

Chá Yogi Echinacea 17 Sachês

EAN: 4012824401532 FABRICANTE: YOGI TEA



Infusão de ervas ayurvédicas com echinacea, rooibos, cardamomo. É protetor, fortalecedor e levemente amargo.

DESCRIPCIÓN

Você quer fazer um exercício de ioga para trazer energia para a garganta?

Para infundir energia na garganta por meio da ioga, siga estas etapas simples. Sente-se de pernas cruzadas no chão ou em uma cadeira com as costas retas e os pés apoiados no chão. Coloque as mãos nos joelhos e feche os olhos.

Comece inspirando pelo nariz enquanto vira suavemente a cabeça para a esquerda até que seu olhar seja atraído para o ombro esquerdo. Em seguida, expire pelo nariz enquanto vira a cabeça para a direita até que seu olhar seja atraído para o ombro direito.

Continue esse movimento de inspiração e expiração virando a cabeça de um lado para o outro por 1 a 3 minutos.

Depois de completar o exercício, olhe para a frente e respire fundo algumas vezes. Permita-se relaxar e sentir a energia, o calor e a luz preenchendo sua garganta.

Este exercício simples o ajudará a despertar e revitalizar a energia da garganta, proporcionando uma sensação de calor e vitalidade.

Quais são os ingredientes do Yogi Tea Echinacea?

- Canela
- Echinacea
- Ruivo
- Funcho
- Rooibos
- chicória assada
- alfarroba
- Cardamomo
- Manjeriço
- raiz de bardana



Chá Yogi Echinacea 17 Sachês

EAN: 4012824401532 **FABRICANTE:** YOGI TEA

- Pimenta preta
- Cúrcuma
- Astrágalo
- baunilha em vagem

Infusão bio e vegana.

