

Chá Yogi Bons Sonhos Rooibos Baunilha 17 saquetas

EAN: 4012824402256 FABRICANTE: YOGI TEA



Infusão de ervas ayurvédicas com rooibos, flores de camomila e baunilha. Infusão suave, calmante e relaxante.

DESCRIPCIÓN

Sente-se em uma posição confortável, de pernas cruzadas no chão ou em uma cadeira com a coluna reta. Levante os braços acima da cabeça, colocando uma mão sobre a outra, com as palmas voltadas para baixo. Se você for homem, coloque a palma da mão direita sobre a esquerda. Se você for mulher, coloque a palma da mão esquerda sobre a direita. Mantenha as pontas dos polegares juntas e os polegares apontando para trás. Os braços devem estar ligeiramente dobrados nos cotovelos, formando um arco suave.

Mantendo os olhos ligeiramente abertos, direcione o olhar para baixo, concentrando-se no lábio superior e sussurre o mantra "Wa-he Gu-ru". Você pode repeti-lo em sua mente ou em voz baixa. Mantenha essa postura e repita o mantra por 3 minutos.

Este exercício o ajudará a aumentar sua confiança e a se conectar com sua energia interior.

Qual é a composição do Yogi Tea Good Dreams Rooibos Vanilla?

- Rooibos
- flores de camomila
- casca de cacau
- Alcaçuz
- Extrato de baunilha
- Canela
- Cardamomo
- extrato de erva-cidreira
- Noz-moscada
- Ruivo
- Unha
- Pimenta preta

Infusão Bio e Vegana.

Precios válidos salvo cambios en nuestra web. IVA incluido. Doc. Version bf-trf-G-20241121
https://bio-farma.es/comprar_pt/f/yogi-tea/cha-yogi-bons-sonhos-rooibos-baunilha-17-saquetas

