

## Yogi Tea Chai Zwart 17 Zakjes

EAN: 4012824400641 FABRICANTE: YOGI TEA



Ayurvedische kruideninfusie met zwarte thee, gember en kaneel. Het wordt het lekkerst gezoet en met een beetje melk of een plantaardig alternatief.

### DESCRIPCIÓN

Yoga van bewustzijn:

Ga in een comfortabele houding zitten met uw benen gekruist. Strek uw armen naar de zijkanten uit en houd ze evenwijdig aan de vloer. Vorm vuisten met je handen en bal je vingers als leeuwenklauwen. Kruis uw polsen over uw hoofd en breng uw armen vervolgens terug naar uw lichaam, afwisselend van rechts over links en dan van links over rechts. Voer deze bewegingen met energie en ritme uit gedurende 3 minuten.

Steek vervolgens uw tong volledig uit uw mond en blijf uw armen nog een minuut bewegen. Deze oefening zal je helpen je bewustzijn en verbinding met je lichaam te vergroten. Eenmaal voltooid, ontspan en adem diep in.

### Wat is de samenstelling van Yogi Tea Chai Zwart?

- zwarte thee
- Gember
- Kaneel
- Anijs
- Rooibos
- geroosterde cichorei
- Zwarte peper
- Nagel
- kaneel olie
- gember olie

Biologische en veganistische infusie.

