

BERLINiB

2020/A January February
March April

Beauty Style
Fashion



ISSN 2535-602X
9 772535 602004

커버 모델 우리 BERLiNiB 2020 / A
문제입니다 Vicenca 페트로,

A. 타코마에 의해 촬영 (기사
"치열한 척"을 참조)

2020 / A BERLiNiB



ISSN 2535-602X

게시 된
BERLiNiB 2020 / A

BBERLiNiB : 무엇보다도, 아테네를
통해 주로 만들어진 존재, 해방과

니블 링. 아리스토 타코마 별명에 의해
개념
SR 웨버, 오슬로. ISSN
2535-602X
정장 생산 위치 : 노르웨이 오슬로

우편: Yoga4d : VRGM, Postboks
1046 호프, 0218 오슬로

berlinib.com
industrialbabes.com @berlinib

편집 어시스턴트 :
루시 Blay, @lucyblay

우리는 잡지를 만들 때, 우리는
처음부터 배치를 시작하고이 편집
페이지의 왼쪽에 파란색 노트에 태그,
"LAYOUT OF TEST"를 추가합니다. 이
자연스럽게 점차적으로 우리 자신의
잡지로 변환됩니다. 우리는 우리 자신의
원래 촬영에서 이미지 (우리의 모든
인스 타 그램 계정에 나와 있습니다)
이전 테스트 이미지 모두를 교체합니다.
이 방법의 뒤에 아이디어는 우리가
우리로 우리에게 영감을 이미지로
우리의 페이지를 빛, 보그, NUMERO,
하 퍼스 바자와 엘르 매거진 우리의
마음에 드는 소스에서 이미지를 선택할
수 있도록 우리가, 우리의 잡지 오직
최고의 영감을 원하는 것입니다 우리
자신의 완전히 출판물을 만들
작동합니다. 각 문제는 모든 내용이
우리 자신이다, (우리의 웹 사이트를
부여, 발행 회) 발행 당시,이 방법으로
개발된다.



사진 작가, 더 우리의 웹 사이트에서
DIRECTORY 섹션을 부여

그것은 단지 "게시 된"스탬프이
페이지의 왼쪽에 나타납니다 것을이
때이다.

모든 문서 및 기타 텍스트는 처음부터
원작이다.

저작권은 : 패션 블로거 잡지,
모델에 대한 감사의 이미지를
reblog 수 있습니다

정보. 모든 내용은 같은 PC에서와
모두 대형 스크린으로 액세스하고,
이러한 휴대 전화의 작은 화면을 통해
할 수있다.

당사와 협력하고자 재능있는 사람들과
패셔니은 문의하시기 바랍니다
berlinib@aol.com 인스 타 그램이나
DM. 우리는 항상 공청회 열려

기여하고자하는 모델, 작가, 사진
작가, 스타일리스트, 메이크업
아티스트, 세트 디자이너, 패션
디자이너, 광고주 및 다른 열정적인
광고 소재에서.

잡지는 태어난으로
2019, 우리는 전적으로 '디지털'로
결정했다. 라인 장비의 상단과 훌륭한
맛과 함께



우리 참여자의 창조적 인 능력,
우리는이 프레임 내에서 우수한 결과를
만들 수 있습니다.

아리스토 타코마 (의 주요 작가 및
BERLiNiB의 편집자; 종종 메인
스타일리스트)



BERLiNiB는 광고 및 스폰서에 의해
유지된다. 모든 문제는 항상
berlinib.com에서 품질의 PDF 파일로
무료로 사용할 수 있습니다.

광고 :
광고 요금에 대한 문의, plase
이메일을 보내 : 광고 @
industrialbabes.com.

Plase 우리의 이메일 사용
berlinib@aol.com을 편집 후원을
포함하여 다른 모든 문의는. 우리는이
잡지의 주요 내용에서 방해하지 않는
광고를 포함 할 수있는 권리를
보유합니다. 광고는 보관 잡지 내
디스플레이에 남아 있습니다. 우리는
'대상 광고'를 사용하지 마십시오.
우리의 광고는 영구적으로 사용 가능한
모든과에 대해 동일 *맛있게*

개인 정보 보호 문제에서 해방.

게시 된 각 BERLiNiB 잡지의 내용은
저작권 스타 인 헤닝 B. 로이 쉬 (별칭
귀족 타코마)이다; BERLiNiB이
적절하게 참조 할 때 모델, 작가와 사진
작가도 자신의 기여에 저작권이
있습니다. 서명되지 않은 자료는
편집기입니다.

기술이 포함됩니다 : 니콘 df, 니코르 /
VR, KDE 네온, 김프, LibreOffice와,
FontLibrary.org w (우리는 상업적으로
빨리 생성 된 수익 허가료 글꼴
라이선스를 사용합니다), 그리고 PC
안드로이드-86을.

즐거!



당신은 BERLINiB에서
알고있는
berlinib 닷컴에 게시

보편적인 디지털/지정
종이 형식인 PDF,
1년에 3번 게시됩니다. 거의
예외없이, 사실 그들이
만들어지는 순서대로 잡지에
게시됩니다.

페이지 번호는 A3 페이지를
참조하십시오.

엘리

Tsitsipa @elli

tsitsipa

10 페이지

Vicenza

페트로

@vicenza

페트로

17 페이지

줄리아 MUE

@julia

mue__29

페이지

커버

모델 :

솔 메르 카도

@uruzusus

40 페이지

나 스타 Kasprova

@nastia_

kasprova

페이지 (54)

Somya 조시

@somyaa

조시 페이지

75

또한 여기에 무료
BERLINiB 패션 잡지
berlinib.com 모든
시간 :

과 함께뿐만 아니라, 상기 광
사실, 당신은 항상 찾을 수

쓴
기사, 패션
그림
영구
잡지 광고,

BERLINiB에게 우리가
필요로하는 소득을 제공하는
것은 당신에게 무료이
aawesome 패션 잡지를
제공합니다! 당신의 회사는
다음 문제에 포함되는 내용은,
지금에 광고 제안을 보내 :

광고 industrialbabesc@00M

유행 BERLINiB 양조를
즐기십시오!



POUCHES SIMONA
@pouches_simona
Premium Pouches
Supreme Wallets
Exquisite Bags
Handcrafted in Greece
Internationally Loved
Viber +306938825487
dakovasimona@gmail.com

[연속]

/ 4 /

브랜딩 : 상징적 인 사진을

우리는 짧은 동영상이나 소위 시간에있어

'이야기'또는 '스냅'운동에 자신의 한 단면으로 하나의 네트워크를 제공하는 인기있는 매체입니다. 그러나 그것은 시청자가 자신의 마음에 살아 올 수있는 큰 photograph-의 힘을 부정하지 않는다; 그녀는 '내 비디오'대로 만들어; 장면에 자신을 시각화하는 사진의 개별 기능을 연구 할 수있는 시간이 걸릴. 그들이 TV를 볼 때 과목보다 여전히 라디오 또는 적극적으로 연구 원가들들을 때 뇌 연구는 종종 뉴런의 더 큰 활성화를 보여줍니다. (적절한 상호 작용이있을 때 몇 가지 예외를 제외하고) 일반적으로는 더 활성화 기술이 얻을 것으로 보인다, 말하기, 더 수동적 자신의 신경 세포가된다. 영화는 수십 년 동안 주변되었습니다 종종 '미래'로 설명되었지만, 좋은 사진의 영역은 고유의 에너지를 가지고있다

브랜드를 판매하는 무엇의 일부. 이 사진보다 영상 것을 디지털 경제의 새로운 형태가 본 높이까지 촬영에 비해 등장하는 것입니다. 얼굴에서, 비디오는 특정 순서에 따라 뷰어 던져 초당 수많은 사진보다 더 많은 의미 아무것도입니다. 잘 만든 사진은 더 큰 선물입니다. 비디오는 고전적인 사진이 있었다 방식에서 '아이코닉'것으로 간주 훨씬 가능성이 적습니다.

/ 5 /

관대하면 바로

때 바로 관대이며, 다른 하나는 얼마나 관대를해야 하는가? 그리고 때 천 번 조금 많이 될 것을 알고, 바로 '마이크로 지출'에있다? 간단히 말하면, 관용은 모든 좋은 예산에서의 위치를 가지고 있지만 미리 정해진 범위 내에 있어야한다. 고삐 풀린 관대 무모하지만, 팁을, 또는 시간에 빠른 경로 당신이있는 거 짧은을 위해 약간의 여분을 지불하거나, 좀 더 비용에도 불구하고 우수한 제품을 구입 할 수있는의 중요성을 고려한다. 어떤 상황에서는 좋은 분위기를 유지하는 것은 페니를 통해 인상을 찌푸리고보다 더 중요하다. 이것은 심지어 직원, 인턴, 고객 등 비즈니스 이해 관계자의 건강에 투자를 포함한다

비즈니스 파트너. 건강 등의 관용의 욕성에서 오는, 그리고는 건강을 위해 귀하의 비즈니스에 큰 인 웰빙.

communicat 이온 / 6 / 채널

버튼의 클릭으로 페이지를 중단 할 수 간접 프로그래밍과 코드 업데이트의 디지털 세계에서는 가장 좋은 방법은 서로 통신하는 하나 이상의 방법을 가지고있다. 이 같은 개념은 RL (현실에 대한 인터넷 발언)까지 전달뿐만 아니라-이 회의의 더 많은 방법을 가지고하는 것이 중요합니다, 우리는 우리가 의사 소통 방법 및시기에 유연성을 가지고.

계약 / 7 / 글로우

더 즉각적이고 '쉽게 올'디지털 통신은 더 중요 그것은 자신이나 사람들이 돌아오고 싶 우리의 사업에 대해 손쉽게 찾을 것입니다,이된다. 이것은 내부 및 외부 이해 관계자, 사이 좋은 관계를 육성하기위한 중요한 단계입니다. 합의를 무시의 이점이 없습니다; 이 단기적으로 시간을 절약 할 수 있지만, 그것은 다른 사람을 위해 시간을 낭비하고, 장기적으로 너무 자신의 시간을 낭비한다. 어떤 사람들은 그것이 합의보다는 '느낌 시간'에 더 적절하다고 영적인 관점의이다; 또는 그들은 다른 사람들과 공유 소정의 시간 스케줄에 충실하지 않는 경우, 더 나은 자신의 방법을 얻을 생각합니다. 나 여기 있다고 가정 해 봅시다 당신이하지 당신이 할 때까지에, 계약에 일을 고집 같이 할 경우, 그것이 필요하기 때문에 기업의 대부분의 유형이 성공하려면. 그럼에도 불구하고, 민주적 인 세계에서,이 수요 하나는 자신의 메이크업을 주로 할 수 있습니다 : 어떤 타이밍에 상관없이, 각각의 시간에 관한 자신의 방법을 가지고, 당신은 지능적이고 현실적으로 다른 사람에게 관계하는 방법을 파악해야한다 그들이 이 선택합니다.

/ 8 / Radiat 전자 optimis m

이 점은 아름다움에 대한이 목록의 이전 시점에 연결되어 있습니다. 그것은 또한 당신이 품질 통신에 참여하고 계약을 고수하여 성격, 캐릭터의 긍정적 인 빛에 관한 것이다. 보다 구체적으로, 긍정적 인 빛은 사람들이 번창하고 주위에 번성 할 수있는 방식으로 행동을 포함한다 : 황금 낙관적 정신, 생활이 좋은 태양이 상승되는 소득의 곡선이 모두 상승과 같은 포인팅되어 있다는 점이다 감각을 우리의 시간 프레임에 왼쪽에서 오른쪽으로 이동 곡선이 모든 당신의 메이크업에 웹 사이트, 소셜 미디어 계정과 shopfronts, 옷과 사진과 비디오의 언어에 로고의 디자인에서 모두로 전환 당신은 당신의 브랜드를 광고하기 위해 사용합니다. 에 관계없이 우리의 삶에 우리가 무엇을하고 있는지 어디에, 우리 모두가 새롭게 낙관론의 용량이 필요합니다. 우리의 매일 활동으로 통합함으로써, 우리는 시간이나, 그것이 표현하는 또 다른 방법은, 우리가 서로 시간을주는 서로를 저장한다.



OTKUTYR

FASHION HOUSE
EST. 2011



Art Direction,
Production & Styling:
OTKUTYR
@otkutyrfashionhouse

ASPECT DORÉ

@aspectdore



IOAKEIMIDIS
Jewellery

Web: www.ioakeimidis.com
Instagram: [ioakeimidis_collection](https://www.instagram.com/ioakeimidis_collection)
Etsy.com: [etsy.com/shop/ioakeimidisJewelry](https://www.etsy.com/shop/ioakeimidisJewelry)
E-mail: info@ioakeimidis.com



SS20 INSPIRA TIONS

작가 Sristhi Oinam에 의해
BERLINIB를 들어, blank.canvas ____
@빈 캔버스____
srishtioinam gmail.com 빈 캔버스____

모두 IS DANCE

그리스어 댄서 엘리
Tsitsipa에 의해 현대 발레
해석 일부 SS20 스타일

패션 모델 : 발레 댄서, 배우 엘리
Tsitsipa, @ellitsitsipa

사진 : 아리스토 타코마

A.Tacoma와 엘리 자신에 의해 스타일;
스타일링 보조 미토 Departez

MUA & 헤어 스타일링 : 미토
Departez, @myrtodepartez

위치 : 스튜디오 P56, 아테네, @
studio.p56

패션 브랜드 : ZARA, @zara; BOODY에서
지속 대나무 레오타드, @boodyecowear,

를 통해 생명 콜로세움, 오슬로,
@lifecolosseum 보석 : 도나 Koroi,
@donakoroibrand을 통해 다른 옷

NILZ, 오슬로, @nilztekstiltrykkeri.

DANCE UNTIL



위대한 예술가는 예술에
자신을 될 수 있는 방법을 찾는
사람들이다. 모두 예술과 삶의
걸치레를 유도 평범의 모든
종류.

- - 마고 폰테인



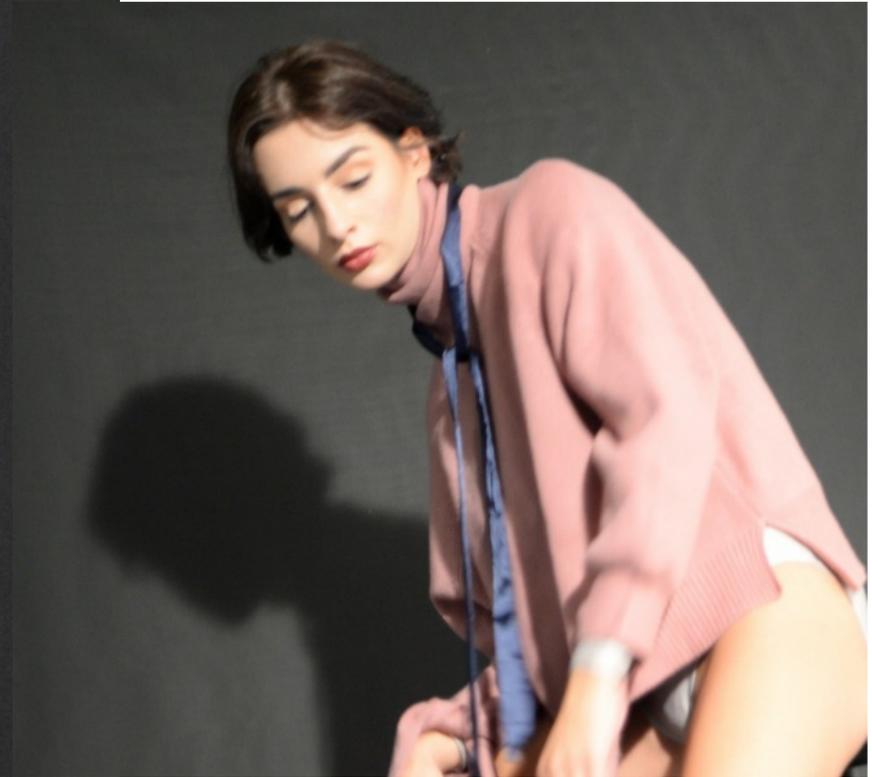
같은 자신의 누락
된 부분을 발견.

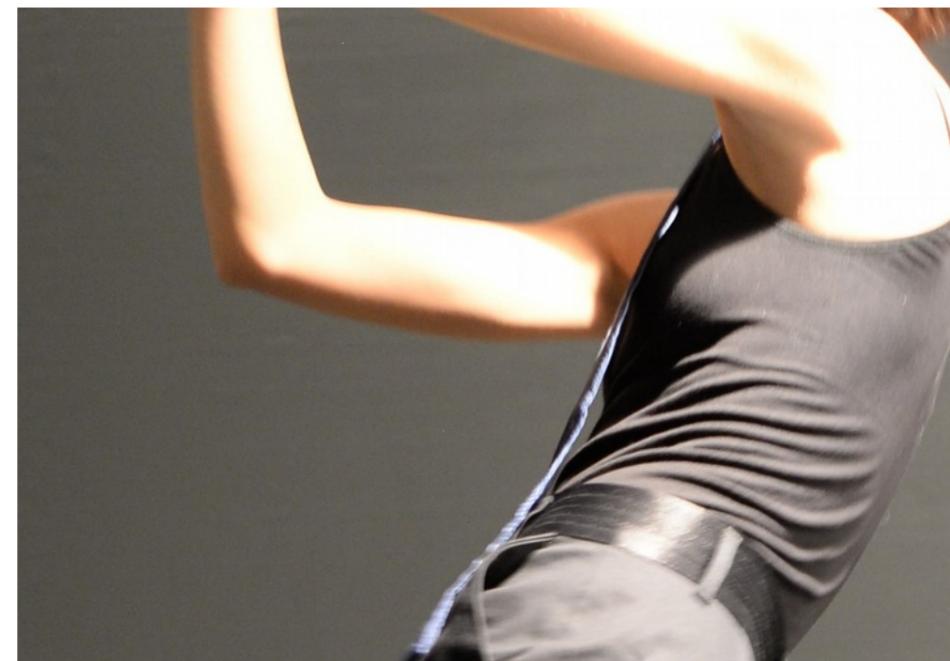
- - 미스틴
코플랜드

찾기
발레이었다

발레는 운동이 아니다.

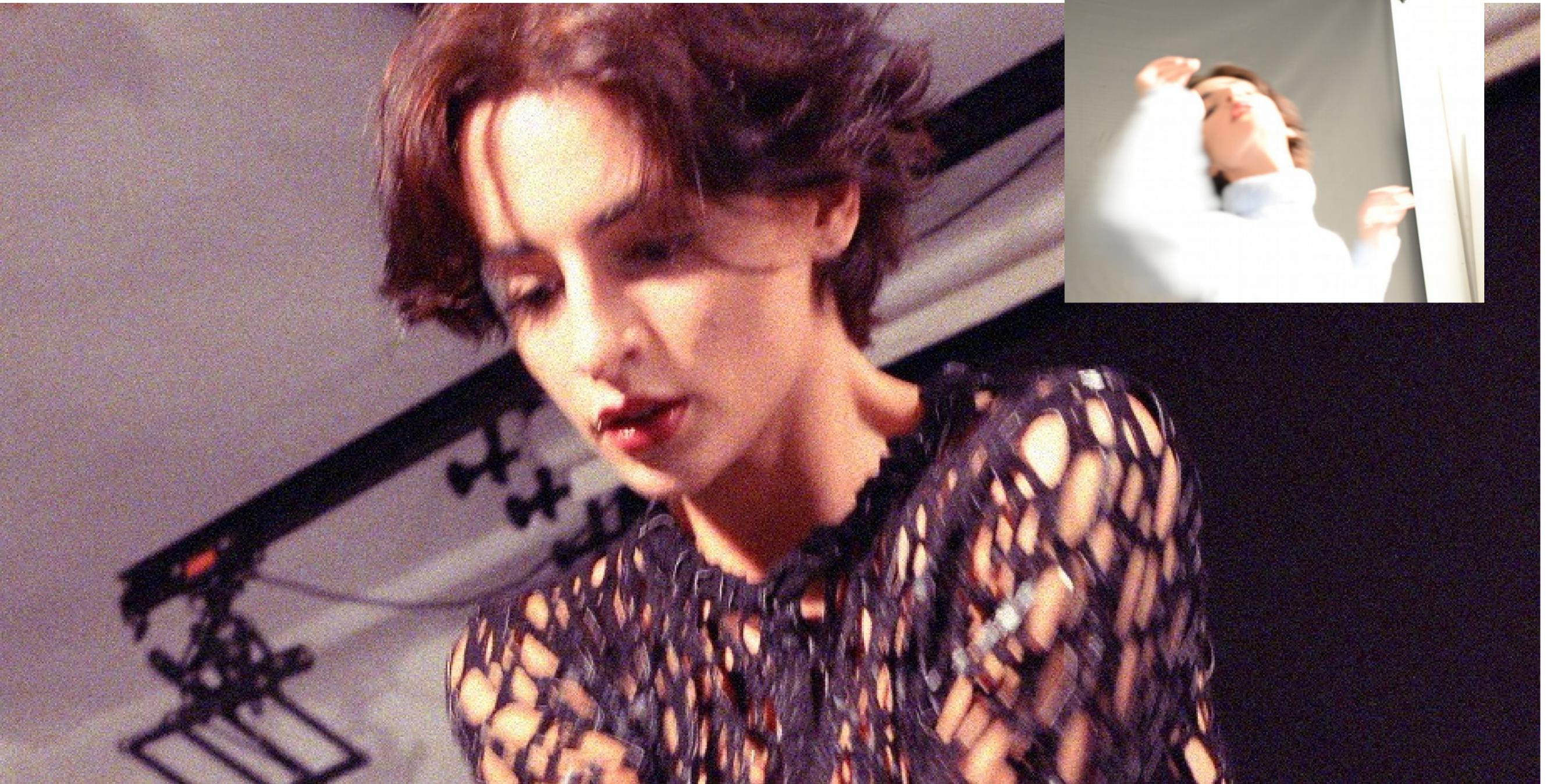
-- 니나 아나니아 쉬 빌리





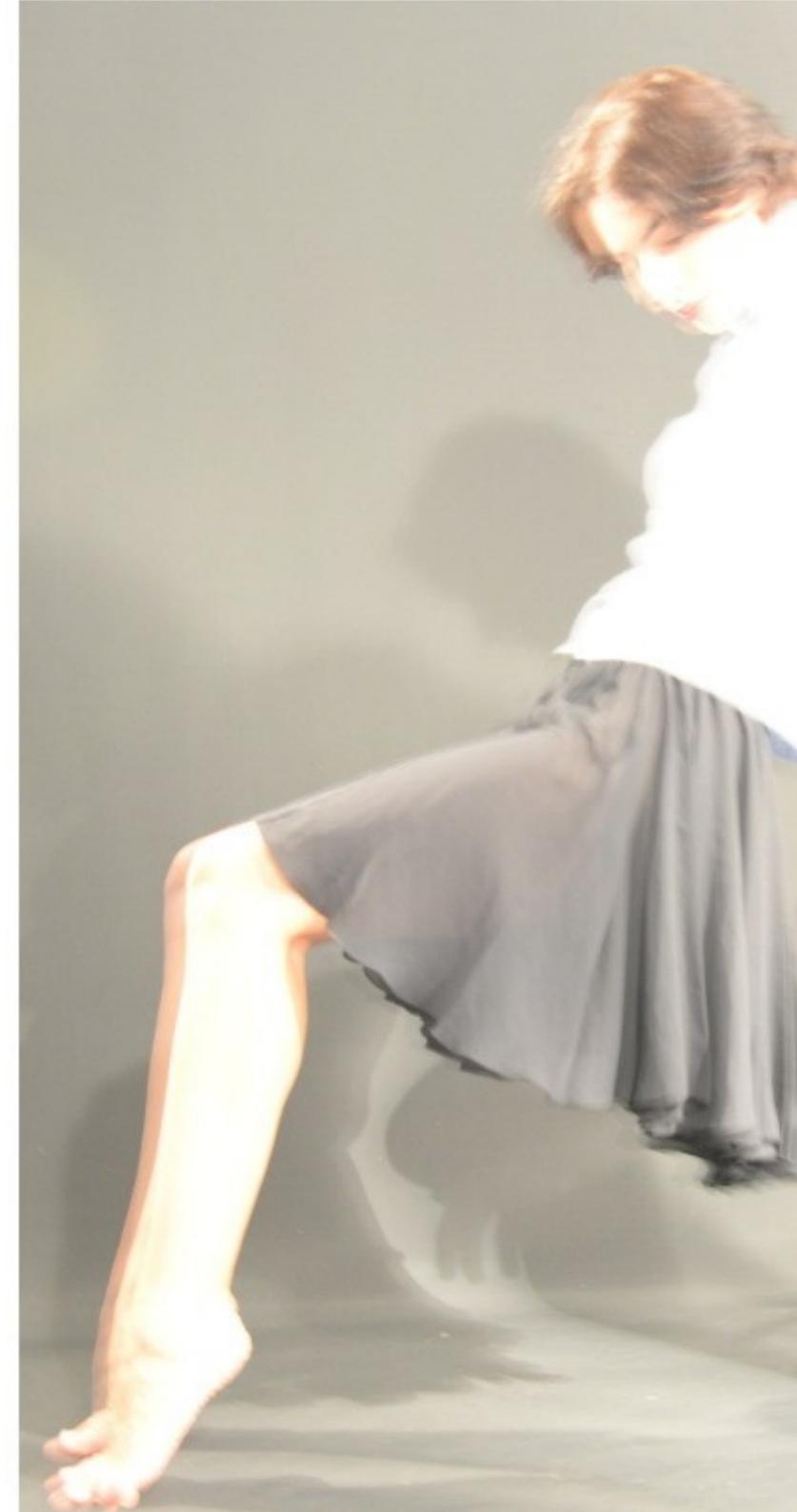
춤 : 설명의 최소, 일화의
최소 - 그리고 감각의 최대.

- - 모리스 베자르





There are an infinity
of ways in which you
can move from that
spot over there to
here.
--Kazuo Ono





생물 [...] 수명 연락을 [...] 전진
성장된다.

- 노암 그리피나 바가



패션 모델 : Vicenca 페트로,
@vicencapetrovic

맹렬한
우아한



금속은 종종이
계절의 황금 음영은
부드러운,
afternoonish, 사려
깊은 색상에 SS20
강조와 연결된다.
2020 경향까지
치열한 우아한 &
세련된 합계 : 강력한
여성의 새로운
세대는 자신의
주장을하고
있습니다.

Vicenca 페트로은 귀족 타코마에 의해
촬영

MUA, 헤어 스타일링 : 미스 IsabellaLia,
@ my.beauty.garden

위치 : Wrangelstrasse,의 Kreuzberg, 베를린;
스튜디오 Ramboya, @ramboystudio.

패션 브랜드 : 버 쉬카, @bershkacollection
전투기 스포츠, @fightersportnorge GINA
트리코, PINK CADILLAC,
@pinkcadillac_berlin에 의해 @ginatricot
액세서리





















iB

지난 세기에, 여성은 더 이상 허용 한 자신의

몸 과 관계없이이에 대해 말씀으로 볼 수

성별, 그것은 확실히 매우 실용적인 변화하고있다. 세기 만에 처음으로, 여성은 섬유 의 산을 따라 드래그 할 필요없이 다양한 활동에 참여 할 수 있게되었습니다. 의류는 일부 개인 표현하고, 일부 실용적인 필요성이다. 동향은 하위 문화, 직업과 종교에 연결되어 있습니다. 능력은 우리가 냉각 할 수있는 각 계절의 변화 추세를 따르십시오. 우리가 할 수있는 우리의 옷장에 활주로 참신에 적응 할 수있는 능력

지속 가능한 패션의 중요성.

패션 산업은 거대하고-부분적으로 크기-한 가장의에

오염

세계 산업. 패션 산업에서와 같은 개별 기업은 탄소에 대해 투명하게 더 환경 인식 **대중에 호출 된 것처럼 발자국** 그리고 '자신의 번호를 보여'.

이 산업의 거의 모든 측면에 간다. 예를 들어,

사치

브랜드는 독점적으로 자신의 브랜드에 대한 대중의 인식을 형성. 이러한 인식을 유지하기 위해, 팔리지 않은 재고는 때때로 파괴되고 매립지로 들어갑니다.

경향

우리의 친구 사이 세터.

패션은 모두 고급 스러움과 패스트 패션 분야에서, 주로 기성복 산업으로, 만든 - 투 - 측정 (현대 오토 쿠티르)에서 진화했다. 이 새로운 경력 경로 및 다른 기회를 만들었습니다. 몇 가지 모델의 성취권 수준을 달성

명성

명성, 그리고 맹렬하게 여론에 영향을 미칠 자선 뒤에 얻을 수 있습니다. 하나는 이러한 원인은 지구를 돌보는 및 홍보입니다

저렴한들은 '고객 친화적'이지만, 이러한 물질이 지구에 큰 비용을 나타낼 수 있도록. 이 단지 패션 업계가 직면하고있는 문제의 일부이며, 현대의 소비자들은 이러한 문제에 상대적 서 패션 브랜드를 요구하고있다.

한편, 우리는 기다리는 동안 **전신**

패션 업계가 직면하고있는 큰 지속 가능성 문제에 대한 해결책, 우리는 우리 자신에게 더 환경 친화적 인 방법으로 옷을 입고하는 방법은 엄지 손가락의 몇 가지 규칙을 제공 할 수 있습니다. 우리가 살펴 보 겠지만 그리고, 브랜드의 수는 환경 의식과 지속으로 추진된다.

엄지 손가락의 규칙 :

. . 당신이 당신의 옷장에 걸려 끝날 것이 아니라 옷을 입을 것을 옷을 구입할 수 있습니다. 소비는 지속 가능성의 적이다.

. . 구입하기 전에 옷에 라벨을 확인하십시오. 조각이 만들어진 무엇 확인 : 그것은 천연 섬유인가? 플라스틱? 재활용 재료?

. . H & M 등 다양한 다른 사람에게 Nuuly을 통해 임대에서의 더 많은--작거나 새 옷을 임대 대안 의에서 활주로를 유행 품질의 옷을 임대 고려하십시오.

. . 중고 가게. 빈티지 의류는 틀림없이 지속적으로 쇼핑을하는 가장 좋은 방법입니다. 의류의 조각에 새로운 삶을 제공함으로써, 당신은 훨씬 더 환경 친화적이며 수명 연장을.

가장 흥미로운 지속 가능한 패션 브랜드 중 일부는 지금 알고 있어야합니다 :

로널드 반 데르

캠프.

시장에서 사용할 수있는 재료의 스크랩에서 한정판 의류를 생산하는 네덜란드 디자이너

. . **개선.** 유명 인사 다음과 Allsizes 브랜드, 용도는 이전 stock 재료 및 용도 변경 빈티지를 구출.

. . **물다.** 유기 원단의 사용과 시대를 초월한 패션의 아이디어를 육성 브랜드 스톡홀름 기반.

사람들은 나무.

손으로 작업에 초점을 맞추으로써 자사의 탄소 배출량을 제한하는 세계 박람회 무역기구 (WTO)에 의해 적립 최초의 지속 가능한 브랜드 중 하나입니다.

좋은 소식.

재활용 고무 밑창과 유기농면을 사용 트레이너 프로듀서를, 런던에 본사를 둔.

. . **매트 & 넷.** (A)는 '채식주의 브랜드'소위. 그들은 제품의 범위를 제공

재활용 플라스틱 병으로 만든 가방 등.

키트 X.

지속 가능한 완전히 재료 유기 섬유, 업 사이클 해양 쓰레기 및 폐기 폴리 에스테르에서 의류를 만들고 호주 기반의 브랜드.

패션 지속 가능성의 매우 까다로운 주제는 **속박에왔다**; 하자 **그것을 탐구 계속 점점** 더 많은 아웃 가공용이 권리를 얻기 위해 접근한다.

Nathalie Sophia

iB

더 지속

패션, 제발!

나탈리 소피아,
@fashionjudgment, BERLiNiB
패션으로
거래처,
nathaliesophiajournaliste @ gmail.com

흰히 빛나다
우아한

패션 모델 : 줄리아
MUE, @juliamue_



세대 Z
더 이상 설정하는 것
같다

고용 시장에 대한
의제, 피팅

자신의 목표를 가진 :

줄리아 무아은 귀족
타코마에 의해 촬영

MUA, 헤어 스타일링 : 미스 IsabellaLia,
@ my.beauty.garden

공정, 무료,

위치 : 스튜디오 Ramboya,
@ramboystudio, 베를린.

기술 중심, 스포티 한,
신선한를 쉽게 진행;

패션 브랜드 : 나이키,
@nike, HM, @hm

AVENUEGE, avenuege.com

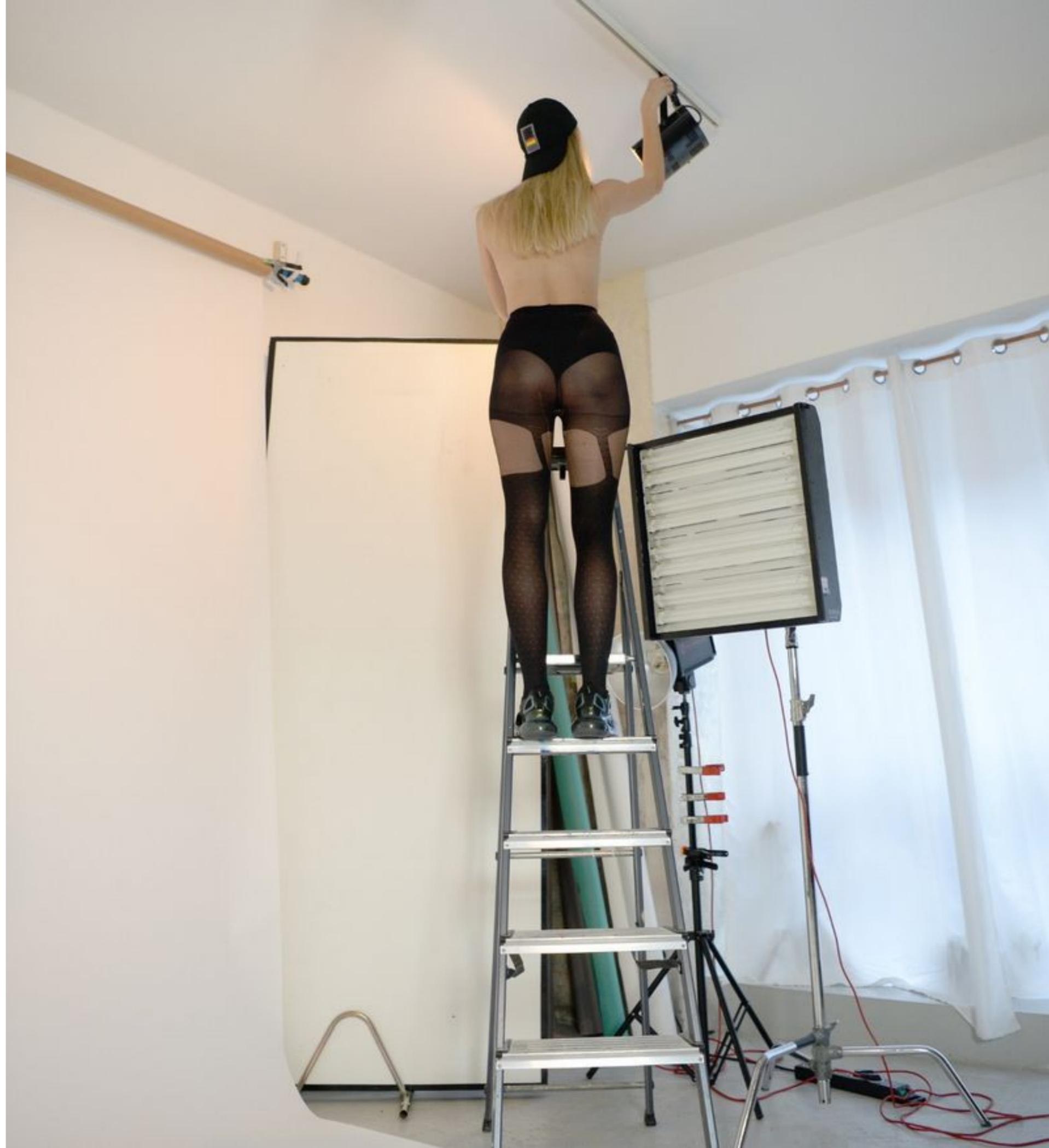
earthaware,

때때로 채식주의의

영감;

값 지속, 금 :

그리고 빛

















당신은 지금까지 채식 또는 채식에서 수 있지만, 셀 수없이 많은 다른 사람들처럼 당신은 개념에 의해 영감을 자신을 발견 할 수 있습니다, 당신은 이것과 비건 채식의 많은 새로운 제안을 환영 수도 그 전형적인 식료품 점에서

VEGANINSPIRED 스무디

ETC 퀘스트 충분한 비타민과 미네랄

좋은 일이 그들은 너무 맛입니다.

아마도 음식은 이데올로기 방치하기에는 너무 중요하다. BERLINiB에서 우리는 우리의 새로 즉석 스무디에 대한 열정, 그러나 우리는 때때로 요구르트를 사용하거나 대신 콩, 쌀, 귀리 우유 제품 (우리는 아무도보고되지 생각할 때, 우리는 심지어 육식 동물 일 수 있음)의 케 피어.

당신이 채식과 사랑 요구르트하지 않은 경우, 단지 행복하게 다음 레서피에 요구르트를 추가 힌트.

당신의 몸은 위엄이다

결작 다른과는 달리 디자인. 그것은 엄격한 이데올로기 나 정치에 의해 결정으로 음식을 주어 더 어떤 기계보다 복잡하고 너무 중요 전체 이해를 벗어납니다. 그러나 당신이 당신의 매일 식단에 얼마나 풍부 상관없이, 당신이 살고 상관없이, 당신은 고기를 얼마나 사랑하는지에 상관없이, 당신은 매일 아침 걸릴 얼마나 많은 보충에 상관없이, 당신의 몸은 아마 가끔 채식 또는 nearvegan 스무디 혜택을 누릴 것입니다. 그것은의

비건

스무디

우리가 사랑하는 많은 채식주의 경향 중 하나입니다.

바나나 심황에 이르기까지, 여기에 몇 가지 특히 흥미로운 조합의 결과는

심황, 카 다몬, 생강, 핫 칠리 :

코코 NIGHT 스무디 아몬드 우유

코코넛을 일부 메이플 시럽

핀치를 라스베리

채식, 더욱, 비건, 그것은 건강한 매일 식단을 유지에 관해서 생각하는 많은있다. 한 가지 해결책은 충분히 얻을 수 있습니다

비타민 B12, 아연, 칼슘, 전체 단백질, 지방산, 셀레늄, 철, 건강한 마음과 몸에 필수적인 다른 것들의 전체 많이, 보충제, 비타민 / 미네랄 / 단백질이 풍부한 제품을 가지고하는 것입니다. 물론 채식주의 또는 비건 채식 보충 또는 농축 제품에 의존하지만, 이렇게하면 많은 시간과 아마도 많은 돈을 필요로하지 않을 수 있습니다.

DANCING GOJI

스무디

바나나 구기 열매 파인애플 위에

두유 작은 핀치 마카 분말,

구기자 열매

마카 분말은 강력한 호르몬이 가득하고, 막연하게 인삼과 같은 효과가있다 - 당신이 선택한 특정 마카 조화에 따라. 그 맛은 그래서 적당히을 사용하십시오 구분됩니다.

우리의 비타민 관찰을 계속하려면 : B12는 식물에 어떤 햇빛과 물이 인간의 몸이다 : 그것은 튀어 올라에 대해 도약하는 데 필요한과 열정으로 그렇게한다. 그것은없는 동물에서, 실험실에서 생성되지 않지만, 일부는 정교한, 하드 미생물을 이국적인 찾을 수에 의해 원래 단지 발견되는

한 곳에서 : 깊은 바다 위치에서 그들은 카드뮴과 같은 독특한 금속을 사용하여 합성 B12의 노고를하고있는 곳. 과학자들은이 미생물을 배양 할 수있는 방법을 개발하고 있지만, 합성의 B12 할 수있는 방법은 아직까지는 존재하지 않는 어떤 식물이나 동물이 물건을 제조 할 수 있다는 증거 어느 곳이 없습니다. 그것은, 그러나, 아주 쉽게 식품 체인을 통해 여행 않습니다. 예를 들면, 일반적으로 닭과 소가 먹는 음식에 추가 한 후 자동으로 계란과 소 우유 및 요구르트와 같은 그 유도체,에서 발견된다.

[연속.]

승리 병아리 스무디 캐슈 너트, 코코넛 치아 씨앗

어떤 사람들은 모든 비타민처럼, 그것은 일반적으로 더 쉽게 몇 가지 조건이 동시에 충족 될 때 흡수, 쉽게 B12를 흡수하지 않습니다 :

* 비타민 B12 등이 다른 B 비타민 보완 비타민과 함께 취해 지도록

* 비타민은 음식과 함께하고 있는지

* 다이어트는 매일 매일 다소 차이 있음

* 그리고 그것은 '리셋'자체에 기회가있다, 그래서 몸은, 며칠 매월 비타민과 미네랄의 종류가 주어진 것에 분명한 변화가있는 매주를 얻을 수 있음

허브 차를 좋아하는 사람들을 위해 : 이들은 스무디로 혼합 할 수있는 좋은 성분이 될 수 있습니다. 그러나 일부 매우 풍부한 허브 제품은 간장에 부정적인 영향을 줄 수있다; 음식과 음료에서 문제가 물질을 멀리 정확하는 데 도움이 장기. 간장은 두 달의 매일을 수행 할 수 없습니다. harmonyaffecting 습관이 될 수있는 것들에서 며칠 동안 몸 정기적 인 휴식을 제공합니다.

yerba 메이 차 뿌린다의 열대

혜성 스무디, 망고, 아보카도,

레몬 주스 두유 냉동 체리

생강 핀치 : 코코넛 전력

요구르트와 다른 냉장고에 저장해 두었던 또는 냉동 식품을 필요로하지 않는 완전 채식 스무디에 대한 위대한 업적 중 하나는 냉장고에 즉시 접근이 제한되는 여행 및 작업의 모든 종류의 동안을 만들 수 있다는 것입니다. 어떤 경우에는, 심지어 믹서가 필요-와 함께하는 작은 준비 그냥 함께 그것을 던져 그것을 흔들 즐길 수 있습니다!

그리고 그 후 (몸이 평화를 흡수 할 수 있도록). 금식은 운동과 함께 간다. 옷는 경고는 이로써 제출 : 스무디 섹스보다 거의 나은, 일부에 따르면,이다이 방법을 수행.

GREEN를 요정

스무디 말차 가루

라임 아기 시금치

아카이 베리 분말

두유 터치 :

바닐라 추출물

진정으로 건강한 스무디를 즐기는 아름다운 방법 중 하나는 (그것의 맛을 향상시키기 위해) 사전에 빨리하는 것입니다





적당한

아름다움

마른 강한의
부드러운 조화를
추구하는 젊은
여성을위한

세련된 훈련

패션 모델: 솔 메르
카도, @uruzusus



솔 메르 카도는 귀족
타코마에 의해 촬영

편집에서 라벨 : SUPERDRY,
@superdry LEVIS는 케 추아 어,
@quechua을 @levis

위치 : Morgenluft.jetzt GmbH를,
Kreuzberg, 베를린, morgenluft.jetzt @,
감사합니다 : 스테판 Scholdra & Morgenluft
팀.

fashionoriented 젊은 성인을위한 뽑아서
일부 wellresearched 아이디어를 제시한다.
오직 당신 만이 확실히 당신을 위해 옳다고
경우 훈련 조언 따릅니다. 의심스러운 경우
의사와 상담하십시오.

배경

우리 각자는 유일하다. 아름다움은 '한
가지'이 아니다. 당신은 당신을위한 작품,
그것을 유지하는 것이 모양에 머물고하는
방법을 발견 한 경우. 이 문서

알레 산드라 암브로시오와 다른 longlimbed가 유명 발표 슈퍼 있기 때문에, 매우 인기있는 교육 비디오 시리즈와 함께, 교육의 목표는 "얻을 수 있음 **길고 야원 근육** 오히려 "부피가 큰 사람보다, 전체 인터넷이 개념 떠들썩하고있다. 대부분의 웹 사이트는 단지 큰 또는 작은, '부피'결코 근육이 muscles-을 것을 선언하지만, 지방은 보일 수 있습니다

그렇지 않으면. BERLiNiB에서 우리는 유명한 트레이너의 훈련 팁을 읽고, 깊이에 읽지 않은 **과학적인**

이 연구, 교육의 비트와 함께 : 이른 아침까지 기사

추측,

일부 믿을 수 직관, 그리고 그것을 전부 떨어져 꼭대기에 몇 가지 개인적인 경험이 문서를 통보 것입니다.

우리는 어떤 결과가 있습니다. 많은 이야기의 초점이되어왔다 성공을위한 많은 쉽고 빠른 '요리법'이 있기 때문에, 우리는 추가하지 않을 수 있습니다

아직 대화에 또 다른 빠르고 쉬운 조리법. 시간은 정말 작업을 수행하는 방법의 문제를 다루는왔다 **이 필요한 모든 미묘함과 모델 운동.**



가장 먼저,
훈련 유형은 문제 수행 근육이 아니라 근육아들이 친절 교육의 당신이 많은 다른 요인 중 무엇에 따라 다른 방식으로 성장합니다.

인간의 몸은 종종 기계로 설명하지만, 실제 사실은 더 복잡한 이동, 프로세스 내에서 프로세스의 리듬 일련의 구축 된 orchestra- 같고, 몸에 대한 가장 중요한 것들의 대부분은 아직 설명 할 수없는되어있다 과학 이론에 의해.

우아한 몸은 당신의 교육은 우아해야합니다. 당신이 긴 몸체를 원하는 경우에, 당신은 당신의 훈련에 신장을 통합해야합니다.

극단으로 가서 '오케스트라'비유를 기억하지 마십시오. 당신은 부드러움이 당신의 근육을 커버합니다. 당신은 근육이 더 볼 수 있지만, 미묘하게 빛나는 아름다운 운곽과 그림자, 건강한 피부의 형태가되고 싶어요.

또한 많은 종류가 있다는 것을 명심

근육 섬유, 그들은 몸에있는 지방 세포와 다른 세포 및 프로세스와 통신합니다. 아마도 우리는 또한 '디자인 프로세스'로 몸 봐야한다,

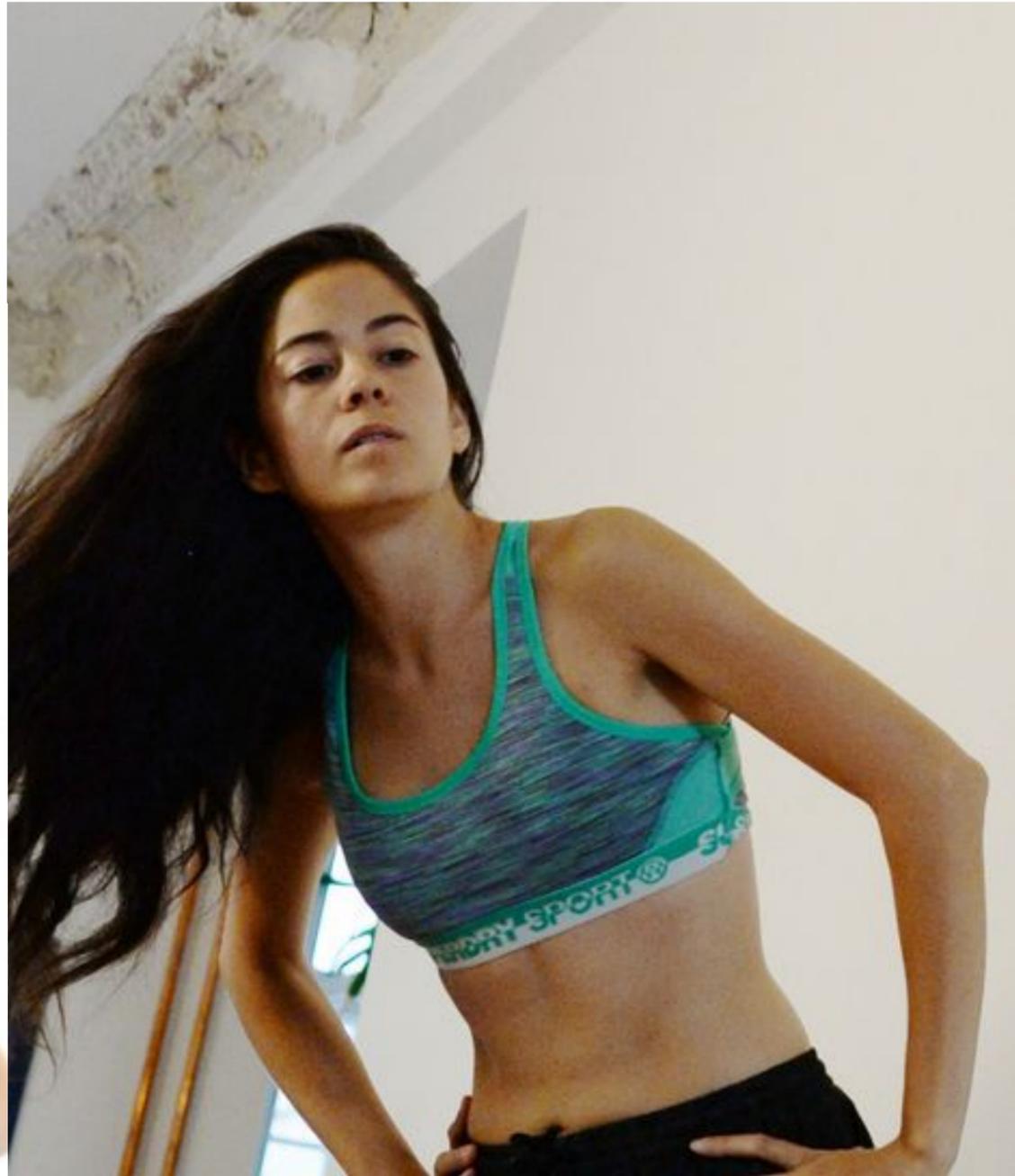
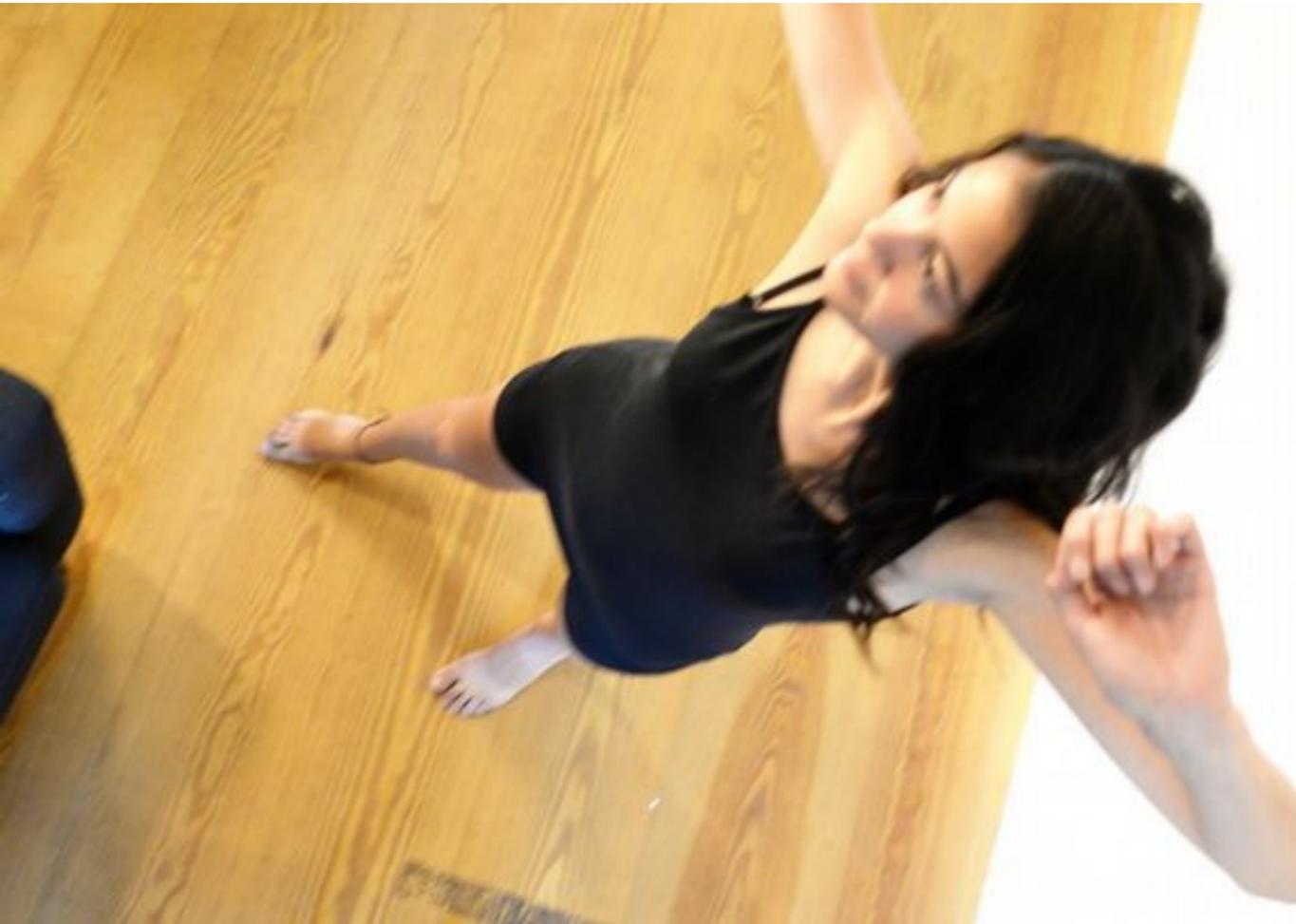
따라서이 같은 정서의 뒤에 진실이있다 : 당신이 원하는 경우

의도에 따라 작업 '. 그래서, 당신의 의도는 무엇인가? 당신의 의도가 춤을 경우, 더 당신이 춤, 더 당신의 몸은의 모양을

춤추는 사람. 각 운동의 뒤에 의도는 몸과 '디자인'어떻게 몸의 진화를 모양 요소가된다.

당신의 목표는 해변 떨어져 리프트 보트에 있다면, 그것은 그들의 중앙 부분만큼 발전 할 것이다 댄서의 가늘고 긴 근육이 아니다. 근육 수단 직경 중앙부 증가 수축. 에

연장 댄서 부드럽게 다리를 낮추는 경우 느린 "저항"아래 근육,보다 전반적인 근육 섬유를 증가시킨다.





정규 교육은 하드, 어려운, 긴장, 고통을
얼굴 표정과 땀, 특히 근육 그룹, 다음 전체
결과가 신장되지 않습니다 사지에 큰
초점입니다 우아한 아름다움-이 될
것입니다

당신의 fatburning을 자극한다. 커피, 예,
또는 caffeineenhanced 음료; B12 등 일부
비타민 B; 칼슘, 마그네슘, 인삼, 마카,
오미자 또는 어느 정도; 차, 남미 메이트 차
또는

이 문제를 해결하려면, 우리는 '맞는
아름다움'을 생산하는 방법에 대한 몇 가지
아이디어를 내놓았다. 설계 여기
말했다되는 모든가되게합니다

훈련과 근육의 다른 유형을 구분하는
무의미한 것으로 근육 건물 주장에 초점을
성장 - 하나 그냥 될 수있는데로, 그것을
내려하고, 무거운 물건 하나 캔을
들어해야한다는 많은 웹 사이트. 그러나
많은 여성, 지방을 연소하는 근육을
개발하는 것보다 더 어렵습니다. 일부
여성은 다른 사람보다 더 쉽게 지방을
태워하지만, 지방 연소 우아한 훈련 결과를
달성하기 위해 여성을위한 중요하다



과 볼 근육 음정.

'대부분'. 따라서, 우리는 온라인으로 볼 수
있습니다 그 훈련 조언의 대부분은
'일부'근육 '아니오'근육과 동등하다고 생각
사람이 작성한 누구의 '우아한'린 무엇의
전망이 의심

생각 이상 즉흥적으로.

녹차 (그러나 최근의 연구는 동료 차 차가운
형태로 다른 차와의 혼합물에서 최고의
술에 취해 표시). 이것은 또한 쓰기, 라디오
듣기, 읽기 포함; 아무것도하는 뇌 활성화
상태이지만 압도하지. **동영상을
일반적으로 원 t 도움말
화상을 감상**

그것은 생성 운동의 반복이다

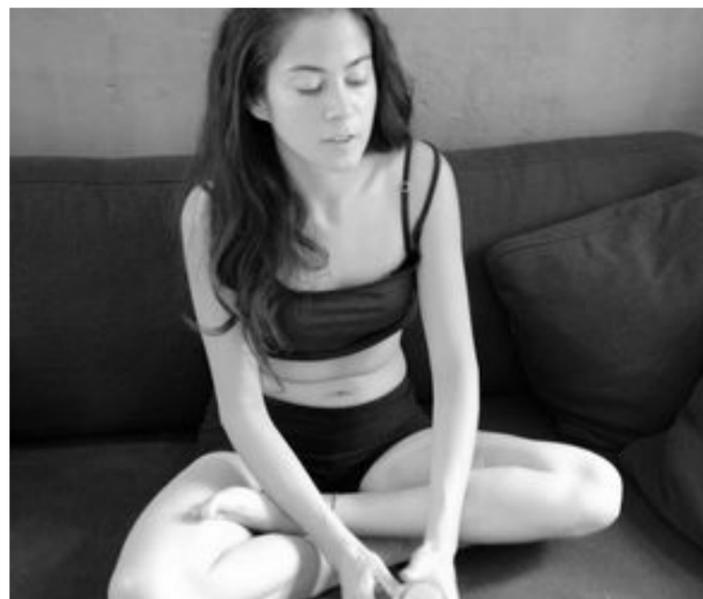
과연,

사고는 지방 굽습니다.

아니, 정말. 뇌는 신경 세포로 이루어지고,

t 도움말 화상
**칼로리, (가) 더 당신이 당신의 감각에
밀어 때문에, 적은 뇌 자기 활성화 자극의
부족을 만회 할 수 할 필요성을 느낀다.**

의미있는 본문에 변경됩니다. 경우]



톱 패션 모델보다 보디 빌더
대한 더.

신경 세포는 근육 세포의 범주에
거의 빠지지 - 그리고 대중의 칼로리까지
뇌 먹는 (이 확장 음식 기발한 생각이 아닌
이유이다).

, 당신의 두뇌를 자극하는 것도 그래서



근육 건물 체중에 넣어 만들지만, 그것은 무게의 마른 체형 유형입니다. 지방 세포에 비해 근육 세포에서 더 흥미로운 물건이 때문이다. 규모가 아무 의미도하지 않습니다보고 그래서 맞춤 뷰티 트레이닝 동안. 대신 당신은주의해야

당신은 어떻게 보는가. **당신이 좋은를 보면, 좋아.** 그렇지 않은 경우, 작업이

문제를 해결할 수 있습니다. 킬로

계산하지 마십시오.

정말 잘 보여 강한, 린 근육을 갖는 호환되지 않는. 매달 괜찮지만, 지방과 체중 감소의 측면에서 음식보다 훨씬 더 큰 부정적인 영향을 가지고 적당히 알코올은 몇 번. 알코올도

모든 잘못된 장소로 이동; 운동은 쉽게 해결 할 수없는 곳.

꿈 또 다른 큰 calorieburner입니다. 즉 어떤 억제 REM 수면이며, 하나의 이유 알코올





성인으로, 당신은 누군가 또는 무언가,
그에게 매력있어

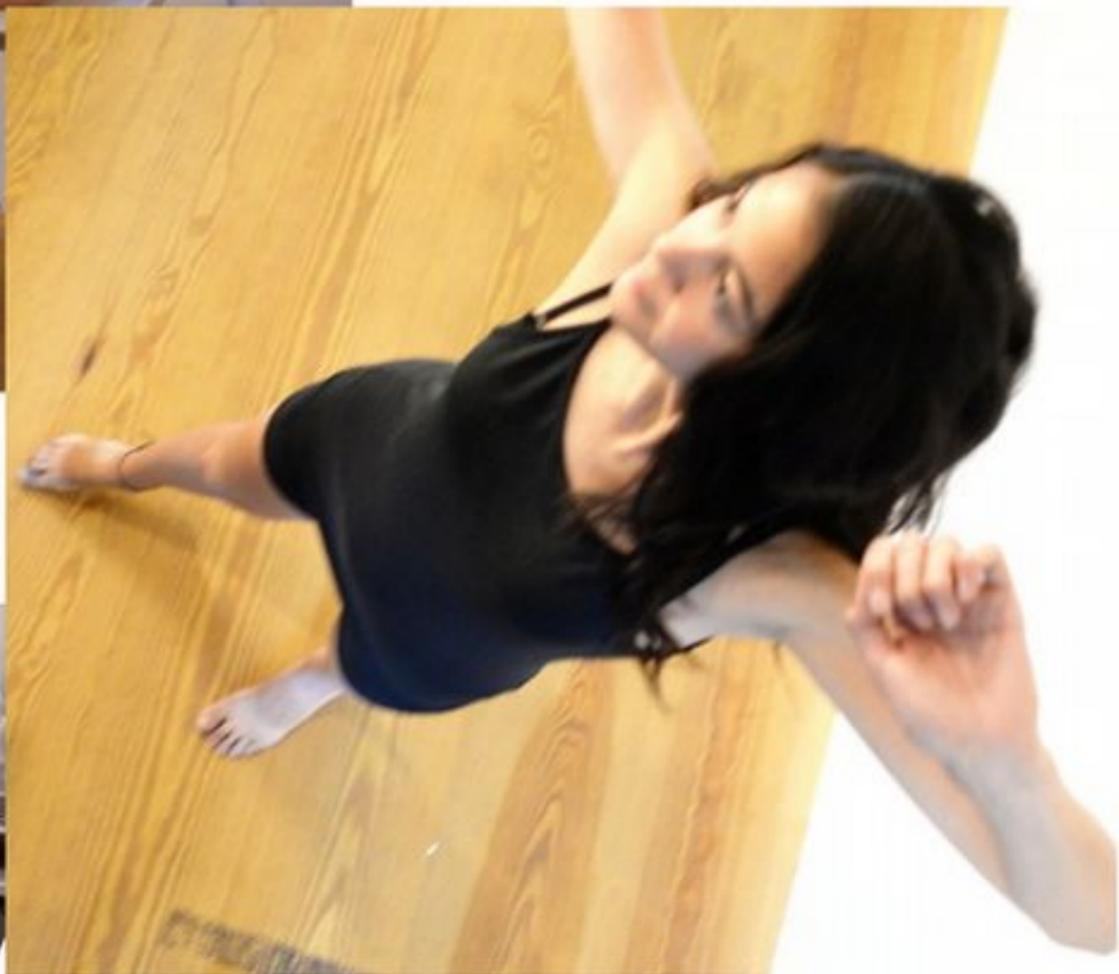
매력은 에너지가 활력과 교육에
활용 될 수있는 동기를 부여하고. 그것은 더
깊고 bodyenvy보다 더 긍정적이다. 모든
개인은 그들을 특별하게 만드는 특히
매력적인 원가가있다. 우울증의 시대에
감정적 인 치료법이 될 수 있지만, 최대이며
약 및 교육에 대한 몇 가지 빠른 의욕을
원하는 사람을 위해, 아무것도 :이 자신의
외모에 대해 걱정하지 않는 사람들의
사진을보고에는 동기가 없다 더 나은
아름다움에 깊은 다이빙, 또한 약간 될
일이있는 훈련을 할 대해 설정 한 후 비트가
최면지고, 및 이상



놀라운 기관과 모델의
사진이 적합을 얻기
위해 노력하고 사람에게
영감을 될 수 있지만
때로는 너무 적은
'완벽한'을 느낄 수
있습니다. 즉, 익숙한
질문을 우리에게 가져다
: 우리는 이러한 완벽한
수치는해야 이상화?
그것은 건강한가요? 이
계몽 세기에, 말할 수
있어야한다 : 명백한
일을 할.

**성적으로 높은. 즉, 그런데,
칼로리를 소모하는 또 다른
방법입니다**
정말 잘뿐만 아니라 피부를주는 등의
추가 빛과 광택이있다.









성적 활성화

성별 매우 열심히하고 많은 훈련을 증가 그것은 모두입니다. 적은 노력으로 더 큰 근육 또한 테스토스테론 리드 -보다 빠른 지방 연소에 - 그 노력의 흥미를 자극 할 수있는 것들 중 하나입니다. 즉, 몸에 맞는 유지 훈련과 교육이 진행되지 않는 경우도 빛나는 후유증이있다. 인삼의 강한 아시아 형태의 테스토스테론과 유사한 일이 인위적으로 테스토스테론 수준을 팽창하지 않고,하고있다 않습니다; 그리고 그것은 또한 몸이 이미 가지고있는 테스토스테론의 용도로 사용을 할 수 있습니다. (: 오히려, 인삼은 '오케스트라 감독'의 일종이다, 그래서 대부분의 젊은 여성이 될 수있는이 인삼에 대한 연구는 테스토스테론의 단순한 인과 개념을 넘어 가야하는 이유입니다.)

자신 만의로, 축구 선수가 전용 반 시간 방음 가질 수있는 이유이다, 강력하게 긍정적 인 효과, 측정 가능한 효과가있다하더라도, 정말 강한 성적 행동 : 우리는이 nottoo 종종 문제에 대한 이야기에 대해 좀 더 구체적으로 보자 중요한 경기 전에 자신의 파트너. 단순한 바람둥이, 가벼운 키스, 간단한의 애무는 좋은,하지만 불타는 탄트라 불꽃 승리의 영혼은 무거운 도전하기 전에 싶어.

테스토스테론 : 무거운 훈련에 중독 된 사람들은 여분의 테스토스테론의 비트가 그들의 아름다움에 추가 그 누구에게 광범위하게, 즉 넣어 두 가지 유형,,의, 그리고 그 누구에게 그렇지 않습니다.

화려한에 테스토스테론 리드

레드 와인과 마찬가지로, 인삼은 여성의 성적 성기의 윤택 등의 놀라운 건강 혜택이 있습니다. 인삼 마카 등의 일반적인 활기찬 에너지 효과는 일반적으로 테스토스테론 증가에 직접적으로 리드로 바로 그러한 훈련을 할 수있는 쉬운 시간이 점점 의욕을 가지고 사람을지도한다.

일부의 경우, 테스토스테론 수준은에 추가 할 수 있습니다



이미 지배적 너무 남자 다운 기능을 설정하지만, 일부 여성은 toocute 기능을 가지고 있고 우아하게되는 혜택을 누릴 수 있습니다

로 말괄량이

자연 만든 - 인 - 더 - 몸 테스토스테론의 영향을 미친다. malechauvinistic '선교사 위치'에서 '순수한 질 오르가즘'의 상상 현상은 일종의 윤리적으로 추천의 것을 보수적 인 관념에도 불구하고, 여자에 대한 성적 엑스터시의 주요 원천입니다 - 그것은 또한 클리토리스 크기를 증가시킨다.

대부분은 뇌가 적극적으로 오염 만들 수 있기 때문에 남성 호르몬 정제를 가지고 안된다

혈중 테스토스테론의 인공 인플레이션은 몸이 물건을 만들기위한이 자연 불박이 용량을 수축 할 수 있습니다.

기차는 첫째, 치열한 기아가 구축되고 그래서, 산책보다는 식사를 위해 이동합니다. 그 굶주림 동안 에너지와 같은 혼련 및이 구축되고, 하나 하나가 결국 교육의 5 분 넣을 수 있습니다 찾을 수 있습니다. 그리고 보상 : 음식도 낮은 예산에서, 갑자기 하늘의 모든 맛, 그리고 그것은 매우 지속 가능하고이 세상에서 지루 윤리적으로 올바른 경우에도 마찬가지입니다. 둘째, 작업 환경에 근본적 버전의 개선 사람들의 일부 사진을 올려 자신을-하지만 너무 쾌적가 완전히 영감을 귀찮게 불가능되지 않도록 사진을했다. 이 사진은 시간 동안 당신과 함께 매일하자. 그들에게 조용히 혼련 당신의 의지를 구축 할 수 있습니다. 그런 다음, 당신은 당신이 더 이상 유지 등을 할 수 발견 할 때,

리얼 다음 기차는-시작합니까! 그러나에 계속

존재 놀기 좋아하는



속도와 효과의 형태에 대해, 가장 원하는 교육 효과의 많은 2 년이 아닌 삼십일 후 싹 정보 소스가있는 것으로되어 있습니다.



당신은 사진을보고 계속 기차를 시작하고자 계속

하나 하나 결코 경우 할 수있는 두 가지가 있습니다

연구 링크

인삼 사용할 수 있습니까? 건강한 젊은 성인 운동은 인삼 (인삼의 가장 인기있는 형태) 같은 것을 가지고 일해야 하는가?

근육 성적 : 인삼의 효과는 두 가지 범주로 분류됩니다. 효과는 스트레스 동안 강하다.

인삼의 정기적 인 사용은 항상으로 이어질 것으로 보인다 :

- * 혈액 순환
- * 온도 조정
- * 산소 / 근육 상호

* 새로운 연구의 뇌 산소 사용의 많은 인삼의 성적 효과에 필요합니다. 임시 연구는 인삼 강화합니다 제안 :

- * 생식기 혈류와 산소 사용
- * 음핵의 크기, 향상된 혈류 관련
- * 각각의 모든 남녀 생식기 즐거움 수준

참조 : www.bmccomplementalterme.com

d.biomedcentral.com/ 기사 / 10.1186 / 14726882-14-265

www.journals.plos.org/의 plosone / 기사? ID = 10.1371 / journal.pone.0059978

www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/ 기사 / PMC3659633 /

www.ncbi.nlm.nih.gov/ PubMed에 / 23596810



새로운 단어를 우리가 포함 서둘러 우리는 주성에서 신선한 마음과 자유 도움

에 대한 P 팬, 및 에 대한 P 폴리

텍스트 : 아리스토 타코마

우리가 디지털 미디어를 받아 들여야하는 이유 중 하나는 - 텍스트와 사진이 더 환경 친화적 인 종이의 수단보다는 디지털 재료를 이용하여 전달한다. 또 다른 : 다양성은 오래 당신은 의식적으로 찾아하기로 결정으로

같은 CBS 뉴스, CNN, LA 타임즈, 가디언, BBC 뉴스, 스카이 뉴스 등으로 개방 된 사람들을 위해, 그들은 최근 년, 매우

가능성이 더 이런 종류의 발생 표제 번 이상 "XXXX YYYYY와 polyamorous 관계이다 연예인,

. 또 다른 유명 인사]뿐만 아니라 같은 ZZZZ [또 다른 유명 인사] 최근 Pansexual로 나와 "또는"한 xxxx는 범 성애의 주류를 만든 방법 "을 참조하십시오.

어떤 시점에서, 항상 조용히 바로이 말에 대해 아무것도 모른 채 모두 범 성애와 (더에) 일부 다처에 고개를 끄덕 한이 작가는 일어나 았았다. 주류? Pansexual? 나는 두 개의 P의 약 물건의 깊이를 흡수하는 위키 백과 등을 서둘러. Polyamorous 나를 위해 비밀을 개최 : 당신이 두 개 이상의 애인을 위해 충분히 큰 마음을 가지고 있고, 당신이 그들로부터 숨길하지 않는 것이 솔직한 충분히 의미합니다. 또는, 더 잘 조금 넣어 : 당신이 한 번에 두 개 이상의 파트너로 신뢰하고 공정하게 독점적 인 관계를 가질 수 (웃기려는 의도가 없으며). 좋아. 즉 자신의 이상적인 버전 나아. 그러나 pansexual? 최근에 주로 비키니 소녀 일시적으로 테이블의 역할을 수행 초밥을 먹는 (이유없이) 관련되어 때까지 내 마음에 말씀이 있습니다; 또는, 섹스를하기 전에 고양이 수염 퍼팅. 아무튼, 그리스의 "모든" "팬"을 의미합니다. 그리고 모두가 전부입니다.

그물의 연구는 대답은 더 지적 것을 나에게 보여 속성 와인의 니앙스의 터치를했다. I 인용 : 'pansexual 거부'의 양성 소질있는 그대로 사람

너무 진 것 '. 아하. 너무 '진'으로. 고양이 수염 사라. 더 초밥 - 비키니가 없습니다. DJ 이진이 아닌, 아니면 전체 음악 파티가 호출 이진이 아닌 - 이진이 아닌 순간은 전신의 Kreuzberg에서 기둥에 포스터를 제외하고 아무것도 생각하는이 작가를했다. 내가 아는 모든, 그것은 우드 스타크보다 더 수 있었다 (나는이 지속 택시로가는 길에 재촉하고 심각하게 포스터를 읽어 보지 않았 말을 당황

1969 Nonbinarystock.)

또 다른 인용 : "나는 성적의 내 유형을 정의 끌리는 사람을 수 있도록 거부"고 XXXX, YYYYY 또는 ZZZZ 중 하나가 말했다. 또 다른 : "나는 사람에게 단지 매력 있지 않다 그것은 내가 섹시한 매력을하고있는 섹시하다..." 하아! 이런 일들은 의견 할리우드 감정가에 의해 자세히 조사하는 세대 Z 유명 인사의 채찍을 확실하게 말했다되었다. 세대 Y. 그리고 Y 세대가되지 Polyamorous 및 Pansexual 단지 위키 백과의 정의하지만, 심지어 위키 백과 자체 해결하기 위해 노력에 의해 -- 누군가 이렇게 간결하게 지적 아웃로 - 세대 Z가 발생되었으며 스왑에 디지털 슈퍼 교육을 허용 인간의 성적 역사에서 하나의 생각을 prcentury는 (I는 '블랙홀'말을하지 않으려 고 노력하고 있어요) 슈퍼 노바 폭발 소용돌이의 일종이 될 수 있습니다

깨달음, 통찰, 신념, 환경 설정 및 '나오는'장면.

이러한 발전이 가능한 경우도 무한히 빠른데 간 데와 나는, 지금부터 동일 완벽하거나 불완전한 건강 백년와 인류의 존재를 상상하는 것을 시도하고있다. 놀랍게도, 그것은 작동하는 이미지입니다. 그것은 아마도 다시 프랭크 허버트에 의해 1960 년대 모래 언덕에 저를 취 엘리스에 멋진에서, 루이스 캐롤에 의해; 그러나 그것은 또한 우리가 그렇게 축복 경우 해방 세기, 21 잘 할 수 있다는 것을, 우리가 전쟁에 우리 자신의 오염과 경향에 의해 너무 많이 아래로 끌고되지 않음을 시사한다 ('우리', 즉, 인류) - 우리의 가장 지배적 인 도전은 질투의 maelstroems에 빨려 점점 피하기 위해 충분히 큰 마음을 가지고하는 방법이 될 것입니다. 댄 Willians 및 새벽 윌리엄스에 의해 일부 다처 툴킷, 자격 아마존에서 사용할 수 이제 몇 년 동안 주변되었습니다 책, (예, polyamorously 부부)

이들의 "도구 # 18"(29) 셰익스피어 또는 다른 고전 저자는 "초안 이메일을"이해했을 정도로 쓸 수없는 시도로 호출됩니다. 그것은 제안 그 때, polyamorous에서

상황에, 하나는 폴리 나머지 사람들이 재미 밖으로있는 동안 구석에 앉아 충동을 느끼고,이 솔루션은 실수로 전송을 방지하는 방법에 관심이 간다 (전송하지 않는 이메일 하나에 자신의 감정을 설명하는 것입니다 : 솔루션) 필드 '로 전송'을 작성하지 않습니다. 그런 다음, 때 이후, 모두가 하나의 좋은 치즈 밖으로 와인 한 병, 픽을 열고, 누구를 우려 것과 부하 밖으로 초안 구성을 읽고, 다시 폴리 생활을 아마 잘. 감정은 사람이하지 우리 앞에 많은 문화에 주어진 깨달음의 시대에 문턱에있다하더라도, 이야기 할 필요가있다.

우리는 이것에 대해 메모를 포함뿐만 아니라 특별한 관심으로 : 자체는 최근에 두 개의 P의의 주제를 논의했다 존중 어떤 패션 잡지. 그들 중 일부는 예를 들어, 온라인 슬라이드 쇼와 함께 그렇게 '이 유명 인사가 이런 저런 일들이 하나 또는 다른 P의에로 가고있다'. 패션 등 영성, 세계관의 다양성을 허용하지만, 어떻게 든, '아름다움은 어떻게 든, 우리를 구원한다'고 상상뿐만 아니라 일에 대한 최고의 동기 부여로 최고 스타일의 몇 가지 개념을 가지고, 어떤을 위해, 때로는 일체감을가 아무것도 즐길 수

anything-- 음악에서 음식, 돈을 쓰기. 그리고 지금까지 아홉 - 오 - 샬널-5 또는 그 당시부터, 패션 산업은 두 개의 P의의하지만 위키 백과 또는 도시 사전하거나 제공하는 등 같은 정제, 인식, 구별 라벨의 이익없이 많이했다.

이제, 자신의 어린 시절의 마음은 위키 백과의 온기에 자리 잡고 있었다 한 세대 Z, 우리는있는 거 참 재미있는 문명 개발을위한 세트와 두 P의, 그들은 20 세기에 가장하여왔다 ununderstood 얼마나 깊이 상관없이 이미 모든 적어도 상당히 민주주의 국가의 경제적, 정치적, 문화적 의제의 일부를 설정.

면책 조항 : 두 개의 P의의 모든 문화적 상황에서 모두를위한 적합하거나 적합하지 않습니다. 이 기사의 목적은 presentday의 디지털 영향을 대중 문화를 통해 흐르는 생각, 일부, 도덕적 판단에 탐닉하지만, 언론의 방식을 인정하지 않는 것이었습니다. 개념은 풍부한 차종 쉽게 생각하지만, 도덕적 문제가 해결되지 않는 사실.



SS20 쇼가 금을 ERS

스프링 2020과 함께
세련된 그리스어 금세
loakeimidis 수제 골드
체인



'에스
또한 금속 우아함 느낌 14
티탄 위에, 비스무스 등의
금속 체 페인트에 캐럿 금
22 및 18에도. SS20에서는
금과 같이 안전하게 더
이상 가정 할 수있다

패션 모델 : 나 스타
Kasprova



나 스타 Kasprova는
@nastia_kasprova는 귀족
타코마에 의해 촬영

A.Tacoma, 사바스 Ioakeimidis에
의해 보석 스타일링에 의해 스타일;
미토 Departez에 의해 지원을
스타일링

금세 사바스 Ioakeimidis 덕분에,
@ioakeimidis_collection 모델은 basiliko,
러시아어, perdika과 비잔티움 스타일을
포함, 새로운 수제 골드 체인과 함께
표시됩니다.

MUA, 헤어 스타일링 : 미토
Departez, @myrto_departez

위치 : 스튜디오 P56, @ studio.p56, 아테네,
그리스

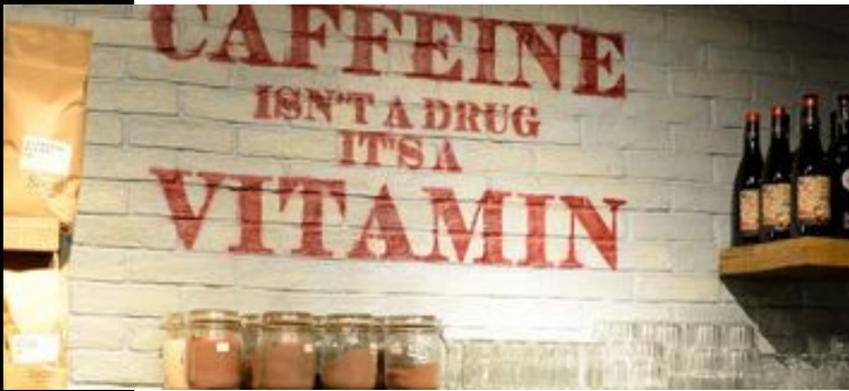
패션 브랜드 : 수제 골드 jewelry를의
etsy.com/shop/을 IOAKEMIDIS

IoakeimidisJewelry H & M,
@hm 음, @mango

















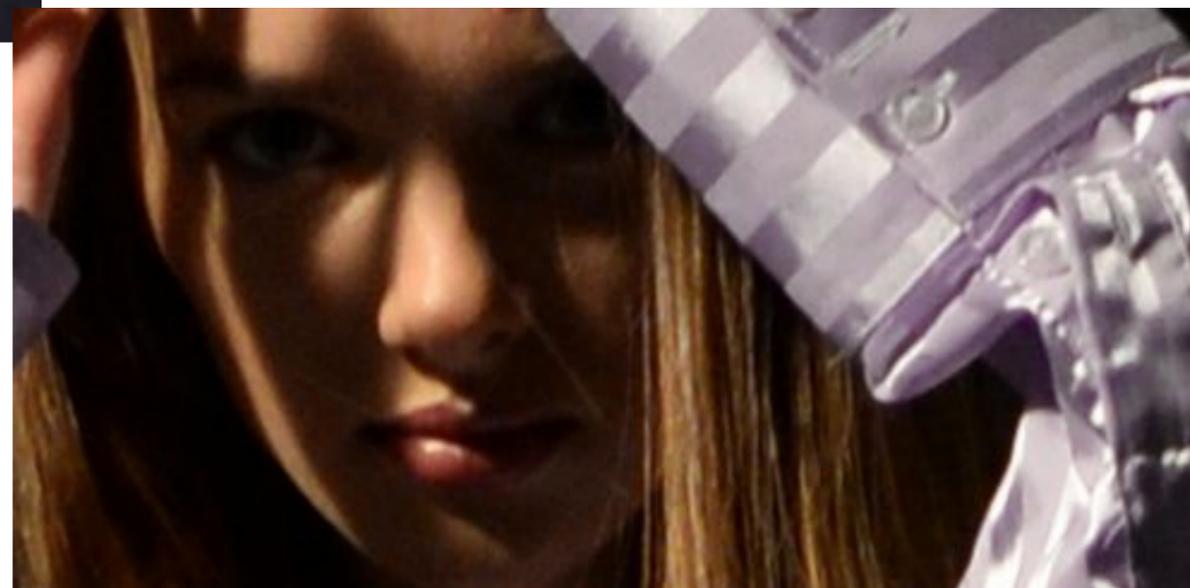




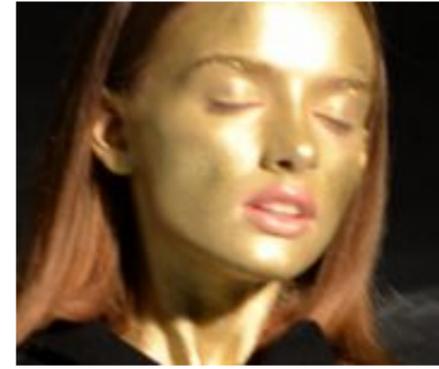


















Put your ad where people can enjoy it while drinking coffee

Every day

Every week

Every month

PERMANENT Ads in BERLINiB

contact the fashion magazine at:
ads@industrialbabes.com





패션 모델 Somya 조시



화창한 봄

2,020

스트리트

스타일

우아한



패션 모델 : Somya 조시,
@somyaajoshi

패션 사진 작가 : Srishti Oinam,
@leishana____

스타일링 : Somya 조시와 Srishti Oinam
MUA 사이의 협력 : 모델 자신

패션 라벨은 다음과 같습니다 : H & M,
@hm FOREVER21, @ FOREVER21

위치 : 델리, 인도



전능하신
하나님은 먼저
정원을
심었습니다.

--
프랜시스
베이컨, 1625







스타일은
당신이하고
싶은 말, 당신이
누군지 알고,
그리고 빌어
먹을를
제공하지
않습니다.

-- 오손 웰스





이름이없는
신생아 아이로
처음을
참조하십시오.

-- 라빈 드라
나드 타고르



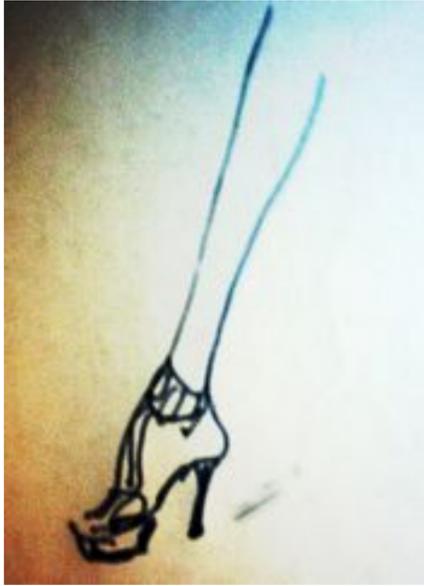




iB

그만큼

구두



가능성
업의지도

오는 신발

디자인 트렌드

아리스토 T.에 의해 나탈리 소피아,
@fashionjudgment, BERLINiB 패션 특파원
nathaliesophiajournaliste @ gmail.com
도면으로

스타일은 영원 할

수있다

확실히 또한 신발에 올 때, 잘 생긴 많은 여전히
좋은를 보유하고 1970 년대 전설적인 신발
조각가 마놀로 블라닉에 의해 도입 된 디자인
같은 표정으로 높은 굽 신발. 하이힐 뽀족한 팁과
지난 십의 모든 고전 세련된 디자인은 오늘날의
런웨이 쇼에 있으며 아마도 향후 수십 년에 걸친
임의의 수에 대한 것입니다. 지난 몇 년 동안이
운동화를 많이 가지고 있고,이 역시 아마 같
것이다; 스포티 한 - 글램은 unerasably 패션
문화의 일부입니다. 아직 몇 가지

서명 스타일 여름 / 봄

2020,하지 필수품하지만 가치가 준비 옵션으로
인식하고합니다.

우리는 또한이 문제를 다른 문서에서 논의
패션 지속 가능성의 정신으로, 우리뿐만
아니라 스타일 영원하지만, 그런 것을
지적하자

영원한 styleawareness 우리가
문제없이, 심지어 많은 계절을 통해, 다음에 한
시즌에서 지속될 수 있습니다 물건을 선택하여
환경을 보호하는 데 도움이됩니다. 사람의
경제에 연결이 방법의 즐거움이있다 : 많은

의상 예산 신발 부문의 패션 페티쉬 인에
의해 배출 될 수있다. 많이 가졌어요, 우리가
바로 다른 종류의 적외선 텍스트 'SS20'비밀리에
그 (것)들로 enscribed이보다 더 많은 단지 어떤
신발 종류를 인식하는 엘리트주의로 탐구 할 수
있습니다. 첫 번째 항목도 있습니다

편안
(많은 고전 하이힐에 비해 설계):

> > < 발 뒤꿈치는 큰
수 있습니다

이것은 우리가 부르는 SS20 편안함 구조 # 1 :
유우 유우과 지방은 홍보하여 우리의 보행
안정성을 구하기 위해왔다 블록 하이힐.

> > <
무제한 버켄스탁

컴포트 구조 # 3. 프로 엔 자 슬러는 최근 자신의
봄 / 여름 2020 패션쇼 동안,
BIRKENSTOCK과의 협력을 발표했다. 올해 초,
BIRKENSTOCK는 발렌티노와 릭 오웬스와
협력하고있다. 정말 멋진 일을 열심히 해본 적이
브랜드는 지금 그래서 그들은 샤넬의 의상과
짜되었다 엘 독일 (2019년 10월)의 표지에, 최근
켄달 제너와 지지 하디드의 발에 발견하고있다
냉각.

> > < 발가락 공간을
얻을 수 있습니다

컴포트 구조 # 2. 발가락 (때때로) 공간을받을
권리; 제대로 추세다 때 이제 전용 패셔니 스타의
발가락도, 공간을 얻을 수 있습니다. 광장 끝은
BERLINiB의 이전 문제의 경향의 내 개요의
일부였다. 이제 본격적 것입니다 - 그것의 인기는
다시 등장했다. 매우 긴 팁 산업 매력의 창시자 -
Demna Gvasalia (발렌시아가) 자신의 컬렉션에
새로운 모양을 적용했다. 그의 디자인의 사각
끝은 사실 약간 오목하다.

>><

샌들 얇은 스트랩을 가질 수 있습니다

우리가 두 개의 샌들 노트 구출 편안함의 맛을 계속하자. 안전하게 굽 높은 샌들에 얇고 섬세한 스트랩의 높은 수량에 갈 수 있습니다. 밤에 밖으로 아마도 명확한 showstopper - 그들은 발목의 뒤쪽에 연결 할 수 있습니다.

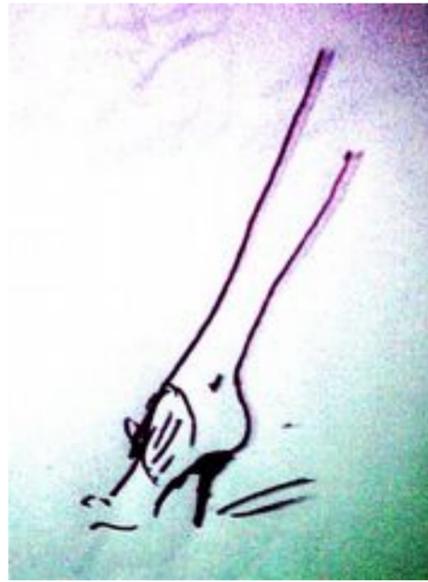


발목 주위를 묶어. 샌들도 바지의 다리에 걸쳐 레이스 할 수있다, 추세는 그녀의 유명 인사 다리가 이런 식으로 묶여하자가 헤일리 비버, 격려.

>><

샌들 묶여 될 수있다

가족의 여분의 양애와 가족 샌들



하이힐 (이 일부 과학적 연구에 따르면, 근육에 대한 운동의 특정 형태의 효과의 무언가가)와 보행의 용이성에 기여한다. 내 개인적인 즐겨 찾기는 회색의 힌트와 함께 파란색 지아의 슬링을 lowheeled했다. 시즌의 트렌드에 맞춰, 끝은 직선했지만 끝의 끝은 차단되었다. 당신이 그에게 한 쌍의 유사 찾아내는 경우에, 나는 그들이, 캐치있어 그들에게 가서 말하고 싶지만.

>>< 하이힐 / w 컵 오

하이힐 컵없는 신발 : 높은 굽 노새. 브랜드는이 점에서 인식 할 보테가 베네타입니다. 베네타 인해 디자이너 다니엘 리의 운 노력에 인기가 치 솟고있다.

>>< 당신은 messedup 인형 신발을 사용할 수 있습니다

>>< 발 뒤꿈치는 벨트를 얻을 수 있습니다

슬링 백은 발 뒤꿈치에 배치 벨트와 같은 SS20 것입니다. 정확히 '편안함 구조'의 범주에, 그것은 확실히 할 수있는 동안

사교계 영망 업 인형 신발과 메리 제인과 옥스포드 유형의 학교 소녀 신발은 샤넬, 프라다와 조나단 코헨 심지어 덜 보수적 인 브랜드로 latched되었다. 어떤 상황에서, 너무 이상한 얻는다; 하지만 모두가 하나의 전체 스타일로 밖으로 작동하는 행운과 함께, 그것은 피크 SS20의 일이 될 수 있습니다.

>><

엘 eather 양말 관찰아

이탈리아 디자이너 하우스 살바토레 페라가모는 많은 신발 내부의 슬림 부팅에 가지고있는 인상을주는, 자신의 가족 양말에 의해, 일반 양말을 싫어하는 사람들의 구조에 온다. 더 많은 일반 양말 시몬 로차와 안나 수이의 활주에 있었다.

>>< 당신은 자연 인쇄 신발에 표시 할 수 있습니다

인쇄 유형 # 1 : animalier : 치타와 구두 가죽, 얼룩말 (제레미 스카트의 부츠 체크 아웃); 심지어 소. 버버리에서 리카르도 티시는 다리 보수적 인 발 뒤꿈치 한 쌍의 정글 동물의 3D 사진을 인쇄. 유형 # 2를 인쇄 : 꽃 전원을. 브랜드 : 펜디, 베르사체.

Nathalie Sophia

iB

보 타이
STYL
전자
패션



ads@industrialbabes.com
instagram.com/berlinib ISSN
2535-602X berlinib.com