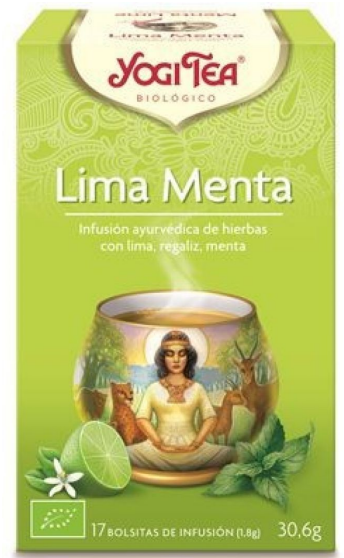


## Yogi Tea Menthe et Citron vert 17 sachets

EAN: 4012824400535 FABRICANTE: YOGI TEA



*Infusion ayurvédique au citron vert, réglisse et menthe. Infusion vivifiante.*

### LA DESCRIPTION

Si vous voulez vous rafraîchir l'esprit, vous pouvez essayer cette pratique **de yoga assis** :

Trouvez une position confortable et asseyez-vous droit avec les jambes croisées. Joignez vos mains à hauteur de poitrine, en gardant vos avant-bras parallèles au sol.

Commencez à tourner votre torse et dirigez-vous vers la gauche, puis vers la droite. Inspirez en tournant vers la gauche et expirez en tournant vers la droite. Sentez comment votre colonne vertébrale se déplace en douceur à chaque tour.

Continuez à pratiquer ce mouvement de rotation pendant 1 à 3 minutes, en maintenant un rythme régulier et fluide. Lorsque vous inspirez et expirez, permettez à votre respiration d'être profonde et consciente, en vous connectant à chaque mouvement.

Cette pratique de torsion de la colonne vertébrale aide à rafraîchir votre esprit en relâchant les tensions et en favorisant la circulation de l'énergie dans votre corps. Aussi, se concentrer sur votre respiration vous aide à calmer votre esprit et à retrouver un état de plus grande sérénité.

### Quelle est la composition du Yogi Tea Menthe et Citron Vert ?

- Réglisse
- Chaux
- Menthe poivrée
- Menthe poivrée
- Cardamome
- jus de citron déshydraté
- Curcuma
- Gingembre
- Cannelle
- Clou
- Poivre noir

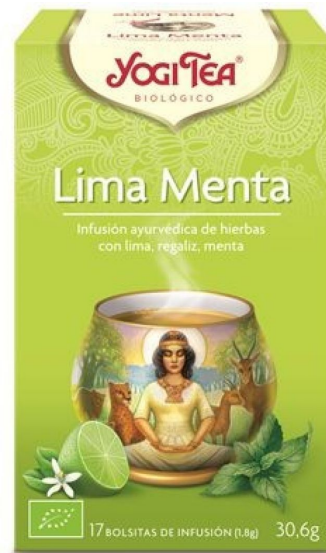
Prix valables sauf modifications sur notre site internet. (IVA/TVA) incluse. Doc. Version bf-trf-G-20241116  
<https://bio-farma.es/acheter/ff/yogi-tea/yogi-tea-menthe-et-citron-vert-17-sachets>





## Yogi Tea Menthe et Citron vert 17 sachets

**EAN:** 4012824400535    **FABRICANTE:** YOGI TEA




Infusion bio et vegan.

Contient de la réglisse : les personnes souffrant d'hypertension doivent éviter une consommation excessive.

Prix valables sauf modifications sur notre site internet. (IVA/TVA) incluse. Doc. Version bf-trf-G-20241116  
<https://bio-farma.es/acheter/f/yogi-tea/yogi-tea-menthe-et-citron-vert-17-sachets>

<https://bio-farma.es> - [info@bio-farma.es](mailto:info@bio-farma.es)

C/ Vermell, 20 3r 3a - 17252  
St. Antoni de Calonge (Girona) Spain

 +34 696 79 77 77

