

СУПЕРМАСКИ

Здесь подобраны самые действенные, самые эффективные маски. Применяйте их с удовольствием – они непременно помогут вашей коже выглядеть свежей, гладкой и сияющей.

СУПЕРМАСКИ ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

Супермаска Витаминный бальзам

Уже через 2 недели регулярного применения эликсира вы залюбуетесь своей кожей – такой свежей и гладкой она станет.

Состав:



½ ст. ложки оливкового масла,

½ ст. ложки персикового масла,

½ ст. ложки масла шиповника,

3-4 капли раствора витамина А на масле
(продается в аптеках)

4-5 капель витамина Е (обычно продается в

капсулах. Проткните капсулу иголочкой и вылейте содержимое в маску)

1 ч. ложка жидкого меда,

1 ч. ложка свежесжатого морковного сока,

1 ч. ложка морской воды.

Приготовление (готовый состав храните в холодильнике):

Соедините все компоненты и тщательно перемешайте до образования однородной эмульсии.

Примените биозарядку

Применение:

Ватным диском, смоченным в теплой воде, протрите кожу лица, шеи, области декольте и руки.

Нанесите эмульсию в три приема, вбивая каждый слой подушечками пальцев

Лягте в спокойном месте и максимально расслабьтесь, желательно до легкой дремоты.

Через 15-20 минут умойтесь теплой водой*

Просушите кожу полотенцем, а потом сделайте массаж по технике «Пальцевый душ»

Курс:

Через день в течение месяца.

* Сухая кожа очень любит, когда ее умывают водой с бурой (1 ч. ложка на литр воды)

Супермаска Возрождение

Эта супермаска улучшает кровообращение, поэтому новые клетки вырабатываются с ускоренной активностью - кожа стремительно молодеет, улучшая свою структуру и заметно подтягиваясь.

Состав маски:

1 ст. ложка тертого хрена

1 ч. ложка сухих дрожжей

1 ст. ложка сливок.



Приготовление:



Разведите дрожжи в теплых сливках и оставьте на 15-20 минут в теплом месте

Добавьте хрен и тщательно все перемешайте

Примените биозарядку

Применение:

Нанесите маску на очищенную кожу лица и области

декольте.

Лягте в спокойном месте и максимально расслабьтесь, желательно до состояния легкой дремоты.

Через 20-25 минут умойтесь теплой водой

Оботрите лицо кубиком льда.

Оботрите лицо кубиком льда, а потом сделайте массаж по технике «Пальцевый душ»

Курс:

1 раз в 3 дня в течение месяца.

Предостережение:

Для шеи маску лучше не использовать, особенно если у вас проблемы со щитовидной железой.

СУПЕРМАСКИ ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

Супермаска Славянка

Жирная кожа будет в восторге от такого изысканного блюда!

Состав:

- 2 ст. ложки квашеной капусты
- 1 ст. ложка творога
- 1 ст. ложка молотых овсяных хлопьев
- 10 капель масла виноградной косточки



Приготовление:

- Измельчите квашеную капусту в блендере или мелко нарежьте
- Смешайте ее с творогом и овсяными хлопьями
- Добавьте оливковое (или виноградное) масло
- Примените биозарядку

Применение:



- Нанесите на влажную кожу лица и области декольте
- Лягте в спокойном месте и максимально расслабьтесь, желательно до состояния легкой дремоты.
- Через 20-25 минут умойтесь теплой водой
- Оботрите лицо кубиком льда, а потом сделайте массаж по технике «Пальцевый душ»

Курс:

Через день в течение месяца.

Супермаска Регенерирующая

Это средство для лица обладает силой глубокого очищения – отмершие клетки беспрепятственно снимаются, а новые получают энергетический заряд. Лицо после такой маски выглядит как после прогулки в лесу.

Состав:

- 3 ст. ложки зеленого чая (без добавок)
- 2 ст. ложки трехдневного кефира (или молочной сыворотки)
- 1 ст. ложка овсяных хлопьев
- 1 ч. ложка молотого кофе (можно чередовать с косметической глиной)



Приготовление:

- Измельчите в кофемолке чай и хлопья
- К полученной муке добавьте глину
- Смешайте все с кефиром (если получится слишком густо, то прибавьте кефир)
- Примените биозарядку

Применение:

- Нанесите маску на слегка влажную кожу лица, шеи, области декольте
- Лягте в спокойном месте и максимально расслабьтесь, желательно до состояния легкой дремоты.
- Через 20-25 минут умойтесь прохладной водой
- Оботрите лицо кубиком льда и вбейте влагу подушечками пальцев
- Заварите зеленый чай и, дав ему настояться, тщательно оботрите лицо, шею, декольте, руки.

Курс масок

2 раза в неделю в течение месяца.

СУПЕРМАСКИ ДЛЯ НОРМАЛЬНОЙ И КОМБИНИРОВАННОЙ КОЖИ

Супермаска Пивная

Замечательное средство, от которого кожа всегда сияет.



Состав:

- 2-3 ст. ложки светлого пива
- 1 ст. ложка молотых овсяных хлопьев
- 1 яичный желток
- 2 капли эфирного масла шалфея (прекрасно сужает поры)



Приготовление:

- Измельчите в кофемолке овсяные хлопья
- Взбейте желток с пивом и с маслом шалфея
- Добавьте муку из овсяных хлопьев и тщательно перемешайте
- Примените биозарядку

Применение:

- Нанесите маску на влажную кожу лица, шеи, области декольте
- Лягте в спокойном месте и максимально расслабьтесь, желательно до состояния легкой дремоты.
- Через 20 минут умойтесь большим количеством теплой воды, энергично массируя кожу.
- Оботрите лицо кубиком льда и вбейте влагу подушечками пальцев

Курс масок

1-2 раза в неделю в течение месяца.

Супермаска Кислородная

Применяя это средство, вы достигнете 2 видимых эффекта: очищение и тонизирование. Для кожи это средство – чистый кислород.

Состав маски



- 1 ч. ложка молотого кофе.
- 1 ч. ложка оливкового масла
- 1 ч. ложка теплого (40-50°C) молока.
- 1 ч. ложка жидкого меда.
- 1 ч. ложка молотых овсяных хлопьев.

Приготовление:

- Растворите мед в молоке и масле
- Добавьте овсяные хлопья и кофе
- Все тщательно перемешайте
- Примените биозарядку

Применение:

- Нанесите маску на влажную кожу лица, шеи, области декольте
- Лягте в спокойном месте и максимально расслабьтесь, желательно до состояния легкой дремоты.
- Через 20 минут умойтесь теплой водой, энергично массируя кожу.
- Оботрите лицо кубиком льда и вбейте влагу подушечками пальцев

Курс

10 масок с кратностью 1-2 раза в неделю.