

Link do produktu: <https://www.fraida.pl/rytualy-piekna-p-5450.html>



Rytuały piękna

Cena	57.00 zł
Dostępność	zostało tylko kilka sztuk
Numer katalogowy	9788365400215
Kod EAN	9788365400215
Producent	Virgo
Autor	Olga Szemley-Goudineau

Opis produktu

RYTUAŁY PIĘKNA

Joga twarzy metodą Yogattractive
Olga Szemley-Goudineau

„Znajdziesz tu mnóstwo wskazówek, jak naturalnie i zarazem skutecznie dbać o urodę. Zabiorę Cię w podróż na pięć kontynentów, gdzie wspólnie przyjrzymy się trikom, jakie stosują kobiety różnych kultur. Powiem, co pozwala im wyglądać tak pięknie, niezależnie od upływających lat. Proponuję Ci nowe, kompleksowe i efektywne podejście do pielęgnacji, z wykorzystaniem głębokiego masażu twarzy i intensywnych ćwiczeń jej mięśni. Nauczę Cię, jak możesz robić je sama. To książka dla córek i mam, a także babć, bo piękno nie ma wieku, podobnie jak zdrowie, a mięśnie przecież nie kończą się na obojczykach”. - Autorka

CO ZNAJDZIESZ W KSIĄŻCE:

- naturalne i proste w zastosowaniu rytuały pielęgnacyjne z różnych stron świata,
- porcję wiedzy o tym jak pielęgnować skórę i jak dobrać odpowiednie dla siebie zabiegi i preparaty naturalne,
- kilka rodzajów prostych masażu twarzy i szyi, które samodzielnie wykonasz,
- serię ćwiczeń jogi twarzy metodą Yogattractive, dzięki którym zachowasz jędrną skórę i zminimalizujesz zmarszczki,
- zdjęcia, dzięki którym z łatwością przystąpisz do samodzielnej praktyki,
- wiele inspiracji i praktycznych wskazówek by zadbać o swoje naturalne piękno.

Olga Szemley

Pochodzi z artystycznej rodziny, więc ma sztukę we krwi.

Jest pełną pasji dla życia w harmonii z naturą joginką i podróżniczką, która odwiedziła pięć kontynentów.

Opracowała Yogattractive, całkowicie naturalną metodę odmładzania twarzy i szyi w oparciu o wielowiekowe tradycje pielęgnacyjne Azji oraz podstawy naukowe wypracowane na Uniwersytecie w Cambridge.

Stale tworzy również unikatowe mozaiki, cieszące się międzynarodowym uznaniem.

liczba stron: **194**

format: **145x207 mm**

oprawa: **miękka**