



**XIX CURSO DE FORMAÇÃO
AYURVEDA FOR ALL 2022
SHIVA STUDIO DE YOGA E
AYURVEDA**

**SEMI-PRESENCIAL - RIO
MASSOTERAPIA AYURVÉDICA 200h**



Direção: Sheila Quinttaneiro

Creditação: International Association of
Yoga and Ayurveda

**Com aulas presenciais, em local parceiro.
Todo o material gravado, o aluno
podendo consultar por um ano.
Inscrições abertas! Aproveite a
Promoção!**

Carga Horária

Aulas teóricas e práticas: 86h/aulas
Estudo dirigido: 12h x 2=24h



Estágio: 90h
Total: 200 horas/aula

Investimento:

R\$4.130,00. Parcelado em até 10x
R\$413,00 vezes no cartão de crédito, sem
juros.

À vista com desconto: R\$3.717,00

Sobre o Curso:

O Shiva Studio vem oferecendo Cursos de Formação em Ayurveda desde 2004. Em diversos formatos: Massoterapia, de 200h, Terapeuta 350h e o terapeuta Master com 500h. Este curso é fruto das minhas investigações pelo lado terapêutico dos tratamentos, oferecidos pela Medicina Tradicional Indiana, o Ayurveda. É reconhecido pela Organização Mundial de Saúde, OMS. Os resultados são surpreendentes! Normalmente sem efeitos colaterais.

O Nível Básico utiliza massagens, a duas mãos, quatro mãos, dois Terapeutas, ensinaremos como fabricar os óleos, Tailans, anatomia e fisiologia, para o aluno se situar nos parâmetros dos problemas do cliente. Rituais Védicos e Sat kriyas para os alunos poderem limpar o seu próprio organismo e os ambientes de trabalho. Sânscrito para poder pronunciar corretamente o nome dos tratamentos, e quiçá no futuro ler os textos no original. E iniciar o purvakarma que são os tratamentos preparatórios para o Panchakarma, as purificações do organismo, como o shirodhara, o shiroabhyanga, e a

dinacharya, as rotinas diárias para os doshas, essas orientações buscam tornar a pessoa consciente da necessidade de mudar os hábitos de vida insalubres por outros mais saudáveis que possa trazer harmonia, equilíbrio, saúde física, mental e espiritual.

Querendo dar um upgrade, para o terapeuta 350h, vai terminar o estudo dos purvakarma, das oleações, snehana, as terapias de suor, detox, swedanas, o panchakarma, dietética, as terapias de rejuvenescimento e fitoterapia.

Para passar para o de 500 h o aluno vai abrir sua perspectiva de atuar com a yogaterapia, nesses módulos, nosso curso irá unir esses dois conhecimentos, na yoga para, yoga hormonal que ajuda no processo de infertilidade, TPM e menopausa, grávidas, suas diversas fazer parto e pós parto, o bebê, a criança, o yoga tridosha que vai ver cada qualidade do ser e ver como podemos auxiliar o equilíbrio da vata, pitta, Kapha, através do yoga e do ayurveda e fecharemos com o yoga para a melhor idade, os tratamentos para a longevidade.

Para quem esse Curso é dirigido:

O Curso foi criado para atender pessoas com interesse em se aprofundar nos conhecimentos do Ayurveda e pessoas ligadas a área de saúde, não necessariamente com formação acadêmica: massoterapeutas, terapeutas holísticos, professores de yoga, médicos, farmacêuticos, odontologistas, aromaterapeutas, nutricionistas, naturopatas, fonoaudiólogos, etc.

Sheila Quinttaneiro:

É diretora e fundadora do Shiva Studio de Yoga e Ayurveda da Yoga. Vem formando Professores de Yoga e Terapeutas Ayurvédicos, integrando a visão do Yoga, da pedagogia e da arte de curar através das

técnicas tradicionais da Cultura Oriental, chinesa, japonesa e Indiana com um programa de ensino de Yoga criativo e completo.

Formada em Ayurveda na International Academy of Ayurveda em Puna e Kerala Ayurvedic Health Care Índia, onde leva seus alunos para estudos avançados. Tendo se aperfeiçoado com professores como Bri Maya Tiwari, Dr David Frawley, Dr Robert Svoboda, Dr Vasant Lad, Drª Sonali Shinde, dentre outros. Presidente da International Association of Yoga and Ayurveda_ IAYA.

Formada em Yoga Terapia Integrativa por Joseph lepage (USA) e Kundalini Yoga com Byas Dev_Das (Sivananda Institute of Yoguic Studies- Índia). Estudou Tantra com Paulo Murilo Rosas (BR) e Yoga Terapia Hormonal com Anne Marie Bruno (BR). Especializou-se com professores renomados como Glória Arieira (Vedanta-Br), Pedro Kupfer (Ashtanga - Sutras de Patanjali-Uruguai), Camila Reitz (ashtanga – BR) e Clayton Horton (ashtanga_USA), TKV Desikachar (filho de Krishnamacharya - KYM - Vinyoga - Índia), Mansoor (kundalini Yoga – Índia).

Os currículos completos dos ministrantes estão no site do Shiva Studio.

Material Didático

Estamos nos adaptando às mudanças atuais e disponibilizamos nosso material exclusivo através de diversas plataformas e formatos online.

- E-books e estudos dirigidos.

- Grupo de apoio no WhatsApp e Telegram.

PROGRAMA DETALHADO

Módulo I

PROGRAMA DETALHADO

Módulo I

BASES DO AYURVEDA (Aula ao presencial dia 30 de julho)

(Sheila Quinttaneiro)

- Fisiologia Energética do Ayurveda
- Os Dosha e os Cinco Elementos
- Doshas e as estações do Ano
- Os Subdoshas
- Dhatus
- Prana, Tejas e Ojas
- Srotas- Canais por onde fluem as energias vitais
- Kalas
- Agnis
- Rasa, Virya, Guna, Vipak, Prabhava
- O Processo da Doença
- Ama
- Prognóstico
- Constituição e Diagnóstico: Prakriti-Vrikriti
- Pariksha Aspectos a serem avaliados em uma Doença

Módulo II

ANATOMIA (aula gravada)

(Guilherme Simões) e (Pedro Alvim)

- Crânio
- Membros Superiores
- Membros Inferiores
- Cintura Pélvica
- Cintura Escapular
- Tronco
- Biodinâmica
- Anatomia Palpatória

Fundamentos básicos sobre Anatomia Sistêmica, biodinâmica e anatomia palpatória, aplicada às bases práticas do Yoga e Ayurveda: estruturas do crânio, tronco, membros superiores e inferiores. Bases para prevenção de lesões e cuidados com patologias comuns.

Módulo III

FISIOLOGIA

(Juliana Prudente) (aula gravada)

- Sistema Reprodutor
- Sistema Digestório
- Sistema Circulatório
- Sistema Nervoso
- Sistema Respiratório
- Sistema Urinário
- Sistema Linfático

Conceitos básicos sobre Fisiologia Sistêmica Humana, com vistas à prática do Yoga e do Ayurveda: percepção das estruturas em funcionamento e a organização dos sistemas internos. Aprofundamento para os sistemas respiratório, neurológico e endócrino, e suas interlocuções com o Yoga, seus efeitos biológicos e sutis.

Módulo IV

MASSOTERAPIA I (Aula presencial 30 de julho-sábado)

(Sheila Quinttaneiro)

- Benefícios
- Cuidados Preliminares
- Abhyanga I

- Massagem à Duas Mãos
- Produção de Óleos

(Aula bônus ao vivo, online, dia 21 de maio
- para participar terá que ter uma pessoa voluntária para massagear)

Módulo V

MASSOTERAPIA II

(Sheila Quinttaneiro) (Aula presencial 10 de setembro –sábado)

- Abhyanga II
- Chavutti (Massagem com os Pés)
- Confecção de Tailans com Ervas

(Aula bônus ao vivo, online, dia 22 de maio
- para participar terá que ter uma pessoa voluntária para massagear)

Módulo VI

PURVAKARMA I

(Sheila Quinttaneiro) (Aula presencial 11 de setembro –sábado)

- Langhana: Terapia de Pacificação
- Shamana (shanti): Leve Redução do Dosha
- Shodana (shuda): Purificação
- Purvakarmas: Tratamentos preparatórios
- Snehana: Tratamentos com óleo
- Oleação Interna
- Snehana Externo
- Abhyanga III: Massagem das Sete Posições
- Padabhyanga: Massagem nos Pés e Reflexologia
- Shiroabhyanga
- Keesheradhara (Tratamento com Leite Medicado Derramado na Cabeça)
- Shirodhara (Tratamento com Óleo Medicado Derramado na Cabeça)
- Dinacharya

(Aula bônus ao vivo, online, dia 29 de maio
- para participar terá que ter uma pessoa voluntária para massagear)

Módulo VII

ANATOMIA DO YOGA II

(Guilherme Simões-Giriraj)(aula gravada)

Biomecânica II
Patologias da coluna
Ajustes - Cuidados
Músculos acessados pelas posturas
Estudo do movimento

(Ana Inês)(aula gravada)

- As fâscias como estruturas da anatomia física e da anatomia sutil.
- As fâscias e os asanas.

FISIOLOGIA DO YOGA II

(Juliana Prudente)(aula gravada)

Respiração / Pranayamas
Cérebro suas funções/Sistema Endócrino e o Yoga

(Aula bônus ao vivo, online, dia 06 de agosto)

Módulo VIII

AYURVEDA ONLINE II (Aula ao Vivo 08/10)

(Sheila Quinttaneiro)

- Procedimento de atendimentos: Online e presencial
- Cuidados
- Anamnense, prognósticos
- Tratamento

- Orçamento
- Divulgação
- Estudo de casos apresentados pelos alunos
- Orientação para a gravação do vídeo final

final com comentários e haverá uma prova teórica.

MENTORIA

Estudo de casos apresentados pelos alunos e orientação para a gravação do vídeo da prova final

Módulo IX

SÂNSCRITO

(Priya Arupa Dasa) (Aula presencial 06 de novembro)

- Sânscrito
- Alfabetização
- Fonética/ Escrita/ Devanagari
- Pronúncia dos principais termos do Ayurveda

RITUAIS VÉDICOS, SAT KRIYAS (Aula presencial 06 de novembro)
(Narendra Dasa)

- Shat karmas - Jala Net - Kriyas
- Rituais de Purificação, Pujas Etc

(Aula bônus ao vivo, online, dia 05 de julho)

Módulo X

(Sheila Quinttaneiro) II (Aula ao Vivo 20/11)

AVALIAÇÃO

Será gravado previamente um vídeo , o aluno fazendo uma das terapias, este será avaliado e apresentado no dia da avaliação