

Programa Avançado

Diferentes Técnicas do Yoga Terapêutico

Reconhecido pela NBA





Programa Avançado

Diferentes Técnicas do Yoga Terapêutico

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Acesso ao site: www.techtute.com/br/ciencias-do-esporte/programa-avancado/programa-avancado-diferentes-tecnicas-yoga-terapeutico

Índice

01

Apresentação

pág. 4

02

Objetivos

pág. 8

03

Direção do curso

pág. 12

04

Estrutura e conteúdo

pág. 18

05

Metodologia

pág. 22

06

Certificado

pág. 30

01

Apresentação

Os processos ou estágios fisiológicos, como o pós-parto, a menopausa ou o desenvolvimento de bebês e crianças, geralmente envolvem algumas dificuldades para sua correta evolução. Nesse contexto, a atividade física é indispensável, assim como a seleção adequada de exercícios e planos terapêuticos. Nesse contexto, o Yoga tem se tornado uma disciplina cada vez mais requisitada, pois oferece, por meio de diferentes técnicas biomecânicas e métodos de relaxamento, tratamentos alternativos para diferentes doenças. Dessa forma, os instrutores deste exercício devem se manter atualizados sobre os métodos mais inovadores de bem-estar biomecânico que estão atualmente sendo implementados na disciplina. Para eles, a TECH elaborou este programa 100% online que, com a metodologia *Relearning*, vai ajudá-los a atualizar suas habilidades de forma rápida e flexível.





“

Graças a este Programa Avançado, você dominará os ciclos terapêuticos do Yoga, sua correta integração nas sessões e elaborará planos de recuperação altamente eficazes"

As lesões físicas geram estresse e ansiedade tanto em atletas quanto em pessoas que não praticam esportes de forma profissional. Os processos de recuperação, em alguns casos, costumam ser muito longos e provocam várias inseguranças nos indivíduos. Por esse motivo, as técnicas de respiração consciente ou Pranayama se tornaram um dos principais e mais eficientes métodos para melhorar a concentração, a clareza mental e a função pulmonar. Essa, assim como outras tendências do yoga terapêutico, é cada vez mais utilizada em processos de reabilitação e até mesmo para prevenir possíveis lesões.

Diante dessa situação, é necessário que os profissionais do setor se mantenham informados sobre as estratégias de trabalho mais recentes e inovadoras no setor. Esse conhecimento e essas competências são acessíveis por meio da do Programa Avançado da TECH, no qual os alunos poderão aperfeiçoar suas habilidades nessa atividade multidisciplinar.

Por meio de um currículo abrangente, você desenvolverá uma revisão das formas de estruturar uma sessão, levando em consideração as necessidades do indivíduo e o problema que deseja abordar. Além disso, o aluno poderá analisar os protocolos mais eficazes a fim de melhorar a condição física dos usuários em caso de queixas específicas, como dores musculares ou lombares. Além disso, aprenderá sobre a base neurofisiológica das técnicas de meditação e relaxamento.

Para esse processo de aprendizagem, o profissional contará com o *Relearning*, uma metodologia 100% online configurada pela TECH para aprimorar suas habilidades práticas da forma mais rápida e flexível. Por outro lado, durante todo o curso, o aluno será orientado por especialistas de destaques no campo do Yoga Terapêutico. Da mesma forma, neste processo de atualização, os alunos receberão vídeos, infográficos e outros materiais multimídia que facilitarão sua compreensão dos conceitos mais complexos dessa área disciplinar.

Este Programa **Avançado de Diferentes Técnicas de Yoga Terapêutico** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado. Suas principais características são:

- ♦ O desenvolvimento de estudos de caso apresentados por especialistas em diferentes técnicas do Yoga Terapêutico
- ♦ O conteúdo gráfico, esquemático e extremamente útil fornece informações científicas e práticas sobre aquelas disciplinas indispensáveis para o exercício da profissão
- ♦ Contém exercícios práticos onde o processo de autoavaliação é realizado para melhorar o aprendizado
- ♦ Destaque especial para as metodologias inovadoras
- ♦ Lições teóricas, perguntas a especialistas, fóruns de discussão sobre temas controversos e trabalhos de reflexão individual
- ♦ Disponibilidade de acesso a todo o conteúdo a partir de qualquer dispositivo fixo ou portátil com conexão à Internet



Não perca a oportunidade de realizar este Programa Avançado e atualizar todas as suas competências para o manejo do Yoga Terapêutico em idosos"

“

Por meio do Relearning, simulação de casos reais e outros métodos didáticos, a TECH ajudará você a dominar diferentes estratégias e planos de intervenção para tratar lesões esportivas por meio do Yoga Terapêutico”

O corpo docente do curso conta com profissionais do setor, que transferem toda a experiência adquirida ao longo de suas carreiras para esta capacitação, além de especialistas reconhecidos de sociedades de referência e universidades de prestígio.

O conteúdo multimídia, desenvolvido com a mais recente tecnologia educacional, permitirá ao profissional uma aprendizagem contextualizada, ou seja, realizada através de um ambiente simulado, proporcionando uma capacitação imersiva e programada para praticar diante de situações reais.

A estrutura deste programa se concentra na Aprendizagem Baseada em Problemas, através da qual o profissional deverá resolver as diferentes situações de prática profissional que surgirem ao longo do curso acadêmico. Para isso, contará com a ajuda de um inovador sistema de vídeo interativo realizado por especialistas reconhecidos.

Aprenda técnicas avançadas de relaxamento, como a respiração Pranayama e a meditação Kokyuhoo, com os melhores especialistas.

O Yoga provou ser uma alternativa muito eficaz para o tratamento de dores no corpo e, com este programa, será possível conduzir sessões que atendam a essa finalidade.



02

Objetivos

O principal objetivo deste curso é fornecer ao profissional uma capacitação avançada nas técnicas atualmente utilizadas no campo do Yoga Terapêutico. Isso será realizado por meio de conteúdos atualizados que lhes permitirão fortalecer suas estratégias, planos de reabilitação e implementar diferentes posturas que se ajustem às necessidades e exigências dos pacientes. Além disso, o objetivo é que cada aluno adquira habilidades práticas nessas disciplinas por meio de recursos de ensino inovadores, como a *Relearning* e a simulação de casos reais.





“

Conquiste suas metas de aprendizagem e mantenha-se atualizado com os mais recentes avanços do Yoga Terapêutico com este programa 100% online"



Objetivos gerais

- ♦ Incorporar os conhecimentos e habilidades necessários para o correto desenvolvimento e aplicação das técnicas de Yoga Terapêutico do ponto de vista clínico
- ♦ Criar um programa de Yoga projetado e baseado em evidências científicas
- ♦ Aprofundar-se nos asanas mais adequados de acordo com as características da pessoa e as lesões que ela apresenta
- ♦ Aprofundar-se no estudo da biomecânica e sua aplicação aos asanas do Yoga Terapêutico
- ♦ Descrever a adaptação dos asanas do Yoga às patologias de cada pessoa
- ♦ Aprofundar-se na base neurofisiológica das técnicas de meditação e relaxamento existentes

“

Com a TECH, você alcançará a excelência e se posicionará como um especialista com alto nível de domínio das técnicas mais complexas do Yoga Terapêutico”.





Objetivos específicos

Módulo 1. Yoga nos diferentes momentos de evolução

- ♦ Aprofundar as diferentes necessidades do corpo e a prática de ioga em diferentes momentos da vida, como infância, idade adulta e velhice
- ♦ Explorar como a prática de ioga pode ajudar as mulheres durante o ciclo menstrual e a menopausa, e como adaptar a prática para atender às suas necessidades
- ♦ Aprofunde-se nos cuidados e na prática da ioga durante a gravidez e o pós-parto e em como adaptar a prática para atender às necessidades das mulheres nesses momentos
- ♦ Identificar a adequação da prática de ioga para pessoas com necessidades físicas e/ou sensoriais especiais e como adaptar a prática para atender às suas necessidades
- ♦ Aprenda a criar sequências de ioga específicas para cada momento evolutivo e necessidade individual
- ♦ Identificar e aplicar as melhores práticas para garantir a segurança e o bem-estar durante a prática de ioga em diferentes estágios de desenvolvimento e situações especiais

Módulo 2. Técnicas Respiratórias

- ♦ Descrever a fisiologia do sistema respiratório e como ela se relaciona com a prática do pranayama
- ♦ Conhecer os diversos tipos de respiração e como afetam o sistema respiratório e o corpo em geral
- ♦ Identificar os diferentes componentes da respiração, como inspiração, expiração e retenções, e como cada um deles afeta a fisiologia do corpo
- ♦ Aprofundar os conceitos dos canais de energia ou nadis e como eles se relacionam com a fisiologia da respiração e a prática de pranayama

- ♦ Descrever os diferentes tipos de pranayamas e como eles afetam a fisiologia do corpo e da mente
- ♦ Identificar os conceitos básicos dos mudras e como eles se relacionam com a fisiologia da respiração e da prática de pranayama
- ♦ Aprofundar os efeitos da prática de pranayama na fisiologia do corpo e como esses efeitos podem ajudar a melhorar a saúde e o bem-estar

Módulo 3. Técnicas de meditação e relaxamento

- ♦ Descrever a base neurofisiológica das técnicas meditativas e de relaxamento na prática de Yoga
- ♦ Aprofundar-se na definição de mantra, sua aplicação e benefícios na prática da meditação
- ♦ Identificar os aspectos internos da filosofia da ioga, incluindo Pratyahara, Dharana, Dhyana e Samadhi, e como eles se relacionam com a meditação
- ♦ Investigar os diferentes tipos de ondas cerebrais e como elas ocorrem no cérebro durante a meditação
- ♦ Identificar os diferentes tipos de meditação e técnicas de meditação guiada e como elas são aplicadas na prática de yoga
- ♦ Aprofundar-se no conceito de atenção *plena*, seus métodos e diferenças em relação à meditação
- ♦ Aprofundar-se em Savasana, como realizar um relaxamento, os diferentes tipos e adaptações
- ♦ Identificar as primeiras etapas do Yoga Nidra e sua aplicação na prática de Yoga

03

Direção do curso

O corpo docente deste programa de capacitação é formado por profissionais renomados no campo do Yoga Terapêutico. Essa equipe de professores se mantém atualizada sobre as técnicas mais avançadas nesse setor e suas aplicações para prevenir, tratar e reabilitar pessoas com diferentes tipos de lesões. Cada um desses profissionais participou ativamente da escolha dos conteúdos e materiais multimídia integrados ao curso. Com base em suas competências e experiências, o aluno receberá o guia pedagógico mais completo e atualizado disponível.



“

Aprenda com os melhores profissionais do ramo e aperfeiçoe suas habilidades na aplicação de técnicas de Yoga"

Diretora Internacional Convidada

Como Diretora de Professores e Chefe de Formação de Instrutores do Integral Yoga Institute, em Nova York, Dianne Galliano se posicionou como uma das figuras mais importantes da área em nível internacional. Seu foco acadêmico tem sido principalmente a Yoga Terapêutico, com mais de 6.000 horas documentadas de ensino e educação continuada.

Assim, ela vem orientando, desenvolvendo protocolos e critérios de formação e fornecendo educação continuada aos instrutores do Integral Yoga Institute. Ela combina esse trabalho com sua função de terapeuta e instrutora em outras instituições, como o The 14TH Street Y, o Integral Yoga Institute Wellness Spa ou a Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Seu trabalho também se estende à criação e **condução de programas de Yoga**, desenvolvendo exercícios e avaliando os desafios que **possam surgir**. Ao longo de sua carreira, ela trabalhou com diferentes perfis de pessoas, incluindo homens e mulheres idosos e de meia-idade, indivíduos em período pré-natal e pós-natal, jovens adultos e até veteranos de guerra com diversos problemas de saúde física e mental.



Sra. Dianne Galliano

- ♦ Diretora de Professores do Integral Yoga Institute - Nova York, EUA
- ♦ Instrutora de Yoga Terapêutico no The 14TH Street Y
- ♦ Terapeuta de Yoga no Integral Yoga Institute Wellness Spa na cidade de Nova York
- ♦ Instrutora terapêutica na Educational Alliance: Center for Balanced Living
- ♦ Formada em Educação Elementar pela Universidade Estadual de Nova York
- ♦ Mestrado em Yoga Terapêutico pela Universidade de Maryland

“

Graças à TECH você será capaz de aprender com os melhores profissionais do mundo”

Direção



Sra. Zoraida Escalona García

- ♦ Vice-presidente da Associação Espanhola de Yoga Terapêutico
- ♦ Fundadora do método Air Core (aulas que combinam TRX e/ou treinamento funcional com Yoga)
- ♦ Pós-graduação em Yoga Terapêutico
- ♦ Formada em Ciências Biológicas pela UAM
- ♦ Curso de Professor de: Ashtanga Yoga Progressivo, FisiomYoga, Yoga Miofascial, Yoga e Câncer
- ♦ Curso de Instrutor de Pilates de Solo
- ♦ Curso de Fitoterapia e Nutrição
- ♦ Curso para professor de meditação



Professores

Sra. Mar García

- ♦ Diretora do Centro de Yoga e Instrutor de Yoga na Satnam Yoga
- ♦ Professor de Vinyasa Yoga
- ♦ Instrutor especial de Yoga
- ♦ Instrutor de Yoga para crianças e famílias

Sra. Inmaculada Salvador Crespo

- ♦ Coordenador do Instituto Europeu de Yoga
- ♦ Professora de Yoga e Meditação na IEY
- ♦ Especialista em Yoga Integral e Meditação
- ♦ Especialista em Vinyasa yoga e Power yoga
- ♦ Especialista em Yoga Terapêutico

Sr. Ricardo Ferrer

- ♦ Diretor do Instituto Europeu de Yoga
- ♦ Diretor da Escola Centro de Luz
- ♦ Diretor da Escola Nacional de Reiki Evolutivo
- ♦ Instrutor de Hot Yoga no Centre of Light
- ♦ Formador de instrutores de Power Yoga
- ♦ Formador de instrutores de Yoga
- ♦ Instrutor de Ashtanga Yoga e Yoga Progressivo
- ♦ Instrutor de Chi Kung
- ♦ Instrutor de Yoga da Body Intelligence
- ♦ Instrutor do SupYoga

04

Estrutura e conteúdo

As técnicas mais modernas e atualizadas do Yoga têm alcançado diferentes aplicações e resultados na reabilitação de lesões e na prevenção de algumas doenças para atletas e pessoas que não se exercitam de forma profissional. Por esse motivo, a TECH integrou as principais inovações nesse setor em um programa completo no qual o profissional adquire conhecimentos e competências práticas de excelência com base em métodos didáticos como o *Relearning* e estudos de caso da Escola de Harvard.



“

Conclua este Programa Avançado sem sair de casa, nem ter que se deslocar até um centro de estudos, graças à plataforma online da TECH”

Módulo 1. Yoga nos diferentes momentos de evolução

- 1.1. Infância
 - 1.1.1. Por que é importante?
 - 1.1.2. Benefícios
 - 1.1.3. Como é uma aula
 - 1.1.4. Exemplo de uma saudação ao sol adaptada
- 1.2. Mulher e ciclo menstrual
 - 1.2.1. Fase menstrual
 - 1.2.2. Fase Folicular
 - 1.2.3. Fase ovulatória
 - 1.2.4. Fase lútea
- 1.3. Yoga e o ciclo menstrual
 - 1.3.1. Sequência da fase folicular
 - 1.3.2. Sequência da fase ovulatória
 - 1.3.3. Sequência da fase lútea
 - 1.3.4. Sequência durante a menstruação
- 1.4. Menopausa
 - 1.4.1. Considerações gerais
 - 1.4.2. Alterações físicas e hormonais
 - 1.4.3. Benefícios da prática
 - 1.4.4. Asanas recomendados
- 1.5. Gravidez
 - 1.5.1. Por que praticá-lo
 - 1.5.2. Asanas no primeiro trimestre
 - 1.5.3. Asana segundo trimestre
 - 1.5.4. Asana terceiro trimestre
- 1.6. Pós-parto
 - 1.6.1. Benefícios físicos
 - 1.6.2. Benefícios mentais
 - 1.6.3. Recomendações gerais
 - 1.6.4. Praticar com o bebê

- 1.7. Terceira idade
 - 1.7.1. Principais patologias que encontraremos
 - 1.7.2. Benefícios
 - 1.7.3. Considerações gerais
 - 1.7.4. Contraindicações
- 1.8. Deficiência física
 - 1.8.1. Lesão cerebral
 - 1.8.2. Lesão na medula espinhal
 - 1.8.3. Danos musculares
 - 1.8.4. Como planejar uma aula
- 1.9. Deficiência sensorial
 - 1.9.1. Auditiva
 - 1.9.2. Visual
 - 1.9.3. Sensorial
 - 1.9.4. Como projetar uma sequência
- 1.10. Considerações gerais sobre as deficiências mais comuns que encontraremos
 - 1.10.1. Síndrome de Down
 - 1.10.2. Autismo
 - 1.10.3. Paralisia cerebral
 - 1.10.4. Transtornos do desenvolvimento intelectual

Módulo 2. Técnicas Respiratórias

- 2.1. Pranayama
- 2.2. Tipos de respiração
- 2.3. Purificação dos condutores de energia prânica ou nadis
- 2.4. Inspiração: puraka
- 2.5. Rechaka de expiração
- 2.6. Retenções: kumbakha
- 2.7. Pranayamas purificadores
- 2.8. Pranayamas estimulantes e refrescantes
- 2.9. Pranayamas de regeneração:
- 2.10. Mudras



Módulo 3. Técnicas de meditação e relaxamento

- 3.1. Mantras
- 3.2. Aspectos internos do Yoga
- 3.3. Meditação
- 3.4. Ondas cerebrais
- 3.5. Tipos de meditação
- 3.6. Técnicas de meditação 1
- 3.7. Técnicas de meditação 2
- 3.8. Mindfulness
- 3.9. Relaxamento/ savasana
- 3.10. Yoga nidra

“

Com a metodologia Relearning, você terá a oportunidade de consolidar o conteúdo deste Programa Avançado com maior determinação”

05

Metodologia

Este programa de capacitação oferece uma forma diferente de aprendizagem. A nossa metodologia é desenvolvida através de um modo de aprendizagem cíclico: **o Relearning**. Este sistema de ensino é utilizado, por exemplo, nas escolas médicas mais prestigiadas do mundo e tem sido considerado um dos mais eficazes pelas principais publicações, tais como a *New England Journal of Medicine*.





“

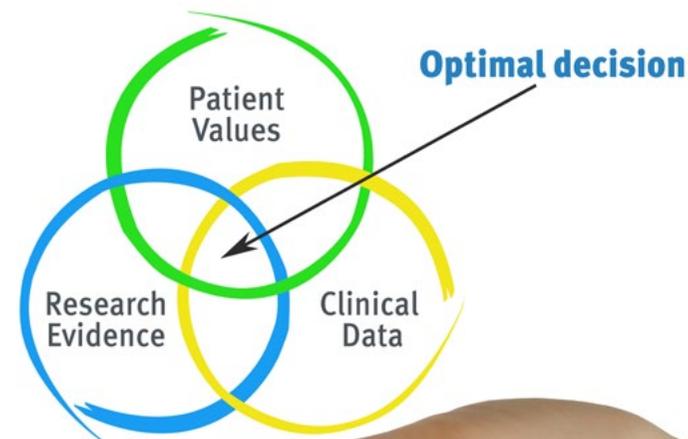
Descubra o Relearning, um sistema que abandona a aprendizagem linear convencional para o levar através de sistemas de ensino cíclicos: uma forma de aprendizagem que provou ser extremamente eficaz, especialmente em disciplinas que requerem memorização”

Estudo de Caso para contextualizar todo o conteúdo

O nosso programa oferece um método revolucionário de desenvolvimento de competências e conhecimentos. O nosso objetivo é reforçar as competências num contexto de mudança, competitivo e altamente exigente.

“

Com a TECH pode experimentar uma forma de aprendizagem que abala as fundações das universidades tradicionais de todo o mundo”



Terá acesso a um sistema de aprendizagem baseado na repetição, com ensino natural e progressivo ao longo de todo o programa de estudos.



O estudante aprenderá, através de atividades de colaboração e casos reais, a resolução de situações complexas em ambientes empresariais reais.

Um método de aprendizagem inovador e diferente

Este programa da TECH é um programa de ensino intensivo, criado de raiz, que propõe os desafios e decisões mais exigentes neste campo, tanto a nível nacional como internacional. Graças a esta metodologia, o crescimento pessoal e profissional é impulsionado, dando um passo decisivo para o sucesso. O método do caso, a técnica que constitui a base deste conteúdo, assegura que a realidade económica, social e profissional mais atual é seguida.

“ *O nosso programa prepara-o para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso na sua carreira”*

O método do caso tem sido o sistema de aprendizagem mais amplamente utilizado pelas melhores faculdades do mundo. Desenvolvido em 1912 para que os estudantes de direito não só aprendessem o direito com base no conteúdo teórico, o método do caso consistia em apresentar-lhes situações verdadeiramente complexas, a fim de tomarem decisões informadas e valorizarem juízos sobre a forma de as resolver. Em 1924 foi estabelecido como um método de ensino padrão em Harvard.

Numa dada situação, o que deve fazer um profissional? Esta é a questão que enfrentamos no método do caso, um método de aprendizagem orientado para a ação. Ao longo do programa, os estudantes serão confrontados com múltiplos casos da vida real. Terão de integrar todo o seu conhecimento, investigar, argumentar e defender as suas ideias e decisões.

Relearning Methodology

A TECH combina eficazmente a metodologia do Estudo de Caso com um sistema de aprendizagem 100% online baseado na repetição, que combina 8 elementos didáticos diferentes em cada lição.

Melhoramos o Estudo de Caso com o melhor método de ensino 100% online: o Relearning.

Em 2019, alcançámos os melhores resultados de aprendizagem de todas as universidades online do mundo.

Na TECH aprende-se com uma metodologia de vanguarda concebida para formar os gestores do futuro. Este método, na vanguarda da pedagogia mundial, chama-se Relearning.

A nossa universidade é a única universidade de língua espanhola licenciada para utilizar este método de sucesso. Em 2019, conseguimos melhorar os níveis globais de satisfação dos nossos estudantes (qualidade de ensino, qualidade dos materiais, estrutura dos cursos, objetivos...) no que diz respeito aos indicadores da melhor universidade online do mundo.



No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, mas acontece numa espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, cada um destes elementos é combinado de forma concêntrica. Esta metodologia formou mais de 650.000 licenciados com sucesso sem precedentes em áreas tão diversas como a bioquímica, genética, cirurgia, direito internacional, capacidades de gestão, ciência do desporto, filosofia, direito, engenharia, jornalismo, história, mercados e instrumentos financeiros. Tudo isto num ambiente altamente exigente, com um corpo estudantil universitário com um elevado perfil socioeconómico e uma idade média de 43,5 anos.

O Relearning permitir-lhe-á aprender com menos esforço e mais desempenho, envolvendo-o mais na sua capacitação, desenvolvendo um espírito crítico, defendendo argumentos e opiniões contrastantes: uma equação direta ao sucesso.

A partir das últimas provas científicas no campo da neurociência, não só sabemos como organizar informação, ideias, imagens e memórias, mas sabemos que o lugar e o contexto em que aprendemos algo é fundamental para a nossa capacidade de o recordar e armazenar no hipocampo, para o reter na nossa memória a longo prazo.

Desta forma, e no que se chama Neurocognitive context-dependent e-learning, os diferentes elementos do nosso programa estão ligados ao contexto em que o participante desenvolve a sua prática profissional.



Este programa oferece o melhor material educativo, cuidadosamente preparado para profissionais:



Material de estudo

Todos os conteúdos didáticos são criados pelos especialistas que irão ensinar o curso, especificamente para o curso, para que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Estes conteúdos são depois aplicados ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isto, com as mais recentes técnicas que oferecem peças de alta-qualidade em cada um dos materiais que são colocados à disposição do aluno.



Masterclasses

Existem provas científicas sobre a utilidade da observação por terceiros especializada.

O denominado Learning from an Expert constrói conhecimento e memória, e gera confiança em futuras decisões difíceis.



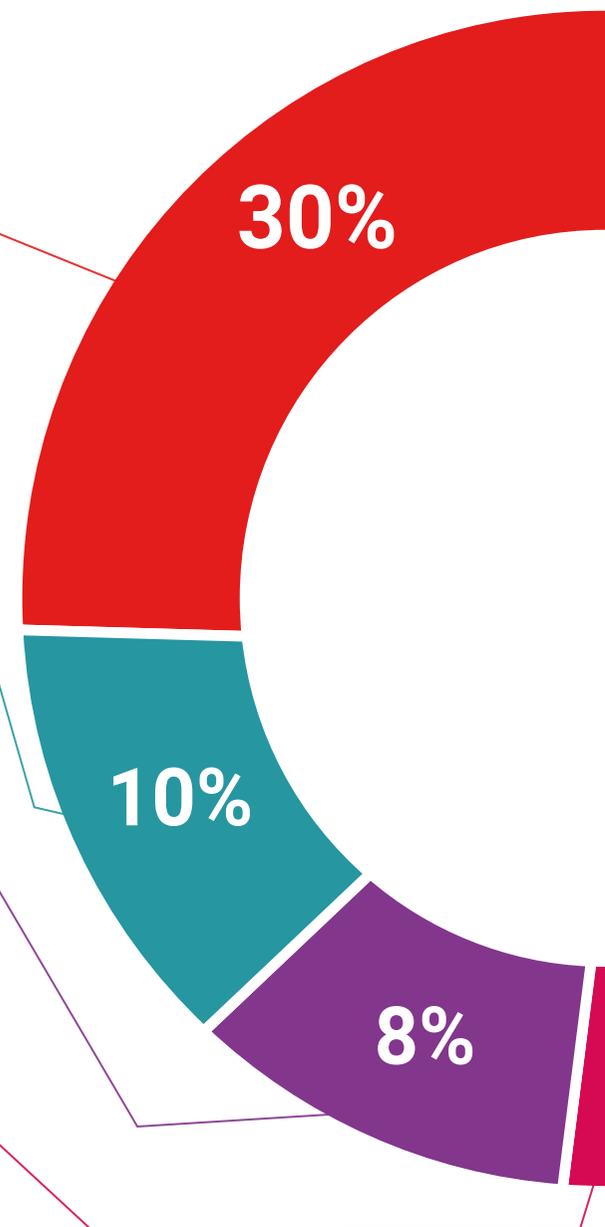
Práticas de aptidões e competências

Realizarão atividades para desenvolver competências e aptidões específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e desenvolver as competências e capacidades que um especialista necessita de desenvolver no quadro da globalização em que vivemos.



Leituras complementares

Artigos recentes, documentos de consenso e diretrizes internacionais, entre outros. Na biblioteca virtual da TECH o aluno terá acesso a tudo o que necessita para completar a sua capacitação





Case studies

Completarão uma seleção dos melhores estudos de casos escolhidos especificamente para esta situação. Casos apresentados, analisados e instruídos pelos melhores especialistas na cena internacional.



Resumos interativos

A equipa da TECH apresenta os conteúdos de uma forma atrativa e dinâmica em comprimidos multimédia que incluem áudios, vídeos, imagens, diagramas e mapas conceituais a fim de reforçar o conhecimento.

Este sistema educativo único para a apresentação de conteúdos multimédia foi premiado pela Microsoft como uma "História de Sucesso Europeu"



Testing & Retesting

Os conhecimentos do aluno são periodicamente avaliados e reavaliados ao longo de todo o programa, através de atividades e exercícios de avaliação e auto-avaliação, para que o aluno possa verificar como está a atingir os seus objetivos.



06

Certificado

O Programa Avançado de Diferentes Técnica do Yoga Terapêutico garante, além da capacitação mais rigorosa e atualizada, o acesso a um título de Programa Avançado emitido pela TECH Universidade Tecnológica.





“

*Conclua este programa de estudos
com sucesso e receba o seu certificado
sem sair de casa e sem burocracias”*

Este **Programa Avançado de Diferentes Técnicas do Yoga Terapêutico** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* correspondente ao título de **Programa Avançado** emitido pela **TECH Universidade Tecnológica**.

O certificado emitido pela **TECH Universidade Tecnológica** expressará a qualificação obtida no Programa Avançado, atendendo aos requisitos normalmente exigidos pelas bolsas de empregos, concursos públicos e avaliação de carreira profissional

Título: **Programa Avançado de Diferentes Técnicas do Yoga Terapêutico**

N.º de Horas Oficiais: **450h**

Reconhecido pela NBA



*Apostila de Haia: Caso o aluno solicite que seu certificado seja apostilado, a TECH EDUCATION providenciará a obtenção do mesmo a um custo adicional.

futuro
saúde confiança pessoas
informação orientadores
educação certificação ensino
garantia aprendizagem
instituições tecnologia
comunidade compromisso
atenção personalizada
conhecimento inovação
presente qualidade
desenvolvimento sistemas

tech universidade
tecnológica

Programa Avançado
Diferentes Técnicas
do Yoga Terapêutico

- » Modalidade: online
- » Duração: 6 meses
- » Certificado: TECH Universidade Tecnológica
- » Dedicção: 16h/semana
- » Horário: no seu próprio ritmo
- » Provas: online

Programa Avançado

Diferentes Técnicas do Yoga Terapêutico

Reconhecido pela NBA

