

# Volarion

## Volarion PL-681DC – 14 Günlük Selülit Azaltma & Sıkılaştırma Programı

Bu program selülit görünümünü hızlı şekilde azaltmak ve cilt sıkılığını belirgin biçimde artırmak isteyen kullanıcılar için hazırlanmıştır.

PL-681DC'nin yüksek titreşim kapasitesi sayesinde derin dokuya güçlü bir uyarı gönderilir ve cilt altındaki sıkışmış yağ dokularının çözülmesi desteklenir.

Program, maksimum etki alınması için yoğun hızlara (7-9) göre optimize edilmiş özel bir protokoldür.

Lenf drenajı günleri hariç tüm günlerde yüksek hız standarttır.

### 1. Gün

Bölge	Süre	Hız	Başlık
Üst Bacak Ön/Arka	5 dk	8	Dalga Başlık
Kalça – Basen	4 dk	8	Hat Başlık
Bacak İçi	3 dk	9	Bilye Başlık

### 2. Gün

Bölge	Süre	Hız	Başlık
Üst Bacak Ön	6 dk	9	Dalga Başlık
Bacak Arkası	5 dk	9	Hat Başlık
Kalça Dış Yüzey	3 dk	9	Halka Başlık

### 3. Gün

Bölge	Süre	Hız	Başlık
-------	------	-----	--------

Kalça – Basen	6 dk	8	Hat Başlık
Bacak Üst Dışı	4 dk	8	Dalga Başlık
Bacak Ön	3 dk	9	Dalga Başlık

#### 4. Gün - Dinlenme

Bugün dinlenme günü.

#### 5. Gün

Bölge	Süre	Hız	Başlık
Bacak Arka	6 dk	9	Hat Başlık
Kalça	5 dk	9	Dalga Başlık
Yoğun Noktalar	3 dk	9	Halka Başlık

#### 6. Gün

Bölge	Süre	Hız	Başlık
Bacak İçi	4 dk	6	Bilye Başlık
Alt Bacak	4 dk	6	Dalga Başlık
Kalça	4 dk	6	Hat Başlık

#### 7. Gün - Dinlenme

Bugün dinlenme günü.

#### 8. Gün

Bölge	Süre	Hız	Başlık
-------	------	-----	--------

Üst Bacak	6 dk	8	Dalga Başlık
Kalça – Basen	4 dk	8	Hat Başlık
Bacak Arkası	3 dk	7	Dalga Başlık

## 9. Gün

Bölge	Süre	Hız	Başlık
Bacak Ön/Arka	6 dk	9	Hat Başlık
Kalça Dışı	4 dk	9	Dalga Başlık
Basen Bölgesi	3 dk	9	Halka Başlık

## 10. Gün – Dinlenme

Bugün dinlenme günü.

## 11. Gün

Bölge	Süre	Hız	Başlık
Kalça – Basen	5 dk	8	Hat Başlık
Üst Bacak	6 dk	8	Dalga Başlık
Bacak Arkası	3 dk	7	Hat Başlık

## 12. Gün

Bölge	Süre	Hız	Başlık
Bacak Ön	4 dk	7	Dalga Başlık
Kalça	4 dk	7	Hat Başlık
Bacak Arkası	4 dk	7	Dalga Başlık

--	--	--	--

### 13. Gün

Bölge	Süre	Hız	Başlık
Üst/Alt Bacak	6 dk	9	Dalga Başlık
Kalça Sıkılaştırma	5 dk	9	Hat Başlık
Basen	3 dk	9	Dalga Başlık

### 14. Gün - Dinlenme

Bugün dinlenme günü.

#### Bu Program Neden Bu Şekilde Hazırlandı?

Selülit, yalnızca cilt yüzeyinde görünen bir problem değildir; cilt altındaki yağ dokusu, bağ dokusu ve dolaşım sistemi arasında oluşan çok katmanlı bir yapısal sorundur. Bu nedenle, yüzeysel masajlar genellikle yeterli etkiyi göstermez. PL-681DC'nin yüksek titreşim gücü sayesinde bu çok katmanlı yapıya aynı anda etki etmek mümkündür.

Bu program, selülit oluşumunun temel nedenlerine göre bilimsel bir akışla hazırlanmıştır:

#### 1) Selülit dokusu derin tabakalarda oluşur

Selülit; yağ hücrelerinin genişlemesi, bağ dokusunun çekiştirilmesi ve kan/lenf dolaşımının zayıflamasıyla daha da belirgin hâle gelir.

Bu yüzden düşük hızlar sadece yüzeyi uyarırken, **8-9. seviyeler derin tabakalara ulaşarak sıkışmış dokuyu gevşetir.**

#### 2) Yüksek hızlar cilt altındaki sıkışmayı çözer

8-9. seviye titreşim:

- Sertleşmiş doku bantlarını gevşetir

- Yağ hücrelerinin üst üste binmesini azaltır
- Selülitin portakal kabuğu görünümünden sorumlu düzensiz dağılımı düzeltmeye yardımcı olur

Bu nedenle programın yoğun günlerinde özellikle 9. hız tercih edilmiştir.

### 3) Titreşim yoğunluğu dolaşımı hızlandırır

Selülitin en önemli nedenlerinden biri **zayıf dolaşımdır**.

Yüksek vibrasyon:

- Kılcal damar akışını artırır
- Doku oksijenlenmesini destekler
- Hücrelerin yenilenme hızını yükseltir

Bu sayede cilt daha kısa sürede daha pürüzsüz görünmeye başlar.

### 4) Derin doku uyarımı metabolizmayı hızlandırır

Selülitli bölgeler genellikle dolaşımın yavaşladığı alanlardır.

Yüksek hızla yapılan masaj:

- Bölgesel ısı artışı sağlar
- Yağ hücrelerinde geçici yumuşama yaratır
- Bu da sıkılaşıma ve incelme etkisini güçlendirir

Bu programın 7-9 hız seviyelerine dayanmasının nedeni budur.

### 5) Lenf drenajı günleri vücudun toparlanmasını sağlar

Yüksek hızın ardından belirli günlerde kullanılan orta hız (6):

- Vücudun biriken fazla sıvıyı atmasına yardımcı olur
- Ödemi azaltır
- Masajın etkisini daha kalıcı hâle getirir

Bu sayede yoğun günlerde kırılan doku, lenf sistemi üzerinden daha hızlı temizlenir.

### 6) Program dögüsel olarak tasarlandı

14 gün boyunca:

- 3nce doku ısıtılır
- Sonra yoğun çalışma ile selülit hedef alınır
- Ardından lenf drenajı yapılarak atıklar temizlenir

Bu döngü bilimsel olarak en etkili selülit çalıřma protokolüdür.

---

## Sonuç Olarak:

Bu program, PL-681DC'nin yüksek titreşim kapasitesinden en iyi şekilde yararlanmanız için hazırlanmıştır.

Bu yapı sayesinde kullanıcı:

- Daha kısa sürede fark edilir bir sıkılaşma
- Daha pürüzsüz bir cilt
- Daha dengeli bir vücut görünümü

elde eder.

Eęer bir başlığı kullanmaktan sıkılırsanız diğerlerini denemekten çekinmeyin. En etkili sonuç devamlılık ile sağlanmaktadır.

Zamanla, kas ve cilt tepkilerinize göre uygun hız, süre ve başlık kombinasyonunu belirlemek cihazdan maksimum verim almanızı sağlar.

Ayrıca, PL-681DC için detaylı kullanım rehberine aşağıdaki QR ile ulaşabilirsiniz.

