

AMOREPACIFIC

# HYANGJANG

**ALL ABOUT BEAUTY**

당신을 더 아름답게 할 뷰티 노하우

**PRODUCT** 건조 피부 구원템

**SPECIAL** 오감 충족 뷰티템

**MAKEUP PLAY** 두가지 베이스 메이크업

OCTOBER 2022 VOL.648



02 NEWS  
10월의 가장 핫한 뉴스

06 NEWS-TREND  
비비드 아이 컬러

08 MAKEUP  
웜 톤 쿨 톤 메이크업

14 PRODUCT  
건조 피부 구원템

20 SPECIAL  
오감 충족 뷰티템

28 FOCUS  
홀리추얼

30 FOCUS  
구말

32 FOCUS  
프리메라

34 MAKEUP PLAY  
두 가지 베이스 메이크업

36 TRAVEL  
새로 생긴 휴양지

38 HEALTH  
성향에 맞는 운동법

40 ISSUE  
각질 제거 노하우

42 ITEM  
뷰티 엑스퍼트의 뷰티 토크

44 ICON  
10월의 인테리어

48 BODY  
셀프 스파 노하우

50 FASHION  
이달의 쇼핑 리스트

52 REVIEW  
간간한 품평단의 품평 리뷰

54 PLACE  
단풍이 보이는 카페

56 EDITOR'S PICK  
10월의 강추템

발행일 2022년 10월 1일  
발행 통권 648호  
발행인 안세홍  
편집인 홍재욱  
발행 (주)아모레퍼시픽  
서울시 용산구 한강대로 100  
제품 문의 080-023-5454  
제작 문의 뉴커머스 컨텐츠팀  
인쇄 (주)태신인쇄 02-853-6574  
인쇄인 서명현  
기획·편집 MCK Publishing Co., Ltd  
에디터 최향진, 이성진, 김희수  
디자인 펜타그램

SINCE 1958

<향정>은 1958년 '화장계'라는  
이름으로 창간한 이후  
현재까지 65년간 648호를  
발행하고 있는 대한민국 최초의  
월간 뷰티 매거진입니다.



MAIL  
HYANGJANG@MCKKOREA.COM



WEB  
WWW.APGROUP.COM



COPYRIGHT 2022  
AMOREPACIFIC

※<향정>은 WWW.APGROUP.COM에서도  
보실 수 있습니다.  
※이 책은 전국의 아모레 카운셀러를  
통해 무료로 배포하는 매거진입니다.

(주)아모레퍼시픽의 동의 없이  
이 책에 실린 글과 사진,  
그림 등을 사용할 수 없습니다.



HOLITUAL



Core Lift  
Activating Serum

Hydrolyzed Collagen, Gold,  
Acetyl Tetrapeptide-11,  
Resveratrol, Aureobasidium  
Pullulans Ferment

140 ml

# HYANGJANG JOURNAL

editor KIM HEE SOO



길고 우울한 팬데믹 시기를 거쳐 다가온 엔데믹 세상에 거는 새로운 희망과 기대가 어느 때보다 화려하고 개성 있는 룩으로 표출될 전망이다. 그 단적인 예가 국내외 스타들의 패션부터 런웨이까지 점령한 강렬한 핫핑크 컬러. 핫핑크는 Y2K 패션의 인기로 힘입어 트렌드의 중심으로 자리매김했다.

그 선두 주자는 발렌티노. '발렌티노 핑크'라는 수식어가 생길 만큼 런웨이를 온통 핑크빛으로 물들였다. 발렌티노의 크리에이티브 디렉터 피에르파올로 피치올리는 "누구나 특별한 것을 좋아한다"라며 "블랙과 화이트가 일상에 자연스럽게 녹아드는 완전한 색이라면, 발렌티노의 핫핑크는 모두를 위한 색"이라고 말했다. 실제로 런웨이에서는 머리부터 발끝까지 온통 강렬하고 눈부신 핫핑크로 도배한 톱과 스커트, 원피스 등을 볼 수 있었고, 레이스나 자수 스팅글, 디테일 등으로 한층 개성 있고 자유로운 에너지를 발산하는 스타일을 완성했다. 또 런웨이에서 선보인 핫핑크 색상엔 색채 연구 기업 팬톤과 협업해 '핑크 PP'라는 이름까지 붙여 독보적 행보를 이어갔다. 밝고 눈부신 색감으로 기분까지 좋아지는 핫핑크의 향연을 한껏 경험하고 싶다면 베르사체의 런웨이를 살펴보자. 베르사체

**PINK IN THE CITY** : 올가을, 눈부시도록 선명한 핫핑크 컬러가 도시를 뒤덮는다.



VALENTINO

VALENTINO

PACORABANNE

CHANEL

CHANEL

의 크리에이티브 디렉터 도나텔라 베르사체는 명도 높은 핑크색 오버핏 코트와 코르셋 스타일로 여성성을 강조하는 동시에 관능미를 더했다. 또 트위드 원피스에 스팅글을 가미한 헝가리 그린과 핑크를 믹스 매치해 경쾌하고 세련된 무드를 완성하기도 했다. 이자벨 마랑은 마젠타에 가까운 정도로 채도 높은 핑크를 선택했다. 자유롭게 스타일리시한 무드의 오버사이즈 니트웨어를 짙은 핑크빛 퍼로 단조롭지 않도록 재해석했으며, 아이보리 백과 슈즈로 핑크의 강렬함을 더욱 돋보이게 했다. 샤넬은 어떨까. 클래식하고 단정한 정체성은 잃지 않으며 대세의 반열에 오르기 위해 액세서리에 포인트를 줬다. 대표적인 예는 핫핑크 퀘팅 백. 샤넬의 시그니처인 트위드 룩에 핑크를 더해 다채로운 감성을 표현했고, 핫핑크 미니 퀘팅 백을 크로스로 메 런웨이를 발랄한 기운으로 가득 채웠다.

쉽게 소화할 수 없는 색이라는 오명에서 벗어난 핫핑크. 패션계에서는 새롭게 트렌드의 중심으로 부상한 관능적이고 개성 넘치는 핫핑크 스타일링에 아낌없는 찬사를 보냈다. 우리가 앞으로 마주할 런웨이는 그동안 시도하지 않았던 과감한 색감과 패턴 그리고 다양한 소재의 패션 아이템으로 그 영역을 보다 더 확장해 나갈 전망이다. **10**



### 좋은 잠을 위한 선택

글로벌 가구 브랜드 지누스에서 새롭게 출시한 럭셔리 하이브리드 매트리스 컬렉션이 인기다. 쾌적한 수면을 제공해 하루를 산뜻하게 시작할 수 있도록 돕는 고품격 매트리스로 메모리폼과 스프링의 장점을 모아 제작했다. 프리미엄급 매트리스 라인답게 폭신함과 단단함 중 원하는 사용감과 수면 온도, 그리고 커버 종류에 따라 그린티, 얼티마, 클라우드 세 가지 타입 중 선택할 수 있다.

문의 지누스(031-622-1706)

# HYANGJANG JOURNAL

### 캠핑에 최적화된 SUV

요즘 가장 핫한 취미로 떠오른 캠핑. 주말이면 연인, 친구, 가족이 삼삼오오 캠핑장을 찾는데, 이런 캠핑족을 위해 메르세데스-벤츠에서 더 뉴 EQB 300 4MATIC AMG 라인(The new EQB 300 4MATIC AMG Line)을 출시했다. 넓은 적재 공간과 최대 7인까지 탈 수 있는 실내 공간을 갖췄으며, 안전한 여행을 위해 다양한 안전장치와 편의 사양을 대거 탑재해 캠핑에 최적화된 SUV로 주목받고 있다. 실내 디지털 요소와 조명 등은 한층 더 세련되고 미래지향적 분위기를 자아내 디자인 요소로도 인기를 끌고 있다.

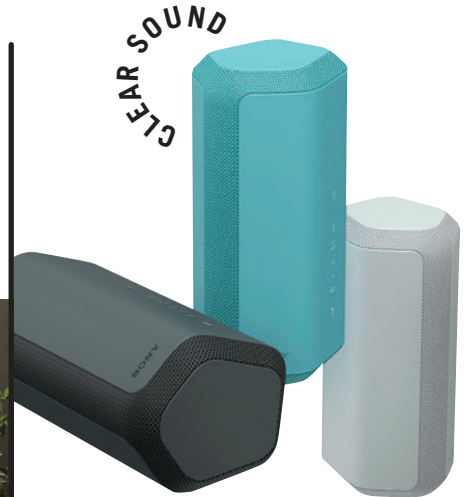
문의 메르세데스-벤츠 코리아(080-001-1866)



### 포근하고 우아한 테이블웨어

테이블 위에 깃든 포근하고 우아한 감성. 코렐만의 따뜻한 느낌이 돋보이는 테이블웨어 2종을 소개한다. 아르데코 양식의 패턴으로 섬세하고 우아한 분위기를 연출하는 민들레 캐럿과 <스누피> 캐릭터들이 캠핑을 즐기는 모습을 포근하게 담아낸 스누피 캠핑 시리즈가 그 주인공. 한국형 밥공기와 국그릇 등으로 구성해 실용성과 편리성까지 두루 갖췄다. 해당 컬렉션은 온라인과 오프라인 몰에서 만날 수 있다.

문의 코렐(02-2670-7800)



### 언제 어디서든 풍성한 음악과 함께

캠핑의 계절 9월을 맞아 소니에서 블루투스 스피커 2종을 출시했다. 음향이 넓고 고르게 퍼지는 데다 멀리서도 크고 선명한 사운드를 들을 수 있어 어디서든 마치 콘서트장에 온 것처럼 좋아하는 음악을 고품질로 즐길 수 있다. 1kg의 컴팩트한 사이즈에 단단한 내구성을 갖추고 강력한 내장 배터리를 탑재해 휴대하기 간편한 것도 한 장점. 피크닉, 캠핑, 라이딩 등 다양한 야외 활동에 최적화된 스피커다.

문의 소니(1588-0911)

### 분위기 있는 가을 헤어스타일

선선한 바람이 불어오는 가을, 우아하고 분위기 있는 헤어스타일로 변신할 때가 왔다. 다이슨에서는 과도한 열로 인한 손상 없이 스스로 헤어 스타일링을 할 수 있는 멀티 스타일러를 새롭게 선보였다. 기능이 향상된 신제품에서는 코안다 효과로 모발을 말리는 동시에 잔머리까지 정리해주는 톨을 추가했다. 또 재설계된 배럴은 가운데 회전 가능한 팁이 삽입되어 하나의 톨로 양방향 컬과 웨이브 연출이 모두 가능하게 했다. 문의 다이슨(1588-4253)



### 홈 카페 감성을 완성하다

독일 프리미엄 가전 브랜드 밀레에서 프리스탠딩 커피머신 CM 6160 밀크퍼펙션을 새롭게 출시했다. 스팀을 두 차례 내보내 우유 거품을 이중으로 만들어내는 더블 벤추리 공정으로 거품이 더욱 풍성하고 부드러운 우유 맛이 살아 있는 라테를 맛볼 수 있다. 이제 집에서든 유명한 커피 맛집에서 만든 것처럼 에스프레소, 카푸치노, 플랫 화이트의 풍미를 즐겨보자. 문의 밀레(1577-1597)

FASHIONEAST



설화수  
퍼펙팅 쿠션  
SPF50+/PA+++  
15g×2,8만원.

시크한 매력을 발산하는 깊고 진한 블랙과 브라운 등 명도 낮은 색감으로 그윽한 눈매를 연출하는 음영 메이크업. 매년 가을이면 빠지지 않고 유행의 선두에 섰지만, 올해는 조금 다르다. 자유로운 에너지와 남다른 개성이 돋보이는 비비드 컬러가 이번 시즌 새롭게 존재감을 드러낸 것. 레드, 퍼플, 핑크 등의 비비드하고 강렬한 색감은 메이크업에 포인트를 주는 동시에 한층 더 세련된 음영 효과를 연출하기도 한다. 이번 시즌 비비드 컬러를 선택한 쇼는 일일이 열거하기 어려울 정도다.

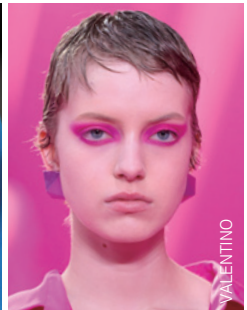
먼저 앰부쉬, 퍼플과 오렌지 등 톡톡 튀는 색감의 아이섀도로 눈두덩이 전체를 뒤덮었다. 입자가 고운 글리터 아이섀도로 메탈릭한 효과와 함께 하이라이팅을 한 것처럼 눈 주위로 시선이 집중된다. 눈머리에서부터 눈꼬리까지 서서히 색감이 벌어지는 그라데이션 방식으로 아이홀이 깊어 보이는 것이 특징이다. 패션 이스트는



SAINT LAURENT



SUPRIYA LELE



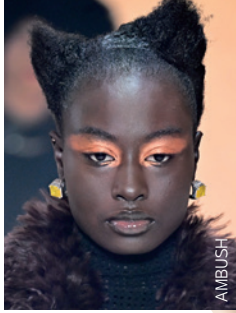
VALENTINO

# 비비드 아이 메이크업

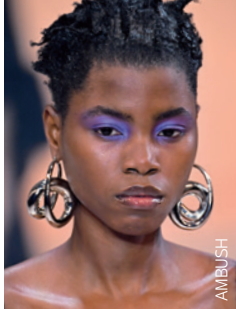
어느 때보다 화려하고 다채로운 색감이 런웨이를 물들이는 2022 F/W 시즌. 메이크업 역시 브라운 계열이 앞다퉈 출시되던 예전과 달리 비비드한 컬러가 가을·겨울 트렌드로 주목받고 있다.

photographer CHOI MIN YOUNG(제품)  
editor KIM HEE SOO





헤라  
UV 미스트 쿠션  
SPF50+/PA+++  
15g×2, 6만6천원.



좀 더 강렬한 무드를 선택했다. 마치 물을 머금은 붉은 물감이 붓에서 떨어져 종이 위에 튕겨 나온 모양새. 이렇게 비정형적인 아이섀도우는 자유롭고 개성 있는 스타일을 완성했다. 피부가 한층 더 맑고 깨끗하며 생기 넘쳐 보이는 효과까지 선사한다. 다음은 생 로랑. 앞서 살펴본 앰부쉬와 비슷한 퍼플 계열을 낙점했지만 크림 질감으로 다른 이미지를 풍긴다. 유분이 적당히 돌아 잘 번지는 성질을 이용해 눈꼬리 쪽으로 갈수록 은은하게 퍼지는 기법으로 핑키하고 퇴폐적인 아름다움이 느껴지는 고스룩을 연출했다. 이번 시즌 비비드 룩의 중심에 있다고 해도 과언이 아닌 발렌티노의 메이크업은 어떨까? 핫핑크를 쇼 전면에 내세워 쇼피스는 물론 모든 컬렉션을 핑크빛으로 물들여 화제가 됐다. 메이크업 역시 핫핑크 아이섀도우를 선택해 눈 주위를 환하게 밝혔다. 푸키시아 핑크 한 가지 톤으로 눈 주위를 빈틈없이 진하게 채색해 마치 딥트 선글라스를 낀 듯한 착각이 들기도 한다. 수

프리아 렐레는 아이섀도우가 아니라 블루 계열 마스크라로 비비드한 아이 메이크업을 완성했다. 마스크라 이외에는 색감을 철저히 절제하고 언더 아이래쉬에만 귀엽게 포인트를 주는 방식. 비비드한 컬러 메이크업을 시도하고 싶지만 눈 전체에 아이섀도우를 바르는 것이 부담스럽다면 수프리아 렐레의 메이크업을 따라 해보는 것도 썩 괜찮은 방법이다.

비비드한 컬러로 메이크업을 할 때 잊지 말아야 할 점은 맑고 투명한 피부다. 피부결이 매끈하고 정돈될수록 과감한 컬러가 더욱 생동감 넘치고 빛을 발한다. 비비드 메이크업에 어울리는 피부 메이크업을 위한 제품에는 어떤 것이 있을까? 일단 헤라의 UV 미스트 쿠션. 수분을 머금은 듯 매끄럽고 윤기 있는 피부로 표현하기에 제격이다. 다음으로는 설화수 퍼펙팅 쿠션이 있다. 하루 종일 지속되는 커버력과 윤광은 물론이고 보습력까지 갖춰 별도의 베이스 메이크업 없이도 무결점 피부를 완성할 수 있다. **10**





## Face & Fall

원톤 피부의 소유자로 내추럴한  
메이크업을 즐긴다면 피부를 깨끗이  
정리한 뒤, 피치나 브라운 계열의  
채도 낮은 색조 제품으로 포인트  
메이크업을 할 것. 헤라 색도 듀오 #06  
라이커블을 눈가에 발라 자연스러운  
음영을 주고, 입술에는 헤라 센슈얼  
파우더 매트 리퀴드 #435 팜파스와  
#404 37.2를 섞어 얇게 펴 바른다.

# Cool or warm

여름이 지난 뒤 즐겨 바르던 아이섀도우와 립스틱이 어쩐지 어색해 보인다면?  
햇빛에 그을려 피부 톤이 바뀌었기 때문. 다음의 간단한 테스트를 거친 후 지금 자신에게  
어울리는 톤으로 메이크업 컬러를 바꿔보기 바란다.

photographer KIM SUN HYE  
editor CHOI HYANG JIN

## WARM TONE CHECKLIST

- 햇볕에 쉽게 타는 편이다.  골드 주얼리가 잘 어울린다.
- 머리카락이 갈색 계열이다.  브라운, 오렌지, 그린 계열 옷이 잘 어울린다.
- 손목에 보이는 혈관이 주로 초록색을 띤다.



## Deep Red Lips

웜 톤 피부에 가장 잘 어울리는 입술  
컬러는 브라운이 살짝 가미된 브릭  
레드. 베이스 메이크업을 마무리한 뒤  
헤라 루즈 홀릭 #300 서울 레드를  
입술에 짝 차게 바른다.

## Cool Eyes

쿨톤 피부에 가장 잘 어울리는 컬러는 단연 핑크. 핑크 중에서도 푸른기가 도는 쿨 핑크는 피부를 더욱 투명해 보이게 한다. 아이라인을 따라 헤라새도 듀오 #01 보니의 질은 컬러를 발라 음영을 주고, 입술에는 헤라 센슈얼 파우더 매트 리퀴드 #127 립모닝으로 스머징 해준다.



## COOL TONE CHECKLIST

- 햇볕을 많이 받으면 피부가 빨강게 달아오른다.
- 실버 주얼리가 잘 어울린다.
- 머리카락이 검은색 계열이다.
- 흰옷이 잘 받고 레드, 핑크, 블루 네일 컬러가 잘 어울린다.
- 손목에 보이는 혈관이 주로 파란색을 띤다.

## Pink Blossom

청량하고 투명한 느낌의 쿨 톤 피부를 보다 강조하고 싶다면 블러셔를 적극 활용해볼 것. 아이라인은 점막을 메우는 정도로 가볍게 발라 마무리한다. 입술에는 헤라 센슈얼 프레쉬 누드 틴트 #138 베티를 짝 메워 바르고, 소량을 손가락에 묻혀 뺨에 넓게 펴 바르면 소녀 같은 청순한 느낌의 쿨 핑크 메이크업이 완성된다.

MODEL: MOON JI WON, MAKEUP: JAMIE YOON, KIM DONG HYUN (A MORE PACIFIC MAKEUP PROFESSIONAL TEAM),  
HAIR: PARK CHANG DAE, STYLING: PARK MI KYUNG



### 설화수 탄력영양크림

여성에게 이로운 대표적 한약재인 천궁과 당귀, 피부 조직 재생과 진정 효과가 탁월해 윤기 있고 건강한 피부로 가꿀 수 있다. 이렇게 귀한 약재를 18시간 동안 훈증해 모은 영양호중수를 담은 크림. 피부 탄력을 강화하는 지선체™와 자음보습단™의 보습력이 만나 수분 탄력 효과에 시너지를 가져온다. 쫄득한 크림 텍스처로 피부에 밀착해 풍부한 영양을 공급한다.

설화수 탄력영양크림 75ml, 12만원

#느슨해진탄력망강화  
#수분탄력솔루션  
#쫄득한크림텍스처



# 푸석한 피부를 촉촉하게 가꿔줄 구원투수

환절기 건조한 날씨로 메마르고 푸석푸석한 피부를 수분과 영양으로 가득 채워줄 아이템.

photographer PARK JAE YONG  
editor KIM HEE SOO



## 설화수 진설명작에센스+ 진설명작크림

인삼의 생명력과 영지의 젊은 에너지를 모아 노화의 흔적을 덜고 피부층을 견고하게 쌓을 수 있도록 도와주는 프레스티지 안티에이징 에센스와 크림 식물에서 얻은 외부 자극 저항 성분인 S-파이트알렉신을 함유해 스트레스로 인한 피부 장벽 손상을 방어한다. 에센스와 크림 모두 고농축 제품으로 농후한 질감이 피부에 부드럽게 녹아든다.

설화수 진설명작에센스, 40ml, 80만원.  
설화수 진설명작크림, 60ml, 80만원.

#인삼의생명력  
#피부방어력향상  
#프레스티지안티에이징



헤라 UV 미스트 쿠션 SPF50+/PA+++. 15g×2, 6만6천원.

#윤광쿠션  
#촉촉히밀착되는리지글로우  
#감쪽같은커버력



### 헤라 UV 미스트 쿠션 SPF50+/PA+++

효과적인 잡티 커버와 촉촉한 피부 표현을 동시에 구현한 쿠션. 저분자 콜라겐과 히알루론산, 펩타이드를 함유해 마치 스킨케어 단계를 차곡차곡 거치듯 더욱 빈틈없고 깊숙이 영양과 보습 성분을 전달한다. 피부 톤을 윤기 나고 화사하게 다듬고 주름과 색소침착, 늘어난 모공 등을 말끔하게 가려주기 때문에 매끄러운 피부결을 연출할 수 있다.

헤라 에이지 어웨이 에스테틱  
BX 워터+에스테틱 BX 에멀전

피부가 건조해 일어나는 표면의 각질을  
유연하게 녹여 다음 단계 스킨케어 효과를  
극대화하는 에이지 어웨이 에스테틱 BX 워터.  
피부 정화에 도움을 주는 과일산을 함유해  
딱딱한 피부 각질이 말랑말랑해지며 산뜻하고  
가벼운 제형이 얼굴에 밀착된다. 이후 3중  
아미노산, BX 펩타이드가 함유되어 피부에  
영양을 공급해주는 에스테틱 BX 에멀전을  
꼼꼼히 펴 바른다면, 마사지하듯 흡수시키면  
피부가 탄력있고 촉촉하게 유지된다.

헤라 에이지 어웨이 에스테틱 BX 워터, 150ml, 6만원.  
헤라 에이지 어웨이 에스테틱 BX 에멀전, 120ml, 6만5천원.

#각질연화워터  
#탄력영양에멀전  
#BX펩타이드함유



아모레퍼시픽 빈티지 싱글 엑스트랙트 에센스 인텐스. 120ml, 17만원.

#항산화진액  
#속영양안티에이징  
#속광피부



## 아모레퍼시픽 빈티지 싱글 엑스트랙트 에센스 인텐스

발효차의 귀한 카테킨과 프로비타민 B<sub>5</sub>를 풍부하게 담아낸 항산화 진액으로 건강하고 생기 있는 피부로 가꿔주는 속영양 안티에이징 에센스. 강력한 항산화 효능이 피부 각질층 10층 속까지 깊고 빠르게 영양을 채워 핵심 노화 요소인 피부 결, 투명도, 탄력을 개선해 탄탄하고 매끄러운 피부를 선사한다.

## 프리메라 알파인 베리 워터리 크림+워터리 수딩 젤 크림

수분이 날아갈 틈 없이 24시간 촉촉한 상태를 유지해 피부 장벽을 강화하는 워터리 크림과 워터리 수딩 젤 크림.

피부 저자극 테스트를 완료해 피부가 민감한 사람도 흉조나 트러블 걱정 없이 사용할 수 있다. 스트레스와 수면 부족, 쌀쌀한 날씨로 인한 피부 건조증과 푸석함을 해결하는 실키한 크림과 진정 캡슐이 든 촉촉한 수딩 젤 크림이 각각 속 땅김 없이 생기 있는 피부를 유지하도록 돕는다.



프리메라 알파인 베리 워터리 크림, 100ml, 6만2천원.  
프리메라 알파인 베리 워터리 수딩 젤 크림, 100ml, 6만2천원.

#튼튼한피부장벽  
#100시간보습  
#피부진정효과

# 오감 뷰티

감각의 계절, 가을. 오감을 충족시켜줄 뷰티 아이템으로 더욱 아름다워질 때다.

photographer KIM SUN HYE(인물), JUNG JIN YOUNG(제품)  
editor LEE SUNG JIN



#1

청각: 예뻐지는 똑딱 소리

하루를 마무리하며 앉은 화장대 앞. 나만을 위해 마련된 듯한 그 조용한 시간에도 예뻐지는 소리는 분명 존재한다. 화장품의 뚜껑을 여는 소리, 도너로 얼굴을 닦아내는 소리, 부드러운 크림을 피부에 펴바르는 소리... 그리고 또 하나, 아모레퍼시픽의 타임 레스폰스 인텐시브 리뉴얼 앰플을 섞는 소리가 빠질 수 없다. 타임 레스폰스 인텐시브 리뉴얼 앰플은 수십 년의 연구 끝에 탄생시킨 희귀 향산화 성분 앰솔루티™와 피부 탄력 강화 효능 함량 800\*배의 EGCG 파우더가 결합되어 차원이 다른 입체 탄력 안티에이징을 선사하는 제품. 두 개의 포물러로 완성된 강력한 에너지가 피부 결, 투명도, 탄력, 주름을 총체적으로 변화시켜 꿈에 그리던 완결 피부를 경험할 수 있다. 사용 직전 EGCG 파우더와 앰솔루티™ 앰플을 혼합하는 특별한 사용법으로 강력한 효과를 피부에 오롯이 전달될 수 있도록 설계한 것이 특징. 파우더가 담긴 용기를 앰플 용기 위에 대고 딸깍 소리가 날 때까지 돌려 결합한 뒤 충분히 흔들어 쓰면 된다. 일주일에 한 병, 총 4주간의 사용만으로도 지금까지 경험해 보지 못한 압도적인 피부 변화를 느낄 수 있는 제품이다.

\*EGCG 탄력 효능 함량 기준치 대비 함량 비교 수치



아모레퍼시픽 타임 레스폰스 인텐시브 리뉴얼 앰플 800배\* 강력한 EGCG의 탄력 효능 함량으로 피부의 시작부터 끝까지 차원이 다른 완결 피부를 완성해준다. (7ml+0.6g)×4개, 62만원.





## #2

### 촉각: 손끝으로 느끼는 건강함

피부 건강을 알아채는 척도 중 가장 확실한 것이 촉각이다. 화장품을 바르며, 무의식적으로 얼굴을 만지며 하루에도 몇 번씩 느끼는 피부의 감촉, 매끈하고 촉촉한 피부는 아름다움의 바로미터라 할 수 있다. 이렇듯 손끝으로 느껴지는 매끈한 피부를 위해 해야 할 일은 피부를 거칠게 만드는 각질을 제거하는 것. 각질이 들뜨면 피부 표면이 거칠어지고 건조해진다. 가을과 겨울에는 피부 속 수분까지 빼앗겨 각질이 쉽게 들뜨 수 있으므로 반드시 피부 타입에 맞는 필링제로 묵은 각질을 털어낼 것. 이

후에는 깨끗한 피부에 에너지를 더해 촉촉한 피부로 되돌려줄 안티에이징 세럼과 크림을 발라 피부가 재생할 수 있게 도와줘야 한다.

#### 1. 프리메라 페이스얼 마일드 필링

피부를 거칠게 만드는 묵은 각질과 모공 노폐물만 흡착해 없애는 필링제. 사용 후에도 피부가 촉촉하다. 150ml, 3만원.

#### 2. 프리메라 페이스얼 인텐시브 필링

내추럴 셀룰로오스로 각질과 블랙헤드, 화이트헤드를 모두 없애주는 필링제. 150ml, 3만3천원.



①

②



### #3

#### 시각: 생기 있는 젊은 피부

건강한 피부의 필수 조건 중 하나가 바로 생기다. 수분과 영양분이 가득 찬 건강한 피부는 팽팽하고 투명하며 탄탄한 볼륨감이 느껴지지만, 노화로 에너지가 줄어들면 피부는 푸석하고 칙칙해져 피곤해 보이는 인상을 갖게 된다. 이럴 때 필요한 것이 강력한 안티에이징 스킨케어. 설화수의 진설에센스와 진설크림은 적송에서 추출한 강력한 안티에이징 성분에 진귀한 산양삼 성분을 더해 피부 본연의 힘을 끌어올려 빛나는 피부를 선사한다. 풍부한 영양 성분을 포함한 쫀득한 텍스처와 적송의 나이테를 형상화한 크림의 패키지 디자인 역시 촉각과 시각을 고루 만족시키는 요소다.



#### 설화수 진설에센스+진설크림

강인한 생명력을 지닌 적송 채취 성분을 66배\* 응축한 레드트리레저™로 피부의 노화 징후에 고루 작용해 개선해주는 프리미엄 안티에이징 세럼과 크림. 각각 50ml, 38만원, 60ml, 47만원

\*2012년 진설 제품 기준



## #4

### 미각: 건강해지는 맛

'당신이 먹는 것이 곧 당신이다'라는 말이 있다. 그만큼 먹는 것이 중요하다는 이야기. 뷰티도 마찬가지다. 무엇을 먹느냐에 따라 피부는 다른 모습을 띤다. 바르는 것 못지않게 즉각적인 반응이 나타나는 경우도 있으니 피부에 좋은 것만 챙겨 먹자. 음식으로 충족할 수 없는 영양을 보조제로 보충하는 것도 중요하다. 콜라겐이나 홍삼처럼 같이 먹을 때 시너지 효과를 발휘하는 성분도 있다. 바이탈뷰티의 슈퍼콜라겐 골드는 국내 최초로 식약처

에서 피부 보습에 도움을 줄 수 있음을 인증받은 원료를 사용해 탄력, 보습, 거칠기를 개선한다. 갱년기에 들어서 피부가 거칠어진다면 자음보액을 권한다. 흐트러진 몸속 균형을 바로잡아주는 회화나무열매 추출물과 홍삼으로 활력을 채운다.

#### 바이탈뷰티 자음보액

갱년기 여성 건강을 위한 회화나무열매 추출물과 홍삼이 함유된 갱년기 특화 프리미엄 앰플. 750g(25g×30앰플), 15만원.





## #5

### 후각: 아름다운 가을밤의 정취

춡고 메마른 가을바람에 시달리고 온 저녁, 뜨끈한 물로 샤워하면 하루 동안 피로가 사라지는 기분이 든다. 이때 매력적인 향의 바디 케어 제품이 함께한다면 더할 나위 없이 완벽한 하루의 마무리가 될 터. 특히 이맘때에는 향이 좋은 것은 물론, 보습 성분이 충분한 바디 제품을 골라야 한다. 수분을 충분히 공급하지 않으면 각질이 하얗게 들뜨거나 피부가 건조해 간지러운 등 불편한 상황을 겪을 수 있다. 매일 바디로션을 넉넉히 챙겨 바르는데도 피부가 메마른 느낌이 든다면 바디 워시를 충분히 씻어내고, 타월로 몸의 물기를 다 닦지 말고 남겨 마르기 전에 바디 로션을 듬뿍 바르길 권한다. **10**



**1. 헤라 지일 블루밍 퍼프드 샤워 젤+바디 로션**  
신비로우면서도 정열적인 향의 바디 케어 제품. 노폐물만 효과적으로 씻어내는 샤워 젤은 샤워 후에도 피부가 당기지 않고, 오일과 시어버터 성분을 함유한 바디로션은 든든한 보습 장벽을 형성한다. 각각 270ml, 4만7천원. 250ml, 5만원.

**2. 헤라 벨벳 나이트 퍼프드 샤워 젤+바디 로션**  
몽환적이고 매력적인 향이 온몸을 감싸는 바디 케어 제품. 샤워하고 나면 산뜻하고 개운한 샤워 결과 자연 유래 성분으로 이뤄져 민감한 피부에도 자극 걱정 없이 바를 수 있는 바디 로션. 두 제품을 함께 사용하면 매력적인 향이 더욱 오래 지속된다. 각각 270ml, 4만7천원. 250ml, 5만원.



#### 구말 때뉴 드스와레 샤워 오일+바디 크림

달콤하면서도 묵직한 머스크 향으로 유혹적인 잔향을 남기는 샤워 오일과 바디 크림. 풍성한 거품을 내는 샤워 오일은 마사지하듯 문질러 씻어내면 촉촉한 보습막을 형성해 오랫동안 피부를 촉촉하게 가꿔주고, 실키한 바디 크림은 피부에 사르르 스며들어 부드러운 감촉을 남긴다. 각각 250ml, 6만8천원. 190ml, 12만8천원.

# 코어 탄력을 다지는 만능 콜라겐 세럼

피부 탄력의 핵심은 콜라겐. 홀리추얼에서 새롭게 선보이는 코어 리프트 액티베이팅 세럼은 바르는 저분자 콜라겐으로 피부를 보다 탄탄하게 채워준다.

photographer PARK JAE YONG  
editor CHOI HYANG JIN



홀리추얼

## 코어 리프트 액티베이팅 세럼

1

### 탄탄하고 탄력있는 피부를 선사하는 콜라겐 세럼

홀리추얼 코어 리프트 액티베이팅 세럼의 핵심 효능은 피부 코어 탄력 강화를 도와준다는 점. 피부에 흡수가 잘되는 저분자 콜라겐을 다량 함유해 부족한 콜라겐을 채워주고, 아세틸 테트라 펩타이드-11 성분이 탄력 지지층을 강화하는 콜라겐 발현을 도와 피부를 탄탄하게 채워준다.

2

### 강력한 항산화 성분이 함유된 안티에이징 세럼

항산화 성분이 없는 영양 케어는 밑 빠진 독에 물 붓기. 홀리추얼이 엄격하게 고른 강력한 항산화 성분인 레스베라트롤 성분을 함유해 콜라겐 분해 효소를 억제하면서, 피부 스트레스를 완화하고 피부 저항력을 강화시켜주는 블랙리스트 성분이 건강한 피부의 바탕을 만드는 데 도움을 준다.

3

### '3-IN-1' 기능의 만능 세럼

클레오파트라 미용법의 핵심인 골드 성분이 함유된 영롱한 젤 타입 텍스처가 피부에 고급스러운 윤기와 광채를 더하는 세럼. 평소 데일리 탄력 세럼으로 사용하다가, 뷰티 디바이스를 사용하거나 피부 순환 마사지 세럼 및 뷰티 디바이스와 함께 사용하는 프렙 젤로 활용할 수 있어 홈 케어의 필수품이라 할 만하다. 일반 세럼의 약 3배 용량인 140ml의 넉넉한 용량에 가격도 적당해 부담 없이 사용하기에도 좋을 듯하다.

POINT 1

피부 코어 탄력 강화

POINT 2

강력한 항산화 성분으로 안티에이징 케어

POINT 3

뷰티 디바이스 찰떡 궁합 아이템

COMMENT

“홈 케어 디바이스 사용 전에 얼굴과 목, 데콜테 등에 듬뿍 바르면 효능이 부스텅되는 느낌이 든다.”

-뷰티 콘텐츠 디렉터 이성진

“일반 세럼보다 용량이 2~3배 많아 얼굴뿐 아니라 목 등에도 아낌없이 바를 수 있다.”

-<마리끌레르> 뷰티 에디터 김상은



**홀리추얼 코어 리프트 액티베이팅 세럼**  
강력한 항산화 성분이 안티에이징 효과를 발휘하는 동시에, 바르는 콜라겐으로 코어 탄력 향상에 도움을 주는 콜라겐 세럼.  
140ml, 10만5천원.



구말 테뉴 드스와레  
바디 크림  
실크드레스를 입은 듯  
피부에 부드럽게 밀착해  
달콤하고 유혹적인 향기를  
남기는 바디 크림. 190ml,  
12만8천원.



구말 테뉴 드스와레  
샤워 오일  
피부를 어루만지는 듯한  
부드러운 텍스처에 풍부한  
거품이 일어기분 좋게  
샤워할 수 있는 데다 샤워  
후에는 피부가 촉촉해지는  
샤워 오일. 250ml,  
6만8천원.





# 오감 만족 샤워 리추얼

피부가 건조해지는 계절. 바다에도 촉촉하고 보드랍게 피부를 감싸주는 제품이 필요하다. 한층 더 고급스러운 패키지로 업그레이드된 구딸 떤뉴 드 스와레 샤워 오일과 바다 크림이 최고의 선택.

photographer PARK JAE YONG  
editor CHOI HYANG JIN

## POINT 1

떼뉴 드 스와레의  
매혹적인 향

## POINT 2

더없이 부드러운  
오일 샤워

## POINT 3

새틴처럼 매끄러운  
마무리감

## 구딸

### 떼뉴 드 스와레 샤워 오일 & 바다 크림

#### 1

#### 대담하면서도 달콤한 매혹적인 향기

구딸의 베스트 퍼퓸 중 하나인 떤뉴 드 스와레는 이브닝드레스를 표현한 구르망 시프레 계열의 향, 아이리스의 고급스러운 향과 레드프루트의 달콤한 향이 어우러져 사랑스러우면서도 유혹적인 향이 특징이다. 떤뉴 드 스와레 샤워 오일과 바다 크림은 대담하면서도 달콤한 향을 담아 샤워하는 순간부터 잔향이 지속되는 내내 황홀한 기분을 선사한다.

#### 2

#### 부드럽게 피부를 감싸는 오일 텍스처

구딸 떤뉴 드 스와레 샤워 오일의 가장 큰 특징은 이름에서 알 수 있듯 젤이 아니라 오일이라는 점. 부드러운 오일 텍스처라 피부에 문지를 때 자극 없이 부드럽고 샤워 후에도 피부를 촉촉하게 지켜준다. 식물 유래 글루코사이드를 함유해 풍성한 거품이 일고 세정력도 탁월하다.

#### 3

#### 풍부한 보습 효과와 부드러운 마무리감

구딸 떤뉴 드 스와레 바다 크림은 시어버터와 코코넛 오일 성분을 풍부하게 함유해 피부에 강력한 보습 효과를 제공한다. 또 피부에 속 흡수되어 끈적이지 않고 부드럽게 마무리되어 새틴처럼 부드러운 감각을 느낄 수 있다.

## COMMENT

“거품부터 마무리감까지  
너무나 부드럽다.  
칭찬과 축각 모든 걸 만족시키는  
샤워 필수템.”

-뷰티 콘텐츠 디렉터 최향진

“퍼퓸 드 바디 제품은 건조하다는  
편견을 완벽히 깬 제품.  
극강의 보습 효과와 부드러움을  
느낄 수 있다.”

-<마리골레르> 뷰티 에디터 김현민

# 관리하기 힘든 거친 부위까지 꼼꼼하고 매끈하게

계절의 변화를 실감하게 하는 바로미터 중 하나는 무릎, 팔꿈치, 발꿈치 등의 각질. 기온의 변화나 노화로 점점 더 딱딱하게 굳어가는 이곳을 부드럽게 관리하고 싶다면 프리메라 모이스처 스무딩 케어에 주목할 것.

photographer PARK JAE YONG  
editor CHOI HYANG JIN

## 프리메라

### 모이스처 스무딩 케어

1

#### 피부를 촉촉하게 보호해주는 우레아

무릎, 팔꿈치, 발꿈치 등 피부가 쉬 딱딱해지고, 심할 경우 거뭇하게 색소침착까지 생기는 신체 부위의 특징은 모공이 없어 피지 분비가 되지 않아 건조해지기 쉽다는 점. 이 때문에 수분 공급과 동시에 수분 손실이 일어나지 않도록 보습을 철저히 하는 것이 필수다. 프리메라 모이스처 스무딩 케어는 피부 속 천연 보습 인자 중 하나인 우레아 성분을 함유해 피부의 수분 손실을 예방하는 동시에 각질을 부드럽게 없애준다.

2

#### 풍부한 보습 성분

우레아 외에도 피부 속에 수분과 영양을 공급하고 수분 손실을 막아주는 아보카도 오일과 오렌지 꽃 추출물을 함유해 피부의 특히 건조해지기 쉬운 곳을 항상 촉촉하고 매끈하게 지켜준다.

3

#### 각질을 부드럽게 케어하는 식물 유래 과일산

프리메라 모이스처 스무딩 케어에는 식물 유래 과일산이 들어 있어 이미 딱딱하게 굳은 각질을 부드럽게 연화하고, 피부 보습 케어에 도움을 준다.

## COMMENT

“잠들기 전 발에 듬뿍 바르고 수면 양말을 신은 채 자면 피부가 갈라졌던 발꿈치와 복숭아뼈 부위가 한결 보드라워진다.”

-뷰티 콘텐츠 디렉터 이미경

“찬 바람이 불면서 거칠어진 팔꿈치와 무릎 등에 꾸준히 발랐더니 한결 부드러워지고 잔주름도 눈에 띄게 줄었다.”

-뷰티 콘텐츠 에디터 김희수

POINT 1

거친 부위를  
보호해주는  
우레아

POINT 2

풍부한  
보습 성분

POINT 3

각질을 부드럽게  
제거하는 식물 유래  
과일산





프리메라  
모이스처 스무딩 케어  
식물 유래 과일산과  
아보카도 오일을 함유해  
딱딱하고 단단해진  
굳은 각질을 부드럽게  
만들어주는 스팟 케어 크림.  
150ml, 2만5천원.



# 촉촉하거나 쫄쫄하거나

헤라 실키 스테이 파운데이션을 가을철에도 건조하지 않고  
뚝뚝하게 즐길 수 있는 노하우를 소개한다.

photographer PARK HYUN JIN  
editor CHOI HYANG JIN

## LOOK 1

### '촉촉' 베이스

막 세안을 끝낸 듯  
수분이 촉촉하게 감도는 피부를  
연출하고 싶다면 헤라  
실키 스테이 파운데이션 구매 시  
제공되는 하이드로 스펀지를  
이용해 보시길.

#### STEP 1

하이드로 스펀지에 물을 묻힌 뒤 꼭 짜서  
촉촉한 상태로 만든다.

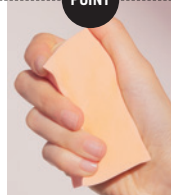
#### STEP 2

손등에 헤라 실키 스테이 파운데이션을  
적당량 덜고, 하이드로 스펀지의 넓은  
면에 고루 내용물을 묻힌 후, 얼굴에  
톡톡 두드려 얇게 펴 바른다.

#### STEP 3

밀착력을 높이고, 더 촉촉한 마무리를  
원한다면 헤라 메이크업 픽서를  
스펀지에 뿌린 후 두드려 마무리한다.

#### POINT



헤라 실키 스테이 24H 롱웨어 파운데이션  
SPF20/PA++, 30g, 6만8천원.

LOOK  
2

‘쫘쫘’ 베이스

속은 수분이 짹 차 촉촉하면서도  
겉은 쫘득하고 매끈하게  
마무리한 일명 ‘속촉겉쫘’ 피부를  
연출하고 싶다면 헤라  
하이드레이팅 래디언스 프라이머의  
도움을 받아보길.

STEP 1

헤라 하이드레이팅 래디언스  
프라이머를 얼굴에 얇게 펴바른다.

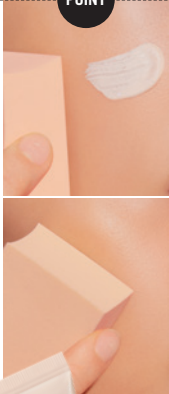
STEP 2

헤라 실키 스테이 파운데이션을  
얼굴에 얇게 펴 바른 뒤 하이드로  
스펀지로 톡톡 두드리 밀착시킨다.

STEP 3

좀 더 확실한 커버를 원한다면 헤라 실키  
스테이 파운데이션을 물을 적셔 꼭 짠  
하이드로 스펀지로 한 번 더 레이어링 해  
톡톡 두드리며 덧바른다.

POINT



헤라 하이드레이팅 래디언스 프라이머  
SPF30/PA++. 35ml, 5만5천원.



MODEL: JUNG CHUNG SOL, MAKEUP: JANE PARK, VIVI AHN(A MORE PACIFIC MAKEUP PROFESSIONAL TEAM),  
HAIR: KIM MI JIN, STYLING: PARK MI KYUNG



## 반얀트리 이스케이프 부아한 Ubud, Indonesia

푸른 숲에 둘러싸여 머릿속을 비우고 보내는 하루. 이런 환상을 실현해줄 공간이 문을 열었다. '반얀트리 이스케이프 부아한'은 벽도 문도 없는 완전히 개방된 공간에서 밀림과 계곡을 바라보며 장엄한 자연을 느낄 수 있는 풀빌라형 리조트다. 이곳의 특별한 점은 속소에 말 그대로 '문과 벽이 없다'는 것. 낮에는 객실을 포함한 모든 공간을 개방하고, 저녁에는 얇은 베일 하나로 객실을 구분하는 한편 오로지 성인만 이용할 수 있다는 과감한 컨셉트를 도입했다. 발리에서 비교적 휴양객으로 덜 북적이는 여행지인 북부 우투에 위치해, 훼손되지 않은 자연의 아름다움을 오롯이 느낄 수 있는 점 또한 인상적이다.

# 새로 생긴 휴양지

팬데믹 기간에 새롭게 문을 연 매력적인 새 공간.

cooperation 해시컴퍼니 (HASHOOMPANY)



## 더 스탠더드 방콕 마하나콘 Bangkok, Thailand

방콕에 주목할 숙소가 하나 더 등장했다. 바로 방콕의 랜드마크로 손꼽히는 78층 높이의 빌딩, 킹파워 마하나콘에 새로 문을 연 '더 스탠더드 방콕 마하나콘'이다. 늘 개성이 뚜렷한 부티크 호텔을 선호하며 주목을 받은 더 스탠더드가 이번에는 스페인 디자이너 하이메 아온과 협업해 방콕의 생기를 고스란히 담은 공간을 탄생시켰다. 유려한 곡선이 돋보이는 가구, 톡톡 튀는 배색의 인테리어, 자칫 가벼울 수 있는 인테리어의 중심을 잡아주는 웅장한 조형물까지. 트렌디하고 감각적인 공간 디자인을 둘러보는 것도 이곳만의 묘미다. 또 하나 빼놓을 수 없는 건 옥상에 위치한 야외 테라스 수영장. 78층 높이에서 방콕의 전경을 바라보며 즐기는 물놀이는 분명 잊지 못할 순간을 선사할 것이다.



## 안다즈 프라하 Praha, Czech Republic

프라하만큼 낭만적인 도시가 또 있을까. 중세에 시간이 멈춘 듯 아름다운 도시 프라하에 안다즈의 새로운 호텔이 문을 열었다. 이곳의 가장 큰 매력은 1916년에 지어진 문화재 등재 건물을 재단장해 공간을 만들었다는 것. 프라하 여행을 즐기기에 적합한 곳에 위치한 점 또한 매력적이다. 바츨라프 광장과 올드 타운 광장, 오베츠키 돔 근처에 있어 프라하의 주된 여행지를 천천히 걸어서 둘러볼 수 있다. 편안한 분위기에서 가까운 지역에서 나는 고급 식재료를 만든 음식을 맛볼 수 있는 레스토랑 'ZEM'부터 보헤미아 신화를 기반으로 균형 잡힌 칵테일을 선보이는 'MEZ'까지 다양한 공간이 마련되어 있다. 체코의 화장품 브랜드 '글라라 로트'와 협업해 피부 관리에 중점을 둔 스파도 갖추고 있어 여행하며 지친 몸을 풀기도 좋다.



## 아난타라 데사루 코스트 리조트 & 빌라 Desaru Coast, Malaysia

데사루 코스트는 말레이시아의 떠오르는 럭셔리 휴양지. 기다란 백사장, 푸른빛 석호와 바다, 생기를 가득 품은 열대 정원 등 리조트를 둘러싼 자연 경관은 응시하는 것만으로도 여행자의 마음을 편안하게 만들어준다. 호텔 내부 수영장은 천장부터 바닥까지 이어지는 커다란 창문이 나 있어 쾌적한 실내에서 내리쬐는 햇살을 만끽하며 수영을 즐길 수 있다. 그릴과 해산물 전문 레스토랑인 '시 파이 어솔트'나 세계 각국의 요리를 선보이는 레스토랑 '터머릭'에서 여행을 한층 풍요롭게 해줄 미식을 맛볼 수도 있다. 숙소 인근에 '더 엘스 클럽 데사루 코스트'라는 세계적인 골프장이 있어 골프 여행을 원하는 이들에게도 제격일 듯 **AD**





# MBTI별 맞춤 운동법

보디 콘서스 패션 트렌드에 부합하는 건강하고 멋진 몸을 위한 MBTI별 맞춤 처방.

editor KIM HYUN MIN



## INTJ·INTP·ENTJ·ENTP

독립적 성향이 강하고 현실적인 NT형은 혼자서 꾸준히 할 수 있는 운동이나 목적의식을 가지고 스스로 할 수 있는 운동을 찾는 것이 바람직하다. 추천하는 운동은 집에서 홀로 할 수 있는 메타버스 사이클링과 자신의 몸을 이해하고 공부하며 운동할 수 있는 재활 교정 필라테스.

### 1. 가상 코스에서 경주하는 메타버스 사이클링

사이클링은 매력적인 운동이다. 30분만 타도 밤 반 공기 열량이 달하는 150kcal 정도는 거뜬히 소모하고, 안장과 페달 거리만 잘 조정하면 걷거나 달리기처럼 무릎에 무리가 가지도 않는다. 또 원하는 시간에 맞춰 언제든 혼자 탈 수 있기 때문에 독립적인 활동을 좋아하는 NT형에게 더없이 좋다. 여기에 메타버스 사이클링 프로그램을 이용하면 자전거 경주 게임을 하는 것같은 재미에 운동 욕구까지 불태울 수 있다. 방법은 간단하다. 자전거 페달에 센서를 연결한 다음 태블릿 PC나 모니터에 재생되는 시뮬레이션 화면을 보며 사이클을 타면 된다. 메타버스 사이클링 프로그램을 적용하면 실제로 자전거를 타는 것같은 사이클 코스를 보며 지루한 느낌 없이 탈 수 있다. 코로나19 시대를 거치며 여러 메타버스 사이클링 프로그램이 등장했는데, 양대 산맥은 즈위프트와 아랫이다. 설치 방법이나 사용법은 비슷하지만 지원하는 언어와 결제 방식 등에 다소 차이가 있으므로 비교해보고 자신에게 맞는 프로그램을 선택하면 된다. 즈위프트는 한 달에 25k까지 무료 체험이 가능하므로 확신이 서지 않는다면 직접 타보고 결정할 수 있다.

### 2. 재활 교정 필라테스 몸을 알고 움직이기

지적 호기심이 많고 무엇이든 완벽하게 하는 것을 좋아하는 NT형이라면 해부학 지식과 물리치료 임상 경험을 갖춘 필라테스 트레이너에게 받는 재활 교정 필라테스 수업이 알맞다. 특히 외과 수술 경험이 있거나 신체 특정 부위에 지속적으로 통증을 느끼는 사람에게 섹 관찰은 운동. 재활 교정 필라테스는 신체 밸런스를 바로잡고 통증을 개선하는 것을 최우선으로 하기 때문에 단순히 체중 감량을 목적으로 운동할 때보다 몸의 밸런스가 좋아지고 체형이 바로 잡히는 것을 느낄 수 있다. 운동을 시작하면 제일 먼저 근력, 유연성, 근육 길이, 자세 정렬 등 몇 가지 테스트로 구성된 움직임 평가를 하는데 이를 통해 잘못된 움직임이나 생활 습관으로 늘어나고 짧아진 근육과 틀어진 관절을 찾아 개선 방향을 잡는다. 고습비는 지역이나 강습 인원수에 따라 다르지만 1회 평균 7만~10만원 선이다.



## INFP·INFJ·ENFJ·ENFP

활동적이고 매사 즐거움을 추구하는 NF형에게는 클라이밍이나 폴싱처럼 몸을 적극적으로 움직이며 재미있게 할 수 있는 운동이 제격이다.

### 1. 성취감 최고조! 보더링 클라이밍

운동을 사용하고, 운동이 아니라 게임처럼 즐기며 성취감을 느낄 수 있다. 지난 2년간 실내에서 즐길 수 있는 운동이 인기를 얻으며 급부상한 실내 클라이밍이 NF



형에게 잘 어울리는 이유다. 클라이밍에는 스피드, 리드, 볼더링 세 종류가 있는데, 초보자에게는 단거리달리기처럼 속력을 거루는 '스피드'나 정해진 시간 동안 누가 더 많이 올라가는지를 겨루는 '리드'보다는 미션을 풀어가듯 전략적으로 오르는 '볼더링'이 적합하다. '평소 안 쓰던 근육까지 골고루 사용하는 전신운동이라 몸에 잔근육이 붙는 것이 느껴지고, 무엇보다 피니시 블록에 손을 댄을 때 느끼는 성취감이 말도 못 하게 짜릿해오.' 최근 클라이밍에 빠졌다는 인기 유튜버 공지가 직접 전한 볼더링의 매력이다.

## 2. 예쁜데 재밌기까지 한 폴실크

도전의 아이콘 NF형에게는 기둥에 매달려 공중에 뜬 채 움직이는 폴 스포츠 역시 흥미를 불러일으킬 터. 폴 스포츠 중 가장 잘 알려진 것은 폴댄스지만 오직 몸의 근력, 폴과 피부의 마찰만을 이용해 움직여야 하기 때문에 초심자에게는 조금 어려운 편이다. 반면 폴실크는 플라잉 요가에 사용하는 실크 천을 풀에 걸고 이 천에 몸을 지탱해 움직이기 때문에 조금 더 배우기 쉽다. 초반 수업에서 기초 동작을 배운 다음 이를 적용해 실크 천에 몸을 지탱한 채로 공중에서 몸을 움직이게 되는데 공중에서 춤추듯 움직이다 보면 시간이 어떻게 가는지 모른다는 것이 수많은 경험자의 증언이다. 몸을 받쳐주는 천이 있어 크게 힘들지 않은 듯하지만 움직이다 보면 400~500kcal가 순식간에 소모된다. 또 매달리는 힘은 결국 근육을 사용하기 때문에 근력도 키울 수 있다. 양쪽 겨드랑이에 실크 천을 걸고 몸을 띄우는 동작이 많아 겨드랑이가 아프다고 하지만, 이 과정에서 림프샘이 모인 겨드랑이를 자극해 몸의 순환을 돕고 부기가 빠지는 효과가 있다.



## ISTP·ISFP·ESTP·ESFP

감각과 인식을 중요하게 여기고 정해진 규칙에 쉽게 싫증을 느끼는 SP형이라면 시술의 힘을 빌리거나 강박이나 심리적 압박감이 생기지 않는 직관적 식사 방법이 맞다.

### 1. 누워서 근육을 만드는 코어 스컬프 시술

'보디 포지티브'를 외치는 요즘 같은 시대에 시술이 웬 말이나는 사람도 있겠지만, 몸을 해치지 않는 건강한 시술도 있다. 코어 스컬프는 그 이름처럼 몸을 조각하는 시술인데, 강한 자기장 펄스를 몸에 전달해 근섬유 성장을 유도하고 근육세포를 활성화한다. 쉽게 말해 가만히 누운 채로 '득근' 하는 시술. 시술 부위는 주로 복부, 엉덩이, 허벅지 등 코어 쪽 근육인데, 근육을 키우고 싶은 부위에 밴드를 밀착하고 30분 정도 자기장 펄스를 받기만 하면 끝. 강력한 자기장이 운동만으로 보기 어려운 근육 수축과 이와 효과를 제공하는데, 윗몸일으키기와 스쿼트를 약 3만5천 회 한 것에 버금간다. "바빠서 운동할 시간을 내기 어려운 직장이나 출산으로 복직근이 늘어난 여성, 무릎관절이 약해 고강도 운동을 하기 어려운 분에게 특히 효과적이에요." 코어 스컬프를 전문적으로 시술하는 워드윈 피부과 이재복 원장의 설명이다. 단 시술 부위에 금속 보형물이 있거나 수술한 지 1년이 지나지 않은 사람, 임신부와 생리 중인 사람은 시술에 어려움이 있을 수 있으므로 전문의와 충분히 상담을 한 뒤 결정해야 한다.

### 2. 계산하지 말고 '직관적 식사'

정해진 규칙을 답답하게 느끼는 SP형은 육구를 제한하는 식단 관리보다 몸이 원하는 만큼 온전히 먹으며 음식과 평화롭고 건강한 관계를 맺을 수 있는 '직관적 식사법'을 권한다. 미국의 영양 전문가 에블린 트리블리와 영양 치료사 엘리스 레시가 창시한 이 식사법은 입으로 들어가는 모든 음식의 칼로리를 계산하고 제한하는 기존의 강압적 다이어트 식사에 반박한다. 영양 전문가로 활동하며 수많은

사람의 다이어트 실패 과정을 지켜보며 연구한 결과, 가장 성공률이 높고 지속 가능한 식사법은 내 몸이 원하는 욕구에 귀 기울이고, 이를 음식으로 충족시켜주며 이 과정에서 얻는 즐거움과 포만감을 온전히 즐기는 것이라고 결론지은 것이다. 이 식사법은 모든 음식을 허용하며(절령 정크 푸드일지라도), 그 대신 배고플 때 먹고 배부를 때 오는 포만감의 신호를 관찰하라고 한다. 그러다 보면 자연히 음식에 대한 만족감이 커져 폭식 욕구와 식사량이 줄어든다고 한다. 과연 이 방법이 효과가 있는나? 지금 유튜브에 '직관적 식사', '온전히 먹기', '탈다이어트'를 키워드로 검색해보라. 다이어트 없이 다이어트에 성공한 수많은 사람의 성공담을 목격할 수 있을 테니.



## ISTJ·ISFJ·ESTJ·ESFJ

성실하고 정해진 규칙을 잘 지키는 SJ형이라면 강인한 의지를 요하는 간헐적 단식도 문제없다. 의지박약인 사람에게는 한없이 어려운 홈 피트니스 역시 자신과의 약속을 소중히 하는 SJ형 사람들에게는 훌륭한 몸 관리 방법이다.

### 1. 16:8? 5:2? 간헐적 단식

고전적인 방법이지만 최근 유명 걸 그룹 멤버가 컴백을 앞두고 간헐적 단식으로 단기간에 무려 9kg을 감량했다는 소식이 전해지며 이 단식법이 다시금 주목받고 있다. 이미 다수의 유명인이 간헐적 단식으로 체중 감량에 성공했다고 밝혔고, 연구 결과에 따르면 간헐적 단식이 자가 포식(몸이 스스로 낡은 세포를 분해해 없애는 것) 기능을 활성화해 몸의 자가 치료 기능을 높이는 것은 물론 인슐린 저항성을 개선해 혈당을 낮추는 데도 도움을 준다고 하니 건강면에서도 이로울 셈이다. 간헐적 단식을 대표하는 두 가지는 16:8 단식과 5:2 단식. 가장 대중적인 '16:8 단식법'은 8시간 동안 원하는 만큼 먹고 16시간 동안 공복을 유지하는 시간 제한 섭취법으로, 식사 후 12시간을 넘어서면 우리 몸이 탄수화물 기반의 에너지를 모두 사용해 지방을 연소한다는 점에 착안했다. '5:2 단식법' 역시 원리는 비슷하지만 일주일 중 5일은 평상시대로 먹고 나머지 2일만 섭취 열량을 500kcal 이하로 제한한다.

### 2. 랜선 트레이너와 함께하는 홈핏

혼자서도 잘하는 '의지의 SJ형'라면 유튜브의 랜선 트레이너만 있어도 매일 운동하는 것이 어렵지 않다. 최근 인기 있는 유튜브 피트니스 채널을 소개하니 취향에 따라 골라보기 바란다. 매일 따라 할 수 있는 활력 있는 운동을 원한다면 유튜브 채널 <빅씨스>를 검색해보자. 뉴욕 하늘이 보이는 통창을 배경으로 운동하는 빅씨스는 유산소운동과 근육운동을 적절히 섞어 매일 부담 없이 따라 할 수 있는 1시간 길이의 데일리 운동 영상을 업로드한다. 50일 챌린지, 100일 챌린지 등의 데일리 챌린지 영상을 통해 매일 잘 짜인 전신운동 루틴을 소화하는 성취감을 느끼며 운동할 수 있다. 활기찬 동작 위주로 구성됐지만 발을 구르거나 뛰는 동작은 많지 않아 중간 소음 걱정 없이 따라 할 수 있는 것도 장점이다. 매일 장시간 전신운동을 하기보다 고민되는 부위 위주로 운동하고 싶다면 <이지는 다이어트> 채널을 찾아보자. 10분 정도 길이의 부위별 운동 솔루션을 제공하는데 '허벅지 돌려 깎기', '종아리 알 타파', '울챙이배 탈출' 등 제목부터 직관적이다. 특히 허벅지 돌려 깎기 영상은 1천만 뷰를 목전에 둔 만큼 폭발적인 반응을 얻고 있는데, 댓글에 절대 빠지지 않던 허벅지 살과 울퉁불퉁한 근육이 정리되었다는 간증에 가까운 후일담이 계속 올라오고 있으니 '저주받은 하체'로 고민한다면 믿고 따라해보길.

# 각질 제거 최적기

계절은 더없이 고운데, 내 피부는 왜 이렇게 거칠어졌을까. 거칠고 푸석한 피부 때문에 고민 많을 가을 여인을 위한 각질 제거 노하우.

photographer CHOI MIN YOUNG(제품)  
editor LEE SUNG JIN

마스크와 일상을 함께한 지 벌써 3년. 이젠 마치 피부 같은 마스크 때문에 입 주변이 1년 내내 푸석한 사람이 적지 않다. 이 사실만으로도 속상하기 이를 데 없는데, 가을이 되면 그 푸석한 기운이 얼굴 전체로 퍼져 나가니 더욱 괴롭다. 건조한 가을바람이 피부 속 수분을 앗아가고 피지 분비가 급격하게 줄어들며 피부 턴오버 주기가 흐트러져 각질이 제때 떨어져 나가지 못하기 때문. 얼굴에 각질이 많으면 메이크업이 제대로 되지 않는 것은 물론, 품질 좋은 스킨케어 제품을 발라도 유효 성분이 피부 속으로 충분히 흡수되지 못하기 때문에 시간이 갈수록 문제가 더욱 심각해진다. 급한 마음에 각질 제거제를 찾아보지만, '건성 피부는 각질 제거를 하면 안 된다', '각질을 제거할수록 피부가 얇아진다' 같은 속설이 떠올라 망설여지는 것이 사실이다. 과연, 각질 제거는 꼭 해야 할까? 한다면 어떻게 해야 할까? 각질층은 각질이라는 기와를 열기설기 쌓아놓은 듯한 형태를 띠는데, 각세포가 지질로 잘 붙어 있으면 표면이 매끄럽지만, 지질이 부족하면 각질이 뜰 때 표면이 거칠어진다. 역할을 다한 각질 세포는 새로운 세포에 밀려 떨어져 나가야 하는데, 노화나 자극 등으로 턴오버 주기가 흐트러지면 제 때 탈락되지 못하고 쌓이게 된다. 결국 피부가 거칠어지고 모공이 막혀 트러블이 생기거나 피부가 더 건조해질 우려가 높아지는 것. 따라서 피부가 건강한 상태라면 일부러 각질을 제거할 필요가 없지만, 노화나 스트레스 등으로 일정 수준 이상의 각질이 피부에 쌓이면 인위적으로 제거하는 것이 바람직하다. 묵은 각질을 제거한다고 해서 각질이 더 잘 생기는 체질로 변하는 것은 아니지만, 과도하게 각질을 제거해 피부에 상처가 나면 이를 보호하기 위해 각질이 더욱 두꺼워질 수 있고, 자신의 피부에 맞지 않거나 너무 강한 제품을 쓰면 피부가 자극을 받아 트러블이 생길 수 있으므로 주의가 필요하다. 피부가 얇아진다는 것도 오해다. 각질 제거 후 피부가 붉거나 예민해지는 것은 각질을 많이 제거해서 나타나는 일시적인 현상. 통상 2주 정도 지나면 이런 증상이 사라지는데, 이후에도 같은 증상이 이어진다면 피부 자극으로 모세혈관이 확장된 경우일 수 있다. 결국 건강한 피부를 위해서는 적당량의 각질을 자극 없이 잘 벗겨내는 현명한 각질 제거가 선행되어야 하는 것이다.

성공적인 각질 제거를 위해서는 무엇보다 피부 상태를 정확하게 파악할 필요가 있다. 피지와 수분이 모두 부족한 건성 피부라면 보습 성분이 충분히 들고 산성을 띠지 않는 각질 제거제가 알맞다. 알갱이가 없는 젤 타입





PHOTOGRAPHY: WWW.GETTYIMAGESBANK.COM

의워시 오프 제품으로 2주에 1회 정도 각질을 제거하길 권한다. 피지 분비가 왕성하고 각질이 두꺼운 지성 피부라면 일주일에 1~2회는 각질을 제거하는 것이 적당하다. 자극 없는 알갱이를 포함해 부드럽게 묵은 각질만 제거해줄 제품이 알맞다. 피지가 피부 밖으로 빠져나오지 못하고 굳어 생기는 화이트 헤드가 많은 편이라면 스크럽으로 모공을 열고 묵은 피지를 제거할 것. 각질 제거를 하면 피부가 민감해지거나 막 각질이 들뜨기 시작해 메이크업이 잘 안 먹는다면 메이크업 노폐물은 물론 묵은 각질까지 제거해주는 클렌징 제품으로 각질을 털어내길. 자극 없는 클렌징 티슈로 넘치는 각질까지 닦아내거나, 부드러운 알갱이를 포함한 클렌징 폼을 사용하는 것이 바람직하다.

각질 제거는 사후 관리도 무척 중요하다. 각질을 제거한 뒤에 가장 먼저 해야 할 일은 수분과 영양 보충. 피부의 표면을 벗겨낸 상태이기 때문에 충분히 재생되도록 철저히 관리해야 한다. 닦아내는 자극적인 토너 대신 보습 성분이 충분히 든 토너를 듬뿍 바르고 에센스와 크림을 차례로 덧바른 뒤 얼굴 전체를 감싸듯 손으로 지그시 눌러주면 유효 성분이 보다 효과적으로 피부 속으로 스며든다. 피부에 자극을 줄 수 있는 강한 기능성 제품은 피할 것. 다만 각질을 제거하면 색소침착이 잘 일어날 수 있으므로 되도록 저녁에 하고, 낮 동안에는 선크림을 충분히 발라야 한다. **1D**

**TIP**



**1. 프리메라 페이스 인텐시브 필링**  
내추럴 셀룰로오스를 사용해 묵은 각질과 블랙 헤드, 화이트 헤드를 말끔하게 없애주는 제품. 피부 자극을 최소화했다. 150ml, 3만3천원.

**2. 프리메라 페이스 마일드 필링**  
건강한 피부는 건드리지 않고 묵은 각질과 모공 속 노폐물만 흡착해

없애는 필링제. 필링하는 30초 동안 피부 장벽을 보호하고 피부를 촉촉하게 유지해준다. 150ml, 3만원.

**3. 헤라 멜라솔브 프로그램 딥 클렌징 폼**  
각질 제거에 효과적인 셀룰로오스 비드와 부드러운 거품으로 피부를 맑고 화사하게 가꿔주는 브라이트닝 효과의 클렌징 폼. 200g, 3만5천원.



# 사실, 저 이거 써요

다른 브랜드를 홍보하고 있어서, 혹은 다른 사람들에게 알려주기 싫어서 마음속에만 썩 저장해둔 최애템들. 에디터에게만 살짝 들려준 속내를 공개한다.

photographer CHOI MIN YOUNG(제품)  
editor LEE SUNG JIN



뷰티 브랜드  
홍보 담당자 J

## 피부 자신감을 준 콜라겐

뷰티 브랜드를 홍보하다 보니, 화장품에 관한 얘기를 많이 나눠요. 친구가 콜라겐 앰플을 먹고 효과를 봤다고 하더라고요. 탄력이 떨어져 고민하던 터라 바로 검색했고, 바이탈뷰티의 슈퍼콜라겐 골드를 찾아냈죠. 식약처에서 인증받은 원료를 썼다는 말에 더 생각할 것도 없이 구매했죠. 자기 전 하나

씩 먹었는데, 확실히 촉촉한 느낌과 함께 생기가 있어 보이고, 피부 컨디션이 좋아진 것 같아요. 그러니 피부에 자신감이 생기더라고요. 꾸준히 먹다가 지켜온 기분에 타 브랜드 제품을 사봤는데 효과가 없어 결국 바이탈뷰티로 돌아왔습니다. 한 브랜드에 이렇게 충성한 건 처음이에요.

### 바이탈뷰티 슈퍼콜라겐 골드

국내 최초로 식약처에서 피부 개선 기능성을 인정받은 콜라겐 원료에 비오틴과 셀레니 주원료로 함유되어 피부 건강을 탄탄하게 해주며, 부원료로 비타민 C, 히아루론산, 엘라스틴이 더해진 액상 콜라겐 앰플. 750ml(25ml×30앰플), 12만원.



콘텐츠  
크리에이터 L

## 화사한 피부의 비결

한때는 우윳빛 피부라는 소리도 들었지만, 시간 앞에서는 장사가 없더라고요. 칙칙해지는 피부 톤이 신경 쓰이더니, 파운데이션 호수를 바꿔야 할 지경에 이르렀죠. 평소 열심히 자외선 차단제를 발라왔는데

좋겠다 싶어 찾다가 발견한 것이 설화수의 상백크림이에요. 처음 바르자마자 마음에 들더군요. 자외선은 차단하고 피부는 화사하게 밝혀주는 데, 허영게 뜨는 게 아니라 톤이 전반적으로 환해지더라고요. 나이 들어도 여전히 화사하다는 칭찬을 듣게 해준 고마운 아이라 나만 쓰고 싶은 제품이기도 해요.

설화수 상백크림 NO.1 크림이 글로우 & NO.2 밀키 톤 업 SPF50+/PA++++ 자외선과 도시의 유해 환경으로부터 피부를 보호하고 눈이 시린 증상도 적은 저자극 자외선 차단제. 미백 기능을 갖춰 바를수록 피부가 화사해진다. 각각 50ml, 8만5천원.

## 간간한 엄마의 원 픽

뷰티 에디터 C



에디터로 일하다 보니, 화장품이나 이너 뷰티 제품을 선물 받는 일이 꽤 많아요. 그중 몇 개는 부모님께 드리는 것이 사실이고요. 그 덕분에 엄마도 이너 뷰티 아이템을 많이 접하는데, 간간한 엄마의 취향에 맞는 제품은 손에 꼽을 정도로 적어요. 그런 엄마가 사서 드시고 싶다고 말씀하신 제품이 바로 바이탈뷰티의 명작수예요. 평소보다 유독 피로하거나, 면역력 관리가 필요할 때 명작수를 찾게 된다고 하시더라고요. 명작수는 맛이 부드럽워 부담 없이 드실 수 있고, 무엇보다 휴대하기도 간편해서 모임 나가실 때도 자주 챙겨 가신다고 하시니, 꾸준히 주문해드릴 수 밖에요. 제대로 하지 못한 효도를 명작수가 대신 해주는 것 같아요.

### 바이탈뷰티 명작수

인삼의 뿌리와 열매(부원료)를 모두 담아 신체 본연의 생명력을 깨워주는 앰플. 면역력 증진, 피로 개선, 혈소판 응집 억제를 통한 혈액 흐름 개선, 항산화, 기억력 개선으로 5대 기능성을 인증 받은 홍삼 건강기능식품이다. 600g(20g×30앰플), 17만원.

뷰티 브랜드 홍보 담당자 P



## 내게 허락된 유일한 아이크림

제가 홍보하는 브랜드에도 아이크림이 있지만, 사실 내게 허락된 아이크림은 설화수의 자음생아이크림이 유일해요. 눈가가 예민한 데다 비립종이 자주 생겨서 20대 초반부터 지금까지 아이크림을 전혀 쓰지 못했어요. 그 때문인지 다른 곳에 비해 유독 눈가에 주름이 더 많은 편이죠. 친구가 선물해주자

음생아이크림도 망설였어요. 반신반의하며 발라봤는데, 며칠을 써도 비립종이 생기지 않아 안심했고, 꾸준히 쓰니 열은 주름이 사라지는 기분이 들더라고요. 꼭 꺼져 피곤해 보이던 눈가가 도통해진 느낌마저 들어 지금은 꾸준히 바르고 있습니다. 이래서 모두가 아이크림을 꼭 찾아 봐요.

### 설화수 자음생아이크림

속부터 차오르는 3중 탄력 케어 효과로 신경 쓰이는 눈가 주름을 고루 해결해주는 아이크림. 한 번만 써도 효과를 피부로 느낄 수 있다. 20ml, 16만원.

메이크업 아티스트 L



## 남편도 탐내는 제품

20대 초반부터 제품을 직접 테스트한 탓에 피부가 민감해서 새로운 화장품에 도전하기 쉽지 않아요. 선물 받아도 다른 사람에게 주는 편인데, 아모레퍼시픽의 라인에이징 리모델링 크림은 브랜드에 대한 믿음 때문에 화장대 서랍에 넣어뒀었어요. 때마다 크림이 떨어진 남편이 어느 날부터인가 쓰다니 얼

굴이 묘하게 달라 보이더라고요. 깊게 팔자주름과 무너진 턱선이 한꺼번에 정돈되다니! 살이 빠진 것도, 운동을 시작한 것도 아닌데 얼굴이 달라진 것을 보니 비결은 라인에이징 리모델링 크림이구나 싶더라고요. 그날부터 이 크림은 남편과 나, 이렇게 두 사람이 쓰게 되었습니다.


### 아모레퍼시픽 라인에이징 리모델링 크림

얼굴의 입체감을 좌우하는 5대 부위(광대, 팔자주름, 턱, 이중턱, 볼)에 강력한 펩팅 및 리프팅 효과를 발휘해 입체적인 탄력 피부로 가꿔준다. 50ml, 28만원.

## 엄마의 회복을 도와준 고마운 프로틴

포토그래퍼 K



지난해에 엄마가 큰 수술을 받으셨어요. 지금은 완전히 회복되었지만, 한동안 힘이 없어 고생하시는 모습을 보며 약국에서 프로틴 음료를 사다 드렸죠. 단백질은 보충하니 그나마 기력이 좀 나는 것 같다고 하시더라고요. 그렇게 몇 통을 드시고 난 뒤, 다른 제품도 마셔보고 싶다고 하셔서 바이탈뷰티의 프로틴 파워를 사다 드렸어요. 일일 섭취량 기준 21g의 고함량 단백질을 소화되기 쉬운 형태로 넣었다기에 망설임 없이 선택했죠. 이후 지금까지 엄마가 꾸준히 이 제품을 드십니다. 엄마가 밝은 미소를 되찾는 데 프로틴 파워가 크게 기여한 것 같아 참 고마워요. 

### 바이탈뷰티 프로틴 파워

동물성 단백질과 식물성 단백질을 균형 있게 배합해 21g을 담은 제품. 근육과 뼈 건강 개선은 물론, 면역력과 활력 증진에도 도움을 준다. 518g(18.5g×28포), 7만원.

# 손수 채운 집

웨인스코팅이 포인트가 되는 벽과 적재적소에 달린  
예쁜 조명들, 포근한 분위기를 내는 벽난로까지...  
아름다운 집을 가득 채운 것은 남편의 사랑 어린 손길이였다.

photographer HAN DONG WON  
editor LEE SUNG JIN





@i.s.y.casa  
한일규, 장소미

남편 한일규는 영상 관련 업종에 종사하며 겸임 교수로 학생들을 가르치고, 아내 장소미는 항공사에서 22년째 근무 중이다. 두 사람은 초등학교 5학년인 딸과 함께 아름다운 프렌치 모던 하우스에서 영화 같은 삶을 살고 있다.

푸른 대문과 넓은 전실을 지나 들어선 거실, 깔끔한 대리석 바닥과 웨인스코팅으로 장식한 벽면, 그리고 햇살을 적당히 차단하고 끌어들이는 화이트 루버 셔터를 보는 순간 감탄이 절로 나왔다. 동남아시아의 어느 품격 있는 리조트에 와 있는 듯한 착각이 들었기 때문이다. 조명이 달린 실링팬, 타닥타닥 소리를 내고 하얀 연기를 내뿜는 벽난로까지 보면 그 누가 이곳을 김포의 아파트라고 생각할 수 있을까.

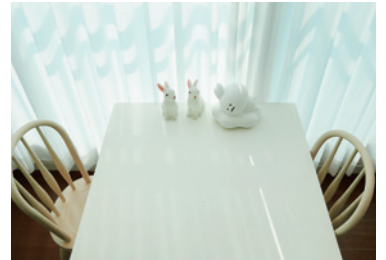
“집을 리모델링할 때 가장 먼저 계획하고 계약한 것이 루버 셔터예요. 해외 인테리어를 보면 창이 참 예쁘잖아요. 그런 분위기를 내고 싶어

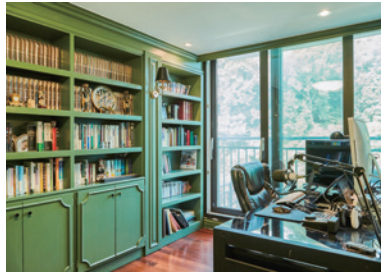


서 이미지를 저장해뒀다가 남편에게 보여줬죠. 남편도 좋아하더라고요. 루버 셔터를 우선으로 하고 나머지 디자인을 거기에 맞췄어요. 실링팬이나 벽난로는 물론이고, 서재로 통하는 문을 격자로 디자인한 것도 그 일환이에요. 루버 셔터에 맞춰 집을 디자인했다고 해도 과언이 아닐 거예요.” -장소미

베란다 쪽 벽면을 가득 채운 화이트 루버 셔터와 장소미가 인터넷을 뒤져 찾아낸 조명 부착형 실링팬, 그리고 한일규가 자르고 붙인 웨인스코팅 벽은 훌륭한 조화를 이루며 이국적인 분위기를 완성한다. 실제 불빛이 타오르는 듯한 벽난로도 이 집을 특별하게 만드는 특징적 요소다. 최근 벽난로 콘솔을 디자인 요소로 활용하는 사례가 늘고 있지만, 실제 소리와 연기가 나는 벽난로를 두는 집은 거의 없기 때문이다.

“벽난로도 제가 직접 만들었어요. 어린 시절, 가족과 함께 별장에서 여름에는 장작을 때고, 겨울에는 그 장작으로 벽난로를 땀 추억이 있거든요. 처가와 본가에도 벽난로가 있어서 우리 집에도 꼭 두고 싶었어요. 제가 벽난로를 만들겠다고 했는데, 소미는 콘솔을 놓는다고 생각했었나 봐요. 실제로 작동하는 벽난로를 만들겠다고 했더니 많이 놀라서 만류하더라고요. 그래서 좌절을 겪기도 했습니다.” -한일규





불꽃과 연기, 그리고 소리가 살아 움직이는 벽난로를 만들기 위해 한일규는 전 세계의 실내 벽난로에 관한 논문을 죄 뒤집 정도로 열정을 보였고, 결국 불빛이 타오르는 듯한 벽난로를 완성했다. 사과 껍질 같은 허접한 벽난로 박스를 깎고 다듬었고, 인조 대리석으로 화덕을 만들었으며 수증기를 이용해 불꽃과 연기가 나오는 듯한 벽난로를 완성했다.

사실 그가 진심을 보인 것은 벽난로만이 아니다. 이 집의 모든 것은 그의 손에 탄생한 것. 하지만 그가 처음부터 셀프 인테리어를 하겠다고 나

선 것은 아니다. 구조가 마음에 들어 이 집을 계약하긴 했지만 가구를 덜어내고 바닥을 뜯으니 손봐야 할 곳이 한두 군데가 아니었다. 전문 인테리어 디자이너에게 견적을 내보았으나 선뜻 나서지 않았고, 간혹 나서는 사람도 비용이 터무니없이 비싸거나 원하는 디자인을 구현하기 어려우니 변경해보자는 식으로 설득하는 바람에 직접 인테리어를 해보기로 마음먹었다고 한다. 사실 관리 사무소에서 받은 도면으로 직접 인테리어 예상도를 3D로 그려 보여준 그는 여간 깐깐한 클라이언트가 아니었을 터. 결국

그는 셀프 인테리어에 도전하기에 이르렀다. 예상 공사 기간은 한 달이었지만 긴 장마와 섹션별 전문가들의 실수 등이 겹쳐 세 가족은 겨우 방 두 개만 완성된 이집으로 이사를 와야 했다. 그렇게 결방살이하듯 생활한 지 11개월, 공사가 시작된 후 1년이 지나 인테리어가 드디어 완성됐다. 그사이 수많은 일과 변수가 있었지만, 주변 사람들의 도움으로 인테리어를 끝마칠 수 있었다. 비단 보기에 예쁜 것이 다가 아니다. 사물인터넷(IoT)을 활용해 모든 조명과 벽난로를 휴대폰으로 컨트롤할 수 있게 하는 '기술'도 적용했다. 이만하면 그는 이제 전문가 중에 전문가인 셈이다.

"조명에 특히 신경 썼어요. 소미가 원하는 조명을 찾아내면 제가 설치했죠. 거실에 달린 조명 실링팬은 최근 유행하는 심플한 디자인이 아니라서 찾기가 쉽지 않더라고요. 그래서 소미가





고생했어요. 아일랜드 주방에 달린 조명을 달 때에는 감전돼 쓰러지기도 했죠.” -한일규

우여곡절 끝에 완성한 집을 채운 것은 아내 장소미가 오랫동안 수집한 프렌치 가구와 소품이다. 식당의 선반은 그녀가 결혼 전 해외에서 산 것으로, 오랫동안 그녀의 방에 걸려 있었다. 침실에 놓인 콘솔 역시 결혼 전부터 쓰던 것을 가져와 새로 칠을 했다. 거실과 서재에 놓인 가족 소파는 30년 넘게 그녀의 집에 있던 가구였다. 바래고 찢어져 버려야 할 소파를 두 사람이 리폼한 뒤 이곳으로 가져왔고, 새 생명을 얻어 훌륭한 역할을 해내고 있다. 마음에 드는 것이 없어 직접 만든 세계지도 위 자석들은 두 사람의 여행 역사를 담고 있고, 게스트 룸에 놓인 침대는 이사 오기 전 집에서 쓰던 것이다. 곳곳에, 세 가족의 히스토리가 담겨 있는 셈이다.

집의 또 다른 특징 중 하나는 방마다 색이 다른 벽면이다. 공간을 쓰는 사람의 취향을 반영한 것. 이제 핑크가 유치하다는 딸의 의견을 반영한 아이 방의 민트, 장모님이 주로 쓰시는 게스트 룸의 퍼플, 숲속에서 책을 읽는 듯한 느낌을 내기 위해 선택한 서재의 다크 그린, 투병 중이던 아내를 고려해 생기를 더한 안방의 인디언 핑크까지. 모든 공간에서 세심한 배려가 느껴진다.

“딸아이 친구가 놀러 왔다가 저에게 ‘아저씨 재벌이예요?’ 하고 물어본 일이 기억에 남아요. 화려하고 깔끔한 호텔식 디자인에 적잖이 놀랐나 봐요. 사실 집을 채우며 쓴 돈은 인테리어 업체에서 제시했던 금액의 반도 안 돼요. 쓰던 물건을 가져온 경우가 많고, 직접 울지로와 인터넷을 뒤져가며 구한 자재를 썼거든요.” -한일규

“친구들이 호텔 로비에 있는 것 같다고 해 기뻐요. 제가 원하는 것이 그 분위기였거든요. 주말마다 이국적 느낌의 베란다에 둘러앉아 브런치를 먹을 때면 더없이 행복해요.” -장소미  
예쁘게 꾸민 집이야 많지만, 많은 노력과 추억이 스며든 공간은 흔치 않기에 더욱 매력적인 이 집. 지금도 조금씩 변화하며 이야기를 쌓아가는 이 공간이 어떻게 달라질지 기대된다. **10**



**TIP**



**한일규, 장소미가 말하는 셀프 인테리어 노하우**

**1. 철저하게 계획할 것**

인테리어를 하기 전, 집의 도면을 입체적으로 그려보면 **필요한 자재의 목록과 수량 등을 대충 짐작할 수 있어 오류를 최소화**로 줄일 수 있다. 인터넷을 찾아보면 손쉽게 도면을 그려볼 수 있는 프로그램이 많으니 도전해보길.

**2. 재단 서비스를 활용할 것**

직접 자재를 구입해 현장에서 재단하면 변수에 대응하기는 쉽지만 소음과 분진, 폐기물 처리 등이 복잡할 수 있다. **치수에 따라**

**재단해 배송해주는 서비스를 적극 활용하는 것이 어려므로 편하다.** 물론 정확하게 치수를 재는 것이 우선이다.

**3. 디자인 자료를 참고할 것**

**인테리어 사례를 많이 보고, 원하는 방향을 잡은 뒤 인테리어를 시작할 것.** 인테리어를 완성한 뒤 다소 미흡해 보이는 곳이 있더라도 부분적으로 마감재를 활용해 감추어도 되고, 가구나 오브제로 더 컨셉추얼한 곳으로 만들 수도 있으니 유연하게 생각하자.

# 집에서 즐기는 셀프 스파

선선해진 날씨와 함께 닥친 피부 건조주의보!  
푸석한 바디를 관리하기 위해 에스테틱과 스파를 전전해보지만  
효과는 그때뿐, 셀프 스파로 집에서 쉽고 간편하게 피부결을  
정돈할 수 있는 데일리 루틴을 공개한다.

photographer CHOI MIN YOUNG(제품)  
editor KIM HEE SOO

## 휴식을 위한 환경 만들기

먼저 미지근한 물 한 컵을 마신다. 입욕을 하며 배출되는 땀으로 수분이 빠져나가는 것을 방지할 수 있다. 그다음은 몸의 긴장을 풀고 차분한 상태로 만들 차례. 조명과 향기, 음악만큼 분위기를 전환에 탁월한 것도 없다. 형광등은 잠시 꺼두고 조도가 낮은 무드 등으로 안락한 분위기를 내보자. 향이나 캔들을 이용하는 것도 효과적이다. 일렁이는 불빛과 함께 은은하게 퍼지는 향을 맡으며 입욕하면 릴렉싱 효과가 배가된다. 잔잔한 음악을 틀어놓으면 마치 고급 호텔에서 스파를 즐기는 것같은 분위기가 완성된다.

## 입욕 전 샤워하기

샤워 젤을 이용해 따뜻한 물로 씻으면 목은 때와 각질을 손쉽게 벗겨낼 수 있다. 몸에 쌓인 각종 노폐물과 각질을 방지할 경우 피부 노화와 건조증을 유발할 수 있다는 사실을 간과해서는 안 된다. 그러므로 피부에 자극을 주지 않는 선에서 각질을 잘 불려 부드럽게 문질러 제거하는 것이 필수. 또 바로 입욕을 시작하면 급작스러운 온도 변화에 혈압이 상승하거나 어지럼증을 느낄 수 있다. 이러한 부담을 덜기 위해서도 샤워는 바람직하다.

## 테라피 타임

물의 온도는 사람의 체온보다 조금 높은 38~40℃가 적당하다. 목욕물에 영양과 생기를 불어넣을 입욕제를 넣어보자. 전 단계에서 샤워를 끝마쳤기 때문에 세정 효과보다는 피부결을 부드럽게 하고 릴렉싱에 도움을 주는 배스 밤, 솔트 등을 사용해 피부가 건조해지는 것을 막는 것이 좋다. 혈액순환과 수분 충전에 효과적이고 마음에 안정감을 주는 아로마 오일을 한두 방울 떨어뜨려 기분 전환을 하거나, 미네랄과 마그네슘 성분이 풍부한 배스 솔트 한두 스푼으로 피부에 영양을 채워보자. 장시간 입욕할 경우 현기증이나 탈수 증상을 유발할 수 있으므로 20분을 넘기지 않아야 한다.

## 촉촉한 바디 마사지

입욕으로 스트레스와 피로를 푸는 것만큼이나 중요한 애프터 케어가 바로 보습이다. 몸에 쌓인 각종 노폐물을 깨끗이 씻어냈다면, 이제 매끈한 바디에 영양을 공급할 시간. 따뜻한 기온에 모공이 열린 얼굴과 몸은 영양분을 흡수하기에 최적의 상태. 물에 들어가 있는 동안 흘린 땀으로 인해 뺀 수분을 채울 수 있도록 건조한 바디에 크림이나 로션을 충분히 바른다. 이때 얼굴과 몸에 마사지하듯 부드럽게 펴 바르면 피로가 풀리는 것은 물론 문진 근육이완되며 팔사지 효과까지 볼 수 있다. **11**

홈 셀프 스파에 사용하기 좋은 제품



1. 헤라 에이지 어웨이 에스테틱 BX 워터 150ml, 6만원.
2. 헤라 에이지 어웨이 에스테틱 BX 에멀전 120ml, 6만5천원.
3. 헤라 에이지 어웨이 에스테틱 BX 크림 50ml, 13만원.

헤라 에이지 어웨이 에스테틱 BX 워터+에멀전+크림

스파를 끝낸 후, 얼굴의 모공을 닫아주고 윤기 나는 피부로 관리할 시간. 헤라 에이지 어웨이 에스테틱 라인인 전문 에스테션의 노하우를 담은 라인으로 탄탄한 BX 펩타이드와 히알루론산 등이 함유되어 집에서든 전문 관리를 받은 듯한 효과를 얻을 수 있는 제품이다. 워터와 에멀전으로 안티에이징 효력을 끌어올린 뒤, 간단한 셀프 마사지와 함께 크림을 발라볼 것.



1. 헤라 지일 블루밍 퍼폼드 샤워 젤 270ml, 4만7천원.
2. 헤라 지일 블루밍 퍼폼드 바디 로션 250ml, 5만원.

헤라 지일 블루밍 퍼폼드 샤워 젤+바디 로션

스파를 즐긴 뒤 우아한 기분을 지속하고 싶다면 지일 블루밍 퍼폼드 라인이 제격이다. 매혹적인 머스크 베이스에 그린 플로럴 계열의 싱그러운 향이 더해져 정열적인 향이 운몽을 감싼다. 촉촉하고 풍부한 거품이 이는 샤워 젤은 샤워 후에도 피부가 당기지 않으며 부드럽게 마무리된다. 이후 시어버터 성분 의 바디 로션을 바른면 보습 장벽을 형성해 건조한 피부를 촉촉히 가꿔준다.



1. 헤라 벨벳 나이트 퍼폼드 샤워 젤 270ml, 4만7천원.
2. 헤라 벨벳 나이트 퍼폼드 바디 로션 250ml, 5만원.

헤라 벨벳 나이트 퍼폼드 샤워 젤+바디 로션

샤워 후 미치 향수를 뿌린 듯 아이리스, 바이올렛, 머스크, 베르가못 향이 조화롭게 퍼지는 퍼폼드 바디 라인인 바디 로션과 샤워 젤. 순하고 입자가 작은 샤워 젤은 피부결을 벨벳처럼 부드럽게 가꿔준다. 샤워 후 바디 로션을 바른면 몽환적인 향이 더욱 오래 지속된다. 부드럽고 촉촉하게 스며드는 바디 로션은 자연 유래 성분을 첨가해 향은 물론 안전성까지 고루 갖췄다.



1. 구말 떼뉴 드 스와레 샤워 오일 250ml, 6만8천원.
2. 구말 떼뉴 드 스와레 바디 크림 190ml, 12만8천원.

구말 떼뉴 드 스와레 샤워 오일+바디 크림

피부 자극을 최소화한 가벼운 텍스처의 오일을 바르고 부드럽게 문지르면 식물 유래 글루코사이드 성분이 끈득한 거품을 형성한다. 마사지하듯 부드럽게 씻어낸 뒤, 실키한 제형의 바디 크림을 바르면 피부에 보호막이 형성된다. 시어버터와 코코넛 오일이 든 크림이 녹아들며 건조한 피부에 보습감을 선사하는 동시에 아이리스와 레드프루트의 우아한 향으로 기분까지 좋아진다.

# COLOR CODE

이번 시즌 주목할 두 가지 컬러 코드.

editor NO GYEONG EON



따뜻해 보이는  
부클레 스웨터 쿠메



꽃무늬 카디건 듀이듀이



프린트 미니스커트 자라



블루사파이어  
여러 개를 세팅한 링  
골든듀



페더 장식  
플랫 샌들 자라

발라클라바처럼 머리에  
꼭 뒤집어쓸 수 있는 독특한  
후드가 달린 스웨터  
아크네 스튜디오



OFF-WHITE™

## CERULEAN BLUE

군청색에 가까운 세룰리안블루는 특유의 고급스러운 이미지 덕분에 단정하고 격식을 갖춰야 하는 옷차림에 주로 활용되었다. 하지만 이번 시즌에는 어느 때보다 캐주얼하고 쿨한 무드를 발산한다. 오프화이트 런웨이에서는 패딩 점퍼에 마이크로 미니 스커트를 조합해 힙한 룩을 선보였는데, 머리부터 발끝까지 세룰리안블루로 통일해 개성을 살렸다. 루이 비통 역시 쿨한 스타일로 세룰리안블루를 완벽히 재탄생시켰다. 이쯤 되면 세룰리안블루가 이번 시즌을 이끌어야 할 대세 컬러임은 이미 입증된 셈. 프린트를 입히거나 페더나 크리스탈 등 독특한 장식을 더한 아이템을 활용해도 멋지다.

독특한  
모티프가  
매력적인 이어링  
살롯 슈나이엣  
매치스패션



강엄 체크 베스트 라움



크로세 솔더백  
자라



엘로와이드 팬츠 이자벨 마랑



CAROLINA HERRERA

JASON WU



하프 지퍼 터틀넥 스웨터  
몽클레르



다양한 스타일에  
매치하기 좋은 스탠더드  
셔츠 보카바카



자카드 소재의  
매듭 드레스 자라

## DAYLILY YELLOW

버터를 한 스푼 섞은 듯 약간 주황빛을 띠는 데이릴리 옐로는 이번 시즌 제이슨 우를 비롯해 캐롤리나 헤레라 등의 런웨이에서 줄곧 선보였다. 따뜻한 운기를 품은 노랑으로 가을의 낙엽이나 하늘빛과 닮아 쌀쌀해지기 시작하는 날씨에 활용하기 좋은 컬러 중 하나. 웰빙과 건강을 상징하는 색이기도 해서 드레스나 맥시 코트 같은 아이템으로 선택한다면 긍정적인 기운을 불어넣을 수도 있다. 터틀넥 스웨터나 전체적인 룩에 확실한 포인트를 줄 수 있는 백처럼 액세서리로 활용해도 금상첨화. 어두운색과 매치하는 평범한 스타일링보다는 상하의 모두 같은 톤의 옐로로 통일해 화사하게 스타일링하는 방법을 시도해보길. **10**

@in000000



스킨케어로 유명한 프리메라 제품답게 아주 순해요. 그리고 홍삼을 주성분으로 해 피부 에너지이징에 딱이에요! 우선 시원하고 바르면 은은하고 시원한 쿨링감이 느껴지고 산뜻해서 찝찝하지 않네요. 게다가 99.9% 제거해주시니 이 정도면 남성 청결제 찾는 분들에게 강추할 만한 제품이에요.

@0101\_39



남자도 관리해야죠. 9월 프리메라 신상! 99% 향균 포뮬러로 냄새를 싹 잡아주고 가려움증을 한 방에 날려주는 아이스 쿨링 남성 청결제입니다.

@idontthinksotoo



상남자 특, 남성 청결제를 쓴다.

@1xhic



남자들도 시원하고 깨끗하게 다시 태어나자. 빠바밤!! 열과 냄새로부터 산뜻하게 나를 지켜주는 쿨링 포뮬러, 후리 앤 후리 맨 에너지이징 포인트 클렌저. 믿을 수 있는 프리메라의 깔끔하고 클린한 향균 제품으로 쿨링감 뽐뽐, 더더욱 깨끗해진 느낌 팍팍!!!

## 생생한 제품 평가

프리메라 후리 앤 후리 맨 에너지이징 포인트 클렌저를 체험한 품평단 10인의 솔직한 소감.

photographer CHOI MIN YOUNG  
editor KIM HEE SOO

@nihao\_hoonstar



향균 포뮬러로 유해 세균을 99% 제거해주고 피부를 쿨하고 활력 있게 케어해줘서 야외 활동이나 액티브한 활동을 즐기는 남성들에게는 선택이 아닌 필수품이 될 것 같아요. 홍삼 추출물이 피부를 에너지이징까지 해주니 후리 앤 후리 클렌저 오랜만에 찝찝추 드림!

@gloyk91



쿨링 효과가 엄청나서 상쾌한 Y존 클렌징이 가능해요.

@fucku\_g1



- 얇은 피부를 지켜주는 홍삼 에너지이징 포뮬러.  
- Y존을 냄새와 열기로부터 산뜻하게 지켜주는 쿨링 포뮬러.  
- 99% 클린한 향균 포뮬러.  
- 구도 때문에 작아 보이지만 150mL로 용량이 넉넉하답니다.

@yeony\_building



이번에는 프리메라 후리 앤 후리 남성 청결제예요.  
- 홍삼의 에너지를 담은 청결제.  
- 99% 향균 포뮬러에 냄새 제거 테스트 완료.  
- 이번엔 새로 출시됐다니 구경 가보세요.

@go9maxx



프리메라에서 남성 청결제 신제품이 출시되었습니다. 이제 남성도 여성처럼 청결하게 관리하는 건 필수! 거품을 따로 내지 않아도 펌핑 한번으로 거품이 나와 간편하게 쓸 수 있는 데다 냄새와 열 그리고 향균까지 한 방에 짹! 남성의 그곳을 건강하고 산뜻하게 지켜주면서 쿨링 효과까지 주니 샤워 후 상쾌함이 2배.

#에너지이징포뮬러  
#쿨링포뮬러  
#향균포뮬러



프리메라 후리 앤 후리 맨 에너지이징 포인트 클렌저. 150ml, 3만1천원. 냄새와 열로부터 남자의 Y존을 산뜻하게 관리할 수 있도록 돕는다. 또한 피부 장벽 강화와 항염 효과로 얇은 피부가 자극받지 않고 건강할 수 있게 에너지와 활력을 채워준다.

@zin\_w88



20대 첫 선물로 받은 화장품이 나온 뷰티 브랜드에서 남성 전용 청결제가 출시되었습니다. 따로 거품을 낼 필요 없이 펌핑 한번으로 쫘득한 거품이 짹!! 남성 Y존에 관한 가장 큰 고민인 열과 찜찜함을 짹 잡아주면서 시원한 쿨링까지! 후리한 샤워의 마무리는 요걸로 땡!!



## 단풍 명소 카페

나뭇잎이 저마다 울긋불긋 물든 채  
아름다움을 뽐내는 10월.  
끝내주는 경치를 바라보며 티타임을  
즐길 수 있는 카페를 찾았다.

editor KIM HEE S00



### 그레이트풀 그라운드

한적한 숲속에 위치한 로스터리 카페. 온통 단풍나무와 은행나무로 둘러싸여 있어 가을 풍경은 더 말할 나위 없이 완벽하다. 실내에서 창문 너머로 바라보는 경치도 좋지만 이곳에 오면 꼭 테라스 자리에 앉아볼 것. 마치 동화 속으로 들어온 것처럼 아름다운 가을 풍경이 바로 눈앞에 펼쳐진다. 시그처 메뉴인 '베리베리베리에이드'와 범산목장의 유기농 유제품으로 만든 유기농 밀크 소프트아이스크림까지 곁들이면 완벽한 가을 피크닉이 완성된다.

주소 경기도 가평군 설악면 유영로 2277-12  
영업시간 수~일 11:00~21:00, 월·화 휴업 문의 @grateful\_ground



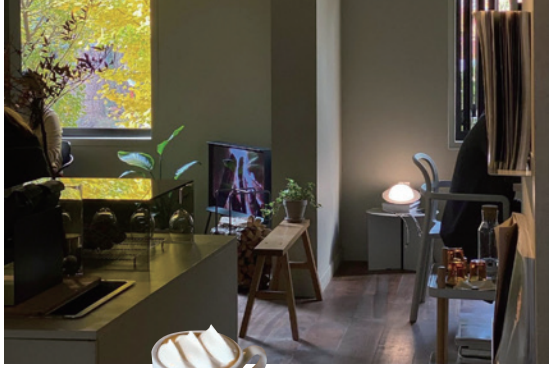
### 선운각

한옥의 고즈넉한 느낌과 가을의 고아한 정취를 동시에 느끼고 싶다면 선운각으로 가보자. 북한산 자락에 위치한 선운각은 조선 왕실의 마지막 기와를 엮은 곳인 만큼 더욱 의미 있는 공간이다. 한눈에 들어오는 백운대, 발밀으로 수북이 쌓여 밝을 때마다 바스락대는 단풍잎, 바로 옆에서 흐르는 계곡물 소리. 여기에 인기 메뉴인 '썩라테'나 '라임 민트 에이드'를 더하면 오감이 충족되며 몸과 마음이 치유되는 기분을 느낄 것이다.

주소 서울시강북구 우이동 265-16  
영업시간 매일 11:00~21:00 문의 @cafe\_sunwoongak







## 그레이트커피

'greyt'는 grey와 tea를 합친 합성어다. 소리 나는 대로 읽으면 '그레이트'. 모노톤의 따뜻하고 차분한 공간이 커피를 즐기기에 최적의 장소라는 뜻으로도 해석된다. 선선한 바람이 불어오는 날이면 이 이름에 더욱 고개를 끄덕이게 된다. 서울숲 바로 앞에 자리해 단풍 명소를 찾아 멀리 떠나지 않아도 창가 옆 테이블에 앉아 노랗게 빨갛게 물든 단풍을 감상할 수 있기 때문이다. 개방형 바 공간에서 직접 볶은 커피와 홈메이드 디저트를 맛보며 바리스타의 집에 초대된 듯 아늑한 공간에서 가을의 정취를 느껴보길 바란다.

주소 서울시 성동구 서울숲2길 61층  
영업시간 매일 12:00~22:00 문의 @greytcoffee

## 카페 대너리스

눈부시게 반짝이는 북한강 전망과 더불어 노랗게 물든 은행나무를 감상할 수 있는 곳이다. 총 4층으로 이루어진 이곳은 층마다 야외 테라스가 있어 가을바람을 맞으며 여유로운 시간을 보낼 수 있다. 이맘때면 건물 전체를 빼곡히 뒤덮은 담쟁이덩굴이 붉게 물들어 클래식한 분위기를 내뿜는다. 시그니처 메뉴인 '숄트드 밀크티'를 마시며 성큼 다가온 가을날의 하루를 달콤하고 부드럽게 채워보자.



주소 경기도 남양주시 조안면 북한강로 914  
영업시간 월~금 10:00~24:00, 토·일 8:00~24:00  
문의 @cafe\_daenerys.official



## 스멜츠

카페에 앉아 넓은 통창 너머로 울창한 나무가 뿔뿔이 늘어선 숲을 보고 있으면 비현실적인 풍경에 마치 커다란 미술 작품을 감상하는 것 같은 기분이 든다. 이곳의 풍경은 밝은 때와 어두운 때 바라보는 느낌이 확연히 다르므로 밤과 낮 모두 찾아가보기를 권한다. 카페에서 자체적으로 로스팅한 원두를 사용해 풍미 깊고 진한 커피를 맛볼 수 있으며, 스파게티나 리소토 등 식사도 가능하니 아름다운 풍경을 감상하며 브런치를 즐겨도 좋을 듯하다. ☺

주소 경기도 광주시 오포읍 신현로 103  
영업시간 매일 10:30~22:00 문의 @smeltz\_official

# 이달의 필수템 미리보기

에디터가 간간하게 고른 10월의 강추템.

photographer PARK JAE YONG  
editor KIM HEE SOO



**헤라 지일 오 데 퍼퓸**  
여성의 열정과 자신감을 담아 가을에 딱 어울리는 향수. 40ml, 5만3천원.



**프리메라 모이스처 스무딩 케어**  
식물 유래 과일산과 아보카도 오일을 함유해 딱딱하고 단단해진 굳은 각질을 부드럽게 만들어주는 스팟 케어 크림. 150ml, 2만5천원.

**Moisture Smoothing Care**  
Specialty  
Key Ingredients Urea 9%  
AHA, Avocado Oil  
Benefits Softening & Smoothing  
150 mL 5.0 fl. oz.



**프리메라 페이스 인텐시브 필링**  
내추럴 셀룰로오스가 함유되어 환절기에 거칠어진 피부를 자극없이 매끈하게 필링해준다. 150ml, 3만3천원.

**Facial Intensive Peeling**  
Specialty  
Melting Scrub  
Key Ingredients Plant Originated Cellulose, Sugar Beet Scrub  
Smoothing Skin Texture  
150 mL 5.0 fl. oz.



**구달 테뉴 드스와레 샤워 오일 & 바디 크림** 고급스러운 프렌치 빈티지 스타일의 보틀로 변신한 촉촉하고 향기로운 샤워 오일과 바디 크림. 각 250ml, 6만8천원/190ml, 12만8천원.



**구달 로즈 폼폼 오 드 투왈렛** 아늑 구달의 헤리티지를 담은 새로운 디자인 보틀로 재탄생한 구달의 대표 로즈 향수. 50ml, 16만5천원(10월 한정 판매).

**홀리츄얼 코어 리프트 액티브에이징 세럼** 바르는 콜라겐으로 코어 탄력 향상에 도움을 준다. 140ml, 10만5천원.

HOLITUAL

**Core Lift Activating Serum**

Hydrolyzed Collagen, Gold, Acetyl Tetrapeptide-11, Resveratrol, Aureobasidium Pullulans Ferment

140 ml

HOLITUAL

HOLITUAL

**ROSE POMPON**  
Eau de toilette  
GOUTAL PARIS



Sulwhasoo  
CONCENTRATED GINSENG  
RENEWING EYE CREAM  
CRÈME CONTOUR DES  
YEUX RÉGÉNÉRANTE



# GOUTAL PARIS



ROSE  
POMPON  
*Eau de toilette*  
GOUTAL  
PARIS

