

Yogi Tea Respirazione 17 bustine

EAN: 4012824401020 FABRICANTE: YOGI TEA



Infuso di erbe ayurvediche con eucalipto, basilico e timo. Aiuta a liberare le vie respiratorie.

DESCRIPCIÓN

Vuoi una sequenza di Yoga facile per aprire i tuoi polmoni?

Stare con i piedi divaricati alla larghezza dei fianchi:

1. Inspira profondamente mentre alzi le braccia dritte sopra la testa e inarchi leggermente la schiena.
2. Espira completamente mentre ti pieghi in avanti, portando le braccia verso il pavimento e il petto verso le gambe. Questa posizione è chiamata Uttanasana o piegamento in avanti.
3. Continua a ripetere questo movimento di inspirazione mentre alzi le braccia e inarchi leggermente la schiena, ed espiro mentre ti pieghi in avanti, per 1-3 minuti.
4. Quindi torna in posizione eretta, mantenendo la schiena dritta e le braccia rilassate lungo i fianchi.
5. Fai diversi respiri profondi mentre ti rilassi in questa posizione.

Qual è la composizione di Yogi Tea Respiration?

- Eucalipto
- Liquirizia
- Zenzero
- Basilico
- Cardamomo
- Cannella
- verbasco
- Erba medica
- Finocchio
- Timo
- enula
- Estratto di vaniglia
- Chiodo
- Pepe nero
- vaniglia in baccello

Precios válidos salvo cambios en nuestra web. IVA incluido. Doc. Version bf-trf-G-20241124
<https://bio-farma.es/acquistare/f/yogi-tea/yogi-tea-respirazione-17-bustine>



Yogi Tea Respirazione 17 bustine

EAN: 4012824401020 **FABRICANTE:** YOGI TEA



Questo infuso è Bio e vegano.

Contiene liquirizia: le persone che soffrono di ipertensione dovrebbero evitare un consumo eccessivo.

