



YOUNG LIVING®
ESSENTIAL OILS

R.C.

BENEFICIOS

- Brinda una experiencia refrescante cuando es aplicado en el pecho
- Puede apoyar la sensación de una respiración normal y despejada
- Crea una experiencia vigorizante cuando se agrega en la bañera o en la ducha
- Puede usarse como parte de la rutina de ejercicios para ayudar a promover la sensación de una respiración más profunda
- Puede aplicarse al difusor durante la temporada de frío



RESUMEN

R.C.™ es una poderosa mezcla de Ciprés, Píceas y tres tipos de aceites de eucalipto (E. ww, E. radiata, and E. citriodora). Aplícalo en el difusor o tópicamente antes, durante o después de ejercitarte. Su aroma energizante te ayudará a mantenerte motivado al hacer tu rutina de pesas, de caminadora o de bicicleta.

Puedes usar el aceite esencial de R.C. para un masaje vigorizante. Esta rutina crea una experiencia relajante, similar a un spa, y puede ayudar cuando tu día te exige andar de un lado a otro más temprano de lo habitual. Su aroma fuerte te ayudará a animarte al comenzar el día.

USOS & RECETAS

para el día a día



Frótalo en el pecho y en la nuca antes de un entrenamiento muy temprano



Úsalo con Complejo de Aceite Vegetal V-6™ para un masaje de pies o de espalda después de tu rutina de gimnasio, de una aventura al aire libre o de tu práctica de yoga



Ilumina tu panorama durante tus quehaceres matutinos aplicando R.C. a tu pecho y muñecas



Aplica algunas gotas en tu bañera o ducha caliente. El agua caliente te calmará y te relajará y el aceite se difundirá con el vapor para disfrutar de una experiencia vigorizante y empoderadora



Aplica R.C. Tópicamente con aceite V-6 en tu pecho por las noches para una experiencia refrescante

DILUCIÓN DE LOS ACEITES ESENCIALES PARA NIÑOS Y BEBÉS

No hay reglas absolutas para la dilución, pero estas proporciones son un buen lugar para comenzar. Usa un aceite portador hidratante como el Complejo de Aceite Vegetal V-6™ para nutrir la delicada piel de los bebés y minimizar la irritación.

A continuación encontrarás las recomendaciones de dilución:



En el difusor...

- Abre tu hogar con el aroma que te llevará al corazón de un bosque fresco y frondoso.
- Dale energía a tu rutina de entrenamiento con la brisa refrescante de los aromas del aceite de Eucalipto.
- Da un impulso a tu hora de ducharte y llena tu baño con este aroma vigorizante.
- Enriquece tu rutina al acostarte con un aroma fresco y efervescente para experimentar una profunda sensación de comodidad.
- Desvanece los aromas a humedad de espacios encerrados y crea la sensación de una brisa refrescante.
- Invita el confort de los aromas vivaces, ricos y familiares a tu habitación de hotel cuando te encuentres lejos de casa.
- Anima una experiencia de spa con el aroma refrescante y pacífico de un refugio al aire libre

Sal de Baño

- 1 taza de sal de Epsom
- 15 gotas de R.C.
- 1-2 sobres de té, puedes usar el contenido de cualquier té relajante que tengas en casa

Mezcla todos los ingredientes en un recipiente con tapa y úsalo en tu bañera caliente.

