

Body Wrap Instruktionen



Vor der Behandlung:

- ❖ Messen Sie Ihren Umfang an 3 Stellen (am Bauch messen Sie z.B. an der Taille, am Bauchnabel und 5 cm unter dem Bauchnabel) und markieren Sie die Stellen mit einem Stift am Rücken und den Seiten. So können Sie nach der Behandlung und auch 72 Std. später an derselben Stelle messen.
- ❖ Machen Sie ein vorher Foto von vorne und von der Seite. Dies ist ein sehr wichtiger Schritt und sollte nicht übersprungen werden! Oftmals sind Resultate vor allem auf Fotos gut sichtbar!
- ❖ Mit einer warmen Dusche öffnen Sie die Poren. Nutzen Sie keine Seife oder Duschgels! Somit können die wirksamen Stoffe besser einziehen.

Während der Behandlung:

- ❖ Öffnen Sie die individuelle Wrap Verpackung und entfalten Sie den Body Wrap. Auf der Innenseite des Wraps sind die wirksamen Stoffe in Form einer Creme aufgetragen. Legen Sie den Wrap auf Ihre Haut. Die Creme kann dann in die Haut ziehen. den Body Wrap befestigen Sie mit Fab Wrap oder normaler Küchenfolie (achten Sie aber darauf, dass Sie nu 1 oder 2 Mal umbinden. Es geht nicht darum dass Sie unter der Folie -schwitzen, sonder dass der Body Wrap lediglich nicht verrutscht.
- ❖ Lassen Sie den Body Wrap minimal 45 Minuten einwirken. Prüfen Sie nach 45 Minuten ob keine Hautirritationen vorhanden sind. Sie können den Wrap danach noch länger tragen. Maximale Tragedauer sind 8 Stunden (meist über Nacht)
- ❖ Trinken Sie während der Wrap Behandlung stilles Wasser (z.B. 1 kleine Flasche bei einer Behandlung von 45 Min, bei längerer Einwirkzeit achten Sie darauf, dass Sie 2 bis 3 Liter täglich trinken).
- ❖ Essen Sie nicht währen der Wrap Behandlung, vor allem wenn Sie nur 45-60 Min wrappen. Bei längerem Tragen des Body Wraps, essen Sie erst nach minimal 2 Std. eine leichte Mahlzeit.
- ❖ Während der Behandlung sollten Sie auf Sport verzichten. Durch Schwitzen können die wirksamen Stoffe nicht einziehen. Sobald Sie den Wrap nicht mehr tragen, dürfen Sie auch wieder zum Sport.

Nach der Wrap Behandlung:

- ❖ Bei den meisten Menschen ist die Creme nach der Behandlung noch nicht komplett eingezogen. Waschen Sie die Creme nicht ab sondern massieren Sie sie in die Haut ein bis alles eingezogen ist.
- ❖ Sie sollten nach der Behandlung nicht direkt duschen! Warten Sie lieber einige Stunden und erlauben Sie der Haut alle Inhaltsstoffe aufzunehmen.
- ❖ Messen Sie nun wieder an den selben Stellen und notieren Sie die Ergebnisse. Machen Sie auch wieder Fotos von vorne und von der Seite. Wiederholen Sie diesen Schritt nach 72 Stunden.
- ❖ WICHTIG: Trinken Sie 2 bis 3 Liter stilles Wasser täglich, bis 3 Tage nach der Behandlung. Die wirksamen Stoffe arbeiten noch bis zu 72 Stunden weiter, das Endergebnis haben Sie daher nach 72 Std. Dies ist einer der wichtigsten Schritte da die Inhaltsstoffe auf den Body Wraps sonst nicht gut wirken können! Unterstützen Sie Ihren Körper bei der Abfuhr von Giftstoffen!
- ❖ Verzichten Sie 3 Tage nach der Behandlung so weit wie möglich auf süße oder fettige Nahrungsmittel, Zucker, Kaffee und Alkohol, da diese Nahrungsmittel dem Entgiftungsprozess entgegenwirken können. Rauchen sollte auch reduziert oder vermieden werden.

Extra Tipps:

- ❖ Sollten Sie Ihre Tage haben oder bekommen, warten Sie dann lieber bis danach! Die Resultate können erfahrungsgemäß schlechter ausfallen.
- ❖ Der Wrap ist nicht für Schwangere oder stillende Mütter geeignet.
- ❖ Wenden Sie nie mehr als 1 Wrap an! Einzige Ausnahme sind die Beine, denn Sie dürfen beide Beine gleichzeitig behandeln. Sie dürfen niemals mehrere Körperzonen gleichzeitig behandeln.
- ❖ Wiederholen Sie die Behandlung erst nach minimal 72 Stunden wieder! Die wirksamen Stoffe der Body Wraps arbeiten nämlich noch bis zu 72 Stunden nach Behandlung weiter.
- ❖ Für das beste Resultat raten wir Ihnen, die Behandlung alle 72 Stunden wiederholt wird bis das gewünschte Ergebnis erreicht ist. Wiederholen Sie die Behandlung danach 1 Mal im Monat, oder maximal nach 3 bis 6 Monaten. So halten Sie Ihre Resultate über eine sehr lange Zeit.
- ❖ Die Resultate sind am Besten bei gesunder Ernährung und ausreichender Bewegung.

Wir wünschen ihnen viel Erfolg mit den Body Wraps und freuen uns auf Ihr Feedback!