



XV CURSO DE FORMAÇÃO YOGA FOR ALL  
SHIVA STUDIO DE YOGA E AYURVEDA  
Master Yoga 500h Intensivo  
Semipresencial  
Programa Resumido

**Direção:** Sheila Quintaneiro

**Local:** Rua das laranjeiras 336. Sobreloja - Em parceria com a Academia Exata Fit

**Início:** Agosto de 2020

**Término:** Dezembro de 2020

**Horários:** de 9h as 18h (sábados e domingos)

Investimentos:

**Inscrição:** R\$260,00

**Formas de Pagamento:**

- À vista com 15% desconto= R\$8.241,00

- No cartão: 12x R\$808,00

Carga Horária:

Aulas teóricas e práticas: 306 horas/aulas

Planejamentos de aulas: 30 aulas, valendo 2 horas cada: 60h

Estágio: 40h

Estudo Dirigidos: 16h, valendo duas horas cada totalizando 32h

Práticas Regulares de Yoga comprovadas: 62h

**Total de 500 horas**

Material Didático:

E-book PDF

Video Aula

Música MP3

Podcast e Links diversos nos nossos canais abertos YouTube e Spotify

ONLINE

- **Aula de Boas Vindas**  
08 de Agosto (Sab)  
9h – 10h30

- **Webnários**

29 de Agosto (Sab):

08 – 12h: Nível Básico\_ Sheila

14 às 19: Nível Intermediário\_ Sheila

30 de Agosto (Dom):

8h -12 h: Nível Avançado\_ Sheila

13:30 – 15:30h: Anatomia e Fisiologia\_ Juliana

15:30 – 16:30h: Yoga para Adolescentes\_ Tainá


**Os Módulos seguintes podem ser alterados devido a Pandemia.**

**Enviaremos um Protocolo de Segurança em breve.**

PRESENCIAL

- **1º Módulo Prático** - 05 de Setembro (sáb): Terapia Indiana na Saúde Infantil\_ Sheila
- **2º Módulo Prático** – 06 de Setembro (dom): Yoga Tridosha\_ Sheila
- **3º Módulo Prático** – 19 de Setembro (sáb): Tantra Yoga\_ Artemus
- **4º Módulo Prático** – 20 de Setembro (dom): Puja, Sat Kriyas e Sânscrito\_ narendra e Priya
- **5º Módulo Prático** – 26 de Setembro (sáb): Hatha Yoga I\_ Sheila
- **6º Módulo Prático** – 27 de Setembro (dom): Terapia dos Chakras\_ Sheila
- **7º Módulo Prático** - 17 de Outubro (sáb): Yoga com Acessórios\_ Sheila
- **8º Módulo Prático** - 18 de Outubro (dom): Yoga para Adolescentes\_ Adriana e Solange
- **9º Módulo Prático** – 24 de Outubro (sáb): Hatha Yoga II e Acro yoga\_ Gabriel
- **10º Módulo Prático** – 25 de Outubro (dom): Hatha Yoga III, Vinyasa e Vinyoga\_ Claudia
- **11º Módulo Prático** - 31 de Outubro (sáb): Yoga para Melhor Idade\_ Sheila
- **12º Módulo Prático** – 01 de Novembro (dom): Yogaterapia Hormonal\_ Sheila
- **13º Módulo Prático** – 14 e 15 de Novembro (sáb e dom): Ashtanga Vinyasa Yoga\_ Charles
- **14º Módulo Prático** – 05 de Dezembro (sáb): Kundalini Yoga\_ Sheila
- **15º Módulo Prático** – 12 e 13 de Dezembro (sáb e dom): Metodologia de Ensino II e Avaliação Final\_ Sheila

**Inscrições:**

Cel: 21 998020053(VIVO) 

**Creditação:**

e-mail: [sheila@shivastudio.org](mailto:sheila@shivastudio.org)

**Mais informações:**

[www.shivastudio.org](http://www.shivastudio.org)

[@shivastudioyoga](https://www.instagram.com/shivastudioyoga)

