



@losaltos_foods



UTILIZA LAS YEMAS DE LOS DEDOS
Y SIGUE LOS MOVIMIENTOS
DESCRITOS EN LA GUÍA.

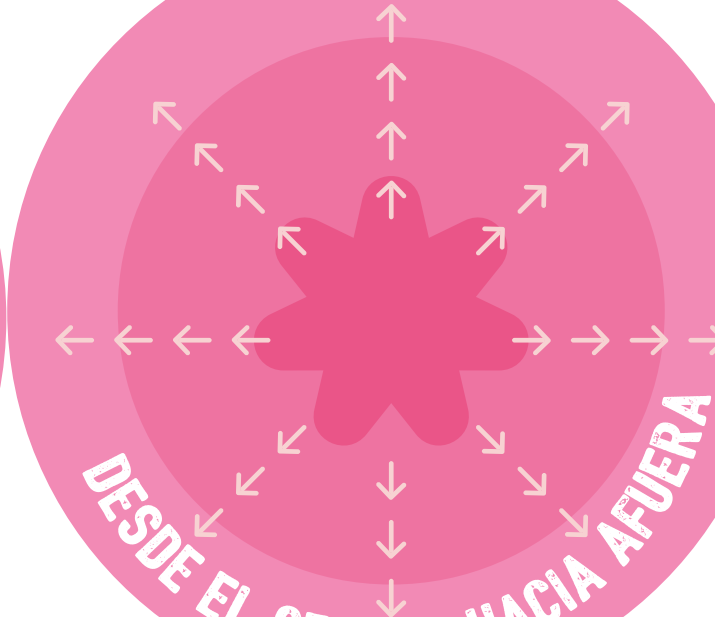


HAZLO ACOSTADA O DE PIE,
EN LA REGADERA O DELANTE DEL ESPEJO.
TÚ ELIGES EL MOMENTO.



PORQUE CONOCERSE A
UNO MISMO TAMBIÉN ES CUIDARSE.
ENCUENTRA MÁS CONSEJOS EN

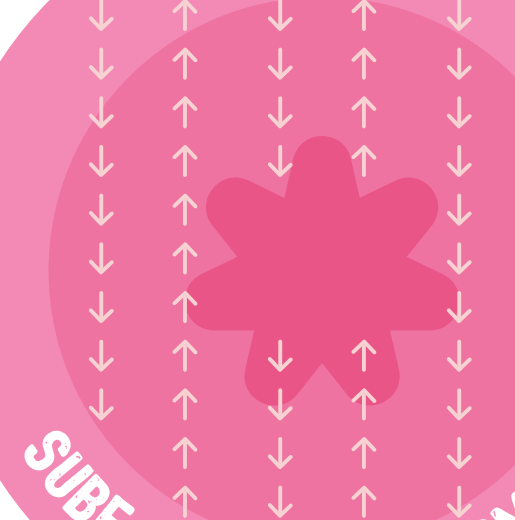
WWW.SAYCHEESEFORLIFE.COM



DESDE EL CENTRO HACIA AFUERA



SUAVES Y CIRCULARES.



SUBE Y BAJA CON FIRMEZA.



DETECTALO A TIEMPO Y DI

SAY CHEESE *for* LIFE