

# Korzystanie z Aloe Body Toning Kit

## ETAP 1

### Oczyszczanie z żelem do kąpeli Aloe Bath Gelée i myjką loofah

Poznaj ekskluzywny żel do kąpeli Aloe Bath Gelee. Używany z myjką loofah myje, oczyszcza, rewitalizuje, pieści, masuje i relaksuje skórę. Nanieś żel na myjkę i łagodnie wmasowuj w skórę, aż do uzyskania obfitej piany; następnie splucz. Stosuj codziennie, by twoja skóra była miękka i gładka.

## ETAP 1

### Zaznaczanie i mierzenie

Jeżeli jesteś ciekawa, ile centymetrów stracisz, możesz zmierzyć tonizowane części ciała. Podczas mierzenia przed tonizacją zaznacz niezmywalnym markerem skórę przy górnej i dolnej krawędzi miarki. Dzięki temu zyskasz pewność, że po zabiegu dokonasz pomiaru dokładnie w tym samym miejscu.

## ETAP 3

### Nakładanie Aloe Body Toner

Zanim zastosujesz Aloe Body Toner, nanieś jego odrobinę miejscowo, aby sprawdzić, czy nie występuje reakcja alergiczna. Jeżeli po upływie doby nie wystąpiło zaczerwienienie ani swędzenie, nałóż krem obficie na tonizowane części ciała. Aloe Body Toner działa na skórę rozgrzewająco i stymulująco.

## ETAP 4

### Nakładanie folii

Owiń folię wokół tych części ciała, na które naniesiono Toner. NIE ZAWIJAJ TWARZY, SZYI, KLATKI PIERSIOWEJ, BARKÓW, PRZEDRAMION, ŁYDEK ANI OKOLIC BIKINI. Dla twojego bezpieczeństwa, Aloe Body Toning Kit jest przeznaczony wyłącznie do użycia na ramiona, brzuch i uda. W razie potrzeby możesz użyć podwójnej warstwy folii.

Ułóż się wygodnie i pozostaw folię na około jedną godzinę. Nie angażuj się w tym czasie w żadną intensywną aktywność fizyczną, ale też nie zaśnij. Używając nożyczek o zaokrąglonych końcówkach, rozetnij i wyrzuć zużyta folię. Zmier ponownie tonizowane części ciała, przykładając miarkę między znakami, jakie naniosłaś niezmywalnym markerem. Odejmij wynik od wartości sprzed tonizacji, aby zobaczyć ile centymetrów ci ubyło. Ewentualne pozostałości Aloe Body Toner wmasuj w skórę.

## KONTYNUACJA

### Aloe Body Conditioning Creme

Między sesjami z owijaniem, na całe ciało nakładaj obficie krem odżywczy Aloe Body Conditioning Creme, by twoja skóra była miękka i gładka. Aloe Body Conditioning Creme doskonale uzupełnia działanie Aloe Body Toner, sprawiając, że skóra jest wygładzona i jędrna. Wszystkie elementy zestawu Aloe Body Toning Kit, połączone z odpowiednią dietą i regularną gimnastyką, mogą pomóc ci w walce z cellulitem.

Nakładaj krem bezpośrednio na skórę na miejsca nie owinięte folią podczas zabiegu tonizacji, lub na całe ciało jako codzienny krem pielęgnacyjny, gdy nie stosujesz tonizacji. Aloe Body Conditioning Creme pomaga stymulować krążenie podskórne, wpływając na wierzchnią warstwę tkanki tłuszczowej. Nie nakładaj kremu na podrażnioną lub świeżo ogoloną skórę ani od razu po kąpeli. Nie stosuj na piersi, twarz, okolice bikini ani błony śluzowe. Unikaj kontaktu z oczami. W przypadku podrażnienia skóry, obficie zmyj ciepłą wodą.

Od razu po nałożeniu kremu dokładnie umyj ręce, starannie zamknij tubkę z kremem i przechowuj poza zasięgiem dzieci.

### Uwagi ogólne:

Zabiegi „body wrap” stosuje się, by ujędrnić skórę lub zeszczupleć. Efekty będą mniej widoczne w przypadku osób o długotrwale skumulowanej tkance tłuszczowej, ponieważ nagromadzony pod skórą tłuszcz z czasem twardnieje. Dla uzyskania trwałych efektów potrzebne będą regularna gimnastyka i odpowiednia dieta. U osób o wyrzeźbionej masie mięśniowej efekty też będą mniej widocznej.

Najbardziej widoczne efekty mogą uzyskać osoby, które w krótkim czasie przybrały na wadze lub mają słabo napiętą skórę. W pierwszym tygodniu można wykonać dwie, trzy sesje z owijaniem, a w kolejnych tygodniach zmniejszyć ich częstotliwość zgodnie ze swoimi potrzebami.

Po zabiegu możesz być spragniona, co jest normalne, ponieważ nastąpiła utrata wody z organizmu. Zalecane jest picie większej ilości wody, co wspiera przemianę materii i przyspiesza eliminację wody i tłuszczu.