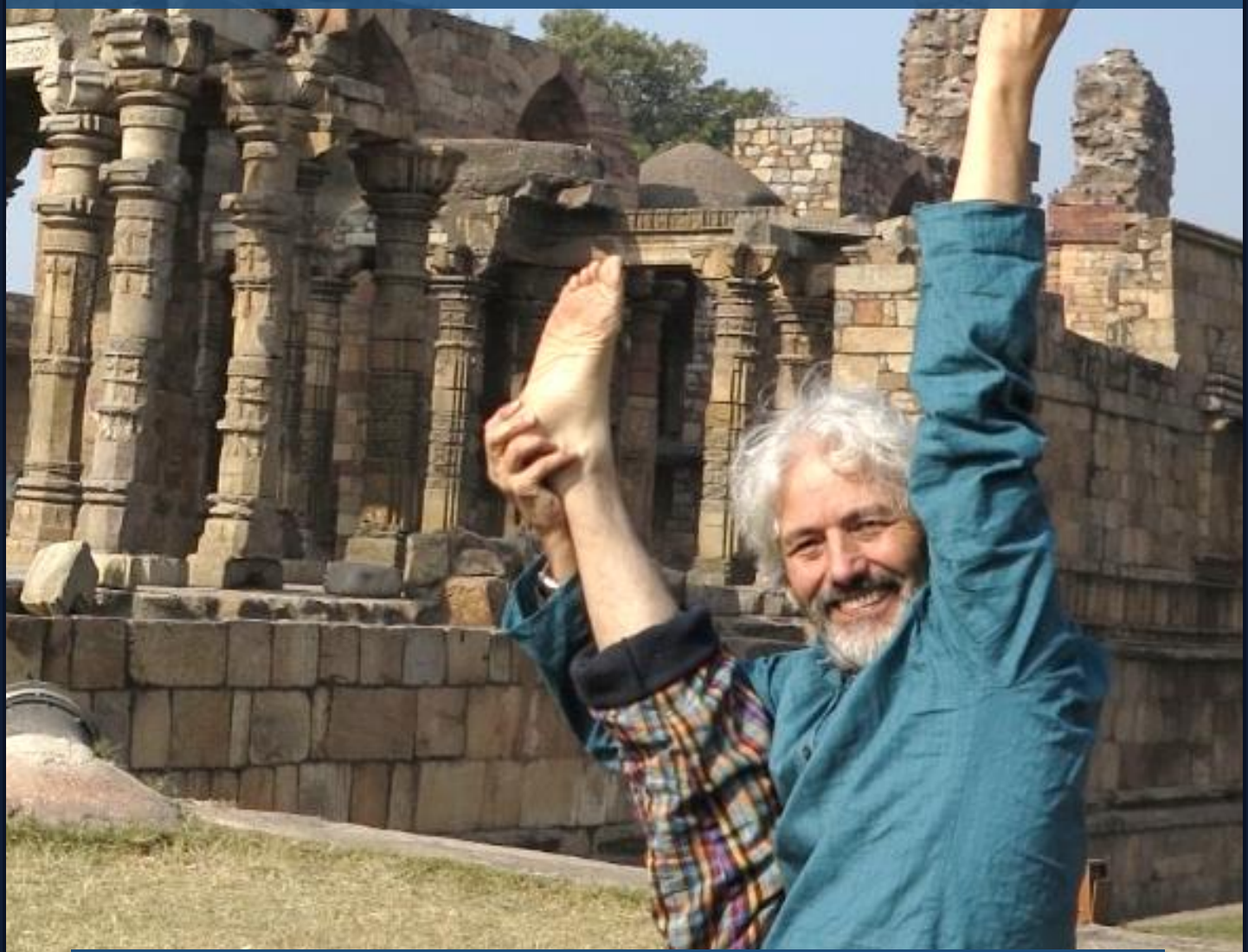
Shivam Yoga Ashram

CURSO DE FORMAÇÃO
MASSOTERAPIA INDIANA
2025



AYURVEDA TRADICIONAL

Ouro Preto – Minas Gerais

MESTRE ARNALDO – TÉCNICAS DA MASSOTERAPIA INDIANA TRADICIONAL

MASSOTERAPIA AYURVÊDICA

"Após a Sessão de Massoterapia Indiana Tradicional, saímos mais fortes, serenos e conscientes... com vontade de criar, produzir... ir adiante...
aptos a fazermos novos movimentos e novas escolhas e ações rumos a estados de equilíbrio e natural alegria"

AYURVEDA TRADICIONAL: DESAFIANDO OS TEMPOS
RESSALTA A FORÇA, A ENERGIA E O PODER
A CONSCIÊNCIA DE SE SER
EM HARMONIA COM A NATUREZA
SEUS POTENTES PÓS CÓSMICOS
NUTREM A ALEGRIA... INSTITUINDO O EQUILÍBRIO
A SERENIDADE... A TRANQUILIDADE
A VIDA EM HARMONIA, INTERNA... EXTERNA...
ESPIRITUAL!

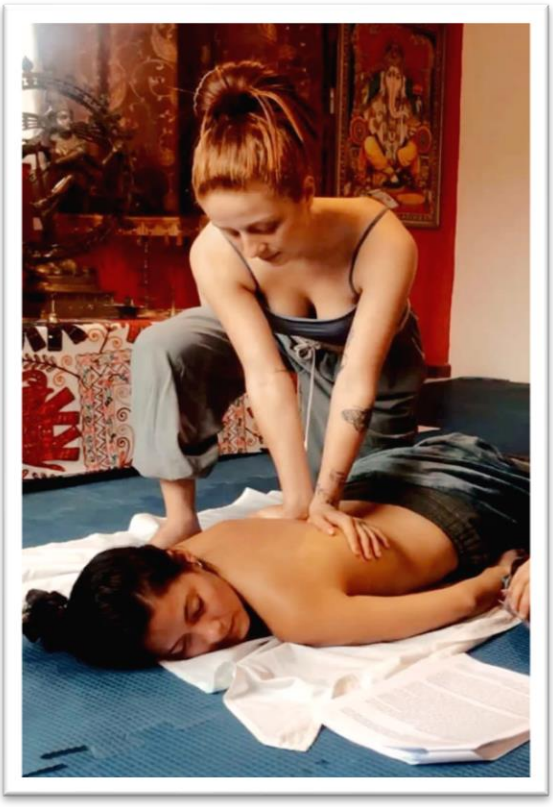
INFORMAÇÕES GERAIS

Visando a formar Massoterapeutas na Jornada do Ayurveda Tradicional, nosso Curso de Formação tem como um de seus objetivos a ideia de levar os alunos rumo a novos conhecimentos e aprendizados, assim como em direção a processos de autopercepção e de autoconhecimento por meio de estudos teóricos e treinamentos práticos que resgatam a Cultura da Massagem do subcontinente indiano, sendo realizado em **DEZ ENCONTROS – UM FINAL DE SEMANA POR MÊS**.

O Curso de Formação em Massoterapia Indiana é voltado não somente para quem deseja trabalhar com atendimentos, mas, também para todos que queiram uma imersão em processos de autoconhecimento e de despertar da consciência.

São oferecidas disciplinas que enfocam estudos sobre o Ayurveda Tradicional, sua filosofia e suas bases, estudos sobre aspectos do mundo Hindu, além de um **estudo teórico e prático das Etapas, Direcionamentos e Técnicas de uma sessão completa de Massoterapia Indiana (Chikitsahastha)**.

Entre as diversas técnicas aplicadas durante a sessão de Massoterapia Indiana, destacando-se, por exemplo, **Deslizamentos, Compressões, Digitopressões, Alongamentos, Percussões, Amassamentos, Polarizações Energéticas e Ativação dos Chakras (centros de energia) e relaxamentos**.



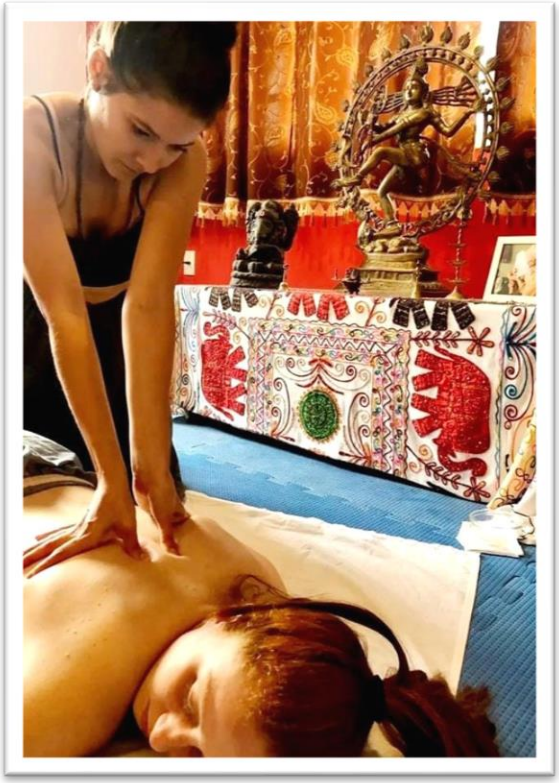
Entre os estudos teóricos, destacamos: um mergulho na **Filosofia do Ayurveda Tradicional**; **Estudos sobre a Constituição Energética do Ser Humano (canais de energia – Nadis; centros de energia – Chakras)**, assim como estudos sobre **Processos de Somatizações e as relação dos estados de desarmonia interna com sentimentos, emoções e vivências.**

O Curso é **dirigido por Mestre Arnaldo e será ministrado pela equipe de Massoterapeutas e Instrutores do Shivam Yoga Ashram**. Todo o conteúdo presente em todas as Apostilas é de autoria de Mestre Arnaldo, tendo sua revisão feita antes de cada encontro pelo citado Mestre. **Os alunos treinam todas as Técnicas e aprendem a aplicar uma sessão completa de Massoterapia Indiana – Chikitsahastha - segundo o Sistema Shivam Yoga.**

ALIMENTAÇÃO NO SHIVAM YOGA ASHRAM

CALENDÁRIO CURSO DE FORMAÇÃO EM MASSOTERAPIA INDIANA – 2025

- **Março – dias 15 e 16** – 1ª Mensalidade
- **Abril – dias 12 e 13** – 2ª Mensalidade
- **Maio – dias 24 e 25** – 3ª Mensalidade
- **Junho – dias 14 e 15** – 4ª Mensalidade
- **Julho – dias 12 e 13** – 5ª Mensalidade
- **Agosto – dias 09 e 10** – 6ª Mensalidade
- **Setembro – dias 20 e 21** – 7ª Mensalidade
- **Outubro I – dias 18 e 19** – 8ª Mensalidade
- **Outubro II – dias 25 e 26** – 9ª Mensalidade
- **Novembro – dias 22 e 23** – 10ª Mensalidade
- **Dezembro – dia 06** – FORMATURA



Dissolvendo tensões, dores e bloqueios... ampliando estados de relaxamento e harmonia interior: Massoterapia Indiana Tradicional

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES

1 - O Curso é dirigido por Mestre Arnaldo, contudo, em função da sua fragilidade física atual, a parte prática e as Apostilas Teóricas serão apresentadas por Massoterapeutas Ayurvedacharyas e Instrutores do Shivam Yoga Ashram sob a orientação do Mestre.

2 – O Curso de Formação em Massoterapia Indiana, em 2025, será ministrado, simultaneamente, na MODALIDADE PRESENCIAL e na MODALIDADE ONLINE.

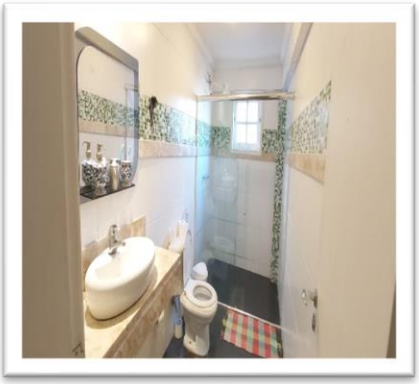
3 – Em ambas as modalidades, o Curso seguirá na forma tradicional, ou seja, serão ministrados Apostilas Teóricas e Apostilas Práticas e, como já foi apresentado acima, tudo será feito ao mesmo tempo e os alunos na MODALIDADE ONLINE poderão, também, interagir com perguntas e irão, também, apresentar-se durante o Curso.

4 – O aluno que optar pela MODALIDADE ONLINE poderá vir em algum Encontro para a MODALIDADE PRESENCIAL e vice-versa e, no caso, deverá avisar com antecedência à Direção do Shivam Yoga Ashram.

MODALIDADE PRESENCIAL

ITENS INCLUÍDOS NA MODALIDADE PRESENCIAL

- Estadia no Shivam Yoga Ashram (de sexta-feira para sábado e de sábado para domingo)
- OBSERVAÇÃO: Serão vagas limitadas para a Modalidade Presencial no Shiva Ghar (Casa dos Hóspedes) para os inscritos. Essas vagas são preenchidas de acordo com a data de inscrição. Casa Equipada. São quartos com dois beliches em cada um deles.



➔ Depois de preenchidas essas vagas do Shiva Ghar (Casa dos Hóspedes), os alunos ficam hospedados no salão de prática, onde também há banheiro com chuveiro.

- **Alimentação vegetariana**
  - Sexta-feira – sopa à noite para alunos que chegarem na sexta-feira.
  - Sábado - lanche da manhã, almoço, mini lanche à tarde e sopa à noite.
  - Domingo - Lanche da manhã.
- **Apostilas:**

  As Apostilas serão entregues IMPRESSAS na medida do desenvolvimento do Curso.

PROGRAMAÇÃO DIÁRIA NA MODALIDADE PRESENCIAL:

SÁBADO

- 06h30min às 07h – Dhyana - Meditação em silêncio
- 07h às 08h – Shivam Yoga Sadhana (Aula de Shivam Yoga – Yoga Tradicional Indiano)
- 08h às 05h50min - Lanche
- 08h50min às 12h - Teoria e prática.
- 12h às 12h50min - Almoço.
- 12h50min às 14h – Intervalo
- 14h às 16h - Teoria e prática.
- 16h às 16h30min – Mini lanche.
- 16h30min às 17h30min - Teoria e prática.
- 17h30min às 19h – Intervalo
- 19h às 19h40min – Sopa
- 19h40min às 22h – Estudos pessoais
- 22h – Recolhimento

DOMINGO

- 06h30min às 07h – Dhyana - Meditação em silêncio.
- 07h às 08h - Shivam Yoga Sadhana (Aula de Shivam Yoga – Yoga Tradicional Indiano)
- 08h às 08h50min - Lanche.
- 08h50min às 12h - Teoria e prática.
- 12h – Encerramento do Encontro

MODALIDADE ONLINE

ITENS INCLUÍDOS NA MODALIDADE ONLINE

- Link de Acesso para o Curso (os Encontros serão realizados simultaneamente com a MODALIDADE PRESENCIAL pelo aplicativo “Zoom”);
- As Apostilas referentes a cada Encontro serão enviadas via WhatsApp na sexta-feira anterior às datas marcadas para os referidos Encontros;
- Os alunos podem, ainda, tirar suas dúvidas via WhatsApp ou via e-mail.

PROGRAMAÇÃO GERAL NA MODALIDADE ONLINE:

SÁBADO

- 06h30min às 07h – Dhyana - Meditação em silêncio.
- 07h às 08h - Shivam Yoga Sadhana (Aula de Shivam Yoga – Yoga Tradicional Indiano)
- 08h às 08h50min - Intervalo
- 08h50min às 12h - Teoria e prática
- 12h às 14h – Intervalo
- 14h às 16h - Teoria e prática
- 16h às 16h30min – Intervalo
- 16h30min às 17h30min - Teoria e prática.

DOMINGO

- 06h30min às 07h – Dhyana - Meditação em silêncio.
- 07h às 08h - Shivam Yoga Sadhana (Aula de Shivam Yoga – Yoga Tradicional Indiano)
- 08h às 08h50min - Intervalo
- 08h50min às 12h - Teoria e prática

APOSTILAS DO CURSO DE FORMAÇÃO EM MASSOTERAPIA INDIANA

01. **Biografia e o Sistema Shivam Yoga** – Informações sobre a escola e biografia do Mestre Arnaldo
02. **Bibliografia** – Lista de livros relacionados à Massagem Ayurvêdica, ao Ayurveda Tradicional e às Filosofias da Índia.
03. **Ayurveda Tradicional – Alguns Aspectos** - Pequeno esboço do Ayurveda Antigo da Índia – Cultura do Conhecimento da Vida.
04. **Aspectos do Ayurveda de Linhagem Tântrica** – Hábitos e Comportamentos
05. **Ayurveda Tradicional - suas Bases e seu Surgimento** - História do desenvolvimento do Ayurveda Antigo da Índia e seus fundamentos filosóficos.
06. **Sequência Completa:** Chikistahastha – Massoterapia Indiana
07. **Técnicas** - Técnicas do Chikistahastha -
08. **Filosofia do Ayurveda Antigo –** Estudo dos Doshas Vata, Pitta e Kapha.
09. **Resgate de uma Cultura Tântrica -** O Tantrismo e sua relação direta com o pensamento do Ayurveda Tradicional.
010. **História do Chikitsahastha -** História do surgimento da Massagem Ayurvêdica.
011. **Chikitsahastha – Terapia através das Mãos –** Introdução Geral
012. **Filosofia Samkhya -** Introdução à filosofia do Samkhya, uma das bases do Ayurveda Antigo.
013. **Filosofia Vedanta -** Conceitos da filosofia Vedanta para se fazer uma comparação com o Samkhya.
014. **Filosofia Tantra –** Pequeno estudo do Tantra, filosofia que estrutura o Ayurveda Tradicional.
015. **Ayurveda Tradicional e Medicina Ocidental –** Análise da diferença entre o Ayurveda Tradicional e a Medicina ocidental.
016. **Yamas e Niyamas –** Princípios comportamentais do Ayurvedacharya de Linhagem Tântrica
017. **Visão de Mundo do Sistema Shivam Yoga –** Bases filosóficas da Massoterapia Indiana do Shivam Yoga.
018. **Gupta Vidya –** Transmissão de ensinamentos – fundamentos.
019. **Palestra de Cunho Vedanta/Tantra –** Análise da junção de filosofias contrárias.
020. **Anna Shivam Yoga –** Alimentação segundo o Tantra e o Ayurveda Tradicional.
021. **Aplicando as Teorias do Samkhya e do Tantra –** Informação sobre a prática dos conceitos filosóficos.
022. **Constituição Energética do Ser Humano segundo o Tantra –** Pequeno estudo sobre redes energéticas.

023. Estudos dos Chakras - Pequena abordagem sobre os centros de energia.
024. O Perfil do Massoterapeuta – Código de conduta e de comportamento.
025. Constituição Humana segundo o Ayurveda Tradicional - Pequena introdução.
026. Samskaras e Vasanas - Estudo da mente humana e do comportamento humano a partir de seus Karmas.
027. Gandhachikitsa - Aromaterapia - Aplicação dos óleos essenciais e das essências.
028. Mapa Corporal – Relações entre processos de somatizações e vivências
029. Sistema Shivam Yoga – Apresentação da estrutura do Shivam Yoga Ashram.
030. Reflexologia – Pontos Reflexos dos Chakras Principais na Sola dos Pé.

Avaliações Teóricas

Serão realizadas duas Avaliações teóricas sobre todo o conteúdo ministrado

- **1ª. Avaliação teórica – junho de 2025**
- **2ª. Avaliação teórica – novembro de 2025**

Avaliações Práticas

- **SESSÃO COMPLETA DE CHIKITSAHASTHA (MASSAGEM INDIANA TRADICIONAL)** - O aluno deverá executar uma Sessão Completa de Massagem Indiana Tradicional durante o Encontro - **Novembro de 2025**

- **TÉCNICAS** – A partir do Encontro de Abril, o aluno começa a apresentar técnicas ensinadas no Encontro anterior. A nota final da PROVA DE TÉCNICAS é constituída pela média das apresentações executadas durante o período do curso.

VALORES

- **Taxa de matrícula – R$ 90,00**.

  Mensalidades – 10 parcelas de **R$ 650,00**, perfazendo, assim, um total de **R$ 6.500,00**.

Reciclagem: Para Massoterapeutas Ayurvêdicos já formados conosco – Shivam Yoga Ashram – oferecemos um desconto de 50% nas mensalidades do Curso de Massoterapia Indiana.

FORMA DE PAGAMENTO

- Pagamento em mensalidades: A primeira mensalidade deve ser paga em Março. A seguir, fazem-se pagamentos mensais até dezembro.
- Pagamento à vista com 7% de desconto.
- Para os alunos da MODALIDADE PRESENCIAL que **não** forem se hospedar ou **não** forem fazer as refeições em nosso Ashram, o valor do curso será o mesmo.
- Para a conclusão do Curso de Formação é imprescindível a apresentação de todas as Técnicas, da Apresentação da Sequência de Massoterapia Indiana do Sistema Shivam Yoga, assim como das Provas Teóricas I e II e, ainda, estar quite com o pagamento de todas as Mensalidades

SISTEMA SHIVAM YOGA

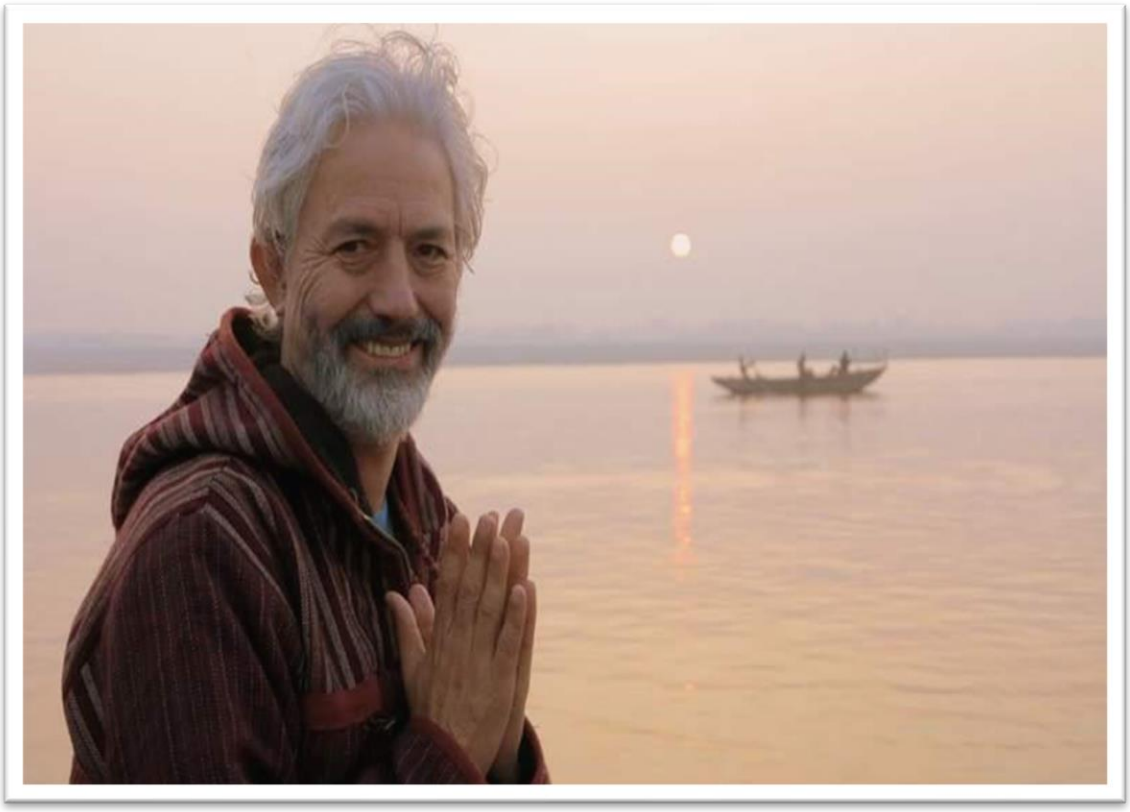
O Sistema Shivam Yoga resgata uma tradição milenar indiana: A Massoterapia Indiana Tradicional, tendo sua metodologia e arcabouço teórico-filosófico fundamentados no **Ayurveda Antigo** de linhagem **Tântrica** e nas filosofias indianas Samkhya e Tantra.

Nossa Escola – Shivam Yoga Ashram - desenvolve um trabalho, quer em nível de prática, quer em nível de estudos teóricos, que propicia aos seus participantes – alunos e discípulos – desenvolverem-se na Senda do autoconhecimento e do despertar da consciência.

Muitos Massoterapeutas Ayurvedacharyas Tradicionais e Instrutores de Yoga Tradicional estão sendo formados pelo **Mestre Arnaldo**, através do Curso de Formação em Massoterapia Indiana e em Shivam Yoga. Muitos

desses discípulos se filiam ao Sistema Shivam Yoga, seguindo a metodologia do Sistema, divulgando os conhecimentos adquiridos através de seus Núcleos. Hoje já existem vários Núcleos de **Shivam Yoga e de Massagem Tradicional Indiana** espalhados pelo Brasil e, também, pelo exterior, todos seguindo a orientação do Mestre Arnaldo.

Ao se inscrever em nossos Cursos, além de poder se tornar um Massoterapeuta trabalhando com Chikistahastha – Cultura do Toque da Antiga Índia -, você poderá desenvolver, em alto grau, o autoconhecimento. Em ambos os casos, concretamente, o aluno inscrito estará participando de um trabalho de pesquisa e de resgate do Ayurveda Antiga da Índia, abrindo, para si, campos de transformação. Nessa direção, o Curso propiciará que o (a) Ayuervedacharya Massoterapeuta (a) não somente trabalhe com a Massagem Tradicional da Índia, mas também se aprofunde nas técnicas e na cultura de subcontinente indiano.



MESTRE ARNALDO, AO AMANHECER, À BEIRA DO RIO GANGES
VARANASI – ÍNDIA

BIOGRAFIA DE MESTRE ARNALDO

1 - Informações Pessoais

Em 1952 nasce na cidade de Bicas – MG. Até a idade de 14 anos vive em uma pequena propriedade rural, de seus avós paternos, Vila São Manoel, pertencente à referida cidade. Na citada propriedade, trabalha – a partir dos sete anos - em afazeres do campo. Dos 14 anos até os 30 anos, passa a viver e a trabalhar em outra pequena propriedade rural, agora pertencente a seus pais, na cidade de Pequeri-MG. Nessa idade, 30 anos, muda-se para a cidade de Ouro Preto-MG. Torna-se servidor técnico-administrativo da Universidade Federal de Ouro Preto, onde também se gradua e se especializa na área das ciências humanas e, ainda, institui o primeiro projeto oficial de Yoga em uma Universidade

Federal no Brasil. Torna-se mestre em administração em faculdade de Belo Horizonte. Ainda reside em Ouro Preto, onde se localiza a matriz do Sistema Shivam Yoga – o Shivam Yoga Ashram.

2 - Formação Acadêmica

- Licenciado em Letras – Universidade Federal de Ouro Preto-MG – 1982/1986
- Bacharel em Tradução – Universidade Federal de Ouro Preto-MG – 1983/1987
- Especialista em Cultura e Arte Barroca – Universidade Federal de Ouro Preto-MG - 1988
- Mestre em Administração – Faculdade Novos Horizontes – Belo Horizonte - MG – 2013/2014

3 - Caminho na Senda

1976 – Com 24 anos, iniciou a prática de Anna Yoga – Yoga da Alimentação Vegetariana – quando, também, iniciou estudos sobre o Yoga e começa a fazer práticas pessoais de Yoga.

1982 – Muda-se para a cidade de Ouro Preto – MG.

1988 – Em Ouro Preto, iniciou, como aluno, suas práticas de Yoga em um Núcleo de Yoga.

1988 – Com o fechamento do Núcleo de Yoga de Ouro Preto, resolveu ministrar, de forma autodidática, práticas de Yoga a partir de sua experiência e de seus estudos.

1991 – Iniciou um Curso de Formação em Yoga em Belo Horizonte – MG.

1992 – Concluiu Curso de Formação em Yoga em Curitiba-PR, permanecendo franqueado a essa linha de Yoga até 1999, lá fazendo inúmeros outros cursos nessa área.

1992 – Introduziu o Projeto Shivam Yoga na Universidade Federal de Ouro Preto-UFOP, ministrando aulas de Yoga para os três segmentos da Universidade: alunos, funcionários e professores. Esse projeto funcionou de 1992 até fevereiro de 2016, quando Mestre Arnaldo se aposentou da referida Instituição.

1995 – Inicia vários trabalhos em empresas privadas, ministrando aulas de Yoga para funcionários.

1996 – Publica o Livro: ***Manual Prático de Yoga – Ouvindo sua Música Interior*** – Editora UFOP -Ouro Preto/MG.

1998 – Faz sua primeira viagem para a Índia.

1998 – Recebeu, em Ouro Preto, a seu convite, o indiano Mukesh Kumar Sonee, que passou, juntamente com Mestre Arnaldo, a dirigir e a trabalhar no Shivam Yoga Ashram.

1999 – Desligou-se da franquia da escola de Yoga de Curitiba.

1999 – Fundou o Sistema Shivam Yoga.

1999 – Ministrou o primeiro Curso de Formação em Shivam Yoga e o vem ministrando até o presente ano, assim como em Massoterapia Indiana e outros de especialização. Ministrou-os pela UFOP, pela UFV e, atualmente, pelo Shivam Yoga Ashram.

Desde 1999 vem organizando e ministrando, juntamente com os Instrutores do Sistema Shivam Yoga, os Encontro Nacionais de Shivam Yoga. No ano de 2020, será realizado o XXI Encontro Nacional de Shivam Yoga.

Desde 1999 vem publicando, sem periodicidade, o Jornal Shiva Nataraja.

De 2000 até 2019 - Produziu e apresentou o "Programa Shiva OM", na Rádio UFOP-FM.

De 2003 até 2005 - Desenvolveu projetos sociais, levando o Yoga a instituições que trabalham com pessoas carentes, como lares de idososl, etc.

2005 até o presente ano – Organiza junto com Mukesh Kumar Sonee viagens com grupos para a Índia e outros países do Oriente.

2006 – Publica o Livro: ***Shivam Yoga: Autoconhecimento e Despertar da Consciência*** – Editora Lemos- SP.

2008 – Publica o artigo: Marga: a Senda Espiritual Tântrica. **Série *Cadernos de Yoga*** – Florianópolis: Editora Coan.

2013 – Publica o Livro ***Um Toque Espiritual*** – Editora Graphar – Ouro Preto/ MG.

2013 – Apresentação do artigo: Qualidade de vida e combate ao estresse por meio do Yoga: um estudo de caso. In: CONGRESSO ENANGRAD – ENCONTROS DOS CURSOS DE GRADUAÇÃO EM ADMINISTRAÇÃO, 24. Florianópolis, setembro de 2013.

2013 – Defesa da Dissertação de Mestrado: *Qualidade de vida no trabalho: estudo com servidores técnico-administrativos de uma instituição de ensino superior federal no Estado de Minas Gerais.* Belo Horizonte: Faculdade Novos Horizontes. (Na dissertação há questões sobre melhoria de qualidade de vida por meio do Yoga).

2014 – Formação de Instrutores em língua inglesa (ainda no Brasil).

2016 – Forma, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica e com apoio do Instrutor de Shivam Yoga Paul McCrodden, a primeira turma de Instrutores de Shivam Yoga na Europa – cidade de Dublin – Irlanda. (Curso ministrado em língua inglesa).

2016 – Ministra, em língua inglesa, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica e com apoio do Instrutor de Shivam Yoga Paul McCrodden, Oficinas de Shivam Yoga no Moynalty Yoga Festival em Moynalty, Kells, Co Meath na Irlanda – Europa.

2017 – Forma, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica, turma de Instrutores de Shivam Yoga na Europa – cidade de Dublin – Irlanda. (Curso ministrado em língua inglesa).

2018 – Forma, juntamente com o Instrutor de Shivam Yoga Pedro Neto, turma de monitores de Shivam Yoga em Porto Velho – Estado de Rondônia, com o apoio da ACUDA – Associação Cultural e de Desenvolvimento do Apenado e Egresso.

2018 – Forma, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica, turma de Instrutores de Shivam Yoga na Europa – cidade de Dublin – Irlanda. (Curso ministrado em língua inglesa).

2018 – Ministra, em língua inglesa, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica, Oficinas de Shivam Yoga no Yogific International Festival em Dublin, Irlanda - Europa.

2018 – Ministra, em língua inglesa, juntamente com o Professor de Shivam Yoga Adalberto Mollica, Oficinas de Shivam Yoga no Master of Calm (International Festival of Yoga) em Cavan, Irlanda do Norte - Europa.

2018 - Ministrou o I International Shivam Yoga Meeting em Swynnerton Lodge, Retreat Centre, Navan Co Meath, Irlanda – Europa – com o apoio do Shivam Yoga Teacher Beto Mollica e dos Shivam Yoga Instructors da Irlanda.

2019 – Publica o livro: ***Shivam Yoga e Índia: Potencializando os Sentidos – Um Ensaio Foto-Poético*** – Editora Graphar.

2020 – Inicia a ministrar Curso de Formação em Shivam Yoga e de Massoterapia Indiana na modalidade On-line para alunos na Irlanda junto com Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia

2020 - Ministra, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia os Cursos de Formação em Shivam Yoga e em Massoterapia Indiana nas Modalidades Presencial e On-line.

2020 – Ministra o XII Encontro de Yoguins do Sistema Shivam Yoga.

2020 – Ministra o XX Encontro Nacional de Shivam Yoga – On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia

2021 - Ministra, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia, os Cursos de Formação em Shivam Yoga e em Massoterapia Indiana nas Modalidades Presencial e On-line.

2021 – Ministra o XXI Encontro Nacional de Shivam Yoga – On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia.

2022 - Ministra, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia, os Cursos de Formação em Shivam Yoga e em Massoterapia Indiana nas Modalidades Presencial e On-line

2022 - Ministra o XIII Encontro de Yoguins do Sistema Shivam Yoga – Presencial e On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia.

2022 - Ministra o XXII Encontro Nacional de Shivam Yoga – On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia.

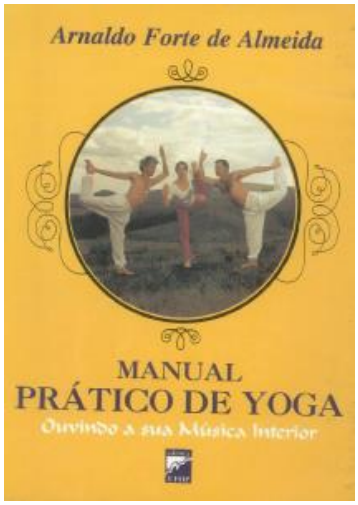
2023 - Ministra, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia, os Cursos de Formação em Shivam Yoga e em Massoterapia Indiana nas Modalidades Presencial e On-line

2023 - Ministra o XIV Encontro de Yoguins do Sistema Shivam Yoga – Presencial e On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia.

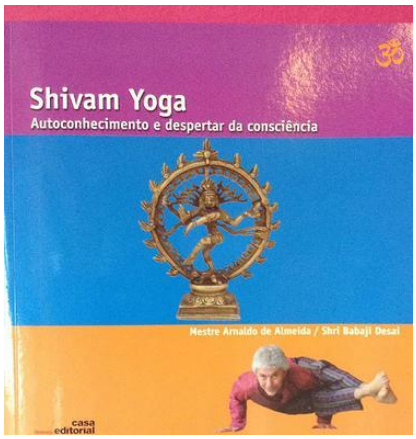
2023 - Ministra o XXIII Encontro Nacional de Shivam Yoga – On-line, junto com o Instrutor-Assistente Tiago Saraiva de Sabóia.

4 – Livros Publicados

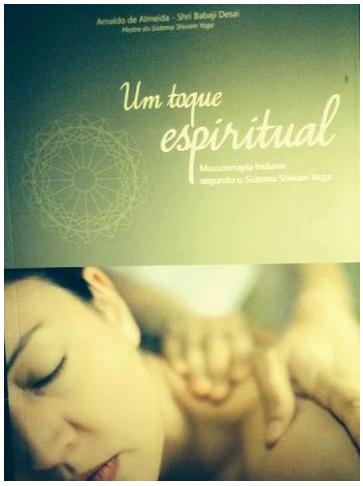
1 - ALMEIDA, Arnaldo de. ***Manual prático de Yoga: ouvindo sua música interior.*** Ouro Preto: Editora UFOP, 1996.



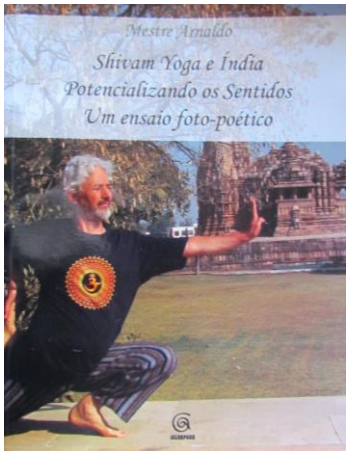
2 - ALMEIDA, Arnaldo de. ***Shivam Yoga: autoconhecimento e despertar da consciência.*** São Paulo: Editora Lemos, 2006.



3 - ALMEIDA, Arnaldo de. ***Um toque espiritual: massoterapia indiana segundo o Sistema Shivam Yoga.*** Ouro Preto: Editora Graphar, 2012.



NOVO LIVRO DE MESTRE ARNALDO:



Shivam Yoga e Índia: potencializando os sentidos. Ouro Preto: Editora Graphar, 2019.

COMO CHEGAR AO LOCAL – SHIVAM YOGA ASHRAM

Endereço: Rua Achiles Gonçalves Coelho,89 – Bairro N. Senhora de Lourdes – Ouro Preto –MG
Diretora Administrativa Shivam Yoga Ashram - Edilayne (31) 98794-3708.
Instrutor-Secretário – Tiago (32) 9 8481-1616

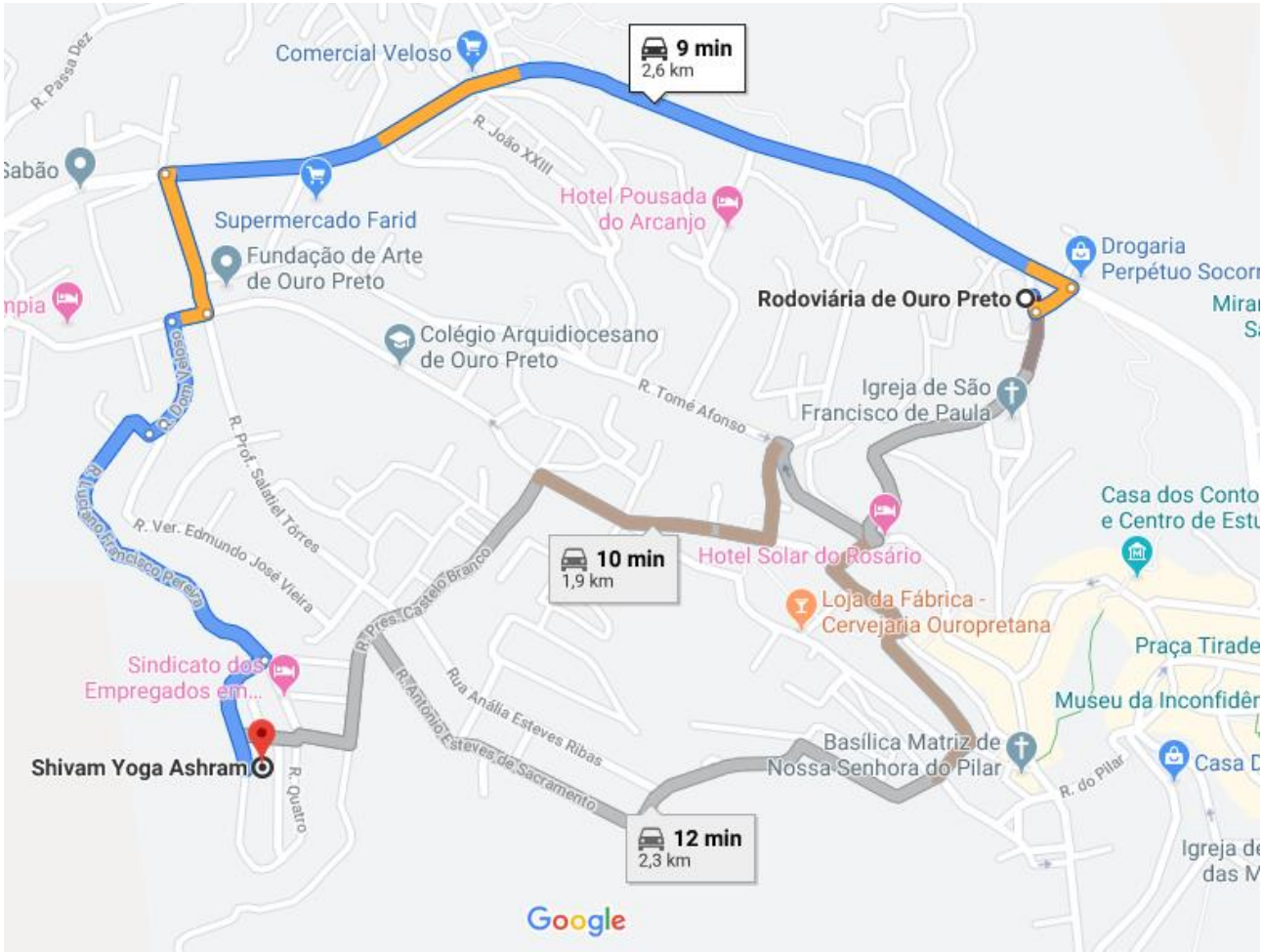
BELO HORIZONTE PARA OURO PRETO:

Chegando a Ouro Preto, você deve parar no primeiro posto de gasolina que fica à esquerda de quem chega. Entre em frente a este posto (ou seja, à direita), depois vire à direita e, em seguida, alguns metros, entre à esquerda (Rua Dom Veloso), siga uns 200 metros e entre à direita. Você estará na Rua Francisco Pereira. Siga e haverá uns 400 metros sem nenhuma casa, depois começam as casas, você continua e essa rua passa a ter o nome de Rua Achiles Gonçalves Coelho e o Ashram fica na parte mais alta da rua, n. 89 (os números da rua não têm uma sequência lógica). No trajeto, caso você se perca, você pode nos ligar, para receber novas instruções.

MARIANA PARA OURO PRETO: Mariana para Ouro Preto:

Chegando a Ouro Preto, você deve ir até a Praça Tiradentes (praça principal da cidade), seguir em direção à Rodoviária e ir em direção a saída para Belo Horizonte.Quando chegar ao final da cidade, há um posto de gasolina à direita. Entre em frente a este posto (ou seja, à direita), depois vire à direita e, em seguida, alguns metros, entre à esquerda (Rua Dom Veloso), siga uns 200 metros e entre à direita. Você estará na Rua Francisco Pereira. Siga e haverá uns 400 metros sem nenhuma casa, depois começam as casas, você continua e essa rua passa a ter o nome de Rua Achiles Gonçalves Coelho e o Ashram fica na parte mais alta da rua, 89 (os números da rua não têm uma sequência lógica). No trajeto, caso você se perca, você pode nos ligar, para receber novas instruções.

MAPA:



SISTEMA SHIVAM YOGA

O Sistema Shivam Yoga possui, como sua matriz, o Shivam Yoga Ashram e tem seus fundamentos básicos instituídos a partir das filosofias Samkhya e Tantra e do Yoga Tradicional Indiano, o Yoga Tântrico.

Orientador: Mestre Arnaldo.

Diretores Administrativos: Mukesh Kumar Sonee e Edilayne Santos.

Instrutor-Assistente e Secretário: Tiago Saraiva de Sabóia

Membros Associados: Instrutores e Massoterapeutas trabalhando com Shivam Yoga e Chikitsahastha (Massoterapia Indiana) no Brasil e no exterior.

SHIVAM YOGA ASHRAM

www.shivamyoga.com.br

Rua Achiles Gonçalves Coelho, n. 89. Bairro N. Senhora de Lourdes

Ouro Preto - MG

Tel.: (31) 9 8794-3708 / (32) 9 8481616

@shivamyoga.ouropreto

shivamyoga@hotmail.com

www.shivamyoga.com.br