

BICI I NUOVI MODELLI PER PRINCIPIANTI, ESPERTI, AGONISTI

FOR MEN

MAGAZINE

diretto da Andrea Biavardi

€ 2,00 (IN ITALIA)

N. 179 GENNAIO 2018

IL TUO 2018 IN FORMA PERFETTA!

- L'allenamento per 12 mesi
- Comincia dai pettorali
- Primi risultati entro febbraio

SALUTE

Ci vedi bene?
Fai il nostro test

Dormi bene!
17 Consigli per migliorare il sonno

“La vita è una salita. Così arrivi in cima”

STEFANO GHISOLFI

Vice campione del mondo di arrampicata

PSICOLOGIA

MEMORIA

DI FERRO

Come ricordare password, Pin e codici

13 SUPER CIBI ANTIFREDDO



SESSO & COPPIA

BACIALA COSÌ

La guida al più importante gesto intimo



CAIRO EDITORE

ISSN 1722 6104



9 771722 610006

80179 >

Sped. in A.P. - D.L. 353/2003 - art. 1, comma 1, DCB Milano - €5,40 Austria, CHF 5,60 Canton Ticino, €4,20 Francia, €5,40 Germania, Jgs 3,80 Gran Bretagna, €4,20 Grecia, €4,20 Lussemburgo, €4,20 Principato di Monaco, €3,70 Svizzera, €5,20 Malta - Mensile



Argagn

In una location dal sapore post industriale, situata a Brescia e volutamente un po' decentrata, esiste un rifugio discreto ed elegante pensato per uomini alla ricerca di pace e svago. Si tratta di **Argagn La Barbieria**: un locale dall'animo contemporaneo con barberia dal sapore antico ma anche lounge bar, zona relax con poltrone Chesterfield e tanti oggetti vintage originali in vendita.

● Il trattamento più **completo** è **Lux** ovvero un riassetto completo della barba o rasatura classica all'italiana. Con panno freddo a fine rasatura, fiala idratante distribuita con aerografo e massaggio viso (50 minuti, 35 euro).

Info: www.argagn.it