

Before and After Treatment

Before:

- Drink 1.5 liters of water at least 1 hour before your treatment.

After:

- Drink 1.5 liters of water before the day ends.
- Try not to consume any coffee or alcohol for the next 24 hours.
- Walk or workout for 30 minutes within 24 hours of treatment.

Come back for the next treatment.

- Body - 3 days
- Face - 7 days

Antes y después del tratamiento

Antes:

- Beba 1,5 litros de agua al menos 1 hora antes de su tratamiento.

Después:

- Beba 1,5 litros de agua antes de terminar el día.
- Trate de no consumir café ni alcohol durante las próximas 24 horas.
- Camine o haga ejercicio durante 30 minutos dentro de las 24 horas posteriores al tratamiento.

Vuelve para el próximo tratamiento.

- Cuerpo - 3 días
- Cara - 7 días