



wellbox

C O C O O N I N G



wellbox **S**
MINCEUR & ANTI-ÂGE



GUIDE DÉTENTE

C O C O O N I N G

Voilà nous y sommes, depuis quelques semaines l'hiver est arrivé. Fini l'été indien, les longues journées ensoleillées et les tenues légères. L'hiver a fait son grand retour, maintenant place aux gros pulls, aux écharpes ainsi qu'aux longs manteaux bien chauds.

Avec le soleil qui se fait rare et la baisse des températures, le moral est dans les chaussettes alors que le stress de la rentrée et du travail lui est bien présent. Pour remédier à ça, quoi de mieux qu'une tasse de chocolat chaud accompagnée d'un bon livre au coin du feu.

Pour vous aider à prendre soin de vous et vous détendre, Wellbox a imaginé des routines spécifiques qui vous aideront à vous détendre après de longues journées.

En ciblant des zones du corps et du visage propices à la détente, les routines Wellbox[S] Cocooning vous aideront à appréhender au mieux l'hiver.



DRAINAGE LYMPHATIQUE

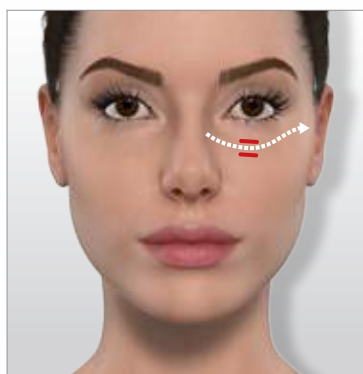
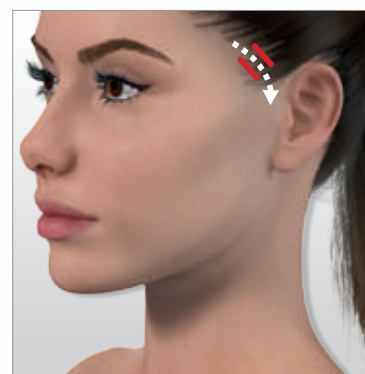
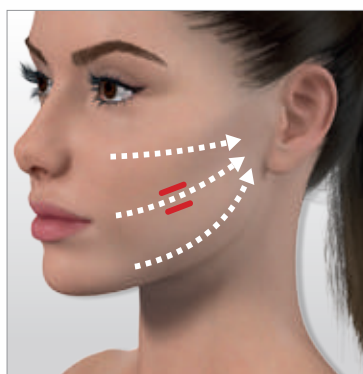
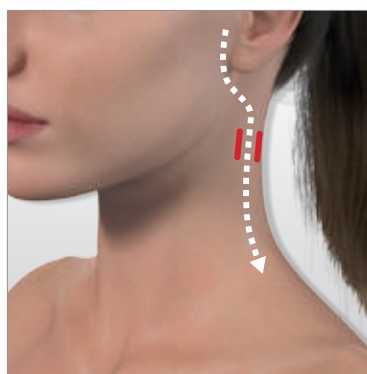
La fin de l'automne et l'arrivée de l'hiver sont des périodes propices pour renforcer ses défenses immunitaires. Prendre soin de soi et s'armer contre les changements climatiques, grâce au drainage lymphatique Wellbox[S].

MA ROUTINE DRAINAGE LYMPHATIQUE

1. La lotion Micellaire Pré-traitement est à utiliser comme démaquillant/nettoyant avant chaque soin visage Wellbox[S]. Ma peau est ainsi apaisée, grâce à l'eau d'Ajonc et m'apporte une hydratation maximale.



2. SOIN DRAINAGE LYMPHATIQUE



ACUPRESSION VISAGE

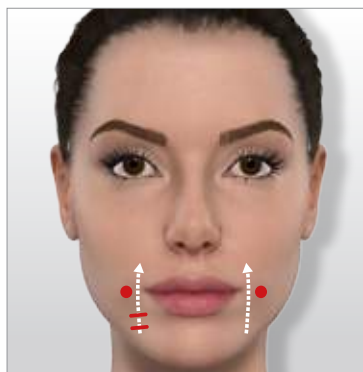
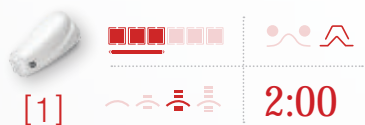
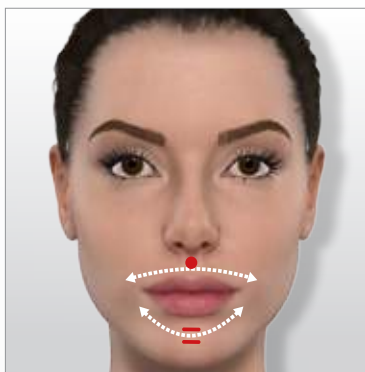
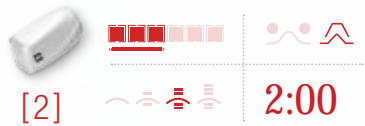
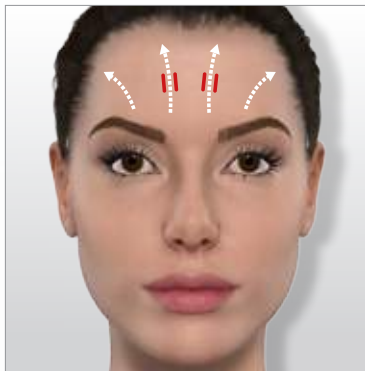
Vous menez une vie trépidante, toujours à cent à l'heure avec des horaires serrés et des réunions qui n'en finissent plus. S'accorder des moments de détente grâce à l'acupression est un bon moyen de libérer son esprit et de se détendre.

MA ROUTINE ACUPRESSION VISAGE

1. La lotion Micellaire Pré-traitement est à utiliser comme démaquillant/nettoyant avant chaque soin visage Wellbox[S]. Ma peau est ainsi apaisée, grâce à l'eau d'Ajonc et m'apporte une hydratation maximale.



2. SOIN ACUPRESSION VISAGE



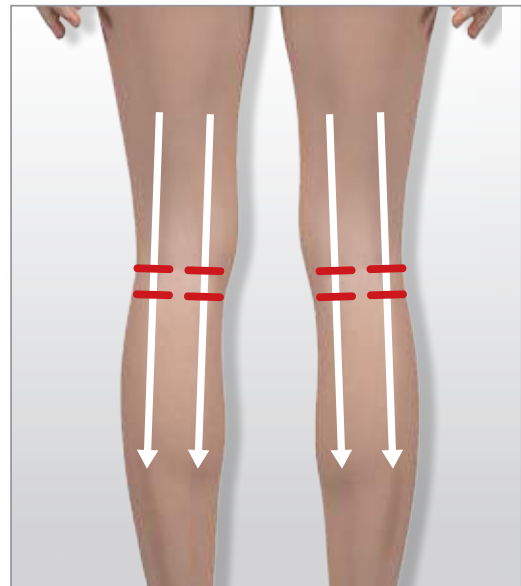
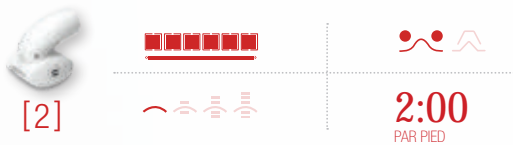
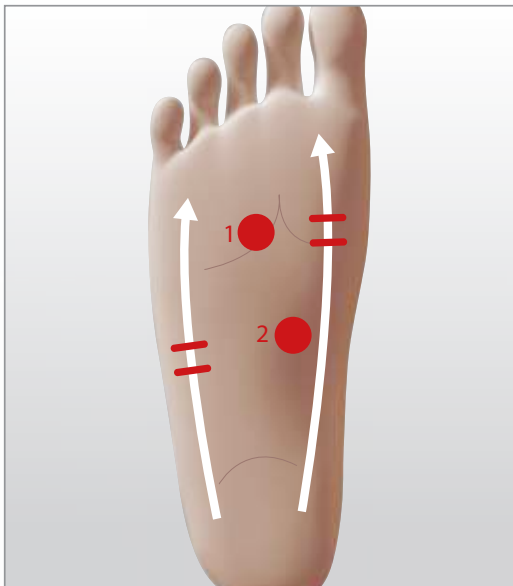
● Point d'acupression

RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

On ne les ménage pas... Entre les kilomètres parcourus, le poids de notre corps, étouffés par des matières synthétiques ou encore engoncés dans des escarpins trop serrés, nos pieds sont souvent maltraités. À la longue, ils finissent par s'abîmer : surviennent alors des douleurs ou des pathologies plus importantes.

MA ROUTINE RÉFLEXOLOGIE VOUTE PLANTAIRE & DÉTENTE MOLLET

1. SOIN RÉFLEXOLOGIE VOUTE PLANTAIRE ET DÉTENTE MOLLET



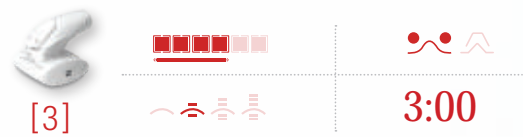
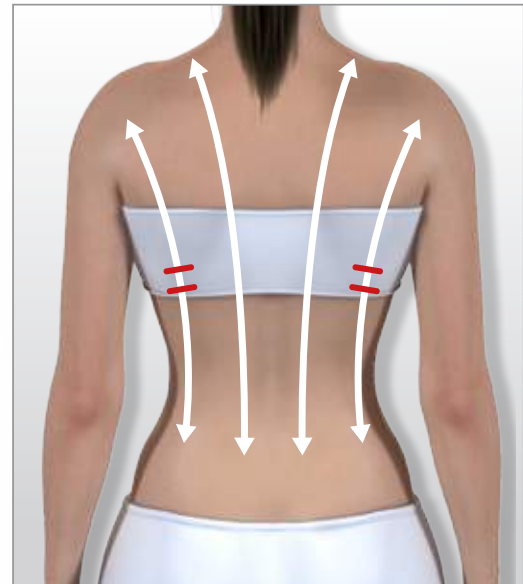
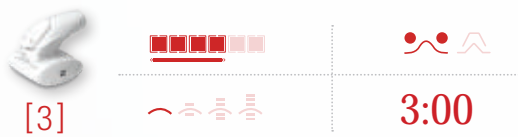
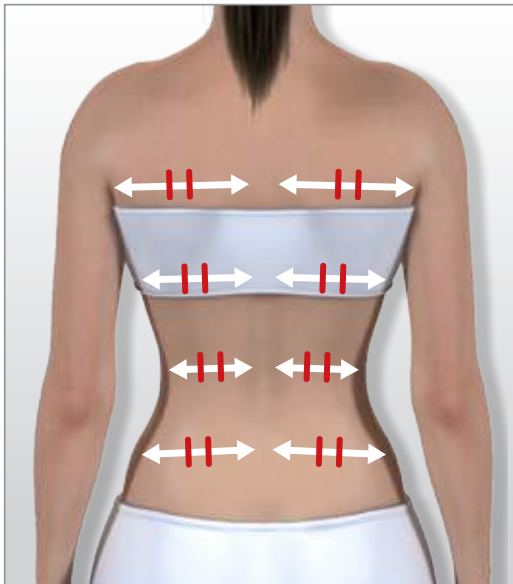
- Point d'acupression
- 1 = Diaphragme (réduit le stress et régule la respiration)
- 2 = Surrénale (augmente l'énergie du corps pour brûler plus de calories)

DÉTENTE DU DOS

Après une journée intense, il arrive parfois que l'on ressente des tensions au niveau du dos. Légères ou intenses, persistantes ou passagères, violentes, lancinantes, insoutenables..., ces douleurs dorsales agissent souvent comme une alarme pour signifier qu'il est temps de penser à vous et de vous détendre.

MA ROUTINE DETENTE DU DOS

1. SOIN DETENTE DU DOS (à faire faire par quelqu'un)

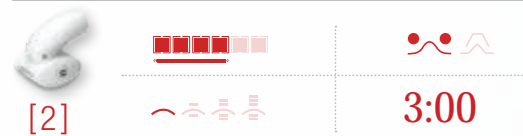
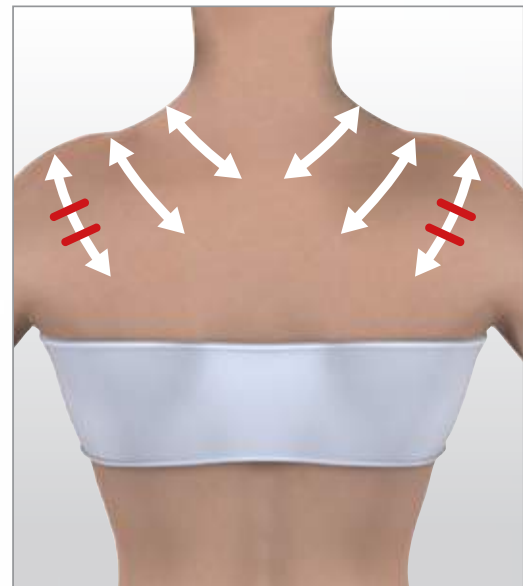
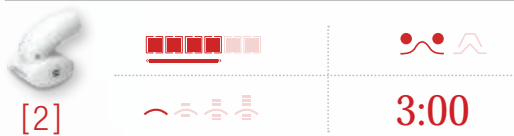


DÉTENTE NUQUE & ÉPAULES

On connaît tous cette petite douleur qui nous saisit à la nuque en fin de journée, après une longue journée de travail passée devant son écran d'ordinateur. Souvent bénignes ces douleurs ont tendance à en entraîner d'autres comme un mal de tête, mal de dos... Pour prévenir cette crispation, il est important de s'accorder des petits moments de massage et de détente.

MA ROUTINE DÉTENTE NUQUE ET ÉPAULES

1. SOIN DÉTENTE NUQUE ET ÉPAULES (à faire faire par quelqu'un)



RÉFLEXOLOGIE MAINS

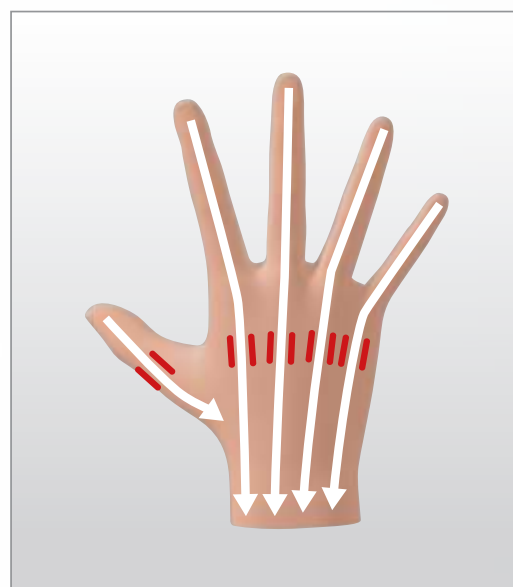
La relaxation passe également par les mains. Après une grosse journée où les tensions n'ont cessé de s'accumuler, il est important de prendre quelques minutes et de penser à vous et votre relaxation. Offrez-vous une petite réflexologie des mains, cela vous aidera à enfin relâcher la pression.

MA ROUTINE RÉFLEXOLOGIE MAINS

1. SOIN RÉFLEXOLOGIE MAINS



[1]

2:00
PAR MAIN

[1]

2:00
PAR MAIN

● Point d'acupression
1 = Réduit le stress



wellbox[®] S

MINCEUR & ANTI-ÂGE

+ DE

26 ROUTINES FEMMES

8 ROUTINES HOMMES

5 TÊTES DE SOIN

INTERCHANGEABLES,
pour des moments minceur
& anti-âge, directement chez soi !

UNE BOÎTE À BEAUTÉ
FÉMININE & ASTUCIEUSE

UNE TECHNOLOGIE
PROUVÉE PAR PLUS DE
145 ÉTUDES SCIENTIFIQUES



CONTACT PRESSE :

Laurence Ducret
01 55 02 15 04
l.ducret@open2europe.com

Vienna Gardner :
+33 1 55 02 27 89
v.gardner@open2europe.com