

C O S M E T I C S



# "Gids van de Verzorgingsprotocols" Ophyto

---

OPHYTO, EVENWICHT ALS BASIS VAN SCHOONHEID

## GELAATSVERZORGING met essentiële oliën

- |             |                                       |           |
|-------------|---------------------------------------|-----------|
| <b>01 •</b> | BASISREINIGING                        | PAGINA 3  |
| <b>02 •</b> | GEVOELIGE HUID EN/OF MET RODE VLEKKEN | PAGINA 4  |
| <b>03 •</b> | GEMENGDE TOT VETTE HUID               | PAGINA 6  |
| <b>04 •</b> | VETTE HUID MET NEIGING TOT ACNE       | PAGINA 8  |
| <b>05 •</b> | DROGE OF VOCHTARME HUID (VETRIJK)     | PAGINA 10 |
| <b>06 •</b> | DROGE OF VOCHTARME HUID (VETARM)      | PAGINA 12 |
| <b>07 •</b> | OOG- EN LIPCONTOURVERZORGING          | PAGINA 14 |

## GELAATSVERZORGING zonder essentiële oliën

- |             |   |           |
|-------------|---|-----------|
| <b>08 •</b> | BASISREINIGING                                    | PAGINA 15 |
| <b>09 •</b> | GEVOELIGE HUID EN/OF MET RODE VLEKKEN             | PAGINA 16 |
| <b>10 •</b> | VETTE HUID MET NEIGING TOT ACNE                   | PAGINA 18 |
| <b>11 •</b> | FUTLOZE HUID (VALE TEINT – GEBREK AAN STEVIGHEID) | PAGINA 20 |
| <b>12 •</b> | DROGE OF VOCHTARME HUID (VETRIJK)                 | PAGINA 22 |
| <b>13 •</b> | DROGE OF VOCHTARME HUID (VETARM)                  | PAGINA 24 |

## GAMMA PRESTIGE

- |             |            |           |
|-------------|------------|-----------|
| <b>14 •</b> | RIJPE HUID | PAGINA 26 |
|-------------|------------|-----------|

## LICHAAMSVERZORGING

- |             |  |           |
|-------------|--|-----------|
| <b>15 •</b> | INDIVIDUELE VERZORGINGEN               | PAGINA 28 |
| <b>16 •</b> | VERSTEVIGENDE VERZORGING VOOR DE BUSTE | PAGINA 36 |
| <b>17 •</b> | VERZORGING VOOR ZWARE BENEN            | PAGINA 38 |

## ZONNEPRODUCTEN

- |             |  |           |
|-------------|--|-----------|
| <b>18 •</b> | PRETAN-VERZORGING GELAAT EN LICHAAM        | PAGINA 40 |
| <b>18 •</b> | ZELFBRUINENDE VERZORGING GELAAT EN LICHAAM | PAGINA 41 |

**GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën)**

**BASISREINIGING ..... DUUR : 45'**

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion gevoelige huid
- Peelingmasker
- Drainerende crème + drainerende bewegingen (7 minuten)
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijdering van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Norma pH + klassieke modellage (10 minuten)
- Ontgiftend substraat indien nodig

De schoonheidsspecialiste voert de gewone bewegingen uit.

**3) Behandelen :**

- Oogcontourgel
- Hydra kalmerend masker.

**4) Beschermen :**

- Norma pH gezichtscrème.

**GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën)**

**GEVOELIGE HUID EN/OF MET RODE VLEKKEN..... Duur : 1u30**

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion gevoelige huid
- Peelingmasker
- Drainerende crème + drainerende bewegingen (7 minuten)
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijderen van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Kalmerende olie + Vaatstimulerend substraat.
- Norma pH gezichtscrème.

**Opmerking :**

- Een beetje Kalmerende olie vermengd met drie druppels substraat aanbrengen + klassieke massage.
- Norma pH gezichtscrème aanbrengen + buikademhalingen.
- De gepaste acupressuur (vingerdrukpunten) uitvoeren (20 minuten)

**3) Behandelen :**

- Oogcontourgel
- < 30 jaar : Hydra kalmerend masker
- > 30 jaar : Algomasker + Stimulerend substraat (3 druppels).

**Opmerking :**

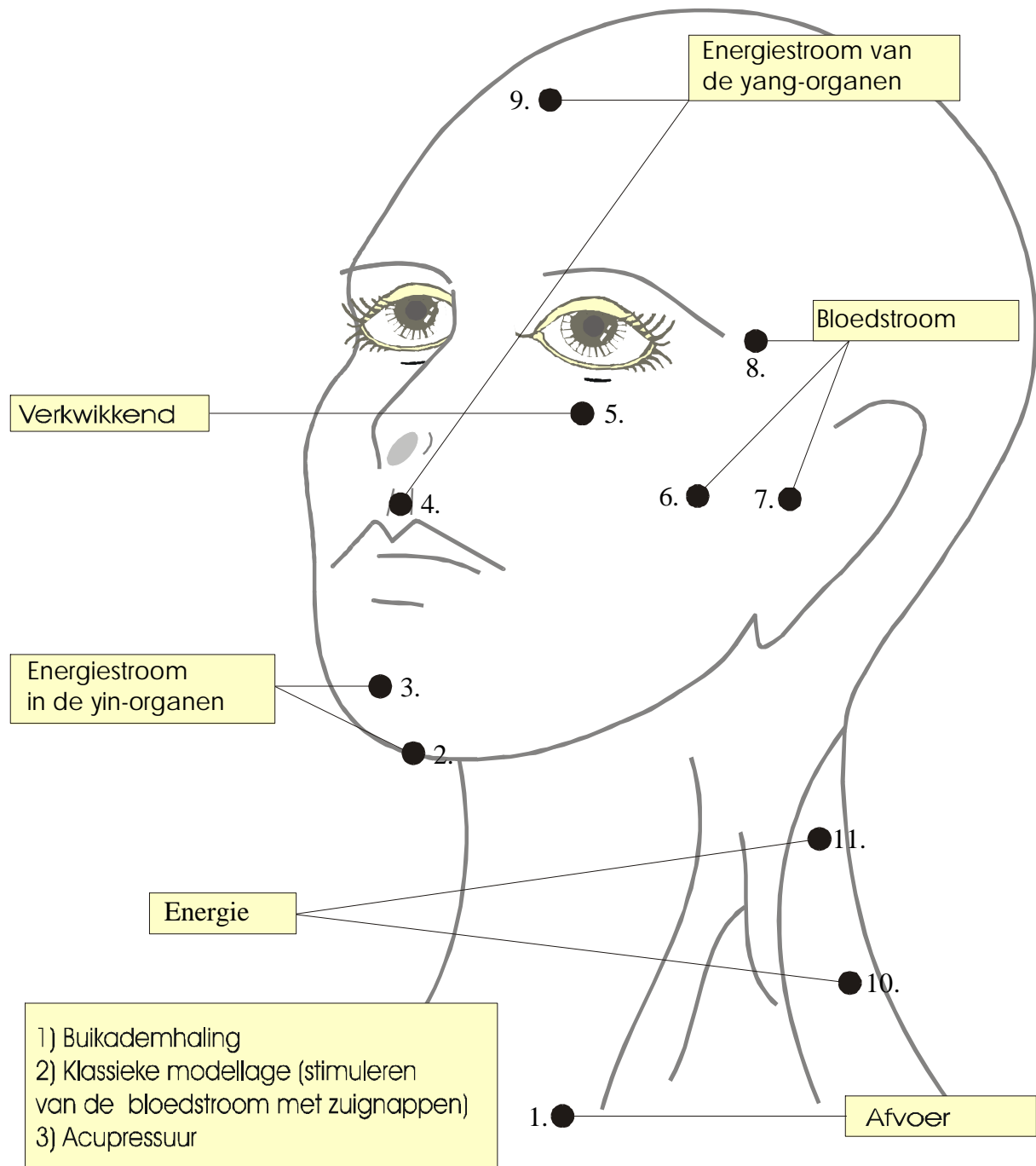
- 20 minuten laten inwerken.

**4) Beschermen :**

- Vaatstimulerende crème.

GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën)

GEVOELIGE HUID EN/OF MET RODE VLEKKEN.....Duur : 1u30



**GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën)**

**GEMENGDE TOT VETTE HUID ..... Duur : 1u30**

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion vette huid
- Peelingmasker
- Drainerende crème + drainerende bewegingen (7 minuten)
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijderen van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Kalmerende olie + Oplossend substraat
- Ontgiftende crème.

**Opmerking :**

- Een beetje Kalmerende olie vermengd met drie druppels substraat aanbrengen + klassieke massage.
- Ontgiftende crème aanbrengen + buikademhalingen.
- De gepaste acupressuur (vingerdrukpunten) uitvoeren (20 minuten)

**3) Behandelen :**

- Oogcontourgel
- Algomasker + Ontgiftend substraat (2 druppels)

**Opmerking :**

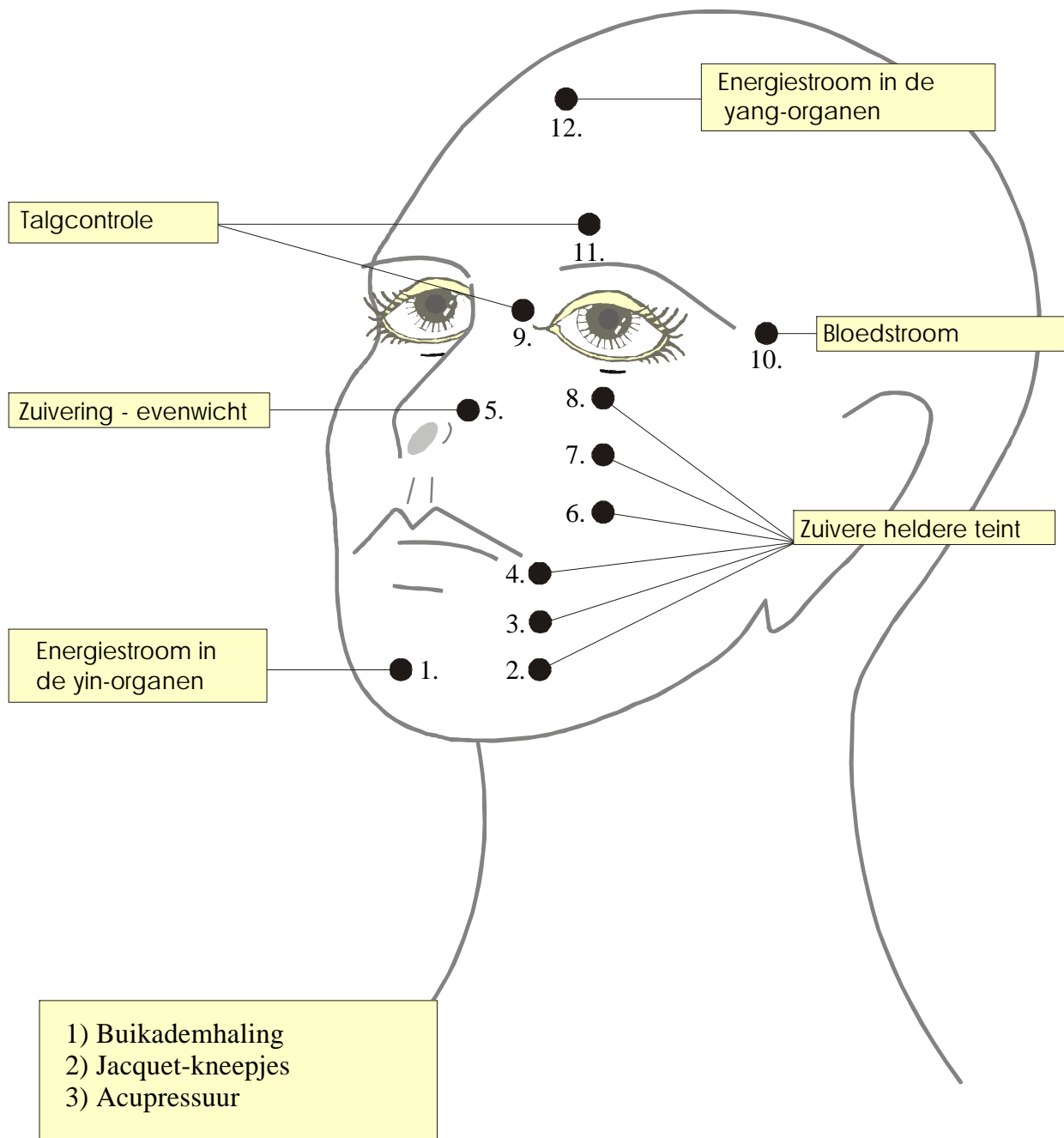
- 15 minuten laten inwerken.

**4) Beschermen :**

- Oplossende crème.

GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën)

GEMENGDE TOT VETTE HUID ..... Duur : 1u30



**GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën)**

**VETTE HUID MET NEIGING TOT ACNE**

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion vette huid
- Peelingmasker
- Drainerende crème + drainerende bewegingen (7 minuten)
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijderen van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Kalmerende of stimulerende olie + Oplossend substraat.
- Ontgiftende crème.

**Opmerking :**

- Een beetje Kalmerende of stimulerende olie vermengd met drie druppels substraat aanbrengen + klassieke massage.
- Ontgiftende crème aanbrengen + buikademhalingen.
- De gepaste acupressuur (vingerdrukpunten) uitvoeren (20 minuten)

**3) Behandelen :**

- Oogcontourgel
- Algomasker + Anti-acne serum (9 druppels).

**Opmerking :**

- 20 minuten laten inwerken.

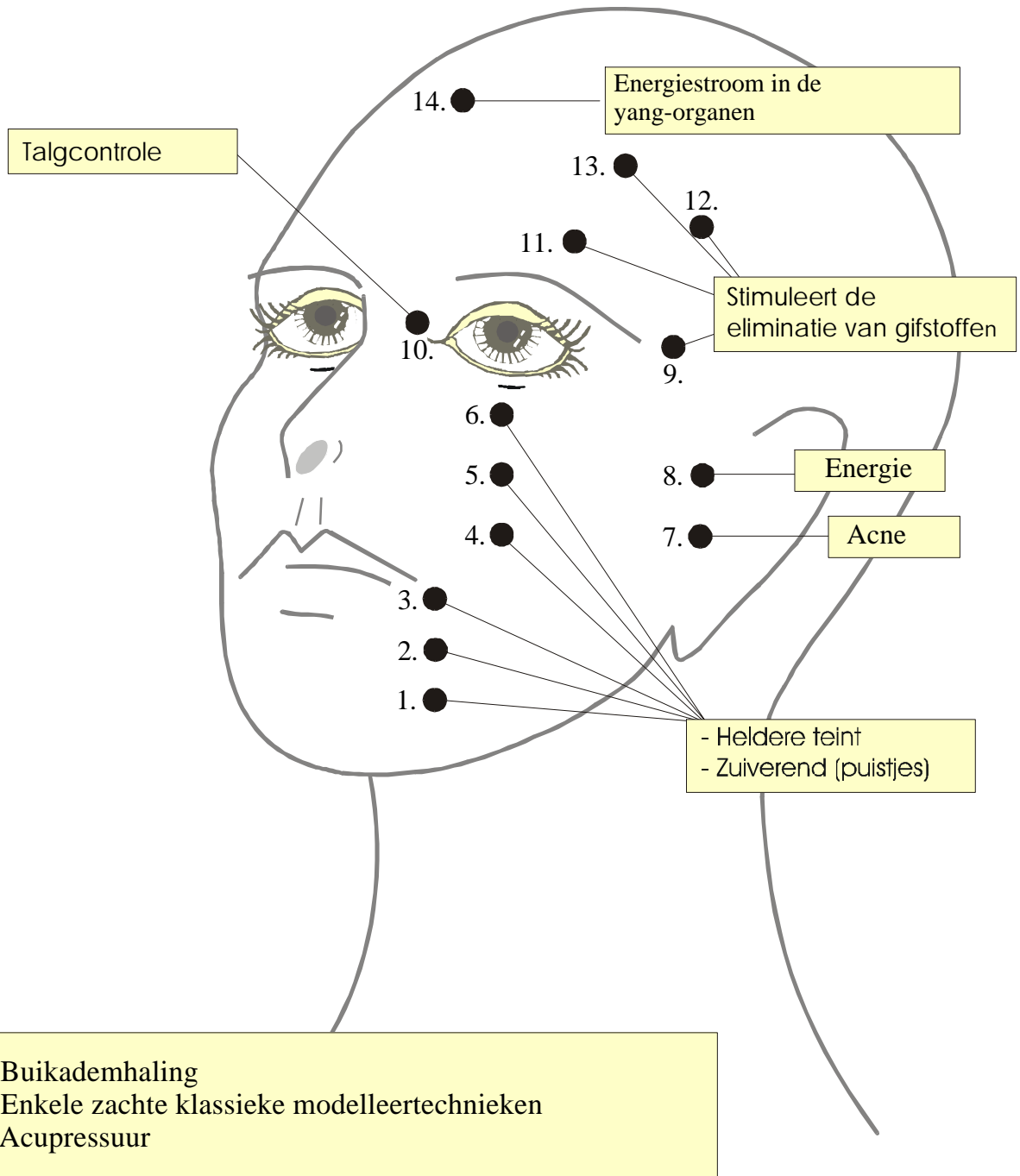
**4) Beschermen :**

- Anti-acne crème



GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën)

VETTE HUID MET NEIGING TOT ACNE



**GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën) :**

**DROGE OF VOCHTARME VETRIJKE HUID ..... Duur : 1u30**

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion gevoelige huid
- Peelingmasker
- Drainerende crème + drainerende bewegingen (7 minuten)
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijderen van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Kalmerende of stimulerende olie + Oplossend substraat.
- Norma pH gezichtscrème .

**Opmerking :**

- Een beetje Kalmerende of stimulerende olie vermengd met drie druppels substraat aanbrengen + klassieke massage.
- Norma pH gezichtscrème aanbrengen + buikademhalingen.
- De gepaste acupressuur (vingerdrukpunten) uitvoeren (20 minuten)

**3) Behandelen :**

- Oogcontourgel
- Hydra kalmerend masker

**Opmerking :**

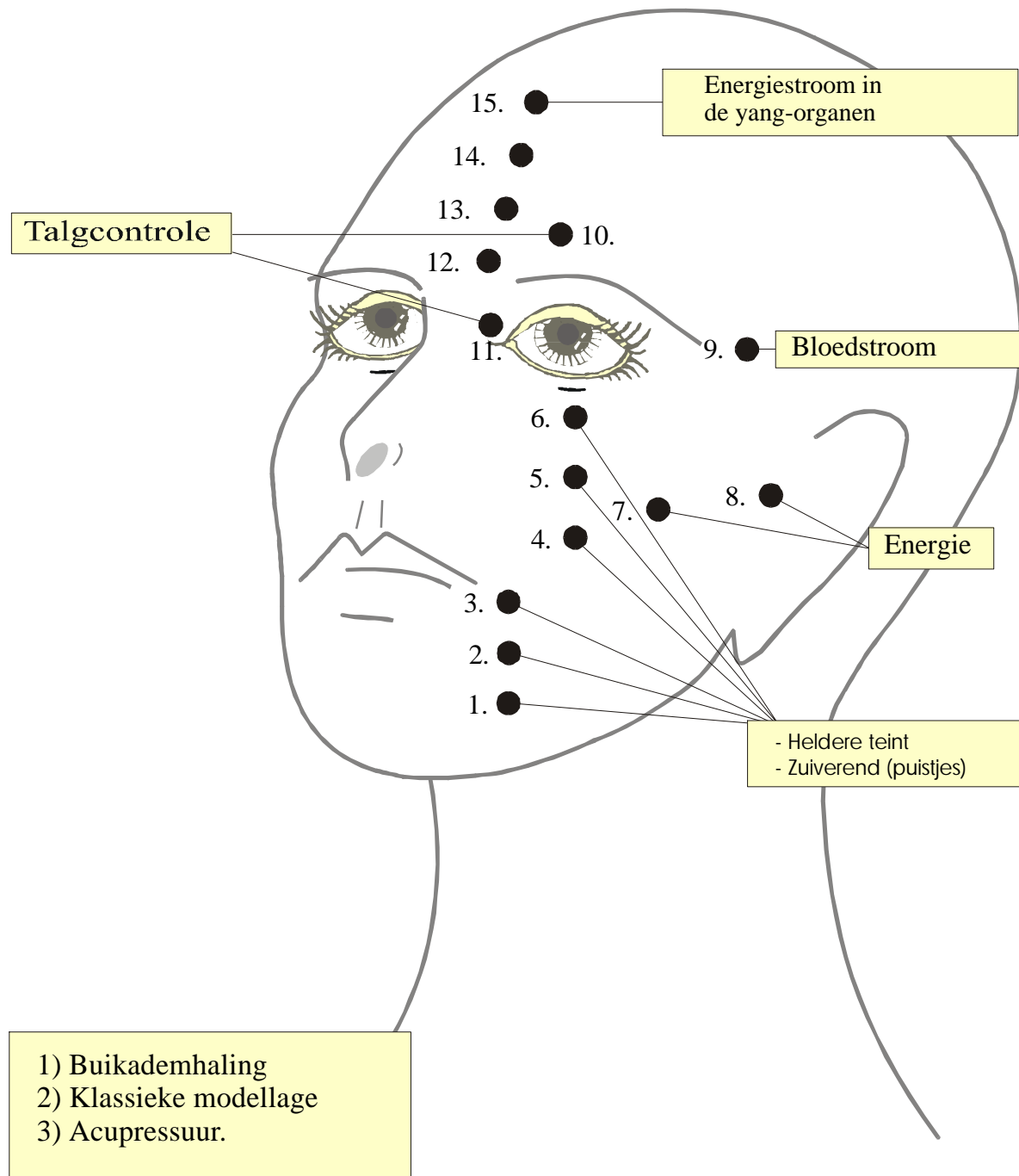
- 20 minuten laten inwerken.

**4) Beschermen :**

- Hydra dagcrème.

GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën) :

DROGE OF VOCHTARME VETRIJKE HUID ..... Duur : 1u30



**GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën)**

**DROGE EN VOCHTARME VETARME HUID ..... Duur : 1u30**

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion droge huid
- Peelingmasker
- Drainerende crème + drainerende bewegingen (7 minuten)
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijderen van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Stimulerende olie + Vaatstimulerend substraat.
- Antirimpelcrème.

**Opmerking :**

- Een beetje Stimulerende olie vermengd met drie druppels substraat aanbrengen + klassieke massage.
- Antirimpelcrème aanbrengen + buikademhalingen.
- De gepaste acupressuur (vingerdrukpunten) uitvoeren (20 minuten)

**3) Behandelen :**

- Oogcontourgel
- Hydra kalmerend masker.

**Opmerking :**

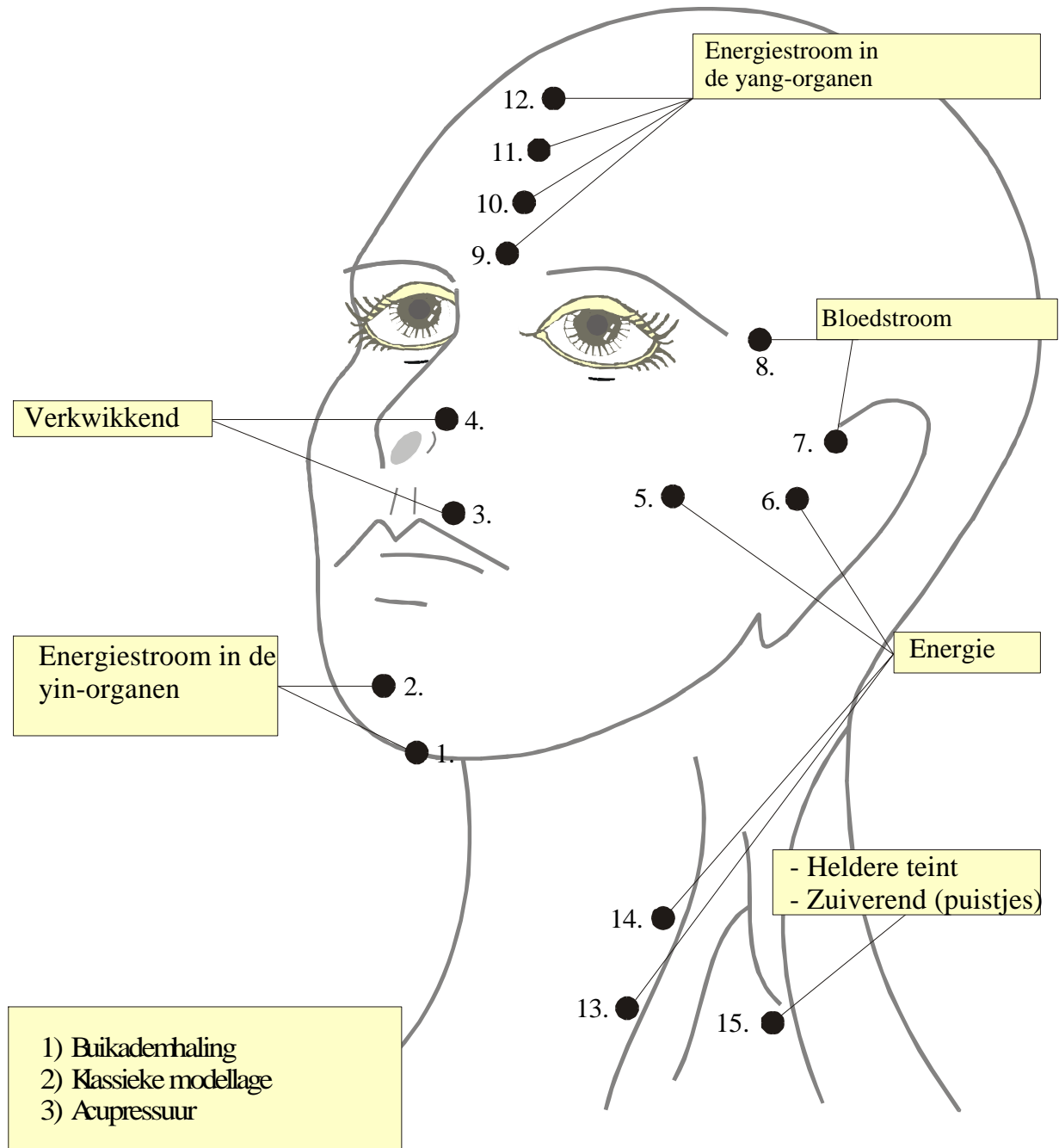
- 20 minuten laten inwerken.

**4) Beschermen**

- < 30 jaar : Hydra dagcrème
- > 30 jaar : Antirimpelcrème.

GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën)

DROGE EN VOCHTARME VETARME HUID ..... Duur : 1u30



**GELAATSVERZORGING (met essentiële oliën)**

**OOG- EN LIPCONTOURVERZORGING.....Duur : 20'**

**1) Reinigen van oog- en lipomtrek :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion gevoelige huid.

**2) Ontspannen en ontgiften van oogomtrek :**

- Oogcontourgel +
- 1 druppel Drainerend substraat
- Een modellage met drainerende bewegingen uitvoeren (4')

**3) De lippenomtrek herstellen :**

- Phylift crème +
- 1 druppel Stimulerend substraat (4')
- Een antirimpelmodellage uitvoeren.

**4) De oogomtrek hydrateren en kalmeren :**

- Hydra kalmerend masker aanbrengen (4')

**5) De lippenomtrek verkwikken :**

- Opbrengen van het Algomasker +
- 1 druppel Stimulerend substraat (4')

**6) Beschermen :**

- Ogen : Oogcontourgel
- Lippen : Phylift crème.

**GELAATSVERZORGING (zonder essentiële oliën)**

**BASISREINIGING .....Duur : 45'**

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion gevoelige huid
- Peelingmasker
- Vapozone 7 minuten
- Verwijderen van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Olie droge huid
- Stimulerende massage + ontspannende bewegingen  
De schoonheidsspecialiste voert de gewone bewegingen uit.

**3) Behandelen :**

- Oogcontourgel
- Hydra kalmerend masker.

**4) Beschermen :**

- Hydra dagcrème.

**GELAATSVERZORGING (zonder essentiële oliën)**

GEVOELIGE HUID EN/OF MET RODE VLEKKEN.....Duur : 1u30

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion gevoelige huid
- Peelingmasker
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijderen van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Crème tegen rode vlekken +
- Olie droge huid
- Klassieke modellage + buikademhalingen
- Acupressuur

**3) Behandelen :**

- Oogcontourgel
- Hydra kalmerend masker.

**Opmerking :**

- 20 minuten laten inwerken.

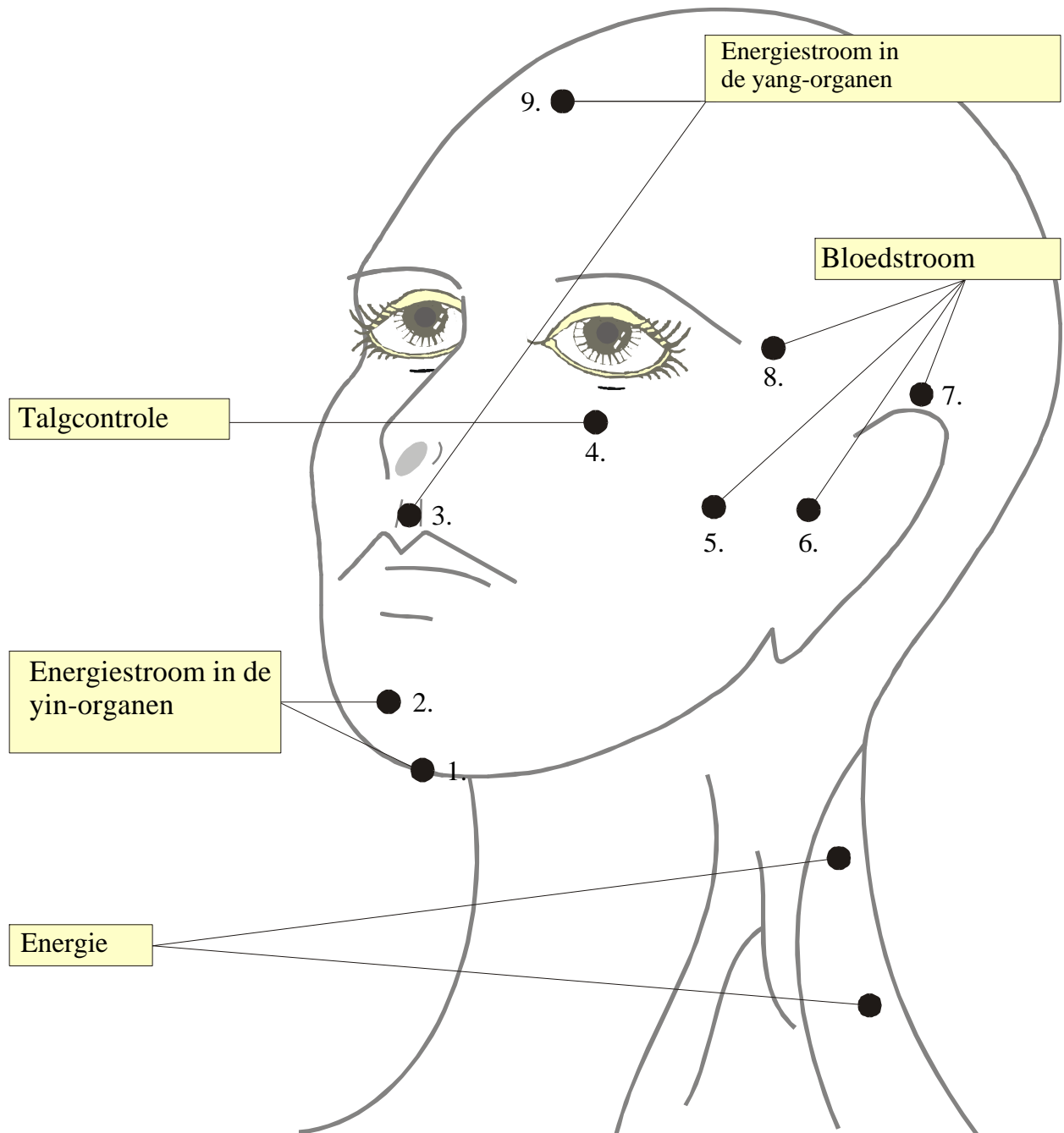
**4) Beschermen :**

- Crème tegen rode vlekken.



GELAATSVERZORGING (zonder essentiële oliën)

GEVOELIGE HUID EN/OF MET RODE VLEKKEN.....Duur : 1u30



**GELAATSVERZORGING (zonder essentiële oliën) :**

**VETTE HUID MET NEIGING TOT ACNE.....Duur : 1u30**

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion vette huid
- Peelingmasker
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijderen van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Olie vette huid +
- Anti-acne Serum 3 druppels
- Klassieke modellage + buikademhalingen.
- Acupressuur.

**3) Behandelen :**

- Oogcontourgel
- Algomasker + Anti-acne Serum (9 druppels)

**Opmerking :**

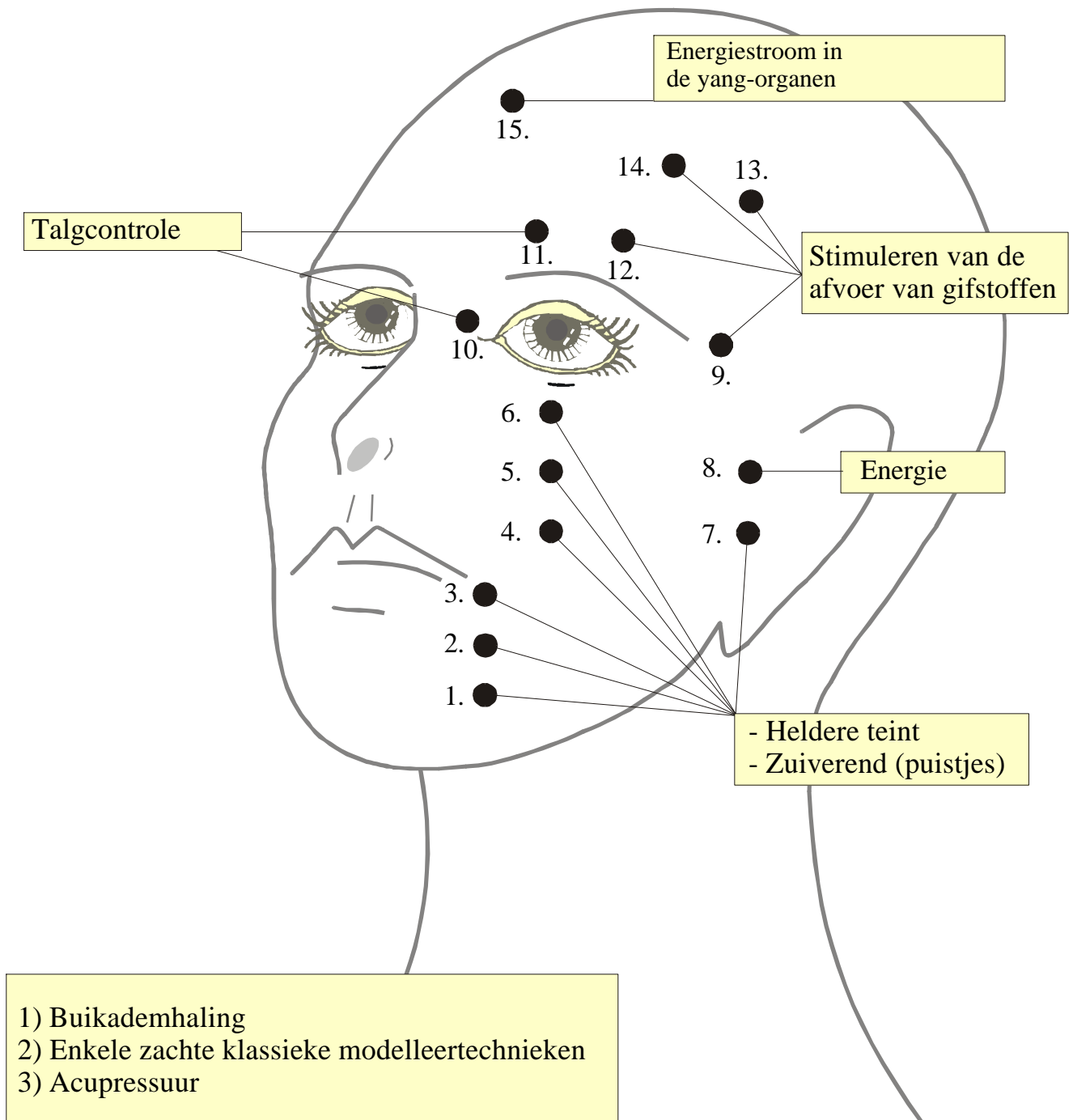
- 15 minuten laten inwerken.

**4) Behandelen :**

- Anti-acne crème.

GELAATSVERZORGING (zonder essentiële oliën) :

VETTE HUID MET NEIGING TOT ACNE.....Duur : 1u30



**GELAATSVERZORGING (zonder essentiële oliën)**

VALE HUID doffe teint – gebrek aan stevigheid ..... Duur : 1u30

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion gevoelige/droge huid
- Peelingmasker
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijderen van comedonen + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Verhelderende Crème +
- Olie aangepast aan huidtype
- Klassieke modellage + buikademhaling.
- Acupressuur

**3) Behandelen :**

- Phyltlift Masker

**Opmerking :**

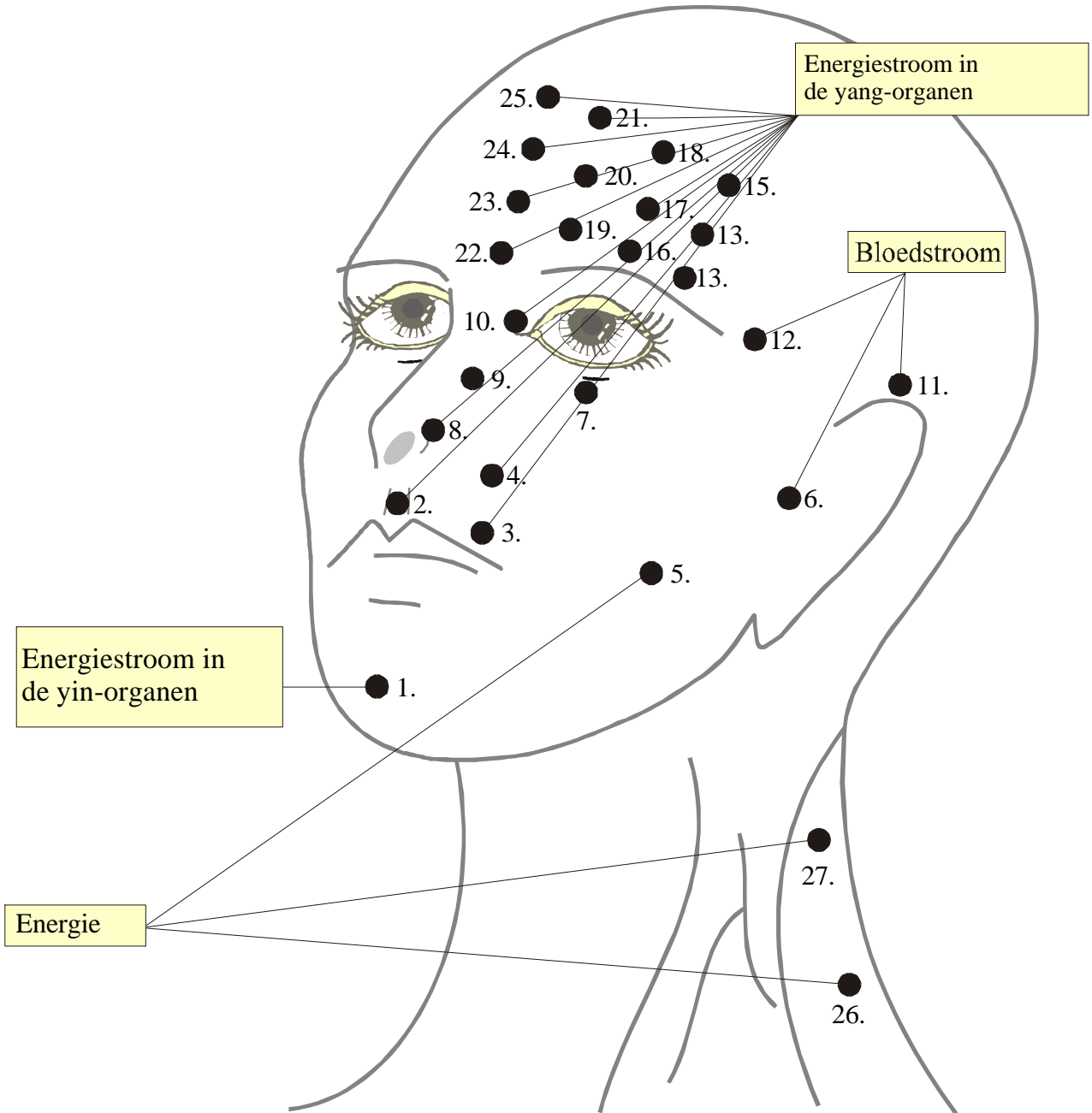
- 20 minuten laten inwerken

**4) Beschermen :**

- Oogcontourgel
- Phyltlift Crème

GELAATSVERZORGING (zonder essentiële oliën)

VALE HUID doffe teint – gebrek aan stevigheid ..... Duur : 1u30



**GELAATSVERZORGING (zonder essentiële oliën)**

DROGE OF VOCHTARME VETRIJKE HUID .....(Duur : 1u30)

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion vette huid
- Peelingmasker
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijderen van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Olie vette huid +
- Hydra nachtcrème
- Klassieke modellage + buikademhalingen.
- Acupressuur.

**3) Behandelen :**

- Oogcontourgel
- Hydra kalmerend masker

**Opmerking :**

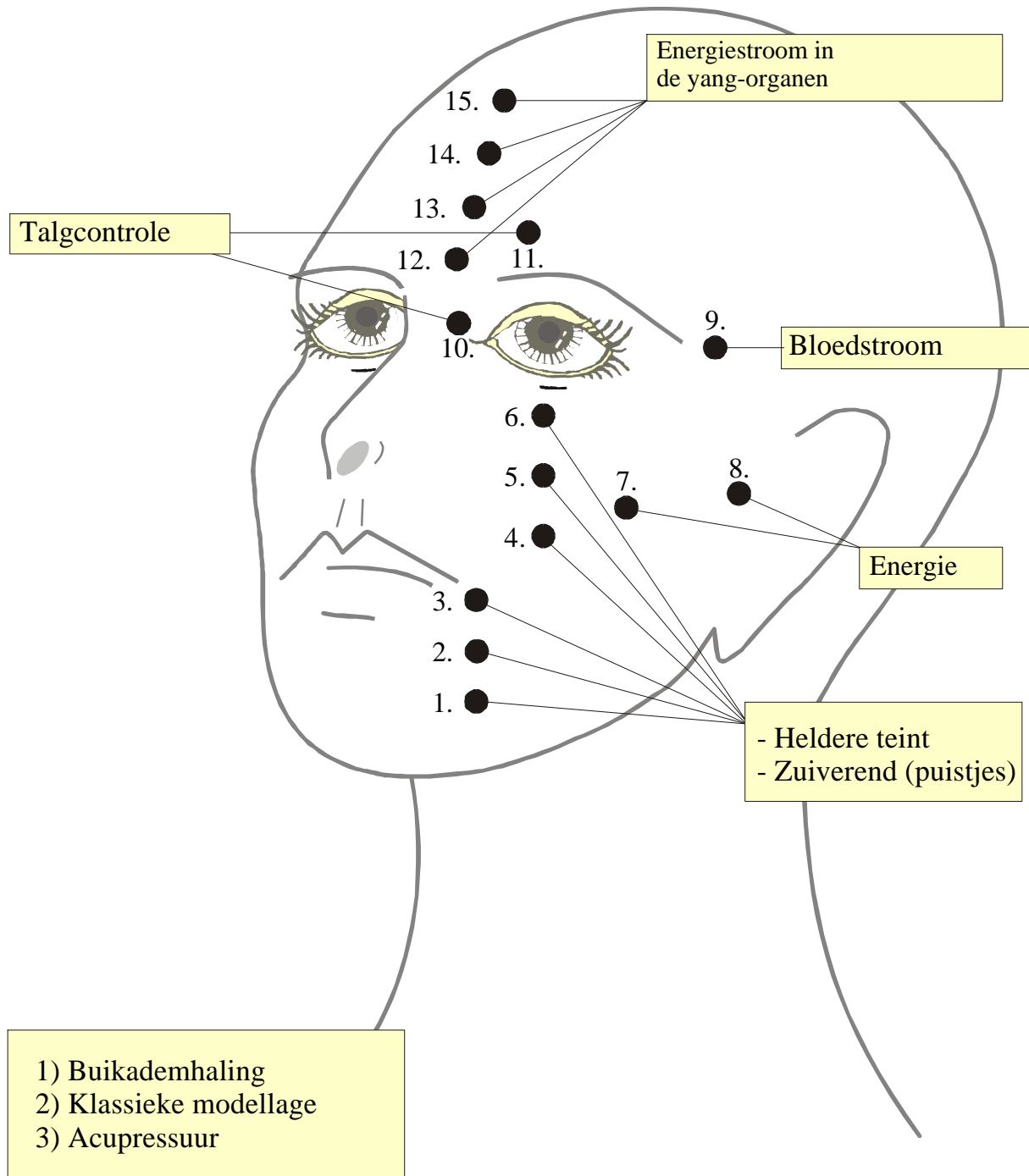
- 20 minuten laten inwerken.

**4) Beschermen :**

- Hydra dagcrème.

**GELAATSVERZORGING (zonder essentiële oliën)**

DROGE OF VOCHTARME VETRIJKE HUID .....(Duur : 1u30)



**GELAATSVERZORGING (zonder essentiële oliën)**

**DROGE OF VOCHTARME VETARME HUID** .....(Duur : 1u30)

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion droge huid
- Peelingmasker
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijderen van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Olie droge huid +
- Hydra nachtcrème
- Klassieke modellage + buikademhalingen.
- Acupressuur.

**3) Behandelen :**

- Oogcontourgel
- Hydra kalmerend masker

**Opmerking :**

- 20 minuten laten inwerken.

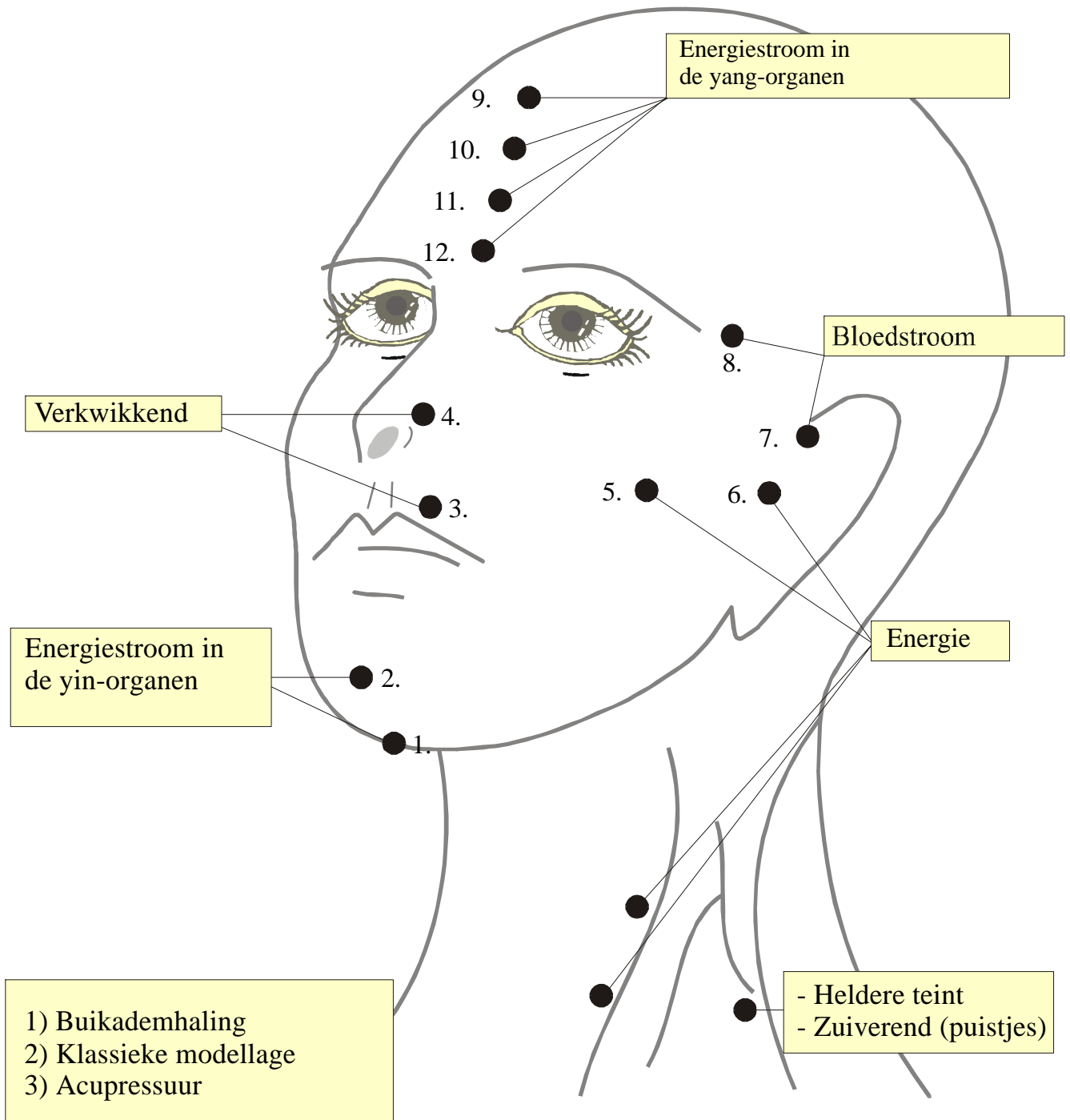
**4) Beschermen :**

- Hydra dagcrème.



GELAATSVERZORGING (zonder essentiële oliën)

DROGE OF VOCHTARME VETARME HUID .....(Duur : 1u30)



**GAMMA PRESTIGE**

RIJPE HUID (Gamma Prestige) ..... Duur : 1u40

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk Prestige
- Lotion Prestige
- Reinigingsmelk Prestige
- Peelingmasker
- Vapozone (7 minuten)
- Verwijderen van mee-eters + hoogfrequentie.

**2) Evenwicht herstellen – ontgiften :**

- Dagcrème Prestige of nachtcrème Prestige
- Stimulerende en relaxerende massage
- De schoonheidsspecialiste werkt volgens haar eigen massagetechniek

**3) Behandelen :**

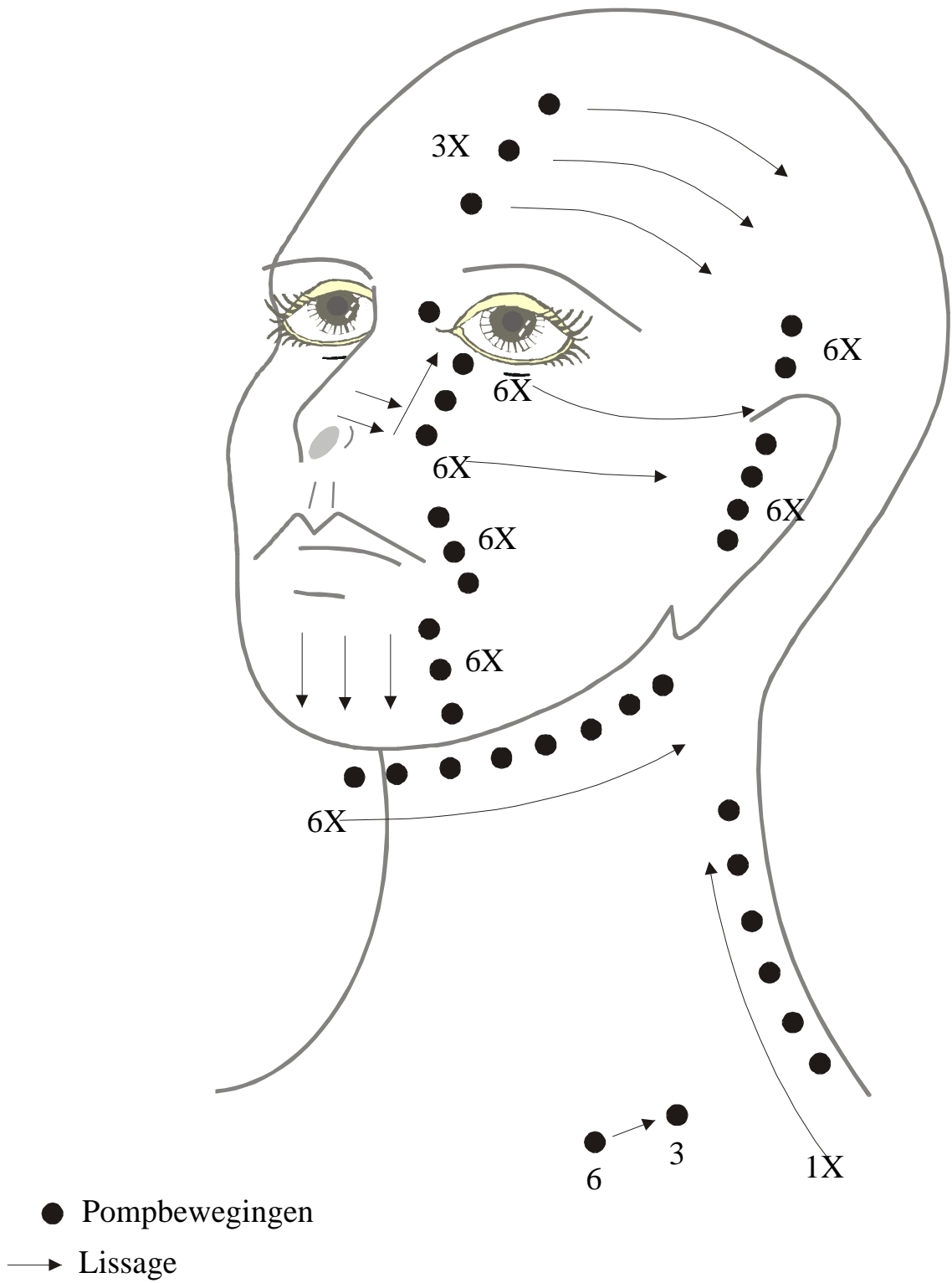
- Het Prestige-masker over de Prestige dag- of nachtcrème aanbrengen.

**Opmerking :**

- Het masker 20 minuten laten inwerken. Het onmiddellijke occlusieve effect stimuleert het celmetabolisme en versterkt de werking van de actieve bestanddelen die voor het masker werden aangebracht.

**4) Beschermen :**

- Serum Prestige
- Dagcrème Prestige



## LICHAAMSVERZORGING

GEPERSONALISEERDE VERZORGING.....DUUR : 1 U (1U15 DE EERSTE KEER)

- Afslankend
- Verstevigend
- Vaatstimulerend
- Ontspannend

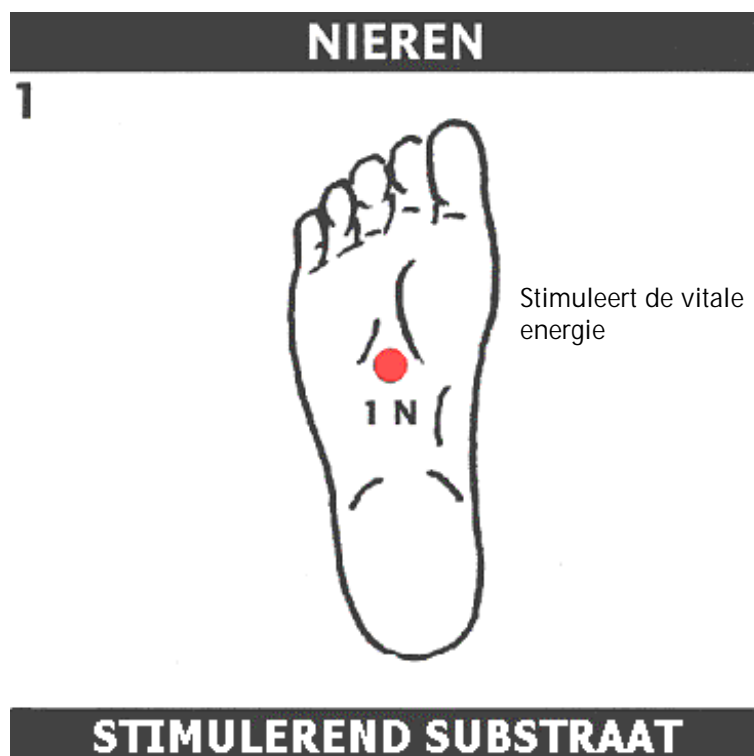
De klant gaat op de rug liggen.

### 1) Exfoliërende cabineverzorging (peeling) :

Bij de eerste beurt een peeling van het lichaam uitvoeren met de exfoliërende pretanverzorging.

### 2) Buikademhalingen.

### 3) Acupressuur op de handen :



**MAAG**

2

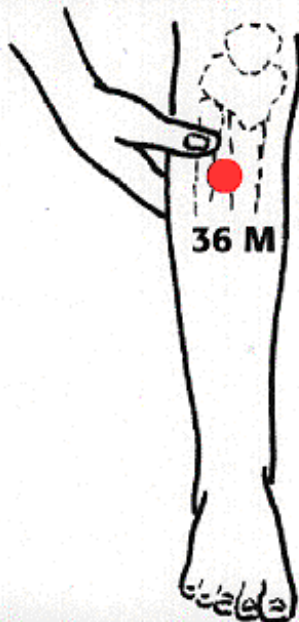


Zwaarlijvigheid,  
eetlustremmend

**VAATSTIMULEREND SUBSTRAAT**

**MAAG**

5

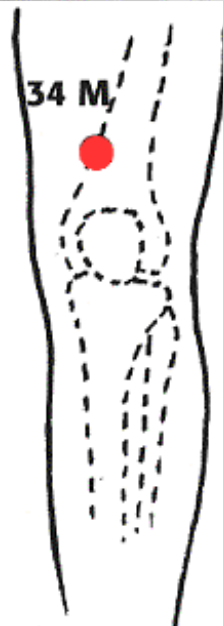


4 vingers onder de knieschijf :  
stimuleert de vitale energie

**DRAINEREND SUBSTRAAT**

**MAAG**

**6**

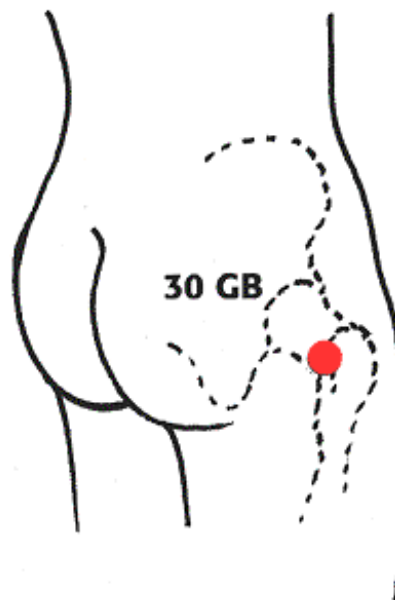


4 vingers onder de  
knieplooi : deblokkeert  
de maag

**OPLOSSEND SUBSTRAAT**

**GALBLAAS**

**7**



Heupgewricht, dij, rolheuvel :  
bevordert de eliminatie van  
vetweefsel

**ONTGIFTEND SUBSTRAAT**

## GALBLAAS

8

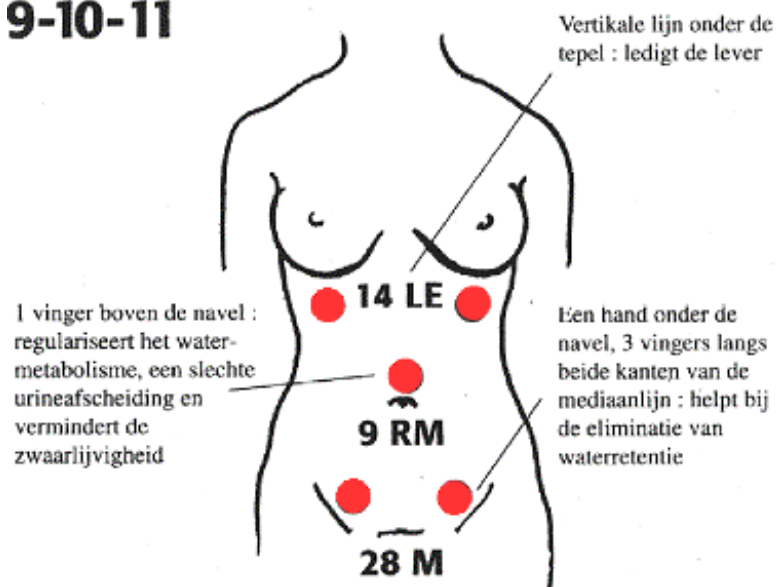


Staanste persoon, buitenkant van de dij, uiteinde van middenvinger : bevordert de eliminatie van vetweefsel

## ONTGIFTEND SUBSTRAAT

## LEVER, REN MAI, MAAG

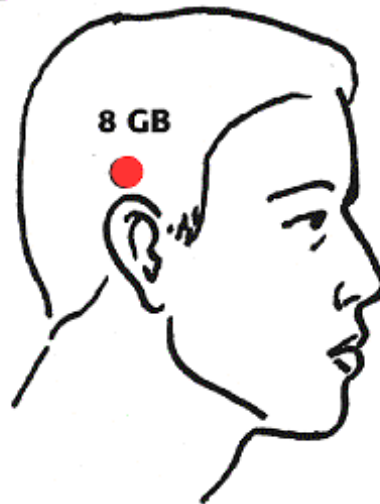
9-10-11



## OPLOSSEND SUBSTRAAT

**GALBLAAS**

**14**



1 vinger boven het oor :  
algemene detoxinatie

**ONTGIFTEND SUBSTRAAT**

**DIKKE DARM**

**15**



Belangrijk voor de  
huiduitslag van het gelaat  
en voor constipatie

**DRAINEREND SUBSTRAAT**

**4) Lymedrainage : (20')**

Gebruik de Drainerende crème voor professioneel gebruik + 6 druppels van het substraat aangepast aan het specifieke geval.



**De massage :**

Deze massage verbetert de celvoeding en zuurstofopname. Stimulatie van de lymfecirculatie activeert immers de interstitiële vloeistof en bevordert zo de eliminatie van afvalstoffen. Wanneer de interstitiële vloeistof vervolgens naar het bloed terugkeert verhoogt en verbetert ze de aanvoer van voedingsstoffen voor de cellen.

**1) Op de rug :**

**1-a) Buikademhaling :**

De schoonheidsspecialiste plaatst zich rechts van de persoon. Ze plaatst de hand aan de linkerkant van de zonnevlecht van de klant. Ze vraagt de persoon een buikademhaling te doen, dwz ze moet ademen door de buik uit te zetten, haar ademhaling gedurende drie seconden inhouden, daarna uitademen door de buik in te trekken. Dit wordt zesmaal herhaald.

De schoonheidsspecialiste maakt van de gelegenheid gebruik om een pompbeweging te doen ter hoogte van het vat van Pecquet op het ogenblik van de uitademing. Wanneer het vat geleedigd is, doet de schoonheidsspecialiste drie pompbewegingen op de retro-sleutelbeenzone (ook tijdens de uitademing), en laat deze leegvloeien door met kleine naar achter glijdende bewegingen omhoog te gaan tot de sterno-cleido-mastoïdespier. Ze doet er drie pompbewegingen en daalt dan naar de retro-sleutelbeenzone met glijdende bewegingen.

**1-b) Bewegingen op het abdomen :**

De schoonheidsspecialiste doet pompbewegingen met de rechterhand : ze start aan de linkerkant van het sternum tot aan de zwevende ribben, draait de rechterhand en daalt met de buitenkant van de handpalm langs het heupbeen naar de pubis. Ze doet de hand opnieuw draaien en maakt dezelfde bewegingen aan de tegenovergestelde kant in stijgende richting.

**1-c) Bewegingen op de dijen :**

Pompen :

6 pompbewegingen in de lieszone, aan de voorkant, met de rechterhand geplaatst in de richting van de lange dijadductor.

6 pompbewegingen op de binnenkant van de dijen, ter hoogte van de grote dijadductor, de hand geplaatst in de richting van de vagina.

Afvloeien :

Eerste traject : drukken op de hele dij met beide handen plat naast elkaar. Van bovenaan de dij, in de richting van de lies, en dalend naar de knie.

Tweede traject : de twee handen zijdelings en evenwijdig geplaatst bovenaan de rechterdij kleine drukbewegingen uitvoeren met duim en wijsvinger in de richting van de lies en dalend tot aan de knie.

Derde traject : van bovenaan de dij de handen beurtelings overkruisen en zeer korte glijbewegingen maken tot aan de knie, in de richting van de lies,

éénmaal aan de binnenkant, éénmaal aan de voorkant en éénmaal aan de buitenkant.

**1-d) Bewegingen op de knieën :**

Pompen :

Het been lichtjes plooiën. Met de rechterhand aan de binnenkant 6 pompbewegingen doen in de knieholte in de richting van de lies. De linkerhand ondersteunt de dij.

Afvloeien : met de twee wijsvingers glijbewegingen uitvoeren naar het bovenste van de knie in de richting van de knieholte. Op dezelfde manier terugkeren naar de knieholte.

**1-e) Bewegingen op de benen :**

De benen plat leggen :

Eerste traject : de twee handen naast elkaar in de richting van de knieholte plaatsen. Daarna dalende drukk Bewegingen uitvoeren naar de enkel toe.

Tweede traject : de twee handen zijdelings en evenwijdig geplaatst bovenaan het been verschillende drukk Bewegingen uitvoeren met duim en wijsvinger in de richting van de knieholte en dalend tot aan de enkel.

Derde traject : van onder de knie de handen beurtelings overkruisen en korte glijbewegingen maken tot aan de enkel in de richting van de knieholte. Eénmaal aan de binnenkant en éénmaal aan de buitenkant.

**1-f) Bewegingen op de voeten :**

Pompen :

6 pompbewegingen doen op de buigspier van de voetzool.

Afvloeien : de twee handen langs weerskanten van de voet plaatsen en met de wijsvinger en de middenvinger glijbewegingen maken in stijgende richting naar de enkel. Terugkeren naar de zijkanten van de voet en hem met de handen omsluiten en in stijgende lijn tot aan de dij een complete effleurage doen.

**2) Op de buik :**

**2-a) Bewegingen aan de onderkant van de rug :**

Pompen :

De schoonheidsspecialiste plaatst zich aan de linkerkant van de persoon. Ze oefent lichte drukk Bewegingen uit op de linkerkant van de ruggengraat, met de twee duimen naast elkaar, vanaf het heiligbeen in stijgende lijn tot aan de zwevende ribben. Eénmaal.

Afvloeien : nog steeds aan de linkerkant van de ruggengraat glijbewegingen maken naar het abdomen, in stijgende lijn van het heiligbeen tot aan de zwevende ribben en dit met de twee duimen naast elkaar. Eénmaal.

**2-b) Bewegingen op het achterwerk.**

Pompen :

6 pompbewegingen ter hoogte van de grote biladductor, naar de binnenkant van de dij.

Afvloeien : met de zijkant van de rechterhandpalm geplaatst op het onderste gedeelte van de bilspier en de zijkant van de linkerhand geplaatst op de bovenkant van de bilspier, gelijktijdige glijbewegingen doen :

- linkerhand naar de grote dijadductor.
- rechterhand naar de lies.

**2-c) Bewegingen op de billen :**

Eerste traject : afvloeien. Zie bewegingen aan de voorzijde behalve voor de richting: de bewegingen uitvoeren naar de grote dijadductor en dalend tot aan de knieholte.

Tweede traject : zelfde houding als aan de voorkant, maar de bewegingen doen van bovenaan de billen tot aan de knieholte.

Derde traject : zelfde houding als aan de voorkant, van bovenaan de billen dalen tot aan de knieholte.

**2-d) Bewegingen op de knie :**

Pompen :

6 pompbewegingen in de knieholte.

Afvloeien :

Met beide wijsvingers glijbewegingen uitvoeren van de knieholte tot de zijkanten van de knie, richting knieholte. Op dezelfde manier terugkeren.

**2-e) Bewegingen op de benen :**

Idem voorkant, van onder de knieholte.

**e) Bewegingen op de voet :**

3 pompbewegingen doen, daarna de voet met de handen omvatten en zeer ruime effleurages uitvoeren tot aan de rug om af te sluiten.

**LICHAAMSVERZORGING**

**VERSTEVIGENDE VERZORGING VAN DE BUSTE ..... Duur : 25 à 30'**

De klant neemt plaats.

**1) Reinigen :**

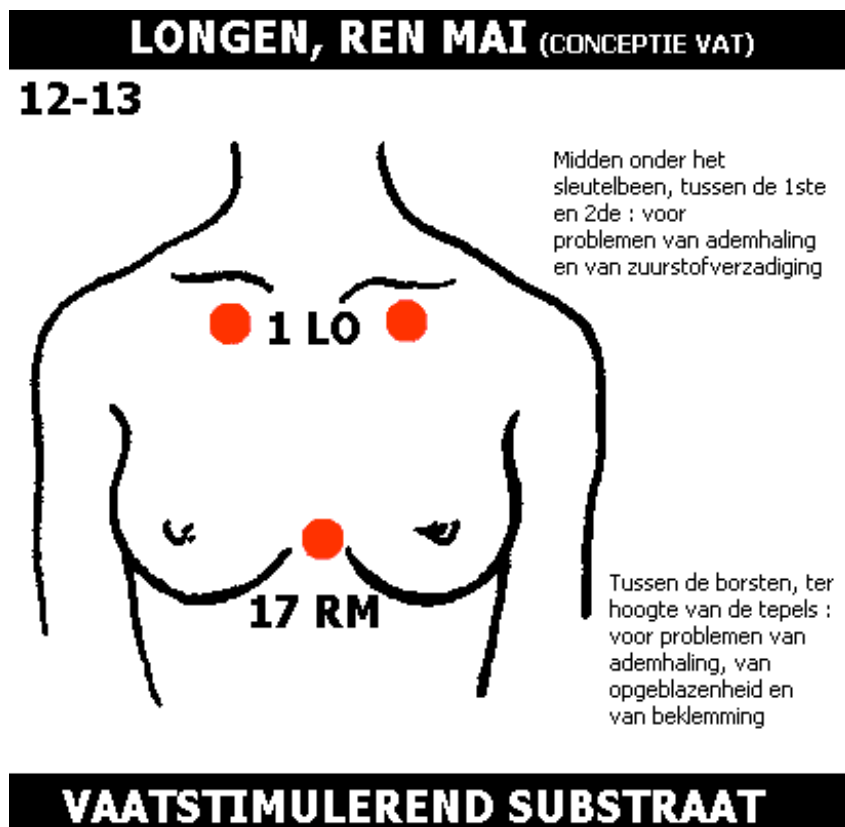
- Reinigingsmelk + lotion gevoelige huid (2')
- Exfoliërende Pretanpeeling

**2) Stimuleren :**

- Klassieke modellage met stimulerende olie.

**3) Zuurstoftoevoer :**

Acupressuur op de thorax.



Drainerende bewegingen :

- Pompbewegingen retro-sleutelbeenzone.
- Pompbewegingen oksels.
- Gladde drukk Bewegingen in de richting van de oksels.

**4) Verstevigen :**

- Soepel mineraliserend Phytlift masker gedurende 10'
- Phytlift Crème.

**LICHAAMSVERZORGING**

**VERZORGING VAN ZWARE BENEN.....Duur : 20'**

**1) De Cryogel aanbrengen :**

- 2 drukbewegingen op de voorzijde van beide benen, met lichte massagebewegingen (effleurage).
- Idem op de achterkant van de benen (benen geplooid).

**!!! Opgelet, de slijmvliezen beschermen.**

Facultatief : pressotherapie

**2) Bewegingen :**

Met de Vaatstimulerende olie voor professioneel gebruik en 3 druppels Drainerend substraat :

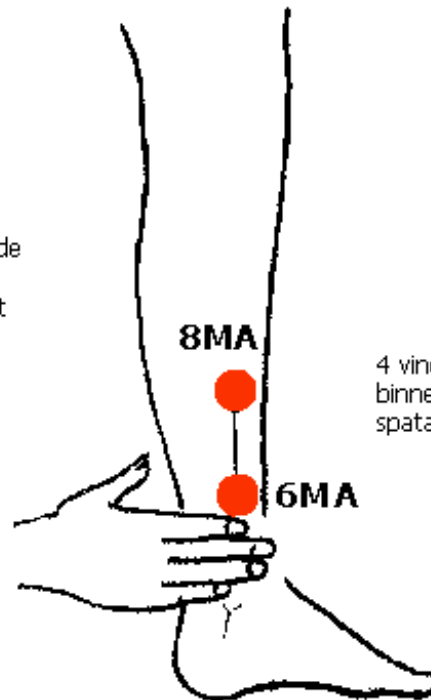
- 1ste beweging : (de klant ligt op de rug)  
De benen doen plooiën. Op de achterkant, een horizontale heen-en-weer massage uitvoeren, beginnend bij de enkel, tot aan het begin van het achterwerk (éénmaal).  
Op dezelfde manier te werk gaan aan de voorkant.
- 2<sup>e</sup> beweging :  
De voet omvatten. Daarna vanaf de enkels met platte hand laterale drukbewegingen uitvoeren tot bovenaan de dij.

- 3<sup>e</sup> beweging :  
Een acupressuur uitvoeren met het Stimulerend substraat op de buitenkant van de enkel (zie Foto nr 3-4)  
Punt 6RP werkt in op spataders.

## MILT - ALVLEESKLIER

**3-4**

8 vingers boven de binnenenkel :  
deblokeert de milt



4 vingers boven de binnenenkel : voor spataderproblemen

## VAATSTIMULEREND SUBSTRAAT

- 4<sup>e</sup> beweging :  
Grote finale effleurage vanaf de voeten tot aan de dij met de stimulerende crème.

**ZONNEPRODUCTEN :**

PRETANVERZORGING GELAAT EN LICHAAM .....Duur : 45'

**A) Gelaat**

**1) Reinigen:**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion OPHYTO aangepast aan het huidtype
- Peelingmasker
- Vapozone indien nodig

**2) Evenwicht herstellen:**

- Klassieke massage gedurende 5 min. met de Pretanmelk met M.P.C.

**3) Behandelen:**

- Breng OPHYTAN met een zachte glijbeweging op het hele gelaat aan.

**B) Lichaam:**

**1) Reinigen:**

- Voer gedurende 15 min. een lichaamspeeling uit met de Pretan Peeling

**2) Evenwicht herstellen:**

- Klassieke massage gedurende 15 min. met de Pretanmelk met M.P.C.

**3) Behandelen:**

- Breng OPHYTAN met een zachte glijbeweging op het hele lichaam aan

**Let op! Vergeet de beschermende zonneproducten niet (indien nodig)**



**ZONNEPRODUCTEN :**

Zelfbruiner .....Duur : 45'

**A) Gelaat**

**1) Reinigen :**

- Reinigingsmelk
- Oogreinigingslotion
- Lotion OPHYTO® aangepast aan het huidtype
- Peelingmasker
- Vapozone indien nodig

**2) Evenwicht herstellen :**

- Klassieke modelleertechniek gedurende 5 min met de Pretan-melk met M.P.C.

**3) Behandelen :**

- De zelfbruiner met lichte effleurages op het gelaat aanbrengen

**B) Lichaam**

**1) Reinigen :**

- Het lichaam 15 min exfoliëren met de exfoliërende Pretan-verzorging.

**2) Evenwicht herstellen :**

- Klassieke modelleertechniek gedurende 15 min met de Pretan-melk met M.P.C.

**3) Behandelen :**

- De zelfbruiner met lichte effleurages op het lichaam aanbrengen

**Opgelet : vergeet de beschermende zonneproducten niet (indien nodig).**