1 – Qual é a definição do Yôga mais aceita hoje no mundo para todas as linhas de Yôga? Quem escreveu essa frase pela primeira vez na História?

2 – Quais são as três principais características do SwáSthya Yôga?

3 – Não comendo carne, como fazer para substituir a fonte de proteínas?

4 – Karma é algo forçosamente ruim que as pessoas têm que pagar?

5 – O que é egrégora?

6 – Quem foi o criador do Hatha Yôga, em que época viveu e qual era a sua linhagem?

7 – Defina karma na nossa linhagem.

8 – Qual é o Yôga mais autêntico? Qual é o seu nome completo?

9 – Dê a definição do Yôga.

10 – O que é que come uma pessoa que não ingere carnes?

11 – Qual a diferença entre as correntes de Tantra e qual é aceita por nós?

12 – O que egrégora tem a ver com karma?

13 – O que é Ashtánga Yôga?

14 – Como se subdivide o Yôga Moderno?

15 – Onde o Yôga Clássico situa-se na árvore do Yôga?

16 – Quais são as duas partes que caracterizam a prática típica de Hatha Yôga? Que outras técnicas o Hatha Yôga costuma utilizar?

17 – Pessoas idosas têm condições de atingir o samádhi?

18 – O que significa o termo sânscrito karma e o que designa?

19 – Mudrás podem ser feitos com o corpo?

20 – Qual é o sistema mais antigo: Yôga, Tantra ou Sámkhya?

21 – Quando um instrutor pode ter supervisionados?

22 – Não-carnívoro come só salada?

23 – Como se escreve SwáSthya Yôga em caracteres dêvanágarí?

24 – Quais são os quatro troncos históricos daí decorrentes?

25 – A revalidação anual é obrigatória para um instrutor? Se a revalidação não for feita, o que ocorre?