

Yogi Tea Black Chai 17 bustine

EAN: 4012824400641 FABRICANTE: YOGI TEA



Infuso ayurvedico di spezie con tè nero, zenzero e cannella. Si gusta al meglio dolcificato e con un po' di latte o un'alternativa vegetale.

DESCRIPCIÓN

Coscienza Yoga:

Siediti in una posizione comoda con le gambe incrociate. Allunga le braccia ai lati, tenendole parallele al suolo. Fai i pugni con le mani e stringi le dita come artigli di leone. Incrocia i polsi sopra la testa, poi riporta le braccia lungo i fianchi, alternando il destro al sinistro, poi il sinistro al destro. Esegui questi movimenti con energia e ritmo per 3 minuti.

Quindi, estrai completamente la lingua dalla bocca e continua a muovere le braccia per un altro minuto. Questo esercizio ti aiuterà ad aumentare la consapevolezza e la connessione con il tuo corpo. Una volta completato, rilassati e fai un respiro profondo.

Qual è la composizione di Yogi Tea Black Chai?

- tè nero
- Zenzero
- Cannella
- anice
- Rooibos
- cicoria arrosto
- Pepe nero
- Chiodo
- olio di cannella
- olio di zenzero

Infuso Bio e Vegano.

