

Yogi Tea Home Energia 17 Bossetes

EAN: 4012824406094 FABRICANTE: YOGI TEA



Infusió ayurvèdica d'herbes amb gingebre, ginseng i xile. Aquesta infusió d'herbes aromàtiques i espècies torrades proporciona vigor i energia.

DESCRIPCIÓ

loga senzilla per purificar el cos :

Seu a terra amb les cames esteses davant teu. Col·loca les mans just darrere dels genolls i suaument roda enrere, mantenint les cames rectes però sense doblegar els genolls. Sent com estires la columna vertebral i com s'activen els músculs abdominals.

Des d'aquesta posició, comença a rodar endavant lentament, portant el cap cap a les cames. Intenta mantenir les cames estirades i els peus flexionats. Continua rodant cap endavant i cap enrere durant uns 2 minuts, mantenint un moviment suau i fluid.

Després de completar els moviments de rodar cap endavant i cap enrere, et pots relaxar en una posició còmoda, respirant profundament i permetent que el teu cos i ment es relaxin. Aquest exercici pot ajudar a estimular la circulació sanguínia, estirar els músculs de l'esquena i millorar la flexibilitat.

Quina és la composició de Yogi Tea Home Energia?

- Gingebre
- Cardamom
- Regalèssia
- Garrofa
- Canyella
- Ordi maltat
- Xicoira torrada
- Menta pipereta
- Fenogrec
- Fonoll
- Macis
- Anís
- Arrel de ginseng
- Astraga'l



Yogi Tea Home Energia 17 Bossetes

EAN: 4012824406094 **FABRICANTE:** YOGI TEA



- Cúrcuma
- Xile
- Oli de canyella
- Pebre negre

Conté regalèssia: les persones que pateixin hipertensió han d'evitar un consum excessiu.

Infusió Bio i Vegana.

