

Yoga oljer - Yoga collection

Her er det nyeste kittet til DoTerra - Yoga Collection

(Du må først bli kunde for så å bestille den via USA)

Du trenger ikke å være en ekspert på yoga for å nyte de vakre fordelene med den nye DoTERRA Yoga-samlingen. Laget med hjelp av Elena Brower, (DoTERRA Blue Diamond, forfatter av Art of Attention, og skaperen av Teach.yoga), består samlingen av tre 5 ml blandinger kalt Arise, Anchor, and Align. Med disse blandingene vil nybegynnere og den erfarne yogien nyte å bruke hver distinkt blanding i sin praksis. Hver blanding er nøye designet med en unik kombinasjon av essensielle oljer for å gi forskjellige dufter og fordeler.

DoTERRA ARISE *opplysende blanding*

I øyeblikk når motløshet og opposisjon påvirker din evne til å nå dine mål, kan DoTERRA Arise Enlightening Blend gi en glad og oppmuntrende aroma til å løfte opp og hjelpe deg å reise opp. Arises friske duft er både gledelig og inspirerende med oljeprøve med grapefrukt, sitron, osmanthus og sibiriske fir essensielle oljer i en base av fraksjonert kokosnøttolje. Det vil hjelpe deg med å nå høyere.

Våre favorittbruk

1. Når du våkner, gjelder to til tre dråper Arise på hjertet ditt mens du praktiserer daglige affirmasjoner for å hjelpe deg å reise opp og møte dagen med klarhet og glede.
2. Når du trener utfordrende yoga, bruker du Arise for å hjelpe deg med å nå det neste nivået.
3. Påfør flere dråper for på diffusersmykker for å minne deg om dine mål gjennom dagen.

Ideell Yoga Poses With Arise

- stående

- Arms høy og stående side strekning
- Halvmåne

DoTERRA ANCHOR *Steadying Blend*

Når usikkerhet påvirker din verden, kan DoTERRA Anchor Steadying Blend bidra til å gjenopprette balanse og stillhet i livet ditt. Med Lavender, Cedarwood, Sandalwood, Cinnamon, Frankincense, Black Pepper og Patchouli essensielle oljer i en base av fraksjonert kokosnøttolje, er Ankers aroma jordet, woody og rik som hjelper deg å føle deg rotfestet og jordet.

Våre favorittbruk

1. Når du står overfor utfordringer eller store beslutninger, bruk to til tre dråper anker på ditt hjerte for å bidra til å oppmuntre til en jevn grunnleggende følelse av hvordan du beveger deg fremover.
2. Påfør ankler, ryggraden og bunnen av føttene for å fremme følelser av fullstendighet og ro.
3. Påfør to til tre dråper til ønskede områder mens du mediterer for å føle seg stabil, fullstendig og rolig.

Ideell Yoga Poser med Anker

- Sittende meditasjon
- Sittende vri
- Bhu Mudra (en hånd på hjertet, den andre på jorden)

doTERRA ALIGN *senterblanding*

Det er lett å føle seg frakoblet og ute av kontroll i hverdagen. Kombinere egenskapene til doTERRA Align Centering Blend med visse yoga poses kan hjelpe til med å justere og skape en følelse av fred og formål. Justere er laget med

en unik blanding av oljer som Peppermynnte, Basil, Geranium og Jasmine Blomst for å skape en frisk, grønn og urte duft.

Våre favorittbruk

1. Før du starter dagen, bruk Juster over hjertet ditt, håndleddene og baksiden av nakken for å fremme følelser av selvantakelse og flyt.
2. Legg til to dråper Juster for å diffusere smykker for å nyte duften under din yoga-praksis.
3. Påfør ett til to dråper til hjertet eller andre ønskede områder mens du praktiserer justering av yoga.

Ideell Yoga Poser med ALIGN

- Warrior II
- Triangel
- Gate utgjør

Glade for denne trioen? Ta kontakt med meg for å bestille. Må ta den spesielt inn fra USA.

Trykk HER for å bli kunde hos meg