

Retraite Yoga dans le désert marocain 21 au 28 octobre 2024

Aller à la rencontre de soi, dans le silence et l'immensité du Sahara, au rythme des dromadaires.

Offrez-vous un temps de reconnexion, venez pratiquer le yoga, la sophrologie, la méditation.

Les détails

Date: du 21 au 28 octobre 2024

Départ : Aéroport de Marrakech

Hébergement : 2 nuits à Marrakech et 5 nuits nomades dans le désert marocain avec une caravane de dromadaires.

Groupe: 6 à 12 personnes

Prix par pers. : 850 €

Qu'est-ce qui vous attend ?

Après une première nuit dans un Riad de Marrakech, nous nous dirigerons vers le Sahara. Sur la route, quelques visites de lieux incroyables et un peu de shopping nous ferons découvrir l'ambiance chaleureuse du Maroc.

Puis chaque jour, vous aurez des temps de yoga, de sophrologie, pour l'ouverture des sens, la connexion à soi.

Nous expérimentons aussi la méditation tantrique (yoga nidra), ainsi que la marche méditative silencieuse lors de nos déplacements avec la caravane de dromadaires.

Le soir, la quiétude de la nuit nous incitera à partager nos expériences et émotions lors des cercles de parole et des cérémonies du feu. Nous chanterons aussi des mantras tous ensemble dans une belle cohésion de groupe.

Une dernière nuit ensemble dans un Riad de Marrakech avec une atmosphère relaxante vous permettra de nous dire au revoir avant de rentrer.



Retraite Yoga dans le désert marocain 21 au 28 octobre 2024

Les frais comprennent

Les transferts depuis et vers l'aéroport de Marrakech

L'hébergement dans le Riad à Marrakech et dans le désert.

Des repas délicieux et équilibrés durant tout le séjour

Des séances de yoga et des activités guidées par une professeur de yoga expérimentée.

Infos et inscription

Email: carole.rameau@hotmail.com

Mobile: +33 6 85 04 82 34



Embarquez pour un voyage méditatif et contemplatif au cœur du désert marocain !

Réservez votre place aujourd'hui et construisez votre nouvelle histoire personnelle !

