



МЕТОД

АСАХИ

ЗОГАН




愛力美調和

# ЯПОНСКИЙ МАССАЖ ЛИЦА



СОВЕРШЕННОЕ  
ЛИЦО  
В ЛЮБОМ  
ВОЗРАСТЕ

 **БОМБОРА**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО  
Москва

УДК 613.4  
ББК 51.204.1  
Я70

Я70 **Японский** массаж лица. Метод Асахи (Зоган) / авт. текста Наталья Полярная. — Москва : Эксмо, 2026. — 64 с. : ил. — (Аэробика для лица).

ISBN 978-5-699-937-93-6

Собрав воедино накопленные поколениями знания, японские косметологи разработали уникальный метод, который омолодит лицо на 10 лет, уберет морщины, отеки, неровности и добавит тонуса коже. Причем метод Асахи (Зоган) рекомендован всем женщинам старше 20 лет. А займет массаж всего 3 минуты вашего времени каждый день. Этот метод уже полюбился миллионам женщин. Ведь так важно, чтобы за минимальное время у вас был максимальный результат!

УДК 613.4  
ББК 51.204.1

© Наталья Полярная, текст, 2018  
© Тряпицина А., иллюстрации, 2018  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

ISBN 978-5-699-93793-6

愛  
力  
美  
調  
和

## СОДЕРЖАНИЕ

- Почему японский массаж эффективен? 8
- Суть метода. Преимущества. Результаты 16
- Немного о лимфе 22
- Подготовка к массажу 26
  - Очищение лица 28
  - Противопоказания 30
- В каком возрасте можно делать массаж Асахи? 34
- Техника массажа 38
- Метод контурно-лицевого массажа 42



ПОДУМАВ – РЕШАЙСЯ,  
А РЕШИВШИСЬ – НЕ ДУМАЙ.

