно для кожи и волос – зелень, овощи, оливковое масло. Конечно, зимой приходится добавлять качественные витамины.



4.



3.



5.



1.

6.



2.

1. Мой фаворит в ароматах сегодня – Escentric Molecules O2.

2. Один из моих «50 оттенков красного»:) – гель-лак от CND.

3. Мой любимый лосьон для кожи – от Holy Land.

4. Нравится косметика Clinique – пользуюсь их «чёрным» очищающим гелем с углём и ночным кремом.

5. Гиалуроновая кислота Collistar.

Несколько капель на кожу – и сразу есть видимый эффект лифтинга.

6. Крем для вьющихся волос Indola. Помогает превратить непослушную копну волос в красивые кудри.

7. Натуральные витамины Phyt's с омега3 и другими природными ингредиентами обязательны в моём рационе красоты.

8. Для макияжа выбрала косметику Chanel – за приятные легкие текстуры и стойкость.



8.



7.

Секреты КРАСОТЫ

Hollywood

ЦЕНТР ИННОВАЦИОННОЙ КОСМЕТОЛОГИИ



18
марта

**В ЭТОТ ДЕНЬ В СВЯЗИ
С ОТКРЫТИЕМ
Hollywood**

**записываем по телефону с 12.00 до 18.00
на любую процедуру,
на любой удобный для вас день
со скидкой 20%**



**тел. +7 910 077 22 27,
Тула, пр-т Ленина, 66-а**

РОСКОШНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ В SPA

«Роскошное путешествие в SPA» – название одной из удивительных программ SPA-клуба «ОНА», созданных для женщин. Что такое 8 часов блаженства, отдыха, расслабления и красоты – испытала на себе известная певица Леди Ксю.

SPA



1. SPA-программа начинается с парения в хаммаме. Здесь вы погрузитесь под воздушное «одеяло» из пены и получите удовольствие от массажа в 4 руки. Фруктовый пилинг-гоммаж сделает кожу чистой и нежной. В программу входит SPA-маска для волос и увлажняющее обертывание для тела.



2. Бассейн в клубе просто шикарный – большой, с гейзером. Вода – приятной температуры. А после водных процедур можно побаловать себя травяным или фруктовым чаем.



4. Уход за лицом и зоной декольте – следующая часть удовольствия. Косметолог индивидуально разработывает комплекс процедур для каждой клиентки, подбирает маску для лица и 45 минут делает массаж, который направлен на улучшение состояния кожи лица и зоны декольте.



3. Во время бразильского маникюра и педикюра мастер надевает на ноги и руки клиентки носочки и перчатки с питательными маслами. Они делают кожу нежной. Ногти покрываются стойким гель-лаком.



5. Укладка волос. Стилист-парикмахер создаст любую прическу, подобрав ее к форме лица и типу внешности клиентки. Здесь все девушки становятся еще красивее!



6. Программа завершается профессиональным макияжем. Теперь вы готовы очаровывать! А ваш сияющий вид расскажет ему, что его подарок доставил вам настоящее удовольствие!

Программа «Роскошное путешествие в SPA» – один из самых продолжительных SPA-ритуалов клуба. Он длится 8 часов: за это время вы успеете испытать весь спектр удовольствий, которые только можно представить себе в современном SPA-клубе: турецкий хаммам и бассейн, массажи всего тела и лица, уход за лицом, маникюр и педикюр. На несколько часов вы погрузитесь в блаженство, где есть только приятные запахи и звуки, плеск воды, заботливые руки специалистов. Финальным аккордом программы станет макияж и причёска. После этого роскошного SPA-ритуала вы будете полностью готовы к выходу в свет или романтическому свиданию!

В клубе «Она» разработано более 40 вариантов SPA-программ, разных по набору процедур и продолжительности (от 1 часа). Для любой программы можно выбрать и заказать подарочный сертификат с бесплатной доставкой на сайте СпаТуле.рф и преподнести это роскошное наслаждение вашей любимой!

ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Всё, о чём мечтает ОНА...

Единственный в Туле женский SPA-клуб «Она» – это место красоты, изысканных удовольствий и самых востребованных бьюти-процедур.

«Она» – центр качественного отдыха в роскошной обстановке. Место, где вы сможете по-настоящему расслабиться, а профессионалы позаботятся о вашей внешности и душевном равновесии.

Идеальный подарок
к 8 Марта

БЕСПЛАТНАЯ
ДОСТАВКА

Подарочный сертификат
от 1000 руб.
на любую SPA-процедуру

Spa клуб Она

Для вас:

- два больших бассейна
- детское обучение плаванию (с 3-х лет)
- 3 турецкие бани хаммам
- более 40 SPA-программ
- косметология • лазерная эпиляция
- массажи • обертывания • душ Шарко
- соляная пещера • солярий
- аквааэробика • фитнес • йога • пилатес
- перманентный макияж
- парикмахерские услуги
- make-up • маникюр/педикюр
- первоклассное обслуживание
- подарочные сертификаты с бесплатной доставкой

Spa клуб Она

Тула, пр. Ленина/ул. Скуратовская, 124,
тел.: 23-16-02, 73-05-75

SpaВТуле.рф   spa_club_ona

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

КОСМЕТИКА ИЗ КОРЕИ РАБОТАЕТ!



1. Знаменитые енотовые патчи Secret Key Gold Racoon Hydrogel Eye & Spot Patch.

Это гидрогелевые маски для кожи вокруг глаз и локального применения. Они реально работают! За считанные минуты убирают тёмные круги, мешки и отёки под глазами, разглаживают и подтягивают кожу.

2. Holika Holika Aloe Soothing Gell 99%.

Универсальный суперувлажняющий гель для тела и лица на 99% состоит из сока алоэ. Такой гель просто обязан быть у каждой девушки! Гель увлажняет, борется с шелушением, помогает при раздражениях, укусах, ссадинах.

3. Улиточный крем от люксового бренда Deoproce Snail Recovery cream.

Он творит чудеса! Крем с муцином улитки делает кожу упругой и эластичной, способствует разглаживанию морщин и осветлению пигментации, дарит коже сияние.



ТРЦ «Рио», ул. Пролетарская, 22-а, 1 этаж. www.mayakorea.ru
Тел. 89509058766

vk.com/koreavtule
@mayakorea



ШЁЛК ВОЛОС

Профессиональные средства сделают волосы сильными и сияющими.

1. Несмываемая маска-спрей Revlon Uniq One заменяет 10 тюбиков для ухода и укладки! Маска восстанавливает волосы, придаёт блеск, смягчает, защищает от солнца, борется с секущимися кончиками, даёт термозащиту при укладке, облегчает расчесывание волос, усиливает объем и фиксирует укладку.

2. Набор Ollin BioNika «Плотность волос» (шампунь, маска, сыворотка) позволит сделать уход за волосами дома эффективным, как в салоне. Благодаря аминокислотам, кератиновому комплексу и эластину волосы приобретают плотность, эластичность и блеск.

ИП Голяшнина В. Ю.



Ул. Советская, 47, ТРЦ «Гостиный двор», 2-й этаж; 8-910-942-48-96.
Пр. Ленина, 52-6; 30-82-79, 8-919-081-52-02.
Ул. Союзная, 11; 8-910-164-17-21.
Пр. Ленина, 17, ТЦ «Парадиз»; 8-910-165-49-51.
г. Новомосковск, ул. Трудовые резервы, 36 krasota71.ru

МОЛОДОСТЬ КОЖИ

Профессиональные биокомплексы TÊTe Cosmeceutical (Швейцария) вернут коже молодость:

1. Активный комплекс на основе 3-мерной гиалуроновой кислоты и улиточного секрета мгновенно наполняет клетки влагой, повышает упругость кожи, возвращает молодость.

2. Омолаживающий крем на основе 3-мерной гиалуроновой кислоты и коллоидного золота разглаживает морщины, моделируя овал лица.

3. Маска GOLD Hydrogel Express с коллоидным золотом и гиалуроновой кислотой разглаживает все типы морщин. Активные компоненты маски «пробуждаются» от температуры кожи. Эффект – в течение 24 часов.



ShocoBeauty

Тула, ул. Советская, 47
ТРЦ «Гостиный двор», 3 этаж,
салон-магазин «ShocoBeauty»
Тел. +7 (950) 909-56-79.
http://shocobeauty.ru

ИП Точилина С. В.



Силиспонж для макияжа

Кисти и бьюти-блендеры для макияжа – вчерашний день: мир завоёвывают силиконовые спонжи. Бьютиголики разменяют каждую новую партию в считанные минуты после старта продаж.

Силиконовый спонж – изобретение гонконгского бренда Molly Cosmetics. Спонж прозрачный и эластичный, может принимать разную форму (то есть войдет в вашу любимую пудреницу или кушон). Силиспонж помогает равномерно нанести тональное средство, но его можно использовать и для нанесения румян и бронзера. Новинка, в отличие от обычных спонжей и бьюти-блендеров, не впитывает средства: спонж легко отмыть, а косметика расходуется более экономно.

ИП Соловьёв Д. С.

NEOGYM®

EMS/ЕМА СТУДИЯ ИННОВАЦИОННОГО ФИТНЕСА

ЖЕНЩИНАМ В ЧЕСТЬ **8 МАРТА**

АБОНЕМЕНТ НА
8 ТРЕНИРОВОК
ЗА 8000 РУБЛЕЙ!

ТРЕНИРОВКА ВСЕГО
ТЕЛА ЗА 20 МИНУТ!

ЭКОНОМИЯ ВРЕМЕНИ
И ДЕНЕГ!

ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ТРЕНЕР
ВКЛЮЧЕН В СТОИМОСТЬ!

ВОССТАНОВИТЬ
ФИГУРУ ПОСЛЕ
РОДОВ!

ПОХУДЕТЬ!

ИЗБАВИТЬСЯ ОТ
ЦЕЛЛЮЛИТА!

ЕСЛИ ТЫ НЕ НАЧНЕШЬ **ПРЯМО СЕЙЧАС**,
ВСЕ БУДЕТ, КАК ПРЕЖДЕ!

НАСТАЛ ТОТ САМЫЙ МОМЕНТ, КОГДА

ТЫ МОЖЕШЬ |
ВСЁ |
ИЗМЕНИТЬ |

ЗАПИШИСЬ НА ТРЕНИРОВКУ!

ТЕЛ.: 7(4872)58-44-88

АДРЕС СТУДИИ NEOGYM: г. Тула, ул. Демонстрации, 1Б



[WWW.INSTAGRAM.COM/NEOGYM_TULA](https://www.instagram.com/NEOGYM_TULA)



WWW.TULA.NEOGYM.RU

НИКОГДА НЕ ПОЗДНО *начать!*

Зима неожиданно закончилась, а вы так и не начали новый год со спортзала? А ведь скоро лето, пляжи, купальники... Есть ли шанс привести себя в форму и убрать лишние килограммы за оставшиеся 2–3 месяца? Или время ушло и начинать поздно? «Никогда не поздно!» – уверены тренеры фитнес-центра «Властелин». Тренер Юлия Моисеева рассказала, о чем важно знать и как лучше тренироваться начинающим. Юлия Моисеева, персональный тренер клуба «Властелин»:

– Начинать никогда не поздно – я знаю это совершенно точно. Два месяца – тот срок, за который вполне реально добиться видимых результатов. Чего обычно боятся начинающие? Во-первых, боятся, что не справятся с нагрузкой. Не переживайте: тренер всегда отталкивается от физического состояния клиента и дает ему адекватную программу тренировок. Вы справитесь!

Второе опасение начинающих – в страхе не получить желаемого результата. Уверю вас: он будет, если вы на него настроены! Достаточно сделать простые вещи – немного перестроить свое питание (есть больше овощей и сложных углеводов, питаться чаще и не голодать – это даже приятно!) и 2-3 раза в неделю приходить на тренировку. Немного самодисциплины – и всё получится!

Юлия Моисеева персональный тренер:



– Как строятся тренировки для начинающих? Мы должны нагрузить всё тело, не концентрируясь на отдельных мышцах. Упражнения, которые нагружают много мышечных групп, являются более энергоёмкими, требуют больших затрат калорий и для снижения веса они более эффективны. Заниматься я рекомендую 2–3 раза в неделю. Любая тренировка начинается с разминки, затем идет силовой блок. Упражнения в нем выполняются по 12 повторений, необходимо 3-4 подхода. Тренировка завершается аэробной нагрузкой на кардиотренажерах. Моя задача – составить тренировку так, чтобы клиент получил от нее результат и при этом хорошо себя чувствовал. Тренер также даст вам рекомендации по питанию. Это важный этап в достижении результата, но не единственный: да, ограничивая себя в еде, вы похудеете, но спорт, фитнес помогут вам похудеть красиво!

ВАЖНО!

На первом этапе тренировок главное – безопасность: лучше недоработать, чем переработать. Не нужно заниматься по 3 часа, ставить большой вес на тренажерах, делать больше повторений и подходов, чем это необходимо. Организм нужно приучать к новому образу жизни, постепенно вводить ограничения по питанию и физические нагрузки. Для этого и нужен персональный тренер: он проследит, чтобы вы выполняли все упражнения правильно и безопасно, не навредив себе. Разработает программу, адаптированную под вашу физическую форму, состояние здоровья и результаты, которые вы планируете получить.



Приседания

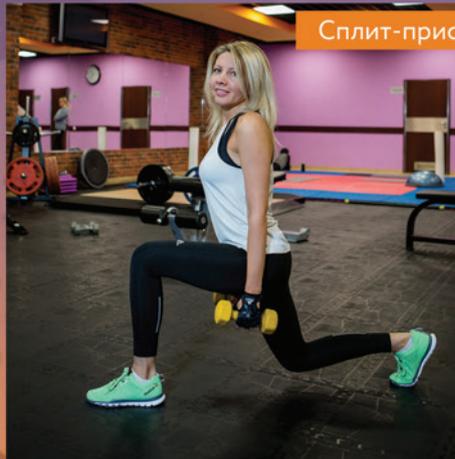
Ноги шире плеч, носки развернуты на 45 градусов. Приседая, отводим таз назад. Колени не выходят за проекцию носков. Усложнить упражнение можно, взяв в руки дополнительный вес. В упражнении работают все мышцы ног и ягодичные мышцы.





Олеся, клиент клуба «Властелин»:

– Пришла во «Властелин», потому что не хватало физической нагрузки, – мало-подвижный образ жизни. Результаты меня очень радуют: появилось больше бодрости, сил, подтянулись мышцы, улучшилось состояние кожи. Прекрасно себя чувствую. С первых дней занимаюсь с тренером Юлией Моисеевой. Пришла к ней по рекомендации знакомых и убедилась, что они были правы. У этого тренера действительно есть индивидуальный подход.



Сплит-присед

Приседания на каждую ногу. Делаем шаг вперед, спина прямая, вес - на ноге, которая стоит впереди. На выдохе опускаем вторую ногу вниз, на выдохе поднимаемся. Увеличиваем нагрузку с помощью гантелей. Упражнение прорабатывает мышцы передней и задней поверхности бедра и ягодиц.

Махи руками
через стороны



ИП Чурсин О. В.

Упражнение направлено на проработку дельтовидных мышц. Берем гантели. На вдохе поднимаем руки до уровня плеч, на выдохе опускаем. Следим, чтобы гантели не поднимались выше плечевого сустава. Для начала достаточно минимального веса (1 кг).

Разгибание
предплечий

Упражнение на трицепс – проблемную зону для многих девушек. Опираемся рукой и коленом на лавку, вторую ногу ставим чуть в сторону назад. Сгибаем руку с гантелью в локте, на выдохе разгибаем. Следим, чтобы плечо и локоть были неподвижны.

Скручивания
на фитболе

Упражнение на мышцы пресса. Ложимся на мяч, таз подкручиваем. На вдохе выполняем скручивания. Нестойкая поверхность позволяет включать в работу больше мышечных групп. Кроме того, на мяче можно найти правильное положение, в котором будут работать только мышцы пресса, без включения мышц спины и других групп.

Гиперэкстензия
горизонтальная

В этом упражнении работают задняя поверхность бедра, ягодичные мышцы и разгибатели спины. Ложимся в тренажер, носки держим на себя. На вдохе опускаемся, на выдохе поднимаемся так, чтобы голова, корпус и ноги находились на одной линии. Напрягаем ягодицы и мышцы спины.



**VLASTELIN
FITNESS**

Тула, ул. Коминтерна, 24-в,
тел. 71-63-63
www.vlastelin-fitness.ru

PrimeTime

ДЛЯ СТРОЙНОЙ ФИГУРЫ

Эта система разделила жизнь многих людей на до и после. До знакомства с международным фитнес-проектом по трансформации тела PrimeTime и после. Оказывается, похудеть – не так и сложно, если делаешь это не через силу, с тоской глядя на закрытый холодильник. PrimeTime – простое и доступное осуществление мечты быть всегда в форме и хорошем жизненном тоне.



РimeTime – движение международное. Но всего за несколько лет активными участниками этого проекта стали уже 95 российских городов. Не менее тысячи участниц в каждом из них, которые проделали за короткое время свой путь к стройной фигуре. И вот теперь PrimeTime есть и в Туле.

Основная задача проекта – не только внешне преобразить человека, но и поменять его отношение к себе и к жизни. Чтобы представление о правильном питании и осознание необходимости здорового образа жизни остались навсегда и после завершения сезона. PrimeTime – система для достижения отличной физической формы, современные методики в области диетологии и психологии. Здесь нет волшебных таблеток и прочих чудес. Всё предельно

просто. Нужно научиться правильно питаться, полюбить спорт и себя.

Для каждого – индивидуальный подход, своя программа занятий, программа питания. И в этом главная отличительная особенность проекта. Параметры и вес каждого участника контролируются специалистами. Такой всесторонний подход обеспечивает наилучший оздоровительный эффект, которого трудно добиться только диетами или занятиями на тренажёрах.

– О движении PrimeTime узнала когда-то от подруги, – рассказывает руководитель тульского проекта Елена Зацаринная. – Она удивила меня рассказами о результатах, которые мне тогда показались преувеличенными. Решила попробовать сама. И по окончании сезона была просто потрясена. Некоторые девушки, которые начинали курс с тридцатью килограммами лиш-

него веса, теряли двадцать. Они на глазах преображались. Становились более уверенными в себе, жизнерадостными. Они были по-настоящему счастливы, потому что воплотили в жизнь свою мечту. Отношение к жизни меняется настолько, что многие за эти два месяца находят себе в таких группах друзей. Ведь это уже не просто друзья, а единомышленники.

Елена рассказывает, что в Воронеже, где она также руководит проектом, скоро стартует пятый сезон PrimeTime. Недостатка в желающих нет. Чтобы узнать чье-то стороннее мнение об этом проекте, достаточно ввести его название в поисковике и почитать, что думают участницы, которые уже прошли здесь обучающие курсы. А ещё лучше сделать шаг навстречу мечте самой.

В Туле старт первого сезона PrimeTime совсем скоро – 4 апреля.

8-961-661-66-16. Елена Зацаринная.

Занятия будут проходить по адресам: Фитнес-клуб «Олимп» (Тула, Красноармейский пр., 7). Вторник/четверг 19.00, 20.00, 21.00. Фитнес-клуб «Олимп» (Тула, ул. Рязанская, 1). Вторник/четверг 18.30, 19.30, 20.30.

МОЛОДОСТЬ ваших ощущений



**ИРИНА
ГРИДАСОВА,**
главный врач
центра эстетиче-
ской медицины
«Талисия»

Возрастное изменение женского тела всегда считалось деликатным вопросом, неприемлемым для обсуждения даже с врачом.

К сожалению, с течением жизни женское тело подвергается множественным негативным изменениям, которые могут быть как возрастными, так и просто физиологическими – после операционного вмешательства и родов. Со временем меняется состояние половых органов, претерпевает изменения и гормональный фон, всё это становится источником таких симптомов, как:

- ✓ дискомфорт, сухость, зуд и жжение во время интимного контакта;
- ✓ недержание мочи при физических нагрузках;
- ✓ изменение формы половых губ, ослабление стенок влагалища;
- ✓ послеродовые рубцы.

Итог таких постепенно накапливающихся проблем – понижение либидо, недовольство интимной жизнью, частое неудовольствие в плане женской гигиены, неприятные ощущения, появление комплексов. Меняется отношение женщины к своему партнёру, может ухудшаться общее самочувствие, постепенно накапливается усталость и недовольство жизнью.

На приёме у гинеколога внимание уделяют в основном профилактике и лечению разного рода болезней, а вопрос дискомфорта и неприятных ощущений в сексуальной жизни остаётся нерешённым, и мало кто из представительниц прекрасного пола надеется найти решение таких проблем.

Сегодня женщины могут пройти курс интимного омоложения MonaLisaTouch. Лазерный аппарат со специальным импульсом DEKA Pulse помогает избавиться от возрастных и послеродовых проблем различного характера, восстано-

вливает и обновляет ткани женских половых органов, возвращает чувствительность и избавляет от дискомфорта.

Работа над решением такой проблемы должна вестись деликатно, без серьёзного хирургического вмешательства, но в то же время проводящиеся процедуры должны быть достаточно эффективными и безопасными для женского здоровья. Настоящим прорывом в сфере гинекологии стала разработка компанией DEKA нового лазерного аппарата, который призван вернуть женским органам утраченные функции и привлекательный внешний вид. Новейшая процедура безоперационного лазерного вмешательства позволяет избавиться от распространённой у женщин вагинальной атрофии. Разработка, предназначенная для процедуры лазерной коррекции женских интимных органов и их омоложения, носит название MonaLisaTouch.

Важным качеством данной услуги омоложения является ощутимый эффект – как правило 2–3 сеансов лазерной терапии «МонаЛиза Тач» с интервалом 2,5–3 месяца бывает достаточно, чтобы добиться желаемого результата, который сохранится на продолжительное время. Безопасность воздействия и деликатность работы аппарата также можно отнести к преимуществам современной лазерной системы – получение травм, ожогов и подобных осложнений полностью исключено. Данные процедуры подарят красоту и молодость женскому началу, вы почувствуете себя желанной и ощутите внутреннюю уверенность, а в вашей интимной жизни откроется новая страница с незабываемыми впечатлениями и фееричными ощущениями.



О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

«Батут – современный способ похудеть»

Так говорят посетители батутного центра «O2». Батутный центр – прекрасное проведение досуга для тех, кто любит познавать новое, хочет быть здоровым и ценит спорт в любом его проявлении. В батутном центре «O2» всегда можно выбрать занятие по душе – от эффективного похудения, обычной тренировки для поднятия настроения до получения навыков экстремального спорта.

ДЖАМПИНГ-ФИТНЕС

Чтобы похудеть и набрать хорошую физическую форму, вовсе не обязательно изнурять себя диетами и монотонными упражнениями на тренажёрах. Всё это можно получить в полёте. Один из новых видов фитнес-тренировок, приобретающих всё большую популярность в мире, – джампинг-фитнес.

Джампинг – это весёлые прыжки на спортивных батутах, которые можно совершать в компании друзей или под ритмичную музыку. Он безопасен и доступен, и освоить новые для себя упражнения можно легко и быстро. А главное – подходит для любого возраста.

Эффективность тренировок достигается за счёт выталкивающего эффекта сетки батута. Эти упражнения деликатно снимают напряжение с поясницы и суставов, не давая им критической нагрузки, которая могла бы нанести вред организму. Во время тренировок сжигаются калории, снижается вес и появляется ощущение радости и полёта.

Такие занятия дают не только снижение веса, но тренируют вестибулярный аппарат, активизируют процессы обмена, укрепляют голеностоп и коленные суставы, повышают мышечный тонус, положительно влияют на работу сердечно-сосудистой системы, добавляют жизненной энергии и настроения.

ПРЕОДОЛЕВАТЬ СИЛУ ЗЕМНОГО ПРИТЯЖЕНИЯ

Начать работать над собой никогда не поздно, нужно только хотеть и не лениться. Природа наделила нас не только умением ходить и бегать, но и совершать прыжки. А с помощью



батута можно делать то, что, казалось бы, не дано человеку от природы – преодолевать силу земного притяжения. Тот, кто не испытал ощущения радости полёта, многое потерял.

Упражнения Fitness-O2 базируются на подпрыгивающих движениях и толчках, благодаря чему укрепляются глубинные мышцы-стабилизаторы, которые не задействованы на обычных тренировках.

Инструкторы клуба, мастера спорта по спортивной гимнастике, на основе своего большого опыта разработали специальные гимнастические программы, совместимые с батутом. Это даёт быстрые и ощутимые результаты.

Очень полезен батут и для детей. Он тренирует жизненно важные мышцы тела – от бицепсов и трицепсов до мышц спины, ног и бёдер. Развитые

суставы и мышцы способствуют здоровую телу ребенка в целом.

БАТУТНЫЙ ФРИСТАЙЛ

Батутный фристайл – модное течение последних лет. Но для того, чтобы проводить тренировки, необходимо иметь профессиональный большой батут размером 5x5 метров. Именно такой есть в клубе «O2». Он мягко и высоко толкает, нет опасности вылететь за края. На таком батуте можно прыгать на максимальной амплитуде и оттачивать самые сложные акробатические трюки. Батут оборудован специальным фалом и другими приспособлениями, которые делают тренировки безопасными и комфортными.

Здесь можно научиться делать различные виды сальто – то есть прыжок с переворотом на 360 и 720 градусов,



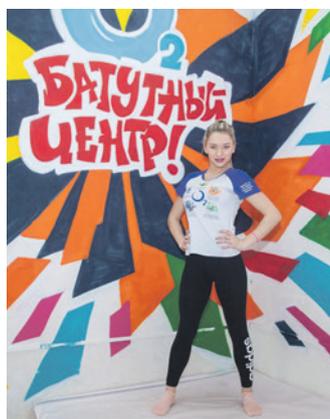
пируэты, различные связки – комбинации нескольких последовательно выполненных элементов. И это всё доступно простому посетителю при некотором упорстве и сноровке. С помощью инструкторов центра можно освоить любой акробатический элемент.

Батутный фристайл – прекрасный вид тренировок для любителей экстремальных развлечений и сноубордистов. Пока не наступила зима, можно отрабатывать трюки и учиться управлять собственным телом в полёте в батутном зале. Есть даже специальная мягкая доска для тренировок, имитирующая сноуборд.

Для тех, кто любит мягкую посадку, имеется прекрасная поролоновая яма, в которую не страшно сорваться даже с семиметровой высоты скалодрома.

Фристайл можно рекомендовать и детям. Под присмотром инструкторов такие тренировки будут увлекательными и безопасными. Ребёнок получит невероятную радость, научившись выполнять базовые комбинации – всевозможные прыжки, кувырки и повороты в полёте на 180 и 360 градусов.

Батутный фристайл – прекрасный слав творчества и спорта, ощущения высоты и полёта вместе с полезными для организма нагрузками. Всё то, что делает нашу жизнь ярче и красочнее.



ИЗ ОТЗЫВОВ В ГРУППЕ В КОНТАКТЕ КЛУБА «O2»

«Хочу рассказать вам, как похудела на 16 кг благодаря клубу «O2» и новому направлению Jumping fitness.

Ни для кого не секрет, что многие девушки набирают вес во время беременности, я одна из таких «счастливиц». Я мама двоих детей и сколько бы я ни пыталась похудеть (тренажёрный зал, фитнес, аквааэробика и, конечно, различные диеты), всё мимо кассы.

С детства люблю батут. Когда узнала, что можно худеть, занимаясь любимым делом, прибежала на пробное занятие и поняла, что жить больше не могу без фитнеса на батуте. Сначала было очень сложно, но результаты не заставили себя долго ждать. Когда пришла в клуб «O2» впервые, мой вес составлял 72 кг при росте 158 см. Сейчас мой вес 56 кг, а от детей я теперь слышу: «Вау!!! Мама!!! Ты крутая!!!»

Юля

«Благодаря фитнесу на батуте у меня появился замечательный животик, а ножки стали более упругими») И это ещё не предел! Это действительно чудесная вещь. Ты прыгаешь, выполняешь упражнения и получаешь два в одном: заряд положительных эмоций и прекрасное тело. Лично про себя: я никогда не любила спорт, в школе и в институте брала справки об освобождении от занятий. В тренажёрных залах больше месяца не задерживалась. Но, придя сюда, поняла, что это моё».

Дарья Ефремова

Вся информация по телефону: +7 (920) 797-49-76. Наш адрес: г. Тула, ул. Кирова, 135.



vk.com/o2tula



o2tula

www.batut71

УМНЫЕ МАШИНЫ ДЛЯ ВАШЕГО ТЕЛА

Большая история фитнеса началась с желания маленького мальчика быть здоровым. Швед Густав Цандер, часто болевший в детстве, стал врачом и изобрел десятки устройств, конструкция которых легла в основу современных тренажеров. В его времена (а было это 150 лет назад) тренажеры использовались для лечебной и профилактической физкультуры. Занимаясь, люди замечали, что чувствуют себя лучше, а их тело становится красивее.

Одним из устройств, изобретенных в XIX веке, стал прототип гребного тренажера. Он имитировал принцип гребли, которая задействует большинство мышц тела и дает им полноценную и безопасную нагрузку. На гребном тренажере занимались те, кто хотел укрепить руки, ноги, спину, сердце и легкие. На нем могли заниматься те, чье здоровье не позволяло бегать и прыгать. Мягко, но эффективно гребля на тренажере приводила к желаемому эффекту – хорошему самочувствию, развитию силы и выносливости.

Современный гребной тренажер, как и его прародитель, имитирует принцип гребли, но возможности его значительно шире. На суперсовременном устройстве, которое ждет вас в фитнес-центре «Гоголь», могут тренироваться люди с абсолютно любым уровнем подготовки, от начинающих до олимпийских чемпионов. Тренажер обеспечивает плавные и естественные движения (что важно для здоровья!), эффективно сжигает жир, поддерживает мышцы в тонусе, развивает выносливость.

Гребной тренажер – лишь одна из множества умных машин и современных тренировок, которые вы найдете в «Гоголе». Вы ставите перед собой цели в фитнесе – мы даем вам всё, чтобы вы добивались их как можно быстрее!

Фитнес в лучших традициях

ГОГОЛЬ

ФИТНЕС - ЦЕНТР

Тула, ул. Гоголевская, 45-а.

Тел. 52-52-05.

www.gogol-fit.ru





ПИЛАТЕС для обновления



МАРИЯ БУШУЕВА,
сертифицированный инструктор по
пилатесу «Первого Центра Менталь-
ного Фитнеса Татьяны Поповой»

Эти упражнения системы Пилатес увеличивают функциональность нашего тела. Оно должно быть не только красивым, но и рабочим – то есть способным выполнять любые задачи, покорять любые вершины! Неслучайно люди, увлекающиеся серьёзными видами спорта, практикуют пилатес: он обеспечивает силу и стабильность мышечного корсета, подвижность и упругость суставов. Упражнения выполняются за один подход, на каждое – 8-12 повторений.

Весна! Хочется душевного подъема, свежих идей, любви, но замерзшее и уставшее за зиму тело не реагирует на весеннюю эйфорию? Расшевелить его поможет короткий, но эффективный комплекс упражнений по системе Пилатес от «Первого Центра Ментального Фитнеса Татьяны Поповой». Делать комплекс можно в домашних условиях – на это нужно всего 15 минут.



Hundred/сотня

Цель: укрепление мышц пресса, шеи, спины, мобилизация плечевых суставов.

Лежа на роллере, поставьте стопы шире таза. Крестец прямой, положение поясницы нейтральное. Приподнимайте верхнюю часть корпуса, отрывая голову и плечи от роллера. Вытяните руки вдоль корпуса и совершайте ими по 5 импульсных движений вниз-вверх (подобно хлопкам по водной глади) на вдохе и 5 на выдохе.

One leg circle/круг ногой

Цель: вытяжение боковой и задней поверхностей бедра, укрепление мышц передней поверхности бедра, пресса.

Лежа на спине, поднимите одну ногу вверх и зафиксируйте её вертикально. Тянитесь носком в потолок. Рисуйте круг ногой в направлении противоположного плеча. Нога напряжена по всей длине. Бедра не раскачиваются вслед за ногой.



Spine twist/скручивание

Цель: вытяжение мышц вдоль позвоночника.

Сядьте на седалищные кости, ноги разведите в стороны или скрестите по-турецки. Вытянитесь вверх, руки с эластичной лентой перед собой, мышцы центра в тонусе, удерживают его неподвижным. На выдохе сделайте поворот грудного отдела в сторону. Сохраняйте ось от макушки до копчика, делая поворот вдоль этой оси.



Teezer/головоломка

Цель: вытяжение мышц спины, укрепление мышц центра, бедер и ягодиц.

Лежа на полу, поднимите ноги под 45°. Если вам тяжело держать их на весу, обопритесь об устойчивую поверхность (в нашем случае это бедро инструктора). Поднимите корпус, тянитесь через кончики пальцев рук в диагональ. Плечи опущены, живот втянут, точка середины груди направлена вверх.





БОЛЕЕ 12 ЛЕТ

**ОБЪЕДИНЯЕТ САМЫЕ ЭФФЕКТИВНЫЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ
МЕТОДИКИ СОВРЕМЕННОСТИ.**

БОЛЬШОЙ ВЫБОР РАЗЛИЧНЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ПРОГРАММ.

УЮТНЫЕ ОБОРУДОВАННЫЕ ЗАЛЫ В САМОМ ЦЕНТРЕ ГОРОДА. ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД.

РЕГУЛЯРНЫЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТУРЫ В РОССИИ И ЗА РУБЕЖОМ

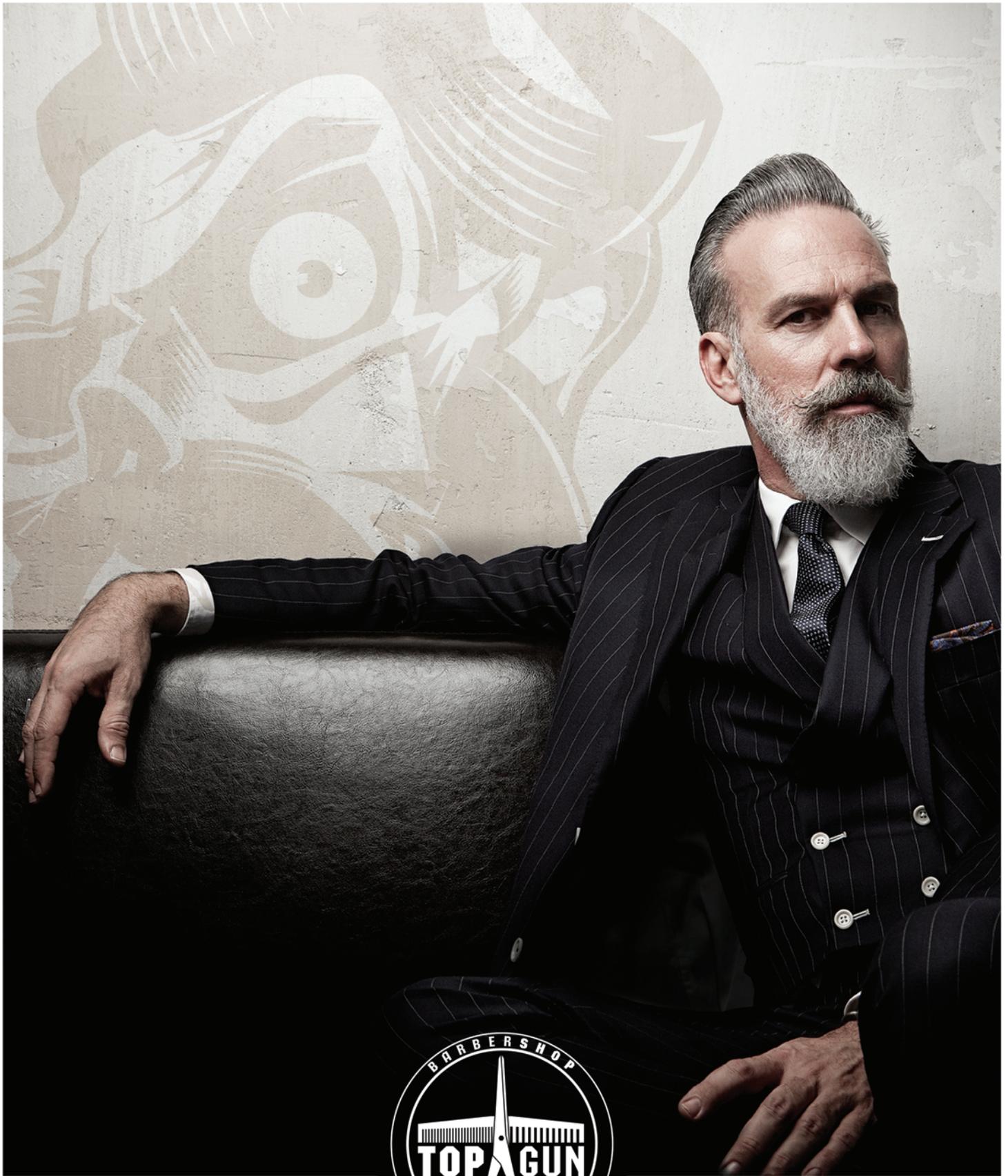
(БЛИЖАЙШИЕ ДАТЫ: **24-26 МАРТА** – КАЛУЖСКАЯ ОБЛАСТЬ;
6-9 МАЯ – ТВЕРСКАЯ ОБЛАСТЬ; **23-25 ИЮНЯ** – ТУЛЬСКАЯ ОБЛАСТЬ;
23.06-06.07 – КРЫМ; **24.07-04.08.** – НОРВЕГИЯ)



тел.: 8 (910) 585 5 585, 8 (920) 277 1 277

www.yogavtule.ru    

ЗДОРОВЬЕ – ЭТО КРАСИВО!



8 800 200 44 20



topgunbarbershop.ru

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

Настоящему мужчине некогда и нечего доказывать

МУЖСКОЙ

Зал

muzhskoyzal.ru

СТРИЖЕМ И БРЕЕМ ПО-МУЖСКОМУ

+7 (920) 781 71 71



ИП Улаев А. В.

Нас стало больше • Вам стало еще удобней
пр-т Ленина, д. 42 ул. Демонстрации, д. 38-в

Instagram Facebook VKontakte muzhskoyzaltula



В Туле открылся учебный центр SNS

25 февраля в Туле открылся учебный центр SNS – место, где можно получить услуги ногтевого сервиса на высоком профессиональном уровне. На открытие центра были приглашены друзья и постоянные клиенты. В беспроигрышной лотерее все гости смогли выиграть скидку на услуги от 10 до 100%. Ещё одним подарком для собравшихся стал большой фирменный торт с логотипом SNS.

Основатель учебного центра – известный технолог Кристина Ситникова, профессионал с 10-летним стажем работы, официальный представитель в Туле гель-пудры SNS. В центре SNS клиенты могут получить весь спектр услуг, связанных с уходом за ногтями: shellac CND, лак для ногтей от CND Vinilux, гель-пудра SNS и гель-пудра Mart. А для мастеров проходит обучение с начального уровня, мастер-классы по повышению квалификации и ежемесячные семинары по работе с гель-пудрой.



SNS
Healthy Natural Nails

НОВЫЙ ЦЕНТР

Тула, ул. Демонстрации, 27

- *Продажа*
- *Обучение*
- *Мастер-классы*



**Новое
поколение
маникюра**

Продукция  в Туле:

Официальный представитель – Кристина Ситникова
Тел. 8-905-627-77-75.

ЛЕТНИЕ КАНИКУЛЫ в школе волшебства!

На две недели дети попадут в настоящую школу волшебников и там научатся этому современному чуду – телевидению! Представьте, как увлекательно оказаться в сказке и снять об этом целый сюжет, который можно будет показывать родителям и друзьям!

Пожалуй, каждый ребёнок, хоть раз смотревший фильм или читавший книгу о Гарри Поттере, мечтает получить заветное письмо и отправиться учиться в Хогвартс. В Летнем лагере дети смогут погрузиться в мир магии: примерить распределяющую шляпу, научиться обращаться с волшебной палочкой, полетать на метле, сыграть в квиддич, поиграть с настоящим реквизитом по мотивам книг о Гарри Поттере. В общем, почувствовать себя настоящими волшебниками!

И, кроме того, к занятиям магией добавятся также уроки телевизионного мастерства. Юные волшебники смогут почувствовать себя настоящими профессионалами, поработав режиссёрами, операторами, мультипликаторами, корреспондентами и телеведущими, создав своё собственное «Хогвартс ТВ».

В программе лагеря:

- ✓ мастер-классы по операторскому искусству, видеомонтажу, мультипликации
- ✓ занятия в Верёвочном парке, включая скалолазание
- ✓ творческая мастерская по изготовлению «волшебной палочки».

И конечно, в течение дня дети будут гулять в Центральном парке, играть в подвижные и настольные игры, читать и вкусно есть (за вкусное и качественное трехразовое питание отвечает кафе «Гранд Пицца»).

В завершение двухнедельной смены родители ждёт премьера выпуска новостей «Хогвартс ТВ», а ребят – выпускной в Школе чародейства, волшебства и телевидения!

Уже ждёте лета? Солнышко, тепло, птички и этот вечный вопрос, чем занять ребёнка на летних каникулах...

МамКомпания и Верёвочный парк «Остров сокровищ» совместно с детской ТелеАкадемией приглашают ваших детей в Летний городской лагерь, он же – Летняя школа чародейства, волшебства и телевидения «Хогвартс»!



АЛЕВТИНА ОРЛОВА, мама Ульяны, которая уже два года посещает лагерь:

С летним лагерем на базе Верёвочного парка мы знакомы уже 2 года, рекомендовали его своим друзьям и знакомым. Ульяне там очень понравилось. Для меня важно, что дети каждый день гуляли в парке, посещали Верёвочный парк (мы его очень любим) и было ещё много всяческих интересных развлечений. В этом году Уляя присоединилась к поклонникам Гарри Поттера, посетила одноимённый квест и осталась в полном восторге. Ну а уж 2 недели в Хогвартсе, да ещё и с уроками телемастерства – это здорово!



Лагерь для детей от 5 до 12 лет будет работать с 5 июня по 25 августа. Каждая смена длится по 2 недели.

До 10 апреля действует специальная цена 14400 рублей за смену.

Система скидок для друзей, братьев и сестер, детей с ограниченными возможностями, чернобыльцев.

Бронирование путевок **570-350, (920) 277-81-56**. Подробная информация vk.com/tv_hogwarts и www.mamcompany.ru

Тула, пр. Ленина, 85, ТЦ «Ликерка Лофт», Семейный центр «МамКомпания».





Время бежит быстро. Не успели оглянуться, а уже вступает в свои права весна. И значит, самое время задуматься о выпускных вечерах в школах и детских садах, которые подведут черту под важным периодом в жизни вашего ребенка. Незабываемый веселый детский праздник лучше всего провести в «Лето-парке».

ПАРК ХОРОШЕГО настроения

Что надо ребёнку для настоящего веселья? С удовольствием пошалить, вволю наиграться, отведать сладостей. «Лето-парк» – одна из лучших в Туле игровых площадок для детских развлечений: настоящий скалодром, большие поролоновые кубики, по которым можно попрыгать, трехъярусный лабиринт, огромный конструктор и ещё много-много всего того, о чём нынешние взрослые в своём детстве даже не мечтали. Просто не знали, что такое существует. И всю эту радость можно теперь подарить нашим детям.

Организацию праздника возьмут на себя в «Лето-парке» и не упустят ни одной мелочи. Просто потому, что организовывать такие мероприятия – их

профессия. Аниматоры будут развлекать маленьких гостей столько, сколько потребуется. В их арсенале интересные конкурсы, викторины, игры и другие развлечения. Здесь всё создано для настоящего веселья. Не надо стесняться громко смеяться, шум и топот детей не будут смущать ранимых соседей. Дети могут дать волю своим эмоциям.

Работники «Лето-парка» создали меню, предназначенное именно для детских праздников. Кого же ещё баловать, если не детей? Вкуснейшее мороженое, доставленное аж из Таиланда, или пирожные, приготовленные кондитерами по уникальным рецептам, гости будут вспоминать ещё долго.

Здесь нет игровых автоматов, потому что в жизни любого мальчика и девочки

всевозможных электронных прибамбасов и так достаточно. Зато есть радость настоящего человеческого общения. С детьми занимаются опытные педагоги. Они не оставляют без внимания никого. Конструкция парка продумана таким образом, чтобы каждый ребёнок мог выбрать то, что интересно именно ему.

«Лето-парк» рад организовать своим маленьким гостям не только выпускные праздники, но и дни рождения, и другие семейные торжества. Угощение можно принести с собой или попросить подготовить праздничный стол сотрудников «Лето-парка». С такой заботой и радушием ребёнок проведёт незабываемый день. Пригласить друзей туда, где круглый год лето, – что может быть лучше?



Секреты МОТИВАЦИИ 1



ВСЕВОЛОД ТАТАРИНОВ,
президент API,
бизнес-тренер

Добрый день, дорогие друзья! Не знаю, как вы, а я за месяц уже соскучился по вашему обществу! Итак, сегодня начнем РАЗГОВОР О МОТИВАЦИИ. Проблема крайне насущна – каждый из нас с ней сталкивается.



Помните? Ну всё, с завтрашнего дня худею! Или начинаю заниматься спортом и ничто (!) меня не удержит! Или больше НИКОГДА (ключевое слово «никогда») я не буду залезать в долги, а начну создавать СВОЙ капитал, начав с контроля своих финансов!

А потом...

Ну что, не будем о грустном! Давайте лучше посмотрим, почему происходит эта грусть-печаль и что нам с этим делать.

Во-первых, вы даже и не представляете, как вам повезло! Я исследую аспекты мотивации по долгу своей работы более 20 лет. Это означает, что я выложу вам «на тарелочке с голубой каёмочкой» то, на что мне понадобилось 20 лет исследований и анализа достижений и поражений моих учеников. А так как количество значительное, у меня их более 1000000 человек, то и выборка получилась достаточно репрезентативная!

Короче, вам не надо 20 лет страдать и мучиться, я за вас уже всё сделал.

«Почему это именно мотивация попала в сферу Ваших интересов? – скажете вы, – Вы же бизнес-тренер?!»

Именно, дорогие друзья! Люди, обращаясь ко мне, желают в основном только одного (О... я заговорил, как опытная женщина)), а именно – **УВЕЛИЧЕНИЯ КОЛИЧЕСТВА СОБСТВЕННЫХ ДЕНЕГ!**

Согласитесь, как-то неожиданно).

Серьёзно, всем нужно больше денег и... даже вам)

А деньги получаются от конкретных действий, направленных на себя и общество.

Так вот, когда дело доходит до действий, а они должны быть постоянными и длительными, вот тут и встаёт вопрос МОТИВАЦИИ.

Помните, ещё Брюс Ли говорил: «Я не боюсь того, кто изучает 10 000 различных ударов. Я боюсь того, кто изучает один удар 10 000 раз».

Так вот, чтобы «бить в одну точку», а следовательно, приобрести выдающиеся навыки, которые и являются условием получения больших денег, нужна **РЕАЛЬНАЯ МОТИВАЦИЯ**.

А это всегда объединение двух компонентов: **ХОЧУ** и **НАДО**.

Секреты мотивации и состоят в том, как понять то, что **НАДО**, и с удовольствием, обращаю ваше внимание, именно **С УДОВОЛЬСТВИЕМ** это «**НАДО**» делать в категории «**ХОЧУ**».

Так как я отношусь к вам с должным уважением, начнём наш разговор обстоятельно.

Доставайте свой любимый плед, заваривайте травяной чай (безобразники, конечно, могут налить в бокал чего-то покрепче), и мы начинаем увлекательное путешествие к секретам вашей мотивации...

Что, это уже всё?!

НЕ могу в это поверить!

Ну это форменное безобразие!

Давайте пожалуемся главному редактору журнала Павлу Кирюнину: только мы подошли к самому интересному и...

Моя квота колумниста заканчивается прямо на этих словах...

С одной стороны, обидно, ну а с другой – подумайте до выхода следующего номера журнала, куда именно вы будете применять появившиеся у вас секреты управления мотивацией!

Буду считать дни до встречи с вами;)



Вашего ребёнка ожидает новый этап взросления – окончание детского сада или начальной школы? Или у вас такой дружный класс, что им не хочется расставаться просто так даже в конце учебного года? Почему бы не порадовать ребят чем-то более увлекательным, чем просто «товарищеское застолье»?

НА ВЫПУСКНОЙ – в «Кругосветку»!

Отличной идеей для выпускного или праздника в честь окончания учебного года станет командная игра – квест, который для ваших детей организует и проведёт МамКомпания и Верёвочный парк «Остров сокровищ».

Детей ждёт потрясающий квест, в ходе которого они отправятся в кругосветное путешествие и совершат немало географических открытий, узнают много нового о материках и странах, покорят вершины Гранд Каньона и джунгли Амазонии, научатся делать арабский эликсир и готовить итальянскую пиццу. Выполняя задания квеста, дети смогут ещё раз проявить себя как настоящая команда, чтобы в конце всем вместе собрать полную карту мира и получить секретное послание в бутылке от самого Колумба! Завершится квест детским застольем с собственноручно приготовленной пиццей.

Родители при желании смогут присоединиться к празднику и отпраздновать окончание кругосветки и начало нового большого этапа в жизни своих детей в пиццерии «ГрандПицца».

Количество детей для участия в квесте – от 20 до 30 человек. Хотите, чтобы выпускной для вашей группы прошёл круто и по самой выгодной цене? Закажите и оплатите квест прямо сейчас! Стоимость при оплате до 15 марта – 950 р., до 15 апреля – 1000 р. с ребёнка.

Квест будет проходить на территории ТЦ «Ликерка Лофт»: в Семейном центре «МамКомпания», Верёвочном парке «Остров сокровищ» и пиццерии «Гранд Пицца». На территории ТЦ есть удобная парковка, а также совсем близко остановка общественного транспорта (ост. «Стадион»).



ТАТЬЯНА ПРЯНИШНИКОВА,
мама Алисы

– В нашей семье в скором времени свершится важный этап: выпускной дочки из детского сада. Посоветовавшись с родителями, мы решили устроить ребятам настоящий праздник, который запомнится им надолго. Мы остановили свой выбор на квесте «Кругосветка». Дочка регулярно посещает занятия по занимательной географии, и мы не понаслышке знаем, насколько увлекательно они проходят. Поэтому «Кругосветка» будет захватывающим приключением любознательных непосед. Детей ждёт настоящее кругосветное путешествие, в котором они узнают много нового о материках и странах. Для нас важно, что каждый малыш будет задействован и увлечён происходящими событиями. Также ценно, что задания квеста разработаны с учётом взаимодействия детей в команде. В ходе событий дети приготовят настоящую итальянскую пиццу, которой с удовольствием подкрепятся после окончания квеста.



ГОРОДСКОЙ ЛЕТНИЙ ЛАГЕРЬ «ДЕТИ РУЛЯТ!»

Не знаете, как устроить ребёнку незабываемое лето?
Запишите его в городской летний лагерь «Дети рулят!»
Уже третий год мы радуем детей и их родителей.

Мы собрали всё самое любимое: «Мануфактория», «Экспериментория», планетарий, прогулки на свежем воздухе и многое другое.

Каждый ребёнок мечтает почувствовать себя взрослым. Это главный принцип «Мануфактории». Каждый день посвящён одной профессии: дети узнают все её тонкости, смогут поработать по специальности, заработать денег и потратить их на сладости.

Дети любят экспериментировать. У нас они ежедневно будут проводить химические и физические опыты, изучать интереснейшие научные законы и совершать свои открытия, а в довершение этого дети смотрят фильм в планетарии!

Все ребята хотят вкусно поесть. Для них организовано 4-разовое питание на базе ресторана нашего партнёра. Завтрак, обед, полдник, фрукты и перекусы. А в конце смены их ждёт шоколадный фонтан.

Дети обожают играть и веселиться. Каждый день их ждут прогулки на набережной, зарядка, эстафеты, игры на детской площадке. Это будут две незабываемые недели радости!

С детьми будут заниматься опытные педагоги, специалисты по профессиям, научные сотрудники музея и инструкторы по физвоспитанию.

Ждём детей от 5 до 13 лет. За лето пройдёт 6 смен по две недели, начиная с 29 мая. График – с 8.00 до 19.00 – удобен для работающих родителей. При необходимости можно оставить ребёнка до 21.00. У нас «Дети рулят!», приходите и убедитесь в этом сами!



ВЫПУСКНЫЕ ДЛЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ И ДЕТСКОГО САДА

Что дети больше всего любят в школе?
Конечно же каникулы!

Весь учебный год они сидели за партами, делали домашние задания, писали контрольные. Дети заслужили праздник, так устройте им незабываемый выпускной в «Экспериментории» или «Мануфактории». Вам не нужно ни о чем заботиться, мы уже всё сделали! Игры, анимационная программа, научное шоу, дискотека, угощения, украшение помещения шариками – обо всем этом позаботятся специалисты, это отдых не только для детей, но и для родителей.

В «Мануфактории» ребята пройдут множество профессиональных испытаний, интересный квест по станциям, сами сделают газету, посвященную окончанию учебы, примут участие в крио-шоу. Дети рулят!

В «Экспериментории» весь класс пройдет интерактивную экскурсию по музею, дети увидят настоящие научные чудеса, а после удивительных экспериментов их ждёт научное шоу и дискотека. Умнеть весело!



ТРЦ «Макси»,
ул. Пролетарская, 2,
2-й этаж. Тел. 71-77-76.
experimentoria.ru



ТРЦ «Макси», ул. Пролетарская, 2,
2-й этаж. Тел. 71-77-76.
manufaktoria.ru

СТАБИЛЬНЫЙ РУБЛЫ!

Домашний интернет и ТВ в тарифе «Всё в одном» по-прежнему стоят всего 1 рубль.

В марте предложению «Всё в одном» исполняется 1 год. За это время Ди Каприо наконец-то получил своего «Оскара», в Рио-де-Жанейро прошли Олимпийские игры, а астрономы открыли три потенциально обитаемые планеты в созвездии Водолея. В общем, много чего изменилось. А вот стоимость домашнего интернета и ТВ от «Билайн» при подключении к мобильным тарифам «Всё» осталась прежней: 1 рубль в месяц, или всего 12 рублей за год.

Оператор выполнил своё обещание о том, что цена на предложение не повысится ни на копейку. В этом лично убедились более 500 000 семей по всей России. Каждый из них сэкономил, по сравнению с другими предложениями, от нескольких рублей до десятка тысяч.

Согласитесь – такое можно назвать хорошим подарком от «Билайн», который будет очень приятно потратить на себя или близких. Кстати, напомним, что это ещё и можно сделать дважды: мобильным интернет-трафиком, минутами, а также СМС-ками очень просто



номить, например, на поездку в Питер, билет на выступление любимой группы или поход в кафе, доступна каждому.

Так, на популярном тарифе «Всё за 800» можно получить 2 тысячи минут разговоров со всей Россией, столько же СМС, 25 каналов мобильного ТВ, 10 гигабайт интернет-трафика (в том числе и в поездках по стране), а доплата всего 1 рубль – более сотни каналов

Ну, и стоит напомнить, что в конвергентных тарифах всего один лицевой счёт и за мобильную связь, и за проводной интернет. К нему можно дополнительно подключить от 1 до 5 номеров «Билайн». Это могут быть как близкие, так и просто дорогие вам люди. Мобильные услуги, которые включены в абонентскую плату, доступны на всех подключённых к счёту номерах.

Возможность экономить, просто пользуясь услугами связи, – отличный повод присмотреться к своему тарифу (особенно, если он из архивной серии) и посчитать потенциальную выгоду. В этом вам с готовностью помогут во всех офисах, точках продаж «Билайн» и при звонке в абонентскую службу 8-800-700-8000.

Оператор выполнил свое обещание о том, что цена на предложение не повысится ни на копейку. В этом лично убедились более 500 000 семей по всей России.

делиться с дорогими сердцу людьми!

Цена в 1 рубль за домашний интернет и ТВ начинает действовать прямо с момента подключения мобильного тарифа «Всё за 500», «Всё за 800» и «Всё за 1200». Оговорок вроде «по окончании акции цена составит...» тут нет. Как уже неоднократно отмечала компания во всех своих заявлениях, 1 рубль за домашний интернет и телевидение – это навсегда. А значит, возможность эконо-

мить, например, на поездку в Питер, билет на выступление любимой группы или поход в кафе, доступна каждому.

Скажите, что этого мало – берите флагманский «Всё за 1200»! Здесь уже 15 Гб мобильного интернета, 3 тысячи минут разговоров, 3 тысячи СМС-ок, домашний интернет и ТВ. А ещё – ба-рабанная дробь – даже Wi-Fi-роутер покупать не надо, вы его сможете получить бесплатно и избавиться от лишних проводов в квартире.

Данное предложение действительно для физических лиц, абонентов тарифных планов линейки «ВСЁ!» предоплатной системы расчетов с абонентской платой от 300 до 1800 руб./мес. в зависимости от филиала подключения. Цены с НДС. Для городов присутствия Домашнего интернета «Билайн», кроме Мурманска и Челябинска.

ПАО «ВымпелКом», РФ, 127083, г. Москва, ул. Восьмого Марта, д. 10, стр. 14, ОГРН 1027700166636.

АРТ-ГРУППА «МЕЙДЕЛЕХ»



Юбилейная «оттепель» компании Медиа Траст

В середине февраля «Медиа Траст» отметил своё 10-летие в компании близких друзей и партнёров. Праздник стал настоящим погружением в эпоху «оттепели» 50–60 годов – от женских объёмных причёсок а-ля Софи Лорен, элегантных нарядов, танцев в стиле свинг и модных дефиле до вызывающих ностальгию «трёшек» и рублей и даже строгой буфетчицы, отпускающей шпроты и пирожки. Душевное настроение вечера своим выступлением поддержали девушки из арт-группы «Мейделех», придав свежее звучание любимым всеми песням из старых кинофильмов.

Элегантный вечер закончился, но оставил гостей с приятным послевкусием, в ожидании новых, не менее приятных юбилеев. С днём рождения, Медиа Траст!



АНАСТАСИЯ ТЕРЕХОВА,
ВАЛЕРИЙ МОСКОВСКИЙ,
ТАТЬЯНА ГОРЮНОВА,
НИКОЛАЙ ТЕРЕХОВ



СОВЕТСКИЙ БУФЕТ



ЕВГЕНИЯ УСПЕНСКАЯ, НАТАЛИЯ МИХЕЕВА, НАТАЛЬЯ БАКУЛИНА, ЕВГЕНИЯ КАЛИНИЧЕВА, ЕЛЕНА ПЧЕЛЬНИКОВА, НАТАЛЬЯ ПОЗДНОВА И ЕКАТЕРИНА СЕВЕРЬЯНОВА



КЛУБ СВИНГОВЫХ ТАНЦЕВ «Ё.П.С.Т.»



СЕРГЕЙ ГРАДОВ И ИВАН ГРЫЗЛОВ



АЛЕКСАНДР ШЕСТОПАЛОВ (СПРАВА) С ДОЧЕРЬЮ ОЛЬГОЙ (СЛЕВА) И ЕЛЕНА ГРЕБНЕВА



ИЛЬЯ И АННА СТЕПАНОВЫ



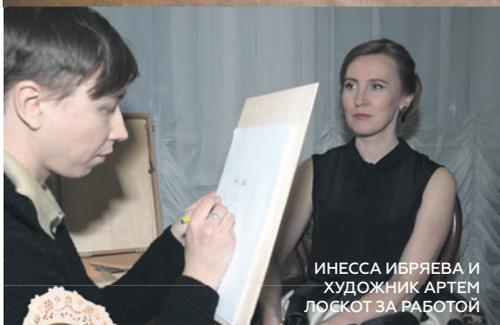
ТАТЬЯНА БОЛДЫРЕВА И СЕРГЕЙ СКВОРЦОВ



НАТАЛИЯ ТОКАРЕВА



КУПЮРЫ СОВЕТСКОЙ ЭПОХИ



ИНЕССА ИБРЯЕВА И ХУДОЖНИК АРТЕМ ЛОСКОТ ЗА РАБОТОЙ



СЕРГЕЙ КОВАЛЬ И АЛЕКСАНДР ТОКАРЕВ



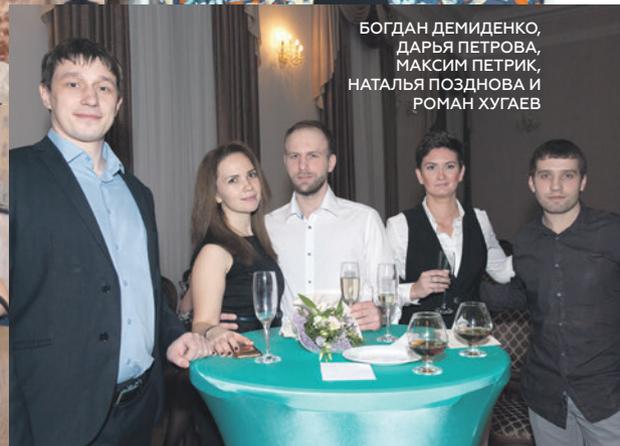
РУСЛАН БОГАЧЕВ



ЦВЕТЫ - 3 р
ГАЗЕТЫ



ВАЛЕРИЙ НИКОНОВ И НАТАЛЬЯ БАКУЛИНА



БОГДАН ДЕМИДЕНКО, ДАРЬЯ ПЕТРОВА, МАКСИМ ПЕТРИК, НАТАЛЬЯ ПОЗДНОВА И РОМАН ХУГАЕВ

12+



НАЧНЁМ С ЯЙЦА



ЕКАТЕРИНА ПЕЙЛЬ,

кулинар-любитель

– Это блюдо – необычное исполнение яичницы. Даже такой простой продукт, как яйцо, можно приготовить оригинально и эксклюзивно. Обратите внимание на некоторые тонкости. Помидоры для этого блюда нужны крупные и твёрдые. С грибов после обжаривания обязательно слейте выделившийся сок. Время приготовления регулируйте в зависимости от того, какой степени готовности вы любите яйца. За 20 минут яйца приготовятся «в мешочек». Для хорошо проваренных яиц подержите блюдо в духовке ещё 7 минут.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

- 1 Верхнюю часть помидоров срежьте (не выбрасывайте!), ложкой выньте мякоть, чтобы получилась чашечка. Не прорвите стенки помидора! Обжарьте измельчённые грибы на масле, чуть посолив.
- 2 Помидоры поместите в форму для запекания, выложите в них сначала грибы, затем тёртый сыр и осторожно влейте в каждый помидор по одному яйцу. Посолите, поперчите, накройте «крышкой» – срезанным верхом помидора. Смажьте маслом и отправьте в духовку при 200 градусах на 20 минут.
- 3 Блюдо подаётся с жареным беконом и гречневыми оладьями (разведите мед в воде, добавьте муку, яйца, соду и масло. Пожарьте на очень хорошо разогретой сковороде без масла).

Для всякого нового начинания есть крылатая латинская фраза «Ab ovo» – «Начни с яйца», то есть с самого простого и основного. Нашу обновлённую кулинарную рубрику мы тоже начинаем с яйца – точнее, с блюд из яиц. На их примере кулинар-любитель и повар-профессионал покажут, как можно совершенно по-разному подать один и тот же привычный всем нам продукт. Каждый месяц вас ждёт новый кулинарный эксперимент, который вы сможете повторить на своей кухне.

Стоимость продуктов на порцию из трёх яиц – **105 рублей.**

ЯИЧНИЦА В ТОМАТЕ

от кулинара Екатерины Пейль

Ингредиенты:

- 3 яйца
- 3 помидора
- 6 шампиньонов
- зеленый лук
- пластинка сыра
- 3 ломтика бекона
- острый молотый перец
- растительное масло

Для гречневых оладий:

- 100 г гречневой муки
- 2 яйца
- 250 мл теплой воды
- 1 ч. л. меда
- сода на кончике ножа
- 1 ст. л. оливкового масла



Стоимость этого блюда
в меню – **170 рублей**
(порция из 2 яиц).

НИКОЛА ВЕСИЧ,
бренд-шеф сети кофеен
«Mr. Cup»
– Это настоящая серб-
ская яичница. Как у моей
бабушки! В сербской
кухне мы используем
много мяса, и даже в яич-
нице – два вида мясных
продуктов.

Приготовили по нашим
рецептам или попробовали
блюдо от ресторанного
повара в его заведении?
Поделитесь впечатлениями в
новом блоге «Модный город»
на портале myslo.ru.

ГЛАЗУНЬЯ С ВЕТЧИНОЙ И КОЛБАСКАМИ

от Николы Весича,
бренд-шефа сети кофеен
«Mr. Cup»

Ингредиенты:
яйца
карамелизованный лук
копченая ветчина
колбаски охотничьи
любовь:)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

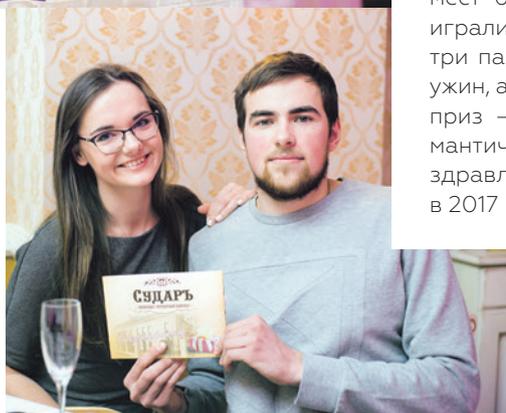
- 1 Приготовьте карамелизованный лук. Для этого нарезанный лук обжарьте на медленном огне без масла, пока выделившийся из лука сок не выпарится, а лук не приобретёт насыщенный карамельный оттенок и сладковатый вкус.
- 2 Обжарьте колбаски и ветчину. Добавьте в сковороду карамелизованный лук, разбейте два яйца и пожарьте глазунью.
- 3 Можно украсить блюдо зеленью. Мы подаём его с хлебом – домашней чабаттой.



Романтика – в подарок молодожёнам

Романтика в подарок за свадьбу – эта красивая традиция появилась в Туле в прошлом году по инициативе ресторано-гостиничного комплекса «Сударь». Для всех пар, которые празднуют свою свадьбу в ресторане, раз в год проходит розыгрыш романтических призов – ужина на двоих, путешествия в красивые уголки земного шара и других.

29 января такой праздник для молодожёнов снова прошёл в «Сударь». Призовых мест было шесть: двое победителей выиграли скидочные карты от ресторана, ещё три пары получили в подарок бесплатный ужин, а самым удачливым достался главный приз – 50000 рублей наличными на романтическое путешествие. «Сударь» поздравляет победителей! И напоминает, что в 2017 году акция продолжается.



Эксклюзивные торты
на ваше мероприятие



4
этаж

Тула, ул. Советская, 47,
ТЦ «Гостинный двор»,
4-й этаж & 1-й этаж



Instagram: [cafe_de_france_tula](https://www.instagram.com/cafe_de_france_tula)
vk.com/cafe_de_france_tula
т.: 8-930-791-222-6, 79-222-6

ТОРТЫ • КАПКЕЙКИ • МАКАРУНЫ • ТАРТАЛЕТКИ • ЭКЛЕРЫ
МУССОВЫЕ ДЕСЕРТЫ СО СВЕЖИМИ ЯГОДАМИ И ФРУКТАМИ

Изготовление на заказ, собственное производство

1
этаж



МЯСО: *есть или не есть?*

1. Вы едите/не едите мясо, потому что...
2. Когда вам хочется съесть что-то мясное, вы...
3. Может ли рацион быть полноценным без мясных продуктов?
4. Как вы себя чувствуете, придерживаясь растительного рациона?
5. Идеальный завтрак для вас – это...
6. В течение дня вы поддерживаю силы этими блюдами/продуктами:...
7. Самое любимое для вас блюдо/продукт – это...
8. Еда определяет сознание? Что вам дает ваша система питания?



ЛЕВ САВКОВ,
вегетарианец

1. Я не ем мяса, потому что это убийство животных. Это мясо животных, которые жили в ужасных условиях и долго и мучительно умирали! Ужасная еда в прямом и переносном смысле.

2. Мне уже 25 лет как не хочется! (Хотя иногда приходится есть - когда угощают. Издержки моего ремесла)

3. Конечно! Просто начинающим вегетарианцам надо научиться правильно составить свой рацион. Впрочем, это касается и мясоедов...

4.Замечательно! Как правило, вегетарианцы - люди продвинутые. Они следят не только за тем, что и сколько съедают, но и «бдительны» во всех остальных аспектах жизни - достаточная физнагрузка ежедневно, позитивное удержание ума. Собственно, само вегетарианство способствует избежать агрессивного и гневного мышления.

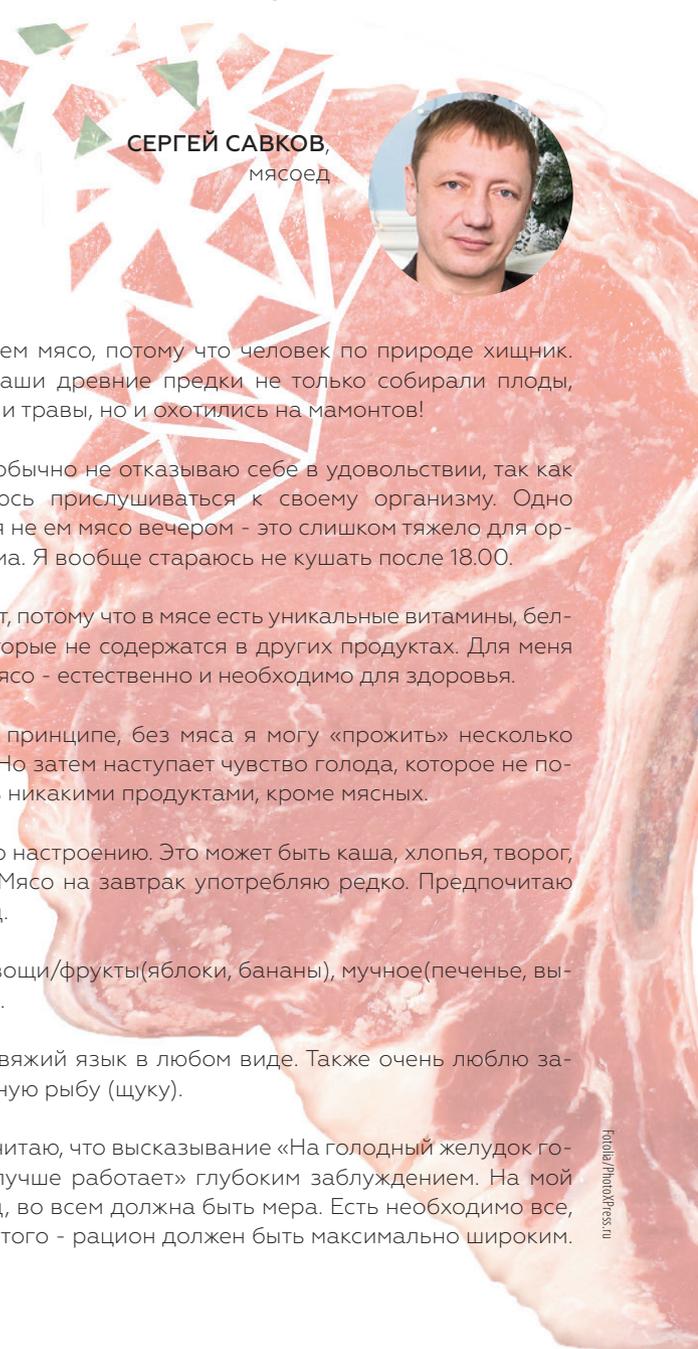
5. Овсянка с фруктами или рисовая каша с кедровым орехом и кунжутным маслом.

6. Яблоко, груша (или сухофрукты) и орехи (фундук, грецкий, кедровый), мёд.

7. Клубника-молоко-мёд.

8. Сознание вегетарианца, как правило, менее засорено. Человеку, питающемуся растительной пищей, проще стать и быть реальным хозяином своего ума. Самочувствие, работоспособность, настроение - только в плюс!

В марте вегетарианцы всего мира отмечают день без мяса. В феврале тульские вегетарианцы отметили открытие вегетарианского зала в известном ресторане. Посмотрев на всё это, мы решили выяснить, как все-таки живется лучше и веселее – с мясом или без него? Внести ясность помогли Сергей Савков, генеральный директор мебельной компании «О.пвер», и его брат Лев Савков, буддийский монах.



СЕРГЕЙ САВКОВ,
мясоед

1. Я ем мясо, потому что человек по природе хищник. Еще наши древние предки не только собирали плоды, ягоды и травы, но и охотились на мамонтов!

2.Я обычно не отказываю себе в удовольствии, так как стараюсь прислушиваться к своему организму. Одно «но»: я не ем мясо вечером - это слишком тяжело для организма. Я вообще стараюсь не кушать после 18.00.

3.Нет, потому что в мясе есть уникальные витамины, белки, которые не содержатся в других продуктах. Для меня есть мясо - естественно и необходимо для здоровья.

4. В принципе, без мяса я могу «прожить» несколько дней. Но затем наступает чувство голода, которое не погасить никакими продуктами, кроме мясных.

5. По настроению. Это может быть каша, хлопья, творог, яйца. Мясо на завтрак употребляю редко. Предпочитаю в обед.

6.Овощи/фрукты(яблоки, бананы), мучное(печенье, выпечка).

7. Говяжий язык в любом виде. Также очень люблю запеченную рыбу (щуку).

8. Считаю, что высказывание «На голодный желудок голова лучше работает» глубоким заблуждением. На мой взгляд, во всем должна быть мера. Есть необходимо все, более того - рацион должен быть максимально широким.

more
sushi



WWW.MORESUSHI71.RU

ЖДЁМ ВАС В НОВОМ КАФЕ



пр. ЛЕНИНА, 52 а

ООО «БИКО» ОГРН: 1027100570506. Юр. адрес: Тула, ул. Пожевант, 132

Тула, пр. Ленина, 52 а, тел.: 8 (4872) 31-28-36

vk.com/moresushitula

facebook.com/moresushitula

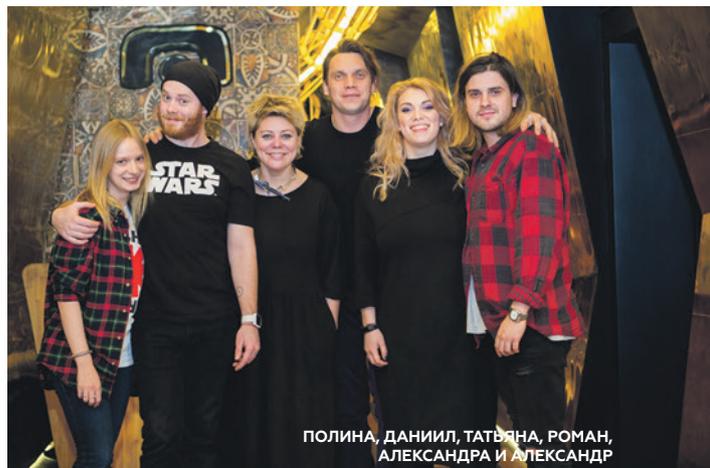
instagram.com/moresushi71

Первый вегетарианский. Еда как благодарность

В ресторане «Ворота Солнца» 25 февраля состоялось открытие зала «Первый вегетарианский». В меню – восхитительные салаты, вегетарианские супы, пасты с соусами, роллы, соки и смузи, полезные десерты и многое другое. Шеф-повару удалось найти удивительные сочетания вкусов и совместить в меню кулинарные вегетарианские традиции со всего мира. Вегетарианцем здесь может побыть каждый – хотя бы потому, что это очень вкусно!

Открытие вегетарианского зала прошло под чудесные индийские и медитативные мотивы из плейлиста героини вечера – руководителя студии йоги «Ореол» Екатерины Фатеевой.

В марте в ресторане работает тест-меню. Здесь ждут всех вегетарианцев и придерживающихся поста, чтобы помочь в разработке дальнейшего меню.



ПОЛИНА, ДАНИИЛ, ТАТЬЯНА, РОМАН, АЛЕКСАНДРА И АЛЕКСАНДР



ГОСТИ РЕСТОРАНА



ГОСТЬЯ ПРОЕКТА «ЧАСТОТА»
ЕКАТЕРИНА ФАТЕЕВА



АГНИЯ И ЕКАТЕРИНА



АЛЕКСАНДР ГАВРИЛИН



МУХАММЕД И АЛИНА



ГОСТЬЯ ПРОЕКТА «ЧАСТОТА»
ЕКАТЕРИНА ФАТЕЕВА



ТАТЬЯНА И НАТАЛЬЯ, АЛЕКСАНДР ВОЛКОВ,
САША КУРГИН, НАЗИКО

ТУРГЕНЕВЪ

БУТИК • ОТЕЛЬ

ПРЕДЛОЖЕНИЯ ДЛЯ ГУРМАНОВ*



ДЛЯ ПАРЫ ГУРМАНОВ

Три закуски,
два салата,
два горячих блюда,
два напитка,
три десерта

4900
рублей



ДЛЯ КОМПАНИИ ДЕВУШЕК- ГУРМАНОВ

Пять закусок,
два салата,
два горячих блюда,
два напитка

6900
рублей



ДЛЯ КОМПАНИИ МУЖЧИН- ГУРМАНОВ

Шесть закусок,
два салата,
два горячих блюда,
три напитка

9900
рублей



ДЛЯ СЕМЬИ ГУРМАНОВ

Взрослое
и детское меню,
напитки,
четыре десерта

8300
рублей

*Каждую пятницу и субботу
фортепианные вечера*

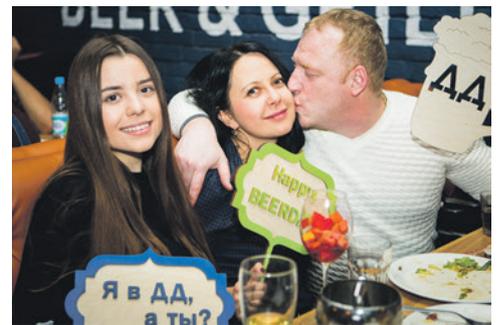


Тургеневская, 13
тел.: (4872) 25-97-25, +7 963 939-19-99
turgenevhotel.ru restoran-turgenev.ru



HAPPY BEERDAY!

Ресторан «Другое дело» 16 февраля отметил свой день рождения. Заведению исполнилось уже два года. Подумать только – всего два, а кажется, что они, с их прекрасными напитками и отменной кухней, были всегда. К хорошему быстро привыкаешь!.. На празднике было всё, чем обычно приятны дни рождения. Угощения – невероятный пивной торт и прелестная мадам Индейка, любовно зажаренная шеф-поваром. Отличная музыка от группы «Банк-Ноты». Неизменно задорный ведущий Александр Волков. Но главными, конечно, были гости – с волнами позитива и неиссякаемым желанием веселиться. Всё вместе сложилось в удивительную атмосферу, ради которой хочется ждать следующего праздника!..



17

МАРТА
19.00

ВПЕРВЫЕ В ТУЛЕ

Новый гастрономический
проект от ресторана
«Большой Кремлевский»


**БОЛЬШОЙ
КРЕМЛЕВСКИЙ**
РЕСТОРАН

Большой ГАСТРО УЖИН



5 оригинальных рецептов, приготовленных на ваших глазах, в сопровождении изысканного вина, чей сорт лучше всего раскрывает вкус блюда. Приглашаем вас на гастрономический ужин в ресторан «Большой Кремлевский» за новыми вкусовыми впечатлениями!

**ШЕФ-ПОВАР
АНТОН ПРОКОФЬЕВ**

*участник и ведущий теле- и радио-
кулинарных шоу*

**СОМЕЛЬЕ
ПАВЕЛ БОГДАНОВ**

член Международной ассоциации сомелье

**БАРНОЕ ШОУ ОТ
ПАВЛА ЛЕОНОВА**

шеф-бармен Extra Lounge Moscow

СТОИМОСТЬ УЖИНА
2000 ₺

ООО «Кремль»

18+

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

www.bigkremlin.ru  [bigkremlin](https://vk.com/bigkremlin)  [bigkremlin71](https://www.instagram.com/bigkremlin71)



Как татуировка навсегда остается на коже – так и свадьба, организованная агентством Red Hearts, на всю жизнь останется в воспоминаниях молодоженов и гостей. Потому что ваша идеальная свадьба должна быть именно такой – яркой, индивидуальной, раз и навсегда. И главное, приятно посмотреть самому, не стыдно показать близким.

ИДЕАЛЬНАЯ СВАДЬБА *как татуировка: раз и навсегда!*

Агентство Red Hearts создано известной командой Eventors, которая уже 10 лет делает достойные события для маленьких компаний и транснациональных корпораций в России и за рубежом. Опыт гигантский – тысячи мероприятий, сотни тысяч восторженных гостей.

В создании свадебных историй мы тоже профессионалы, которые всегда предложат вам больше, чем вы ожидаете. По аналогии с лучшими мастерами тату мы не повторяемся

в «рисунках» наших свадеб. Мы не делаем одинаковых праздников – нам интереснее каждый раз создавать нечто новое, воплощать самые невероятные мечты молодоженов и превосходить все их ожидания.

Как и татуировка, процесс организации свадьбы складывается из нескольких этапов, каждый из которых очень важен. Мы говорим об индивидуальности, поэтому, позвольте обращаться лично к Вам и на Вы.



Этап 1. Принятие решения



ДАРЬЯ ПАРХОМУК,
руководитель про-
ектного отдела:

– Всегда непросто принять важное решение. На пути постоянно встают мысли-барьеры: «Какую татуировку свадьбу сделать?», «Ведь это на всю жизнь!», «Такая ответственность...»? «Как это было у других?»

Мы точно знаем, что ваша свадьба должна быть только ВАШЕЙ. И мы хотим сделать её такой, как нужно ВАМ. Поможем принять все решения, касающиеся подготовки торжества, начиная с самых оптимальных дат и заканчивая креативными номерами от гостей. Не бойтесь говорить мастеру, то есть нам, о своих желаниях – какими бы сумасшедшими они ни были, мы хотим и можем реализовать их на вашей свадьбе.

Этап 2. Выбор эскиза, прорисовка



ОЛЕСЯ КУЗНЕЦОВА, менеджер креативного отдела:

– Татуировка начинается с эскиза, а свадьба – с прорисовки её концепции. Мало кто хочет делать тату по трафарету, как у других. Так и наша задача – дать будущим молодожёнам не шаблон, а индивидуальную концепцию, в которой будут отражены они сами. Их история любви, характеры, вкусы, увлечения.

Концепция свадьбы должна быть интересной, яркой, детальной и личной – как хорошая татуировка. Вы можете выбрать любую стилистику свадьбы, а мы наполним её деталями и оттенками, которые будут связаны лично с вами. Эта концепция будет только вашей свадебной историей, неповторимой и запоминающейся.

Этап 3. Выбор места



ДЕНИС СЛАВНОВ,
менеджер отдела
организации собы-
тий:

– Выбор места для свадьбы похож на процесс создания татуировки: либо вы делаете её на видном месте, либо открываете только узкому кругу. Поэтому первый критерий – объём: площадка должна быть комфортна для вашего количества гостей. Не менее важны кухня (на свадьбах любят вкусно и много поесть) и интерьер (он должен сочетаться с концепцией свадьбы).

Исходя из своего опыта проведённых мероприятий, мы порекомендуем вам оптимальные варианты площадок в Туле, России, за рубежом. Если нужно нестандартное место для тату свадьбы, мы его организуем. Хоть в самолёте – было бы желание и бюджет.

Этап 4. Подготовка



ОЛЬГА ГОРДЕЕВА,
менеджер:

– Чтобы сделать крутую татуировку свадьбу, нужно как следует к ней подготовиться. Чтобы провести свадьбу, мы разбиваем подготовку на множество шагов и проделываем огромную работу: готовим площадку, прописываем сценарий, придумываем фишки, держим связь с активной группой гостей, помогаем им готовить сюрпризы для вашей пары.

И если перед походом к мастеру тату многие волнуются, то на свадьбу нужно приходиться спокойным и расслабленным. Вся подготовительная работа уже сделана, ваша свадьба достойна постановки на большой сцене! Приходите и наслаждайтесь моментом!

Этап 5. Выбор мастера



АЛЕКСАНДР ВОЛКОВ, руководитель:

– Самое важное условие хорошей татуировки свадьбы – найти мастера. Как его выбрать? Первое – это наличие опыта, подтверждённого реальным портфолио. Соберите отзывы о мастере от клиентов. Наше портфолио есть на rhwedding.ru, со счастливыми парами познакомим – обращайтесь.

У хорошего мастера должна быть мастерская, своё оборудование и идеи. Уютный офис Red Hearts ждёт вас в центре Тулы. Мы располагаем собственной технической базой. И мы вместе с заказчиками создаём тату свадьбы, уникальные во всём, от сценария до декора площадки, от выбора артистов до коммуникаций с гостями. Вы хотите особенную свадьбу – мы её сделаем!



Большой французский девичник

В субботу 11 февраля в Туле прошёл «Большой французский девичник», где за шампанским и изысканными десертами прекрасные гости посекретничали о самом главном.

Гости услышали мнения известных спикеров на тему моды, стиля и психологии, смогли принять участие в мастер-классе по грации, получили урок французского и массу подарков от партнёров мероприятия. Маленькие женские слабости и радости, правильный подбор стильного гардероба и аксессуаров, секреты ухода за собой и правила счастливой жизни стали основными темами дамских бесед.

70 девушек в красивых нарядах в субботний день пришли на девичник, чтобы, забыв все дела, душевно отдохнуть. Это удовольствие, которое затягивает, поэтому следующее мероприятие уже готовится...

Партнёры мероприятия: бутик «Амели», ЦЭМ «Сонави», женский фитнес-клуб Norma, Café de France.



Я П О М С К О Е

М Е Н Ю

ユウリ

ビと天ぷら

一フード味噌

イラデルフイアの鮭

司キヤビア

魚

グロ

一フード

噌汁

ヤック

一ル寿司

パイヌと喜び

きびイゴール

ジタリアンロール

はフェレットを愛し

ООО «Тула-Ресторатор»

ПРЯНОСТИ & РАДОСТИ РЕСТОРАН

ТУЛА, УЛ. ОКТЯБРЬСКАЯ, 1 Д, ТЕЛ. 77-30-07

www.ginza.ru/tula vk.com/tulapir instagram.com/pryanositula/



БУМАЖНОЕ ШОУ ОТ «КБРИО».

Репетиция свадьбы Ромео и Джульетты

В Доме приёмов и торжеств La Couronne 12 февраля состоялось помпезное шоу «Репетиция свадьбы Ромео и Джульетты». На нем молодожены смогли увидеть работу всех специалистов, которые могут понадобиться парам при подготовке к их свадьбе.

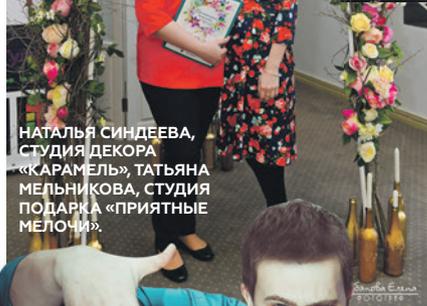
Образы Ромео и Джульетты были созданы ателье Яны Лыжиной, макияж и причёски – Маргаритой Гуз. Торты приготовили Ирина Клемина (студия «ИРМА») и кондитеры La Couronne. Декор создали студии Great group, «Карамель» и Наталья Судавная. Отдельные овации – лазерному шоу YES, за памятные фотокарточки спасибо Fotobudka.com. Помпезность выхода ведущих подчеркнул театр костюма «Контур». Фото- и видеоматериалы с праздника можно найти в группе vk.com/repvsadba (видеостудии «Колибри») и студия видеодизайна iStudio, фотографии Елена Губанова и Роман Носов.

Шоу получилось великолепным! Спасибо всем, кто принял участие в его создании, и молодожёнам – за аплодисменты и эмоции!

Организатор проекта Светлана Де ЖаВю
Тел. 8 (905) 114-71-74, vk.com/svetadejavu.



FINE BAR АНДРЕЯ БАТОСОВА.



НАТАЛЬЯ СИНДЕЕВА, СТУДИЯ ДЕКОРА «КАРАМЕЛЬ», ТАТЬЯНА МЕЛЬНИКОВА, СТУДИЯ ПОДАРКА «ПРИЯТНЫЕ МЕЛОЧИ».



БАРАБАННОЕ ШОУ BEAT'L FLY.



ИЛЛЮЗИОНИСТ ИЛЬЯ КОРЖОВ, РОМЕО И АНАСТАСИЯ КОРЖОВА.



DJ/VJ ЮРИЙ БАШКОВ.

ГРУППА «ИНДИГО».



СВЕТОВОЕ ШОУ КОМПАНИИ «ПИРОМАНИЯ».



ТЕАТР КОСТЮМА «КОНТУР».



ГЕРОИ ВЕЧЕРА ДЖУЛЬЕТТА И РОМЕО (В ЦЕНТРЕ) И ВЕДУЩИЕ - АРТЕМ ИВАНОВ, ЕКАТЕРИНА ИСАЕВА, ОРГАНИЗАТОР И ВЕДУЩАЯ СВЕТАЛА ДЕМЕНТЬЕВА, ОЛЬГА ЛАРИНА, ЯРОСЛАВ ХАРИТОНОВ. ДЕКОР СОЗДАН GREAT GROUP.



БАГРАТИОН

РЕСТОРАН



Роскошный интерьер,
богатое банкетное меню от 1500 руб./чел.

По будням бизнес-ланчи от 180 руб. до 270 руб.

Каждую пятницу и субботу с 19.00 до 01.00 живая музыка.

TRUE COST

Отдыхай по-новому!

В Туле появилось заведение нового формата, которое работает по принципу «честной цены»: напитки продаются по магазинной цене.

Первое в России заведение True cost появилось лишь в прошлом году в Москве – и вот Тула уже подхватила эту отличную идею. Суть формата в том, что посетитель платит небольшую сумму за вход, но экономит при заказе. Если принцип True cost распространяется на напитки, как в Туле, – гость получает их по таким же ценам, как в магазине. Обычная наценка ресторана на напитки составляет 200–300%, так что в заведении «честной цены» можно отдохнуть за гораздо меньшие деньги, чем во многих клубах или ресторанах.

В Туле входной билет в заведение True cost стоит 200 рублей с человека. Затраты на вход окупаются с двух коктейлей (от 85 руб.) или ужина на двоих с бутылкой любимого напитка (от 350 руб.). Например, бокал популярного напитка с лаймом и мятой стоит 120 рублей, с колой – 85 рублей (используются напитки известных брендов). Обычно цена в других заведениях – раза в три выше. Тусовщики, готовые зависать у бара всю ночь напролёт, тем более оценят выгоду.

Плюс ещё и в том, что благодаря формату True cost можно попробовать дорогие вещи, которые в обычных ресторанах и клубах далеко не каждый может себе позволить. В баре «честной цены» стоимость любой позиции не пугает: цена – как в магазине, при заказе одного бокала она просто делится пропорционально заказанному объёму.

В Туле первым заведением True cost стал ресторанный комплекс «Этажи». Второй этаж заведения работает по пятницам и субботам с 7 вечера до 2 часов ночи. Здесь очень уютно: каждый столик окружён диванами с высокими спинками, можно почувствовать себя в уединении. Сюда можно пригласить на ужин любимую девушку, отдохнуть с семьёй или прийти потанцевать – ближе к ночи за пульт встаёт диджей и начинается веселье на танцполе. Какой бы формат отдыха вы ни выбрали – тихий семейный или шумный, с танцами – в любом случае сумма в счёте будет гораздо меньше и приятнее, чем обычно. Можете смело заказывать дамам всё самое дорогое – в заведении True cost легко быть щедрым, ведь с такими ценами вас это точно не разорит!.



foliaPhotoPress.ru

ресторанный комплекс

ЭТАЖИ

ВЫСОТА ВАШЕГО ВКУСА!

Тула, ул. Чапаева, 34-а, тел.: 71-63-54, 70-17-70.

КАФЕ
2
ЭТАЖ

ресторанный комплекс
ЭТАЖИ

Здесь начинается пятница!

OPEN

**7 и 8 МАРТА
ДЕВУШКАМ ВХОД
БЕСПЛАТНО!**

РАБОТАЕМ КАЖДУЮ
ПЯТНИЦУ И СУББОТУ

С 19.00 ДО ...*

кроме 11.03.17г. и 25.03.17г.

DJ

21:00-01:00

Танцпол
Барная карта в
формате **TRUE COST**

Вход 200 руб./чел.
Facecontrol/ dresscode

Тула, Чапаева, 34 А, РК ЭТАЖИ, 2 этаж. 71-63-54

 vk.com/etagy

 Банкетвтуле.рф

18+

Ароматы для дома: ВЫБЕРИ СВОЙ

Выбирать аромат для дома – приятная, но непростая задача: ведь нужно найти ноты, которые понравятся каждому члену семьи... Предлагаем вам пройти семейный тест, чтобы сделать безошибочный выбор среди ароматов от Dr. Vranjes.

1. Какой из этих запахов кажется вам наиболее приятным?

- A. Свежих цветов.
- B. Лимона.
- C. Шоколадного торта.
- D. Красного вина.

2. Выберите, не задумываясь, один из этих цветов:

- A. Бледно-голубой
- B. Жёлтый
- C. Лиловый
- D. Красный

3. Ваше любимое время года?

- A. Весна
- B. Лето
- C. Осень
- D. Зима

4. Ваше любимое блюдо?

- A. Сырная запеканка
- B. Стейк с кровью
- C. Овощной салат
- D. Копчёный лосось

5. Каким вы видите сами себя?

- A. Мечтательным и чувствительным
- B. Энтузиастом – вы никогда не сидите дома
- C. Вы задумчивы – любите уединение
- D. Вы уверены в себе и знаете себе цену

6. Как Вы любите проводить свободный день?

- A. За просмотром любимых фильмов
- B. Активно отдыхая, занимаясь спортом

- C. Всегда найду неотложные дела
- D. Бегая по магазинам в поисках новых вещей.

7. Какие ароматы особенно приятны для вас?

- A. Цветочные
- B. Свежие, бордрящие
- C. Терпкие
- D. «Вкусные» фруктовые

Теперь подсчитайте, какую букву вы и ваши близкие выбрали чаще других.



A. Таким романтичным людям, как вы, подойдут тонкие цветочные ароматы из линейки Dr. Vranjes **MAGNOLIA ORCHIDEA**, а также коллекционные ароматы с нотами цветов – **ROSSO NOBILE**, **GIARDINO DI BOBOLI**, **LA LIMONATA DI FIRENZE**



B. Вы энергичны, жизнерадостны и спортивны. Ваши ароматы для дома должны быть свежими, бодрящими и поднимающими настроение. Выбирайте ароматы Dr. Vranjes из серий «4 стихии» (**ACQUA**, **ARIA**) и «Роза ветров» (**NORTH**, **WEST**).



C. Вы – активные, деятельные и темпераментные люди. Терпкие, стойкие ароматы с нотами специй будут поддерживать вашу жизнерадостность и страстность. В коллекции Dr. Vranjes рекомендуем выбрать ароматы **GINGER LIME**, **CHINOTTO PEPE**, **SPEZIE RARE**.



D. Вы следите за переменами в моде, любите пробовать всё новое. Яркие акценты в ваш дом внесут ароматы Dr. Vranjes с нотами фруктов и ягод: **VANIGLIA MANDARINO**, **ARANCIO CANNELLA**, **ARANCIO UVA ROSSA**, **MELOGRANO**, **LIMONE MANDARINO**, **POMPELMO CASSIS**.



FRAGRANZA D'AMBIENTE



ООО «АКЦЕНТ»

 супермаркет цветов и подарков
ЦВЕТОЧКА

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

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



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»

ВЫСТАВКА НОМІ В МИЛАНЕ: НОВЫЕ ИДЕИ ДЛЯ ДЕКОРА

Руководитель дизайн-студии «АртПроект» Евгения Сумарокова посетила выставку НОМІ, которая прошла в Милане. Экспозиция полностью посвящена декору и созданию гармоничного интерьера.



Декор – именно то, что делает интерьер целостным, готовым для жизни, а дом – уютным и теплым. На выставке НОМІ можно было увидеть всё, что касается декорирования: предметы сервировки и украшения для кухни, аксессуары для детских комнат, ванных, постельное бельё, ароматы для дома. В этом году производители представили много керамики, муранского стекла, хрусталя, необычного света и яркого текстиля. Обращают на себя внимание этнические мотивы в росписи посуды, растительные и анималистичные формы предметов декора.

Международные выставки – мощный источник вдохновения для дизайнеров. На них можно увидеть тенденции, опережающие время, и отобрать новую продукцию, чтобы предложить заказчикам новые идеи для их интерьеров.



Рыбы

(20.02–20.03)



Для вас пробил час перемен. Пора открывать что-то новое в себе – доверять людям, не бояться брать на себя ответственность. Возможно, стоит пересмотреть отношения в семье и бизнесе. Будьте начеку в финансовых операциях. Сложности воспринимайте как трамплин к лучшему.



ИДЕАЛЬНЫЕ АРОМАТЫ ДЛЯ МУЖЧИН-РЫБ – С НОТАМИ МОЖЖЕВЬЕЛЬНИКА, КАК AJMAL EVOKE.



ВИКТОР РЕШЕТОВ, Маркетолог кафе «Тарелка», ресторана «Другое Дело», ресторана «Большой Кремлевский». День рождения: 18 марта.



ОВЕН (21.03–20.04)

Пора избавиться от старых привычек и решить давние проблемы, чтобы очистить место в своей жизни для чего-то нового. У вас сейчас обострен нюх на деньги, так что любые операции с ними будут удачными.



ТЕЛЕЦ (21.04–21.05)

Начало весны будет спокойным, располагающим к отдыху, самообразованию, налаживанию связей. Пока не стоит вкладывать во что-то деньги или давать взаймы.



БЛИЗНЕЦЫ (22.05–21.06)

Непростой период в отношениях, но запаситесь терпением и пониманием: трудности пройдут, а люди останутся. Хорошее время для новых полезных привычек – например, зарядки или пробежек.



РАК (22.06–23.07)

Звёзды рекомендуют выбросить из жизни весь хлам. Это касается не только уборки в шкафу, но и прощания с ненужными мыс-

лями и отношениями. Крупные покупки и рискованные финансовые операции отложите до апреля.



ЛЕВ (24.07–23.08)

Контролируйте слова, не обижайте и не обижайтесь по пустякам на вторых половинок, детей и партнёров по бизнесу. Для личных отношений будет полезно возобновить «конфетно-букетный» период.



ДЕВА (24.08–23.09)

Если вдруг возникнет желание укрыться от посторонних глаз, уйти от дел, следует прислушаться к интуиции. Залечь на дно – это самая здравая мысль в начале весны.



ВЕСЫ (24.09–23.10)

Звёзды прочат вам много работы, которая будет щедро оплачена. Финансовое положение наладится, но не влезайте в рискованные проекты. Лучше побалуйте себя чем-то приятным.

СКОРПИОН (24.10–22.11)

В работе всё будет получаться легко. Занимайтесь делом, которое приносит



вам доход и удовольствие и пока избегайте изменений, будь то новые партнёры или проекты. Творческих людей ждёт прилив вдохновения.



СТРЕЛЕЦ (23.11–21.12)

В марте у Стрельцов могут начаться новые долги отношения в любовной сфере и длительные, масштабные проекты – в работе. Особое удовольствие доставят домашние дела и время с родными.



КОЗЕРОГ (22.12–20.01)

В марте у вас совпадут желания и возможности осуществить поездку. Месяц хорош для размышлений, анализа финансов и отношений, а также для обучения вождению.



ВОДОЛЕЙ (21.01–19.02)

Ваше умение находить нестандартные решения сгладит острые углы в любовных отношениях и финансовых вопросах. Постарайтесь сократить траты в этом месяце, не берите кредитов.

МОДНЫЙ ГОРОД

16+ Тула, Новомосковск, №91, февраль 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. Координатор проекта Белова Е. И. Дизайнеры: Бреславская А. В., Миленков И. Н. Фотограф Колоскова С. А. Постановщик съёмок, стилист Костюкова Я. О. Фото на обложке: Фото: Валентина Соколовская. Визаж: Виктория Шумко. 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 17-03-00002. Тираж 8 000 экз. БЕСПЛАТНО. Дата выхода в свет: 06.03.2017. Перепечатка статей без согласия авторов и редакции запрещена.

Является бесплатным рекламным приложением к газете **СЛОБОДА**



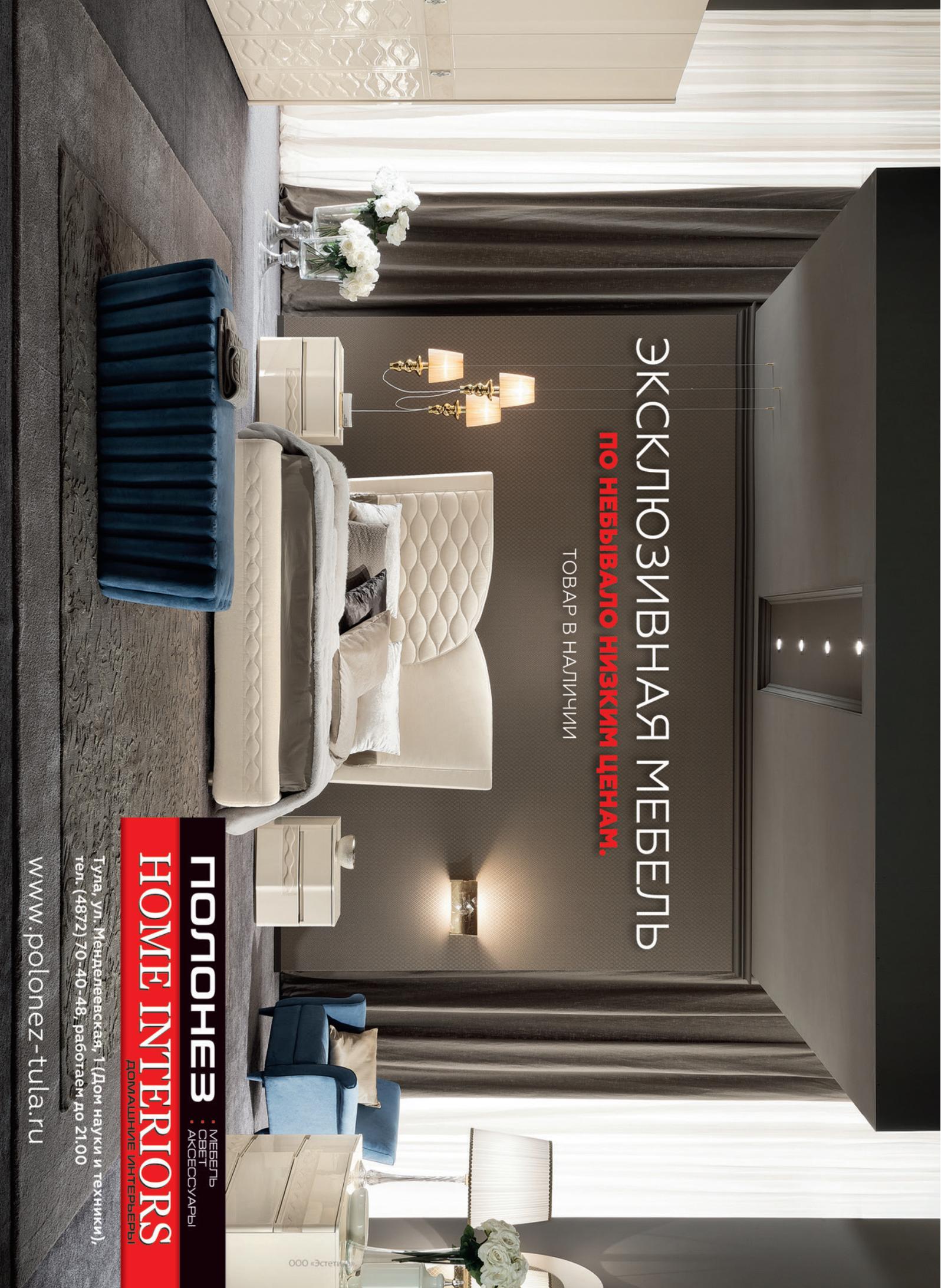
Brow Service Center

MAKE UP & BROWS

ОБУЧАЮЩИЙ ЦЕНТР. БРОУ-СТУДИЯ. МАКИЯЖ.

Пр-т Ленина, 35, оф. 706, тел.: 8(910)585-62-26, 8(915)697-74-74

Instagram icons: @browsctula, @ivanushkinaart



ЭКСКЛЮЗИВНАЯ МЕБЕЛЬ ПО НЕБЫВАЛО НИЗКИМ ЦЕНАМ.

ТОВАР В НАЛИЧИИ

ПОЛОНЕЗ : МЕБЕЛЬ
: СВЕТ
: АКССУАРИ

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