



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

Direção: Sheila Quinttaneiro

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

Início: Julho de 2020

Término: Agosto de 2021

Horários: de 9h às 18h (sábados e domingos)

Investimentos:

Inscrição: R\$260,00

Formas de Pagamento:

- À vista com 15% desconto= R\$8.241,00
- Cheques pré-datados 5 % de desconto: 17x R\$540,00
- No cartão: 12x R\$808,00

Carga Horária: 40% desse curso será online:

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: 500 h

Material Didático:

E-book PDF

Vídeo-Aulas teóricas e práticas.

Música MP3

Podcast e Links diversos nos nossos canais abertos YouTube e Spotify

Online ao Vivo no Zoom

Aula Inaugural de Boas Vindas: Dia 25 de julho - 9 as 10h30

Webnário – Para esclarecer dúvidas das vídeo-aulas

Dia 29 de agosto (Sab):

- **De 9h as 12h30:** Professora Sheila Quinttaneiro: Hatha I/ Yoga com Acessórios/Terapia dos chakras /Tantra/ Pujas e Sat Kriyas
- **14h as 18h:** Professora Sheila Quinttaneiro: Yoga para Adolescentes/ hatha II/ hatha III/ Kundalini

Dia 30 de agosto (Dom):

De 9h às 11h: Professora Juliana: Anatomia e Fisiologia.

Os Módulos seguintes podem ser alterados devido a Pandemia.

Enviaremos um Protocolo de Segurança em breve.

PRESENCIAL

Nível Básico:

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

Nível Intermediário

- 18 de outubro (dom): **Módulo VII** – Yoga para Adolescentes - Adriana e Solange
- 24 de Outubro (sáb): **Módulo VIII** – Hatha Yoga II e Yoga Acro Rítmica- Gabriel
- 25 de Outubro (dom): **Módulo IX** – Hatha III, Vinyasa e Vinyoga- Claudia
- 14 e 15 de Novembro (sáb e dom): **Módulo X** – Ashtanga Vinyasa Yoga- Charles
- 05 de Dezembro (sáb): **Módulo XI** – Kundalini Yoga- Sheila

Ano 2021

Online no Zoom ao vivo:

Webnário: Para esclarecer dúvidas sobre as vídeos aulas teóricas. Sheila Quinttaneiro
06 de Março

- 9h as 12h: Yoga Terapia Hormonal /Yoga e Ayurveda para Grávidas/ Terapias Indianas na Saúde Infantil
- 13h30 as 15h30: Yoga Tridosha/ Yoga para a Melhor Idade


PRESENCIAL

Nível Avançado:

- 07 de Março (Sab): **Módulo XII** – Yoga Terapia Hormonal - Sheila
- 10 de abril (Sab): **Módulo XIII** – Yoga e Ayurveda para Grávidas - Sheila
- 11 de abril (Dom): **Módulo XIV** – Terapias Indianas na Saúde Infantil- Sheila
- 01 de maio (Sab): **Módulo XV** – Yoga Tridosha- Sheila
- 02 de maio (Dom): **Módulo XVI** – Yoga para a Melhor Idade - Sheila
- 19 de Junho (Sab): **Módulo XVII** Metodologia de Ensino II - Sheila e Avaliação Final

Currículos dos Professores no Site.

Inscrições:

Cel: 21 998020053(VIVO) 

e-mail: sheila@shivastudio.org

Mais informações:

www.shivastudio.org

[@shivastudioyoga](#)

Creditação:

