



Stimulez votre visage par la Faciale-gym

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Stimulez votre visage par la Faciale-gym

Alain Pénichot

Stimulez votre visage par la Faciale-gym Alain Pénichot

 [Télécharger Stimulez votre visage par la Faciale-gym ...pdf](#)

 [Lire en ligne Stimulez votre visage par la Faciale-gym ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Stimulez votre visage par la Faciale-gym Alain Pénichot

Reliure: Broché

Présentation de l'éditeur

«5 minutes par jour pour rajeunir !»

Voilà la promesse forte d'Alain Pénichot qui sait de quoi il parle. Praticien diplômé en techniques du bien-être, il va au-devant du public, organise des stages et des formations auprès des centres de yoga, de remise en forme, de thalasso...

Sensibilisé par les problèmes inhérents au bien-être de tous, il s'est vite rendu compte de l'importance toute particulière que revêtait pour la femme non seulement l'expression corporelle, mais aussi, et surtout, celle du visage. C'est pour cette raison que depuis fort longtemps, il s'est fixé pour objectif de tout mettre en oeuvre pour réparer, améliorer, retarder au maximum les méfaits du temps, car dit-il, le vieillissement n'est pas une fatalité, on peut largement contribuer à lui barrer la route.

Sa méthode : La faciale-gym est un subtil dosage de réflexologie faciale et «d'accommodation oculaire».

C'est une automédication naturelle que chacune peut s'appliquer à elle-même. Elle consiste en des stimulations des points réflexes et s'applique à tonifier les muscles du visage, tout en relaxant l'ensemble.

À raison de cinq minutes par jour - pas plus - les effets sur la plastique du visage deviennent efficaces en éliminant certaines tensions, sources majeures de parasitage de votre beauté naturelle. Ne laissant rien au hasard, Alain Pénichot a voulu illustrer très largement son livre. Chaque séance est accompagnée de plusieurs croquis de façon à ce que toute utilisatrice puisse avec précision, exercer les gestes de cette extraordinaire méthode énergétique.

Download and Read Online Stimulez votre visage par la Faciale-gym Alain Pénichot #UOZ114LFPBR

Lire Stimulez votre visage par la Faciale-gym par Alain Pénichot pour ebook en ligne Stimulez votre visage par la Faciale-gym par Alain Pénichot Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Stimulez votre visage par la Faciale-gym par Alain Pénichot à lire en ligne. Online Stimulez votre visage par la Faciale-gym par Alain Pénichot ebook Téléchargement PDF Stimulez votre visage par la Faciale-gym par Alain Pénichot Doc Stimulez votre visage par la Faciale-gym par Alain Pénichot Mobipocket Stimulez votre visage par la Faciale-gym par Alain Pénichot EPub

UOZ1I4LFPBRUOZ1I4LFPBRUOZ1I4LFPBR