

КАЛЕНДАРЬ:

РОЗОВАЯ ГИМАЛАЙСКАЯ СОЛЬ

1 ВАННА С ГИМАЛАЙСКОЙ СОЛЬЮ	2 ОТДЫХ	3 ПИЛИНГ КОЖИ ГОЛОВЫ С ГИМАЛАЙСКОЙ СОЛЬЮ	4 ОТДЫХ	5 МАСКА ДЛЯ ВОЛОС С ГИМАЛАЙСКОЙ СОЛЬЮ	6 ОТДЫХ
7 ОТДЫХ	8 СКРАБ ДЛЯ ТЕЛА	9 ОТДЫХ	10 ОТДЫХ	11 АНТИЦЕЛЛЮЛИТНОЕ ОБЕРТЫВАНИЕ	12 ВАННА С ГИМАЛАЙСКОЙ СОЛЬЮ
13 МАСКА ДЛЯ ВОЛОС С ГИМАЛАЙСКОЙ СОЛЬЮ	14 ОТДЫХ	15 ВАННА С ГИМАЛАЙСКОЙ СОЛЬЮ	16 ОТДЫХ	17 ВАННОЧКА ДЛЯ НОГ	18 ОТДЫХ
19 ОТДЫХ	20 СКРАБ ДЛЯ КОЖИ ЛИЦА	21 ОТДЫХ	22 СКРАБ ДЛЯ ТЕЛА С ГИМАЛАЙСКОЙ СОЛЬЮ	23 ОТДЫХ	24 ВАННА С ГИМАЛАЙСКОЙ СОЛЬЮ
25 АНТИЦЕЛЛЮЛИТНОЕ ОБЕРТЫВАНИЕ	26 ОТДЫХ	27 ВАННА С ГИМАЛАЙСКОЙ СОЛЬЮ	28 ОТДЫХ	29 СКРАБ ДЛЯ ТЕЛА С ГИМАЛАЙСКОЙ СОЛЬЮ	30 ОТДЫХ



SALT OF THE EARTH
made by nature



РЕЦЕПТЫ:

РОЗОВАЯ ГИМАЛАЙСКАЯ СОЛЬ

1. РАССЛАБЛЯЮЩАЯ ВАННА

Добавьте необходимое количество соли в воду комфорной для вас температуры и принимайте ванну **до 20 минут**. Рекомендуем использовать **400-500 гр** гималайской соли. После ванны выпейте воды, чтобы восполнить баланс жидкости в организме.



2. МАСКА ДЛЯ ВОЛОС

Смешайте **2 ч. ложки** мелкой гималайской соли с **2 ч. ложками** кефира. Чтобы нейтрализовать кисломолочный запах добавьте **пару капель** цитрусового эфирного масла. Нанесите смесь на влажные пряди, оберните полотенцем и махровым полотенцем. Спустя **20-30 минут** целебные компоненты можно смыть шампунем. Повторяйте маску **раз в неделю** и увидите **крепкие и блестящие волосы** уже через месяц.

3. ПИЛИНГ КОЖИ ГОЛОВЫ

В качестве пилинга для волос и головы подойдет гималайская соль мелкого помола, либо крупная соль, измельченная в кофемолке. Смешайте **½ стакана соли с 1 ст. ложкой** магниевого масла, **1 ст. ложкой** яблочного уксуса, **10 каплями** любимого эфирного масла. Массирующим движениями нанесите на влажную кожу головы и оставьте на **2-3 минуты**. Затем смойте сначала водой, а затем шампунем.



4. СКРАБ ДЛЯ ТЕЛА

Смешайте **4 ст. ложки** гималайской соли, **4 ст. ложки** молотого кофе, **4 ст. ложки** магниевого масла и **5-10 капель** эфирного масла грейпфрута. Массирующим движениями нанесите на кожу, затем смойте теплой водой. Такого количества скраба хватит на несколько применений, храните его в герметичной баночке.

5. ВАННОЧКА ДЛЯ РУК И НОГ

Наберите в емкость воду комфорной температуры до **38 градусов** и добавьте **100-200 гр** гималайской соли. Опустите руки или ноги в воду на **15 - 20 минут**. В ванночку можно добавить несколько капель эфирного масла: розы, лаванды для расслабления или апельсина для смягчения кожи. Прохладные ванночки направлены на тонизирование, горячие на снятие напряжения и расслабление.



4. АНТИЦЕЛЛЮЛИТНОЕ ОБЁРТЫВАНИЕ

Добавьте к **100 г** гималайской соли **5 ст. ложек** мёда и **5-10 капель** эфирного масла апельсина. Нанесите на проблемные зоны, оберните **пищевой пленкой** и держите на протяжении **получаса**. Смесь вытянет лишнюю жидкость, придаст коже упругость и бархатистость.



SALT OF THE EARTH
made by nature

ИДЕАЛЬНОЕ СОЧЕТАНИЕ:

ЧТОБЫ УСИЛИТЬ ЭФФЕКТ ОТ СОЛИ,
ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЕЁ ВМЕСТЕ С ДРУГИМИ ПРОДУКТАМИ EPSOM

ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ И ИЗБАВЛЕНИЯ ОТ ЦЕЛЛЮЛИТА ИСПОЛЬЗУЙТЕ:

- кофейный или кокосовый скраб + щётку для сухого массажа
- соль Мертвого моря
- Смесь для ванн с содой, солью и маслами «Epsom detox»



ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ КОЖИ ИЗНУТРИ И СНАРУЖИ ИСПОЛЬЗУЙТЕ:

- гималайскую соль + кокосовый скраб
- сен бомбочек для ванн «Detox Trio»
- крымскую + соль Мертвого моря

ДЛЯ НЕЖНОЙ И БАРХАТИСТОЙ КОЖИ ИСПОЛЬЗУЙТЕ:

- магниевое масло
- гималайскую соль + крымскую соль
- массаж скребком Гуаша



ДЛЯ РАССЛАБЛЕНИЯ И ИЗБАВЛЕНИЯ ОТ СТРЕССА ТАКЖЕ ПОПРОБУЙТЕ:

- соль с эфирными маслами «Balance&Calm»
- Микс для Ванны с цветками лаванды и чайной розы «Pink sunset»
- бомбочку для Ванн «Mint Relax»
- Смесь для Ванны с цветками жасмина и молоком «White velvet»