

I. LIDSKÉ TĚLO A JEHO NEJVĚTŠÍ ORGÁN – KŮŽE	9
Pokožka	12
Přídavné orgány kůže	13
Stárnutí organismu – věda má přesné údaje	16
Alergie	23
II. PÉČE O POKOŽKU RUKOU	29
Ruce a péče o ně	29
III. PŘÍRODNÍ NEHTY	33
Rozdělení nehtů podle kvality = diagnostika nehtu	34
IV. POSTUPY PÉČE O RUCI	41
Manikúra mokrá	42
Manikúra suchá	43
Šetrná péče o přírodní nehty	51
V. EXKLUZIVNÍ PÉČE O RUCI A NEHTY	57
Parafinový zábal	57
Omlazení pokožky rukou	58
Lázeňská péče o ruce	62
VI. MODELÁŽ NEHTŮ	77
LEPIT NÁHRAŽKU NEHTU NEBO JEJ SKUTEČNĚ PRODLOUŽIT?	77
UMĚLÉ ZPEVNĚNÍ A PRODLUŽOVÁNÍ PŘÍRODNÍCH NEHTŮ U NÁS	82
Nástroje a pomůcky	82
ZNÁMÉ METODY MODELÁŽE NEHTŮ	88
Akrylová metoda, Fiberglas/hedvábí, UV gely	88
Předem připravený nehet	99
Odrůstání hmoty = doplňování nehtů	112
Vše v jednom	114
PAPÍROVÉ SMIRKOVÉ PILNÍKY	120
Použití, údržba a popis	120
TVRDOKOVOVÉ FRÉZY PRO MODELÁŽ NEHTŮ	124
Použití, údržba a popis	124
VADY NA NEHTECH PŘI DOPLNĚNÍ	132
Jak vypadají modelované nehty klientek, které přijdou na doplnění?	132
NĚCO BLIŽŠÍHO O UV ZÁŘENÍ	137
PORADENSTVÍ K MODELÁŽI NEHTŮ	141

VII. PŘEHLED POUŽITÍ UV GELŮ	149
Použití UV gelů na různé typy přírodních nehtů	149
VIII. NAIL ART – UMĚNÍ NA NEHTECH	161
Popis některých postupů	161
IX. DEPILACE TĚLA, TRPYTIVÉ ZDOBENÍ	185
Výrobky pro depilaci	186
Zdobení těla – Temptoo tetování	191
X. HYGIENICKÉ PŘEDPISY A ZÁSADY	197
XI. NEMOCI NEHTŮ NA RUKOU	209
Rozlišení změn na přírodních nehtech	209
XII. CHCEME ZAČÍT PODNIKAT	233
Vše co byste měli vědět před tím, než začnete podnikat	233
XIII. PŘEDSTAVA OBCHODNÍHO ÚSPĚCHU	257
XIV. OTÁZKY A ODPOVĚDI	269
Otázky z oblasti péče o ruce, přírodní nehty a modeláže nehtů	269
XV. SOUTĚŽE V OBORU MANIKÚRA A MODELÁŽ NEHTŮ	285
Kritéria pro soutěže	285
Historie soutěží mistrovství Nail Designu v České Republice	291
XVI. ČLÁNKY	309
Články z Novin pro profesionály z oboru a další	309
XVII. NĚCO MÁLO O NÁS SAMOTNÝCH	329
XVIII. PRO ZDRAVÍ	345
XIX. KOSMETICKÉ VÝROBKY	357
Stručně o směrnici EU o kosmetických výrobcích a testování kosmetiky	357
XX. HISTORIE PÉČE O TĚLO	365
O autorce	372
Klientská karta	373
Poděkování	375