

DIOR

UNIVERSAL SKIN COLLECTION - ONLINE JOURNAL

BEAUTY / FAVORITEN

Beauty: Favoriten für die Sporttasche

JANUAR 24, 2017

von Julia Zierer

24 24 0
Like Share Tumblr Total



© Julia Zierer



Beauty Editor Julia hat immer die passenden Beauty Favoriten in ihrer Sporttasche, um sich zu motivieren. Von der BKR Trinkflasche bis zum Gesichtsol von Rodin und Farfalla

Sport und ich, das ist so eine Sache. Die Stimme in meinem Kopf, die mich leise zur Bewegung ermahnt, ist meistens da. Trotzdem schaffe ich es oft, sie einfach nur als Dauerschleife im Hintergrund laufen zu lassen und so gekonnt zu ignorieren. Ab und an wird sie dann aber doch recht laut und ich gehe zum Sport. Danach fühle ich mich immer super. Aber das große Sportfieber hat mich dennoch nie gepackt.

Immerhin habe ich es geschafft, mir zumindest was Yoga betrifft, eine gewisse Regelmäßigkeit anzugewöhnen. Ich versuche eine kleine Einheit auf der Matte in meine Morgenroutine einzubauen und gehe regelmäßig zu Yogastunden ins Your Space – was nicht zuletzt an der lieben Michaela liegt, ich gebe es zu.

3. Aroma versprühen



MDC COSMETICS

Raumspray, € 24 via [MDC-Cosmetics](#)

Ich bin ein Fan von Duftkerzen, Duftölen, Raum- und Wäschesprays, solange sie natürlich riechen. Das *Eau de Cypres* ist eines von neun verschiedenen Raum- und Wäschesprays aus einer kleinen bayrischen Manufaktur mit Namen Apomanum. Der Duft nach Zitrus und Zypressenwald macht sich wunderbar auf der Yogamatte oder dem Handtuch und lässt mich an entspannte Sommerurlaube denken.

Die Sprays, denen naturreine ätherische Öle oder andere Pflanzenextrakte ihren Duft verleihen, können auch als Eau de Toilette verwendet werden. Nach dem Kurs hülle ich also nicht nur meine Sportutensilien, sondern auch mich selbst in den frischen Zitrusduft.