

De Make-Over



Az Groen, professional in figuurbeheersing

“Een half jaar geleden is Anki bij mij gestart. Ze woog 72 kilo en wilde graag weer 59 kilo wegen. Na een figuuranalyse en kijkend naar haar BMI bleek dat ook het ideale gewicht te zijn. Anki kwam 2 keer per week en deed lichaams oefeningen op maat gemaakt voor haar in de warmtecabine. Door de warmte ontlast je de gewrichten en spieren en wordt (plaatselijke) vetverbranding versnelt. Anki ging ook

20 minuten in de ozoncabine die ervoor zorgt dat de doorbloeding verbeterd, je huid wordt elastischer, mooier en zachter. Daarnaast zijn wij aan de slag gegaan met de voeding, geen pillen enz. maar gezond en verantwoord leren eten. Wetenschappelijk onderzoek heeft bewezen: De enige manier om gezond, verantwoord en blijvend af te vallen is intensieve begeleiding door een personal coach bij zowel voeding als beweging,” vertelt Az. Anki: “Ik ben mij heel bewust geworden van mijn eetgedrag. Wat ik erg fijn vond aan deze

manier van afvallen is, dat er een programma samengesteld wordt dat aansluit bij de probleemzonen van je lijf waardoor je juist op die plekken afvalt en een strakker lijf krijgt. Door Az en haar enorme drive om mij te ondersteunen in mijn afvalrace ben ik in een half jaar 13 kilo afgevallen. Ik mag er zijn! Let the summer begin!” Meer info: www.az-groen.nl

Accent op Kleur en Stijl
Marianne Dupont is imagodeskundige. Zij ondersteunt mensen zich zelfverze-

Anki van Woerkom startte in 2010 met haar bedrijf 'Anki van Woerkom'. "Een lang gekoesterde wens" zoals ze zelf zegt. "Ik coach en begeleid jongeren met een lichte beperking en ik counsel jong volwassenen die problemen hebben en verschaf ze inzicht. Ik ben afgestudeerd counselor en cliënten kunnen dan ook de kosten van de behandeling vergoed krijgen via de zorgverzekeraar.



Voor

kerder en mooier te voelen. Met Anki gaat ze op zoek naar haar eigen kleurenmerken en haar gewenste imago. Marianne: "Toen Anki bij mij binnenstapte, zag ik alleen bril en kapsel. Haar prachtige gezicht verdween in de donkere kleuren. Bij de kleuranalyse zagen we dat Anki eigenlijk heel licht, bijna pigmentloos haar heeft met een koele ondertoon. Het geverfde haar is voor haar veel te donker en te warm. Wat haar kleding betreft komt Anki helemaal tot haar recht in koele kleuren met lagere contrasten, zoals de mauve-, nude- en blauwtinten. Binnen haar werk heeft Anki te maken met bijzondere jongeren, maar ook met ouders, en verwijzers in de zorg. Bij de jongeren mag Anki stoer overkomen. Omdat ze wat kleiner is en een heel toegankelijke uitstraling heeft, mag haar kleding pittig zijn. Dat hebben we goed bereikt met deze outfit. Naar de opdrachtgevers mag ze zich professioneel en krachtig presenteren. Het colbertje en de pantalon voldoen aan die eisen. De details op de kleding maken de outfit niet doorsnee. En dat is Anki ook: niet doorsnee. Die eigenschap mag ze terug laten keren in haar kleding."

Meer info: www.accentopkleurenstijl.nl

Conny Hair en Body

Conny heeft een duidelijk advies over haarkleuringen, wijk niet te veel af van je eigen natuurlijke haarkleur en blijf zo dicht mogelijk bij jezelf! "De kleur van Anki's geverfde haar was veel te donker." Vertelt zij. "Ik heb het haar van Anki daarom ontkleurd en daarna opnieuw ingekleurd met een licht as-

blonde tint van het merk B.E.S. Nadat ik de kleuring uitgespoeld heb, wordt het haar gewassen met een post color shampoo. Daarna behandel ik het haar nog met een super-charged moisturizer (een intensief vocht regulerend haarmasker)." Daarna knipt ze het haar van Anki en styled het met een sculpting foam van Paul Mitchell (stylingmousse met conditioner). Paul Mitchell heeft een complete collectie van betaalbare, professionele en luxe producten die speciaal zijn ontworpen door kappers voor kappers en hun cliënten. Van extra body tot en met color care zo is er voor iedereen een product categorie. "Naast service en advies help ik de klanten ook bij het kiezen van de juiste producten die zij voor hun haar kunnen gebruiken, om ook thuis het beste resultaat te krijgen." voegt Conny toe. Alle producten zijn natuurlijk te koop in de salon van Conny, maar ook te bestellen via de webshop van www.connyhairsbody.nl.

Seasons Women's Wear

Seasons Womanswear onderscheidt zich voornamelijk door de persoonlijke aandacht die iedereen krijgt, en is al sinds 1994 gevestigd aan de Van Wolderenstraat in Nijmegen. Manon Bruggeman is eigenaresse en stelt elk seizoen met veel aandacht en zorg de collectie (meer dan 30 merken!) samen. Voor Anki heeft ze als eerste een zakelijke outfit uitgezocht. "De blauwe blazer en de bijpassende broek zijn van Gustav. De sjaal is van Alexia en de schoentjes eronder zijn van Gypsy Ballad." vertelt Manon. De tweede set is

een stoere, pittige outfit. "Anki draagt nu een jeans met roze wassing van Closed met daarop een lila top van SET, de bijpassende tuniek is van Alexia en de laarsjes, met 'pythonprint' van Moccio." Iedereen is unaniem, "Dit past perfect bij Anki" en daar is Anki het helemaal mee eens. "Bij Seasons kun je ook een afspraak maken voor Personal Shopping," vertelt Manon. "Wij zijn er voor de vrouw van nu, ongeacht de leeftijd. Of u nu op zoek bent naar klasse, stijlvol, casual, trendy, iets exclusiefs of iets leuks voor een avondje uit, inspiratie genoeg! Dat maakt een bezoek aan Seasons de moeite meer dan waard. Niet geheel onbelangrijk is dat de auto voor de deur geparkeerd kan worden. Meer info: www.seasonsmode.nl en like Seasons Damesmode Nijmegen op Facebook. ■



Na