

SZÉPSÉGKALENDÁRIUM - HETI ÁPOLÁS

A napi ápolás mellett olyan szépségápolási programok is vannak, melyeket hetente csak egyszer-kétszer kell ismételni. Jelöld be a hét egyik napját, amikor az adott programot elvégzed! Az üres függőleges sorokba pedig beírhatod olyan programot is, ami nem szerepel a felsorolásban.

	HÉTFŐ	KEDD	SZERDA	CSÜTÖRTÖK	PÉNTEK	SZOMBAT	VASÁRNAP
Szemöldök igazítás							
Szőrtelenítés (borotva, epilálás)							
Hajmosás							
Hajpakolás							
Köröm igazítás							
Arcradírozás							
Arcmaszk, pakolás							
Testradírozás							
Szolárium							
Szauna							
Fitnesz							
Futás							

VÁLTOZÁSOK A BŐRÖM ÁLLAPOTÁBAN: _____

VÁLTOZÁSOK A TESTEM ÁLLAPOTÁBAN: _____

© Csányi Andrea 2014 © Borsche Annamária 2014

Kiegészítő tippekért keresd fel a www.szepleszel.hu/magazin blogot. Ha pedig kozmetikumot szeretnél, akkor a www.szepleszel.hu webáruházat.

További letölthető táblázatokért látogasd meg: www.rendferemto.hu