

愛力美調和

# ЯПОНСКИЙ МАССАЖ ЛИЦА



СОВЕРШЕННОЕ  
ЛИЦО  
В ЛЮБОМ  
ВОЗРАСТЕ

**БОМБОРА™**

Москва 2018

УДК 613.4  
ББК 51.204.1  
Я70

Я70 **Японский** массаж лица. Метод Асахи (Зоган) / авт. текста Наталья Полярная. — Москва : Эксмо, 2018. — 64 с. : ил. — (Аэробика для лица).

ISBN 978-5-699-937-93-6

Собрав воедино накопленные поколениями знания, японские косметологи разработали уникальный метод, который омолодит лицо на 10 лет, уберет морщины, отеки, неровности и добавит тонуса коже. Причем метод Асахи (Зоган) рекомендован всем женщинам старше 20 лет. А займет массаж всего 3 минуты вашего времени каждый день. Этот метод уже полюбился миллионам женщин. Ведь так важно, чтобы за минимальное время у вас был максимальный результат!

УДК 613.4  
ББК 51.204.1

© Наталья Полярная, текст, 2018  
© Тряпицина А., иллюстрации, 2018  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2018

ISBN 978-5-699-93793-6

愛  
力  
美  
調  
和

# СОДЕРЖАНИЕ

● Почему японский массаж эффективен?	8
● Суть метода. Преимущества. Результаты	16
● Немного о лимфе	22
● Подготовка к массажу	26
• Очищение лица	28
• Противопоказания	30
● В каком возрасте можно делать массаж Асахи?	34
● Техника массажа	38
● Метод контурно-лицевого массажа	42



ПОДУМАВ – РЕШАЙСЯ,  
А РЕШИВШИСЬ – НЕ ДУМАЙ.







## ПОЧЕМУ ЯПОНСКИЙ МАССАЖ ЭФФЕКТИВЕН?

Из поколения в поколение женщины всего мира передают своим дочерям и внукам домашние рецепты красоты. Каждая представительница прекрасной половины человечества хотя бы раз пробовала применить бабушкины советы, самостоятельно делала косметику, маски, массировала лицо различными способами и инструментами. Сегодня косметическая промышленность набрала гигантские обороты, но тем не менее им не уступают по

