

Vorbereitung für deinen Facial Gua Sha-Kurs

★ Das solltest du an Material bereithalten

- **Einen Gua Sha-Stein** aus Jade, Rosenquarz oder Amethyst
- **oder** ein chinesischer Porzellan-Löffel **oder** ein normaler Suppenlöffel + ein Kaffeelöffel
- Gua Sha-Roller hingegen eignen sich eher als Ergänzung
- Frotteetuch oder Kleenex
- 1 Glas Wasser
- Handspiegel
- Ein Vorher-Selfie
- Gesichts-Öl
- Tonic-Spray (Hydrosol)

★ Vorbereitung für dein Gesicht kurz vor Kursbeginn

- Haare zusammenbinden oder Haarband
- Trage ein T-Shirt o.ä. mit offenem Dekolleté
 1. Besprühe dein Gesicht mit deinem bevorzugten Tonic-Spray, wie z.B. mit Rosenwasserspray aus der Drogerie = gut und günstig.
 2. Trage *wenig* Gesichts-Öl auf das frisch gereinigte Gesicht, den Hals und das Dekolleté

Jetzt bist du bereit: nur noch auf ZOOM einloggen und bitte mit Video aufschalten!

★ Nach dem Kurs

- Sich über den frischen Look freuen! ✨
- Genügend Wasser trinken
- Den Gua Sha-Stein nur mit etwas Seife und lauwarmen Wasser reinigen und trocknen lassen
- Die Basis-Routine regelmässig durchführen

Wir wünschen dir viel Freude und Erfolg mit den Facial Gua Sha-Anwendungen.

Let's shine! ✨ Edith & Esther

Der Kurs wird jeweils ausschliesslich für die interne Qualitätskontrolle aufgezeichnet und nicht verschickt.