



OPEN CLOSE EXERCISE

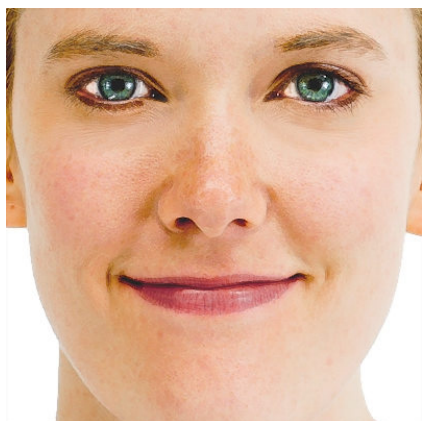
Con la punta de la lengua en el paladar, baje lentamente la mandíbula. Asegúrese de que la punta de la lengua se mantenga en contacto con el paladar todo el tiempo.

Repetir 10 Veces

Completar 3 Conjuntos

Sostener 3 Segundos

Realizar 1 Veces un día



SMILE

Dibuja las comisuras de tu boca hacia arriba como en una sonrisa.

Repetir 10 Veces

Completar 3 Conjuntos

Sostener 3 Segundos

Realizar 1 Veces un día



PUCKER

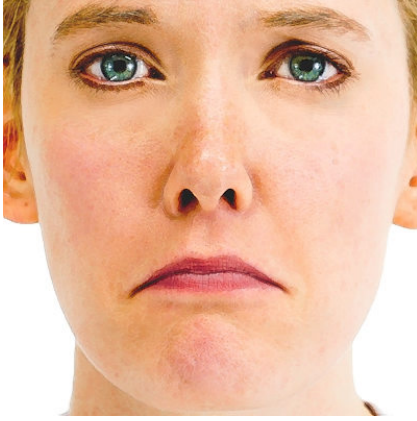
Dibuja tus labios con firmeza como frunciendo un beso.

Repetir 10 Veces

Completar 3 Conjuntos

Sostener 3 Segundos

Realizar 1 Veces un día



FROWN

Dibuja las comisuras de la boca hacia abajo como haciendo una cara triste.

Repetir 10 Veces
Completar 3 Conjuntos

Sostener 3 Segundos
Realizar 1 Veces un día



ANGRY FACE

Dibuja tus cejas juntas como haciendo una cara de enojo.

Repetir 10 Veces
Completar 3 Conjuntos

Sostener 3 Segundos
Realizar 1 Veces un día



UPPER LIP ELEVATION

Dibuja tu labio superior hacia arriba como se muestra.

Repetir 10 Veces
Completar 3 Conjuntos

Sostener 3 Segundos
Realizar 1 Veces un día



LOWER LIP DEPRESSION

Dibuja tu labio inferior hacia abajo como se muestra.

Repetir 10 Veces

Completar 3 Conjuntos

Sostener 3 Segundos

Realizar 1 Veces un día



RAISED BROW

Dibuja tus cejas hacia arriba como sorprendido.

Repetir 10 Veces

Completar 3 Conjuntos

Sostener 3 Segundos

Realizar 1 Veces un día