

产后护理产品 馨悦佳人招商加盟热线 月子中心产后护理产品

产品名称	产后护理产品 馨悦佳人招商加盟热线 月子中心产后护理产品
公司名称	广东馨悦佳人健康管理连锁有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	广州市天河区黄埔大道西100号之一707-709房
联系电话	13539429154

产品详情

广东馨悦——产后护理产品

常常听很多宝妈抱怨，生了孩子以后自己身材走形，身体状况也不佳，自己都不知道该怎么办了。的确，产后恢复是一个关键性的问题，宝妈也是女人，也要有自己的生活圈，也更应该懂得呵护自己，产后恢复一事必须要提上日程。在如今这个时代，女人不仅能顶半边天，有的甚至还能顶整片天，所以这也就预示着，宝妈们在生完孩子以后，很有可能还要重整队伍继续工作，那么在身材走形、身体变差的情况下，她们又怎能打起精神努力工作呢？我想自然是不能了，因此从这个角度讲，宝妈们做产后恢复不只是为了自己的身体，同样也是为了自己的事业和家庭。产后护理产品

广东馨悦——产后护理产品

10月怀胎、一朝分娩，这其中受到的辛苦自然是可以想象的。产后身材变形只是其中一样，更多的是力低下，这对于许多宝妈来说是难过的了，平时一换季他们就感冒，自己感冒连带着孩子也感冒，整个家庭都氤氲着一股阴郁压抑的气氛。所以做产后恢复更多的是为了自己的健康着想，只有把健康搞上去了，月子中心产后护理产品，才能更好地照顾孩子，照顾这个家庭。产后护理产品

广东馨悦——产后护理产品

哪个女人不爱美？即使当了妈妈也有爱美的权利，所以做产后恢复、产后身材塑形更多的也是给自己一次变美的选择，明明自己以前曾经“美丽”过，为何现在会变成这样呢？因为不甘心，因为想破茧成蝶，所以他们都选择了产后恢复这条路。产后护理产品

广东馨悦——产后护理产品

现在，全世界都爱提倡喂养，不仅仅是因为能为宝宝提供无法替代的营养物质和，而且喂养有利于妈妈

的产后瘦身以及健康。

女人在分娩前身体会积存很多能量，月子中心产后护理产品，的分泌为这些能量的消耗提供途径，产后护理产品，如果产后不哺乳，积存的能量就不能散发出去，更容易让产后妈妈发胖。

产后护理产品

广东馨悦——产后护理产品

月子期间的饮食对产后恢复至关重要月子期是产妇身体恢复的关键时期，一定要养好，特别要注重饮食习惯与饮食搭配，这对瘦身的顺利进行有非常重要的作用。

饮食习惯：少量多餐、细嚼慢咽、饮食健康、品种多样。

产后护理产品

广东馨悦——产后护理产品

减重切记快产后减重不要一口气很快的减下来，而要每周0.5~1KG好，循序渐进，也不会反弹，更不会伤害身体。

如果产后依靠过度运动、过度严格的控制饮食减重，很可能对妈妈们的自身恢复和宝宝的生长发育带来严重不良影响。减重是要慢慢来的过程，坚持喂养，每周合理减掉体重，坚持合理膳食、健康运动，目标就会实现。加油！

产后护理产品

广东馨悦——产后护理产品

不想产后身材大变样，瑜伽根本不能停！流畅的腰部线条可以使你快在视觉上瘦下来。找到适合身体宽度的两根杆子，用双脚勾住其中一根，双手握住另一根，腰部下压，此时的身体呈现要拱起，不能呈直线。将身体的放到腰部，用左脚脚尖抵住一根杆子，右脚向头部的方向弯曲。产后恢复不用急，几个简单动作慢慢来，形体越来越气质。双脚并拢站在瑜伽垫上，双手举起，向后扬，腰部跟随，使上半身弯曲，用自己的双手手掌去接触瑜伽垫，稳定后，右脚缓缓抬起，与腰部呈90度。脚尖翘起，月子产后护理产品，腿绷直。产后护理产品

广东馨悦——产后护理产品

首先用自己的双手手掌接触瑜伽垫，用自己的头顶去碰瑜伽垫，将身体的放在自己的头部，腰部发力，双腿缓缓抬起，双手慢慢打开，用自己的手指去触碰瑜伽垫，保持平衡后，用自己的左腿去夹住自己的右腿，左腿脚尖能碰到自己右脚的后跟。

打造纤细手臂，散发女性魅力

纤细的手臂是女性的一大利器，会在视觉上营造特别的魅力。

双手手掌的距离要与肩同宽，用这个距离去接触瑜伽垫，双腿脚掌起初紧贴瑜伽垫，待移至手臂上后，双腿尝试离地，使自己的腿能够与自己的腰部保持在同一直线上，保持平衡后，双腿打开至自己的身体的角度。产后护理产品

广东馨悦——产后护理产品

找到一面墙壁，背部贴墙，然后向前下腰，双手手掌紧贴地面，或者抓住栏杆，保持稳定后，左腿向外打开，然后往身体内侧挤压，使自己的左脚脚尖触碰到墙壁，并且和身体保持在一条直线上，右脚脚尖抬起。

打造诱人大腿，提升视觉美丽

大腿占人身体比例的一半，是视觉上很重要的一个加分项，好的大腿总能引起人们的回头率。

双腿并拢跪坐在瑜伽垫子上，用自己的臀部贴合自己的双脚脚掌，双手向后张开，十指相扣，用力拉伸，头部微微后扬，上半身呈s形状。产后护理产品

产后护理产品-馨悦佳人招商加盟热线-月子中心产后护理产品由广东馨悦佳人健康管理连锁有限公司提供。广东馨悦佳人健康管理连锁有限公司坚持“以人为本”的企业理念，拥有一支高素质的员工队伍，力求提供更好的产品和服务回馈社会，并欢迎广大新老客户光临惠顾，真诚合作、共创美好未来。馨悦佳人——您可信赖的朋友，公司地址：广州市天河区黄埔大道西100号之一707-709房，联系人：吴总。