

เคล็ดลับหน้าท้องแบนราบ JASMINE TOOKES



หุ่นดีไม่ใช่เรื่องง่าย...รู้แล้ว! เคยคิดไหมว่าทำไมการมีหน้าท้องแบนราบ หุ่นได้สัดส่วน พร้อมดูสุขภาพดี ถึงได้เป็นเป้าหมายในชีวิตของสาว ๆ หลายคนที่ไม่ได้ฝัน เพราะมันเป็นสิ่งมีค่ามากซึ่งยากที่จะได้มานะสิ บ่อยครั้งที่เราแชร์คลิป ออกกำลังกายหรือเคล็ดลับการกินไว้เป็นแรงบันดาลใจในการลดความอ้วน จากนั้นก็ชวนเพื่อนไปกินชาบู และปิดท้ายด้วยบิงซูถ้วยใหญ่ วินัยต่างหากคือคีย์เวิร์ดสำคัญที่จะทำให้หุ่นเราสวยเป๊ะและดูสดใสเป็นธรรมชาติ

1. MIRANDA KERR

มิแรนด้า เคอร์ น่าจะเป็นนางแบบจากรันเวย์นี้ที่คนไทยรู้จักมากที่สุดแล้ว เพราะใบหน้าที่จิ้มลิ้มเหมือนตุ๊กตา บวกกับเปียกรรยาคนสวยของพระเอก ออร์แลนโด บลูม (ก่อนที่จะพวกเขาก็จะเลิกกัน!) เธอเป็นสาวผิวขาวนัยตาสวย ที่สามารถเปลี่ยนลุคไปได้เรื่อยๆ แคแต่งหน้า

2. JASMINE TOOKES

นางแบบผิวสีที่อยู่บนรันเวย์นี้มาหลายปีติดต่อกันแล้ว จัสมินคือสาวที่มีหน้าท้องแบนราบ แต่ดูสุขภาพดี เพราะเธอออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน เราคิดว่าความสม่ำเสมอนี้แหละที่ทำให้เธอมีที่มีทางอยู่ในวงการนางแบบระดับโลกต่อไป

3. SUI HE

ซุ่ย เหอ เป็นนางแบบจาก Victoria's Secret อีกคนที่เราจำได้ติดตา เพราะเธอเป็นชาวเอเชียเพียงน้อยนิดที่ได้เดินโฉดฉายบนรันเวย์แห่งนี้ รอยยิ้มพิฆาตใจและเอวที่คอดกี่ยวเคยทำให้สาวไทยหลายคนตกหลุมรักเธอมาแล้ว

4. JOSEPHINE SKRIVER

โจเซฟิน สคริฟเวอร์ คือ แม่เป็นเลสเบี้ยน พ่อเป็นเกย์ ส่วนเธอกำเนิดจากการเป็นเด็กหลุดแก้ว ไม่ใช่เรื่องดราม่าที่ทำให้เธอดัง แต่เป็นทัศนคติที่ดีและความสามารถบนรันเวย์ ส่งสะท้อนออกมาจากใบหน้าและทุกจังหวะการเดิน ในฐานะนางฟ้าแห่ง Victoria's Secret

5. JOAN SMALLS

นางแบบเชื้อสายละตินจากรัฐอาณานิคมของสหรัฐ อเมริกา บัวร์โต ริโก้ โจแอนเป็นสาวมั่นใจ ยิ้มสวย และเคยเข้าร่วมแคมเปญเกี่ยวกับการเหยียดสีผิวและชนชั้นมาแล้ว เธอภูมิใจในความเป็นชาวเปอร์โต ริโก้ โดยเฉพาะเรื่องการกิน!

6. ALESSANDRA AMBROSIO

อาชีพนางแบบสงวนไว้สำหรับเด็กสาวเหรอ? โน้! อเลสซานดรา อายุ 36 ในปีนี้แล้ว เธอมีลูกน่ารัก 2 คน และยังคงเป็นนางแบบเดินชุดชั้นในให้กับ Victoria's Secret อยู่ ลองมองดูผู้หญิงวัยเดียวกันรอบตัวคุณดูสิ มีใครเปรี้ยวเฉียว

สู้เธอได้บ้าง?

เรามาส่องดูชีวิตนางแบบระดับแถวหน้าของแบรนด์ดังกันดีกว่า ว่าเธอมีเคล็ดลับความสวยอย่างไร

<http://bit.ly/2olqfUI>