



Bioliftine : Gymnastique du visage

Description	Le Biolifting est une série d'exercices, d'automassages et de petites astuces pour maintenir un bon tonus musculaire du visage afin de prévenir des signes de l'âge. Cette méthode active un processus de rajeunissement cellulaire biologique en stimulant la production de collagène et d'élastine.
Contenu	<ol style="list-style-type: none">1. Exercices spécifiques pour entraîner les muscles du visage2. Gestes quotidiens pour contraster les signes du temps3. Automassage du visage
Prérequis	Aucun
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Maintenir un bon tonus musculaire (prévention de relâchement cutané)• Stimuler la microcirculation de la peau (amélioration de l'oxygénation)• Stimuler les cellules qui produisent le collagène et l'élastine (prévention et lissage des rides)
Date	03.12.2019 - 07.01.2020 / E_1351182
Horaire	18:30 - 19:30 h
Jours	Ma
Durée	3 Jours de cours. Total 3.00 périodes à 50 minutes
Ecolage	CHF 79.00
Lieu du cours	Rue de Genève 33, 1003 Lausanne

Dates	Jour	Date	Heures
	1 Ma	03.12.2019	18:30 - 19:30
	2 Ma	10.12.2019	18:30 - 19:30
	3 Ma	07.01.2020	18:30 - 19:30

Ecole-club Migros Lausanne Tel. +41 58 568 30 00

Rue de Genève 33
1003 Lausanne

ecoleclub@gmvd.migros.ch
ecole-club.ch

