

Yogi Tea Energía Té Verde 17 Bolsitas

EAN: 4012824401952 FABRICANTE: YOGI TEA



Infusión ayurvédica de té verde con guaraná, jengibre y flores de saúco.

DESCRIPCIÓN

El té verde en esta infusión, recibe un toque especial con la afrutada hierba luisa, las flores de saúco y una pizca de jengibre, guaraná y extracto de kombucha.

Si buscas una postura de **yoga para aumentar tu energía**, te recomiendo probar la postura del arquero. Sigue estos pasos:

Comienza de pie en una posición cómoda, manteniendo tu cuerpo recto. Gira el pie derecho hacia adelante y el pie izquierdo hacia afuera, creando una apertura en tus caderas. Asegúrate de mantener el equilibrio.

Dobla la rodilla derecha, llevando tu peso corporal hacia esa pierna. Cierra tu puño derecho, con el pulgar estirado y apuntando hacia arriba. Extiende el brazo derecho hacia afuera, alineando la uña del pulgar con tus ojos.

Imagínate que sostienes un arco con tu mano derecha, mientras que la cuerda del arco se estira hacia atrás con tu mano y brazo izquierdos. Visualiza tu objetivo o blanco imaginario en frente de ti.

Respira lenta y profundamente mientras te concentras en tu objetivo. Mantén esta postura durante 1-3 minutos, sintiendo la fuerza y la determinación en cada respiración. Mantén tu mente enfocada y tu cuerpo estable.

Después, cambia de lado. Gira el pie izquierdo hacia adelante y el derecho hacia afuera. Repite la secuencia, doblando la rodilla izquierda y extendiendo el brazo izquierdo hacia afuera como si sostuvieras un arco. Nuevamente, mantén la postura durante 1-3 minutos mientras respiras conscientemente.

La postura del arquero es una excelente manera de cultivar una sensación de poder y concentración. A medida que practiques esta postura regularmente, notarás cómo incrementa tu energía y enfoque en tu vida diaria.

¿Cuál es la composición de Yogi Tea Energía Té Verde?

- Té verde (65%)



Yogi Tea Energía Té Verde 17 Bolsitas

EAN: 4012824401952 **FABRICANTE:** YOGI TEA



- Hierba limón
- Guaraná (7%)
- Menta piperita
- Flores de saúco (3%)
- Jengibre(2,5%)
- Aroma natural de fresa
- Pimienta negra
- Bebida de kombucha deshidratada
- Aceite de bergamota
- Hierba luisa
- Aceite esencial de limón
- Vainilla en vaina
- Aroma natural de vainilla
- Extracto natural de fruta de la pasión

Infusión Bio y vegana.

