

## Yoga Facial: levanta, tonifica e rejuvenesce!



Exercícios rápidos para incorporar ao seu ritual diário de beleza!

Yoga é um exercício maravilhoso para corpo e mente: ao mesmo tempo em que fortalece, equilibra. Torneia os músculos e as ideias. Eu já fiz e amei os resultados, então vocês podem imaginar o tamanho da minha curiosidade quando descobri a Yoga Facial! Essa nova técnica aplica exercícios adaptados para os músculos da face e pescoço, ajudando a tonificá-los para que a gente mantenha ou recupere características como o contorno e volume facial, além de estimular a firmeza.

Yoga Facial Funciona?

Sim, e muito: os resultados começam a aparecer em duas semanas - ou menos, caso você siga minhas dicas mais abaixo, nos vídeos!

Com o tempo, a gente vai perdendo tecidos de sustentação da pele. Some isso à força da gravidade e temos aí as rugas, flacidez e aquele aspecto "caído" que tanto incomoda.

Ao trabalhar os músculos com os exercícios da prática, estimulamos a hipoderme, a derme e a epiderme - todas as camadas da pele - favorecendo a circulação do sangue, a oxigenação desses tecidos e o fornecimento de nutrientes. É assim que Yoga Facial homogeniza o tom da pele, afastando aquele tom acinzentado. Também dessa maneira, estimula a produção de colágeno e elastina, essenciais para a pele firme e sem rugas. Outro benefício é a eliminação de toxinas e melhora da capacidade de absorver água - pele hidratada é pele bonita!

Como fazer Yoga Facial em casa?

## Trago vídeos!

Uma das maiores vantagens da Yoga Facial é que ela pode ser praticada em casa, com apenas alguns minutinhos por dia. Sabe aquela hora de passar seus cremes antes da maquiagem de manhã, ou logo antes de dormir? Esse é o momento ideal para a prática e só leva alguns minutinhos.

### O pulo do gato na Yoga Facial

Por que escolher o momento dos cremes?

Porque eles potencializam o efeito da Yoga Facial e vice-versa! Do mesmo jeito que você toma cápsulas pra turbinar a energia da corrida ou pra queimar mais gorduras, ou usa géis pra ajudar no resultado final dos agachamentos anti-celulite, os cremes fazem tooooooda a diferença no seu resultado final.

A Linha Senses, lançada recentemente pela Galena, traz o pacote completo: fórmula pra pedir na farmácia de manipulação + vídeo tutorial! Todos os exercícios foram criados por especialistas, assim como as fórmulas foram desenvolvidas por uma equipe focada no rejuvenescimento.

### 1 - YOGA FACIAL PARA TONIFICAR O PESCOÇO E O CONTORNO DO MAXILAR

Dê play no vídeo e copie aqui a fórmula que você vai pedir na sua farmácia de manipulação de confiança.

Actifcol 2% + Uplevity 2%

### 2 - YOGA FACIAL PARA COMBATER RUGAS NA TESTA E PESCOÇO

Dê play no vídeo e copie aqui a fórmula que você vai pedir na sua farmácia de manipulação de confiança.

Eyseryl 10% + Argireline 2%

### 3 - YOGA FACIAL PARA AS RUGAS NA REGIÃO DA BOCA

Dê play no vídeo e copie aqui a fórmula que você vai pedir na sua farmácia de manipulação de confiança.

Seacode 2%

Bora mandar manipular e praticar em casa!