

《小顏淋巴按摩》

图书基本信息

书名：《小顏淋巴按摩》

13位ISBN编号：9789866180002

10位ISBN编号：986618000X

出版社：三悅文化圖書事業有限公司

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《小顏淋巴按摩》

內容概要

日本經絡按摩權威，渡邊佳子 這次要教你，如何用淋巴按摩回覆小臉水嫩肌！ 淋巴聽起來很耳熟，但它究竟是什麼，相信大部分的人都是一知半解。淋巴其實是一種分布於我們身體表層的液體，有運輸廢物與養分的功用。淋巴按摩的主要用意就在於，藉由按摩提升淋巴的功效，促進老廢物質的排除。如此一來就能增強新陳代謝，啟動皮膚原本的治癒力。 本書以常見的臉部問題為分類，讀者可依照自己的需求查詢。熬夜加班明天一定會有難看的黑眼圈；每天睡起來，臉都腫得像豬頭一樣；隨著年紀增長黑斑越來越多，皮膚也越來越鬆弛.....不論你有何種臉部煩惱，書中都有提供最實在的因應之道！ 不需要花大錢整形，不需要忍受雷射的疼痛，在家就可以輕鬆擁有美麗的肌膚。每天只要按摩一下下，讓你隨時隨地水嫩嫩，法令紋、浮腫、鬆弛、小細紋.....通通都消失。

這一次，一定要跟惱人的肌膚問題說Bye - Bye！ 一定要溫柔！ 不同於一般需要力道的按摩方式，由於淋巴很脆弱，過於用力容易造成淋巴管破裂，所以請遵照書中所授，以輕柔细心的手法進行。 簡單好上手！ 不賣弄專業知識，詳細解說施行方法，以實作為教學目的。只要一書在手，就可立即上手。 健康就是美麗！ 藉由淋巴按摩將鬱積於體內的老廢毒物排除，身體輕鬆無負擔，臉龐自然散發美麗光彩。 書中還介紹各種實用的穴道，讓讀者可以進一步保健自己的身體。

《小顏淋巴按摩》

作者簡介

渡辺佳子 日本經絡淋巴按摩協會會長。銀座NATURAL TIME總院長。第一位提倡經絡淋巴按摩的人。持有針灸、按摩、指壓以及從事該專業技術培訓教師資格，任職相關技術教師養成科講師。目前，除廣泛從事電視、雜誌等監修工作外，經常透過講習或教學等活動，為自我保養之普及、治療、教育活動投注了莫大心力。其次，積極地運用長期累積的臨床經驗，透過美容或減重等最貼近人們生活的主題，廣泛地以一般女性、母親或嬰兒，甚至以專門從事相關工作者為對象，以宣導健康、醫療或預防醫學之重要性為畢生志業。

《小顏淋巴按摩》

書籍目錄

小臉淋巴按摩廣獲女性支持的三大理由採行淋巴按摩，完全解決臉部煩惱！小臉淋巴按摩體驗談“淋巴”到底是什麼器官呢？集中保養絕對有好處是有原因的！採行小臉淋巴按摩前 Q&A您的臉真的沒問題嗎？檢視自己的臉部煩惱！！基本技巧基礎小臉淋巴按摩1 全身按摩基礎小臉淋巴按摩2 按摩保養頸部、胸部基礎小臉淋巴按摩3 小臉基礎保養即效性 希望消除浮腫現象即效性 希望臉部輪廓線條更纖瘦 清新即效性 希望消除臉部暗沉現象好讓自己擁有好氣色即效性 希望拉提鬆弛下垂的臉頰即效性 希望法令紋變淡一點即效性 希望消除因熬夜而產生的黑眼圈即效性 希望改善眼皮浮腫現象即效性 希望喚回因疲勞而變小的大眼睛即效性 希望消除鼻翼兩側的贅肉專欄 1 更加地提昇小臉效果 舒展上半身 緩效性 希望改善臉頰特別多肉的現象緩效性 希望大臉變小臉緩效性 希望粗糙的肌膚變得光滑細緻緩效性 希望消除嘴巴周邊的小皺紋緩效性 希望改善慢性的眼下藍眼圈緩效性 希望消除眼尾的小皺紋緩效性 希望消除眉間的皺紋緩效性 希望額頭部位更緊實、更光潔亮麗緩效性 希望改善臉上長痘痘的問題緩效性 希望消除頸部暗沉現象、皺紋專欄 2 為了特別的日子 特別的小臉SPAOne rank up！希望成為美肌一族！One rank up！希望五官顯得更清晰立體！One rank up！希望嘴唇周邊部位更漂亮！One rank up！希望擁有白皙透亮的肌膚！One rank up！希望更加淡化黑斑、雀斑！臉孔決定一個人的美醜和人生！

《小顏淋巴按摩》

編輯推薦

一定要溫柔！ 不同於一般需要力道的按摩方式，由於淋巴很脆弱，過於用力容易造成淋巴管破裂，所以請遵照書中所授，以輕柔细心的手法進行。 簡單好上手！ 不賣弄專業知識，詳細解說施行方法，以實作為教學目的。只要一書在手，就可立即上手。 健康就是美麗！ 藉由淋巴按摩將鬱積於體內的老廢毒物排除，身體輕鬆無負擔，臉龐自然散發美麗光彩。 書中還介紹各種實用的穴道，讓讀者可以進一步保健自己的身體。 作者簡介 渡邊佳子 日本經絡淋巴按摩協會會長。銀座NATURAL TIME總院長。第一位提倡經絡淋巴按摩的人。持有針灸、按摩、指壓以及從事該專業技術培訓教師資格，任職相關技術教師養成科講師。目前，除廣泛從事電視、雜誌等監修工作外，經常透過講習或教學等活動，為自我保養之普及、治療、教育活動投注了莫大心力。其次，積極地運用長期累積的臨床經驗，透過美容或減重等最貼近人們生活的主题，廣泛地以一般女性、母親或嬰兒，甚至以專門從事相關工作者為對象，以宣導健康、醫療或預防醫學之重要性為畢生志業。

《小顏淋巴按摩》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com