



# GLOW

*Ne luptăm cu ridurile  
din jurul gurii:*

**coralclub**

# O IMAGINE IMPECABILĂ ESTE IMPOSIBILĂ FĂRĂ UN ZÂMBET STRĂLUCITOR! EȘTI DE ACORD CU ACEST LUCRU?"

---

Aceste exerciții te vor ajuta să elimini ridurile din jurul gurii, să adăugi volum buzelor și să ai un zâmbet de neuitat. Pregătește oglinda și începe antrenamentul!

## Pasul 1. Poziția buzelor

Așează palmele pe față, lăsând centrul buzelor libere. Colțurile buzelor trebuie apăsate bine cu palmele.

## Pasul 2. Trimite bezele

Unește buzele ca și când ai săruta pe cineva. În acest caz, nu doar centrul buzelor ar trebui să iasă în față, ci și colțurile acestora.



**UITE** →

Exercițiul trebuie făcut de 1 dată pe zi - 1 abordare de 30 de ori.