EQUILIBRIUS®
Centro de Tai Chi Chuan, Acupuntura e Cultura Oriental

YANG CHENGFU TAI CHI CHUAN CENTER BRAZIL ©

www.taichichuan.com.br

Informativo Trimestral do EQUILIBRIUS®
TAI CHI CHUAN DA FAMÍLIA YANG

NÚMERO 04 NOV 2014

Viagem para a CHINA

JULHO DE 2015

CELEBRAÇÃO DO ANIVERSÁRIO DE 90 ANOS DO GRÃO-MESTRE YANG ZHENDUO

Editorial

Uma nova viagem à China nos aguarda em julho de 2015. Estamos organizando uma experiência cultural, para conhecer lugares históricos e celebrar os 90 anos do Grão-Mestre Yang Zhenduo.

Mais de 15.000 quilômetros nos separam fisicamente; muitos aspectos sócio-culturais, tradições e costumes nos diferenciam. A China é um país com um legado histórico de mais de 10.000 anos, onde muitas Dinastias e batalhas se sucederam, berço de muitos inventos e filosofias, abrigando esplêndidas paisagens da natureza.

Apesar deste contraste com o que conhecemos, muitas coisas nos unem e nos conectam, em especial o Tai Chi Chuan. Além disso, a vontade de aprender sobre os ensinamentos ancestrais e de poder vislumbrar o modo de vida local, abrindo nossas mentes para outros pontos de vista.

Trilhando caminhos por onde passaram pessoas conhecidas, disseminando suas sabedorias – como Lao-Tse e o Mestre Yang Luchan, e também por onde muitos humildes agricultores e monges anonimamente jogaram suas sementes de arroz e de preces.

Poderemos talvez perceber, por meio de tantos contrastes culturais, sociais, filosóficos, climáticos e econômicos, que estamos em fases diferentes de um só ciclo, trazendo-nos uma compreensão palpável da teoria do Yin Yang – a base fundamental do Tai Chi Chuan, da Medicina Tradicional Chinesa e do Taoísmo.

Em um pouco mais de 24 horas de viagem, pisaremos em terras lendárias; subindo algumas centenas de degraus, visitaremos milenares locais sagrados. Veremos a China moderna abrindo os braços ao mundo enquanto mantém firmes raízes no rico passado. Será uma viagem de inspiração, aprendizados, descobertas e integração social.

Uma oportunidade de respeitosamente agradecer ao Mestre Yang Zhenduo e à FamÌlia Yang pelos mais de 200 anos de dedicação ao ensino e divulgação do Tai Chi Chuan. Programe-se para embarcar nesta jornada!

Esta é uma publicação eletrônica trimestral do
EQUILIBRIUS® – Centro de Tai Chi Chuan, Acupuntura e Cultura Oriental
YANG CHENGFU TAI CHI CHUAN CENTER BRASIL
R. Cerqueira César, 1825 - Jd. Sumaré - Ribeirão Preto - SP - CEP 14025-120
Fone/Fax: (16) 3911-1236 – E-Mail: *ribeiraopreto@equilibrius.com.br*
DIRETORES: Fernando De Lazzari e Dra. Cenira Braga Barros
DIAGRAMAÇÃO: Cyntia S. Levy / EDIÇÃO: Cyntia S. Levy e Fernando De Lazzari

Pequenas Histórias de Grandes Mestres

Grão-Mestre Yang Zhenduo

Yang Zhenduo é o terceiro filho do Mestre Yang Chengfu (1883 – 1936), neto do Mestre Yang Jian Hou e bisneto do Mestre Yang Luchan (ver Boletim número 1 – fev 2014). Nasceu em 1926 em Beijing e começou a estudar Tai Chi Chuan aos seis anos de idade, com seu pai e seus irmãos mais velhos – Yang Zhenming (1910 – 1985) e Yang Zhenji (1921). Tem um quarto irmão chamado Yang Zhenguo (1928).

Assim como seu pai, Yang Zhenduo estudou com afinco a Arte, aprofundando-se na teoria, e melhorando sua prática, vindo a tornar-se um Professor tolerante, paciente e meticuloso, devido à sua personalidade carismática, gentil, humilde e simples. É muito estimado e admirado pelos alunos e praticantes do Tai Chi Chuan.

Desde 1960 vive na província de Shanxi, condado de Taiyuan, onde sempre ministrou aulas e trabalhou assiduamente para a divulgação do Tai Chi Chuan da Família Yang e de seus benefícios. Hoje é seu neto – o Mestre Yang Jun, o líder da tradição da Família Yang e a 5ª geração detentora da linhagem.

Em 1982, Yang Zhenduo fundou a Associação de Tai Chi Chuan Estilo Yang da Província de Shanxi, que hoje tem mais de 30.000 membros-estudantes e é a maior organização de artes marciais de seu gênero na China. Promoveu e ministrou dezenas de Seminários ao redor do mundo, em muitos países de vários continentes, tendo estado no Brasil três vezes. Devido ao seu comprometimento, ele é responsável pelo estreitamento dos laços entre a cultura e os praticantes de Tai Chi Chuan da China e os estudantes de outros países.

Atualmente é membro do Comitê de Treinamento da Associação Chinesa de Wushu, Vice-Presidente da Associação de Artes Marciais da Província de Shanxi, Presidente da Associação de Tai Chi Chuan Estilo Yang da Província de Shanxi e Vice-Presidente da Associação Internacional de Tai Chi Chuan da Família Yang, esta última que foi fundada em 1998 juntamente com Mestre Yang Jun. Em 1995 foi reconhecido pela Academia Chinesa de Wushu como um dos cem maiores Mestres de Artes Marciais da China.

Mestre Yang Zhenduo é a quarta geração da linhagem de transmissão da Família Yang e foi capa de inúmeras revistas de artes marciais; publicou mais de cinco livros sobre o estudo do Tai Chi Chuan – entre eles o livro *Yang Style Taijiquan* no idioma inglês, e lançou três coleções de vídeos, incluindo a Forma de Mãos e de Armas do Estilo Yang. Mestre Yang Zhenduo tem dois filhos – Yang Dao Fang (pai do Mestre Yang Jun) e Yang De Fang.

Viagem para a CHINA

JULHO DE 2015

O roteiro da Viagem Cultural à China está sendo organizado pela Associação Internacional de Tai Chi Chuan da Família Yang e em breve estará acessível no website do EQUILIBRIUS®.

Você poderá escolher o roteiro curto (10 dias) ou o longo (15 dias), porém em ambos estará inclusa a participação na festa de celebração dos 90 anos do Mestre Yang Zhenduo. Além disso, haverá um Seminário Especial de Tai Chi Chuan em Taiyuan.

A China é dividida em 22 províncias (equivalente aos estados no Brasil). Confira no mapa abaixo a divisão geográfica da China e conheça nas páginas seguintes um pouco sobre os principais locais que serão visitados nesta viagem.

Algumas das províncias a serem visitadas são: Sichuan, Shaanxi, Henan e Hebei, além de Beijing, considerada a 23ª província

Parque Nacional Jiu Zhai Gou

Província de Sichuan

www.jiuzhai.com

Jiu Zhai Gou significa *"vale das nove vilas"*, já que na região haviam nove vilarejos tibetanos, sete dos quais ainda hoje permanecem habitados.

Este parque/reserva localiza-se na província de **Sichuan** e é Patrimônio da Humanidade desde 1992, tendo sido aberto a visitação em 1984.

Situado em região montanhosa e se extendendo por 720 quilômetros quadrados, suas elevações vão de 1990 a 4764 metros acima do nível do mar. É abrigo para mais de 140 espécies de pássaros e outros animais em risco de extinção, como o panda gigante.

Existem dezenas de lagos com colorações espetaculares que vão do azul ao verde, dependendo da profundidade e dos resíduos minerais e vegetação cercana. Há também muitas cachoeiras, algumas com mais de duas quedas.

Jui Zhai Gou tem três vales que se confluem em formato de Y; do sul partem os vales Rize e Zechawa que se encontram no meio da região, formando o vale Shuzheng.

A magnífica catarata de Nuorilang

Grutas Longmen

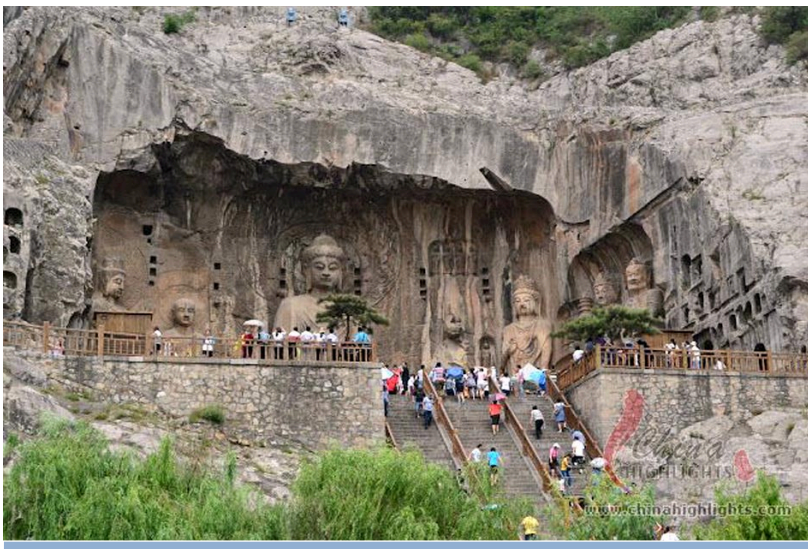
Província de Henan

www.chinahighlights.com

Este local fica na província de **Henan**, a 12 quilômetros de Luoyang. Esculpidas nas cavernas de arenito existem milhares de estátuas de Buda e de seus discípulos – quase 100.000 delas, algumas diminutas e outras chegando a 17 metros de altura.

Mais da metade das imagens (60%) foi erigida durante a Dinastia Tang (618 – 907 D.C.) e 30% durante a Dinastia Wei (493 – 534 D.C.). Entende-se que o período de construção destas estátuas estendeu-se do ano 493 a 1127 D.C.

Elas ficam às margens do Rio Yi, sendo que a maioria ficou na margem oeste, porquanto na margem leste ficavam moradias de monges. Nesta área de aproximadamente 1 quilômetro quadrado localizam-se as 1400 cavernas, como também 60 pagodes budistas e alguns templos.



As escarpas de arenito moldadas em esculturas em honra a Buda

Templo Shaolin e a Floresta de Pagodes

Província de Henan

www.shaolin.org.cn

Às portas do Templo Shaolin, jovens estudantes participam de cerimônia

Este ancestral templo, chamado de *Shaolin Si* (N.T.: Shaolin significa "templo na floresta da montanha Shaoshi") fica na montanha Shaoshi, a oeste das montanhas de Songshan, a 15 minutos da cidade de Dengfeng e a duas horas de Zhengzhou, que é a capital da província de **Henan**.

É o berço do Zen-Budismo (Budismo Chan) na China como também do Kung Fu. Construído em 495 D.C. pelo Imperador Xiaowen da Dinastia Wei, o monge indiano Buddhabhadra (conhecido como Ba Tuo) estabeleceu-se no local. Após alguns anos, Boddhidharma, vindo também da Índia, lá morou.

A ele se atribui o início das artes marciais em Shaolin, ajudando os monges a restaurarem a saúde e a se defenderem dos invasores. Boddhidharma criou sequências de exercícios até hoje conhecidas, como o *Yi Jin Jing*.

Há três principais áreas de visitação: entrando-se pelo portão principal, caminha-se um pouco até se chegar ao local de performances de *Kung Fu*, onde os estudantes fazem seus treinos matinais. Caminhando mais vinte minutos chega-se ao Templo Shaolin.

Construído no eixo sul-norte, há muitos corredores e salas – uma das mais conhecidas é a Sala dos mil Budas, onde pode-se ver depressões no chão de pedras, devido aos muitos monges que meditaram no local com o passar dos séculos. A 300 metros do Templo fica a Pedra da Sombra, onde é possível ver a sombra do corpo do monge Boddhidharma marcada na pedra (ele meditou no local por nove anos).

A terceira área de visitações é a Floresta de Pagodes, que fica a meio quilômetro do Templo, andando-se através da mata. Aqui existem cerca de 250 pagodes de pedras e de tijolos, construídos ao longo das Dinastias Tang, Song, Jin, Yuan, Ming e Qing.

O Templo Shaolin foi destruído e reconstruído algumas vezes. A primeira aconteceu em 574, por ordem do Imperador Wudi, quando decidiu banir o Budismo. Foi reconstruído devido ao Imperador Jingwen.

A época majestosa do Templo ocorreu durante a Dinastia Tang (618 – 907), já que treze monges guerreiros ajudaram o Imperador Tang a resgatar seu filho Li Shimin. Foi destruído novamente durante a Dinastia Qing.

A pior das destruições ocorreu em 1928, por ordem de Shi Yousan. Num incêndio que durou mais de quarenta dias, muitos tesouros e textos sagrados foram perdidos.

Árvores e pagodes fincados na terra e apontando para o céu

Exército de Terracota

Província de Shaanxi

www.cultural-china.com

Qin Shi Huang Di foi o primeiro Imperador que uniu a China sob a mesma Dinastia. Os Qin governaram de 221 a 207 A.C. O Imperador faleceu há 2.200 anos e foi sepultado junto a um exército de guerreiros de terracota, cuja principal missão era zelar por ele no além-vida.

Guerreiros em alerta para o comando de seu Imperador

A descoberta dos primeiros guerreiros e cavalos de terracota aconteceu por acaso em 1974, a 30 km de Xian – atualmente capital da província de **Shaanxi**. Um camponês, ao cavar um poço, encontrou algumas estátuas.

Nas escavações posteriores foram encontradas cerca de 8 mil peças, em tamanho natural, posicionadas em formação militar. A maioria delas foi esculpida a mão por artesãos. Até o momento o complexo funerário abrange uma área de 56 quilômetros quadrados, e o local de repouso do Imperador Huang Di ainda não foi aberto – já que localiza-se no interior de uma pirâmide com altura equivalente a um edifício de 75 metros.

Estima-se que a construção deste complexo demandou o esforço de 700 mil trabalhadores durante 36 anos.

A descoberta das estátuas de terracota foi um marco importante para que hoje saibamos que foi nesse período que aconteceu a padronização da escrita, da moeda, dos pesos e das medidas. Credita-se também ao Imperador o início da construção da primeira versão da Grande Muralha.

Grande Muralha da China

Província de Hebei

www.chinahighlights.com

Considerada uma das maravilhas do mundo, e desde 1987 um Patrimônio Cultural da Humanidade, a Grande Muralha passa cerca de 80 km ao norte de Beijing.

A primeira fase de sua construção ocorreu entre 221 e 210 A.C, durante o reinado do primeiro Imperador da China – Shi Huang Di, utilizando-se enormes blocos de pedra. Muito pouco resta desta parte da muralha.

O atual traçado foi concluído durante a Dinastia Ming (século XIV), utilizando os inovadores tijolos de barro. Estima-se que sua construção envolveu cerca de 1 milhão de pessoas. Segundo a última medição arqueológica, tem aproximadamente 21.196 quilômetros de extensão (incluindo suas ramificações).

Em trechos mais íngremes, tem até 70 graus de inclinação; sua altura varia de 4,5 a 12 metros.

Seu propósito principal era de defesa militar e de fronteiras, já que possui centenas de postos de observação e torres de sinalização localizadas nas partes mais altas para melhor visualização de possíveis invasões.

Vista panorâmica da Cidade Proibida, com seus jardins e palácios, cercada pelos muros

Cidade Proibida

Beijing

www.cultural-china.com

A Cidade Proibida está localizada exatamente no centro da antiga cidade de **Beijing** (Pequim) e foi o Palácio Imperial da China durante as Dinastias Ming e Qing.

Em 1987, a UNESCO a declarou a maior coleção de estruturas de madeira antigas preservadas no mundo, bem como Patrimônio da Humanidade.

É o maior complexo de Palácios do mundo – são 980 edifícios e quase 9000 cômodos espalhados em uma área de 720.000 metros quadrados.

A Cidade é cercada por um fosso de 6 metros de profundidade e um muro de 10 metros de altura, com torres nos quatro cantos.

Sua construção começou em 1406 D.C., demandando o trabalho de mais de um milhão de homens e 14 anos de esforços.

Os Imperadores da Dinastia Ming reinaram até 1644 D.C. quando houve uma invasão, e a partir desta época até 1911 a Cidade Proibida foi o palácio dos Imperadores da Dinastia Qing. Foi moradia de 24 Imperadores (14 da Dinastia Ming e 10 da Dinastia Qing).

Em 1925 foi aberta ao público, após a abdicação do último Imperador da China – Pu Yi. Hoje é sede do Museu do Palácio, que abriga e conserva quase 2 milhões de itens, entre eles cerâmicas, pinturas, esculturas e artefatos de bronze e jade.

Templo do Céu

Beijing

www.chinahighlights.com

Os maciços portões de madeira entalhada abrem-se para o acesso ao Salão de Oração pelas Boas Colheitas

Este complexo de estruturas de caráter religioso (primariamente taoísta) foi construído na mesma época que a Cidade Proibida (1406 – 1420), em Beijing, pelo Imperador Yongle.

Ocupa uma área de quase 3 quilômetros quadrados. Nele realizavam-se cerimônias e rituais de preces. No século XVI o Imperador Jiajing o ampliou e deu o nome de Templo do Céu (em chinês *Tiantan*) a este monumento, e construiu também o Templo do Sol, da Terra e da Lua – respectivamente a leste, norte e oeste de Beijing.

Após ser invadido e tomado algumas vezes, e após a queda da Dinastia Qing, o Templo do Céu ficou arruinado. Em 1914 o complexo tornou-se um parque e foi aberto ao público, e em 1998 foi declarado Patrimônio da Humanidade.

Cercado por muros, inclui a Salão de Oração pelas Boas Colheitas, o Altar Circular e a Abóbada Imperial Celestial.

Memorial e Centro Cultural do Tai Chi Chuan da Família Yang

Província de Hebei

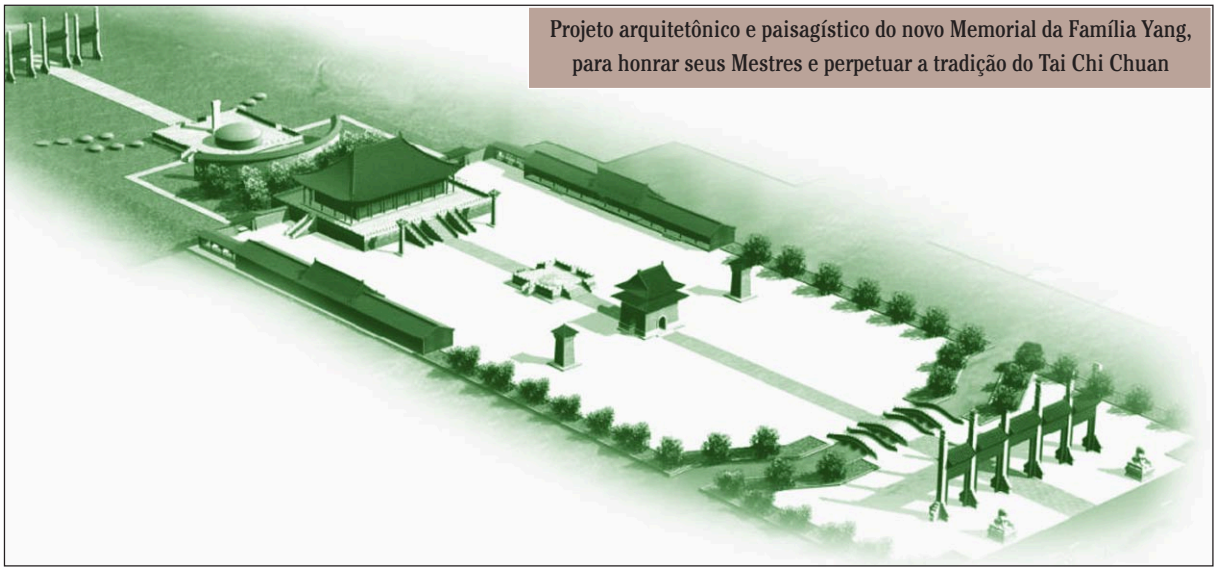
Este Memorial está sendo construído no condado de Yongnian (local de nascimento de Yang Luchan), em uma área de 16 acres.

As tumbas do Mestre Yang Luchan, bem como de dez membros das quatro primeiras gerações da Família Yang já foram realocadas do antigo local de descanso, em Yanmezhaicun, para este novo espaço.

Concebido em forma de parque, contará com Salão de Memorial, Centro Cultural e um amplo pátio para práticas e atividades variadas.

Devido à grande contribuição e empenho dos Mestres da Família Yang na divulgação e ensino do Tai Chi Chuan e de seus benefícios para a saúde e qualidade de vida, as autoridades de Yongnian deram apoio financeiro para que a obra pudesse ser iniciada.

A Família Yang reconhece e agradece a contribuição de todos que possam colaborar com doações em dinheiro, assim objetivando logo poder dar as boas-vindas a todos no novo Parque Memorial.



Projeto arquitetônico e paisagístico do novo Memorial da Família Yang, para honrar seus Mestres e perpetuar a tradição do Tai Chi Chuan

Viagem para a CHINA
JULHO DE 2015

PARTICIPE DESTA VIAGEM CULTURAL!
Acompanhe as mais recentes informações, como o roteiro dia-a-dia, programação, custos de viagem e datas programadas acessando:

www.taichichuan.com.br/china2015.php

Prof. Júnior torna-se discípulo direto do Mestre Song Bin

Às 9:00h do dia 06 de outubro de 2014, na cidade de Fenyang – província de Shanxi, na China – o Mestre Song Bin nomeou e aceitou sete discípulos, entre eles o nosso querido amigo brasileiro Prof. José Luiz de Castro Júnior, que está morando e estudando na China há três anos.

Mestre Song Bin e esposa ao centro e o Prof. Júnior em pé entre eles

O Mestre Song Bin é um dos principais discípulos do Grão-Mestre Yang Zhenduo e dirige um Yang Chengfu Tai Chi Chuan Center na cidade de Fenyang, onde ensina o Tai Chi Chuan da Família Yang e ajuda a promover a Arte há muitos anos.

Em conversa com o Mestre Yang Jun, o Mestre Song Bin foi autorizado e recebeu apoio para usar o nome desta geração de discípulos como pertencentes ao mesmo grupo de discípulos da geração do Mestre Yang Jun.

Assim, o Prof. Júnior recebeu o nome de *Yang Ya Zhong*, passando a ser reconhecido oficialmente e tornando-se parte da Família Yang de Tai Chi Chuan. Foi Diretor da Unidade de Campinas do EQUILIBRIUS® durante mais de cinco anos, e agora trabalha em parceria com o EQUILIBRIUS® e com os Yang Chengfu Tai Chi Chuan Centers no Brasil para promover a tradição da Família Yang.

"Ser aceito na Família Yang é uma grande honra e uma grande responsabilidade. Não pensei que tomaria esta responsabilidade sendo tão novo.

Poder viver na China e experienciar a cultura viva me fez valorizar muito o que aprendi com meus Professores no Brasil, pessoas de extremo valor.

Muito importante também foi o grande amor e suporte dos meus familiares e dos amigos de prática, que se tornam parte de uma grande Família.

Se não fosse por eles eu não estaria vivendo este momento. Faço os votos de levar adiante a tradição e o desejo de poder beneficiar a humanidade com isso.

Espero que o meu conhecimento e experiência possam ser compartilhados e levem algo que ajude e beneficie as pessoas. Pois esta tem sido minha experiência pessoal, uma experiência de grandes benefícios pela prática e estudo do Tai Chi Chuan. Agradeço a todos!"

Nossos sinceros parabéns ao amigo Júnior por este reconhecimento, desejando muita prosperidade em sua missão de ajudar as pessoas através da Arte do Tai Chi Chuan e dos ensinamentos da Cultura Chinesa.

Após a Cerimônia de Discipulado, foto oficial do Mestre Song Bin junto aos seus sete novos discípulos

DICAS DO MESTRE YANG JUN

Palestra no Simpósio Internacional de Tai Chi Chuan

No dia 11 de julho de 2014, Mestre Yang Jun fez uma palestra para os participantes do II Simpósio Internacional de Tai Chi Chuan, ocorrido em Louisville, KY, E.U.A. (boletim nº 03 / ago 2014). Dando um panorama geral do Estilo Yang de Tai Chi Chuan, bem como dos princípios da Arte, passou conhecimentos importantes para iniciantes e praticantes:

"Como podemos começar a praticar Tai Chi Chuan?

Cada Estilo de Tai Chi Chuan tem métodos, técnicas e tipos de treinos diferentes. No Estilo Yang de Tai Chi Chuan, começamos primeiramente pelas práticas de mãos livres, que podem ser estáticas (*Jing*) ou dinâmicas (*Dong*), como a Forma de Mãos Livres. Em seguida, a prática de *Tui Shou*, que é feita em duplas.

Então o praticante aprende as Formas com armas, e na tradição da Família Yang, elas são a Espada, o Sabre e o Bastão, nesta sequência.

Observamos os três passos da prática: repetir, entender a energia e clarear a mente / elevar o espírito (*shen bin*).

Que energias queremos entender no Tui Shou?

As energias Yin e Yang e suas transições – cheio/vazio; armazenar/emitir; suave/duro; controle/neutralização.

Devemos tentar visualizar estas transições nos movimentos da Forma, priorizando o relaxamento (que nos permite enraizar e também unificar a energia).

A energia unificada melhora a coordenação motora. A parte superior do corpo deve ser leve, a parte inferior enraizada e a cintura flexível."

CURSOS • EVENTOS • ATIVIDADES ESPECIAIS

no EQUILIBRIUS® • Ribeirão Preto • SP

Encontro de Instrutores e Treino Avançado de Tai Chi Chuan
Data: *06 de Dezembro de 2014*

Curso de Formação de Instrutores de Tai Chi Chuan
Curso de Formação Profissional reconhecido pela International Yang Family Tai Chi Chuan Association.
Matrículas abertas
Início: *28 de Fevereiro de 2015*

Curso de Meditação
Início: *05 de Março de 2015*

Curso de Fitoterapia Chinesa
Formação e Pós-Graduação
Data: *21 e 22 de Março de 2015*

Curso de Introdução ao Do-In (Acupressura) e Fundamentos da Medicina Tradicional Chinesa
Início: *Março de 2015*

Curso de Certificação de Instrutores de Pa Tuan Chin
Curso em dois módulos para interessados em transmitir a teoria e as práticas do Pa Tuan Chin.
1º Módulo: *21 de Março de 2014*

em outros locais

Seminário Internacional de Tai Chi Chuan da Família Yang
Forma Longa 103 movimentos:
Data: *13, 14 e 15 de Novembro de 2014*
Local: *SESC Consolação - São Paulo - SP*

Seminário para Instrutores:
Data: *16, 17 e 18 de Novembro de 2014*
Local: *Jardim do Dharma - Cotia - SP*

Seminário de Tui Shou:
Data: *19 de Novembro de 2014*
Local: *Jardim do Dharma - Cotia - SP*

Viagem Cultural à China
Uma celebração especial dos 90 anos do Grão-Mestre Yang Zhenduo.
Data: *25 de Julho a 08 de Agosto de 2015*

PARA MAIS INFORMAÇÕES SOBRE A AGENDA DE EVENTOS, VISITE:
www.taichichuan.com.br/agenda.php

Locais de Prática

EQUILIBRIUS® Ribeirão Preto – SP
Prof. Fernando De Lazzari
(16) 3911-1236
fernando@equilibrius.com.br
www.taichichuan.com.br

Profª. Patty Brown
(16) 99994-2403
pattybrown@equilibrius.com.br

Boituva – SP
Profª. Cyntia S. Levy
(15) 98106-7384
cyntiasl@equilibrius.com.br
www.yangtaichichuan.site.com.br

Catanduva – SP
Prof. André Luiz Fernandes
(17) 99249-7912 / 99185-9295
andreluiz@equilibrius.com.br

Goiânia – GO
Prof. Geraldo Alves Teixeira Júnior
(62) 8259-5859
geraldo@equilibrius.com.br

Poços de Caldas – SP
Profª. Maria Therezinha M. Firmo
(35) 3064-2660 / 9946-8272
therezinha@equilibrius.com.br

São Carlos – SP
Profª. Débora Ferreira Leite
(16) 3306-9862 / 3413-1426
debora@equilibrius.com.br

São José do Rio Preto - SP
Prof. Geraldo Sabino S. Filho (Jim)
(17) 3212-9820 / 99128-4397
jimkelly@equilibrius.com.br