



**MINICAM24**

**РУКОВОДСТВО ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ**

**Массажер для лица JADE ROLLER из  
зеленого нефрита, Гуаша**



## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. Введение .....</b>	<b>3</b>
<b>2. Использование круглого массажера .....</b>	<b>3</b>
2.1 Глаза .....	3
2.2 Нос, губы, подбородок .....	4
2.3 Челюсть, шея .....	4
2.4 Лоб .....	4
<b>3. Использование плоского массажера .....</b>	<b>5</b>
3.1 Глаза .....	5
3.2 Виски .....	5
3.3 Спина .....	5
3.4 Ноги .....	6

## 1. Введение

Гуаша – не только сам массажер, но и название старинной массажной техники. Чем хорош массаж гуаша: он избавляет от утренней отечности; помогает усилить кровообращение и лимфоток, тем самым – усилить обмен веществ в клетках кожи и улучшить цвет лица не только за счет механического воздействия, но и за счет активации метаболизма.

Гуаша снимает напряжение, тонизирует кожу, помогает улучшить контуры лица: четче прорисовать скулы, убрать двойной подбородок и обозначить овал.

У массажа гуаша есть противопоказания, розацеа, купероз, герпес в стадии обострения, акне и точечные высыпания – проблемы, при которых массаж гуаша не показан. Нельзя делать его и при ОРВИ: состояние может ухудшиться. Никогда нельзя массировать шею в области щитовидной железы».

Массаж гуаша надо делать поверх средств и никогда – по сухой коже. Лучше выбирать масляные текстуры, по которым скребок мягко и нежно скользит. Еще один нюанс: масло должно быть косметическим: не эфирным, не растительным.

## 2. Использование круглого массажера

### 2.1 Глаза



Косметической кистью нанесите сыворотку, масло или увлажняющий крем на кожу. Используя массажер Гуа Ша водите по коже в направлении, показанном на рисунке выше. Это поможет питательным веществам проникнуть в кожу и улучшить её состояние. А также массаж с помощью массажера усиливается кровоток. Не тяните и не растягивайте кожу вокруг глаз.

## 2.2 Нос, губы, подбородок



Используйте массажер большего размера для работы с областью носа, губ и подбородка. Двигайтесь по направлению от носа к уху. Проработайте зону верхней и нижней губы, также двигаясь по направлению к уху. Проработайте зону нижней челюсти.

## 2.3 Челюсть, шея



Начните массаж с подбородка. Двигайтесь от подбородка к скулам. Верхнюю часть шеи массируйте восходящими линиями по направлению к ушам. Нижнюю часть шеи массируйте по направлению к ключицам.

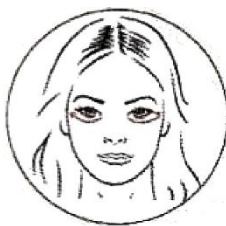
## 2.4 Лоб



Начните движение от середины лба и двигайтесь по направлению к линии роста волос в сторону ушей, к вискам. Повторите от четырех до семи раз. Сфокусируйтесь на прямых линиях и надбровной дуге.

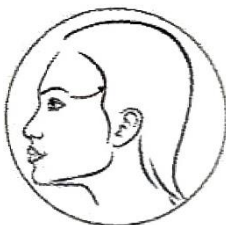
### 3. Использование плоского массажера

#### 3.1 Глаза



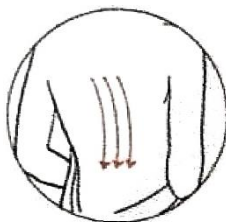
Используйте самый маленький уголок плоского массажера для массажа кожи вокруг глаз. Совершайте массирующие движения от внутреннего уголка глаз к уху, как показано на рисунке.

#### 3.2 Виски



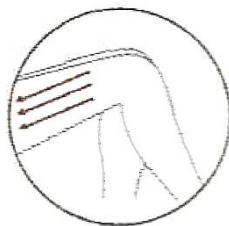
Используйте больший уголок плоского массажера для массажа висков. Начните движение от носа к уху, затем от верхней, нижней губы, подбородка. Массируйте линию нижней челюсти от подбородка к уху. Ведите массажер от края брови к вискам. Повторите массаж с другой стороны. Совершайте массирующие движения как показано на рисунке.

#### 3.3 Спина и шея



Верхнюю часть шеи массируйте восходящими линиями по направлению к ушам. Нижнюю часть шеи массируйте по направлению к ключицам. Массаж спины начните от лопаток. Двигайтесь массажером вниз до крестца. Не массируйте по позвоночному столбу. Совершайте массирующие движения как показано на рисунке.

### 3.4 Ноги



Совершайте массирующие движения как показано на рисунке. Двигайте массажер от колена к бедру. Не проводите массажером по костям, это может привести к травме.

**Приятного использования!**

Сайт: [minicam24.ru](http://minicam24.ru)

E-mail: [info@minicam24.ru](mailto:info@minicam24.ru)

Товар в наличии в 120 городах России и Казахстана

Телефон бесплатной горячей линии: **8(800)200-85-66**