

## Collection de yoga



Un trio exclusif de mélanges d'huiles essentielles CPTG® conçus par doTERRA pour le yogi en vous. Anchor, Align et Arise sont les mélanges parfaits pour améliorer votre vie et votre pratique du yoga. Ces mélanges fournissent des arômes pour stabiliser, centrer et éclairer votre esprit à travers chaque respiration tout en renforçant et en étirant votre corps.



### Avantages primaires

- La collection de yoga doTERRA soutient une pratique de yoga efficace
- [doTERRA Anchor](#) favorise des sentiments de complétude, de calme et de courage
- [doTERRA Align](#) encourage l'harmonie et le progrès calme
- [doTERRA Arise](#) aide à inspirer des sentiments de bonheur, de clarté et de courage

### Mode d'emploi

**Utilisation aromatique:** Appliquez plusieurs gouttes sur les bijoux diffusants, la dolomite naturelle ou les roches diffusantes de lave.

**Utilisation topique:** Appliquer une à deux gouttes sur la zone souhaitée. Voir les précautions supplémentaires ci-dessous.

### Précautions

Sensibilité cutanée possible. Tenir hors de portée des enfants. Si vous êtes enceinte, allaitez, ou sous les soins d'un médecin, consultez votre médecin. Évitez le contact avec les yeux, les oreilles internes et les zones sensibles. Lorsque vous utilisez doTERRA Arise, évitez les rayons UV 12 heures après l'application du produit.

Article: 60203244

### La description

Combinant le meilleur du yoga et de l'aromathérapie, la collection de yoga doTERRA est le complément idéal à votre pratique ou à votre vie quotidienne. doTERRA Anchor Steadying Blend apporte une confiance solide en vous-même afin que vous puissiez aborder votre pratique et votre vie avec une force apaisante. Incorporant de la lavande, du bois de cèdre, du bois de santal, de la cannelle, de l'encens, du poivre noir et du patchouli dans une base d'huile de noix de coco fractionnée, ce mélange renforce votre lien avec vous-même et votre sagesse innée. doTERRA Align contient des huiles essentielles de bergamote \*, de coriandre, de marjolaine, de menthe poivrée, de jasmin et de rose dans une base d'huile de coco fractionnée. Ce mélange de centrage vous aide à avoir confiance en vous et à rester ouvert à toutes les possibilités. Le mélange doTERRA Arise Enlightening soutient votre stabilité et votre liberté. Réunissant pamplemousse, citron, osmanthus, mélisse,

\* FCF Bergamot

### Les usages

- Les poses de yoga parfaites pour combiner l'arôme de DoTERRA Anchor sont la méditation assise, le twist assis et le Bhu Mudra (une main sur le cœur, l'autre sur la Terre).
- Les postures de yoga idéales avec l'arôme de doTERRA Align sont les postures Warrior II, Triangle et Gate.
- Utilisez doTERRA Arise tout en pratiquant les postures de yoga suivantes: les bras levés, l'étirement du côté debout et la demi-lune.