

MATRIZ CURRICULAR 2019.2

A ordem de alguns módulos poderá ser alterada até o início do curso.

As datas e os conteúdos informados estão 100% confirmados

| Módulo | Data | Temas | Professor |
|--------|------------------------------|--|----------------------------------|
| 1 | 24 e 25 de agosto de 2019 | Introdução ao Yoga I | Marcos Aquino |
| 2 | 14 e 14 de setembro de 2019 | Introdução ao Yoga II | Marcos Aquino |
| 3 | 19 e 20 de outubro de 2019 | Anatomia Básica - Sistema locomotor | Gerson DAddio |
| 4 | 09 e 10 de novembro de 2019 | Introdução ao Yoga III | Marcos Aquino |
| 5 | 14 e 15 de dezembro de 2019 | Introdução ao Yoga IV - Bhagavad Gita e Hatha Yoga | Marcos Aquino |
| 6 | 01 e 02 de fevereiro de 2020 | Introdução ao Yoga V Mudras e Bandhas | Marcos Aquino e Daisy Rodrigues |
| 7 | 07 e 08 de março de 2020 | Pranayama I | Marcos Aquino |
| 8 | 04 e 05 de abril de 2020 | Pranayama II | Marcos Rojo |
| 9 | 16 e 17 de maio de 2020 | Como elaborar uma aula de Yoga | Marcos Aquino |
| 10 | 06 e 07 de junho de 2020 | Kriyas | João Vieira |
| 11 | 18 e 19 de julho de 2020 | Didática I Técnicas de relaxamento | Marcos Aquino |
| 12 | 01 e 02 de agosto de 2020 | Ética e Meditação | Lia Diskin |
| 13 | 12 e 13 de setembro de 2020 | Didática II Yoga para grupos em condomínios | Marcos Aquino |
| 14 | 24 e 25 de outubro de 2020 | Fisiologia cardiorrespiratória aplicada ao Yoga e Pesquisas científicas Revisão Pranayama | Danilo Santaella |
| 15 | 21 e 22 de novembro de 2020 | Didática III Yoga Personalizado Estudo de casos Revisões Avaliações | Marcos Aquino |
| 16 | 05 e 06 de dezembro de 2020 | Didática IV Anamnese em Yoga Yoga em Empresas (básico) | Marcos Aquino e Mariana Baqueiro |

Carga Horária: Disciplinas = 224hrs | Estágio=30hrs | EAD =30hrs – Total: 284hrs