

Yogi Tea Chai Noir 17 sachets

EAN: 4012824400641 FABRICANTE: YOGI TEA



Infusion ayurvédique d'épices au thé noir, gingembre et cannelle. Il se déguste de préférence sucré et avec un peu de lait ou une alternative végétale.

LA DESCRIPTION

Yoga de la Conscience :

Asseyez-vous dans une position confortable avec les jambes croisées. Étendez vos bras sur les côtés, en les gardant parallèles au sol. Fermez les poings et serrez les doigts comme des griffes de lion. Croisez vos poignets au-dessus de votre tête, puis ramenez vos bras sur vos côtés, en alternant droite sur gauche, puis gauche sur droite. Effectuez ces mouvements avec énergie et rythme pendant 3 minutes.

Ensuite, sortez complètement votre langue de votre bouche et continuez à bouger vos bras pendant une minute supplémentaire. Cet exercice vous aidera à augmenter votre conscience et votre connexion avec votre corps. Une fois terminé, détendez-vous et respirez profondément.

Quelle est la composition du Yogi Tea Black Chai ?

- thé noir
- Gingembre
- Cannelle
- Anis
- Rooibos
- chicorée torréfiée
- Poivre noir
- Clou
- huile de cannelle
- huile de gingembre

Infusion Bio et Vegan.

