

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE YOGA

DEPARTAMENTO AYURVEDA YOGA TERAPIAS



MEMBRO DA UNIÃO EUROPEIA DE YOGA

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA RECONHECIDA PELO ESTADO PORTUGUÊS

FORMAÇÃO EM YOGATERAPIA

PREÂMBULO

O Curso de Yogaterapia proposto pelo Departamento de Ayurveda, Yoga e Terapias da FPY está planeado e estruturado segundo as normas portuguesas e europeias vigentes para a formação em Terapias Não Convencionais.

OBJETIVO

Formar Yogaterapeutas como profissionais de saúde e bem-estar, habilitando-os para o exercício da prática profissional da observação, diagnóstico e prescrição em Yogaterapia.

REFERENCIAL DE COMPETÊNCIAS

Terminada a formação os Yogaterapeutas devem saber:

1. Os conhecimentos sobre a teoria, a prática e os princípios da yogaterapia;
2. Aplicar, acompanhar e gerir o plano de tratamento;
3. As indicações, contra-indicações e interações da terapêutica em yogaterapia;

ESTRUTURA DO CURSO

O curso tem a duração de dois anos obedecendo a um plano de formação de 600 horas de formação teórico-prática de técnicas especializadas de yoga, ayurveda e meditação.

A dinâmica das aulas assenta num fim-de-semana por mês de aulas distribuídas por 6 módulos, perfazendo um total de 352 horas presenciais. As restantes horas são contempladas para estudo, trabalhos de pesquisa, trabalho final e estágio.

No primeiro ano, o curso aborda conteúdos da História e Filosofia da Ayurveda, do Yoga e da Yogaterapia, Textos Clássicos, Anatomia, Fisiologia, Biomecânica, Posturologia, Nutrição Terapêutica e Estudo do Cérebro e Meditação.

No segundo ano o curso aprofunda o trabalho da Yogaterapia em aplicação aos sistemas do corpo e à sua terapêutica.

As Práticas de Ayurveda, Yoga e Meditação decorrem em todos os fins-de-semana de formação e são obrigatórias.

Os formandos podem faltar 10% (das horas presenciais) por ano de formação.

INSCRIÇÃO NO CURSO

Para se formalizar a inscrição no curso deve-se realizar um pagamento de uma joia no valor de 50€ até ao final do mês de Dezembro de 2019.

O curso tem um limite máximo de 20 vagas que serão preenchidas por ordem de inscrição na FPY.

O curso tem um custo no valor total de 2.000€ por formando. O pagamento deve ser realizado por ano de formação e no início da mesma.

O formando poderá optar por realizar o referido pagamento da seguinte forma:

- ✓ 1.000€, pagamento único;
- ✓ 350€ x 3 = 1.050€, pagamento em três tranches ou
- ✓ 150€ x 8 = 1.200€, pagamento em oito tranches.

Observação: o pagamento em prestações tem acréscimo de valor.

LOCAL E DATA

O curso irá decorrer na cidade de Coimbra e nos últimos fins-de-semana do mês. As datas poderão sofrer alterações se assim o calendário justificar ou por outras razões, mas sempre em concordância com os alunos.

Morada do espaço: Quinta da Maia - Rua D. Luís da Cunha, lote 24 – cave.

Código postal 3030-302 Coimbra (o espaço encontra-se entre a Solum e os Olivais)

ABERTURA DO CURSO

A data prevista para o início do curso será o último fim-de-semana de janeiro, mais precisamente os dias 25 e 26 de janeiro de 2020.

CALENDÁRIO COMPLETO DO CURSO

<u>1º ANO - 2020</u>	<u>2º ANO - 2021</u>
Janeiro 25 e 26	Janeiro 30 e 31
Fevereiro 23 e 24	Fevereiro 27 e 28
Março 28 e 29	Março 27 e 28
Abril 25 e 26	Abril 24 e 25
Maió 30 e 31	Maió 29 e 30
Junho 27 e 28	Junho 26 e 27
Julho 25 e 26	Julho 24 e 25
Setembro 26 e 27	Setembro 25 e 26
Outubro 24 e 25	Outubro 30 e 31
Novembro 28 e 29	Novembro 27 e 28
Dezembro 19 e 20	Dezembro 18 e 19

FORMADORES DAYT-FPY

Amândio Albertino Figueiredo

Formado em Naturopatia. Terapeuta e Formador Ayurvédico e Professor/ Formador de Yoga - FPY.

Nuno Carmo Freitas

Licenciado em Educação Física e Ciências do Desporto – Universidade de Coimbra, Mestre em Atividade Física e Saúde – Universidade do Porto, Terapeuta e Formador Ayurvédico e Professor/ Formador de Yoga – FPY.

Ana Sofia Mota

Licenciada em Enfermagem, Terapeuta/ Formadora Ayurvédica e Professora/ Formadora de Yoga – FPY.

FORMADORES EXTERNOS

Ana Rute Rodrigues

Licenciada em Finanças – IPL, Professora Yoga – Sivananda, Yogaterapeuta – Minded Institute Londres.

Filipe Blanco

Licenciado em Medicina – Universidade de Coimbra, Especialista em Neurologia. Área da Medicina/ Neurologia.

Armanda Santos

Licenciada em Ciências Farmacêutica, Mestre em Biologia Celular e Doutorada em Ciências Farmacêuticas – Universidade de Coimbra / Investigadora no Centro Neurociências e Biologia Celular da Universidade de Coimbra Universidade de Coimbra. Área das Neurociências.

Elsa Silva

Licenciada em Educação Física - INEF, Mestre em Educação Física - UL e Doutorada em Didática e Pedagogia – Universidade de Coimbra. Docente Faculdade Desporto Educação Física da Universidade de Coimbra. Área da Didática Pedagogia da Atividade Física.

Verónica Araújo

Licenciada e Mestre em Direito – Universidade de Coimbra, Pós-Graduada em Gestão de Pessoas e Equipas – Coimbra Business School. Jurista e Formadora - Área Ética e Deontologia.

Cristina Correia

Licenciada em Psicologia – Universidade de Coimbra. Área Psicologia e do Coach.

Ana Cristina Neves

Licenciada em Fisioterapia. Área Reeducação Postural, Posturologia, e Reeducação Desportiva.