

BALI



Retraite de Yoga sur l'île bénit des Dieux

À PARTIR DE
2 455 €
TTC/ADULTE





KER
Y O G A

Retraite de Yoga

ALIZOA
voyages

Bien-être et spiritualité à Bali

Séjour 09 jours/07 nuits (sur place)

Du 02 au 10 novembre 2026

Offre valable pour toute réservation avant le 30 mars 2026



CE PRIX COMPREND

À PARTIR DE
2 455 € *
TTC/ADULTE
CHAMBRE DOUBLE

Les vols A/R La Réunion - Kuala Lumpur (via Maurice) avec Air Mauritius en éco.
Les vols A/R Kuala Lumpur - Denpasar en éco.
Les déplacements en véhicules climatisés.
L'accompagnement d'un guide francophone pendant le séjour à Bali sauf sur les journées libres.
L'hébergement en hôtel 4* selon norme locale.
La pension mentionnée au programme.
Les excursions et visites mentionnées au programme.
Les taxes et services hôteliers.
Un carnet de voyage par chambre.
Les frais de dossier.

À PARTIR DE
2 715 € *
TTC/ADULTE
CHAMBRE INDIVIDUELLE



CE PRIX NE COMPREND PAS

L'obtention du Malaysian Arrival Digital Card et de l'Indonesian Arrival Digital Card.
Les assurances annulation/rapatriement à 55 € par personne.
Le supplément lits séparés (max 03 chambres twin par hôtel) +90 € par personne.
Les boissons et repas non mentionnés.
Les dépenses à caractère personnel.
Les pourboires des guides/chauffeurs et le port des bagages.
Et plus généralement tout ce qui n'est pas détaillé dans «ce prix comprend».

*NB : Les prix sont affichés par adulte en chambre double, sous-réserve de disponibilité. Tarif groupe avec un minimum de 10 participants. Si le minimum de 10 n'est pas atteint, l'agence se réserve le droit de réajuste au tarif individuel ou d'annuler la réservation. Aucune option n'a été posée.



Jour 1 02/11/26 La Réunion - Kuala Lumpu (via Maurice)

Convocation à l'aéroport de St Denis à 14h30. Enregistrement des bagages puis embarquement à bord du vol MK239 à destination de Maurice. Décollage prévu à 17h25, arrivée à 18h15. Escale de 04h40. Puis embarquement sur le vol MK646 à destination de Kuala Lumpur. Décollage à 22h50. Nuit à bord.

Jour 2 03/11/26 Kuala Lumpur - Denpasar - Ubud

Arrivée à Kuala Lumpur à 10h10. Récupération des bagages puis enregistrement sur le vol à destination de Denpasar. Décollage à (horaire non communiqué), arrivée à (horaire non communiqué). Accueil par votre guide et route vers la très belle région d'Ubud. Récupération des clefs à 15h00. Temps libre pour vous relaxer et vous imprégner des lieux. Vous logerez dans un hébergement haut de gamme entourés de rizières, situé à l'écart de la ville, propice au calme et ressourcement. Dîner et nuit à l'hôtel The Kalyana Ubud Resort 4*.

Jour 3 04/11/26 Ubud - Sanur

Déroulez votre tapis et commencez la journée par une séance de yoga dynamique guidé par Karine, dans un yoga shala avec vue sur les rizières. Un temps pour éveiller le corps, le souffle et l'énergie. Après un délicieux petit-déjeuner, départ pour Denpasar et la visite d'un ashram. Déjeuner à Denpasar. L'après-midi sera consacrée à la découverte des soins énergétiques pratiqués par les moines bouddhistes, une immersion au coeur des traditions spirituelles balinaises. Retour à l'hôtel vers 17h00 pour un temps de repos. En soirée, vous assisterez à spectacle culturel envoûtant de danse Kecak, véritable rituel rythmé par les voix et les mouvements. Dîner et nuit à l'hôtel The Kalyana Ubud Resort 4*.

Jour 4 05/11/26 Ubud - journée balinaise

La journée débute par un yoga matinal au son des oiseaux, suivi du petit-déjeuner. Partez ensuite à la rencontre de la vie balinaise. 09h00, route pour le village de Pejeng, où vous serez accueillis par le maître des lieux et sa famille, qui vous ouvriront les portes de leur quotidien le temps d'une journée. Au fil de la journée, vous découvrirez leur quotidien à travers la visite de leur maison, la préparation des offrandes traditionnelles, le partage de connaissances autour de leur religion et de leurs méthodes d'agriculture, la confection et le partage d'un déjeuner local. Partez pendant 2h30 à la découverte des rizières environnantes. La journée se terminera par

un temps fort avec la purification et la bénédiction au palais aquatique de Tirta Empul. Vêtu.e de votre sarong, vous accéderez aux bassins sacrés pour un rituel de purification à partir de sources naturelles issues du volcan Agung : mantras, méditation et pèlerinage des 11 sources. Retour à l'hôtel en fin d'après-midi puis temps calme. Dîner et nuit à l'hôtel The Kalyana Ubud Resort 4*.

Jour 5 06/11/26 Ubud

Le matin, profitez d'une séance de yoga mêlant douceur et énergie pour bien commencer la journée. Après le petit-déjeuner, laissez libre cours à vos envies : flânez dans les ruelles d'Ubud, faites du shopping, découvrez un coffee-shop, offrez-vous un massage balinaise ou simplement détendez-vous à l'hôtel, au bord de la piscine. Déjeuner à l'hôtel. En fin de journée, une séance de breathwork vous sera proposée. Cette pratique psychocorporelle, inspirée de traditions ancestrales, est facultative. Elle comporte certaines contre-indications et fera l'objet d'un échange préalable avec Karine, facilitatrice en breathwork afin de s'assurer qu'elle soit adaptée à chacun.e. Dîner et nuit à l'hôtel The Kalyana Ubud Resort 4*.

Jour 6 07/11/26 Ubud - Sidemen

La journée débute par une séance de yoga. Après le petit-déjeuner, prenez la route en direction de la magnifique région de Sidemen, région propice à la méditation dans un cadre magnifique de rizières en terrasses. Déjeuner sur place. L'après-midi, le groupe sera divisé en deux afin de faciliter l'expérience. Chaque groupe partira à tour de rôle pour une randonnée à travers les rizières, puis participera à un atelier original de confection de bijoux, où vous réaliserez votre bracelet ou votre bague en argent de A à Z. Un moment créatif et authentique pour créer un souvenir de ce voyage, ou offrir un cadeau unique. Retour à l'hôtel en fin d'après-midi. Dîner et nuit à l'hôtel The Kalyana Ubud Resort 4*.

Jour 7 08/11/26 Ubud

Petit-déjeuner à l'hôtel. Commencez la journée par un atelier de partner yoga, une pratique à deux pour se connecter au souffle, au mouvement de l'autre et créer une symbiose dans l'altérité. La suite de la journée est libre : profitez-en pour vous détendre à l'hôtel, poursuivre votre exploration d'Ubud ou simplement prendre du temps pour vous. Déjeuner à l'hôtel. En fin d'après-midi, retrouvez Karine pour un atelier d'écriture et d'introspection, suivi d'une séance de yin yoga douce et restauratrice,



idéale pour intégrer la journée en profondeur. Dîner et nuit à l'hôtel The Kalyana Ubud Resort 4*.

Jour 8 09/11/26 Ubud - Denpasar - Kuala Lumpur

Petit-déjeuner à l'hôtel. Réveillez votre corps grâce à des techniques de respiration et une pratique de yoga hatha flow. La séance, d'une durée de 2h, offre un temps de pratique plus long pour prolonger le plaisir de cette dernière séance de yoga sur l'île en explorant pleinement le mouvement, le souffle et la gratitude. Reste de la journée et déjeuner libres. Transfert à l'aéroport de Denpasar. Enregistrement des bagages et embarquement sur le vol à destination de Kuala Lumpur. Décollage à (horaire non communiqué), arrivée à (horaire non communiqué). Accueil par notre représentant local et transfert à l'hôtel. Dîner libre et nuit à l'hôtel Kuala Lumpur City Center 4* ou similaire.

Jour 9 09/11/26 Kuala Lumpur - La Réunion (via Maurice)

Petit-déjeuner à l'hôtel. Matinée libre jusqu'au transfert vers l'aéroport. Enregistrement des bagages et embarquement sur le vol MK647 à destination de Maurice. Décollage à 12h50, arrivée à 16h00. Escale de 06h. Embarquement sur le vol MK248 à destination de La Réunion. Décollage à 22h00, arrivée à 22h50. Fin de nos prestations.



Compagnies Air Mauritius et Malaysian Airlines



L'ordre des visites peut être modifiée suite aux impératifs locaux



Passeports valable 6 mois après la date retour + obtention du Malaysian Digital Arrival Card et Indonesian Digital Arrival Card



Circuit réalisable à partir de 10 adultes inscrits

Une expérience à la fois spirituelle et humaine, pour celles et ceux qui souhaitent vivre le yoga au-delà du tapis, dans un lieu chargé d'une dimension sacrée et énergétique.