

Yogi Tea Mujer Energía 17 Bolsitas

EAN: 4012824406100 FABRICANTE: YOGI TEA



Infusión ayurvédica de hierbas con hibisco, raíz de angélica y jengibre. Infusión afrutada, revitalizante y reconfortante.

DESCRIPCIÓN

El hibisco, el regaliz y las hojas de frambuesa son utilizadas en naturopatía para aliviar los calambres y las molestias relacionadas con la menstruación.

Práctica de yoga para desarrollar resistencia física, puedes probar esta postura:

Siéntate en una posición cómoda con las piernas cruzadas. Cruza los dedos de las manos y colócalas detrás de la cabeza, permitiendo que los codos se abran hacia los lados.

Mantén los ojos abiertos pero entornados, permitiendo que tu mirada se relaje. Esto te ayudará a mantener el enfoque y la concentración.

Comienza inhalando lenta y profundamente, llenando tus pulmones de aire. Mantén la respiración por un momento y luego exhala gradualmente, liberando el aire de tus pulmones. Mantén la respiración nuevamente antes de comenzar un nuevo ciclo de inhalación.

Continúa respirando de manera lenta y profunda siguiendo este patrón de retención de la respiración durante 3 o 4 minutos. A medida que respiras, concéntrate en llevar oxígeno a todos los rincones de tu cuerpo y en cultivar una sensación de resistencia y fuerza interna.

Esta práctica de respiración consciente y retención de la respiración ayuda a fortalecer tu resistencia física y mental. Te permite desafiar y expandir tus límites, desarrollando una mayor capacidad de perseverancia y resistencia en diferentes aspectos de tu vida.

¿Cuál es la composición de Yogi Tea Mujer Energía?

- Hibisco
- Regaliz
- Menta piperita
- Hojas de frambuesa
- Pimienta negra
- Extracto de raíz de angélica



Yogi Tea Mujer Energía 17 Bolsitas

EAN: 4012824406100

FABRICANTE: YOGI TEA



- Canela
- Jengibre
- Cardamomo
- Clavo

Infusión Bio y vegana.

Contiene regaliz: las personas que padezcan hipertensión deben evitar un consumo excesivo.

