

Yogi Tea Chai Green 17 påsar

EAN: 4012824400740 FABRICANTE: YOGI TEA



Ayurvedisk infusion av kryddor med grönt te, kanel och ingefära. Grönt te piggar upp kroppen och chaikryddor lugnar sinnet.

DESCRIPCIÓN

Breath of Fire:

The Breath of Fire är en energisk och snabb teknik som utförs från naveln. Till att börja, fokusera på att medvetet dra din navel inåt när du andas ut genom näsan. Inandning sker automatiskt när du slappnar av i magen. När du känner dig bekväm, öka långsamt din andningshastighet tills du når 2-3 andetag per sekund. Kom ihåg att endast andas in och andas ut genom näsan.

Fortsätt att öva denna andning i 1 till 3 minuter. The Breath of Fire ger energi och tändar livets inre eld. Det hjälper dig att känna dig piggare och aktivare. När du är klar, ta en stund att slappna av och ta några djupa, medvetna andetag.

Vad är sammansättningen av Yogi Tea Chai Verde?

- Kanel
- Pepparmynta
- Grönt te
- Ingefära
- Kardemumma
- Nagel
- Svartpeppar
- kanelolja

Ekologisk och vegansk infusion.

