

## Yogi Tea Harmonia Interior 17 Filtres

EAN: 4012824403789    FABRICANTE: YOGI TEA



*Infusió Ayurvèdica d'herbes amb melissa, rooibos i canyella. Aquesta infusió és calmant, meditativa i equilibrant.*

### DESCRIPCIÓ

Seu còmodament amb les cames creuades. Estén els braços cap endavant, mantenint-los rectes i fermes. Tanca els punys i assegura't que els palmells de les mans estiguin cap avall. A l'alçada del centre del teu pit, comença a girar els punys en petits cercles. El puny dret ha de girar en direcció a les agulles del rellotge, mentre que el puny esquerre ha de girar en direcció contrària. Mantingues els colzes estesos i els punys ben tancats. També pots moure els omòplats i els músculs sota les espatlles per alliberar tensions. Continua amb energia aquesta rutina durant 2 minuts, respirant profundament pel nas.

### Quina és la composició de Yogi Tea Harmonia Interior?

- Melissa
- Rooibos
- Regalèssia
- Canyella
- Closca de cacau
- Alfàbrega
- Menta pipereta
- Flors de camamilla
- Romero
- Pebre negre
- Fonoll
- Flors de lavanda

Infusió Bio i Vegana.

