

## Explore

Escolha do editor  
GRÁTIS

## O quê?

Ao ar livre  
Yoga  
Spas & Clínicas  
[more](#)

## Onde?

Barra & São Conrado  
Botafogo & Humaitá  
Copacabana & Leme  
Flamengo, Catete & Glória  
Ipanema & Arpoador  
Leblon  
[more](#)

## Siga

✉ Newsletter  
📡 RSS feed  
📡 Esporte & Saúde RSS  
t Twitter  
f Facebook  
🌐 Outras cidades Time Out

# Método De Rose

*Método desenvolvido para adultos jovens, dos 18 aos 58 anos*

Foto: Divulgação



O Método DeRose é uma proposta de life style coaching. Algumas das ferramentas são a reeducação respiratória, a administração do stress, as técnicas orgânicas que melhoram o tônus muscular e a flexibilidade, procedimentos para o aprimoramento da descontração emocional e da concentração mental.

As aulas são super alto astral e o grupo é sempre bem unido. Existe uma essência de compartilhamento de valores e, conseqüentemente, um maior convívio entre os praticantes, dentro e fora do espaço.

O Método é indicado para adultos jovens em uma faixa etária que vai dos 18 aos 58 anos. Há unidades na Barra da Tijuca, Copacabana e Leblon.

Tags: [Barra & São Conrado](#), [Copacabana & Leme](#), [Esporte & Saúde](#), [Leblon](#), [Yoga](#)

🖨️ Print 📧 Email

## Método De Rose details

**Endereço** Avenida Nossa Senhora de Copacabana, 583/306  
Copacabana, Rio de Janeiro

**Estações próximas** Metrô Siqueira Campos

**Telefone** (21) 2255 4243

[Site de Método De Rose](#)

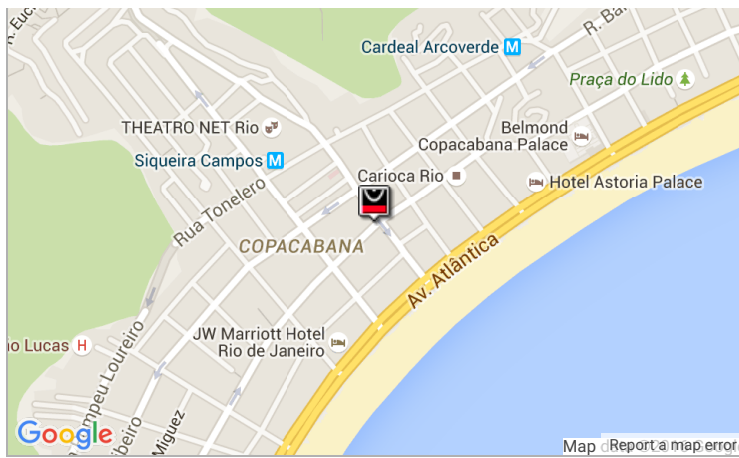
**Preço** R\$290(mensalidade).

**Horário de funcionamento** Seg-Qui., 7h-21h

[Reserve seu hotel](#)

## Mapa





Se o mapa ou detalhes deste estabelecimento estão incorretos, entre em contato

### Cafés próximos

- Mega Matte - 43m
- Paradis - 542m
- Galeria 80 - 740m
- La Fiducia Café - 885m
- Guerin - 902m

### Praias próximas

- Praia de Copacabana - 352m

### Atrações próximas

- Praia de Copacabana - 352m
- Casa Daros - 1793m
- Forte de Copacabana - 1981m

### Comentários dos leitores

Ghostery blocked comments powered by Disqus.



blog comments powered by Disqus

Search Hotels

Rio de Janeiro

1 Night (Apr 3 - Apr 4)

Search



**Olinda Rio Hotel**

★★★★★

from \$101



**Sant' Martre**

from \$76

[more hotels >>](#)

Book Now, Pay Later!

### Alugue seu carro

País

Selecionar

Retirada

02 Abr 2014

Devolução

04 Abr 2014

### Similar lugares

- Curves
- Rio Wake Center
- Blyss Yoga
- Ananda Yoga
- BodyTech
- Studio Mariana Lobato

Locais	Matérias	Eventos
<ol style="list-style-type: none"> <li>Surf School Ipanema</li> <li>Asa-Delta Brasil</li> <li>Blyss Yoga</li> </ol>		

- 4. Ananda Yoga
- 5. Espaço Nirvana

[Mais locais](#)

## Últimos artigos



**Roteiro gastronômico em homenagem ao Rio**



**Passeio gastronômico pela Tijuca**



**A primavera de Zazá**

[Mais artigos](#)



Time Out Brasil

44.624 curtidas

Curtir Página

Compartilhar

10 amigos curtiram isso



[Sobre o site](#) | [Newsletter](#) | [Entre em contato](#) | [Política de privacidade](#) | [Anuncie conosco](#)

[São Paulo \(English\)](#) | [São Paulo \(Português\)](#) | [Rio de Janeiro \(English\)](#)

**Links úteis da Time Out:** [Restaurantes SP](#) | [Restaurantes RJ](#) | [Bares SP](#) | [Bares RJ](#) | [Shows e Eventos SP](#) | [Shows e Eventos RJ](#)  
[Guia e Dicas Buenos Aires](#) | [Guia e Dicas Nova York](#) | [Guia e Dicas Miami](#) | [Guia e Dicas Paris](#) | [Compras em Miami](#) | [Compras em Nova York](#)  
[Time Out São Paulo](#) | [Time Out Rio de Janeiro](#) | [Time Out Viagem](#) | [Time Out Global](#)

© 2011 - 2016 Time Out Group Ltd. All rights reserved. All material on this site is © Time Out.

powered by