

K O S M I K A

protegge

Preparazione delle mani:

- strofinare le mani fino a sentirle calde
- battere i polpastrelli gli uni con gli altri

Applicazione Kosmika:

- agitare il preparato
- mettere il siero sui polpastrelli e scaldarlo tra le dita
- partire dal **centro della fronte** eseguendo uno stiramento verso l'esterno, partendo dalle sopracciglia salendo fino all'attaccatura dei capelli
- sfioramento partendo dal **centro del naso** verso l'**esterno**, ripetere il movimento scendendo fino alle narici
- seguire con i polpastrelli il **contorno verticale del naso**, facendo uno stiramento verso l'alto e verso il basso
- dal **centro del mento**, con indice e medio a forbice, proseguire **fino alle orecchie**
- eseguire uno sfioramento partendo dalla **clavicola** fino all'**orecchio opposto**.

Attivazione centri energetici:

- sulla **cunetta** che si forma tra **pollice e indice della mano**, fare una pressione circolare per nove cerchi in senso orario e antiorario
- **tessere un bozzolo protettivo** con le mani sopra la testa

