



Curso Yield Farming Aplicado à DeFi

» Modalidade: online

» Duração: 6 semanas

» Certificado: TECH Universidade Tecnológica

» Horário: no seu próprio ritmo

» Provas: online

» Dirigido a: Graduados ou formados que tenham concluído que tenham concluído previamente qualquer uma das seguintes graduações na área de Ciência da Computação, Economia, Finanças, Tecnologia, Inovação ou Pesquisa em Blockchain

Acesso ao site: www.techtitute.com/br/escola-de-negocios/curso/yield-farming-aplicado-defi

Índice

02 **Boas-vindas** Por que estudar na TECH? Objetivos Por que o nosso programa? pág. 4 pág. 6 pág. 14 pág. 10 06 Metodologia Estrutura e conteúdo Perfil dos nossos alunos pág. 20 pág. 26 pág. 34 80 Direção do curso Impacto para a sua carreira Benefícios para a sua empresa pág. 42 pág. 46 pág. 38

pág. 50

Certificado

01 **Boas-vindas**

O Yield Farming é uma estratégia valiosa para o setor de criptofinanças, no qual a maximização dos rendimentos é uma prioridade. Por meio dessa técnica, plataformas descentralizadas de empréstimo e troca, como a Uniswap, que facilitam a coleta de recompensas, estão sendo cada vez mais promovidas. Ao mesmo tempo, as empresas do século XXI estão familiarizadas com esse novo contexto econômico digital e suas vantagens. É por isso que os perfis de gestão com uma sólida formação nesta área emergente são cada vez mais requisitados. Como resultado, a TECH desenvolveu este programa em que o aluno poderá se aprofundar na gestão de riscos e na implementação de mecanismos para otimizar o rendimento das *Blockchains*. Além disso, este curso universitário conta com uma metodologia 100% online e uma equipe de professores composta pelos melhores especialistas.









tech 08 | Por que estudar na TECH?

Na TECH Global University



Inovação

A universidade oferece um modelo de aprendizagem online que combina a mais recente tecnologia educacional com o máximo rigor pedagógico. Um método único, com o mais alto reconhecimento internacional, que proporcionará ao aluno os elementos-chave para se desenvolver em um mundo que está em constante mudança, onde a inovação deve ser a principal aposta de todos os empresários.

"Caso de Sucesso Microsoft Europa" por incorporar aos cursos um inovador sistema interativo de multivídeo.



Máxima exigência

O critério de admissão da TECH não é econômico. Você não precisa fazer um grande investimento para estudar nesta universidade. No entanto, para concluir os cursos da TECH, os limites de inteligência e capacidade do aluno serão testados. O padrão acadêmico desta instituição é muito alto...

95%

dos alunos da TECH finalizam seus estudos com sucesso



Networking

Os cursos da TECH são realizados por profissionais de todo o mundo, permitindo que os alunos possam criar uma ampla rede de contatos que será útil para seu futuro.

+100.000

+200

gestores capacitados a cada ano

nacionalidades diferentes



Empowerment

O aluno crescerá ao lado das melhores empresas e dos profissionais mais prestigiosos e influentes. A TECH desenvolveu parcerias estratégicas e uma valiosa rede de contatos com os principais agentes econômicos dos 7 continentes

+500

acordos de colaboração com as melhores empresas



Talento

Este programa é uma proposta única para revelar o talento do aluno no mundo dos negócios. Uma oportunidade para demonstrar suas inquietudes e sua visão de negócio.

Ao concluir este programa, a TECH ajuda o aluno a mostrar ao mundo o seu talento



Contexto Multicultural

Ao estudar na TECH, o aluno irá desfrutar de uma experiência única. Estudará em um contexto multicultural. Em um curso com visão global, através do qual será possível aprender sobre a forma de trabalhar em diferentes lugares do mundo, reunindo as últimas informações que melhor se adequam à sua ideia de negócio

A TECH conta com alunos de mais de 200 nacionalidades



Aprenda com os melhores

Em sala de aula, a equipe de professores da TECH explica o que os levou ao sucesso em suas empresas, trabalhando a partir de um contexto real, animado e dinâmico. Professores que se envolvem ao máximo para oferecer uma capacitação de qualidade, permitindo que o aluno cresça profissionalmente e se destaque no mundo dos negócios

Professores de 20 nacionalidades diferentes



Na TECH você terá acesso aos estudos de casos mais rigorosos e atuais do mundo acadêmico"

Por que estudar na TECH? | 09 tech

A TECH busca a excelência e, para isso, possui uma série de características que a tornam uma universidade única:



Análise

A TECH explora o lado crítico do aluno, sua capacidade de questionar as coisas, suas habilidades interpessoais e de resolução de problemas



Excelência acadêmica

A TECH oferece aos alunos a melhor metodologia de aprendizagem online. A universidade combina o método Relearning (metodologia de aprendizagem de pós-graduação mais bem avaliada internacionalmente) com o Estudo de Caso. Tradição e vanguarda em um equilíbrio desafiador, com o itinerário acadêmico mais rigoroso



Economia de escala

A TECH é a maior universidade online do mundo. Conta com um portfólio de mais de 10 mil cursos de pós-graduação. E na nova economia, volume + tecnologia = preço disruptivo. Dessa forma, garantimos que estudar não seja tão caro quanto em outra universidade





tech 12 | Por que o nosso programa?

Este curso irá proporcionar diversas vantagens profissionais e pessoais, entre elas:



Dar um impulso definitivo na carreira do aluno

Ao estudar na TECH, o aluno será capaz de assumir o controle do seu futuro e desenvolver todo o seu potencial. Ao concluir este programa, o aluno irá adquirir as habilidades necessárias para promover uma mudança positiva em sua carreira em um curto espaço de tempo

70% dos participantes desta capacitação alcançam uma mudança profissional positiva em menos de 2 anos.



Desenvolver uma visão estratégica e global da empresa

A TECH oferece uma visão aprofundada sobre gestão geral, permitindo que o aluno entenda como cada decisão afeta as diferentes áreas funcionais da empresa

Nossa visão global da empresa irá melhorar sua visão estratégica



Consolidar o aluno na alta gestão empresarial

Estudar na TECH significa abrir as portas para um cenário profissional de grande importância, para que o aluno possa se posicionar como um gestor de alto nível, com uma ampla visão do ambiente internacional

Você irá trabalhar mais de 100 casos reais de alta gestão.



Assumir novas responsabilidades

Durante o programa de estudos, serão apresentadas as últimas tendências, avanços e estratégias, para que os alunos possam desenvolver seu trabalho profissional em um ambiente que está em constante mudança

45% dos alunos são promovidos dentro da empresa que trabalham.



Acesso a uma poderosa rede de contatos

A TECH conecta seus alunos para maximizar as oportunidades. Alunos com as mesmas inquietudes e vontade de crescer. Assim, poderão dividir parceiros, clientes ou fornecedores

> Você irá encontrar uma rede de contatos essencial para o seu desenvolvimento profissional.



Desenvolver projetos de negócio de forma rigorosa

O aluno irá adquirir uma visão estratégica aprofundada que irá ajudá-lo a desenvolver seu próprio projeto, levando em conta as diferentes áreas da empresa

20% dos nossos alunos desenvolvem sua própria ideia de negócio.



Melhorar soft skills e habilidades de gestão

A TECH ajuda o aluno a aplicar e desenvolver os conhecimentos adquiridos e melhorar suas habilidades interpessoais para se tornar um líder que faz a diferença

Melhore as suas habilidades de comunicação e liderança e impulsione a sua carreira.



Participar de uma comunidade exclusiva

O aluno fará parte de uma comunidade de gestores de elite, grandes companhias, instituições de prestígio, além de professores qualificados de universidades prestigiadas no mundo: a comunidade TECH Global University

> Oferecemos a você a oportunidade de se especializar com uma equipe de professores reconhecida internacionalmente.





tech 16 | Objetivos

Seus objetivos são os objetivos da TECH Trabalhamos juntos para alcançá-los

O Curso de Yield Farming Aplicado à DeFi capacitará o aluno para:



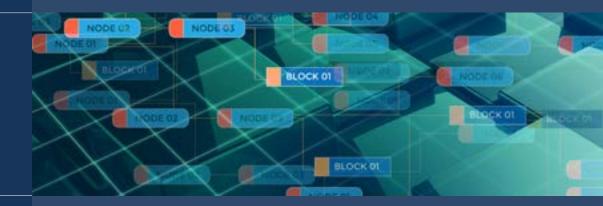
Aquisição das habilidades necessárias para maximizar os rendimentos passivos através da implementação eficaz de estratégias DeFi



Aplicar as últimas tendências em *yield farming* e participação em DAOs



Compreender as estratégias avançadas em DeFi e Renda Passiva no ecossistema das criptomoedas e no *blockchain*





Identificar as vantagens do DeFi, incluindo o acesso global e a transparência, além de analisar os desafios, como a segurança e a regulamentação



Dominar a variedade de carteiras digitais, executando práticas de segurança rigorosas



Investigar casos de estudo de hackeamentos e perdas de fundos relacionados com carteiras digitais, para aprender com os erros comuns



Controlar as plataformas de empréstimos e *staking* mais populares, utilizando-as de forma eficiente



09

Conhecer as estratégias e ferramentas essenciais utilizadas no *yield farming*, com o objetivo de maximizar os retornos dos investimentos em criptomoedas



Assimilar os conceitos fundamentais de empréstimos de criptomoedas, incluindo o processo, os tipos de empréstimos e as taxas de juros



Utilizar os protocolos de DEX mais empregados, como Uniswap, SushiSwap e PancakeSwap

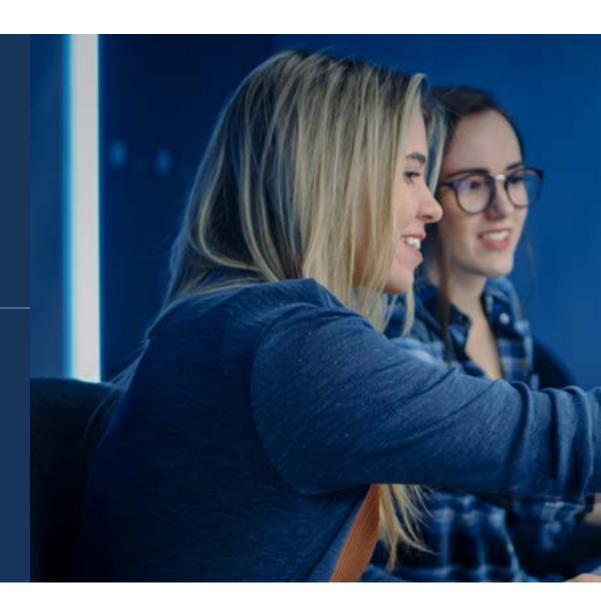
tech 18 | Objetivos

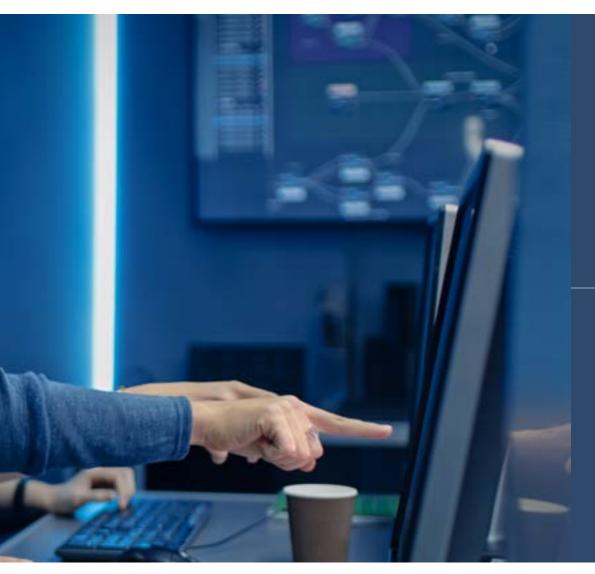


Compreender as implicações legais ou regulatórias dos DEX e sua relação com as autoridades financeiras e de supervisão



Adquirir um conhecimento especializado sobre como avaliar e selecionar ativos adequados para a tokenização







Analisar como as DeFi estão redefinindo as operações financeiras, a inclusão econômica e a intermediação tradicional



Avaliar os riscos, desafios e oportunidades no espaço criptográfico, considerando aspectos legais, éticos e sustentáveis





tech 22 | Estrutura e conteúdo

Plano de estudos

O Curso de Yield Farming Aplicado à DeFi é um programa intensivo que proporcionará aos empresários um profundo conhecimento sobre a tecnologia financeira descentralizada e como aproveitá-la para gerar renda passiva no mundo das finanças digitais.

Ao longo de 150 horas acadêmicas, o aluno analisará os protocolos mais utilizados para se destacar no mundo das criptomoedas (entre os quais se destaca o *Aave*). Desta forma, o graduado criará estratégias que visam maximizar os rendimentos e evitar os riscos associados.

Além disso, o conteúdo programático se concentrará em estudos de casos bem-sucedidos para enriquecer o conhecimento do aluno. Isso também irá motivá-lo a desenvolver táticas inovadoras com o objetivo de se destacar em um ambiente digital que oferece inúmeras oportunidades de trabalho.

É importante ressaltar que este Curso Universitário foi planejado para permitir que o aluno revolucione o cenário financeiro. Portanto, será possível aproveitar ao máximo as oportunidades de negócios e usá-las em seu próprio benefício.

Este Curso Universitário tem a duração de 6 semanas e conta com 1 módulo:

Módulo 1

Yield Farming Aplicado à DeFi



Onde, quando e como é ensinado?

A TECH oferece a possibilidade de desenvolver este Curso de Yield Farming Aplicado à DeFi completamente online. Durante as 6 semanas de capacitação, o aluno terá acesso a todo o conteúdo do curso a qualquer momento, o que lhe permitirá autogerenciar seu tempo de estudo.

Uma experiência de capacitação única, fundamental e decisiva para impulsionar seu crescimento profissional.

tech 24 | Estrutura e conteúdo

Módulo 1. Yield farming Aplicado à DeFi							
1.1.2.	Estratégias de Maximização de Rendimento Yield farming com tokens Estratégias avançadas de agricultura de rendimento Otimização da colheita de recompensas de LP (Fornecedor de Liquidez)	1.2.1. 1.2.2. 1.2.3.	Plataformas e Protocolos de Yield Farming Ethereum e Binance Smart Chain (BSC) PancakeSwap, Uniswap e SushiSwap Plataformas de yield farming emergentes	1.3. 1.3.1. 1.3.2. 1.3.3.	Gestão de Riscos em yield farming Riscos inerentes no yield farming Estratégias de mitigação de riscos Estudos de caso de perdas em yield farming	1.4.1 1.4.2 1.4.3	de Rendimento Estratégias de fazenda básicas Estratégias de fazenda avançadas
1.5.1. 1.5.2. 1.5.3.	Implicações Fiscais e Regulatórias Internacionais Regulações DeFi e fiscais Declaração de impostos para yield farmers Cumprimento regulatório no yield farming	1.6. 1.6.1. 1.6.2. 1.6.3.	Tendências e Desenvolvimentos Recentes em DeFi Inovações em DeFi Integração de camadas Desenvolvimentos no espaço NFT e sua relação com o yield farming	1.7. 1.7.1. 1.7.2. 1.7.3.	Casos de Estudo Bem-Sucedidos Caso de estudo 1: Yearn Finance Caso de estudo 2: Compound Finance Caso de estudo 3: Aave	1.8.1. 1.8.2. 1.8.3.	Perspectivas Futuras de Yield Farming Escalabilidade e sustentabilidade Fusões e aquisições no espaço DeFi Interoperabilidade com outras blockchains
1.9. 1.9.1. 1.9.2. 1.9.3.	Desafios Técnicos e Soluções em Yield Farming Solução de problemas de impermanência AMM (Automated Market Maker) e estratégias de slippage Inovações em protocolos DeFi	1.10.1 1.10.2	Exercícios Práticos de Yield Farming Criação de uma carteira DeFi Participação em uma plataforma de yield farming Análise de resultados e lições aprendidas				





Sem horários rígidos e cronogramas de avaliação: este é o programa da TECH"





tech 28 | Metodologia

A Escola de Negócios da TECH utiliza o Estudo de Caso para contextualizar todo o conteúdo

Nosso programa oferece um método revolucionário para desenvolver as habilidades e o conhecimento. Nosso objetivo é fortalecer as competências em um contexto de mudança, competitivo e altamente exigente.



Com a TECH você irá experimentar uma forma do aprondor que está revolucionando forma de aprender que está revolucionando as bases das universidades tradicionais em todo o mundo"



Nosso programa prepara você para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso em sua carreira.



Nosso programa prepara você para enfrentar novos desafios em ambientes incertos e alcançar o sucesso em sua carreira.

Um método de aprendizagem inovador e diferente

Este curso da TECH é um programa de ensino intensivo, criado do zero, que propõe ao gerente os desafios e as decisões mais exigentes nesta área, em âmbito nacional ou internacional. Através desta metodologia, o crescimento pessoal e profissional é impulsionado, sendo este um passo decisivo para alcançar o sucesso. O método do caso, técnica que forma a base deste conteúdo, garante que a realidade econômica, social e empresarial mais atual seja seguida.



Você aprenderá, através de atividades de colaboração e casos reais, a resolver situações complexas em ambientes reais de negócios"

O método do caso é o sistema de aprendizagem mais utilizado nas principais escolas de negócios do mundo, desde que elas existem. Desenvolvido em 1912 para que os estudantes de Direito não aprendessem a lei apenas com base no conteúdo teórico, o método do caso consistia em apresentar-lhes situações realmente complexas para que tomassem decisões conscientes e julgassem a melhor forma de resolvê-las. Em 1924 foi estabelecido como o método de ensino padrão em Harvard.

Em uma determinada situação, o que um profissional deveria fazer? Esta é a pergunta que abordamos no método do caso, um método de aprendizagem orientado para a ação. Ao longo do programa, os alunos irão se deparar com diversos casos reais. Terão que integrar todo o seu conhecimento, pesquisar, argumentar e defender suas ideias e decisões.

tech 30 | Metodologia

Metodologia Relearning

A TECH utiliza de maneira eficaz a metodologia do estudo de caso com um sistema de aprendizagem 100% online, baseado na repetição, combinando elementos didáticos diferentes em cada aula.

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

Nosso sistema online lhe permitirá organizar seu tempo e ritmo de aprendizagem, adaptando-os ao seu horário. Você poderá acessar o conteúdo a partir de qualquer dispositivo, fixo ou móvel, com conexão à Internet.

Na TECH você aprenderá através de uma metodologia de vanguarda, desenvolvida para capacitar os profissionais do futuro. Este método, na vanguarda da pedagogia mundial, se chama Relearning.

Nossa escola de negócios é uma das únicas que possui a licença para usar este método de sucesso. Em 2019 conseguimos melhorar os níveis de satisfação geral de nossos alunos (qualidade de ensino, qualidade dos materiais, estrutura dos cursos, objetivos, entre outros) com relação aos indicadores da melhor universidade online.





Metodologia | 31 tech

No nosso programa, a aprendizagem não é um processo linear, ela acontece em espiral (aprender, desaprender, esquecer e reaprender). Portanto, combinamos cada um desses elementos de forma concêntrica. Esta metodologia já capacitou mais de 650 mil graduados universitários com um sucesso sem precedentes em áreas tão diversas como bioquímica, genética, cirurgia, direito internacional, habilidades gerenciais, ciências do esporte, filosofia, direito, engenharia, jornalismo, história ou mercados e instrumentos financeiros. Tudo isso em um ambiente altamente exigente, com um corpo discente com um perfil socioeconômico médio-alto e uma média de idade de 43,5 anos.

O Relearning permitirá uma aprendizagem com menos esforço e mais desempenho, fazendo com que você se envolva mais em sua especialização, desenvolvendo o espírito crítico e sua capacidade de defender argumentos e contrastar opiniões: uma equação de sucesso.

A partir das últimas evidências científicas no campo da neurociência, sabemos como organizar informações, ideias, imagens, memórias, mas sabemos também que o lugar e o contexto onde aprendemos algo é fundamental para nossa capacidade de lembrá-lo e armazená-lo no hipocampo, para mantê-lo em nossa memória a longo prazo.

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

Neste programa, oferecemos o melhor material educacional, preparado especialmente para os profissionais:



Material de estudo

Todo o conteúdo foi criado especialmente para o curso pelos especialistas que irão ministrá-lo, o que faz com que o desenvolvimento didático seja realmente específico e concreto.

Posteriormente, esse conteúdo é adaptado ao formato audiovisual, para criar o método de trabalho online da TECH. Tudo isso, com as técnicas mais inovadoras que proporcionam alta qualidade em todo o material que é colocado à disposição do aluno.



Masterclasses

Há evidências científicas sobre a utilidade da observação de terceiros especialistas.

O "Learning from an expert" fortalece o conhecimento e a memória, além de gerar segurança para a tomada de decisões difíceis no futuro



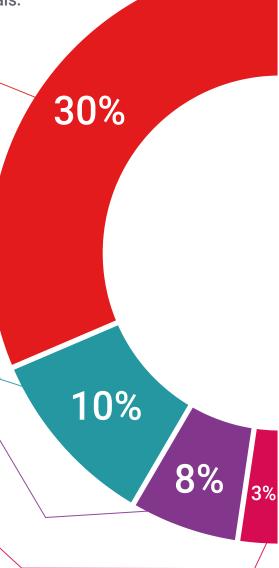
Práticas de habilidades gerenciais

Serão realizadas atividades para desenvolver as competências gerenciais específicas em cada área temática. Práticas e dinâmicas para adquirir e ampliar as competências e habilidades que um gestor precisa desenvolver no contexto globalizado 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 for necessário para complementar a sua capacitação.



Estudos de caso

Os alunos irão completar uma seleção dos melhores estudos de caso escolhidos especialmente para esta capacitação. Casos apresentados, analisados e orientados pelos melhores especialistas da alta gestão do cenário internacional.



Resumos interativos

A equipe da TECH apresenta o conteúdo de forma atraente e dinâmica através de pílulas multimídia que incluem áudios, vídeos, imagens, gráficos e mapas conceituais para consolidar o conhecimento.

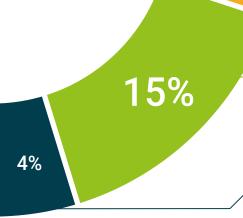


Este sistema exclusivo de capacitação por meio da apresentação de conteúdo multimídia foi premiado pela Microsoft como "Caso de sucesso na Europa"

Testing & Retesting

Avaliamos e reavaliamos periodicamente o conhecimento do aluno ao longo do programa, através de atividades e exercícios de avaliação e autoavaliação, para que possa comprovar que está alcançando seus objetivos.



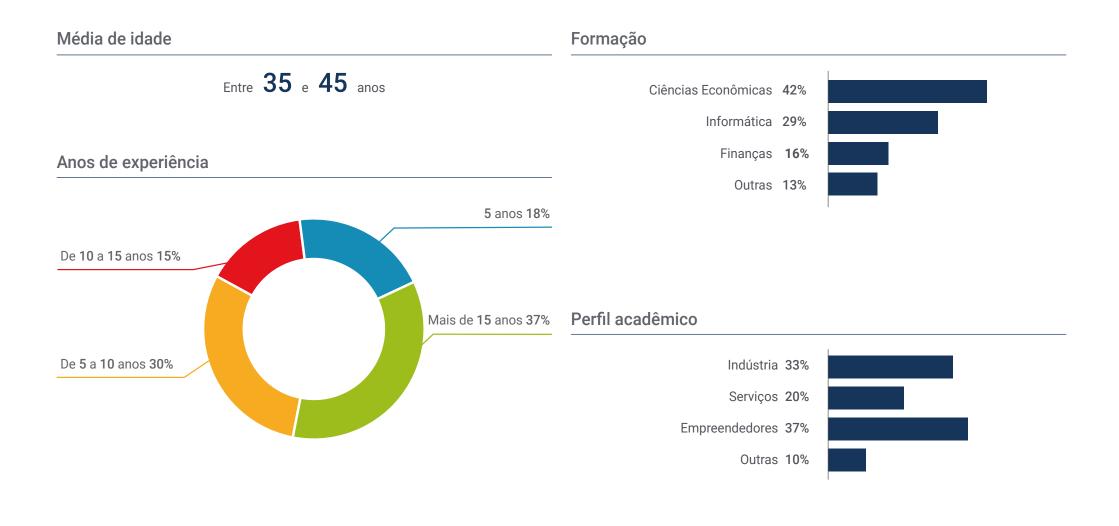


30%

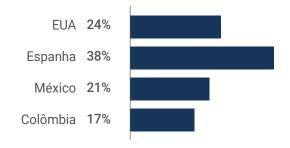




tech 36 | Perfil dos nossos alunos



Distribuição geográfica



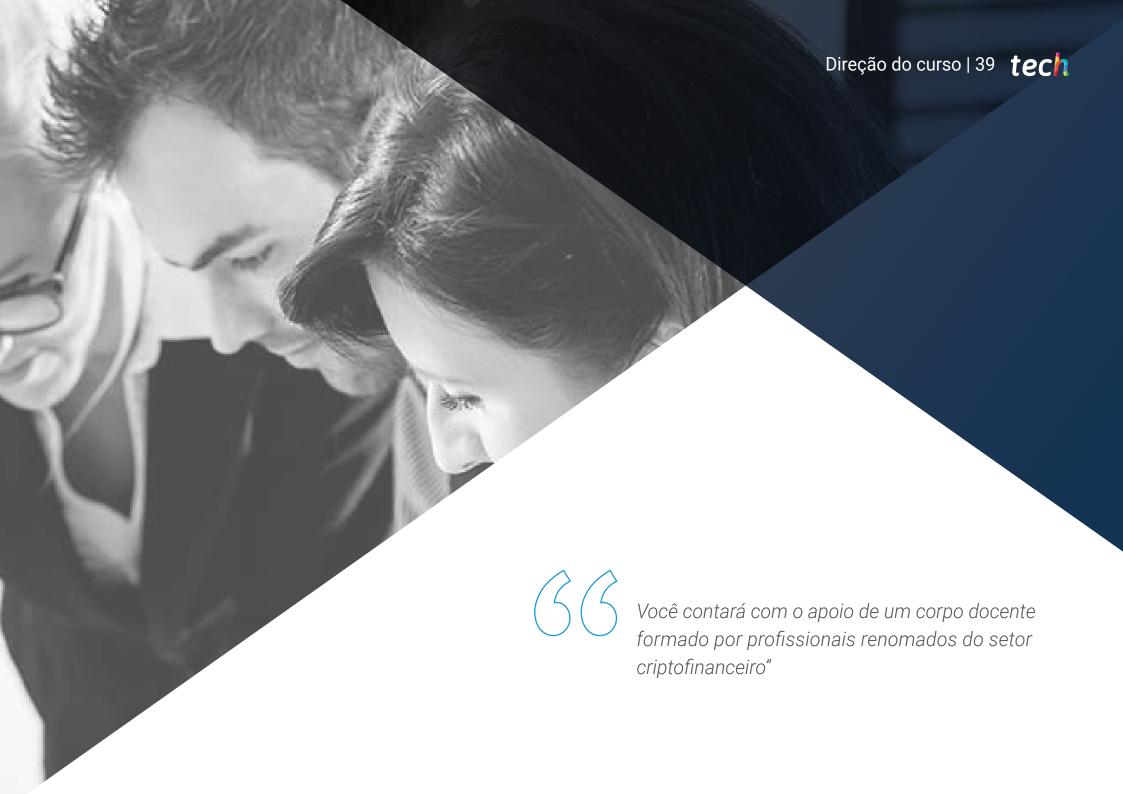


Elena Blanco Sáez

Engenheira de Gestão de Negócios

"Estou impressionada com a qualidade educacional do Curso de Yield Farming. Eu me sinto muito mais confiante para conduzir projetos de DeFi e tomar decisões fundamentadas. Isso não teria sido possível sem os recursos proporcionados pela TECH!"





tech 40 | Direção do curso

Direção



Sr. Miguel Hernández Blanco

- CEO da Traders Business School
- Financial Trader
- COO Trading Mentor
- Especialista em Estratégias de Negócios, Desenvolvimento de Novos Projetos e Gestão Financeira
- Mestrado em Finanças e Bancos pela Universidade Pablo de Olavide
- Mestrado Oficial em *Blockchain* e *Fintech* pelo Instituto Europeu de Business School
- Graduado em Economia pela Universidade de Sevilha

Professores

Sr. Alejandro Palma Sánchez

- Diretor de Formação Aplicada a Criptomoedas
- Especialista em *Trading* Avançado com Criptomoedas
- Especialista em Técnicas de Análise Quantitativa de Dados em Ciências Sociais
- Mestrado em Análise Econômica Aplicada pela Universidade de Alcalá de Henares
- Graduado em Economia pela Universidade de Sevilha

```
or (String Singlename ; Arrayana)
 Singlename singlename.replace()
  String[] settings singlename.spling.
   if (settings[0].compareTo("s") = 0) (
                                        Direção do curso | 41 tech
        if (name.compareTo("") ] o) (
      } else if (settings[0].comparero("d") = 0) !
           if (name.compareTo("") != 0) (
              name += DateUtils.format(etr.getDate(setting
         } else if (settings[0].compareTo("n") = 0)
                if (name.compareTo("") != 0) [
                             comsystimber = etr.geto
                      name += " ";
```





tech 44 | Impacto para a sua carreira

Você está preparado para crescer profissionalmente? Uma excelente melhoria profissional espera por você

O Curso de Yield Farming Aplicado à DeFi da TECH é um plano de estudos intensivo que prepara o aluno para enfrentar desafios e decisões comerciais na área de Finanças Descentralizadas. Seu principal objetivo é impulsionar o seu crescimento pessoal e profissional. Ajudando você a obter sucesso!

Se você quer se superar, realizar uma mudança profissional positiva e se relacionar com os melhores, este é o lugar certo para você.

Aproveite a oportunidade para se atualizar com as últimas tendências em proteção de chaves privadas em staking.

Experimente soluções inovadoras em DeFi com este inovador plano de estudos.

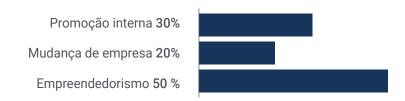
Momento da mudança



Durante o primeiro ano 63%

Dois anos depois 26%

Tipo de mudança



Melhoria salarial

A conclusão deste programa pode significar um aumento salarial anual de mais de 26,24% para nossos alunos.

> Salário anual anterior R\$ 52.000

Aumento salarial anual de

26,24%

Salário anual posterior R\$ 65.644







Desenvolver e reter o talento nas empresas é o melhor investimento a longo prazo.



Crescimento do talento e do capital intelectual

O profissional irá proporcionar à empresa novos conceitos, estratégias e perspectivas que poderão gerar mudanças relevantes na organização.



Retenção de gestores de alto potencial para evitar a evasão de talentos

Esse programa fortalece o vínculo entre empresa e profissional e abre novos caminhos para o crescimento profissional dentro da companhia.



Construindo agentes de mudança

Ser capaz de tomar decisões em tempos de incerteza e crise, ajudando a organização a superar obstáculos.



Maiores possibilidades de expansão internacional

Graças a este programa, a empresa entrará em contato com os principais mercados da economia mundial.





Desenvolvimento de projetos próprios

O profissional poderá trabalhar em um projeto real ou desenvolver novos projetos na área de P&D ou desenvolvimento de negócio da sua empresa.



Aumento da competitividade

Este programa proporcionará aos profissionais as habilidades necessárias para assumir novos desafios e impulsionar a empresa.







tech 52 | Certificado

Este **Curso de Yield Farming Aplicado à DeFi** conta com o conteúdo científico mais completo e atualizado do mercado.

Uma vez aprovadas as avaliações, o aluno receberá por correio o certificado* do Curso emitido pela **TECH Universidade Tecnológica.**

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

Título: Curso de Yield Farming Aplicado à DeFi

Modalidade: **online** Duração: **6 semanas**



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



Curso Yield Farming Aplicado à DeFi

» Modalidade: online

» Duração: **6 semanas**

» Certificado: TECH Universidade Tecnológica

» Horário: no seu próprio ritmo

» Provas: online

