



complemento perfeito para  
sua prática e sua vida  
diária.

*Kit Yoga*





# ALIGN

## CENTRALIZADOR

Mix de Óleos Essenciais - Óleos essenciais de Bergamot, Coriander, Marjoram, Peppermint, Geranium, Basil, Jasmine absolute e Rose em uma base de Óleo de Coco Fracionado.



### **SOBRE**

Sentindo-se desconectado(a) e incapaz de controlar suas circunstâncias? A aromaterapia e algumas simples poses de Yoga podem ajudar a criar um novo senso de paz e propósito, levando a uma renovação de resoluções. Lembrar do seu próprio valor e permanecer constante consigo mesmo(a) é uma prática diária. Com óleos essenciais de Bergamota, Sementes de Coentro, Manjerona, Hortelã-pimenta, absoluto de Jasmim e Rosa em uma base de Óleo de Coco Fracionado, o mix de óleos essenciais dōTERRA Align® ajuda você a confiar mais em si mesmo(a) e a manter-se aberto(a) a novas possibilidades.

### **DESCRIÇÃO AROMÁTICA**

Verde, fresco, herbal, levemente floral.

### **BENEFÍCIOS PRIMÁRIOS**

- Apoia a prática eficaz do Yoga.
- Promove sentimentos de auto-aceitação, confiança, e fluidez.
- Incentiva a harmonia e o progresso calmo.

### **DISPERSO E SOBRECARREGADO**

Aplique sob o nariz e a testa.  
Inspire profundamente das mãos em concha.

### **ALINHADO, SÉRIO, TRANQUILO E FOCADO**

Dispersar.  
Aplique no topo da cabeça, na área do pescoço e na testa.

### **ACEITO E DIGNO**

- Dispersar.
- Aplique sob o nariz, o coração, o baço e o plexo solar.

### **MEDITAÇÃO E ORAÇÃO**

- Dispersar.
- Aplique sobre o coração, testa e inspire profundamente.

### **APÁTICO E BAIXA ENERGIA**

- Dispersar.
- Aplique nos pontos de pulsação, sobre o coração e sola dos pés pés.

### **RAIVA, FÚRIA E HUMOR DESEQUILIBRADO**

- Dispersar.  
Aplique 1-2 gotas na palma das mãos, esfregue, respire profundamente.
- 

### **PERFUME**

Aplique aos pontos de pulsação, peito, atrás das orelhas e nos tornozelos.

In Connect  
IC



# ANCHOR

## ESTABILIZADOR

Mix de Óleos Essenciais - Óleos essenciais de Lavender, Cedarwood, Frankincense, Cinnamon Bark, Sandalwood, Black Pepper e Patchouli em uma base de Óleo de Coco Fracionado.

## SOBRE

Às vezes, neste mundo louco e moderno, você pode sentir-se desenraizado(a) e inseguro(a), com uma lista imensa de coisas pra fazer e prioridades incertas. Encontrar equilíbrio por meio da aromaterapia e de movimentos simples de Yoga podem ser um excelente primeiro passo para que isso aconteça. O mix de óleos essenciais dōTERRA Anchor traz um sentimento firme de confiança para que você possa executar sua prática e viver sua vida com uma força serena. Com óleos essenciais de Lavanda, Cedro, Sândalo, Canela, Olíbano, Pimenta-preta e Patchuli em uma base de Óleo de Coco Fracionado, este mix ajuda você a conectar-se com si mesmo(a), com sua comunidade, sua harmonia emocional e sua sabedoria nata.

## DESCRIÇÃO AROMÁTICA

Rico, terroso, condimentado, amadeirado.

## BENEFÍCIOS PRIMÁRIOS

- Apoia a prática eficaz do Yoga.
- Promove sentimentos de auto-aceitação, confiança, e fluidez.
- Incentiva a harmonia e o progresso calmo



## MEDITAÇÃO, ORAÇÃO E FOCO

Difusa.

Aplique na testa, atrás das orelhas, ao longo da coluna e/ou na sola dos pés.

## ANCORADO, CORAJOSO E AUTÊNTICO

Disperse.

Aplique aos tornozelos, ao longo da coluna e/ou sola dos pés.

## COMPOSTO, CALMO E DESCANSADO

Disperse.

▪ Aplique na parte de trás do pescoço, ao longo da coluna e/ou sola dos pés.

## ENRAIZADO NA TERRA, FALANDO VERDADE

Disperse.

▪ Aplique na área da garganta, ao longo da coluna e/ou no sola dos pés.

## TEMEROSO E DESCONECTADO

Dispersar.

▪ Aplique nos pontos de pulsação, sobre o coração e sola dos pés.

## PERFUME

▪ Aplique aos pontos de pulsação, peito e atrás das orelhas.

In Connect  
IC



# ARISE

## ESCLARECEDOR

Mix de Óleos Essenciais - Óleos essenciais de Grapefruit, Lemon, Osmanthus, Melissa e Siberian Fir em uma base de Óleo de Coco Fracionado.

## SOBRE

Desafios e desânimo não são incomuns no processo de atingir objetivos e realizar sonhos. Com a prática diária de afirmações e movimentos de Yoga, junto com aromas alegres, você pode superar esses obstáculos. Contendo óleos essenciais de Toranja, Limão-Siciliano, Osmanthus, Melissa e Pinheiro Siberiano em uma base de Óleo de Coco Fracionado, o mix de óleos essenciais dōTERRA Arise® inspira momentos de ação e realização. Os aromas deste mix ajudam a promover uma sensação de estabilidade, assim como de liberdade, resistência corporal e coragem e felicidade em seu coração.

## DESCRIÇÃO AROMÁTICA

Cítrico, rico, floral, doce, brilhante.

## BENEFÍCIOS PRIMÁRIOS

- Complementa uma prática de Yoga eficaz.
- Use para estabelecer intenções de felicidade, clareza e coragem.
- Promove um ambiente edificante para que intenções de desenvolvimento pessoal e realização de metas.



## CONECTIVIDADE COM O EU E COM PODER SUPERIOR

Dispersar.

Aplique no topo da cabeça (coroa), sobre o coração e ao longo da coluna.

## INTENCIONAL, ORIENTADO À AÇÃO E MANIFESTANTE

Disperse.

- Aplique nos tornozelos, ao longo da coluna e/ou sola dos pés.

## EDIFICADO, CORAJOSO E EMPODERADO

Dispersar.

Aplique na testa, no coração e na sola dos pés.

## SOBRECARGADO, TAGARELICE MENTAL, FALTA DE CLAREZA

Dispersar.

- Aplique na testa nos calcanhares e atrás das orelhas.

## SENTIR-SE DESAFIADO, DEPRESSÃO E ALTERAÇÕES DE HUMOR

Dispersar.

Aplique no topo da cabeça, no coração, atrás das orelhas, sola dos pés e pontos de pulsação.

## PERFUME

Aplique aos pontos de pulsação, peito, atrás das orelhas e nos tornozelos.

In Connect  
IC