

# hairsecrets

Pflege Styling Frisuren Farbe Dauerwellen Extentions Ponys  
+ **SOS-Tipps**

Marlies Möller | Sylvia Heiser



687.53

## Basics

Das A und O für schönes Haar

8

## Waschen, Föhnen, Stylen

Wie es einfach, schnell und wirksam funktioniert, dazu Produkt-Guide und Antworten auf die wichtigsten Fragen

12

## Feines Haar

Frisuren, Pflege, Handwerkszeug: alles, damit es fülliger aussieht

30

## Naturlocken

Frisuren, Pflege, Handwerkszeug: alles, damit sie locker fallen und Glanz haben

42

## Problemhaare

Was Sie wissen müssen, damit Schuppen, fettiges und trockenes Haar, Spliss oder Haarausfall keinen Kummer machen

52

## Ponyfrisuren

Die schönsten Ponyvarianten, und was man dabei beachten muss

64

## Haarfarben

Was möglich ist, was nicht, was man beim Farbwechsel bedenken sollte plus Pflege-Infos und Antworten auf viele wichtige Fragen

74

## Mythos Blond

Warum Blond so beliebt ist, wie man es wird, Strähnentechiken und Pflege-Infos

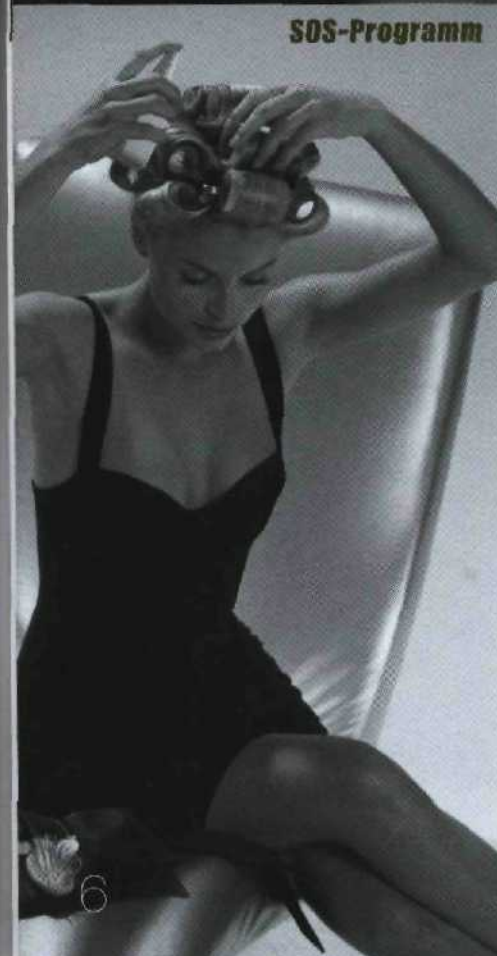
80





**Spangen & Co.**

**SOS-Programm**



**Graues Haar** 88  
Tipps, es aufzufrischen und ein perfektes Pflegeprogramm

**Spangen & Co.** 90  
Schnelles Styling mit Haar-Accessoires

**Kopfhautpflege** 98  
Massage zum Wohlfühlen

**SOS-Programm** 100  
Die besten Tricks, um Haar- und Frisurenpannen ganz schnell zu beheben

**Dauerwelle** 106  
Viele neue Möglichkeiten, das ideale Pflegeprogramm sowie Antworten auf wichtige Fragen

**Tolle Hingucker** 114  
Frisuren für den großen Auftritt

**Extensions** 118  
Haarverlängerung und -verdichtung – so funktioniert's

**Sommer** 122  
Was Haare bei Sonne, Wind und Wasser schützt und pflegt

**Haare & Psyche** 128  
Warum die Seele Einfluss auf die Haare hat

**Glattes Haar** 130  
Wie es schön glänzend und trendig aussieht

## Persönliches Beauty-Ritual

Schnelle Beauty-Tipps  
von Marlies Möller

134

## Haare und Ernährung

Was Haaren guttut

138

## Brautfrisuren

Die schönsten Frisuren plus  
Beauty-Countdown

142

## Interview

Marlies Möller:  
»Haare sind meine  
Leidenschaft!«

150



**Tolle Hingucker**

**Glattes Haar**

