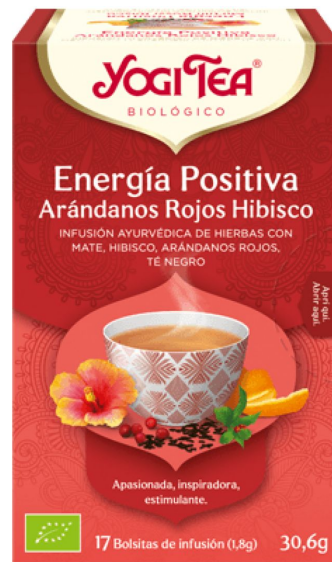


## Chá Yogi Energia Positiva Mirtilo Hibisco 17 Sachês

EAN: 4012824402201 FABRICANTE: YOGI TEA



*Infusão de ervas ayurvédicas com mate, hibisco, cranberries e chá preto.*

### DESCRIPCIÓN

**Aumento de energia com ioga:** se você precisa de um aumento de energia, a ioga pode ser uma prática eficaz. Uma postura que você pode experimentar para aumentar sua energia é a seguinte:

Comece ficando em uma posição ereta confortável, com os pés a uma distância moderada. Estique os braços para cima, de preferência até tocarem as orelhas, e entrelace as mãos.

Inspire profundamente pelo nariz, mantendo os braços esticados. Em seguida, expire enquanto se agacha, mantendo os pés firmemente plantados e equilibrados no chão. Essa postura é conhecida como a postura do corvo.

Na inspiração, retorne à posição de pé com a coluna e a cabeça retas, voltadas para a frente. A cada expiração, sinta-se enérgico e poderoso ao subir. Continue fazendo este exercício por 3 minutos, respirando vigorosamente pelo nariz.

A cada repetição dessa sequência, você notará como seu corpo é ativado e preenchido com energia renovada. Esta prática estimula a circulação sanguínea e oxigena todo o seu sistema, dando-lhe uma sensação de vitalidade e vigor.

Lembre-se de ouvir seu corpo e adaptar a postura de acordo com suas próprias habilidades. Se sentir algum desconforto ou dor, pare e procure a orientação de um instrutor de ioga experiente.

Integre esta sequência na sua rotina de yoga e aproveite a energia revitalizante que ela lhe proporciona!

### Qual é a composição do Yogi Tea Positive Energy Blueberry Hibiscus?

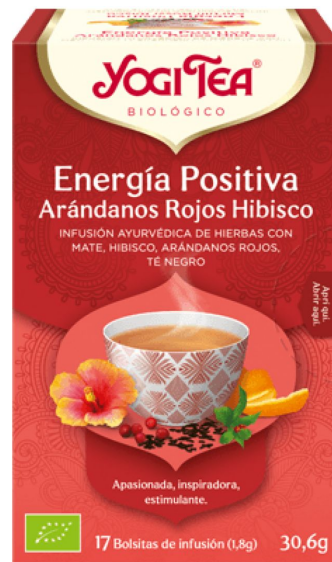
- Chá preto (Assam)
- hibisco
- erva mate
- Alcaçuz
- capim limão
- suco de limão desidratado
- rosa canina

Precios válidos salvo cambios en nuestra web. IVA incluido. Doc. Version bf-trf-G-20241122  
[https://bio-farma.es/comprar\\_pt/f/yogi-tea/cha-yogi-energia-positiva-mirtilo-hibisco-17-sachês](https://bio-farma.es/comprar_pt/f/yogi-tea/cha-yogi-energia-positiva-mirtilo-hibisco-17-sachês)



## Chá Yogi Energia Positiva Mirtilo Hibisco 17 Sachês

**EAN:** 4012824402201 **FABRICANTE:** YOGI TEA



- Beterraba
- amoras vermelhas
- Canela
- Pimenta preta
- Casca de laranja
- Alecrim
- óleo essencial de laranja
- Ruivo
- guaraná
- raiz de ginseng
- Cardamomo
- Unha

Infusão bio e vegana.

