

## Yogi Thee Energiethee Groen 17 Zakken

EAN: 4012824401952    FABRICANTE: YOGI TEA



*Ayurvedische infusie van groene thee met guaran, gember en succobloemen.*

### DESCRIPCIÓN

De groene thee in deze infusie krijgt een bijzondere toets met fruitige citroenverbena, vlierbloesem en een snufje gember, guarana en kombucha-extract.

Als je op zoek bent naar een **yogahouding om je energie te vergroten**, raad ik aan de boogschutterhouding te proberen. Volg deze stappen:

Begin in een comfortabele positie te staan en houd uw lichaam recht. Draai je rechtervoet naar voren en je linkervoet naar buiten, waardoor er een opening in je heupen ontstaat. Zorg ervoor dat u uw evenwicht behoudt.

Buig uw rechterknie en breng uw lichaamsgewicht naar dat been. Sluit je rechtervuist, met je duim uitgestrekt en naar boven gericht. Strek uw rechterarm naar buiten en lijn uw duimnagel uit met uw ogen.

Stel je voor dat je met je rechterhand een boog vasthoudt, terwijl de boogpees met je linkerhand en arm naar achteren wordt gestrekt. Visualiseer uw objectieve of denkbeeldige doelwit voor u.

Haal langzaam en diep adem terwijl je je op je doel concentreert. Houd deze houding 1-3 minuten vast en voel de kracht en vastberadenheid in elke ademhaling. Houd je geest gefocust en je lichaam stabiel.

Wissel dan van kant. Draai je linkervoet naar voren en je rechtervoet naar buiten. Herhaal de reeks, buig je linkerknie en strek je linkerarm naar buiten alsof je een boog vasthoudt. Houd de houding opnieuw 1-3 minuten vast terwijl je bewust ademhaalt.

De Boogschutterhouding is een geweldige manier om een gevoel van kracht en focus te cultiveren. Als je deze houding regelmatig beoefent, zul je merken hoe het je energie en focus in je dagelijkse leven vergroot.

### Wat is de samenstelling van Yogi Tea Energy Groene Thee?

- Groene thee (65%)
- citroengras
- Guarana (7%)



## Yogi Thee Energiethee Groen 17 Zakken

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



- Pepermunt
- Vlierbloesem (3%)
- Gember(2,5%)
- Natuurlijk aardbeiaroma
- Zwarte peper
- Gedehydrateerde kombuchadrnk
- Bergamotolie
- citroenverbena
- essentiële olie van citroen
- Vanille in peul
- Natuurlijke vanillesmaak
- Natuurlijk passievruchtextract

Bio en veganistische infusie.

