



"A yoga não te transforma em algo novo, ele revela quem você sempre foi."

Formação Internacional

Estrutores e praticantes de yoga
Próxima turma começa em 30 de Janeiro 2026!



Quem somos

O Pura Luz – Centro de Saúde e Bem-Estar dedica-se há mais de 30 anos a formar pessoas na verdadeira essência do Yoga, embasado nos princípios milenares da medicina ancestral indiana. Com mais de 600 alunos formados, contamos com professores altamente capacitados, com experiências e formações em renomadas escolas da Índia. Pioneiros na introdução de tratamentos ayurvédicos no Brasil, unimos tradição e conhecimento para promover saúde, equilíbrio e bem-estar



A Formação é dividida em 5 disciplinas:

1- Filosofia e Introdução à Psicoterapia Ayurvedica, ministrado pela terapeuta ayurvedica MaPrem Zaki, trazendo os estudos da VERDADEIRA YOGA, que visa o processo de autoconhecimento e transcendência.

2- Anatomia, Fisiologia e Construção dos Ásanas (posturas), nosso Professor Danilo Santos, que é fisioterapeuta e educador físico nos ajuda a ter segurança na prática dos ásanas, entender os alinhamentos corporais, evitando machucar nosso corpo e dos nossos futuros alunos.

3- Pranayama e Técnicas de Respiração, estudo de nossa energia sutil, o prana, ministrados pelo Professor Aurelio Cardoso, com vivências aprofundadas do prana.

4-Mantras, estudo teóricos e práticos

5- Metodologia de Ensino, aqui os alunos colocam em prática todos os ensinamentos do yoga dentro da sala de aula. Criar planos de aula, saber conduzir uma turma, utilização de acessórios, assim permite mais segurança ao instrutor quando ele for ministrar sua própria aula.



Plataforma Digital

- Aulas com transmissão simultânea e interação dos professores com os alunos on line através de um telão
- Aulas com professores direto da Índia
- Acesso ao ambiente virtual de aprendizagem com a Área de Membros e pranchas em 3D para entendimento de como as posturas funcionam no corpo;
- Conteúdo que aborda conhecimentos emocionais e físicos, possibilitando ao participante o contato com o autoconhecimento de uma forma mais profunda e conhecimentos que permitem uma visão Ayurveda do corpo e da mente, deixando o plano de aula personalizado;



Metodologia

Duração: 10 meses (Janeiro a Outubro)

Certificado pela **Alliance Internacional de Yoga**

Aula presencial e on line: um sábado por mês, das 07h30 às 17:00

Aulas online: Uma aula online por mês, na sexta, as 19h.

Seja para você mergulhar no Universo, seja para você se tornar instrutor de yoga nós te oferecemos todo o suporte!



O conteúdo se divide em Presencial
e Plataforma Digital



Calendário - Formação 2026

JANEIRO

30 - Aula aberta (presencial e online)
31 - Aula Presencial - Pura Luz Aldeia

FEVEREIRO

06 (online) - 19h às 21h
21 (presencial) - 7h30 às 17h30

MARÇO

13 (online) - 19h às 21h
28 (presencial) - 7h30 às 17h30

ABRIL

10 (online) - 19h às 21h
25 (presencial) - 7h30 às 17h30

MAIO

8 (online) - 19h às 21h
30 (presencial) - 7h30 às 17h30

JUNHO

12 (online) - 19h às 21h
27 (presencial) - 7h30 às 17h30

JULHO

10 (online) - 19h às 21h
25 (presencial) - 7h30 às 17h30

AGOSTO

14 (online) - 19h às 21h
29 (presencial) - 7h30 às 17h30

Calendário sujeito a modificações!

Investimento

Primeiro Lote: Até 20 de Dezembro

\$4.300,00 a vista

\$455,00 em 10x no boleto ou PIX

\$420,00 em 12x no cartão
(debitado mensalmente)

Segundo Lote: até 01/03

\$4.300,00 a vista

\$470,00 em 10x no boleto ou PIX

\$445,00 em 12x no cartão
(debitado mensalmente)



Importante!!

- Essa formação é no formato Híbrido, presencial & on line (com participação confirmada com interação e câmera aberta)
- As aulas presenciais acontecem no Pura Luz Aldeia
- Teremos uma Van saindo de 2 pontos em Recife para levar os alunos (já incluso na mensalidade)
- O certificado só será emitido após a quitação total do valor do curso.
- Todas as aulas ficam gravadas na nossa plataforma de estudos, caso o aluno não consiga comparecer presencial ou on line pode repor essa aula estudando a gravação, porém o curso é presencial & (on line de câmera aberta), permitindo apenas 3 faltas durante todo o curso.
- O não comparecimento, dá direito ao aluno repor essa aula na próxima turma.
- Acima de 3 faltas o aluno passará por uma avaliação individual para receber o certificado
- Se o aluno precisar trancar os estudos, pode continuar na próxima turma, não perdendo os meses que estudou e pagou (válido apenas para a próxima turma no ano subsequente).
- A data escolhida de pagamento não pode ser alterada, assim como a forma de pagamento, boleto, cartão, pix.