



**CURSO DE FORMAÇÃO YOGA FOR ALL**  
**SHIVA STUDIO DE YOGA E AYURVEDA**  
**Instrutor de Yoga 200H**  
**Semipresencial**  
**Programa Resumido**

**Direção:** Sheila Quinttaneiro

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

**Início:** Julho de 2020

**Término:** Dezembro de 2020

**Horários:** De 9h às 18h (sábados e domingos)

Investimento

**Inscrição:** R\$260,00

**Formas de Pagamento:**

- À vista (15% desconto): R\$4.266,00
- 7 cheques pré-datados: R\$ 680,00  
(durante o período de quarentena transferências)
- 7x R\$717,00 no cartão

Carga Horária -

Aulas teóricas/práticas: 126 horas/aulas

Planejamentos de aulas: 15 aulas, valendo 2 horas cada = 30h

Estágio: 16h

Estudo Dirigidos: 8h

Práticas Regulares de Yoga Comprovadas: 20h

40% desse programa será online

**Total de 200h**

Material Exclusivo

E-book PDF

Vídeo Aula

Música MP3

Podcast e Links diversos nos nossos canais abertos YouTube e Spotify

ONLINE

- **Aula Inaugural de Boas Vindas:** Dia 25 de julho - 9 as 10:30h

**Webnario:** – Para esclarecer dúvidas das vídeo-aulas

- **Dia 29 de agosto(Sab):**
- **De 9 às 12h:** Professora Sheila Quinttaneiro: hatha I/ Yoga com Acessórios/Terapia dos chakras /Tantra

**Dia 30 de agosto( Dom)**

- **De 13:30 às 15:30:** Professora Juliana: Anatomia e Fisiologia.

**Os Módulos seguintes podem ser alterados devido a Pandemia.  
Enviaremos Protocolos de Segurança em breve.**

PRESENCIAL

**Nível Básico:**

- 19 de Setembro (Sab): **Módulo V** – Tantra Yoga - Artemus
- 20 de Setembro (Dom): **Módulo VI** – Puja, Sat Kriyas e Sânscrito – Priya e Narendra
- 26 de Setembro (Sab): **Módulo I** – Hatha Yoga I - Sheila
- 27 de Setembro (Dom): **Módulo IV** – Terapia dos Chakras - Sheila
- 17 de outubro (Sab): **Módulo III** – Yoga com Uso de Acessórios - Sheila

Currículos dos Professores no Site.

Inscrições

**Cel:** 21 998020053 (VIVO) 

**e-mail:** info@shivastudio.org

Mais informações

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

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



**Creditação**