

Retraite de Yoga et Méditation du 17 Octobre au 31 Octobre 2026



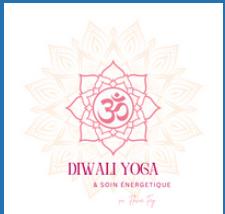
CONTACT

- Flavie FEY 06 30 73 73 58
www.diwaliyoga.fr
- Jean Luc GODEFROY 06 52 84 89 89
www.vidya-tour.com

QUI SOMMES NOUS?

Jean Luc , passionné de l'Inde et fondateur de l'agence de voyage Vidya Tour s'associe avec Flavie FEY, professeur de yoga depuis plus de 10 ans dans le Cotentin, pour vous proposer une retraite de yoga et de méditation dans un centre spécialisé à Bassi (Jaypur) dans le Nord de l'Inde.

Le centre est situé dans un cadre paisible en milieu rural. Il a été créé par Aekta Sharma et sa famille. L'institut se consacre à la préservation de l'ancienne sagesse de l'Ayurveda tout en répondant aux besoins modernes de bien-être à leurs clients





UN VOYAGE INTERIEURE VERS LA PAIX ET LA LUMIERE

Offrez vous une parenthèse hors du temps...

Une immersion dans le berceau même du yoga là où chaque souffle semble porter l'empreinte des milliers d'année de sagesse.

Pendant cette retraite, vous serez guidé dans une pratique de yoga nourrissante mêlant asanas, pranayama, méditation sans oublier les bhajans et les mantras. Des cérémonies en l'honneur de Ganesh et de Lakshmi viendront également ponctuées le séjour.

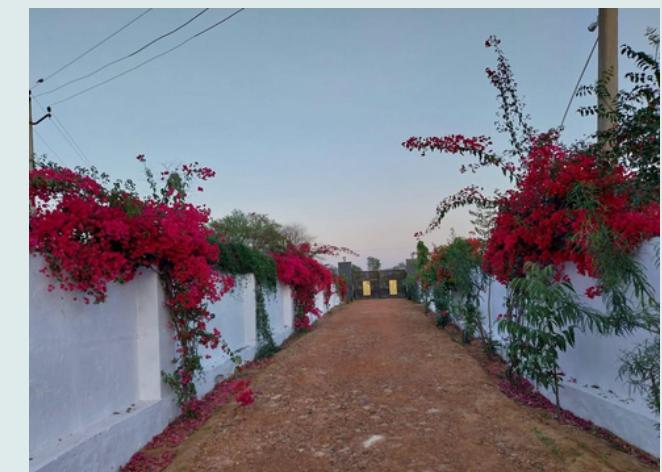
Au-delà de la pratique du yoga, ce voyage vous invite aussi à une découverte de l'Inde, accompagnée par un guide spécialiste du pays.

Sur la route, une halte à Agra vous permettra de visiter le mythique Taj Mahal, joyau incontournable de l'Inde. Puis une immersion à Jaipur, la ville rose du Rajasthan : palais, forteresses, temples, village local et temps de shopping seront au programme!



Cette retraite est une invitation à vous reconnecter à votre essence et à la source vivante du yoga.

Un cadre paisible, des pratiques profondes, une énergie unique... tout est réuni pour permettre un véritable retour à soi.



PROGRAMME

	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00 15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
19/10/2026							Welcome ceremony at Wellness Centre						
20/10/2026			Mantra Chanting		Free Time		Lecture on Hinduism	Healthy Snack	Yoga	Group Discussion		Meditation	
21/10/2026			Bhajans						Jaipur Tour			Mantra and Relaxation	
22/10/2026			Massage				Visit of a local school	Healthy Snack	Yoga	Group Discussion		Meditation	
23/10/2026			Visit of the Village						Jaipur Tour			Mantra and Relaxation	
24/10/2026			Bhajans		Free Time		Visit of a Temple in the Village					Meditation	
25/10/2026			Mantra Chanting				Introduction to spoken Hindi	Healthy Snack	Yoga	Group Discussion	Dinner	Mantra and Relaxation	Lights Out
26/10/2026			Massage				Indian Cooking Workshop					Meditation	
27/10/2026			Visit of the Village				Indian Cooking Workshop					Mantra and Relaxation	
28/10/2026			Mantra Chanting		Free Time				Jaipur Tour			Meditation	
29/10/2026			Bhajans				Indian Cooking Workshop	Healthy Snack	Yoga	Group Discussion		Mantra and Relaxation	
30/10/2026			Free Time						Jaipur Tour			Meditation	
31/10/2026			Departure Ceremony										

Le programme est donné à titre indicatif , il pourra être ajusté en fonction du déroulement du voyage. Le départ en avion étant prévu le 17 octobre, nous prévoyons de passer une nuit à Agar pour visiter le Taj Mahal, monument emblématique de l'Inde.