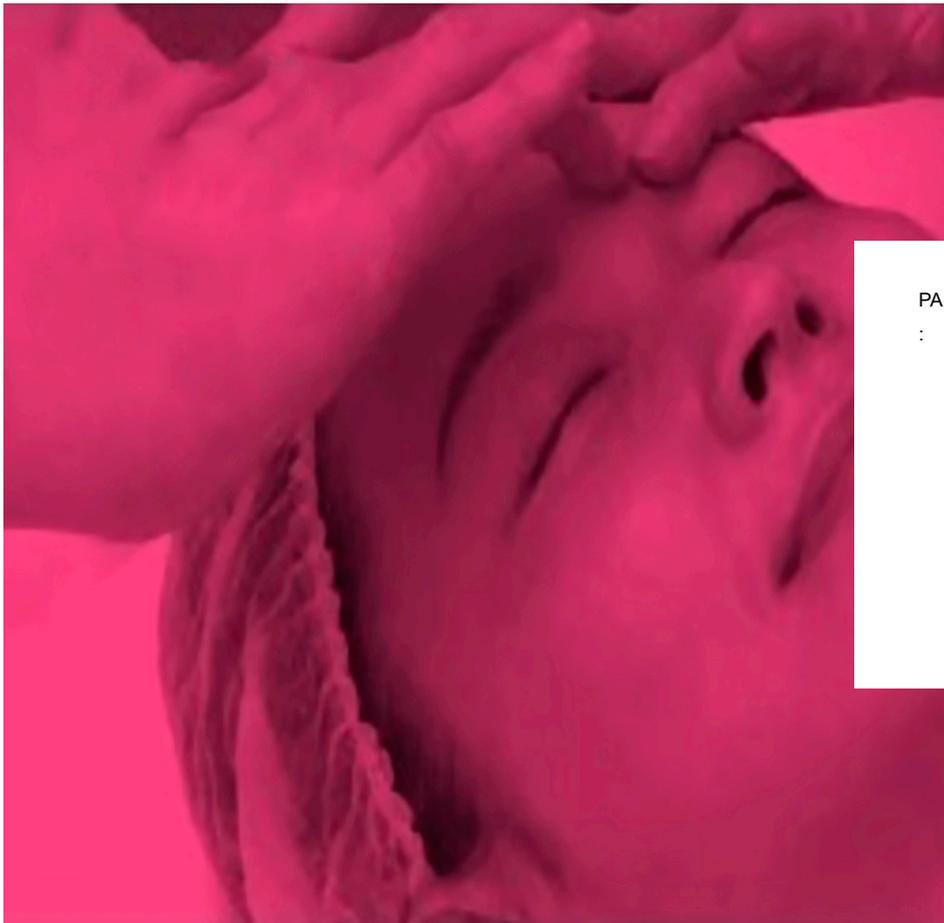


Le remodelage japonais du visage «Hana»

MASSAGE | MARS 2024 | HIDEKI MORIMASA



PARTAGEZ SUR



:

Le remodelage japonais du visage qu'on résume par «Hana» en japonais, est un massage conçu pour mettre en valeur la beauté féminine. Anti-âge et rajeunissant, il fait revivre la splendeur initiale du visage.



MÉTHODE

1. Soins adaptés pour atténuer les fatigues typiques de nos contemporains.
2. Techniques dynamiques et riches.
3. Techniques subtiles et efficaces pour travailler précisément sur les rides.
4. Méthode globale pour la synergie de l'approche occidentale (fondée sur l'anatomie) et asiatique (basée sur la circulation énergétique).

«Hana» signifie "splendeur", "épanouissement". En effet, cette élégance vient de l'intérieur de soi. Elle donne une aura qui se diffuse dans l'ambiance extérieure.

Afin de parvenir à cette beauté, il est indispensable, non seulement d'améliorer l'état de la peau, mais de faire revivre l'expression du visage, avec un relief attractif. Dans cet objectif, cette méthode de massage japonaise est fondée sur des techniques variées, japonaises et occidentales.

TECHNIQUES SPÉCIFIQUES

1. Pression liftante sur l'arc du sourcil

Il est important de lifter l'arc du sourcil pour rendre leur éclat aux yeux.

2. Pression liftante sur le muscle auriculaire supérieur et la tempe

Cette pression remonte l'ovale du visage pour, du même mouvement, remonter la joue relâchée et atténuer le sillon nasogénien.

3. Lissage remontant à partir de la nuque vers le côté extérieur du visage

Après avoir décontracté, d'abord, les muscles profonds et les zones fatiguées, ce lissage remonte l'ovale du visage dans un grand mouvement.

4. Lissage alterné du muscle trapèze

Lorsque la fatigue s'accumule dans ce muscle et devient chronique, l'impression du visage devient immédiatement sombre.

Il faut donc bien décontracter en profondeur le muscle trapèze.

5. Lissage des rides du front

Il convient de travailler avec précision les rides profondes du front.

6. Lissage du sillon nasogénien

Lorsque les joues se relâchent, le sillon nasogénien se distingue davantage. Il faut d'abord drainer les joues. Ensuite, le lissage sera effectué sur la ligne du sillon nasogénien.

ÉTAPES DU REMODELAGE JAPONAIS DU VISAGE

1. Pré-massage.
2. Visage et cou (la tête étant inclinée sur un côté) + épaules.
3. Visage de face.
4. Décolleté et bras.

TECHNIQUES PRINCIPALES

Lifting des sourcils

Lissage de la zone sourcilière avec deux doigts



Lissez en pinçant légèrement avec deux doigts la zone entre la naissance des sourcils et la tempe.

Pression liftante de l'arc du sourcil + la tempe



Effectuez une pression liftante sur la tempe et l'arc du sourcil.

Lifting de l'auriculaire supérieur

Lissage des paupières



Lissez légèrement les paupières jusqu'à la tempe. Travaillez alternativement avec vos mains.

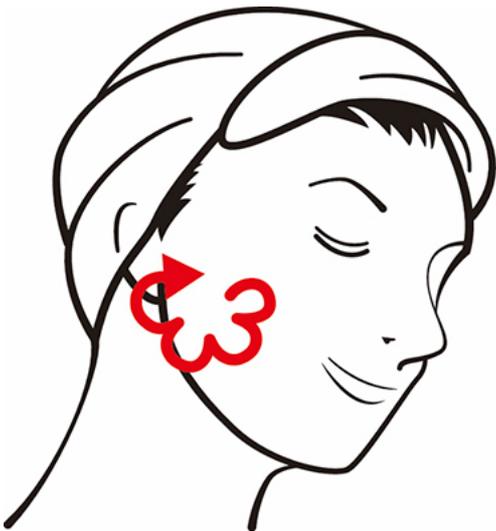
Pression liftante de l'auriculaire supérieur + la tempe



Appuyez sur la tempe et le creux qui se trouve par dessus l'oreille.

Lifting du masséter

Pétrissage du muscle masséter



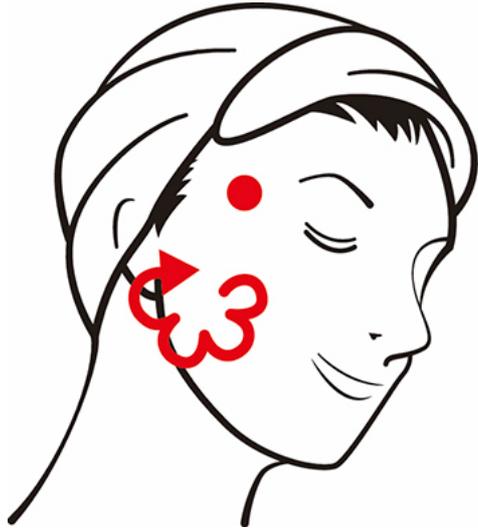
Détendez doucement le muscle masséter qui se contracte facilement à cause du stress.

Lissage remontant du côté extérieur du visage



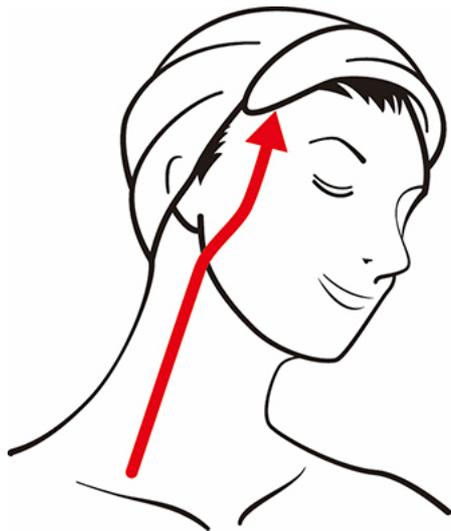
Remontez le côté du visage, alternativement avec vos paumes posées bien à plat.

Pétrissage du muscle masséter



Décontractez doucement le muscle masséter. Cette fois-ci, appuyez sur la tempe vers le haut, en même temps que s'effectue le pétrissage du masséter.

Lissage remontant du côté extérieur du visage depuis le cou



Remontez dans un grand mouvement le côté du visage à partir du cou.

Épaule

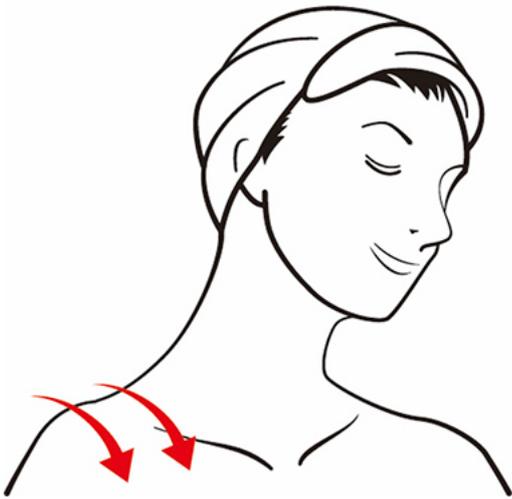
Positionnez-vous sur le côté de la table.

Lissage de la ligne de l'épaule



Lissez bien fort la ligne de l'épaule, avec vos deux mains en alternance.

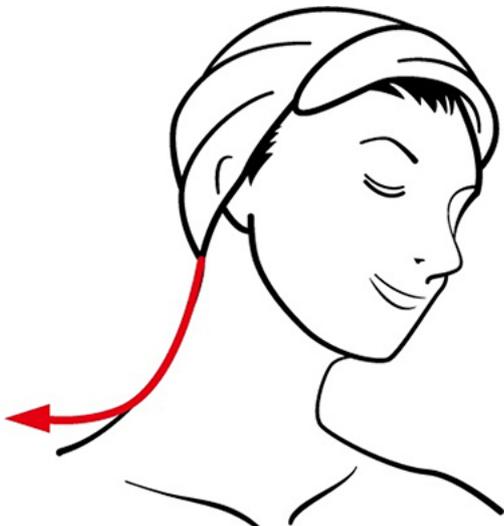
Lissage du muscle trapèze



Lissez bien fort le trapèze alternativement avec vos paumes.

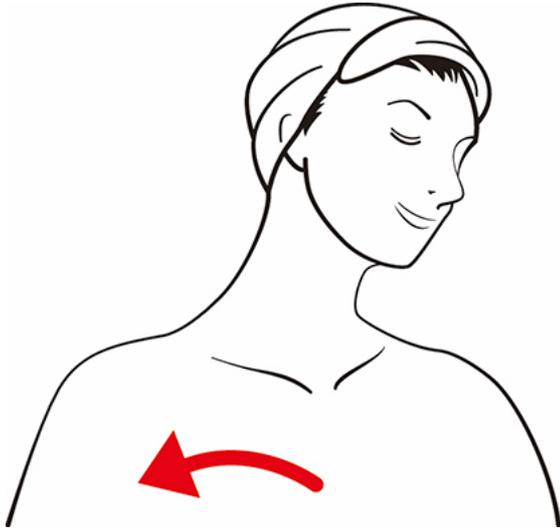
Accrochez vos mains sur le trapèze à chaque début du mouvement.

Lissage de la ligne de l'épaule



Lissez bien fort la ligne de l'épaule avec vos deux mains en alternance.

Lissage du muscle grand pectoral



Lissez le muscle grand pectoral du milieu vers l'extérieur, alternativement avec vos paumes.

Lissage circulaire du muscle deltoïde



Lissez le muscle deltoïde en enveloppant alternativement avec vos mains.

Pommette

Pression de la zone en dessous de la pommette



Appuyez sur la zone creuse située en dessous de la pommette avec le tranchant de vos mains.

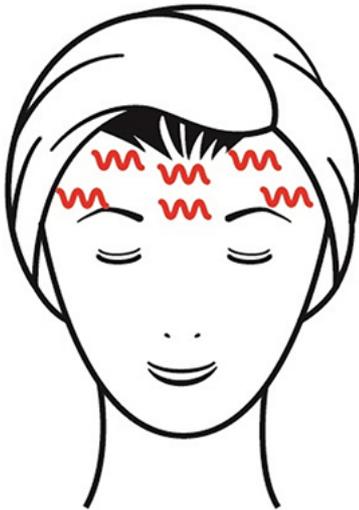
Arcade sourcilière

Pression sur l'arcade sourcilière (une fois)



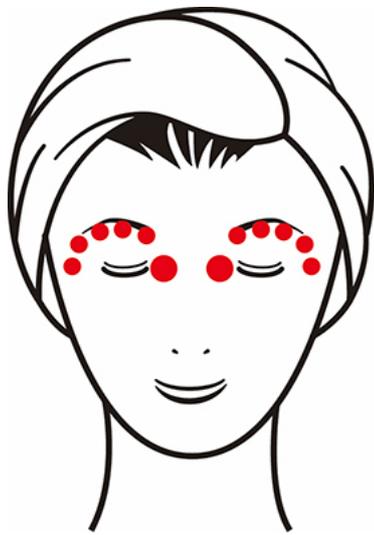
Appuyez sur le dessous de l'arcade avec le tranchant de vos pouces.

Lissage en zig-zag du front



Écartez bien une ride avec deux doigts d'une main. Lissez en zig-zag avec l'autre main. Puis, étirez la ride.

Pression du point Seimei et du dessous de l'arcade sourcilière



Appuyez lentement d'abord sur le point Seimei. Puis, appuyez sur le creux de l'arcade sourcilière.

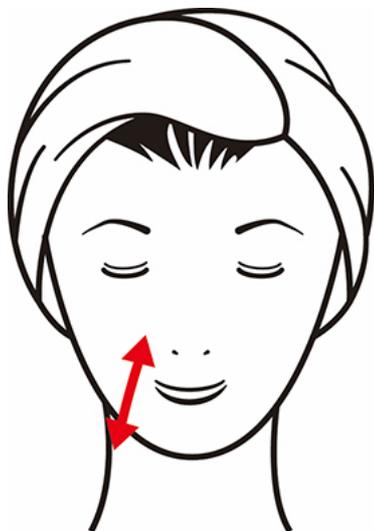
Sillon nasogénien

Lissage du sillon nasogénien

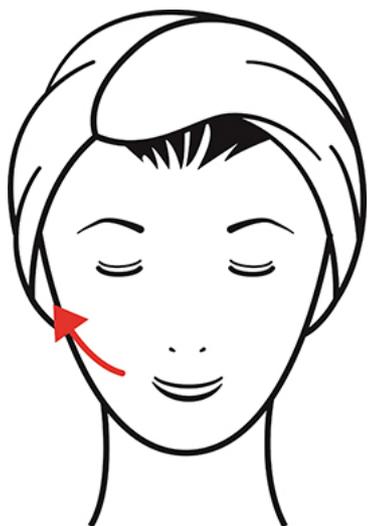
1. Exercez un lissage en zig-zag en descendant sur le sillon nasogénien.



2. Après le lissage précédent, lissez profondément le sillon en aller-retour.



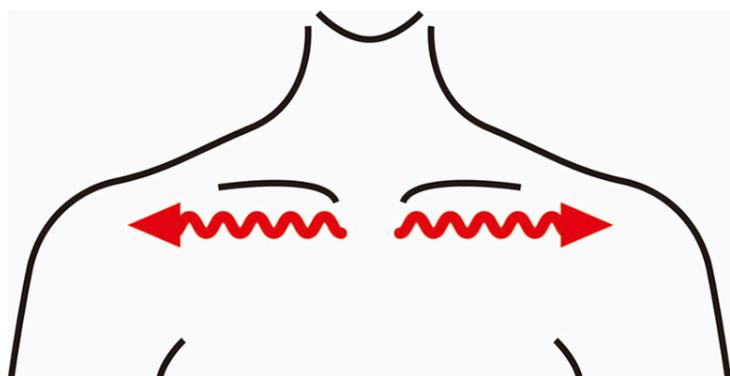
3. Remontez maintenant la joue entière avec deux mains.



Cette technique permet également une prévention du relâchement du sillon nasogénien.

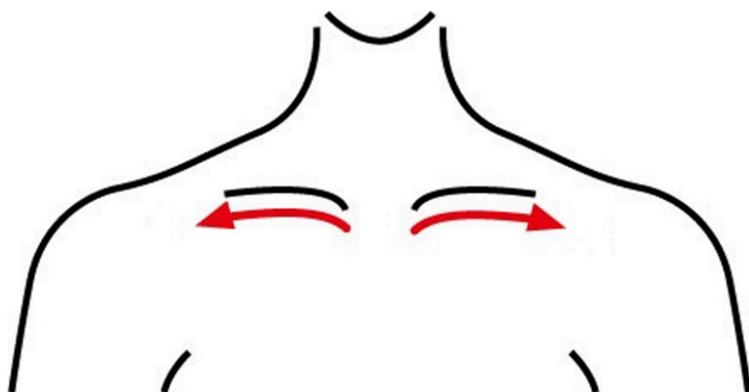
Décolleté

Lissage avec des pressions de la zone sous-clavière



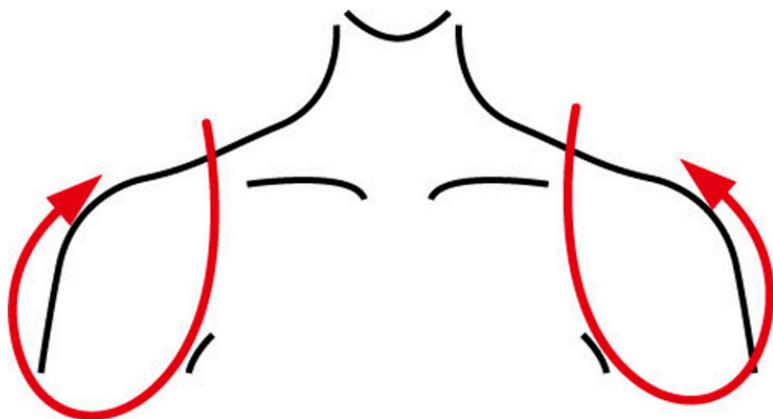
De l'intérieur à l'extérieur, vos pouces se déplacent en exerçant des pressions.

Lissage de la zone sous-clavière



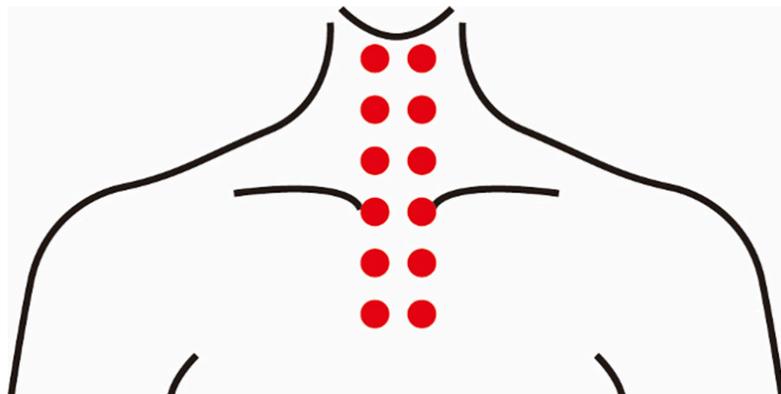
Lissez la zone sous-clavière de l'intérieur vers l'extérieur en suivant le long de l'os.

Lissage circulaire du muscle deltoïde



Lissez le muscle deltoïde en l'enveloppant.

Pression de la zone paravertébrale



Placez vos mains sur le haut du dos. Effectuez la pression sur les points qui se trouvent à côté de la colonne vertébrale.

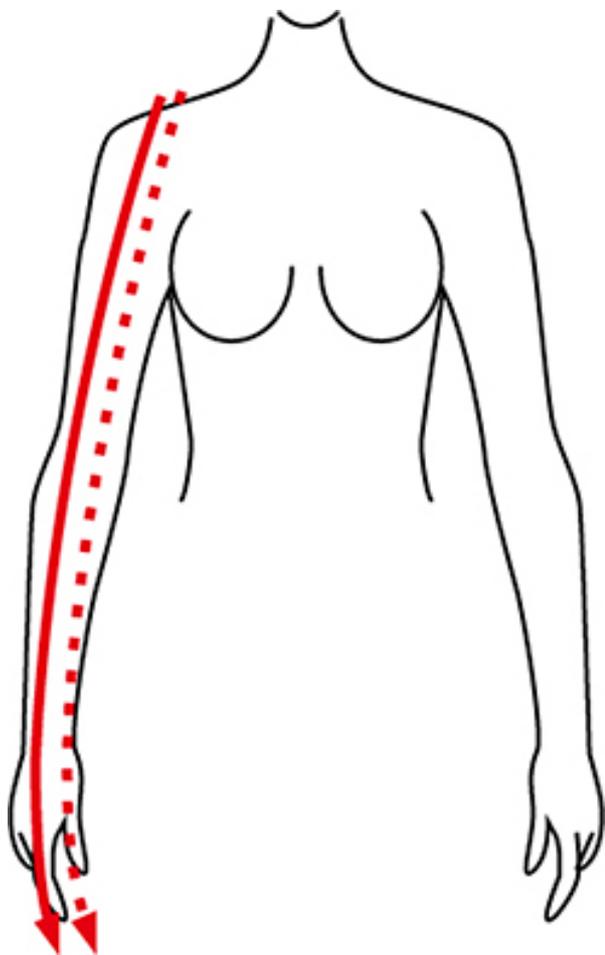
Six tours et une pression sur le Fuchi



Décontractez le point Fuchi qui est souvent congestionné, puis appuyez.

Fin de soin

Expulsion de l'énergie



Chassez bien l'énergie à partir de l'épaule jusqu'à l'extrémité des doigts.