

LOOKX

LOOKX

Gua sha
FACE SCULPTING TOOL

GUA SHA FACE SCULPTING MASSAGE

Gebruik: Gebruik de Gua sha face sculpting tool op de juiste manier. Breng altijd plat aan op de huid en niet met de scherpe rand. Gebruik altijd een tussenstof om de massage uit te voeren.

Druk: Gebruik een lichte tot medium druk op de huid.

Tempo: Beweeg langzaam en mindful over de huid. Dit zorgt dat de zenuwstelsel goed kunnen ontspannen.

Gua sha face sculpting massage

Stap 1

Reinig de huid met het juiste product, afgestemd op jouw huidtype.

Stap 2

Verwijder dode huidcellen met de Derma skin polish pads. Het restje product dat achterblijft op de huid is voldoende als tussenstof voor de massage. Wil je meer tussenstof? Breng dan 2-3 druppeltjes Time stop oil of Balance oil aan op de huid.

NEK

Stap 3

Begin altijd bij de nek. Gebruik de kant met inkeping van de Gua sha face sculpting tool. Plaats de platte kant op de ruggenwervel zodat de wervel tussen de twee punten van de tool ligt. Beweeg langzaam en met lichte druk richting de schedelrand. Aangekomen bij de schedelrand, beweeg je de tool heen en weer voor een extra ontspannend effect. Herhaal 5 x of meer.

HALS

Stap 4

Gebruik de lange kant van de tool en plaats plat op

het punt waar de schouder en arm elkaar ontmoeten. Beweeg de steen langzaam richting de haarlijn totdat je het bot bereikt. Beweeg de steen weer heen en weer tegen het bot. Herhaal 5 x. Herhaal ook op de andere schouder.

Stap 5

Leg je hand net onder het sleutelbeen met vingers omhoog. Gebruik de lange kant van de steen en plaats deze plat tegen de vingertoppen aan. Beweeg de steen voorzichtig over het sleutelbeen en langs de nekspier totdat de zijkant tegen de kaaklijn aankomt. Beweeg de steen heen en weer voor extra effect. Herhaal 5 x. Herhaal ook aan de andere kant.

Stap 6

Plaats je hand met je vingerstoppen tegen de bovenkant van het borstbeen aan. Gebruik de ingekeepte kant van de steen en plaats plat tegen de huid met de inkeping om de vingertoppen. Probeer de steen zo plat mogelijk te houden terwijl je over de slokdarm heen beweegt tot tegen de kaaklijn aan. Masseert de kaak. Herhaal 5 x.

GEZICHT

Begin op de ene helft van het gelaat.

Stap 7

Plaats je vingertoppen op de kin voor ondersteuning. Gebruik de ingekeepte kant en plaats deze plat tegen de kaaklijn. Beweeg de steen langzaam langs de kaaklijn tot aan het oor. Beweeg de tool heen en weer voor een extra ontspannend effect. Herhaal 5 x of meer.

LOOKX - no empty promises, just results

www.lookx.com #lookxcosmetics



Stap 8

Plaats je vingers naast de neus en gebruik de lange kant van de steen. Begin tegen de vingers aan en beweeg met een opwaartse beweging over de wang richting het oor. Beweeg de tool heen en weer voor een extra ontspannend effect. Herhaal 5 x of meer. Beweeg de tool over de gehele wang.

Stap 9

Plaats je ringvinger net onder de binnenste ooghoek. Plaats de ronde kant van de tool tegen je vinger en beweeg met een zeer lichte druk naar de buitenhoek van het oog en dan opwaarts naar de temporalis (slaap). Beweeg de tool heen en weer voor een extra ontspannend effect. Herhaal 5 x of meer.

Stap 10

Plaats je vingers tussen de wenkbrauwen. Gebruik de ingekeepte kant van de tool en plaats deze plat tegen je wenkbrauw. Volg de wenkbrauw tot aan het buitenste puntje en beweeg de steen opwaarts over de slapen naar de haarlijn. Beweeg de tool heen en weer voor een extra ontspannend effect. Herhaal 5 x of meer.

Stap 11

Plaats de vingertoppen heel lichtjes onder het wenkbrauwbot en laat de vingers zachtjes op je oogbol rusten. Gebruik de lange kant van de steen en plaats deze plat tegen de vingertoppen aan. Strijk zachtjes over het wenkbrauwbot en je voorhoofd tot aan de haarlijn. Beweeg de tool heen en weer voor een extra ontspannend effect. Herhaal 5 x of meer.

Stap 12

Plaats je vingertoppen tussen de wenkbrauwen. Gebruik de korte kant van de steen, plaats plat tegen de vingertoppen en strijk over het voorhoofd naar de haarlijn. Beweeg de tool heen en weer voor een extra ontspannend effect. Herhaal 5 x of meer.

Herhaal de laatste 6 stappen ook op de andere helft van het gelaat.

Vergeet niet jouw Gua Sha face sculpting tool na gebruik goed schoon te maken en op te bergen.