

Yogi Tea Natural Defense 17 filter

EAN: 4012824403215 FABRICANTE: YOGI TEA



Ayurvedisk örtinfusion med echinacea, acerola och succobär. C-vitaminet i acerola hjälper till att naturligt stärka ditt immunförsvar.

DESCRIPCIÓN

Enkel yogaövning för att stärka immunförsvaret :

1. Luta dig tillbaka på hämlarna i en bekväm position.
2. För ihop händerna ovanför huvudet, håll armarna raka.
3. Börja rotera överkroppen i en cirkulär rörelse, först till vänster och sedan till höger.
4. Utför denna cirkulära rörelse i 3 minuter och bibehåll en konstant och mild rytm.
5. Under träningen, håll din uppmärksamhet på din andning och förnimmelserna i din kropp.
6. Efter 3 minuter, slappna av i armarna och ta en stund för att märka effekterna av träningen på din kropp och ditt humör.

Kom ihåg att detta bara är en enkel övning och att varje person kan ha olika preferenser och behov i sin yogautövning. Det är alltid viktigt att lyssna på sin kropp och anpassa träningen efter sina egna begränsningar och förmågor. Om du vill lära dig mer om olika yogaställningar rekommenderar jag att du besöker vår hemsida, där du kan hitta mer detaljerade resurser och guider.

Vad är sammansättningen av Yogi Tea Natural Defense?

- Echinacea
- hundros
- Uttorkad acerolajuice
- Basilika
- Kanel
- Ingefära
- Kardemumma
- Saucostrejk
- Svartpeppar
- Moringa
- Hibiskus
- kakaoskal
- Lakrits

Precios válidos salvo cambios en nuestra web. IVA incluido. Doc. Version bf-trf-G-20241124
<https://bio-farma.es/kopa/f/yogi-tea/yogi-tea-natural-defense-17-filter>



Yogi Tea Natural Defense 17 filter

EAN: 4012824403215 **FABRICANTE:** YOGI TEA



- Fänkål

Ekologisk och vegansk infusion.

