

# K O S M I K A

## rigenera

### Preparazione delle mani:

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

### Attivazione centri energetici:

- nelle cavità delle tempie, fare nove cerchi in senso orario e antiorario
- ai lati della bocca, con il medio formare nove cerchi in senso orario e antiorario
- afferrare il mento con pollice e medio facendo una leggera pressione per nove secondi



### 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.

