

ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZUM FACE TAPING

- Das Face Tape in gewünschter Länge abschneiden und bei Bedarf formen.
Merke: Das Tape ist nur in vertikaler Richtung elastisch, daher sollte es also nur in der Richtung zugeschnitten werden, in der das Tape aufgewickelt ist.
- Die zu beklebende Stelle säubern und abtrocknen. Stellen mit Haarwuchs können vorher rasiert werden, um die Haftung des Tapes zu verbessern.
- Das Tape nach dem Aufkleben mit warmen Händen sanft andrücken, um die Klebeschicht zu aktivieren.
- Für eine optimale Wirkung empfiehlt es sich, die Gesichtsmuskeln vor dem Taping zu massieren.
- Das Tape beim Abziehen nicht nass machen. Die Epidermis kann dadurch an der getapeten Stelle geschädigt oder gereizt werden. Tipp: Für eine schmerzfreie Entfernung kann das Tape vor der Entfernung 2-3 Minuten lang in Kosmetiköl eingeweicht und dann vorsichtig abgezogen werden.
- Es wird empfohlen, nach dem Entfernen des Tapes eine Feuchtigkeits- oder Regenerationscreme aufzutragen, die zum jeweiligen Hauttyp passt.

IN DIESER BESCHREIBUNG ANGEWENDETE APPLIKATIONSARTEN

- I-Tape: Ein gerade zugeschnittener Tape-Abschnitt
- Lymphdrainage-Applikation: Ein in mehrere (meist 4-5) Längs-Füßchen zugeschnittenes Tape mit ca. 3-4 cm langem Anker-Ende. Diese Applikation wird auch „Oktopus-Applikation“ genannt.



PROGRAMM ZUR FALTENMINDERUNG

- SCHRITT 1**
6 Tage lang, täglich 2-3 Stunden auf die zu verbessernde Stelle auftragen. Nach 6 Tagen ist 1 Tag Pause. Wenn keine allergischen Reaktionen wie Rötungen oder Juckreiz auf der Haut auftreten, fahren mit dem nächsten Schritt fort.
- SCHRITT 2**
Das Tape jede Nacht für 6-8 Stunden tragen (bei empfindlicher Haut 3 Tage lang jede Nacht für 6-8 Stunden und 2 Tage lang nur für 2-3 Stunden). Der oben beschriebene Prozess wird zwei Wochen lang fortgesetzt. Wenn die Hautempfindlichkeit zunimmt, die Tragezeit verkürzen.
- SCHRITT 3**
Zur Pflege zweimal wöchentlich nachts für 6-8 Stunden auftragen. Diesen Vorgang alle 3 bis 6 Monate wiederholen.

INSTAGRAM



BB TAPETM
GET BEAUTY
ANWENUNGSANLEITUNG

FACE TAPING APPLIKATIONEN

DYNAMISCHE FALTEN /
MIMIKFALTEN MINDERN



- Falten auf der Stirn mindern: Ein 1 cm breites Face Tape abschneiden und auf die horizontale Stirnfalte legen.
- Falten um die Augen mindern: Ein 1 cm breites Tape zurecht schneiden und unter das Auge kleben.

DYNAMISCHE FALTEN /
MIMIKFALTEN MINDERN 2



- Ein 1 cm breites Tape von der Stirn über den Nasenrücken bis zu den Wangenknochen aufkleben.
- 2,5 cm breite Tapes auf Stirn, Wangenknochen, Unterkiefer und Kinn ohne Dehnung aufkleben.

SCHWELLUNGEN IM
GESICHT LINDERN



- Zwei 2,5 cm Lymphdrainage-Applikationen mit einem Anker von 2 cm zuschneiden.
- Den Anker auf die Lymphknoten unter dem Kinn und die Füßchen in Richtung der Wangen- und Augenpartie aufkleben.

STARKE SCHWELLUNGEN LINDERN



- Eine 5 cm Lymphdrainage-Applikation mit einem Anker von 3 cm zuschneiden.
- Den Anker auf der Oberseite des Schlüsselbeins und die Füßchen in Richtung Unterkiefer auslaufen lassen.
- Das Tape ohne Dehnung aufkleben. Es fördert die Lympfzirkulation und ist wirksam bei der Beseitigung starker Schwellungen.

DOPPELKINN REDUZIEREN / GESICHTSKONTUREN STRAFFEN



- Doppelkinn reduzieren: Ein 2,5 cm breites Face Tape von der Mitte des Kinns bis zum unteren Schilddrüsenbereich aufkleben.
- Gesichtskonturen straffen: Ein 2,5 cm breites Tape von der Mitte des Kinnrandes bis zum Ende des Kieferknochens aufkleben.

KAUMUSKELN ENTSPANNEN / GESICHTSKONTUREN STRAFFEN



- Zwei 2,5 cm breite Face Tape in der Länge der Distanz von Wangenknochen zum Unterkiefer zurecht schneiden.
- Die beiden Tapes links und rechts ohne Dehnung entlang des Kaumuskelns aufkleben.
- Ein 2,5 cm breites Tape von der Mitte des Kinnrandes bis zum Ende des Kieferknochens aufkleben.

SENKRECHTE FALTEN UM DEN MUND REDUZIEREN



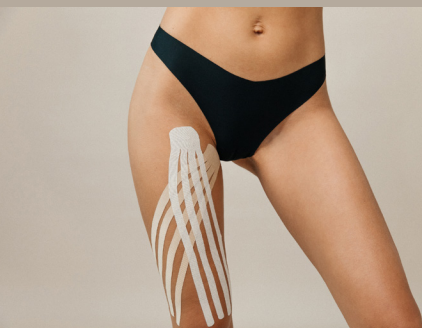
- Zwei 1 cm breite Face Tapes in der Länge des Mundes (+ 2 cm zusätzlich) abschneiden.
- Das erste Tape mittig unter der Unterlippe verankern und ohne Dehnung nach links und rechts um die Lippenkontur anstreichen.
- Das zweite Tape mittig über der Oberlippe verankern und ohne Dehnung nach links und rechts um die Lippenkontur anstreichen.

FALTEN UM DIE NASE UND NASO- LABIALFALTEN MINIMIEREN



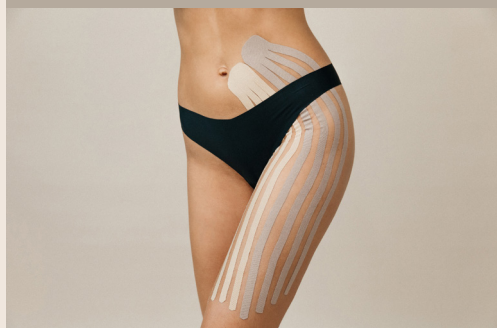
- Falten um die Nase mindern:
- Ein 2,5 cm breites Face Tape längs fast bis zum Ende halbieren.
 - Den Anker des Tapes auf den Nasenrücken aufkleben und die beiden Füßchen links und rechts in Richtung der Nasenflügeln aufkleben.
 - Ein 1 cm breites Tape vom Jochbein zum Mundwinkel aufkleben.

OBERSCHENKELSTRAFFUNG (INNENSEITE)



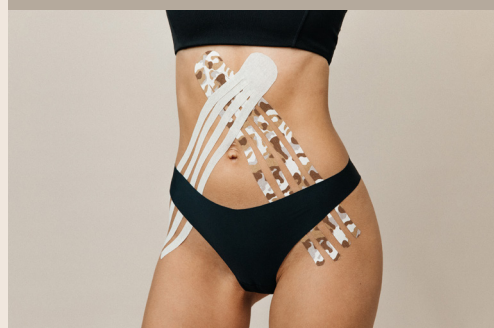
- Zwei 5 cm Lymphdrainage-Applikationen mit einem Anker von 4 cm und 4 Füßchen zuschneiden.
- Das erste Tape am inneren Oberschenkel anbringen und die Füßchen durch die Mitte des Schenkels bis hin zum seitlichen Knie anbringen.
- Das zweite Tape mittig am vorderen Oberschenkel in der Leistengegend verankern und die 4 Füßchen in Richtung Innenseite des Knies auslaufen lassen.

OBERSCHENKEL-CELLULITIS VOR- BEUGEN



- Zwei 5 cm Lymphdrainage-Applikationen mit einem Anker von 4 cm und 4 Füßchen zuschneiden.
- Den Anker des ersten Tapes auf dem Bauch in der Nähe des Nabels anbringen und die Füßchen an der Zielzone auf dem vorderen Oberschenkel entlang anbringen.
- Das zweite Tape auf die gleiche Weise an der Seite des Oberschenkels aufkleben.

DEHNUNGSSTREIFEN AM BAUCH LINDERN



- Zwei 5 cm Lymphdrainage-Applikationen mit einem Anker von 4 cm und 4 Füßchen zuschneiden.
- Den Anker an den unteren Rippen anbringen und die Füßchen diagonal über den Bauch in Richtung Leiste auslaufen lassen.

HÜFT-CELLULITIS VERBESSERNMI- NIMIEREN



- Zwei 5 cm Lymphdrainage-Applikationen mit einem Anker von 4 cm und 4 Füßchen zuschneiden.
- Die beiden Anker übereinander auf die Bauchregion aufkleben und die Füßchen über die Hüfte nach hinten über das Gesäß auslaufen lassen.

DEHNUNGSSTREIFEN AN DER HÜF- TE VERBESSERN



- Zwei 5 cm Lymphdrainage-Applikationen mit einem Anker von 4 cm und 4 Füßchen zuschneiden.
- Den Anker des ersten Tapes auf die Seite der Hüfte kleben. Die Füßchen über die Hüfte nach hinten über das Gesäß auslaufen lassen.
- Den Anker des zweiten Tapes über dem Kreuzbein anbringen. Die Füßchen über das Gesäß in Richtung Oberschenkel auslaufen lassen.