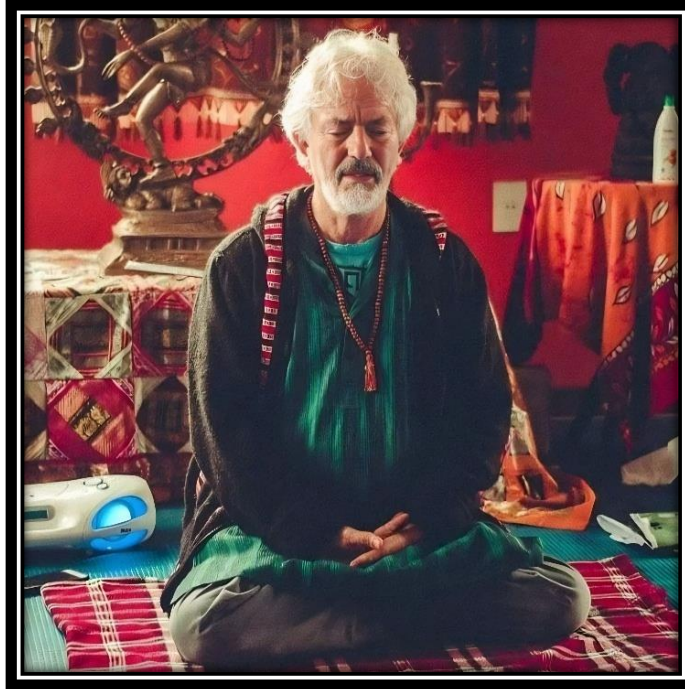




CURSO DE FORMAÇÃO DE INSTRUTORES (AS)
SHIVAM YOGA
2025



NÚCLEO TANDAVA
SÃO CAETANO DO SUL - SP



MESTRE ARNALDO MINISTRANDO AULA DE SHIVAM YOGA

SHIVAM YOGA 2025

O YOGA TRADICIONAL INDIANO É UMA JORNADA DE PODER
E SABEDORIA

DIA A DIA NOS SENTIMOS MAIS FORTES PARA FAZER NOVAS
ESCOLHAS E EMPREENDER MUDANÇAS EM NOSSAS VIDAS QUE NOS
TORNAM MAIS FELIZES E CONSCIENTES

É PRECISO NÃO DESISTIR, NÃO SE DEIXAR ABATER PELOS
OBSTÁCULOS QUE, CERTAMENTE, SURGIRÃO

COM DISCIPLINA, DETERMINAÇÃO E ALEGRIA, NOVAS HISTÓRIAS
IRÃO SE ABRIR... NATURAIS TRANSFORMAÇÕES!

INFORMAÇÕES GERAIS

Com alegria e energia, convidamos a todos (as) interessados (as) para nosso Curso de Formação em Shivam Yoga no Núcleo Tandava em São Caetano do Sul - SP!

O Curso de Formação em Shivam Yoga será ministrado através de aulas teóricas e práticas, sendo realizado EM ONZE ENCONTROS – UM FINAL DE SEMANA POR MÊS e será realizado no Núcleo Tandava, em São Caetano do Sul -SP. O Curso é dirigido por Mestre Arnaldo e será ministrado pelo Instrutor do Shivam Yoga Ashram, Tiago Sabóia (Assistente do Mestre Arnaldo que está ministrando os Cursos em Ouro Preto sob a supervisão do Mestre) com o apoio e organização da Instrutora Karine Tedros, responsável pelo Núcleo Tandava em São Caetano do Sul – SP.

Todo o conteúdo presente em todas as Apostilas é de autoria de Mestre Arnaldo, tendo sua revisão feita antes de cada encontro pelo citado Mestre.

O Curso de Formação em Shivam é voltado não somente para quem deseja se tornar Instrutor ou Instrutora de Yoga Tradicional Indiano, mas, também para todos que queiram uma imersão em processos de autoconhecimento e de despertar da consciência.



ALUNOS EM NOSSO ASHRAM EM OURO PRETO - MG



MESTRE ARNALDO E INSTRUTORA KARINE

São oferecidas disciplinas que sobre as filosofias indianas **Samkhya** e **Tantra** – bases do Yoga Tradicional Indiano – e comparações com outras filosofias e visões de mundo, além de aspectos do **Hinduísmo** relacionados ao Yoga Tradicional Indiano.



ALUNOS NO NÚCLEO TANDAVA – SÃO CAETANO DO SUL-SP

Também há uma imersão teórica e prática em inúmeras **Técnicas** que resgatamos por meio do Sistema Shivam Yoga:

Em ordem alfabética, destacamos:

- **Asanas** (Posições do Yoga Antigo da Índia)
- **Bandhas** (Técnicas de Potencialização Energética)
- **Buddhi** (Despertando a consciência)
- **Dharana** (Técnicas de Concentração mental)
- **Dhyana** (Técnicas de Meditação)
- **Kriyas** (Exercícios de Desintoxicação)
- **Pranayamas** (Exercícios de Respiração),
- **Puja** (Técnicas de Transmissão de energia)
- **Mantras** (Vocalização de sons para meditação)
- **Mudras** (Gestos de Poder)
- **Yoganidra** (Técnicas de Relaxamento e Autoconhecimento)

Além do estudo teórico e prático desses aspectos acima citados, também há o desenvolvimento e treinamento de uma Coreografia de Shivam Yoga, assim como a realização de Apresentações e Avaliações Teóricas e Práticas que são treinadas e executadas ao longo do desenvolvimento do Curso.

CALENDÁRIO CURSO DE FORMAÇÃO EM SHIVAM YOGA – 2025

- **Fevereiro – dias 22 e 23** – 1ª Mensalidade
- **Março – dias 22 e 23** – 2ª Mensalidade
- **Abril – dias 26 e 27** – 3ª Mensalidade
- **Maió – dias 24 e 25** – 4ª Mensalidade
- **Junho – dias 28 e 29** – 5ª Mensalidade
- **Julho – dias 19 e 20** – 6ª Mensalidade
- **Agosto – dias 16 e 17** – 7ª Mensalidade
- **Setembro – dias 27 e 28** – 8ª Mensalidade
- **Outubro – dias 11 e 12** – 9ª Mensalidade
- **Novembro I – dias 01 e 02** – 10ª Mensalidade
- **Novembro II – dias 15 e 16** – 11ª Mensalidade
- **Dezembro – dia 07** – FORMATURA



AUTOPERCEPÇÃO: A FORÇA E ENERGIA DOS ASANAS - YOGA TRADICIONAL INDIANO

ITENS INCLUÍDOS NO CURSO DE FORMAÇÃO PRESENCIAL

▪ **Alimentação vegetariana:**

Sábado - lanche da manhã, almoço, mini lanche à tarde

Domingo - Lanche da manhã.

▪ **Apostilas**

As Apostilas serão entregues IMPRESSAS na medida do desenvolvimento do Curso.

PROGRAMAÇÃO DIÁRIA

SÁBADO

- 07h30min às 08h – Dhyana Meditação em silêncio
- 08h às 09h – Shivam Yoga Sadhana (Aula de Shivam Yoga – Yoga Tradicional Indiano)
- 09h às 10h – Lanche
- 10h às 12h – Teoria e Prática
- 12h às 13h – Almoço
- 13h às 13h40min – Intervalo
- 13h40min às 16h - Teoria e Prática
- 16h às 16h30min – Mini lanche
- 16h30min às 17h30min – Teoria e Prática

DOMINGO

- 07h30min às 08h – Dhyana - Meditação em silêncio
- 08h às 09h – Shivam Yoga Sadhana (Aula de Shivam Yoga – Yoga Tradicional Indiano)
- 09h às 10h – Lanche
- 10h às 12h – Teoria e Prática
- 12h – Encerramento

APOSTILAS DO CURSO DE FORMAÇÃO EM SHIVAM YOGA

1. Biografia – Biografia do Mestre Arnaldo e atual composição do Sistema Shivam Yoga
2. Bibliografia - Listagem de livros relacionados ao Yoga de forma geral e à cultura hindu.
3. Shabda – Preâmbulo - Pequena Introdução do caminhar na Senda.
4. Aspectos Gerais da Cultura Hindu e o Yoga - Resumo do Hinduísmo.
5. Asanas – Exercícios de desbloqueio e autopercepção.
6. Suryanamaskar – Estudo da tradicional série de Asanas voltada para o Sol.
7. Pranayamas – Exercícios de Respiração.
8. Mantras – Sons para Meditação.
9. Refletindo sobre o Yoga Tradicional e suas Reverberações – Um olhar sobre o Yoga Tradicional Indiano.
10. Conceituando o Yoga Tradicional e de outras linhagens – Análise crítica dos conceitos apresentados sobre o Yoga de uma forma geral.
11. Shivam Yoga Sadhana – Aart de Yoga Tradicional Indiano do Sistema Shivam Yoga
12. Mudras - Abordagem teórica e prática das técnicas dos gestos com as mãos.
13. Yamas e Niyamas – Princípios comportamentais.
14. Os Caminhos do Tantrismo - Ações do Instrutor de Shivam Yoga segundo o Tantra.
15. Estados dos Discípulos em Marga – Catalogação dos estados dos Tantrikcharyas segundo o Tantra.
16. Filosofia Samkhya I - Princípios básicos sobre os seres, a vida e o Universo.
17. Filosofia Samkhya II - Aprofundamento dos estudos sobre os princípios do Samkhya.
18. Filosofia Vedanta em Oposição ao Samkhya – Oposições entre o Vedanta e o Samkhya.
19. Hinduísmo – Aspectos Filosóficos - Estudo dos princípios básicos do Hinduísmo.
20. O Yoga Hoje no Mundo - Como hoje o mundo absorve o Yoga e o reverbera.
21. Visão de Mundo do Sistema Shivam Yoga - O Caminho visto pelo Sistema Shivam Yoga.
22. Puja – Energia e Poder - Estudo da transmissão de energia através dos rituais.
23. Anna Shivam Yoga – Cultura Alimentar segundo o Sistema Shivam Yoga.
24. O Tantra – Fisiologia Energética - Estudo dos Chakras, das Nadis e dos Shariras.
25. Meditação e Concentração - Teoria e prática das técnicas de meditação.
26. Yoganidra – Relaxamento - Abordagem teórica e prática das técnicas de relaxamento.

27. Bandhas – Exercícios de Energização - Teoria e prática das técnicas de energização.
28. Kriyas – Exercícios de Desintoxicação - Teoria e prática das técnicas de desintoxicação.
29. Coreografia de Shivam Yoga – Teoria sobre uma coreografia de Shivam Yoga e treinamento de uma coreografia.
30. Gupta Vidya – Relação Mestre/Discípulo e Transmissão de Ensinaamentos.
31. Perfil do Instrutor Tantrikcharya Tradicional – O Instrutor de Shivam Yoga e sua vida cotidiana, social e cultural.
32. Palestra de Cunho Holístico – Compreensão sobre a abordagem do Yoga feita pelas outras linhagens.
33. Regulamentação do Yoga – Prós e Contras.
34. Sânscrito - Algumas palavras-chaves da terminologia sânscrita no Shivam Yoga.
35. Estrutura do Sistema Shivam Yoga – Como se estrutura o Sistema Shivam Yoga.
36. Direcionamentos do Sistema Shivam Yoga – Direcionamentos para serem observados.
37. Vivência dentro do Sistema Shivam Yoga - O cotidiano de um Tantrikcharya Tradicional.

CONTEÚDO PRÁTICO

- Asanas, Bandhas, Dharana, Dhyana, Kriyas, Mudras, Mantras, Pranayamas, Pujas e Yoganidra.
- Aprendizado e treinamento do Shivam Yoga Sadhana – Aula de Yoga Tradicional Indiano segundo o Sistema Shivam Yoga
- Aprendizado de uma Coreografia de Shivam Yoga.

Avaliações Teóricas

São realizadas duas avaliações teóricas sobre todo o conteúdo ministrado:

- **1ª. Avaliação teórica – Data: Junho de 2025**
- **2ª. Avaliação teórica – Data: Novembro de 2025**

Avaliações Práticas

- **SHIVAM YOGA SADHANA - AULA DE YOGA TRADICIONAL INDIANO** - O aluno deverá apresentar toda uma Aula de Shivam Yoga - **Novembro de 2025**
- **COREOGRAFIA DE SHIVAM YOGA** – O aluno deverá apresentar uma Coreografia de Shivam Yoga durante o Encontro - **Novembro de 2025**

- **TÉCNICAS** – A partir do Encontro de março, o aluno começa a apresentar técnicas ensinadas no Encontro anterior (Asanas, Pranayamas, Bandhas, etc.). A nota final da PROVA DE TÉCNICAS é constituída pela média das apresentações executadas durante o período do curso.

VALORES

- **Taxa de matrícula – R\$ 90,00.**

Mensalidades – 11 parcelas de R\$ 650,00, perfazendo, assim, um total de R\$ 7.150,00.

Reciclagem: Para Instrutores (as) de Shivam Yoga já formados conosco – Shivam Yoga Ashram – nesse Curso, oferecemos um desconto de 50% nas mensalidades para a “Reciclagem” no Curso de Formação de Instrutores em Shivam Yoga

FORMA DE PAGAMENTO

- A Inscrição e os Pagamentos devem ser realizados diretamente com o **Núcleo Tandava** por meio da Instrutora **Karine Tedros**
- Pagamento em mensalidades: A primeira mensalidade deve ser paga em fevereiro. A seguir, fazem-se pagamentos mensais até dezembro.
- Pagamento à vista com 7% de desconto.
- Para a conclusão do Curso de Formação é imprescindível a apresentação de todas as Técnicas, do Shivam Yoga Sadhana (Aula de Shivam Yoga), Coreografia de Shivam Yoga, assim como das Provas Teóricas I e II e, ainda, estar quite com o pagamento de todas as Mensalidades.

SISTEMA SHIVAM YOGA

Estruturada por Mestre Arnaldo, a Escola Shivam Yoga Ashram resgata uma tradição milenar indiana: O **Yoga Tradicional Indiano**, tendo sua metodologia e arcabouço teórico-filosófico fundamentados nas filosofias indianas **Samkhya e Tantra** e visa a formação de Instrutores (as), Yoguins e Yoguines.

O Sistema Shivam Yoga desenvolve um trabalho, quer em nível de prática, quer em nível de estudos teóricos, que propicia aos seus participantes – alunos e discípulos – desenvolverem-se na Senda do autoconhecimento e do despertar da consciência.

Muitos Instrutores são formados por **Mestre Arnaldo**, através do Curso de Formação em Shivam Yoga (ou outros Cursos de nossa Escola). Muitos desses discípulos seguem a metodologia do Shivam Yoga, divulgando os conhecimentos adquiridos através de seus Núcleos. Hoje já existem vários **Núcleos de Shivam Yoga** espalhados pelo Brasil e, também, pelo exterior, todos seguindo a orientação do Mestre Arnaldo.

Nosso Curso visa a formar Instrutores (as), mas alunos (as) que não têm esse objetivo poderão dele participar e, assim, desenvolver, em alto grau, o autoconhecimento. Em ambos os casos, concretamente, o aluno inscrito estará empreendendo um trabalho de pesquisa e de resgate do Yoga Tradicional Indiano, abrindo para si, campos de transformação em vários aspectos de sua existência.

Nessa direção, o Curso propiciará que o (a) Instrutor (a) não somente ministre aulas de Shivam Yoga – Yoga Tradicional Indiano, mas também se aprofunde na cultura e nas técnicas do Yoga Antigo da Índia.

BIOGRAFIA DE MESTRE ARNALDO



MESTRE ARNALDO, AO AMANHECER, À BEIRA DO RIO GANJES EM VARANASI – ÍNDIA

1 - Informações Pessoais

Em 1952 nasce na cidade de Bicas – MG. Até a idade de 14 anos vive em uma pequena propriedade rural, de seus avós paternos, Vila São Manoel, pertencente à referida cidade. Na citada propriedade, trabalha – a partir dos sete anos - em afazeres do campo. Dos 14 anos até os 30 anos, passa a viver e a trabalhar em outra pequena propriedade rural, agora pertencente a seus pais, na cidade de Pequeri-MG. Nessa idade, 30 anos, muda-se para a cidade de Ouro Preto-MG. Torna-se servidor técnico-administrativo da Universidade Federal de Ouro Preto, onde também se gradua e se especializa na área das ciências humanas e, ainda, institui o primeiro projeto oficial de Yoga em uma Universidade Federal no Brasil. Torna-se mestre em administração em faculdade de Belo Horizonte. Ainda reside em Ouro Preto, onde se localiza a matriz do Sistema Shivam Yoga – o Shivam Yoga Ashram.

2 - Formação Acadêmica

- Licenciado em Letras – Universidade Federal de Ouro Preto-MG – 1982/1986
- Bacharel em Tradução – Universidade Federal de Ouro Preto-MG – 1983/1987
- Especialista em Cultura e Arte Barroca – Universidade Federal de Ouro Preto-MG - 1988
- Mestre em Administração – Faculdade Novos Horizontes – Belo Horizonte - MG – 2013/2014

3 - Caminho na Senda

1976 – Com 24 anos, iniciou a prática de Anna Yoga – Yoga da Alimentação Vegetariana – quando, também, iniciou estudos sobre o Yoga e começa a fazer práticas pessoais de Yoga.

1982 – **Muda-se para a cidade de Ouro Preto – MG.**

1988 – Em Ouro Preto, iniciou, como aluno, suas práticas de Yoga em um Núcleo de Yoga.

1988 – Com o fechamento do Núcleo de Yoga de Ouro Preto, resolveu ministrar, de forma autodidática, práticas de Yoga a partir de sua experiência e de seus estudos.

1991 – Iniciou um Curso de Formação em Yoga em Belo Horizonte – MG.

1992 – Concluiu Curso de Formação em Yoga em Curitiba-PR, permanecendo franqueado a essa linha de Yoga até 1999, lá fazendo inúmeros outros cursos nessa área.

1992 – Introduziu o Projeto Shivam Yoga na Universidade Federal de Ouro Preto-UFOP, ministrando aulas de Yoga para os três segmentos da Universidade: alunos, funcionários e professores. Esse projeto funcionou de 1992 até fevereiro de 2016, quando Mestre Arnaldo se aposentou da referida Instituição.

1995 – Inicia vários trabalhos em empresas privadas, ministrando aulas de Yoga para funcionários.

1996 – Publica o Livro: *Manual Prático de Yoga – Ouvindo sua Música Interior* – Editora UFOP -Ouro Preto/MG.

1998 – Faz sua primeira viagem para a Índia.

1998 – Recebeu, em Ouro Preto, a seu convite, o indiano Mukesh Kumar Sonee, que passou, juntamente com Mestre Arnaldo, a dirigir e a trabalhar no Shivam Yoga Ashram.

1999 – Desligou-se da franquia da escola de Yoga de Curitiba.

1999 – **Fundou o Sistema Shivam Yoga.**

1999 – Ministrou o primeiro Curso de Formação em Shivam Yoga e o vem ministrando até o presente ano, assim como em Massoterapia Indiana e outros de especialização. Ministrou-os pela UFOP, pela UFV e, atualmente, pelo Shivam Yoga Ashram.

Desde 1999 vem organizando e ministrando, juntamente com os Instrutores do Sistema Shivam Yoga, os Encontro Nacionais de Shivam Yoga.

Desde 1999 vem publicando, sem periodicidade, o Jornal Shiva Nataraja.

De 2000 até 2019 - Produziu e apresentou o “Programa Shiva OM”, na Rádio UFOP-FM.

De 2003 até 2005 - Desenvolveu projetos sociais, levando o Yoga a instituições que trabalham com pessoas carentes, como lares de idosos, etc.

2005 até o presente ano – Organiza junto com Mukesh Kumar Sonee viagens com grupos para a Índia e outros países do Oriente.

2006 – Publica o Livro: ***Shivam Yoga: Autoconhecimento e Despertar da Consciência*** – Editora Lemos- SP.

2008 – Publica o artigo: Marga: a Senda Espiritual Tântrica. **Série Cadernos de Yoga** – Florianópolis: Editora Coan.

2013 – Publica o Livro ***Um Toque Espiritual*** – Editora Graphar – Ouro Preto/ MG.

2013 – Apresentação do artigo: Qualidade de vida e combate ao estresse por meio do Yoga: um estudo de caso. In: CONGRESSO ENANGRAD – ENCONTROS DOS CURSOS DE GRADUAÇÃO EM ADMINISTRAÇÃO, 24. Florianópolis, setembro de 2013.

2013 – Defesa da Dissertação de Mestrado: *Qualidade de vida no trabalho: estudo com servidores técnico-administrativos de uma instituição de ensino superior federal no Estado de Minas Gerais*. Belo Horizonte: Faculdade Novos Horizontes. (Na dissertação há questões sobre melhoria de qualidade de vida por meio do Yoga).

2014 – Formação de Instrutores em língua inglesa (ainda no Brasil).

2016 – Forma, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica e com apoio do Instrutor de Shivam Yoga Paul McCrodden, a primeira turma de Instrutores de Shivam Yoga na Europa – cidade de Dublin – Irlanda. (Curso ministrado em língua inglesa).

2016 – Ministra, em língua inglesa, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica e com apoio do Instrutor de Shivam Yoga Paul McCrodden, Oficinas de Shivam Yoga no Moynalty Yoga Festival em Moynalty, Kells, Co Meath na Irlanda – Europa.

2017 – Forma, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica, turma de Instrutores de Shivam Yoga na Europa – cidade de Dublin – Irlanda. (Curso ministrado em língua inglesa).

2018 – Forma, juntamente com o Instrutor de Shivam Yoga Pedro Neto, turma de monitores de Shivam Yoga em Porto Velho – Estado de Rondônia, com o apoio da ACUDA – Associação Cultural e de Desenvolvimento do Apenado e Egresso.

2018 – Forma, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica, turma de Instrutores de Shivam Yoga na Europa – cidade de Dublin – Irlanda. (Curso ministrado em língua inglesa).

2018 – Ministra, em língua inglesa, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica, Oficinas de Shivam Yoga no Yogific International Festival em Dublin, Irlanda - Europa.

2018 – Ministra, em língua inglesa, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica, Oficinas de Shivam Yoga no Master of Calm (International Festival of Yoga) em Cavan, Irlanda do Norte - Europa.

2018 - Ministrou o I International Shivam Yoga Meeting em Swynnerton Lodge, Retreat Centre, Navan Co Meath, Irlanda – Europa – com o apoio do Shivam Yoga Teacher Beto Mollica e dos Shivam Yoga Instructors da Irlanda.

2019 – Publica o livro: **Shivam Yoga e Índia: Potencializando os Sentidos – Um Ensaio Foto-Poético** – Editora Graphar.

2020 – Inicia a ministrar Curso de Formação em Shivam Yoga e de Massoterapia Indiana na modalidade On-line para alunos na Irlanda junto com Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia

2020 - Ministra, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia os Cursos de Formação em Shivam Yoga e em Massoterapia Indiana nas Modalidades Presencial e On-line.

2020 – Ministra o XII Encontro de Yoguins do Sistema Shivam Yoga.

2020 – Ministra o XX Encontro Nacional de Shivam Yoga – On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia

2021 - Ministra, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia, os Cursos de Formação em Shivam Yoga e em Massoterapia Indiana nas Modalidades Presencial e On-line.

2021 – Ministra o XXI Encontro Nacional de Shivam Yoga – On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia.

2022 - Ministra, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia, os Cursos de Formação em Shivam Yoga e em Massoterapia Indiana nas Modalidades Presencial e On-line

2022 - Ministra o XIII Encontro de Yoguins do Sistema Shivam Yoga – Presencial e On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia.

2022 - Ministra o XXII Encontro Nacional de Shivam Yoga – On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia.

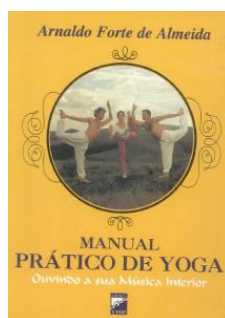
2023 - Ministra, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia, os Cursos de Formação em Shivam Yoga e em Massoterapia Indiana nas Modalidades Presencial e On-line

2023 - Ministra o XIV Encontro de Yoguins do Sistema Shivam Yoga – Presencial e On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia.

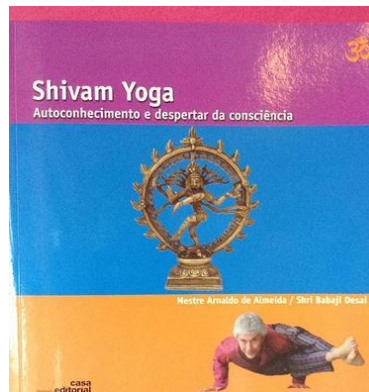
2023 - Ministra o XXIII Encontro Nacional de Shivam Yoga – On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia.

4 – Livros Publicados

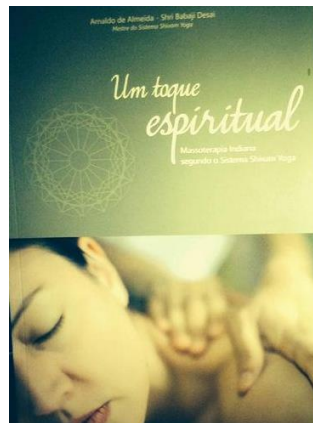
1 - ALMEIDA, Arnaldo de. **Manual prático de Yoga: ouvindo sua música interior**. Ouro Preto: Editora UFOP, 1996.



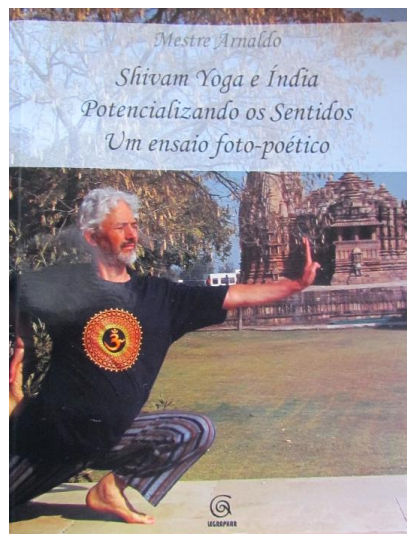
2 - ALMEIDA, Arnaldo de. **Shivam Yoga: autoconhecimento e despertar da consciência.** São Paulo: Editora Lemos, 2006.



3 - ALMEIDA, Arnaldo de. **Um toque espiritual: massoterapia indiana segundo o Sistema Shivam Yoga.** Ouro Preto: Editora Graphar, 2012.



NOVO LIVRO DE MESTRE ARNALDO:



Shivam Yoga e Índia: potencializando os sentidos. Ouro Preto: Editora Graphar, 2019.

COMO CHEGAR AO LOCAL – NÚCLEO TANDAVA

Endereço: Av. Pres. Kennedy, 1302 - sala 2 - Santa Paula, São Caetano do Sul - SP, 09560-010

Instrutora-Organizadora: Karine Tedros (11) 95033-1979

Instrutor-Secretário – Shivam Yoga Ashram: Tiago Sabóia (32) 9 8481-1616



SISTEMA SHIVAM YOGA

O Sistema Shivam Yoga possui, como sua matriz, o Shivam Yoga Ashram e tem seus fundamentos básicos instituídos a partir das filosofias Samkhya e Tantra e do Yoga Tradicional Indiano.

Orientador: Mestre Arnaldo.

Diretores Administrativos: Mukesh Kumar Sonee e Edilayne Santos.

Instrutor-Assistente e Secretário: Tiago Saraiva de Sabóia

Membros Associados: Instrutores e Massoterapeutas trabalhando com Shivam Yoga e Chikisahashta (Massoterapia Indiana) no Brasil e no exterior.

SHIVAM YOGA ASHRAM

Rua Achilles Gonçalves Coelho, n. 89. Bairro N. Senhora de Lourdes

Ouro Preto - MG

Tel.: (31) 9 8794-3708 / (32) 9 8481616

@shivamyoga.ouropreto

shivamyoga@hotmail.com

www.shivamyoga.com.br

