

Odsłoń ciało: Tydzień 1 - Magda

MP

Przestawić się z dnia na dzień nie jest łatwo ale słowo się rzekło i trzeba go dotrzymać.



fot. materiały prasowe

W pierwszym tygodniu spotkałam się z naszymi ekspertami. Trener udzielił nam szczegółowych porad dotyczących nowego menu oraz naszego treningu. Przemiała Pani Urszula poprosiła o spisywanie każdej potrawy, jaką jemy oraz szczegółowe opisanie swoich odczuć.

Specjaliści z **Kliniki La Perla** dobrali mi szczegółowy plan zabiegów. Zaczęłam od zabiegu **Icoone**. Został on przeprowadzony w klinice na ul. Wilczej 22, w bardzo przyjemnej atmosferze.

Przed rozpoczęciem zostałam poproszona o przebranie się w specjalnie przygotowany strój, pozwalający na dokładniejsze wykonanie zabiegu. Masaż głowicą, bo tak w zasadzie można to nazwać, miał za zadanie stymulację i uaktywnienie układu limfatycznego oraz układu krążenia, a także pobudzenie wymiany międzykomórkowej, rozbicie tkanki tłuszczowej oraz przywrócenie prawidłowego metabolizmu i wymodelowanie sylwetki.

Icoone trwał około 30 minut + 15 minut tzw. focusa na brzuch. Polegało to na zasysaniu skóry całego ciała z różnym natężeniem, najmniej przyjemny okazał się właśnie focus - ukierunkowany program na konkretną część ciała. W moim przypadku był to program Men -zone – brzuch, oponka, boki, odchudzanie.

Póki co nie dostrzegłam żadnej znacznej zmiany, ale to dopiero pierwszy zabieg. Zobaczymy, jak będzie później.

Wymiary - Tydzień 1

biodra: 109

pas: 100

obwód pod biustem: 89