

Yogi Tea Classic 17 påsar

EAN: 4012824400047 FABRICANTE: YOGI TEA



Kombination av söta smaker av kanel, kardemumma, kryddig ingefära, kryddnejlika och svartpeppar.

DESCRIPCIÓN

För att **öka din energi med en enkel yogaövning** kan du börja sitta med benen över kors på golvet eller i en stol, hålla ryggen rak och fötterna platt på golvet. Sträck ut armarna framåt, parallellt med golvet, med handflatorna vända mot varandra och fingrarna spridda. Ta djupa, kraftfulla andetag genom näsan i 1 till 3 minuter.

Andas sedan in djupt och samtidigt som du håller luften i lungorna, gör knytnävar och för dem långsamt mot bröstet, utöva maximal spänning. Andas ut långsamt när knytnävarna rör vid bröstet och slappna av. Andas djupt flera gånger och känn energin du har genererat i din kropp.

Vilka är ingredienserna i Yogi Tea Classic?

- Kanel
- Kardemumma
- Ingefära
- Nagel
- Svartpeppar
- kanelolja

Ekologisk och vegansk infusion.

