

DÉVOILER L'ÊTRE



KERALA – INDE DU SUD

YOGA • AYURVEDA • SPIRITUALITÉ • NATURE

“

*Un voyage
qui transforme*



DÉPART GARANTI

le 29 janvier 2027



GRUPE LIMITÉ À 11 VOYAGEURS



L'ESPRIT

Deux semaines d'immersion authentique aux sources de l'art de vivre du Yoga et de l'Ayurveda pour soulager son corps et nourrir son âme.

Visites des hauts lieux du Kerala : backwaters, ashrams, plages et palmeraies, cure ayurvédique de grande qualité et pratique quotidienne du Yoga (asanas et méditation).



LE LOGEMENT

Vous séjournerez dans une maison coloniale à Cochin de standing, puis sur un bateau de croisière "premium" pour naviguer sur les backwaters, retour à la simplicité indienne et au dépouillement à l'ashram Sivananda (monastère de Yoga) et enfin dans un havre de paix et de confort devant la plage pour la dernière étape dans un centre ayurvédique de grande qualité.



NOTRE PROMESSE

Nous avons mis tout notre cœur pour vous organiser LE voyage sur les traces de celui que j'ai fait il y a vingt ans, et qui m'a offert cette merveilleuse révélation de connexion au Tout... ma pure expérience...

Autant vous dire que ce circuit dans le Kerala sera profond et initiatique.

Alexia Fachon

Fondatrice et Présidente de Pure Experience





Jour 1 : vendredi 29 janvier

Départ de Paris vers une aventure initiatique yogique au Kerala, Inde du Sud. Nuit dans l'avion



Jour 2 : samedi 30 janv. – COCHIN

Accueil à l'aéroport de Cochin et transfert (environ 1h) à votre hôtel situé dans le centre historique de Cochin.



Jour 3 : dim. 31 janv – COCHIN

Exploration du charme historique du Fort Cochin, des filets de pêche chinois, du quartier juif, des ruelles et marchés pittoresques. Nuit à Cochin.



“

La santé est la richesse, la tranquillité d'esprit est le bonheur et le Yoga montre la voie”

Swami Vishnu Devananda

La méditation est douloureuse au début mais elle accorde du bonheur immortel et de la joie suprême en fin de compte.”

Swami Sivananda



Jour 4 : lundi 1er fév. – Alleppey Croisière sur les Backwaters

Transfert en bus climatisé vers Alleppey (environ 1h30). Croisière. Nuit à bord.



Jour 5 : mardi 2 février – Ashram d'AMMA*

Transfert vers l'Ashram d'Amma (environ 1h30) visite émouvante, plongée dans l'atmosphère spirituelle de « Mère ». Après le déjeuner, départ pour Neyyar Dam (environ 5-6 heures). Arrivée à l'Ashram Sivananda en fin de journée.



**AMMA étant très sollicitée et voyageant à travers le monde, nous n'aurons sans doute pas la chance de la croiser, mais l'énergie puissante de son ashram agira profondément sur nous tous lors de la méditation que nous ferons sur place.*



Jour 6-7-8 :

mercredi 3, jeudi 4 et vendredi 5 février

Ashram Sivananda



- 6h00 | Satsang (méditation de groupe, chant et discussion)
- 8h00 | Cours d'asanas
- 10h00 | Brunch
- 11h00 | Karma Yoga (service désintéressé)
- 12h30 | Coaching Asanas (facultatif)
- 13h30 | Thé
- 14h00 | Conférence sur divers sujets liés au yoga
- 15h30 | Cours d'Asanas
- 18h00 | Dîner
- 20h00 | Satsang (méditation de groupe, chant et discussion)
- 22h30 | Couvre-feu





Jour 9 : samedi 6 février

Transfert en bus climatisé vers Kovalam (environ 1h30).

Installation au Centre Ayurvédique
SOMATHEERAM AYURVEDA VILLAGE



Jour 10-12-13 : dimanche 7,

lundi 8 et mardi 9 février

Kovalam - Cure Ayurvédique

- Bilan constitutionnel et soins personnalisés.
- Régime adapté et massages ayurvédiques journaliers
- Détente et régénération.
- Nuits au centre devant la plage

Possibilité de rester 3 ou 5 jours supplémentaires (cf offre tarifaire en ligne).



Jour 14 mercredi 10 février TRIVANDRUM - PARIS

Transfert en bus climatisé à l'aéroport de Trivandrum (non inclus, 20€, environ 30 minutes).

- Envol pour Paris
- Nuit dans l'avion.



Jour 15 : jeudi 11 février - Retour à Paris - Fin du Voyage le cœur et l'esprit enrichis par cette expérience unique au Kerala.



AVANT DE PARTIR

01

Réserver votre vol non inclus :
**PARIS - COCHIN
TRIVANDRUM* - PARIS**
auprès de votre agence

*Thiruvananthapuram

02

Obtenir votre visa indien sur
www.indianvisaonline.gov.in/visa/index.html
ou auprès de notre agence de voyage partenaire
agence@thinaslantravels.com
(faire demande par email)



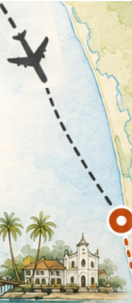
03

Vous recevrez 15 jours avant votre départ par email : votre carnet de voyage avec toutes les informations pratiques et le nom des lieux de résidence.

04

Nous vous conseillons de débiter à J-15 votre cure de probiotique pour 30 jours (15 jours avant et pendant votre voyage). Demandez avis à votre médecin, pharmacien ou naturopathe.





COCHIN
(Kochi)



ALLEPPEY
(Backwaters)



**ASHRAM
SIVANANDA**
(près de Varkala)



TRIVANDRUM
(Thiruvananthapuram)



KOVALAM
(Plage & centre
ayurvédique)



COCHIN (Kochi)
Ville historique
& culturelle

ALLEPPEY (Backwaters)
Croisière sur les
backwaters

ASHRAM SIVANANDA
(près de Varkala)
Lieu de paix & de yoga
à l'intérieur des terres

KOVALAM
Plage & centre
ayurvédique

TRIVANDRUM
(Thiruvananthapuram)
Capitale du Kerala

KERALA