

www.sermind.com.br

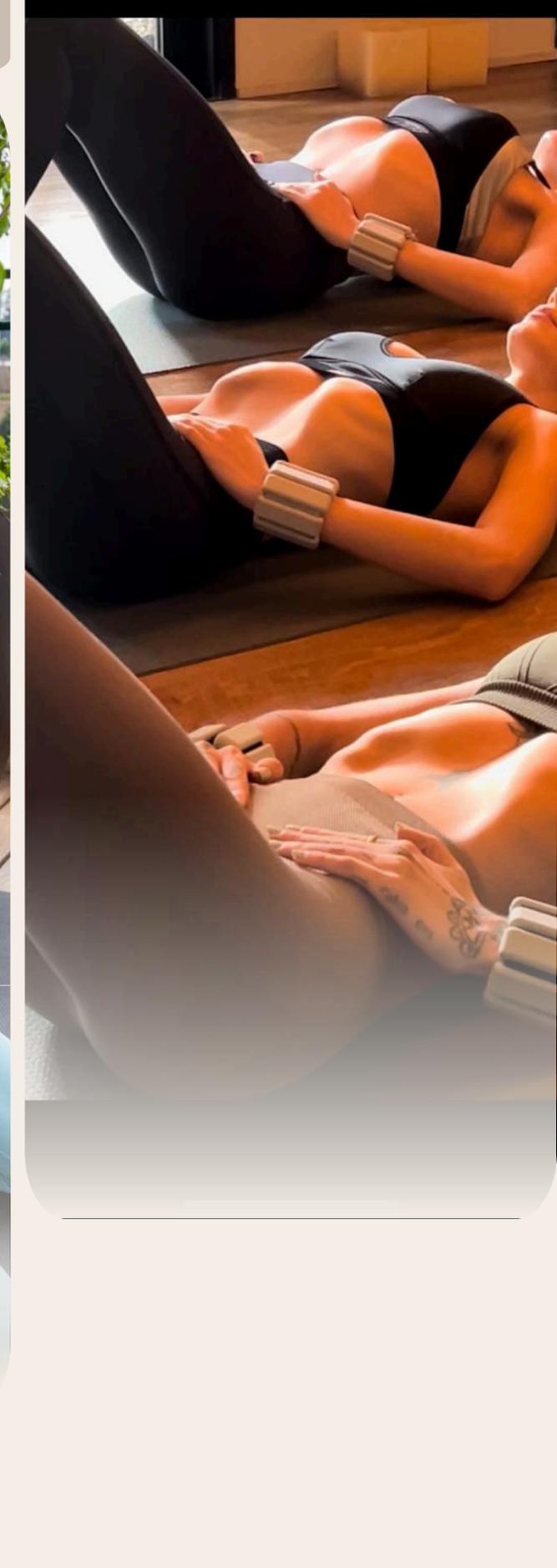
SERMIND Wellness

Espiritualidade Aplicada • Ciência Incorporada • Corpo como Portal

sermind wellness

Quem Somos

A SERMIND Wellness é uma empresa de experiências de alto padrão, criada pela Swamini Pam Seraffim – primeira brasileira reconhecida pela linhagem Asuri Kapila. Integramos ciência respiratória, estética sensorial e espiritualidade moderna em vivências e aulas personalizadas.

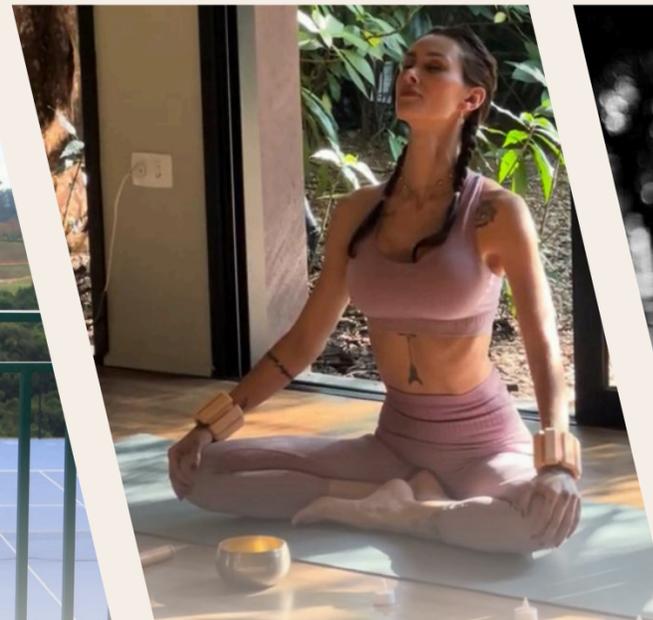
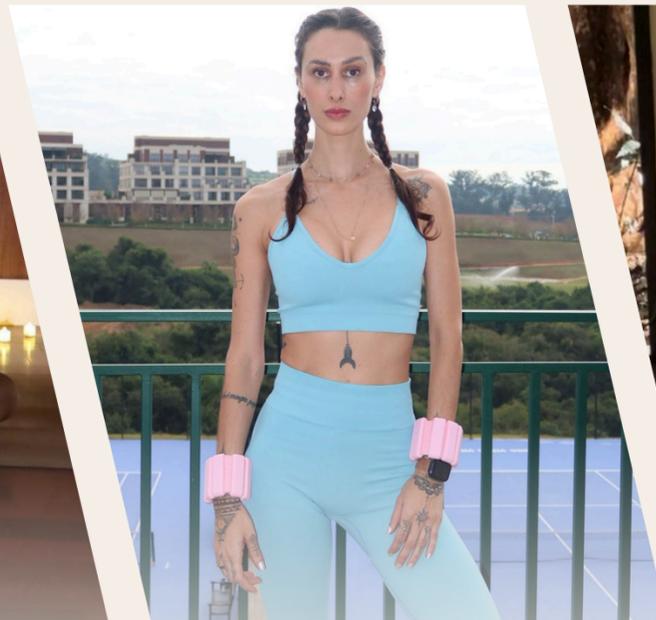
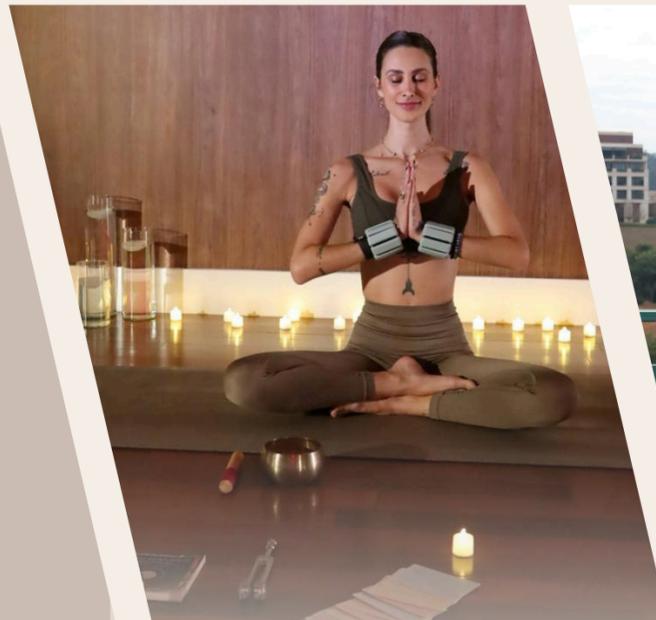


A Fundadora

Swamini Pâm Seraffim

- Grand Master Yogacharini (Formação completa em Yoga Integral, Argentina)
- Pós-graduação em Breathwork, LPF e Meditação Científica
- Especialista em Low Pressure Fitness e Ativação do Core
- ThetaHealing, Tantra Yoga, Meditação Ativa e Yoga Nidra
- Viagens de estudos à Índia, Bali e Nepal em espiritualidade budista e yoga tântrico
- Mentorias em branding, neurociência e criação de realidade

- Primeira brasileira com o título internacional de Swamini
- Diretora Honorária da South American Yoga Alliance
- Membro ativo da Associação Nacional de Yoga
- Idealizadora do método Sculp Yogi SERMIND
- Criadora do desafio SER21, com práticas somáticas para ansiedade e foco



sermind wellness

O Método SERMIND

- Um método autoral, criado para transformar corpo, mente e espírito, através da combinação de:
 - Pilates terapêutico
 - LPF (Low Pressure Fitness) + vacuum abdominal
 - Yoga físico e energético (Tantra, Chakras, Hatha, Vinyasa, Facial e Nidra Yoga)
 - Respiração estratégica + Breathwork transcendental
 - Técnicas de nervo vago e visualização direcionada
 - Rituais sensoriais com Pomander, aromaterapia e silêncio curador





O QUE VOCÊ VAI VIVER NO ACOMPANHAMENTO PERSONALIZADO

- ✓ Avaliação inicial (anamnese física e emocional)
- ✓ Desenvolvimento físico com LPF, Pilates, mobilidade e alongamento profundo
- ✓ Yoga personalizado – físico, mental e energético
- ✓ Técnicas respiratórias para controle emocional e clareza mental
- ✓ Visualizações criativas e mentalizações
- ✓ Relaxamento final (Yoga Nidra)
- ✓ Ritual com Pomander aromático
- ✓ Reflexões escritas no diário SERMIND
- ✓ Meditações guiadas para silenciar a mente
- ✓ Mini rituais de proteção e conexão (rudraksha + mantra)



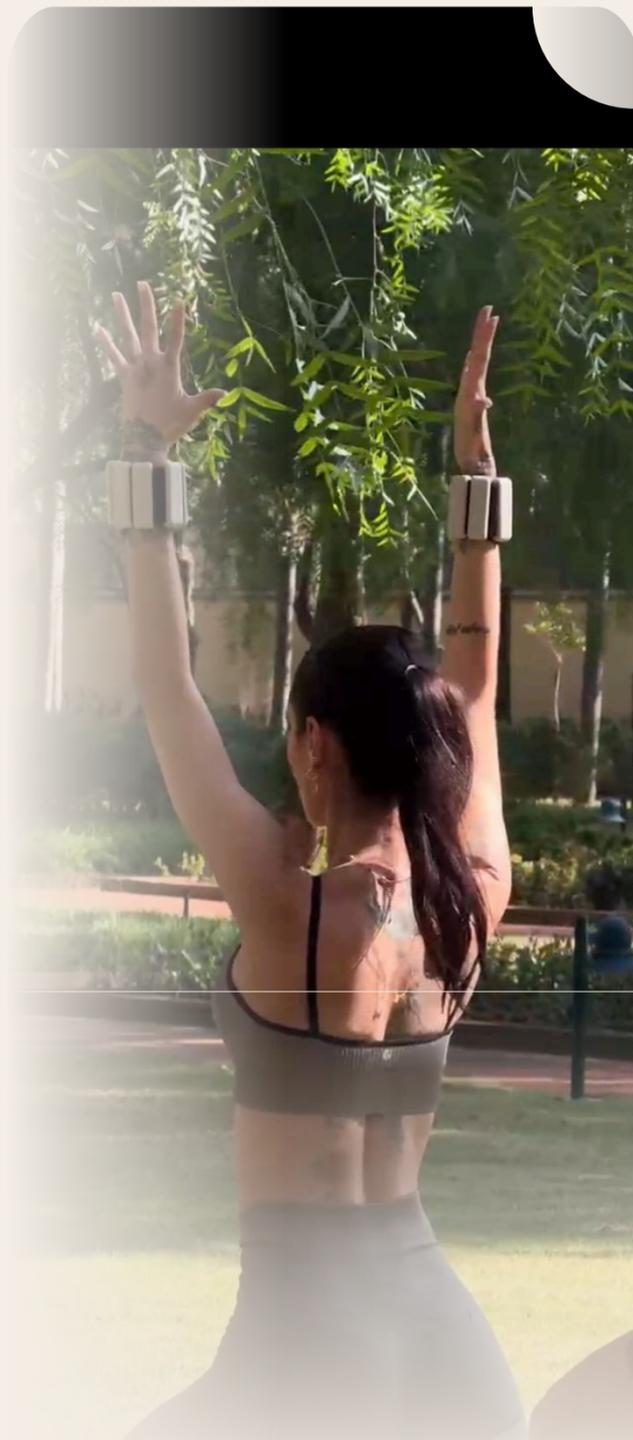
Cada encontro será um portal de reconexão com o que realmente importa: você.

sermind wellness

sermind wellness

EXPERIÊNCIA SENSORIAL INCLUSA

- Pesinhos refinados Theta Movement
- Ritual aromático Pomander
- Diário, caneta e bag personalizada SERMIND
- Rudraksha como amuleto espiritual

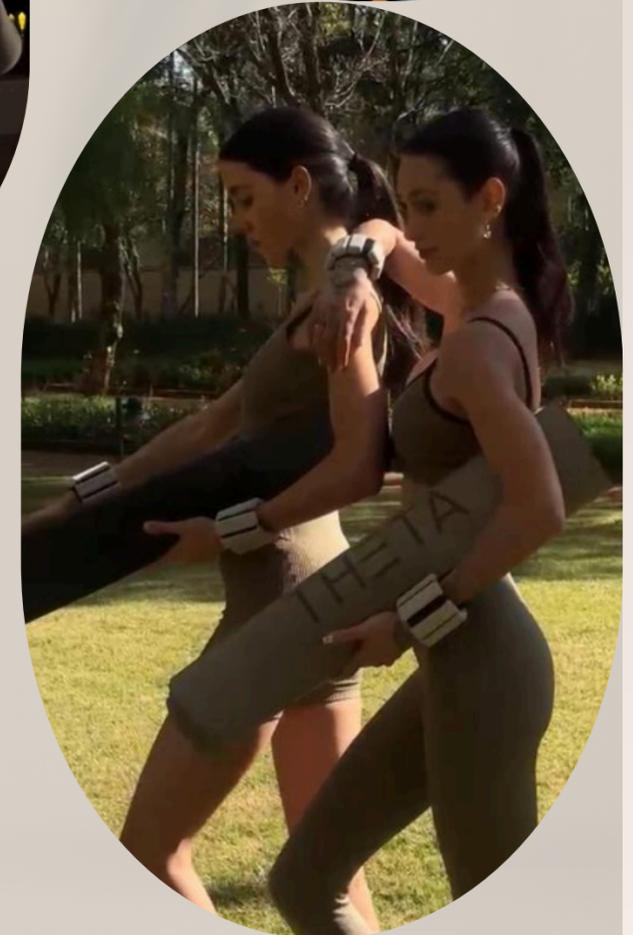
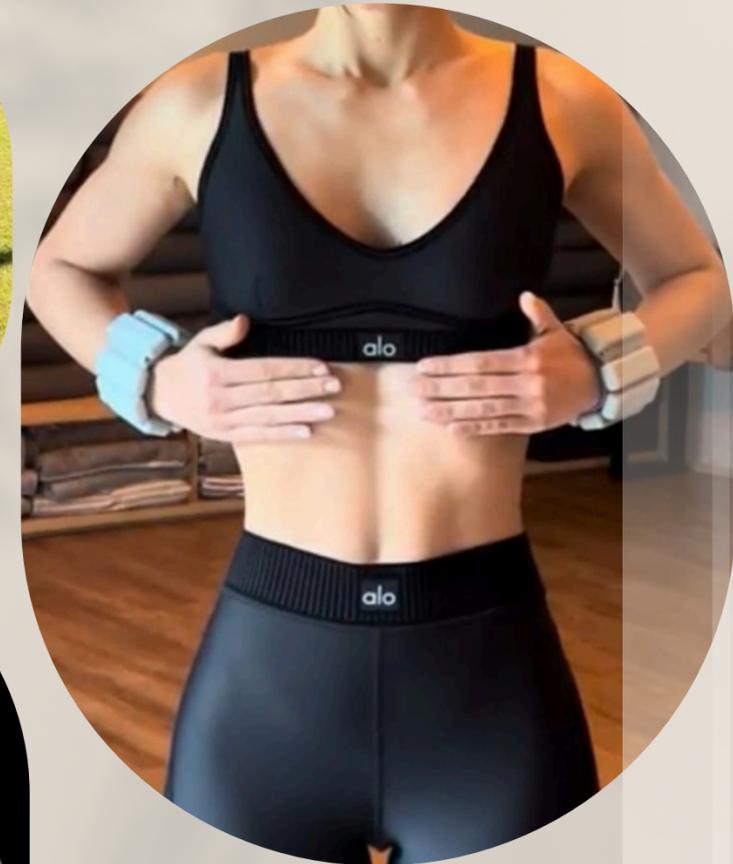


sermind wellness

MODALIDADES DISPONÍVEIS

- Mentoria Personal Individual (1 aluna)

Cada caminho será respeitado conforme sua escolha e necessidade.



sermind wellness

Planos

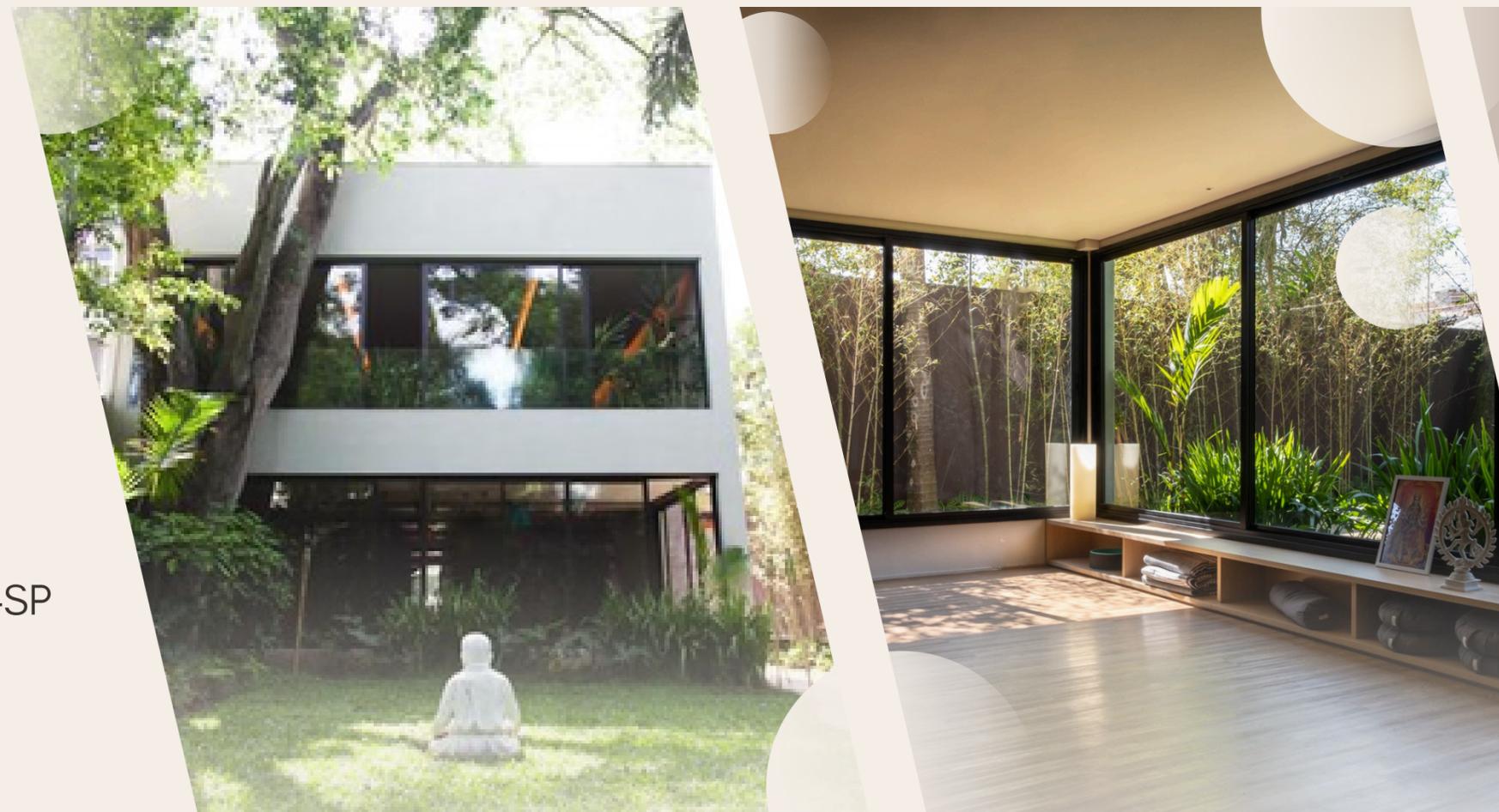
Aula **Avulsa** R\$450

Plano 2 meses | 1x semana |
R\$400 por aula (R\$3.200 total)

Plano 3 meses | 1x semana |
R\$350 por aula (R\$4.200 total)

Pagamento no cartão de credito ou pix a vista

LOCAL: URBAN YOGA | JACQUES FELIX, 75 - Vila Nova Conceição -SP





SERMIND WELLNESS

Sua pausa estratégica. Seu realinhamento. Sua essência desperta

www.sermindwellness.bio.link

(11) 988026374

@pamseraffim

www.sermind.com.br