



**132**  
Tipy od  
modelek  
Victoria's  
Secret



**152**  
Jak si užít  
sex víc,  
když jste  
spolu dlouho

## COSMO A TĚLO

- 159 Lekce baletu** Získejte ladné křivky za 5 minut denně!  
**162 Existuje vůbec zdravý chléb?** Co vám v pekařství nefeknou, ale hodí se vědět.  
**164 Lehkost pohybu** Běh  
**166 „Miluju své tělo,“** přiznává masérka Pavla.

## COSMO BIBLE KRÁSY

- 82 A Bůh stvořil... oleje!**  
**92 Božské domácí spa**  
**100 Květinové touhy** Jarní vůně  
**124 Nehtová terapie**  
**128 Přestaňte se potit**

## MLUVILI JSME S...

- 42 ... Rebel Wilson** Zpověď plus size superstar, kterou jeden sen a víra v sebe vyvedly z maringotky v Austrálii na scénu v Hollywoodu.

## ŽENY, KTERÉ MĚ INSPIROVALY

- 46 Zpěvačka Tonya Graves** a její výrazné ženské vzory

## VY, JEN VY

- 47 Hotovo!** A povýšení vás nemine.  
**48 100% sebevědomá**  
**52 5 pravidel v kariéře, která vás učili, ale už neplatí**  
**54 „Tak vy chcete moji práci?“** Módní návrhářka radí, jak se prosadit, i když neumíte zapnout šicí stroj.  
**56 10 věcí, které jsme nevěděli o... jogurtu**

## NÁZOR ŽENY

- 148 „Co se začne dít, když radikálně změníte barvu...“**

**29**  
Duhové  
líčení

**30**  
Hvězdná  
krása  
podle  
Jourdan  
Dunn

THEblushedNUDES  
MAYBELLINE

## SEX A LÁSKA

- 158 Ona rekla / on řekl** Balerína Adéla Pollertová a publicista Honza Dědek. Nejdojemnější příběh lásky, jaký jste kdy četla.

## ŽENY MĚNÍ SVĚT

- 168 Hannah Arendt** Žena, která vymyslela politologii.

## COSMO MUŽE MŮŽE

- 59 Líbí se jim tetované ženy?**

## POŘADNĚ SI UŽÍŤ

- 174 Raw kokosovo-mangový dort**  
**175 Veselé do peřin!** Povlečení  
**176 Cosmo otvírá festovaci klub** a nabízí dárek od Kérastase!

## V KAŽDÉM ČÍSLE

- 12 Úvodník šéfredaktorky**  
**172 Cosmo cesty** Omamná Korsika  
**180 Horoskop**  
**186 Cosmo špión** Nosí se crop topy!



**22**  
Jak nosit  
špagetová  
ramínka

## ŽHAVÉ A HORKÉ

- 14 Trendy šperky, koncerty, slušné knihy a milé akce**  
**18 Nové filmové a hudební thráky**  
**20 Je O. K. mu říct, že by měl zhubnout?**

## KRÁSA A MÓDA

- 21 Štavnaté kameny** Prsteny  
**22 Ta tenká ramínka!** Šaty a tílka  
**24 Každý den jiné boty**  
**26 Jak nosit pánskou košili?**  
**28 Černá a bílá** Prádlo  
**30 Triky modelky Jourdan Dunn**  
**34 Vyzkoušely jsme za vás**  
**37 Cosmo Beauty Awards 2016**  
Cosmopolitan startuje prestižní mezinárodní mega Cosmo soutěž o nejlepší kosmetické produkty roku. Zapojte se do obřího hlasování, vyhraďte kosmetiku a letenky do Milána!  
**140 Liné ráno** Móda velmi ležerní