

Conteúdo completo

Metodologia de Ensino:

- Condução de aula e didática de ensino: treino para ensinar com confiança.
- Planos e grupos de movimentos: como explorar as possibilidades de movimento com encaixe, conexão e fluidez.

Desenvolvimento Profissional e Ético:

- Mulheres no Yoga: descobrindo através da linha do tempo e da histórias quem foram e quem são as mestras dessa Tradição
- Planejamento profissional: como organizar-se profissionalmente para conduzir as aulas de Yoga com ética e cobrar pelas suas aulas, valorizando sua profissão.