

Yogi Tea Classic Chai 90 g

EAN: 4012824529267 FABRICANTE: YOGI TEA



Combinación de sabores dulces de canela, cardamomo, jengibre picante, clavo y pimienta negra.

DESCRIPCIÓN

Para **aumentar tu energía con una práctica de yoga** sencilla, puedes comenzar sentado con las piernas cruzadas en el suelo o en una silla, manteniendo la espalda recta y los pies apoyados en el suelo. Extiende los brazos hacia adelante, paralelos al suelo, con las palmas de las manos mirándose una frente a la otra y los dedos separados. Realiza respiraciones profundas y energéticas a través de la nariz durante 1 a 3 minutos.

Luego, inhala profundamente y, mientras mantienes el aire en los pulmones, cierra los puños y lentamente llévalos hacia el pecho, aplicando la máxima tensión. Exhala lentamente mientras los puños tocan el pecho y relájate. Respira profundamente varias veces y siente la energía que has generado en tu cuerpo.

¿Cuáles son los ingredientes de Yogi tea Classic?

- Canela
- Cardamomo
- Jengibre
- Clavo
- Pimienta negra
- Aceite de canela

Infusión Bio y Vegana.

¿Cómo se prepara esta infusión?

Añada 2 cucharaditas (2,4g) a un litro de agua hervida y déjelo a fuego lento durante 10-15 min. Filtre y añada la leche caliente y edulcorante si lo desea.

