

## Yogi Tea Armonía Interior 17 Filtros

EAN: 4012824403789 FABRICANTE: YOGI TEA



*Infusión Ayurvédica de hierbas con melisa, rooibos y canela. Esta infusión es calmante, meditativa y equilibrante.*

### DESCRIPCIÓN

Siéntate cómodamente con las piernas cruzadas. Extiende los brazos hacia adelante, manteniéndolos rectos y firmes. Cierra los puños y asegúrate de que las palmas de las manos estén hacia abajo. A la altura del centro de tu pecho, comienza a girar los puños en pequeños círculos. El puño derecho debe girar en dirección de las agujas del reloj, mientras que el puño izquierdo debe girar en dirección contraria. Mantén los codos extendidos y los puños bien cerrados. También puedes mover los omóplatos y los músculos debajo de los hombros para liberar tensiones. Continúa con energía esta rutina durante 2 minutos, respirando profundamente por la nariz.

### ¿Cuál es la composición de Yogi Tea Armonía Interior?

- Melisa
- Rooibos
- Regaliz
- Canela
- Cáscara de cacao
- Albahaca
- Menta piperita
- Flores de manzanilla
- Romero
- Pimienta negra
- Hinojo
- Flores de lavanda

Infusión Bio y Vegana.

