

# CASMARÀ

## Agueda's Secret

### Masseur Gua Sha Papillon



#### QU'EST-CE QUE C'EST ?

Le massage Gua Sha est une technique inspirée de la médecine traditionnelle chinoise. La stimulation de la circulation sanguine et du système lymphatique est associée à la relaxation des muscles du visage et à l'amélioration du tonus, grâce aux différents mouvements que permet cette pierre en forme de papillon.

### MOUVEMENTS RECOMMANDÉS

#### COU

- VERTICAL  
ASCENDANT  
ACTIVATEUR

Établissez le contact et activez le système lymphatique en traçant des lignes verticales ascendantes avec le Gua Sha du bas du cou jusqu'au menton.



- VERTICAL  
DESCENDANT  
DRAINANT

Pour faciliter l'élimination des toxines, dessinez 3 à 5 lignes verticales en descendant sur le côté du cou, et terminez par le creux sous-claviculaire. À la fin du parcours, dessinez 5 petits cercles pour aider à éliminer les toxines.



CASMARÀ

# Masseur Gua Sha Papillon

## MOUVEMENTS RECOMMANDÉS

### MENTON

- BORD DU MENTON RAFFERMISSANT

Glissez le Gua Sha du menton jusque sous l'oreille, le long de la ligne du bord du menton, afin de redéfinir le contour de l'ovale du visage.



### ZONE PÉRIBUCCALE

- SILLON NASOGÉNIEN

Utilisez deux doigts de la main opposée à celle qui tient le Gua Sha pour tenir la peau, et effectuez d'abord un mouvement de grattage en zigzag le long du sillon nasogénien avec l'une des plus petites pointes de la pierre.



- LÈVRE SUPÉRIEURE

Ensuite, passez sur la lèvre supérieure du centre jusqu'à la commissure.



# Masseur Gua Sha Papillon

## MOUVEMENTS RECOMMANDÉS

### JOUE

- REPOSITIONNEMENT

Glissez le Gua Sha de la base du nez jusqu'aux oreilles, en dessinant une ligne qui marque légèrement la pommette pour sculpter les joues.



### NEZ

- PROFIL

Avec la plus petite pointe de la pierre et sans pression, dessinez des lignes en montant sur le côté du nez, du bout jusqu'à la naissance du sourcil, en effectuant des petits cercles à chaque fois que vous atteignez la zone indiquée.



# Masseur Gua Sha Papillon

## MOUVEMENTS RECOMMANDÉS

### ZONE PÉRIOCULAIRE

- ZONE SUPÉRIEURE :  
RELÈVEMENT SOURCIL

Le plus petit angle du Gua Sha étant placé au coin interne de l'œil, faites glisser la pierre le long de la ligne du sourcil, jusqu'à la tempe. À la fin du parcours, dessinez 5 petits cercles pour aider à éliminer les toxines.



### FRONT

- VERTICAL  
RELAXANT

Pour lisser les lignes d'expression et détendre la musculature de la zone du front, tracez des lignes imaginaires verticales sur le front, du sourcil à la racine des cheveux.



- HORIZONTAL  
REPASSAGE

Terminez par des glissements horizontaux du centre du front vers la tempe.

