

SILWETA PROTOCOLE MAISON AMAS GRAISSEUX ET CAPITONS

01	SILWETA EXFOLIANT	Exfoliant énergisant
		Sur une peau humide, appliquer partout, masser, laisser agir au moins 5 minutes, frotter et rincer. À faire 1 x semaine
02	SILWETA HUILE	Huile Lipoactiv
		Appliquer l'huile partout en évitant la poitrine, masser avec les mains en dirigeant vers les trappes à déchets, passer au massage avec les outils.
03	VENTOUSE	Massage
		(5 min) : Masser lentement les zones concernées en direction verticale, horizontale et ensuite en mouvements de zigzag ou slalom.
04	BROSSE	Brosse défibrosante
		(5 min): Faire des mouvements vigoureux ; circulaires et verticale partout sauf sur la poitrine. Utiliser à plat et en angle pour agir plus profondément et pour modeler.
05	GUA SHA	Gua Sha
		(5 min.) Utiliser en massage profond et superficiel pour diriger les déchets vers les trappes.
06	SILWETA GEL	Gel Lipotonic
		Éponger le surplus d'huile. Appliquer 5 ml par zone, couvrir d'une pellicule de plastique et laisser agir 30 minutes. *Ne pas rincer.

TRANSITION ET MAINTIEN

SEMAINE 1 et 2

Faire le protocole complet
3 fois par semaine (aux 48 hrs) sauf
Exfoliant (1x sem.)
Jusqu'à obtention de 80% d'amélioration

SEMAINE 3 et suivantes

Faire le protocole complet
1 fois semaine.

*Afin de maintenir les résultats obtenus, il est impératif de maintenir un entretien régulier sinon vous devrez reprendre les semaines 1 et 2 du début.

*Il y aura plus de capitons et de relâchement au début et c'est normal, continuez et ayez confiance.

*De légères ecchymoses sont normales.

*Doit provoquer un rougissement de la peau, sinon la procédure sera inutile!

*Il faut toujours traiter le corps entier pour bien éliminer les toxines.

*Toujours exécuter les manœuvres en direction des trappes à déchets.

*Ne pas utiliser les outils sur l'arrière du genou et dans le creux des aisselles.

*Éviter d'utiliser les outils si vous présentez des problèmes vasculaires comme des varices et varicosités.

* Il est normal que la procédure soit douloureuse au début.

*Nos astuces et conseils ne remplacent pas ceux d'un professionnel de la santé reconnu. Nous vous encourageons à consulter un professionnel de la santé et à suivre ses recommandations en tout temps.

Une cure complète comprend 1 exfoliant, 1 huile, 2 gels, 1 brosse, 1 Gua Sha et 1 ventouse (optionnel).