

Yogi Tea Energy Tè verde 17 bustine

EAN: 4012824401952 FABRICANTE: YOGI TEA



Infuso ayurvedico di tè verde con guaranà, zenzero e fiori di sambuco.

DESCRIPCIÓN

Il tè verde in questa infusione riceve un tocco speciale con la verbena al limone fruttata, i fiori di sambuco e un pizzico di zenzero, guaranà ed estratto di kombucha.

Se stai cercando una **posa yoga per aumentare la tua energia**, ti consiglio di provare la posa dell'arciere. Segui questi passi:

Inizia in piedi in una posizione comoda, mantenendo il corpo dritto. Ruota il piede destro in avanti e il piede sinistro in fuori, creando un'apertura sui fianchi. Assicurati di mantenere l'equilibrio.

Piega il ginocchio destro, portando il peso del tuo corpo su quella gamba. Chiudi il pugno destro, con il pollice teso e rivolto verso l'alto. Estendi il braccio destro, allineando l'unghia del pollice con gli occhi.

Immagina di tenere un arco nella mano destra, mentre la corda dell'arco viene tirata indietro con la mano e il braccio sinistro. Visualizza il tuo obiettivo o bersaglio immaginario di fronte a te.

Respira lentamente e profondamente mentre ti concentri sul tuo obiettivo. Mantieni questa posizione per 1-3 minuti, sentendo la forza e la determinazione in ogni respiro. Mantieni la tua mente concentrata e il tuo corpo stabile.

Poi cambia lato. Ruota il piede sinistro in avanti e il piede destro in fuori. Ripeti la sequenza, piegando il ginocchio sinistro ed estendendo il braccio sinistro come se stessi tenendo un arco. Ancora una volta, mantieni la posizione per 1-3 minuti respirando consapevolmente.

Archer's Pose è un ottimo modo per coltivare un senso di potere e concentrazione. Mentre pratichi regolarmente questa posa, noterai un aumento della tua energia e concentrazione nella tua vita quotidiana.

Qual è la composizione del tè verde Yogi Tea Energy?

- Tè verde (65%)
- citronella
- Guaranà (7%)



Yogi Tea Energy Tè verde 17 bustine

EAN: 4012824401952 **FABRICANTE:** YOGI TEA



- Menta piperita
- Fiori di sambuco (3%)
- Zenzero(2,5%)
- Aroma naturale di fragola
- Pepe nero
- Bevanda Kombucha disidratata
- olio di bergamotto
- verbena di limone
- olio essenziale di limone
- vaniglia in baccello
- aroma naturale di vaniglia
- Estratto naturale di frutto della passione

Infuso bio e vegano.

