

Yogi Tea Chlorella Menta 17 bustine

EAN: 4012824404885

FABRICANTE: YOGI TEA



Infuso di erbe ayurvediche con clorella, menta e citronella.

DESCRIPCIÓN

Se vuoi ottenere **nuova energia attraverso la meditazione**, puoi provare questa pratica:

Sedetevi in una posizione comoda, con le gambe incrociate e la schiena dritta. Estendi entrambe le braccia in avanti, all'altezza del petto.

Fai un pugno con la mano destra e avvolgi la mano sinistra attorno a quel pugno, assicurandoti che i pollici siano uniti e sollevati. Dirigi lo sguardo verso la punta dei pollici.

Inizia inspirando profondamente per 5 secondi, quindi espira per altri 5 secondi. Dopo aver espirato, trattieni il respiro per 15 secondi prima di ispirare di nuovo.

Continua questo ciclo di respirazione per 3-5 minuti, concentrandoti sulla connessione tra il tuo respiro e la posizione delle tue mani.

Questa pratica meditativa ti aiuterà a ricaricare le tue energie e a ritrovare uno stato di calma e lucidità mentale. La combinazione di respirazione consapevole e posizione delle mani fornisce un'ancora per la tua attenzione e ti consente di concentrarti sul presente.

Qual è la composizione di Yogi Tea Chlorella Mint?

- Menta piperita
- citronella
- Liquirizia
- Basilico
- Balsamo
- ibisco bianco
- foglie di moringa
- Lime
- Clorella
- Baobab
- Ortica





Yogi Tea Chlorella Menta 17 bustine

EAN: 4012824404885 **FABRICANTE:** YOGI TEA



Infuso bio e vegano.

Precios válidos salvo cambios en nuestra web. IVA incluido. Doc. Version bf-trf-G-20241115
<https://bio-farma.es/acquistare/f/yogi-tea/yogi-tea-chlorella-menta-17-bustine>

<https://bio-farma.es> - info@bio-farma.es

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

 +34 696 79 77 77

