

Table of contents Índice Índice

page / página / página

- Prepare your workspace / Prepara tu zona de trabajo / Prepara o teu espaço de trabalho.....	2
- About your hand spa station / Conoce tu spa para manos / Sobre a tua estação spa de mãos	3
- Prepare your hands and nails / Prepara tus uñas y manos / Apronta as tuas mãos e unhas	4
- Paint your nails like a pro / Pinta tus uñas como una profesional / Pinta as tuas unhas como uma profissional	5
- Stamp your nails! / Ponte estampas! / Estampa as tuas unhas!	6
- Marbled nails / Uñas marmoleadas / Unhas marmorizadas	8
- Shaded nails / Uñas degradadas / Unhas degradê	9
- Letters on your nails / Letras en tus uñas / Letras nas tuas unhas	10
- Glitter on your nails / Purpurina en tus uñas / Purpurina nas tuas unhas	11
- Nail stickers / Pegatinas para uñas / Autocolantes para unhas	11
- Drying your nails / Secado de uñas / Secagem das suas unhas	11
- Massages and recipes / Masajes y recetas / Massagens e receitas	12
· Exfoliation / Exfoliación / Esfoliação	12
· Relaxing and moisturizing / Hidratación relajante / Relaxamento e hidratação	13
- Tips / Consejos / Dicas	14
- Batteries / Pilas / Pilhas	14
- Safety / Seguridad / Segurança	15
- Fake nails / Uñas postizas / Unhas postiças	16
- Invitation / Invitación / Convite	16

Prepare your workspace Prepara tu zona de trabajo Prepara o teu espaço de trabalho

- Choose a flat space to work away from other people so you can create a calm spa atmosphere.
- Clean your workspace well or cover with a tablecloth. - Work in a well-ventilated area.
- Keep a clean, damp cloth nearby.
- Put your candles out next to your workspace and put on some soothing music to create a calm spa atmosphere.
- Elige un espacio ventilado y una superficie lisa para poder trabajar, también trata que sea un lugar tranquilo y alejado del paso de gente para crear un verdadero ambiente spa.
- Limpia muy bien tu área de trabajo o cúbrelo con un mantel.
- Ten a la mano un trapo limpio y húmedo.
- Enciende y coloca las velas incluidas justo al lado de tu centro spa para manos y enciende la música relajante para crear ambiente spa.
- Escolhe um espaço plano para trabalhar, longe de outras pessoas para que possas criar uma atmosfera de spa calma.
- Limpa bem o teu espaço de trabalho ou cobre-o com uma toalha de mesa.
- Trabalha numa área bem ventilada.
- Tem por perto um pano limpo e húmido.
- Coloca umas velas perto do teu espaço de trabalho e uma música suave para criar uma atmosfera calma de spa.





You will need:

- hand spa station
- bowl
- warm water
- soap
- 1 spoon
- 1 towel
- cream
- file
- cuticle pusher
- polishes

Necesitarás:

- centro spa de manos
- recipiente
- espátula
- empujador de cutícula
- agua tibia
- jabón
- 1 toalla
- crema - lima

Vais precisar de:

- estação spa de mãos
- recipiente
- água morna
- sabão
- 1 colher
- 1 toalha
- creme hidratante
- lima
- empurra cutículas
- verniz de unhas

1. First file your nails with the long file and then buff them with the square block. Each side of the block has a different purpose: side 1: to file the sides of the nails. side 2: to remove ridges. side 3: to smooth out nails. side 4: to buff. 2. Fill the bowl 3/4 full with warm water and add 1 spoonful of liquid soap. 3. Stir with the spoon and put into the nail treatment hole of your hand spa station. You only need to fill it halfway, as you only have to cover your nails. 4. Soak your fingers for 3 minutes. 5. Take them out and dry with a clean, dry towel. 6. Apply moisturising hand lotion with a quick massage and let it soak in before continuing. 7. Use the cuticle pusher to push the cuticle back so you can paint your nails. 8. Before using a coloured varnish, first apply a basecoat to help protect your nails and prevent yellowing.



1. Lima tus uñas primero con la lima larga para luego darles un acabado pulido con el bloque cuadrado; cada lado del bloque lima diferente las uñas: lado 1: para limar la orilla de las uñas, lado 2: para alisar las rallitas o crestas, lado 3: para suavizar las uñas, lado 4: para dar brillo.

2. Llena hasta 3/4 de tu recipiente con agua tibia y agrega 1 cucharada de jabón líquido. 3. Remuévelo con una cuchara y viértelo en los huecos de tratamiento de uñas en tu centro spa de manos. Puedes rellenar hasta la mitad. 4. Introduce tus dedos como en la imagen y déjalos reposar durante 3 minutos. 5. Sacar tus manos y secalas con ayuda de una toalla seca y limpia. 6. Aplica crema hidratante sobre las manos, haz un pequeño masaje mientras la aplicas y deja que se absorba completamente. 7. Si quieres puedes usar el empujador de cutículas pero para ello pide siempre ayuda a un adulto.

8. Pintate las uñas con una capa de esmalte transparente y déjalas secar. Esto ayudará a proteger tus uñas y no se pongan amarillentas.

1. Primeiro lima as tuas unhas com a lima longa e, em seguida, dá-lhes brilho com o bloco quadrado. Cada face do bloco tem funções diferentes:

Face 1: para limar os lados das unhas. face 2: para eliminar fissuras. face 3: para alisar as unhas. face 4: para polir.

2. Enche o recipiente 3/4 da sua capacidade com água morna e acrescente uma colher de sabão líquido. 3. Mexe com a colher e coloca no orifício de tratamento de unhas da tua estação spa de mãos. Apenas tens que enchê-lo até a metade já que só tem que cobrir as tuas unhas. 4. Mergulha os dedos durante 3 minutos. 5. Retira-os e seca-os com uma toalha limpa e seca. 6. Aplica creme hidratante de mãos com uma rápida massagem e deixa que se absorva tudo antes de continuar. 7. Utiliza o empurra cutículas para empurrar a cutícula para trás para que possas pintar as unhas. 8. Antes de usar um verniz de unhas, aplica primeiro um verniz de base para proteger as tuas unhas para que não fiquem amarelas.

Paint your nails Pinta tus uñas

Pinta as tuas unhas como uma profissional



You will need:

- perfect nail guide - hand spa station - nail varnish

Necesitarás:

- centro spa de manos - esmalte - plantilla para pintar

Vais precisar de:

- molde de unhas - estação spa de mãos - verniz de unhas

1. Put the nail guide on the central tube on the station (image 2). Press down until you hear it click. 2. Put your first nail into the opening on the nail guide. It should fit around the nail, covering the skin so it doesn't get painted (image 2). If it's not the right size, try with the other 9 openings until you find the right size for your nail.

Note: put your finger as close to the guide as possible for best results. 3. Choose your favourite nail varnish or mix your own in one of the varnish bottles and create a new colour! 4. Paint your nail from the cuticle to the tip starting in the centre of the nail and moving out (image 3). 5. Repeat this procedure with the other nails and wait for the first coat to dry before putting on a second one. 6. Don't put more than two coats of polish on each nail because it makes them smudge more easily.

1. Coloca la plantilla para pintar las uñas en el tubo que sale del medio de tu centro spa de

manos (imagen 1), presiona la plantilla hasta que escuches un click. 2. Introduce el dedo con el que comenzarás a pintarte las uñas en uno de los huecos de la plantilla de pintado de uñas. Ésta debe contornear solamente la uña y deberá cubrir la parte de piel que no se debe pintar. (imagen 2) Si el hueco no es la correcto prueba con los otros 9 huecos hasta encontrar el que se ajuste al tamaño de tu uña. Nota: debes de colocar tu uña lo más pegado posible a la plantilla para obtener un mejor resultado. 3. Escoge el esmalte que más te guste o mezcla en tu botellita varios esmaltes para ¡crear un nuevo color! 4. Pinta una uña desde la cutícula hasta el extremo, empieza primero por la zona central de la uña y luego pasa a los extremos. (imagen 3). 5. Pinta las demás uñas de la misma manera, y así puedes esperar a que se seque la primera capa para dar una segunda capa. 6. Una vez se hayan secado puedes dar una segunda capa pintádo-

las todas de nuevo del mismo modo que lo has hecho con la primera capa.

1. Coloca a guia de unha no tubo central da estação (imagem 2). Pressiona para baixo até ouvir um clique. 2. Coloca a tua primeira unha na abertura da guia de unha. Apenas deve contornar a unha, só cobrir a pele para não pintá-la (imagem 2). Se não for o tamanho certo, tenta com alguma das outras nove aberturas até encontrar o tamanho certo para a tua unha. Nota: coloca o teu dedo o mais perto possível da guia para ter o melhor resultado. 3. Escolhe o teu verniz de unhas favorito ou mistura numa das garrafinhas vários vernizes para criar uma nova cor! 4. Pinta uma unha desde a cutícula até a ponta, começa no centro da unha e depois segue até os lados (imagem 3). 5. Repete este procedimento com as outras unhas e espera a primeira camada secar antes de começar com a segunda.

6. Não coloques mais de duas camadas de verniz em cada unha, porque isso faz com que borrem mais facilmente.

1



2



3



Stamp your nails Estampa tus uñas

Estampa as tuas unhas!



You will need:	Necesitarás:	Vais precisar de:
- stamping mechanism	- mecanismo para poner sellos	- mecanismo para estampagem
- stamp stencil	- plantillas de sellos	- molde para estampar
- nail varnish	- esmaltes	- verniz de unhas
- stamp cleaner	- limpiador de sello	- limpador de carimbo
- cotton buds	- algodones	- cotonetes
- nail varnish remover	- quitaesmalte	- removedor de verniz de unhas

1. Put the stamp on the tube in the centre of the station and press down until you hear it click.

2. Turn the stamp until the indent on the stamp stencil is exposed (image 1).

3. Set the stamp stencil to the design you want to use as shown in image 2.

4. Fill the design in with your favourite nail varnish. Make sure you cover it well (image 3).

5. Use the nail varnish remover immediately to remove any extra varnish from the design (image 4).

6. Turn the stamp in the direction of the template (90° to the left).

7. Press the button to make the nail varnish stick to the stamp (image 5).

8. Turn the stamp 90° to the right.

9. Put your finger under the stamp and press down for 4 seconds so the varnish will stick to your nail (image 6).

10. Remove your finger, wait 30 seconds and apply a coat of clear varnish to protect your stamp.

*Remember that the nail varnish will dry if you take too long to do this. With practice you'll get better each time.

1. Coloca el mecanismo para poner sellos en el tubo del centro de la estación y presiónalo hasta que escuches un click.

2. Rota el mecanismo de manera que el hueco para la plantilla de sellos quede libre. (imagen 1)

3. Coloca la plantilla de sellos con los dibujos hacia arriba, selecciona el dibujo que te quieres poner y colocalo en el medio tal y como se muestra en la imagen 2.

4. Pinta y rellena con el esmalte que más te guste el dibujo (imagen 3)

1



2



3



4



5. Inmediatamente utiliza tu limpiador de esmalte para quitar el sobrante del esmalte que queda sobre el dibujo. (imagen 4)

6. Rota el sello en dirección a la plantilla (90° a la izquierda).

7. Presiona el botón para que la pintura del esmalte se adhiera al sello. (imagen 5)

8. Rota de nuevo el sello 90° hacia la derecha.

9. Introduce tu dedo debajo del sello y deja presionado el sello durante 4 segundos de manera que la pintura se adhiera a tu uña. (imagen 6)

10. Retira el dedo y espera medio minuto a que se seque el dibujo de tu uña (imagen 7).

11. Coloca una capa de brillo en la uña para que el dibujo no se borre.

*Recuerda que el esmalte se seca por lo que debes hacer este proceso muy rápido. Con la práctica lo harás cada vez mejor.

1. Coloca o carimbo no tubo no centro da estação e pressiona para baixo até ouvir um clique.

2. Gira o carimbo até que o orifício do molde deste fique livre (imagem 1).

3. Coloca o molde do carimbo com o desenho que queiras usar como é mostrado na imagem 2.

4. Enche o molde do desenho com o teu verniz de unhas preferido. Atenção, deves cobri-lo bem (imagem 3).

5. Utiliza imediatamente o removedor de verniz de unhas para tirar o excesso de verniz do desenho do molde (imagem 4).

6. Gira o carimbo na direção do molde (90° à esquerda).

7. Pressiona o botão para que o verniz de unhas se grude no carimbo (imagem 5).

8. Gira novamente o carimbo 90° para a direita.

9. Coloca o teu dedo sob o carimbo e pressiona para baixo por 4 segundos para que o verniz se estampe na tua unha (imagem 6).

10. Retira o dedo, aguarda 30 segundos e aplica uma camada de verniz transparente para proteger a tua pintura.

*Lembra que o verniz de unhas vai secar se tu demoras muito tempo para fazer isso. Com a prática tu vais fazer cada vez melhor.

5



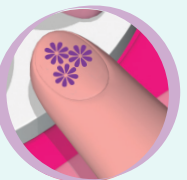
6



7



8



Marbled nails *Uñas marmoleadas* *Unhas marmorizadas*



You will need:

- glass or bowl
- water
- tape
- 1 toothpick
- nail varnish
- nail varnish remover
- 1 cotton bud

Necesitarás:

- recipiente
- agua
- cinta adhesiva
- 1 palillo
- esmaltes
- quitaesmalte
- 1 algodón

Vais precisar de:

- recipiente
- água
- fita adesiva
- 1 palito
- verniz de unhas
- removedor de verniz
- 1 cotonete

1. Fill the bowl halfway with water and add 1 drop of any colour varnish. (Make sure the varnish you use isn't too thick).

2. Add a drop of another varnish on top of the previous one.

3. Continue adding drops of different coloured varnish (image 1).

4. Use the toothpick to create different shapes for your design (image 2).

5. Cover your finger around the nail with tape and dip your nail into the varnish (image 3).

6. Use the toothpick to remove any varnish in the water or around your finger.

7. Remove the tape and clean the varnish off your finger with the cotton bud.

Note. Remember that practice makes perfect. This can be a difficult process in the beginning.

1. Agarra el recipiente y rellena de agua hasta la mitad, agrega 1 gota de esmalte del color que más te guste. (Asegúrate de que los esmaltes que usas no están muy espesos).

2. Agrega otra gota de esmalte de otro color sobre la misma gota anterior.

3. Continúa agregando gotas de esmalte de diferentes colores sobre la misma gota (imagen 1).

4. Utiliza el palillo para crear formas en tu diseño. (imagen 2)

5. Cubre tu dedo alrededor de la uña con cinta adhesiva y sumerge tu uña en la mezcla de esmaltes. (imagen 3)

6. Con ayuda del palillo remueve el esmalte que haya quedado en el agua y alrededor de tu dedo.

7. Retira la cinta adhesiva y limpia con un algodón la pintura que haya quedado en el dedo.

1. Enche o recipiente até a metade com água e acrescenta 1 gota de verniz da cor que preferas. (Deves ter certeza de que o verniz que estás a usar não está grosso demais).

2. Acrescenta uma gota de outro verniz acima da anterior.

3. Continua a acrescentar gotas de vernizes de diferentes cores (imagem 1).

4. Usa o palito para criar diferentes formas para o teu design (imagem 2).

5. Cobre o teu dedo ao redor da unha com a fita adesiva e mergulha a unha no verniz (imagem 3).

6. Usa o palito para remover o verniz na água ou ao redor do teu dedo.

7. Retira a fita adesiva e limpa o verniz do teu dedo com o cotonete.

Nota. Lembra que com a prática vais fazer perfeito. Isto pode ser um processo difícil no início.

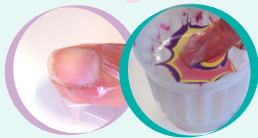
1



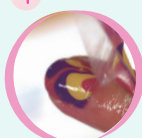
2



3



4



Shaded nails *Uñas degradadas* *Unhas degradê*



You will need:

- nail varnish
- sponge
- nail varnish remover
- cotton swab
- plastic bag

Necesitarás:

- esmaltes
- esponja
- quitaesmalte
- 1 algodón
- bolsa de plástico

Vais precisar de:

- verniz de unhas
- esponja
- removedor de verniz
- cotonete
- saco de plástico

1. First put on a layer of any color polish you want. Let dry for 3 minutes (image 1).

2. Put a bit of another color polish in the plastic bag and dab softly with the sponge (image 2). 3. Start to paint the tips of your nails by dabbing them with the sponge (image 3). 4. Put a bit more polish on the sponge and continue painting in the direction the nail grows 5. Remove any polish from your hands with a cotton swab and nail polish remover. 6. Put on a layer of clear polish to seal in your shading. (image 4).

Note. Remember that practice makes perfect. You'll have great shading in no time!

1. Pintate las uñas del algún color que te guste y espera unos 3 minutos a que se sequen (imagen 1). 2. Coloca un poco de esmalte de otro color en una bolsa de plástico y presiónala suavemente con la esponja. (imagen 2) 3. Empieza a pintarte con la esponja el extremo externo de la uña haciendo un poco de presión (imagen 3) 4. Agarra un poco más de pintura con la esponja y sigue pintando la uña en dirección al crecimiento. 5. Elimina la pintura que se haya pegado en tus dedos con un algodón impregnado en quitaesmalte y espera 3 minutos a que se seque el degradado. 6. Pinta tus uñas con una capa de esmalte transparente para sellar tu degradado y evitar que se borre (imagen 4) **Nota.** Recuerda que se necesita práctica para volverte una experta. Ya verás que poco a poco lograrás un degradado perfecto.

1. Primeiro pinta as tuas unhas com um verniz duma cor que gostes. Deixa secar durante 3 minutos.

2. Coloca um pouco de verniz de outra cor no saco de plástico e pressiona-o levemente com a esponja (imagem 1).

3. Começa a pintar as pontas das tuas unhas. Esfrega-as com a esponja (imagem 2).

4. Pega um pouco mais de verniz com a esponja e segue a pintar na direção em que a unha cresce.

5. Elimina o verniz sobranste das tuas mãos com o cotonete molhado em removedor de verniz.

6. Coloca uma camada de verniz transparente para selar o degradê.

Nota. Lembra que com a prática vais fazer perfeito. Tu vais fazer um ótimo degradê em pouco tempo!

1



2



3



4



Letters on your nails Letras en tus uñas

Letras nas tuas unhas



You will need:

- rubbing alcohol
- glass you don't use
- nail varnish
- scissors
- newspaper

Necesitarás:

- alcohol
- vaso que ya no uses
- esmaltes
- tijeras
- periódico

Vais precisar de:

- álcool
- um copo que já não seja usado mais
- verniz de unhas
- tesoura
- jornal

Note: If you have any cuts or scratches on your fingers, I don't recommend putting "letters on your nails" because you have to use alcohol and it may burn. 1. Paint your nails with the colour you want to use as a background. Let dry a few minutes before starting.

Remember that for the letters to stand out you should use a light colour for the background. 2. Fill the glass halfway with rubbing alcohol.

3. When your nails are dry, put one in the glass of alcohol for 30 seconds (image 1). 4. Cover that nail with the newspaper and press gently for 10 seconds. Be careful not to press too hard (image 2).

5. Pull the newspaper off the nail slowly. The letters will have transferred to your nail.

6. Wait a few minutes and apply a clear topcoat to your nails to protect the letters and make them last longer.

Note. Remember that practice makes perfect. This can be a difficult process in the beginning.

Nota: Si tienes alguna herida en los dedos es mejor que no hagas "letras en tus uñas" ya que se utiliza alcohol y te puede escocer.

1. Pinta tus uñas del color clarito que elijas para usar como fondo. Déjalas secar unos minutos. *Recuerda que necesitas que las letras sean de un color contrastante al del fondo por lo que te recomiendo que el color de base sea claro.* 2. En un vaso agrega alcohol hasta la mitad. 3. Cuando ya estén secas tus uñas sumerge uno de tus dedos en el vaso con alcohol durante 30 segundos. (imagen 2)

4. Envuelve ese dedo en papel de periódico presionando suavemente toda la uña durante 10 segundos. Hazlo con cuidado y no presiones muy fuerte. (imagen 3) 5. Desenrosca el periódico de tu uña lentamente y observa cómo las letras se han quedado impresas en tu uña. 6. Espera unos minutos a que se seque y aplica una capa de esmalte transparente en la uña para que las letras duren más tiempo. (imagen 4)

Nota. Recuerda que se necesitas práctica para volverte una experta. Es un proceso difícil al principio.

Nota: Se tu tens quaisquer cortes ou arranhões nos teus dedos, não recomendamos colocar "letras nas tuas unhas", porque tens que usar álcool e pode arder. 1. Pinta as tuas unhas com a cor que tu queiras usar como fundo. Deixa secar alguns minutos antes de começar. *Lembra que para que as letras destaquem deverás usar uma cor clara para o fundo.* 2. Enche o copo até a metade com álcool. 3. Quando as unhas estejam secas, coloca uma no vidro de álcool durante 30 segundos (imagem 1). 4. Cobre a unha com o jornal e pressiona suavemente por 10 segundos. Deves ter cuidado para não pressionar forte demais (imagem 2). 5. Retira o jornal da unha lentamente. As letras agora estão transferidas para a tua unha. 6. Aguarda alguns minutos e aplica uma camada de acabamento claro nas tuas unhas para proteger as letras e para que duren mais.

Nota. Lembra que com a prática vais fazer perfeito. Isto pode ser um processo difícil no início.

1



2



3



4



Glitter on your nails Purpurina en tus uñas Purpurina nas tuas unhas



You will need:

- hand spa station
- glitter
- nail varnish

Necesitarás:

- centro spa de manos
- purpurina
- esmaltes

Vais precisar de:

- estação spa de mãos
- purpurina
- verniz de unhas

1. Put any glitter you like in the glitter ball (image 1) 2. Paint one nail with your favourite varnish and put it into the hole in the glitter ball immediately. 3. Turn the glitter ball with your other hand and watch how the glitter sticks to your nail, as the varnish hasn't dried yet (image 2). 4. Remove your finger from the glitter ball and let the varnish dry for 2 minutes. Then put on a clear topcoat.

1. Coloca la purpurina del color que más te guste dentro de la bola para purpurina (imagen 1) 2. Píntate una uña con el esmalte que más te guste y rápidamente introdúcelo en el orificio de la bola para purpurina. 3. Gira con tu otra mano la esfera para purpurina y observa como se adhiere la purpurina a tu uña gracias al esmalte que aun no se ha secado. (imagen 2) 4. Retira el dedo de la bola de purpurina, espera unos 2 minutos a que se seque el esmalte y coloca una capa de esmalte transparente.

1. Coloca qualquer purpurina que gostes na bola para purpurina (imagem 1) 2. Pinta uma unha com o teu verniz favorito e, imediatamente, coloca-a dentro do orifício da bola para purpurina. 3. Gira a bola para purpurina com a outra mão e observa como a purpurina gruda na tua unha, graças a o verniz que ainda não secou (imagem 2). 4. Retira o dedo da bola para purpurina e deixa o verniz secar por 2 minutos. Em seguida, coloca um acabamento transparente.

1



2



3



Drying your nails Secado de uñas Secagem das tuas unhas



To dry your nails quickly, put one of your hands into the drying area. Press down and leave for 2 minutes.

Para secar tus uñas rápidamente introduce tus manos

con las uñas recién pintadas en la abertura para secado, presiona hacia abajo y espera 2 minutos. Notarás como sale aire.

Para secar as unhas rapidamente, coloca uma das mãos na área de secagem. Pressiona para baixo e espera por 2 minutos.

Nail Stickers Pegatinas para uñas Autocolantes para unhas

Choose the sticker that best fits the size of your nail. Press it on with your finger. Make sure that aren't any air bubbles. Cut off any extra sticker. Use the file to even out your nail. Always file with a downward motion.

Elige la pegatina que mejor se adapte al tamaño de tu uña. Colocala sobre la uña y presiona con el dedo procurando que no queden burbujas de aire. Corta lo que sobre de la pegatina. Usa la lima para ayudar a dejar la uña recta, lima siembre hacia abajo.

Escolhe o autocolante que melhor se adapta ao tamanho da tua unha. Pressiona-o com o dedo. Deves ter certeza de que não existem quaisquer bolhas de ar. Recorta a parte sobrando do autocolante. Usa a lima para aparar a unha. Lima sempre com um movimento descendente.

Massages Masajes Massagens

It's very important to pamper and care for your hands. Here are some recipes to help you. The best hand treatment starts with an exfoliating mask and then continues with a hydrating mask.

Para un buen cuidado de tus manos es muy importante que

sigas algunos tratamientos.

A continuación te presentamos algunas recetas para realizar tus propios tratamientos.

Un buen tratamiento de manos inicia con un masaje con una mascarilla de exfoliación y sigue con una mascarilla hidratante.

É muito importante para mimar e cuidar das tuas mãos. Aqui tens algumas receitas para ajudar-te. O melhor tratamento de mãos começa com uma máscara esfoliante e, em seguida, continua com uma máscara hidratante.

Exfoliation Exfoliación Máscara esfoliante



Ingredients:

- 4 spoonfuls of sugar,
- 1 spoonful of plain yogurt.
- bowl

Ingredientes:

- 4 cucharadas de azúcar,
- 1 cucharada de yogur natural.
- recipiente

Ingredientes:

- 4 colheres de açúcar,
- 1 colher de sopa de iogurte natural.
- Mistura devagar no teu recipiente.

Remember to prepare your workspace for a more relaxing experience.

Roll up a towel and put it on the table for your friend to rest her arm on.

1. Mix all of the ingredients in your bowl.
2. Wash your friend's hands with antibacterial gel before applying the mask to remove any impurities.
3. Apply the exfoliating mask to your friend's skin with a circular massage on both sides of her hand to make sure the exfoliating mask soaks in properly. Massage her fingers one by one and pull on them gently one at a time.
4. Wait 3 minutes and remove the mask with cold water and a sponge. Dry with a clean towel.

Prepara tu ambiente spa encendiendo las velas y la música relajante de tu centro spa de manos.

Coloca una toalla enrollada sobre la mesa para que tu amiga pueda poner su brazo.

1. Limpia bien tus manos antes de empezar.
2. Mezcla en tu recipiente todos los ingredientes de la mascarilla exfoliante.
3. Aplica la mascarilla exfoliante en la piel de tu amiga o amigo masajeadando con movimientos circulares tanto la parte superior de la mano como la inferior. A su vez masajea suavemente los dedos uno por uno.
4. Deja reposar la mascarilla sobre la piel durante 3 minutos para que se absorba. Después retírala frotando con una esponja suave y agua fría. Finalmente seca la piel con una toalla limpia.

Lembra de preparar o teu espaço de trabalho para conseguir uma experiência relaxante. Enrola uma toalha e coloca-a sobre a mesa para que a tua amiga possa descansar o braço.

1. Mistura todos os ingredientes no teu recipiente.
2. Lava as mãos da tua amiga com o gel antibacteriano antes de aplicar a máscara para retirar quaisquer impurezas.
3. Aplica a máscara esfoliante para a pele da tua amiga com uma massagem circular em ambos os lados da mão para garantir que a máscara esfoliante seja absorvida corretamente. Massageia os seus dedos um a um e puxa-os delicadamente um de cada vez.
4. Espera 5 minutos e retira a máscara com água fria e uma esponja. Seca com uma toalha limpa.

www.sweetcarespa.com



Moisturizing Hidratación

Máscara hidratante



Ingredients:

- half a small avocado
- juice of half a lemon
- 2 spoonfuls of yogurt
- relaxing stones
- towel

Ingredientes:

- medio aguacate
- jugo de medio limón
- 2 cucharadas de yogur
- piedras relajantes
- toalla

Ingredientes:

- metade dum abacate
- metade dum limão
- 2 colheres de sopa de iogurte
- pedras relaxantes
- toalha

1. Put the hydrating mask on the top of her hand and forearm. Massage into the skin of the hand and halfway up the forearm. 2. Wrap her hands in a towel with warm water for 5 minutes. This will help the mask soak into the skin. 3. Massage her hands as you remove the mask with cold water and then pat them dry. Now generously apply moisturiser to her hands and forearms. (Because the mask has lemon juice, make sure you rinse it off well and don't go out in the sun with it on, as lemon juice can stain the skin.) 4. Move her hand up and down approximately 6 times. Massage her forearm by sliding your hands up and down gently. Turn her hand palm up and repeat. 5. Massage her hand with both thumbs using circular motions without pressing too hard. 6. Then put your thumbs together and make straight and zigzag motions horizontally on her hand to help boost circulation. 7. Put one of your friend's fingers between your index and middle fingers and pull gently. 8. Repeat with her other fingers, one at a time. 9. You can also massage her forearm with your thumbs in zigzag and horizontal motions. Remember you can use your relaxing stones to massage. 10. To finish, massage her forearm up and down again. 11. Repeat with the other arm.

1. Primero coloca la mascarilla hidratante en la parte superior de la mano y la mitad del ante-

brazo. Masajea de manera que puedas extender la mascarilla desde la mano hasta la mitad del antebrazo. 2. Agarra una toalla mojada con agua tibia y envuelve las manos en ella durante 5 minutos. Esto hará que la mascarilla hidratante penetre más en la piel de las manos. 3. Retira la mascarilla con agua fría y seca con una toalla dando pequeños golpecitos. (Debido a que esta mascarilla tiene limón, debes enjuagarte bien la piel y no exponerte al sol mientras la tienes puesta ya que el limón mancha la piel.) 4. Después coloca crema hidratante en las manos y en el antebrazo haciendo un ligero masaje. 5. Mueve la mano hacia arriba y hacia abajo unas 6 veces. 6. Masajea el antebrazo deslizando suavemente tus manos hacia arriba y hacia abajo. 7. Gira su brazo para que la palma de la mano quede hacia arriba y repite el movimiento. 8. Masajea la mano con ambos dedos pulgares haciendo movimientos circulares sin presionar demasiado. 9. Coloca un dedo de tu amiga en medio de tu dedo índice y medio y tira de él suavemente. Haz esto con todos los dedos de uno en uno. 10. Para terminar el masaje de una mano vuelve a agarrar el antebrazo y masajea de arriba a abajo. 11. Repite todo en el otro brazo.

1. Coloca a máscara hidratante na parte superior da mão e do antebraço. Massageia a pele da mão e da metade superior do

antebraço. 2. Envolve as mãos numa toalha com água morna por 5 minutos. Isso ajudará a que a máscara penetre na pele. 3. Massageia as suas mãos quando retirar a máscara com água fria e em seguida seca-as. Agora aplica generosamente creme hidratante nas suas mãos e antebraços. 4. (Devido a que a máscara tem sumo de limão, debes enxaguar muito bem e não sair no sol com ela posta, porque o sumo de limão pode manchar a pele.) 5. Move a mão para cima e para baixo umas 6 vezes. Massageia o seu antebraço, a deslizar as mãos suavemente para cima e para baixo. Gira o seu braço com a palma da mão para cima e repete. 6. Massageia a sua mão com os dois polegares, com movimentos circulares, sem pressionar muito forte. Em seguida, coloca os polegares juntos e faz movimentos em linha reta e ziguezague horizontalmente sobre a mão para ajudar a melhorar a circulação. 7. Coloca um dos dedos da tua amiga entre os teus dedos indicador e o médio e puxa delicadamente. Repete com os outros dedos, um de cada vez. 8. Também podes massagear o seu antebraço com os polegares em movimentos de ziguezague e horizontais. 9. Lembra que podes utilizar as tuas pedras relaxantes para a massagem. 10. Para terminar, massageia o antebraço para cima e para baixo novamente. 11. Repete com o outro braço.

Fake nails **Uñas postizas** **Unhas postiças**

1. Clean your nails quickly to get rid of any dust or varnish so that the nail will stick properly. 2. Cut off a square of the double-sided tape the size of the nail. 3. Remove the plastic on one side of the tape and stick on the back of the fake nail. 4. Remove the plastic from the other side of the tape and stick the fake nail to your own. 5. Have fun decorating your fake nails! 1. Limpia tus uñas ligeramente para eliminar polvo o residuos de esmalte y la uña pegue mejor. 2. Recorta un cuadrado de la cinta doble

cara que se acople al tamaño de la uña postiza. 3. Remueve una capa protectora de la cinta doble cara y pégalo debajo de la uña. 4. Despega la otra capa protectora de la cinta doble cara y pega la uña de plástico sobre tu uña tu dedo. 5. ¡Diviértete decorando tus uñas postizas! 1. Limpa as unhas rapidamente para eliminar qual-

quer poeira ou verniz e deste modo as tuas unhas vão ficar melhor. 2. Recorta um quadrado de fita adesiva de dupla face do tamanho da unha. 3. Retira o plástico protetor dum lado da fita e cola na parte de trás da unha postiza. 4. Retira o plástico protetor do outro lado da fita e cola a unha postiza na tua unha. 5. Diverte-te a decorar as tuas unhas postizas!



Tips **Consejos** **Conselho**

- File nails in one direction. This will help make them stronger and break less. - If you always like to wear nail varnish, try to go without at least one day a week. This will help prevent yellowing. Never forget to use a basecoat. - Almond oil is very good for the cuticles. Try to use it once a day. - Always shake varnish before applying. - When you remove varnish, hold a cotton ball with nail varnish remover (without acetone, as it makes nails brittle) on the nail for 30 seconds and then slide it off. This will help you avoid staining fingers with nail varnish. - Remember to always use clean tools and to wash your hands and workspace. - Put moisturiser on your nails before painting. - A healthy diet is very important for strong nails. - Eat gelatine often. It helps nails grow faster and stronger. - Don't wash your hand spa station or the candles under the tap as they have electronic parts. Use a damp cloth. - Always turn off when not in use. - Intenta trabajar en un lugar des-

pejado, tener siempre tus utensilios limpios, así como las manos lavadas. - Ponte crema hidratante antes de pintarte con esmalte las uñas. - Lima tus uñas en una sola dirección, de esta manera las fortalecerás y se romperán menos. - Intenta al menos un día a la semana quitarte la pintura de las uñas y dejarlas al natural. - Antes de aplicarte un esmalte agita el bote durante unos segundos. - Siempre aplica una capa de esmalte transparente sobre tus uñas antes de pintarte las uñas con color. - El aceite de almendras es muy bueno para cuidar las cutículas, puedes ponerte un poquito sobre las uñas una vez al día. - Para quitarte el esmalte de uñas usa quitaesmaltes sin acetona. - Es muy importante la alimentación para tener uñas más fuertes. - No laves el centro spa de manos o las velas bajo el chorro de agua, usa un trapo húmedo. - Siempre apaga el juguete si no lo utilizas. - Siempre que manipules sustancias tales como cremas, esmaltes, quitaesmaltes u otros evita el contacto con los ojos, boca y nariz.

- Lima as unhas numa única direção. Isso ajudará a torná-las mais fortes e a quebrar menos. - Se tu gostas de usar sempre verniz de unhas, tenta não usá-lo pelo menos um dia na semana. Isso ajudará evitar que elas fiquem amarelas. Nunca esqueças de usar uma camada de base. - O óleo de amêndoa é muito bom para as cutículas. Tenta utilizá-lo uma vez por dia. - Agita sempre o verniz antes de utilizá-lo. - Para retirar o verniz, pressiona nas unhas com uma bola de algodão molhado em removedor de verniz (sem acetona, pois torna as unhas quebradiças), durante 30 segundos, e depois esfrega até que desapareça. Isto vai te ajudar a evitar sujar os teus dedos com verniz de unhas. - Lembra de usar sempre utensilios limpos e lavar as mãos e o espaço de trabalho. - Coloca creme hidratante nas tuas unhas antes de pintá-las. - Uma dieta saudável é muito importante para ter umas unhas fortes. - Come gelatina frequentemente. Isso ajuda as unhas crescerem mais rápido e mais fortes.

Safety Seguridad Segurança

-If you experience any discomfort with any treatment, moisturiser or massage stop immediately and remove the treatment with water. If it continues, consult a specialist. -Any time you use substances like creams, nail varnish, etc., avoid contact with eyes. -If you suffer from allergy to any ingredient of the recipes, please do not use them. Stop to use if allergic reaction appears and consult your doctor. -Si padece de alergia a alguno de los ingredientes de las recetas, por favor no los use. Suspnda su uso si se presenta alguna reaccin alrgica y consulte a su mdico. - Si sientes al-

guna molestia con el uso de algun tratamiento, crema o masaje, para de realizar la actividad y quita el tratamiento con agua. Si la molestia persiste, consulta con mdico especialista. -No laves a tua estaoa spa de mos ou as velas debaixo da torneira, pois tm peas electrnicas. Usa um pano hmido. -Sempre desliga-a quando nm estiver em uso. -No enchas os orifcios da tua estaoa spa de mos mais do que a meta-de para evitar o transbordamento de lquido.

Batteries Pilas Pilhas

Each candle uses 3 x "Ag10" battery 4.5V (included)

Cada vela utiliza 3 x "Ag10" pilas de 4.5V (Incluidas)

Cada vela usa 3 x "Ag10" pilhas de 4.5V incluídas

3 Batteries "AA" 1,5Vcc
Not included / Read the enclosed instruction manual

3 Pilas "AA" 1,5Vcc
Not included / Lea el manual de instrucciones incluido

3 pilhas "AA" de 1,5 Vcc
Pilhas no incluídas / Leia as instrues de operao incluídas

WARNING:

INFORMATION ON BATTERIES

⚠ Hold on to this information for future reference. Batteries must always be changed by an adult.

ADVERTENCIA:

INFORMACIN SOBRE LAS PILAS

⚠ Conserva esta informacin para referencias futuras. Las pilas deben ser cambiadas por un adulto.

ATENAO:

INFORMAO SOBRE AS PILHAS

⚠ Conserva esta informao para futuras referncias. As pilhas sempre devem ser trocadas por um adulto.

In order to change the batteries of the candles and product:

- 1) Use a Phillips-head screwdriver to remove the screw on the battery compartment, turning to the left.
- 2) Batteries are to be inserted with the correct polarity.
- 3) Put the lid back on and close it properly, inserting the screw and using the screwdriver to turn it to the right this time.

- 1) Follow the instructions carefully. Only use recommended batteries. 2) Remove batteries from the toy when not in use for long periods of time. 3) The supply terminals are not to be short-circuited. 4) If you have problems with the toy, restart it by switching it off and then on again, or by removing and re-inserting the batteries. 5) RECHARGEABLE BATTERIES: Do not combine with other types of batteries. 6) Non-rechargeable batteries are not to be recharged. 7) Rechargeable batteries are to be removed from the toy before being charged. 8) Rechargeable batteries are only to be charged under adult supervision. 9) Different types of batteries or new and used batteries are not to be mixed. 10) Batteries are to be inserted with the correct polarity. 11) Exhausted batteries are to be removed from the toy. 12) As with any small objects, batteries must be kept out of reach of children. 13) Do not destroy batteries in a fire, as they may explode or leak. If ingested, contact a doctor immediately.

Contact local authorities to dispose of batteries properly.

Para cambiar las pilas de las velas y del producto:

- 1) Usa un destornillador de cruz para quitar el tornillo que sujeta la puerta del compartimento de las pilas, giralo hacia la izquierda.
- 2) Coloca las pilas nuevas respetando la polaridad + y - inscrita en el compartimiento.
- 3) Coloca la tapa y ciérralo correctamente usando el tornillo y el destornillador, esta vez giralo hacia la derecha.

- 1) Sigue cuidadosamente las instrucciones. Utiliza sólo las pilas recomendadas y colócalas respetando la polaridad + y - inscrita en el juguete. 2) Retira las pilas del juguete en caso de que éste quede inactivo por largos periodos. 3) No origines corto circuitos en las terminales del compartimento de las pilas. 4) Si el juguete presenta fallos, reinicialo encendiéndolo y apagándolo, o bien sacando y reinsertando sus pilas. 5) PILAS RECARGABLES: No combinar con otras tipologías de pilas. 6) Las pilas no recargables no deben recargarse. 7) Las pilas recargables deben sacarse del juguete para poder cargarse. 8) Las pilas recargables deben ser cargadas solo bajo la supervisión de un adulto. 9) Diferentes tipos de pilas, o pilas nuevas y viejas no deben ser mezcladas. 10) Las pilas deben ser colocadas respetando su correcta polaridad. 11) Las pilas agotadas deben ser retiradas del juguete. 12) Al igual que con cualquier objeto pequeño, las pilas deben mantenerse fuera del alcance de los niños. 13) No destruir pilas en el fuego, ya que pueden explotar o tener fugas. Si se ingieren, póngase en contacto con un médico inmediatamente. Póngase en contacto con las autoridades locales para desechar las pilas correctamente.

- 1) Utiliza uma chave de fenda Phillips para tirar o parafuso do compartimento das pilhas, girar à esquerda. 2) Coloca as pilhas segundo a polaridade + e - como se vê no interior do compartimento. 3) Coloca a tampa de volta e fecha-a corretamente com o parafuso e a chave de fenda, desta vez gira-o à direita.

- 1) Segue as instrues cuidadosamente. Utiliza apenas as pilhas recomendadas e coloca-as segundo a polaridade + e - como se vê no brinquedo. 2) No mistures pilhas velhas com novas, nem pilhas alcalinas com pilhas padrão (carvão-zinco) ou pilhas recarregáveis (níquel-cádmio). 3) Retira as pilhas velhas do brinquedo. 4) Retira as pilhas do brinquedo quando não estiver em uso por longos períodos de tempo. 5) Não produzas curto-circuitos nos terminais do compartimento das pilhas. 6) Se tiveres problemas com o brinquedo, reinicia-o. Desliga e liga de novo o brinquedo, ou retira e volta a colocar as pilhas. 7) PILHAS RECARGÁVEIS: Não as combines com outro tipo de pilhas. Pede ajuda a um adulto para recarregá-las. 8) Não tentes recarregar as pilhas não recarregáveis. 9) Retira as pilhas recarregáveis do brinquedo para recarregá-las. 10) Do mesmo modo que com quaisquer outros objetos pequenos, as pilhas devem ser mantidas fora do alcance das crianças. 11) Não destruas as pilhas no fogo, já que poderiam explodir ou vazarem. Em caso de ingestão, contacta imediatamente com um médico. Contacta as autoridades locais para deitar fora as pilhas de maneira adequada.



For / Para:



I invite you to my Spa party !
 ¡ Te invito a mi fiesta Spa !
 Convido-te para a minha festa Spa!

It will celebrate on / Se celebrará / Irá ser celebrada

hour/hora day/día month/mes/mês



www.sweetcarespa.com



amEurop

Global Ameurop, S.L.
 Entenza 332-334 08029
 Barcelona Spain
www.ameurop.com

