

БОЛЕЕ 5 000 000  
ПРОСМОТРОВ  
НА YOUTUBE

МЕТОД  
ЗОГАН  
АСАХИ

# ЯПОНСКИЙ МАССАЖ ЛИЦА

СОВЕРШЕННОЕ  
ЛИЦО  
В ЛЮБОМ  
ВОЗРАСТЕ

ВСЕГО 3 МИНУТЫ В ДЕНЬ

Аэробика для лица

Наталья Полярная

**Японский массаж лица.  
Метод Асахи (Зоган)**

«ЭКСМО»

2018

УДК 613.4  
ББК 51.204.1

**Полярная Н.**

Японский массаж лица. Метод Асахи (Зоган) / Н. Полярная —  
«Эксмо», 2018 — (Аэробика для лица)

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

Часто случается, что в круговороте ежедневной рутины нам не хватает времени на самое важное – заботу о своей красоте и здоровье. Благодаря лимфодренажному массажу по методу Асахи (Зоган) вы достигнете омолаживающего эффекта, уделяя себе всего три минуты в день. Собрав воедино накопленные поколениями знания, японские косметологи разработали уникальный метод, который омолодит лицо на 10 лет, уберет морщины, отеки, неровности и добавит тонуса коже. В своей книге Асахи (Зоган) рекомендует его всем женщинам старше 20 лет. Лимфодренажный массаж: устраняет морщины, подтягивает кожу; способствует улучшению кровообращения в тканях; выводит скопившиеся токсины в клетках кожи; одновременно воздействует на мышцы, лимфатическую систему и соединительную ткань; улучшает лимфоток; укрепляет и тонизирует мышцы лица.

УДК 613.4  
ББК 51.204.1

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

© Полярная Н., 2018  
© Эксмо, 2018

## Содержание

Наталья Полярная	5
Почему японский массаж эффективен?	7
Конец ознакомительного фрагмента.	10

**Наталья Полярная**  
**Японский массаж лица. Метод Асахи (Зоган)**







Подумав – решайся, а решившись – не думай.



## Почему японский массаж эффективен?

Из поколения в поколение женщины всего мира передают своим дочерям и внучкам 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 эффективности методы, которые разрабатывались много лет благодаря накопленным знаниям.



Замечали ли вы когда-нибудь, как выглядят японские женщины? Прозрачная, ухоженная, почти фарфоровая кожа, без отеков и припухлостей. Женщины Японии веками славятся своей нестареющей внешностью. В чем же секрет вечной молодости?

Каждый день японок обязательно наполнен тремя составляющими:

- многоэтапное очищение кожи,
- лимфодренажный массаж,
- правильное питание.



В Стране восходящего солнца женщины считают дряблую кожу таким же неуместным фактом, как грязные волосы или неприятный запах. С юности девушки ведут активную работу над собой.

В погоне за совершенной внешностью японки находят все новые методы, которые эффективно отодвигают старение. В этой книге собраны знания, которые передают японские женщины от матери к дочери, а современные косметологи собрали их и разработали универсальную методику, которая займет у вас всего 3 минуты в день, но даст эффект, сравнимый с целым курсом процедур в салоне красоты.

Массаж Асахи поможет:

- вернуть утраченную красоту
- устранить признаки увядания кожи разгладить морщины
- предотвратить их появление
- подтянуть овал лица





Существует немало способов воздействия на кожу лица с целью ее омоложения. Вернуть утраченную красоту, устранить признаки увядания кожи, разгладить морщины или предотвратить их появление, подтянуть овал лица поможет японский массаж по методу Асахи. Данная процедура очень эффективна, результаты после ее регулярного проведения будут заметны уже через один месяц.

Японский массаж Асахи (в народе его также называют Зоган, Цоган, Zogan) применяется для омоложения лица. Основные принципы данной манипуляции были известны еще в древние времена. Не так давно этот метод вновь возродился. Однажды известный японский косметолог Хироси Хисаси увидела, как ее бабушка проводит с лицом странные манипуляции. Изучив технику бабушки, она передала познания аудитории. Массаж оказался эффективным средством в борьбе против старения.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.