

ROESELARE / Gezondheid

“Face yoga is niet zweverig, zoals veel mensen denken”: Soy Bean Sisters Inge (47) en Charlotte (42) stimuleren je natuurlijke schoonheid



De yogazussen Deceuninck: Inge (47) en Charlotte (42). © stefaan beel stefaan beel



Redactie KW

13:35

Deze zomer bundelen Inge Deceuninck (47), oprichter van de Natural Face Lifting Academy, en haar zus Charlotte (42), zaakvoerster van restaurant Zaag en Zeef, de krachten in Roeselare. Onder de naam 'The Soy Bean Sisters' organiseren ze workshops face yoga waarvan enkele gecombineerd worden met een kookdemo gezonde voeding.

Inge Deceuninck is kinesist van opleiding, maar enkele jaren geleden verdiepte ze zich in massagetechnieken die het gelaat verjongen en de huid verbeteren, waaronder face yoga. Met haar zaak Natural Face Lifting Academy laat Inge schoonheidsspecialisten kennismaken met deze technieken, maar deze zomer lanceert ze enkele workshops om ook het grote publiek hiermee kennis te laten maken. “Door het verouderingsproces krijgen we allemaal rimpels, maar we kunnen hier iets aan doen”, vertelt Inge. “Via face yoga werken we actief op de huid en het spier- en bindweefsel. Face yoga is dus niet zweverig, zoals veel mensen denken. Deze massagetechnieken zijn volledig wetenschappelijk onderbouwd”, aldus Inge.

“Schoonheid komt van binnenuit. Je moet niet enkel de buitenkant plamuren, je moet ook aan de binnenkant werken”

“Face yoga werkt niet alleen tegen rimpels, het is ook een manier van ontstressen. Mensen houden veel spanning vast in het gezicht en daarom besteden we veel aandacht aan ademhaling en rekbewegingen die de doorstroming van voedingsstoffen bevordert.”

Elke donderdag van juli en augustus kan je in restaurant Zaag & Zeef deelnemen aan workshops face yoga. “Fillers en botox-injecties zijn alomtegenwoordig en ik wil alternatieven aanreiken. Ik organiseer wekelijks workshops face yoga en onder de naam ‘The Soy Bean Sisters’ organiseer ik samen met mijn zus Charlotte drie ‘speciale’ workshops waarbij we deze natuurlijke massagetechnieken koppelen aan gezonde voeding. We werken op de weefsels in en stimuleren de cellen van binnenuit.”