



TECHNIKI MODELOWANIA TWARZY

*Teoretyczne i praktyczne aspekty koncepcji
naturalnego liftingu twarzy
z wykorzystaniem technik masażu.*

Sława Połoczańska-Godek

Sława Połoczańska-Godek

Techniki modelowania twarzy

Teoretyczne i praktyczne aspekty koncepcji naturalnego
liftingu twarzy z wykorzystaniem technik masażu

Spis treści

Od Autora.....	7
WPROWADZENIE	9
Dynamika technik masażu w przywróceniu młodego wyglądu twarzy	11
CZEŚĆ I	17
Różnicowanie technik masażu klasycznego.....	19
Techniki głaskania.....	21
Techniki rozcierania	25
Techniki ugniatania	32
Techniki oklepywania	40
Techniki wibracji.....	45
Zakończenie masażu klasycznego twarzy, szyi i dekoltu.....	51
Zakończenie liftingujące mięśnie twarzy w masażu klasycznym	53
CZEŚĆ II	55
Diagnostyka twarzy dojrzałej.....	57
Ćwiczenia diagnostyczne	59
Techniki modelowania twarzy dojrzałej	63
Wybrane techniki modelowania twarzy dojrzałej	66
Dodatkowe zabiegi wspomagające techniki modelowania twarzy	90
TWARZE LUDZKIE	95
Domowa gimnastyka mięśni wyrazowych twarzy	97
Podsumowanie	101
Piśmiennictwo	103