

ИДЕАЛЬНЫЙ УХОД ЗА РУКАМИ. Полный сценарий



Руки Королевы – это королевские руки. И ничего к сказанному не прибавишь. (Кроме того, пожалуй, что забрасывать свои руки категорически нельзя – потому что такой подход приносит вполне определенные (и очень некрасивые) результаты, когда мажешь свои руки, мажешь – а толку нет совсем).

«В ладонях сокрыта жизненная энергия», – говорят целители Востока. Воздействуя определенным образом на руки, энергию эту можно стимулировать, укрепляя тем самым здоровье.

Индийские йоги делали специальные упражнения для рук - «мудры». Они складывали их, переплетали, имитируя различные телесные позы. Такая необычная «ручная» хатха-йога помогала сохранять отменное физическое и духовное здоровье.

Поэтому мастер-класс «Уход за руками» представлен только техникой правильного массажа – и ничего другого вы в нем не найдете.

Почему, спросите? Да потому что уход за руками – это именно массаж.

А если к нему прибавить пилинг и отличный массажный эликсир, то это будет полноценный салонный уход.

Пилинг (делать нужно 2 раза в неделю – не чаще. Но и не реже)

Выполняется на распаренной коже рук.

Состав скраба:

- 2 столовые ложки кофейной гущи
- 3-5 капель лимонного масла

Нанести на кисти и на руки до локтей.

Массировать по технике «Идеальный уход за руками» (см. Арсенал Королевы) в течение 5 минут

Смыть теплой водой.

Состав массажного крема:

- 1 столовая ложка растительного масла (виноградное, персиковое, оливковое, амарантовое)
- ½ чайной ложки косметической глины
- 2-3 капли витамина А (масляного)
- 4-5 капель лимонного масла

Нанести на кисти рук и на руки до локтей.

Массировать по технике «Идеальный уход за руками» (см. Арсенал Королевы) в течение 5 минут

Промокнуть теплой влажной салфеткой (тканевой)

Крем после процедуры не наносить!