

Yogi Tea Chai Groen 17 Zakjes

EAN: 4012824400740 FABRICANTE: YOGI TEA



Ayurvedische kruideninfusie met groene thee, kaneel en gember. Groene thee stimuleert het lichaam en chai-kruiden kalmeren de geest.

DESCRIPCIÓN

Adem van vuur:

De Vuurademhaling is een energetische en snelle techniek die vanuit de navel wordt uitgevoerd. Concentreer u om te beginnen op het bewust naar binnen trekken van uw navel terwijl u door uw neus uitademt. De inademing gebeurt automatisch wanneer u uw buik ontspant. Terwijl u zich op uw gemak voelt, verhoogt u langzaam uw ademhaling totdat u 2-3 ademhalingen per seconde bereikt. Vergeet niet om alleen door je neus in en uit te ademen.

Blijf deze ademhaling oefenen gedurende 1 tot 3 minuten. De Vuurademhaling levert energie en ontsteekt het innerlijke levensvuur. Het zal je helpen je alerter en actiever te voelen. Als u klaar bent, neem dan even de tijd om te ontspannen en haal diep en bewust adem.

Wat is de samenstelling van Yogi Tea Chai Verde?

- Kaneel
- Pepermunt
- Groene thee
- Gember
- Kardemom
- Nagel
- Zwarte peper
- kaneel olie

Biologische en veganistische infusie.

