

リフト・アップ リンパケア ②

A



こめかみから耳下に 4回

B



頬骨から耳下に 4回

C



小鼻のわきから耳下に 4回

D



あごの先から耳下に 4回

E



耳たぶのうしろから鎖骨に向かって首の筋肉に沿って 4回

A~Eを
3セット