



# Cidade Jardim Health Center

GUIDE

—  
HEALTH CENTER  
CIDADE  
JARDIM

A medicina do futuro não está restrita aos grandes centros hospitalares. Ela também se manifesta onde as pessoas vivem, consomem, se movimentam e escolhem cuidar de si. No 5º piso do Shopping Cidade Jardim, nasce o Cidade Jardim Health Center, um espaço de 2.000 m<sup>2</sup> que propõe um novo olhar para a saúde: mais integrado, mais humano e mais conectado ao ritmo de vida contemporâneo.

Clínicas e estúdios de referência no Brasil se unem para simplificar sua jornada de saúde, com curadoria, conforto e excelência. O centro foi concebido para integrar cuidado e *lifestyle*: em um só endereço, é possível consultar-se, treinar e relaxar. A arquitetura do Estúdio Obra Prima reforça esse convite ao bem-estar, oferecendo uma experiência única.

Entre em contato com o nosso  
concierge pelo WhatsApp:  
(11) 98882-2204

ou CLIQUE AQUI para acessar o site



# Clínicas e estúdios

**Aera Pilates** | Reformer (pág. 12)

**Aera Recovery** | Recuperação ativa (pág. 14)

**Brandão & Cortez** | Urologia (pág. 16)

**Clínica L&F Haddad** | Otorrino e cirurgia de cabeça e pescoço (pág. 18)

**Clínica Muricy** | Transplante capilar e tricologia (pág. 20)

**CliniQ Medicina** | Cirurgia e clínica médica (pág. 22)

**Cuida** | Saúde mental integrada (pág. 24)

**Instituto Rauen** | Saúde, estética e fisioterapia (pág. 26)

**Juliana Imbriani** | Terapia integrativa e ayurveda (pág. 30)

**Mariá Head & Hair Spa** | Saúde capilar e bem-estar (pág. 32)

**Rafa Protein** | Academia futurística (pág. 34)

**Roseli Siqueira** | Beleza natural e estética integrada (pág. 36)

**Slopes Ski & Snowboard Club** (pág. 38)

**Somnare** | Saúde do sono (pág. 40)

**Studio Mari Brunelli** | Pilates (pág. 42)

**Studio Power Beauty by Rodolpho Droghetti** | Treino personalizado (pág. 44)

**Vidya Studio** | Hot yoga (pág. 46)

**Villa Piva Café** (pág. 48)

# Especialidades

## **ANESTESIOLOGISTA ESPECIALISTA EM DOR**

André Mansano (Instituto Rauen)

## **ANGIOLOGIA**

Camila Oba (Instituto Rauen)

Rodrigo Kikuchi (Instituto Rauen)

## **CARDIOLOGIA**

Ludhmila Hajjar (CliniQ Medicina)

## **CIRURGIA INTERVENCIONISTA**

Luiz Tenório Siqueira (CliniQ Medicina)

## **CIRURGIA PLÁSTICA**

Leonardo Bomediano (CliniQ Medicina)

Mariana Genelhu (CliniQ Medicina)

Thiago Paoliello (CliniQ Medicina)

## **DERMATOLOGIA**

Rafaela Dal Prá (Instituto Rauen)

## **ESTÉTICA E COSMETOLOGIA**

Roseli Siqueira

## **FISIOTERAPIA**

Mayara de Oliveira Sakumoto (Instituto Rauen)

Rodrigo Borges dos Santos (Instituto Rauen)

## **FISIOTERAPIA RESPIRATÓRIA EM SONO**

Evelyn Brasil (Somnare)

## **FONOAUDIOLOGIA EM SONO, MOTRICIDADE OFORAL E DISFAGIA**

Giovana Diaferia (Somnare)

## **GASTROENTEROLOGIA**

Vladimir Schraibman (Instituto Rauen)

## **GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA**

Shirlene Colombo (Instituto Rauen)

## **MEDICINA DO SONO, NEUROFISIOLOGIA E NEUROLOGIA INFANTIL**

Leticia Soster (Somnare)

## **MEDICINA ESPORTIVA E NUTROLOGIA**

Eduardo Rauen (Instituto Rauen)

## **NEUROCIRURGIA**

Murilo Marinho (CliniQ Medicina)

## **NEUROPSICOLOGIA**

Fernanda Machado (Cuida)

## **ORTOPEDIA**

Alexandre Godoy (CliniQ Medicina)

Carlos Barsotti (CliniQ Medicina)

Leonardo Quialheiro (CliniQ Medicina)

Marcelo Queiroz (CliniQ Medicina)

Raquel Iamaguchi (CliniQ Medicina)

## **OTORRINO E MEDICINA DO SONO**

Fernanda Haddad (Clínica L&F Haddad e Somnare)

## **OTORRINO**

Daniela Bosaipo (Clínica L&F Haddad)

## **OTORRINO E CIRURGIA DE CABEÇA E PESCOÇO**

Leonardo Haddad (Clínica L&F Haddad)

## **PILATES**

Mariana Brunelli

## **PSICOLOGIA DO SONO**

Illa Linares (Somnare)

## **PSICOTERAPIA**

Beatriz Vogel (Cuida)

Francisco Júnior (Cuida)

## **PSIQUIATRIA**

Carlos Gustavo Costardi (Cuida)

Gustavo Estanislau (Cuida)

João Roberto Lisboa (Cuida)

José Diogo de Souza (Cuida)

Laís Fonseca (Cuida)

Liliane Bastos (Cuida)

Marina Meller (Cuida)

Pedro Pan (Cuida)

Rodrigo Bressan (Cuida)

## **TERAPIA INTEGRATIVA**

Juliana Imbriani

## **TERAPIA OCUPACIONAL**

Elisabete Cipolla Petri (Cuida)

Fernanda Pellegrin (Cuida)

Gabriela Cruz de Moraes (Cuida)

Giovana Martini (Cuida)

Valeska Murier (Cuida)

Vanessa Tassoni Pereira Watanabe (Cuida)

## **TREINO COM ELETROESTIMULAÇÃO**

Rafa Protein

## **TREINO DE ESQUI**

Slopes Ski & Snowboard Club

## **TREINO DE MUSCULAÇÃO PERSONALIZADO**

Rodolpho Droghetti

## **TRICOLOGIA**

Maria Angélica Muricy (Clínica Muricy e Mariá Head & Hair Spa)

## **UROLOGIA**

Deusdedit Cortez Neto (Brandão & Cortez)

Luís Felipe Brandão (Brandão & Cortez)



# Aera Pilates



## AERA PILATES

Pilates reformer

O Aera chega por aqui inaugurando uma nova fase no universo do pilates. Evolução da marca One Pilates, este estúdio oferece uma metodologia dinâmica e conectada ao ritmo contemporâneo. A novidade é um reformer patenteado, usado em todas as aulas, que permite mais mobilidade, menos carga e treinos intensos, seguros e eficientes. As aulas coletivas, conduzidas por instrutores capacitados, valorizam as necessidades individuais dentro da dinâmica em grupo. Aera traduz força, flexibilidade, controle e fluidez, convidando à performance e ao bem-estar.

O Aera inaugura uma **“nova era do pilates”**, com treinos intensos, que buscam romper com um estereótipo do pilates como atividade terapêutica

# Aera Recovery



## AERA RECOVERY

Cold plunge e sauna infravermelha

A primeira unidade do novo projeto do Grupo Smart Fit, que também assina o Vidya Studio, é dedicada à recuperação ativa e à performance consciente. O espaço responde à demanda por bem-estar que vai além do esforço físico, valorizando descanso e regeneração. Com equipamentos de última geração e protocolos inspirados em centros como o Remedy Place, nos Estados Unidos, o Aera Recovery oferece saunas com tecnologia infravermelha e seca, banheiras de gelo e compressão muscular. A proposta é uma experiência intuitiva, acessível e personalizável, que pode ser vivida individualmente ou em grupos, no formato *day use* ou por créditos.

Equipamentos de última geração promovem a **recuperação ativa** do corpo

# Brandão & Cortez



LUIS FELIPE BRANDÃO E DEUSDEDIT CORTEZ NETO

## UROLOGIA

Luis Felipe Brandão  
Deusdedit Cortez Neto

## CONTATO

(11) 92099-5843

# BRANDÃO & CORTEZ

Instituto de urologia

No Cidade Jardim Health Center, o instituto de urologia Brandão & Cortez marca uma nova fase dos médicos Luis Felipe Brandão e Deusdedit Cortez Neto, que assumem pessoalmente todos os atendimentos. A atuação abrange desde casos complexos, como tumores de próstata, rim, bexiga e adrenal, até quadros frequentes como cálculo renal e distúrbios hormonais masculinos. A andrologia, com foco em saúde hormonal e reprodutiva, é um pilar, assim como a vasectomia. Embora voltado ao público masculino, o espaço também atende mulheres com cálculo renal ou infecções urinárias de repetição, oferecendo tratamento preciso, escuta e acompanhamento contínuo.

“ Queremos oferecer um acompanhamento **próximo, cuidadoso, com tempo e escuta**, exatamente como gostaríamos de ser atendidos ”

- Luis Felipe Brandão

# Clínica L&F Haddad



FERNANDA E LEONARDO HADDAD

## OTORRINO E CIRURGIA DE CABEÇA E PESCOÇO

Leonardo Haddad

## OTORRINO E MEDICINA DO SONO

Fernanda Haddad

## OTORRINO

Daniela Bosaipo

**CONTATO**  
(11) 91128-0018

O objetivo é oferecer um atendimento **ágil, técnico e humanizado** em uma especialidade que exige respostas rápidas no dia a dia

## CLÍNICA L&F HADDAD

Otorrino e cirurgia de cabeça e pescoço

Referência em otorrinolaringologia e cirurgia de cabeça e pescoço, a L&F Haddad, dos médicos Leonardo e Fernanda Haddad, inaugura uma unidade focada no atendimento de doenças da especialidade, oferecendo agilidade nos casos que necessitem de avaliação precoce. É uma área que atua em patologias de alta prevalência, em todas as faixas etárias, como infecções do ouvido, nariz e garganta, distúrbios respiratórios, auditivos e da comunicação e voz. Além disso, trata de patologias da tireoide, das glândulas salivares e neoplasias. O espaço será compartilhado com a Somnare, dedicada à medicina do sono e também idealizada por Fernanda.

# Clínica Muricy



MARIA ANGÉLICA MURICY

## TRICOLOGIA

Maria Angélica Muricy

## CONTATO

(11) 94357-2954

Referência em **tratamentos capilares**, o espaço oferece terapias para queda, calvíce e alopecias cicatriciais

## CLÍNICA MURICY

Transplante capilar e tricologia médica

Com mais de 30 anos na dermatologia e especialização em tricologia, Maria Angélica Muricy Sanseverino lidera a nova unidade da Clínica Muricy. Referência em tratamentos capilares desde 2009, a clínica atua do diagnóstico à cirurgia de alta complexidade. O transplante capilar, seu procedimento mais procurado, utiliza a técnica FUE (Follicular Unit Extraction), que permite a retirada individual dos folículos sem cortes lineares, resultando em cicatrizes quase imperceptíveis e recuperação acelerada. Também trata diferentes causas de queda de cabelo e enfraquecimento dos fios, como alterações hormonais, inflamações no couro cabeludo e respostas ao estresse ou a mudanças metabólicas. Integrada ao Mariá Head & Hair Spa, oferece cuidado contínuo, unindo bem-estar e saúde dos cabelos.

# CliniQ Medicina



## ORTOPEDIA

Leonardo Quialheiro  
Alexandre Godoy  
Carlos Barsotti  
Marcelo Queiroz  
Raquel Iamaguchi  
Andre Wever

## CARDIOLOGIA

Ludhmila Hajjar

## CIRURGIA PLÁSTICA

Thiago Paoliello  
Mariana Genelhu  
Leonardo Bomediano

## CIRURGIA INTERVENCIONISTA

Luiz Tenório Siqueira

## ESPECIALISTA EM DOR

Thalita Marqueze

## NEUROCIRURGIA

Murilo Marinho

**CONTATO**  
(11) 3198-8165  
(11) 99878-5555

“ Um time **multidisciplinar**,  
com o compromisso de  
oferecer **medicina de ponta**  
”

- Leonardo Quialheiro

## CLINIQ MEDICINA

Cirurgia e clínica médica

Idealizada pelo ortopedista Leonardo Quialheiro, a CliniQ Medicina abre sua primeira unidade com proposta de cuidado integral e excelência médica. O novo espaço reúne diferentes especialidades em um só endereço, com alto padrão técnico e ambiente acolhedor. O time inclui a cardiologista Ludhmila Hajjar, o médico intervencionista Luiz Tenório Siqueira, o ortopedista Alexandre Godoy e o cirurgião plástico Thiago Paoliello. O objetivo é oferecer atendimento multidisciplinar de ponta, simplificando a jornada do paciente com qualidade e resolutividade.



LUDHMILA HAJJAR

# Cuida



GABRIELA CRUZ DE MORAES E RODRIGO BRESSAN

## **PSIQUIATRIA**

Rodrigo Bressan, Carlos Gustavo Costardi, Gustavo Estanislau, João Roberto Lisboa, José Diogo de Souza, Laís Fonseca, Liliane Bastos, Marina Meller e Pedro Pan

## **TERAPIA OCUPACIONAL**

Gabriela Cruz de Moraes, Elisabete Cipolla Petri, Giovana Martini, Fernanda Pellegrin de Melo, Valeska Murier e Vanessa Tassoni Pereira Watanabe

## **PSICOTERAPIA**

Beatriz Vogel e Francisco Júnior

## **NEUROPSICOLOGIA**

Fernanda Machado

**CONTATO**  
(11) 97820-8581

# CUIDA

## Saúde mental integrada

Cuidar é mais do que tratar sintomas, é compreender contextos, acolher trajetórias e ajudar cada pessoa a reconstruir seus caminhos. Com essa premissa, a Clínica Cuida Saúde Mental Integrada chega ao Cidade Jardim Health Center ampliando a atuação de uma equipe com olhar integral e multidisciplinar. Fundada em 2021 pelo psiquiatra Rodrigo Bressan e pela terapeuta ocupacional Gabriela Cruz de Moraes, reúne psiquiatria, psiquiatria da infância e adolescência, terapia ocupacional, integração sensorial, psicanálise, psicoterapia e avaliação neuropsicológica. No novo espaço, destaca-se a sala de integração sensorial para crianças e adolescentes com parede de escalada e piscina de bolinhas, que promove desenvolvimento e regulação emocional de forma lúdica.



# Instituto Rauen



EDUARDO RAUEN

## **MEDICINA ESPORTIVA E NUTROLOGIA**

Eduardo Rauen

## **ANESTESIOLOGISTA ESPECIALISTA EM DOR**

André Mansano

## **ANGIOLOGIA E CIRURGIA VASCULAR**

Rodrigo Kikuchi

Camila Oba

## **DERMATOLOGIA**

Rafaela Dal Prá

## **FISIOTERAPIA E ORTOPEDIA ESPORTIVA**

Mayara de Oliveira Sakumoto

Rodrigo Borges dos Santos

## **GASTROENTEROLOGIA, CIRURGIA DO APARELHO DIGESTIVO E PROCTOLOGIA**

Vladimir Schraibman

## **GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA**

Shirlene Colombo

**CONTATO**  
(11) 98213-1495

## MEDICINA, SAÚDE E BEM-ESTAR

Fundado e dirigido por Eduardo Rauen, nutrólogo e médico do esporte, o instituto é referência no atendimento a atletas de alto rendimento e a pessoas em busca de emagrecimento saudável, ganho de massa muscular, prevenção de doenças e melhora da qualidade de vida. Além de Rauen e da equipe de nutricionistas, a clínica conta com Vladimir Schraibman, gastroenterologista, e Rodrigo Kikuchi, angiologista e cirurgião vascular especializado em métodos minimamente invasivos para microvasos e lipedema.

No Cidade Jardim Health Center, o Instituto Rauen atua também em outras duas frentes: fisioterapia e estética.

## FISIOTERAPIA E REABILITAÇÃO

A experiência como médico do esporte fez com que Eduardo Rauen se unisse aos fisioterapeutas Rodrigo Borges e Mayara Sakumoto para formar o mais novo braço do Instituto Rauen, totalmente voltado à reabilitação ortopédica, esportiva, pós-cirúrgica e de terceira idade. A estrutura conta com equipamentos de última geração, incluindo esteiras, bicicletas e lasers terapêuticos capazes de acelerar o processo de cicatrização.

# Instituto Rauen



## ESTÉTICA

Sob gestão de Daiane Trentini Rauen, o núcleo de estética reúne tecnologias de última geração para quem busca eficácia e acolhimento em soluções contra celulite, gordura localizada, flacidez muscular, rugas, manchas e sinais do envelhecimento. Entre os destaques, está a plataforma Exion, que combina radiofrequência, ultrassom e microagulhamento robótico em um único procedimento para firmeza da pele, tanto do rosto quanto do corpo.

“

Nossa abordagem é **integrada** e com foco em **saúde real**. Os pacientes vivenciam uma experiência clínica baseada em ciência, escuta e cuidado **individualizado**

”

- Eduardo Rauen

# Juliana Imbriani



## TERAPIA INTEGRATIVA

Juliana Imbriani

## CONTATO

(11) 98322-8573

# JULIANA IMBRIANI

Terapia integrativa & ayurveda

Com exclusividade por aqui, o Núcleo Terapêutico Juliana Imbriani oferece atendimentos individuais com foco em terapias integrativas e somáticas. Formada em educação física, com especializações em psicoterapia junguiana e práticas ayurvédicas, Juliana reúne mais de 15 anos de atuação no Spa Cidade Jardim e é reconhecida por unir conhecimento técnico e escuta sensível em práticas corporais conduzidas por ela mesma. Entre os tratamentos estão a liberação miofascial, indicada para aliviar dores crônicas e tensões, massagens ayurvédicas como Abhyanga, Udwartana e Garshana, além da arteterapia junguiana, que promove autoconhecimento e equilíbrio por meio da expressão artística.



# Mariá Head & Hair Spa



## SAÚDE CAPILAR

Maria Angélica Muricy

## CONTATO

(11) 92101-9474



## MARIÁ HEAD & HAIR SPA

Saúde capilar e bem-estar

A unidade no Cidade Jardim Health Center amplia a proposta de cuidado capilar criada pela dermatologista Maria Angélica Muricy Sanseverino, referência em tricologia há mais de 30 anos e também à frente da Clínica Muricy. Os rituais começam com análise do couro cabeludo e massagem relaxante em lavatórios de tecnologia japonesa. Os protocolos personalizados tratam queda, dermatites de couro cabeludo, oleosidade, reconstrução capilar e cuidados da saúde capilar em geral. O tratamento inclui névoas quente e fria e reflexologia a quatro mãos pensada para integrar corpo e mente, promovendo restauração e equilíbrio para homens e mulheres que desejam incluir o cuidado com os cabelos em uma rotina mais conectada ao bem-estar.

# Rafa Protein



**TREINO COM  
ELETROESTIMULAÇÃO**  
Rafa Protein

**CONTATO**  
(11) 94549-5264

# RAFA PROTEIN

Academia futurística

Projetada para treinos inteligentes com eletroestimulação capaz de ativar até 300 músculos por sessão, a “academia futurística” Rafa Protein tem como estrelas esteiras e bicicletas térmicas a vácuo e infravermelho, que aceleram o metabolismo e podem queimar até mil calorias em 30 minutos. Com salas para sessões de eletroestimulação individual, drenagem mecânica e aulas em grupo, o espaço oferece protocolos para emagrecimento, lipedema, pós-parto, sarcopenia e longevidade. Cada treino tem o objetivo de cuidar do corpo com inteligência, sem desperdício de tempo ou esforço.



# Roseli Siqueira



**ESTÉTICA E COSMETOLOGIA**  
Roseli Siqueira

**CONTATO**  
(11) 95379-8305

# ROSELI SIQUEIRA

Beleza natural e estética integrada

Muito antes de expressões como *clean beauty* ganharem força, Roseli Siqueira já defendia que pele bonita é pele viva, respeitada em sua individualidade, fortalecida em sua estrutura e em harmonia com os ciclos da natureza. Com mais de cinco décadas de atuação, a cosmetóloga e esteticista foi pioneira na recusa a toxinas e no incentivo à exposição solar consciente. No Cidade Jardim Health Center, inaugura unidade com proposta de spa sensorial, sob direção de Rafael Siqueira. Com tratamentos faciais e corporais e 26 fórmulas limpas próprias, o centro apostava em estética consciente e protocolos que unem regeneração, hidratação e prevenção.

“ Nossa abordagem é **holística, integrativa** e voltada para a **prevenção** ”

- Rafael Siqueira  
diretor

# Slopes



**SIMULADOR E  
TREINO DE ESQUI  
E SNOWBOARD**

**CONTATOS**

(11) 3198-8151  
(11) 95608-6720

# SLOPES

Ski & snowboard club

A proposta é inédita no Brasil: um centro de treinamento que une alta performance, inovação tecnológica e a atmosfera única dos esportes de inverno. O Slopes Ski & Snowboard Club, idealizado Jackson Rabello, propõe uma imersão completa com simuladores e treinos desenvolvidos pela PSIA-AASI (Professional Ski Instructors of America e American Association of Snowboard Instructors), e oferece imersão técnica e divertida, com pistas virtuais como Beaver Creek, Kitzbühel e PyeongChang. Metade da aula ocorre no simulador; o restante inclui exercícios de força, equilíbrio e coordenação em equipamentos específicos. Aberta a todos os níveis, conta ainda com café e loja, incentivando a prática segura e o acesso aos esportes de neve.

“ O treino é **técnico**, eficiente e extremamente divertido, com feedback em **tempo real** ”

- Jackson Rabello

# Somnare



LETICIA SOSTER, GIOVANA DIAFERIA E EVELYN BRASIL

## OTORRINO E MEDICINA DO SONO

Fernanda Haddad

## MEDICINA DO SONO, NEUROFISIOLOGIA E NEUROLOGIA INFANTIL

Leticia Soster

## FISIOTERAPIA RESPIRATÓRIA EM SONO

Evelyn Brasil

## FONOAUDIOLOGIA EM SONO, MOTRICIDADE OROFACIAL E DISFAGIA

Giovana Diaferia

## PSICOLOGIA DO SONO

Illa Linares

**CONTATO**  
(11) 91128-0018

# SOMNARE

Saúde do sono

Especializada em medicina do sono, a otorrinolaringologista Fernanda Haddad lidera a Somnare, clínica que reúne uma equipe multiprofissional para o manejo dos distúrbios do sono em diferentes faixas etárias. O time conta com neuropediatra, fisioterapeuta, fonoaudióloga e psicóloga, todas com formação consolidada em sono. O espaço oferece exames portáteis para monitoramento do sono e actigrafia, utilizada na avaliação do ritmo circadiano e do padrão sono-vigília. Com atendimento exclusivo no Cidade Jardim Health Center, a Somnare divide espaço com a clínica L&F Haddad.

“

O sono é um **pilar fundamental**  
da saúde e bem-estar.  
A Somnare surge para consolidar  
o conceito de cuidado  
**integralizado e personalizado**

”

- Fernanda Haddad

# Studio Mari Brunelli



## **FISIOTERAPIA**

Mariana Brunelli

## **CONTATO**

(11) 98109-6440



## STUDIO MARI BRUNELLI

Pilates

Com 18 anos de experiência em pilates, a fisioterapeuta Mariana Brunelli inaugurou um estúdio dedicado a treinamento e desequilíbrios musculares. Compacto e acolhedor, oferece aulas individuais ou para até dois alunos, com foco nas necessidades específicas. Mariana aplica sua experiência clínica em prevenção e tratamento de disfunções musculoesqueléticas, como escoliose. O espaço conta com os clássicos aparelhos reformer, cadillac, chair e barrel, integrados a um trabalho terapêutico personalizado, em um ambiente de conforto, privacidade e excelência.

# Studio Power Beauty



**TREINO PERSONALIZADO**  
Rodolpho Droghetti

**CONTATO**  
(11) 96917-0277

“ A resposta estética é importante, sim, mas ela vem junto com **outros ganhos**: disposição, sono de qualidade e autoestima

”

- Rodolpho Droghetti

## STUDIO POWER BEAUTY

by Rodolpho Droghetti

Com 15 anos de história no Spa Cidade Jardim, o Studio Power Beauty, criado pelo professor Rodolpho Droghetti, inicia nova fase no Health Center. Focado em construir uma silhueta forte, saudável e harmoniosa, atende principalmente o público feminino, com aulas individuais em ambiente reservado e estruturado, onde as pessoas são acompanhadas de perto pelo professor Rodolpho e sua equipe. O trabalho prioriza treinos personalizados de musculação para motivar e gerar resultados físicos e emocionais. Com equipamentos criados com ergonomia para treinos de alto rendimento, a busca é por ganho de massa muscular com equilíbrio e coerência estética, unindo força, beleza e bem-estar.

# Vidya Studio



## VIDYA STUDIO

loga

Pioneiro do hot yoga no Brasil, o Vidya Studio chega por aqui para ampliar a conexão entre corpo e mente. A prática combina posturas tradicionais em sala aquecida a 40 °C, favorecendo alongamento profundo, desintoxicação e presença plena. As aulas guiadas por professores atentos ao alinhamento técnico e à escuta emocional ajudam cada aluno a encontrar seu ritmo. O estúdio segue a filosofia de tornar o ioga acessível e potente tanto para iniciantes como para quem já é fã do método e reúne seis modalidades: Hatha Yoga, Yoga com Props, Vinyasa, Vinyasa Avançado, Yin Yoga e Yoga Restaurativa.

O estúdio segue a filosofia de tornar o ioga **acessível** e **potente** tanto para iniciantes como para quem já é fã do método

# Villa Piva Café



MARIA RUDGE, FUNDADORA E  
SÓCIA DO VILLA PIVA CAFÉ

# Villa Piva Café

Conhecida por suas bebidas e alimentos naturais e saudáveis, a Villa Piva dá um novo passo ao inaugurar seu primeiro café próprio: um espaço pensado para unir sabor, saúde e conveniência, em sintonia com a proposta de bem-estar do novo centro. O café, protagonista do cardápio, com grãos cultivados no sul de Minas e polinizados por abelhas, é servido em versões como expresso, ristretto, cappuccino, latte, filtrados, prensa francesa, affogato, submarino e mocktails criativos. O menu com conceito funcional inclui avocado toast, ovos, iogurte com granola, salada caprese e açaí, todos feitos com produtos da marca, também à venda para quem quiser levá-los para casa.



MENU COM OPÇÕES PARA  
LANCHES RÁPIDOS E  
REFEIÇÕES COMPLETAS

## Villa Piva Café





## **CIDADE JARDIM HEALTH CENTER GUIDE**

**DIREÇÃO**

BRUNO ASTUTO

**EDIÇÃO**

LUCIANA FRANCA E SERGIO AMARAL

**EDIÇÃO DE ARTE**

MARIA CAROLINA TORRES

**TEXTOS**

ANA CRISTINA GONÇALVES

**FOTOS**

HANNA VADASZ E IGOR KALINOUSKI

**PRODUÇÃO**

BERNARDO DA MATA E PIETRO BENEDETTI



### **SHOPPING CIDADE JARDIM**

AV. MAGALHÃES DE CASTRO, 12.000 – 5º PISO | SÃO PAULO

WHATSAPP (11) 98882-2204

[WWW.CIDADEJARDIMSHOPPING.COM.BR/HEALTH-CENTER](http://WWW.CIDADEJARDIMSHOPPING.COM.BR/HEALTH-CENTER)

@CIDADEJARDIMHEALTHCENTER

### **HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO**

SEGUNDA A SÁBADO

6H ÀS 22H

DOMINGOS E FERIADOS

8H ÀS 20H