

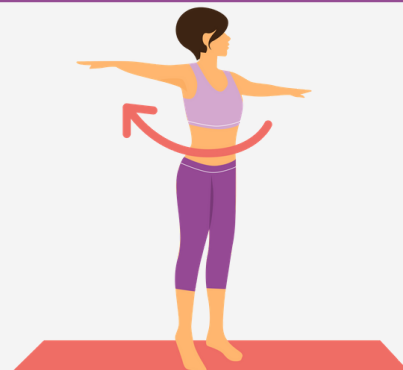
5

TIBETANI: L'ELISIR DI ETERNA GIOVINEZZA

1

1° TIBETANO

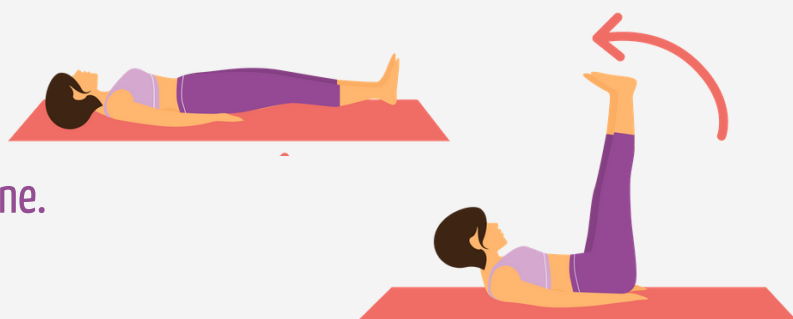
Stimola il flusso dell'energia all'interno del nostro corpo, lavorando sulla spirality. Migliora il sistema vestibolare. Tonifica l'intero corpo. Stimola tutti i 7 chakra.



2

2° TIBETANO

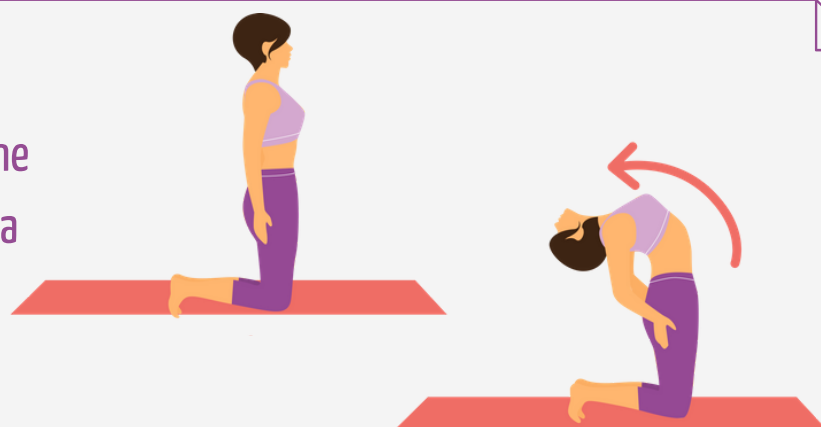
Riduce il grasso attorno alla vita e tonifica i reni. Tutti i vortici dei chakra incrementano velocità e azione. L'intero corpo è supportato dalla terra.



3

3° TIBETANO

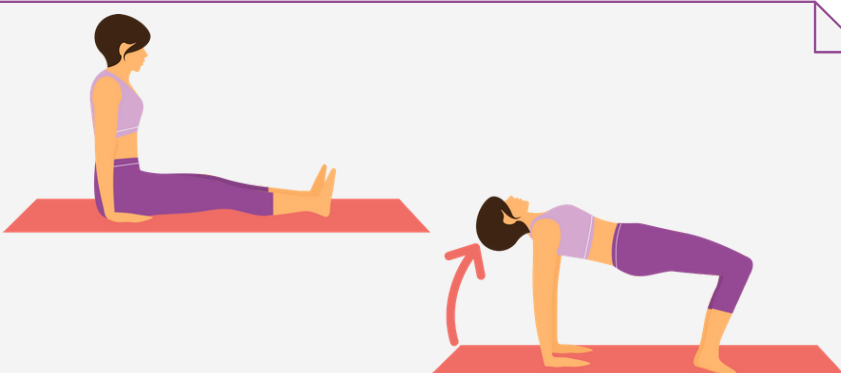
Lo stretching per l'intera colonna vertebrale, che viene tonificata. Potenzia i muscoli della schiena, migliora la flessibilità della colonna vertebrale e la postura. Massaggia gli organi addominali.



4

4° TIBETANO

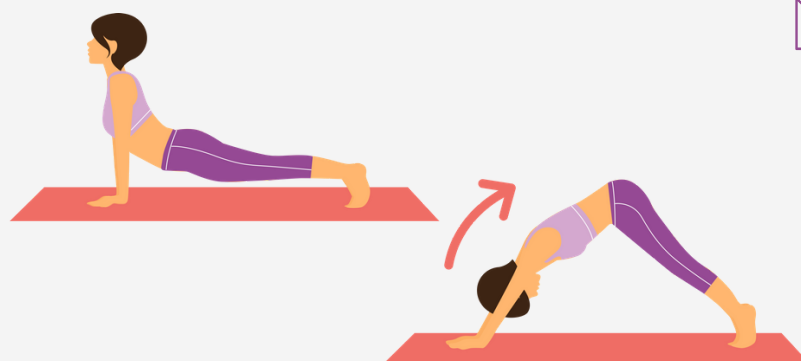
Migliora il fluire dell'energia attraverso i chakra, rinforza i polsi e le caviglie, incrementa il movimento delle articolazioni delle spalle ed espande il torace.



5

5° TIBETANO

Lo stretching per spalle, gambe e colonna vertebrale; fortifica l'intero corpo, in particolare braccia, gambe e piedi; allevia la fatica e ringiovanisce il corpo.



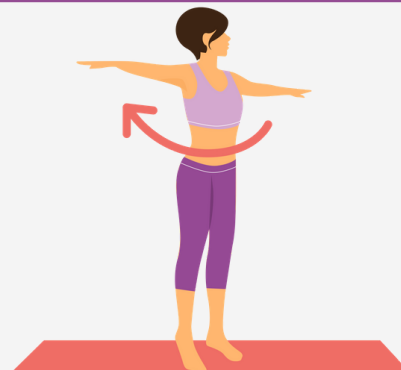
5

TIBETANI: AFFERMAZIONI l'elisir di eterna giovinezza

1

1° TIBETANO

Fluisco liberamente con gli eventi della vita.



2

2° TIBETANO

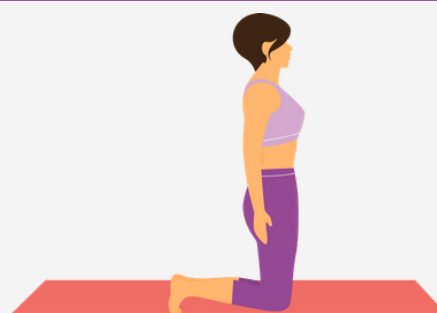
Offro carica e forza ad ogni cellula del mio corpo.



3

3° TIBETANO

Apro il mio cuore verso il cielo.



4

4° TIBETANO

La forza della vita pulsa dentro di me.



5

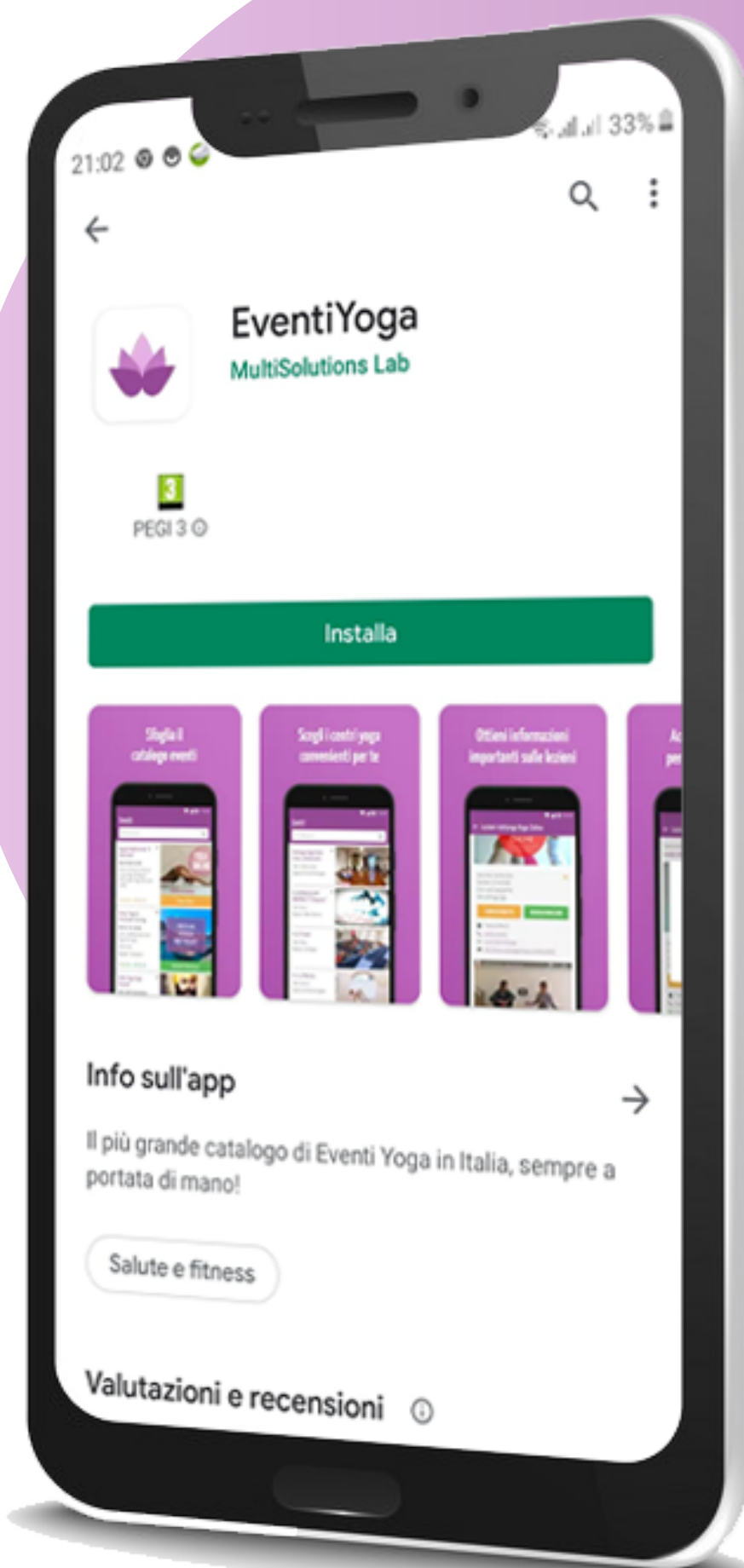
5° TIBETANO

La flessibilità del mio corpo plasma la mia mente.





SCARICA L'APP EVENTIYOGA



Available on

App Store



ANDROID APP ON

Google play



Scarica su Apple Store

WWW.EVENTIYOGA.IT



ISCRIVITI
ALLA NEWSLETTER

PER TE SUBITO UN BONUS!



Scarica su Apple Store

WWW.EVENTIYOGA.IT