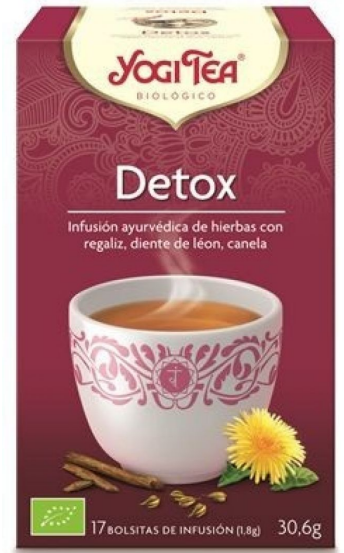


## Yogi Thee Detox 17 filters

EAN: 4012824401280 FABRICANTE: YOGI TEA



*Ayurvedische kruideninfusie met zoethout, paardenbloem en kaneel Het is een regenererende, bevrijdende en zuiverende infusie.*

### DESCRIPCIÓN

#### Eenvoudige yogaoefening voor zuivering :

1. Ga op je hielen zitten en houd je knieën open.
2. Leun met uw lichaam naar voren en breng uw voorhoofd naar de grond.
3. Strek je armen naar voren en breng je handpalmen naar elkaar toe.
4. Ontspan in deze houding, bekend als Guru Pranam.
5. Adem langzaam en diep door je neus gedurende 1-3 minuten.
6. Ga langzaam zitten, haal een paar keer adem en ontspan.
7. Je kunt deze ademhalingstechniek (pranayama) combineren met een asana (houding) om de zuiverende werking ervan te versterken.

Onthoud dat dit slechts een eenvoudige beoefening is en dat elke persoon verschillende voorkeuren en behoeften kan hebben in zijn yogabeoefening. Het is altijd belangrijk om naar je lichaam te luisteren en de beoefening aan te passen aan je eigen beperkingen en mogelijkheden. Door verschillende houdingen en ademhalingstechnieken te verkennen, kun je degene vinden die je de beste voordelen biedt voor zuivering en balans.

#### Wat is de samenstelling van Yogi Tea Detox?

- Drop
- Kaneel
- kliswortel
- Gember
- Paardebloem
- Venkel
- Anijs
- jeneverbessen
- Koriander
- Kardemom
- Zwarte peper



## Yogi Thee Detox 17 filters

**EAN:** 4012824401280 **FABRICANTE:** YOGI TEA



- Peterselie
- Kruidnagel
- Kurkuma

Bevat zoethout: vermijd overmatige consumptie in geval van hoge bloeddruk.

Biologische en veganistische infusie.

