

5a FEIRA / RECEPÇÃO E CHEGADA DOS ALUNOS NO CURSO DA TFCA

TRANSPORTE	:	SAÍDA DO AEROPORTO: 11:30HS e 15:30HS
ACOMODAÇÃO	:	17 às 18 HORAS
INSCRIÇÕES	:	18 às 20 HORAS
JANTAR	:	21 HORAS
REPOUSO	:	22 HORAS

6a FEIRA / INÍCIO DO CURSO – APRENDIZADO DOS EXERCÍCIOS

CAFÉ DA MANHÃ : 08 HORAS

EXERCÍCIO 01 : 09:00 às 12:00 HORAS

- Aprendizado do exercício respiratório (parte teórica e prática);
- Questionário sobre o exercício (parte escrita).
- Revisão.

EXERCÍCIO 02 e 03

- Aprendizado do exercício da energização glandular e do contato energético entre as glândulas (parte teórica e prática);
- Questionário sobre os exercícios (parte escrita);
- Revisão.

ALMOÇO : 12:00 às 13:30 horas

INTERVALO : 13:30 às 14:30 horas

EXERCÍCIO 04 e 05 : 14:30 às 18:00 HORAS

- Aprendizado do exercício de construção numérica e canal de saída (parte teórica e prática);
- Questionário sobre os exercícios (parte escrita).
- Revisão.

ATIVIDADE : 18:30 às 20:00 horas

Apresentação do aluno/monitor Marcelo Serejo sobre o tema “A Quebra das Paixões” (leitura e comentários acerca do texto).

JANTAR : 20:00 às 21:00 horas

SÁBADO – PARTE FILOSÓFICA/ PRÁTICA DOS EXERCÍCIOS

CAFÉ DA MANHÃ : 08 HORAS

ATIVIDADE : 09:00 às 12:00 HORAS

- Apresentação da Palestra de Apresentação da TFCA – com Celidônia Andrade
- Conversa com Bianca (momento de perguntas dos alunos).

ALMOÇO : 12:00 às 13:30 horas

INTERVALO : 13:30 às 14:30 horas

ATIVIDADE : 14:30 às 19:00 HORAS

- Revisão dos Exercícios da TFCA;
- Prática completa dos Exercícios da TFCA.

JANTAR : 20:00 às 21:00 horas

DOMINGO – PARTE FILOSÓFICA / ATIVIDADES INTEGRADAS AO CENTRO DE SAÚDE

CAFÉ DA MANHÃ : 08 HORAS

ATIVIDADE : 09:00 às 12:00 HORAS

- Apresentação da Palestra sobre a TFCA – com Eduardo Quadros

ALMOÇO : 12:00 às 15:00 horas

ENCERRAMENTO : 15:00 às 16:00 horas