



YIN

ESCOLA INTERNACIONAL
DE YOGA INTEGRAL

CURSO DE FORMAÇÃO EM **YOGA INTEGRAL**

TURMA 2026
Ubatuba - SP

Formação Híbrida | Presencial e Online
De Março a Agosto de 2026

ESCOLAYIN.COM

F O R M A T O **EXTENSIVO**

Todo conteúdo Inclui acompanhamento teórico e práticas regulares de Hatha Yoga ONLINE, ao longo do Curso.

200 HORAS

Curso de formação em **Yoga Integral** em formato **extensivo**.

2 ENCONTROS

- Presenciais formato Retiro em **Ubatuba-SP**
- + encontros semanais on-line com professores **especialistas em Yoga**.



CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Todo conteúdo Inclui acompanhamento teórico e práticas regulares de Hatha Yoga ONLINE, ao longo do Curso.

□ HISTÓRIA DO YOGA

□ COSMOVISÃO ORIENTAL

□ FILOSOFIA INDIANA

- Vedanta;
- Samkhya;
- Tantra;
- Yoga Integral.

SAIBA MAIS: ESCOLAYIN.COM

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Todo conteúdo Inclui acompanhamento teórico e práticas regulares de Hatha Yoga ONLINE, ao longo do Curso.

MEDITAÇÃO

ANATOMIA APLICADA AO YOGA

ANATOMIA SUTÍL DO YOGA

- kosas;
- nadis;
- sariras;
- cacras.



SAIBA MAIS: ESCOLAYIN.COM

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Todo conteúdo Inclui acompanhamento teórico e práticas regulares de Hatha Yoga ONLINE, ao longo do Curso.



- Guiança e metodologia de ensino;
- Alinhamento de posturas;
- Práticas bioenergéticas;
- Vivências artísticas;
- Mantras e Kirtans;
- O serviço social Yogi.

SAIBA MAIS: ESCOLAYIN.COM



U M P O U C O M A I S S O B R E O CURSO



Curso com
Certificação de 200 horas YTT
(Yoga Teacher Training).

Professores reconhecidos pela
Yoga Alliance International
da Índia e Aliança
do Yoga do Brasil

Retiro de Conclusão
com alimentação e
hospedagem inclusos
no valor do curso.



SAIBA MAIS: ESCOLAYIN.COM

CURSO DE
FORMAÇÃO EM
YOGA INTEGRAL

TURMA 2026



ESCOLAYIN.COM
+55 11 97627 20 83

