



Portfólio

Fernanda Ferreira Santos

Formada em Arquitetura e Urbanismo, experiência em gerenciamento de redes sociais, produção de conteúdo desde vídeos, fotos, peças de design e copy.

Facilidade com escrita (tive um conto publicado em um livro aos 15 anos).

Tenho minha marca e e-commerce de joias e semijoias.

Story - promoções

NOVO MY YOGA ONLINE
YOGA ONDE QUER QUE VOCÊ ESTEJA!



- Nova grade horária
- Diferentes estilos/modalidades
- Aulas gravadas por **48 horas**
- Professores altamente capacitados
- Aulas ao vivo exclusivamente on-line

por **R\$150**/mês
plano recorrente

MY YOGA **BLACK WEEK**
22 A 28 DE NOVEMBRO

21 DIAS DE YOGA
POR R\$ 280

NÃO DEIXE PARA O PRÓXIMO ANO O QUE VOCÊ PODE COMEÇAR A MUDAR **AGORA!**

- ✓ AULAS ILIMITADAS PRESENCIAIS NA UNIDADE DE SUA ESCOLHA E ACESSO À GRADE ON-LINE
- ✓ MAIS DE 10 ESTILOS DIFERENTES DE YOGA
- ✓ PROFESSORES ALTAMENTE CAPACITADOS

INSCREVA-SE AGORA

MY YOGA | ESTAMOS SENTINDO SUA FALTA!

20% DE DESCONTO

PLANO FREEDOM

DE R\$ 565
POR R\$ 452

ACESSO ILIMITADO AOS NOSSOS DOIS ESTÚDIOS + ACESSO À GRADE ON-LINE

VÁLIDO ATÉ 31/10
PROMOÇÃO EXCLUSIVA PARA EX-ALUNOS

CONTRATE SEU PLANO AGORA!

10% DE DESCONTO

Cupom de Desconto
CARNAIO

Já que não deu pra curtir o carnaval, preparamos uma surpresa pra vcs aproveitarem!

Compras acima de 50,00
Válido até 17/02

LINK NA BIO

MY YOGA **BLACK WEEK**
22 A 28 DE NOVEMBRO

21 DIAS DE YOGA
POR R\$ 280

NÃO DEIXE PARA O PRÓXIMO ANO O QUE VOCÊ PODE COMEÇAR A MUDAR AGORA!

- ✓ MAIS DE 10 ESTILOS DIFERENTES DE YOGA
- ✓ AULAS ILIMITADAS PRESENCIAIS NA UNIDADE DE SUA ESCOLHA E ACESSO À GRADE ON-LINE

INSCREVA-SE AGORA

Story - divulgação

Conheça o
MY YOGA
Unidade Vila Nova

Espaço contemporâneo de Yoga e estilo de vida consciente onde todos os detalhes foram pensados para você vivenciar uma experiência completa e única!

- Professores altamente capacitados
- Mais de 10 estilos diferentes de Yoga
- Aromaterapia em todo o espaço
- Salas equipadas e vestiários completos com amenidades da AhoAloe
- Loja com curadoria especial de produtos voltados ao universo do Yoga e do bem-estar

Rua Natividade, 64
Vila Nova Conceição
(11) 99804-8927
(11) 3846-1403



Natália Queiroz
Yoga Massagem
Ayurvédica

Técnica que une a prática do Yoga com a massagem tradicional. Diferente de outras terapias, é feita no chão, no colchonete. Na sessão são alternados toques vigorosos e profundos e alongamentos por todo o corpo, que logo traz um estado de presença e um profundo relaxamento. A YMA é uma terapia que harmoniza, reequilibra e mantém a saúde física, mental e emocional, na qual pouco a pouco o corpo vai se realinhando, ganhando flexibilidade e mobilidade.

ITAJAÍ, SC | Agende seu horário (11) 99321-5747



Feriado no
MY YOGA

Confira nossa programação

Unidade Jardins
Segunda-feira | 15 de Novembro

| | | |
|------------------------------------|---|-------|
| HATHA FLOW com Adarsha | ● | 12h15 |
| YOGA COM PROPS com Flávia Taiar | ● | 15h00 |
| YIN YOGA com Sabrina Schwab | ● | 18h00 |
| HATHA YOGA com Mari Muller | ● | 19h15 |

● Presencial
● Presencial e on-line

paduê

No mês de Dezembro a Paduê estará na loja colaborativa da Vilinha!

LOJA FÍSICA

• DE 01/12 A 23/12
• TERÇA A SEXTA
• 10H ÀS 17H
RUA DEMÓSTENES, 93 - CAMPO BELO



MAISA BEAUTY BOSS
Masterclass
MICROAGULHAMENTO &
BB GLOW

12 DE DEZEMBRO
RECIFE / PE

INSCRIÇÕES ABERTAS!



Story - divulgação sequencial

liquidASANA
SÃO PAULO, 2022



300H FORMAÇÃO AVANÇADA
soma • psique • sangha

com **MICHELINE BERRY**
& CONVIDADOS



MY YOGA Espaço **Natividade**

liquidASANA
SOMA • PSIQUE • SANGHA

Aprofunde radicalmente a sua prática de corporificação, eleve o seu ensino, transforme a sua vida interior tanto quanto o seu impacto social com este curso intensivo de ponta de Micheline Berry 100% em português.

A Formação integra um currículo singular, apresentado pelo mais elevado calibre de professores em suas áreas, além do registro Yoga Alliance USA/Internacional (RYS-300).



MY YOGA Espaço **Natividade**

RYS 300 **YACEP**

liquidASANA
SOMA • PSIQUE • SANGHA

DATAS

MÓDULO I • PRESENCIAL
16 a 25 de Julho


MÓDULO II • PRESENCIAL
17 a 26 de Setembro

MÓDULO III • PRESENCIAL
12 a 21 de Novembro

HORÁRIO:
08h às 12h - 14h às 18h

LOCAL
UNIDADE VILA NOVA
RUA NATIVIDADE, 64
SÃO PAULO - SP

CONVIDADOS



Márcia De Luca

Deni Galdeano

Raquel Peres

Gui Vitale

Joey Lugassy

Dora Hennel

João Carlos B. Gonçalves

E MAIS A SEREM ANUNCIADOS!

Micheline Berry

É um dos maiores nomes do Vinyasa mundial. Além de bailarina pós-moderna e praticante de yoga há 28 anos, ela é responsável por formar diversos professores espalhados pelo Brasil e EUA. Ela é Americana e vive em Los Angeles, mas sua conexão com o Brasil é de longa data e a cada ano só se fortalece.

O trabalho da Micheline é conhecido por ser catalisador de corporificação, criatividade, empoderamento pessoal, transformação somática e liderança social através de seus cursos, retiros e formações. Seu trabalho é desenvolvido para impactar profundamente aqueles que desejam ter um impacto positivo no mundo. Além do projeto Liquid Asana lançado no Brasil, ela desenha e facilita programas somáticos e processos criativos para o Guild of Future Architects no EUA.

Micheline é baseada em Los Angeles, Califórnia, onde ela mora com seu marido, cantor Joey Lugassy, e seus dois gatos, Bill Murray e Massimo.



Story - conteúdos

Você sabe

QUAL A DIFERENÇA ENTRE JOIAS, SEMIJOIAS E BIJOUTERIAS?

- 01 **QUALIDADE**
Bijoux são feitas de metais comuns como o níquel. Já as semijoias recebem banho de metais nobres e as joias são produzidas inteiramente com esses metais (prata e ouro).
- 02 **DURABILIDADE**
Por conta da sua composição as joias e semijoias podem durar por anos, com a manutenção correta!
- 03 **CONFORTO**
Metais como o níquel podem causar alergias em contato com a pele!
- 04 **BELEZA**
As joias e semijoias tem acabamento mais refinado e detalhado!

@PADUELOJA

#match

PADUELOJA.COM

BATEU VONTADE DE UMA

CERVEJA GELADA?

—

VEM PRO ESPAÇO DO BLACK!

RUA RODOLFO ALBERTO FRANCONI, 301
JD. CEL PEROBA | ITATIBA

MY YOGA **LIVE**

AS VANTAGENS DE SE APROFUNDAR NO ESTUDO DO YOGA

LEANDRO CASTELLO BRANCO

BRUNO JONES

QUARTA-FEIRA (24/11)
ÀS 20H00
@MY_YOGA

MY YOGA

MY YOGA

Canal do MY YOGA no YouTube

- + de 25 práticas gravadas
- + de 10 estilos de yoga
- + de 20 professores altamente capacitados

Feed do Instagram

WORKSHOP PRESENCIAL

MARKETING & VENDAS

COMO VENDER SERVIÇOS DE BELEZA ATRAVÉS DAS REDES SOCIAIS



09 DE SETEMBRO

INFORMAÇÕES >>>

@CILIOSDEBONECA

DESCUBRA A ARTE DA INOVAÇÃO PARA PROFISSIONAIS DA BELEZA

@CILIOSDEBONECA



@BARBIERSTUDIOACADEMY

DOM, 14 DE JULHO ÀS 18H00

@CILIOSDEBONECA

FLASH

do Black

SÓ AS MELHORES MÚSICAS DOS ANOS 60, 70, 80 & 90



30/10 À PARTIR DAS 18H

DISCOTECA GEM PAULINHO GABU & CONVIDADOS

RUA RODOLFO ALBERTO FRANCONI, 301
JD CORONEL PEROBA - ITATIBA/SP

@ESPACODOBLACK

FOTOS AMBIENTADAS

Produção e Edição



Pesquisa de referência
Produção da foto
Edição da imagem
Escrita da copy pra legenda

FOTOS

Produção e Edição

Pesquisa de referência
Produção da foto
Edição da imagem
Escrita da copy pra legenda

