

## Yogi Tea Energy Tea Grön 17 påsar

EAN: 4012824401952 FABRICANTE: YOGI TEA



*Ayurvedisk infusion av grönt te med guaran, ingefära och succoblommor.*

### DESCRIPCIÓN

Det gröna teet i denna infusion får en speciell touch med fruktig citronverbena, fläderblommor och en nypa ingefära, guarana och kombucha-extrakt.

Om du letar efter en **yogaställning för att öka din energi**, rekommenderar jag att du provar bågschyten. Följ dessa steg:

Börja stå i en bekväm position, håll din kropp rak. Vrid din högra fot framåt och din vänstra fot utåt, skapa en öppning i dina höfter. Se till att behålla din balans.

Bøj ditt högra knä och för din kroppsvikt mot det benet. Stäng din högra knytnäve, med tummen utsträckt och uppåt. Sträck ut din högra arm utåt och rikta in din tumnagel med dina ögon.

Föreställ dig att du håller en båge med höger hand, medan bågsträngen sträcks bakåt med vänster hand och arm. Visualisera ditt mål eller imaginära mål framför dig.

Andas långsamt och djupt samtidigt som du fokuserar på ditt mål. Håll denna ställning i 1-3 minuter, känn styrkan och beslutsamheten i varje andetag. Håll ditt sinne fokuserat och din kropp stabil.

Byt sedan sida. Vrid din vänstra fot framåt och din högra fot utåt. Upprepa sekvensen, bøj ditt vänstra knä och sträck ut din vänstra arm utåt som om du höll en båge. Återigen, håll posen i 1-3 minuter medan du andas medvetet.

Archer pose är ett bra sätt att odla en känsla av kraft och fokus. När du tränar denna pose regelbundet kommer du att märka hur den ökar din energi och fokus i ditt dagliga liv.

### Vad är sammansättningen av Yogi Tea Energy Green Tea?

- Grönt te (65%)
- citrongräs
- Guarana (7 %)
- Pepparmynta
- Fläderblommor (3 %)



## Yogi Tea Energy Tea Grön 17 påsar

**EAN:** 4012824401952 **FABRICANTE:** YOGI TEA



- Ingefära (2,5 %)
- Naturlig jordgubbarom
- Svartpeppar
- Uttorkad kombucha dryck
- Bergamottolja
- citronverbena
- citron eterisk olja
- Vanilj i balja
- Naturlig vaniljsmak
- Naturligt passionsfruktextrakt

Bio och vegansk infusion.

