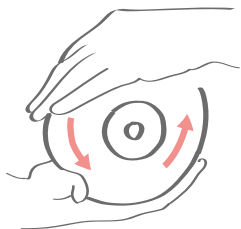
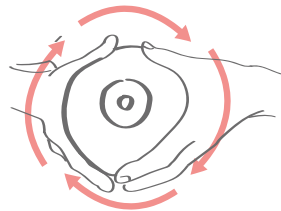


ЛИМФОДРЕНАЖНЫЙ МАССАЖ ГРУДИ

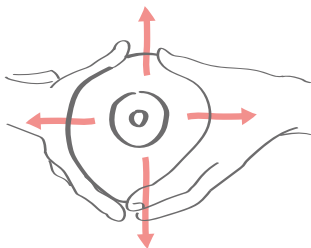


1 Мягко обхватите грудь ладонями.
Сделайте нежные, скручивающие движения

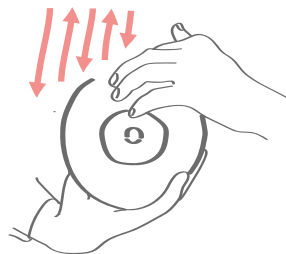


2 Плотно захватите грудь у основания.
Двигайте её по кругу.

3



3 Плотно обхватите грудь у основания.
Плавное смещайте ткани в сторону и затем обратно к центру.



4 Создавайте вибрирующие движения пальцами в разных участках груди.