

Yogi Tea Woman Energy 17 Sachês

EAN: 4012824406100 FABRICANTE: YOGI TEA



Infusão de ervas ayurvédicas com hibisco, raiz de angélica e gengibre. Infusão frutada, revitalizante e reconfortante.

DESCRIPCIÓN

Folhas de hibisco, alcaçuz e framboesa são usadas na naturopatia para aliviar cólicas e desconfortos relacionados à menstruação.

Prática de yoga para desenvolver resistência física , você pode experimentar esta postura:

Sente-se em uma posição confortável de pernas cruzadas. Cruze os dedos e coloque-os atrás da cabeça, permitindo que os cotovelos se movam para os lados.

Mantenha os olhos abertos, mas meio fechados, permitindo que seu olhar relaxe. Isso o ajudará a manter o foco e a concentração.

Comece inspirando lenta e profundamente, enchendo os pulmões de ar. Prenda a respiração por um momento e depois expire gradualmente, liberando o ar de seus pulmões. Prenda a respiração novamente antes de iniciar um novo ciclo de inalação.

Continue a respirar lenta e profundamente neste padrão de respiração por 3-4 minutos. Ao respirar, concentre-se em levar oxigênio a todos os cantos do corpo e em cultivar uma sensação de força interior e resiliência.

Essa prática de respiração consciente e de prender a respiração ajuda a fortalecer sua resistência física e mental. Permite desafiar e expandir os seus limites, desenvolvendo uma maior capacidade de perseverança e resistência em diferentes aspectos da sua vida.

Qual é a composição do Yogi Tea Woman Energy?

- hibisco
- Alcaçuz
- hortelã-pimenta
- folhas de framboesa
- Pimenta preta
- Extrato de raiz de angélica



Yogi Tea Woman Energy 17 Sachês

EAN: 4012824406100 **FABRICANTE:** YOGI TEA



- Canela
- Ruivo
- Cardamomo
- Unha

Infusão bio e vegana.

Contém alcaçuz: pessoas que sofrem de hipertensão devem evitar o consumo excessivo.

