



wellness
voyages

LE VOYAGE BIEN-ÊTRE EST VOTRE
MEILLEUR AMI

BALI

**DU 23 MARS AU 3
AVRIL 2025**

Le parfum enivrant de l'ylang-ylang, la texture satinée d'une huile de coco, le chant d'une cascade ou d'un oiseau... Il n'y a rien de plus divin que de se faire masser lors d'un voyage à Bali ! Ses habitants ont fait du massage un véritable art où chaque geste apporte relaxation et vitalité. L'île en soi est source de détente avec ses forêts tropicales et ses rizières où l'on ne demande qu'à se promener. Même dans les villes et les villages, la vie se fait douce et sereine. Il n'y a qu'à regarder les mouvements lents et gracieux d'une porteuse d'offrandes pour s'en assurer, ou bien observer le calme et le sourire que les Balinais gardent en toutes circonstances.



INFO PRATIQUES



FORMALITES

P Passeport en cours de validité, valable 6 mois après la date de sortie du territoire indonésien; Voyage de moins de 30 jours : visa touristique à l'arrivée (500 000 roupies, payables en euros ; valable 30 jours)

CLIMAT

L La meilleure période pour découvrir Bali se situe entre Avril et Octobre, pendant la saison sèche.

DÉCALAGE HORAIRE ET VOL

+6h par rapport à Paris
Temps de vol entre Paris et Denpasar : 20h

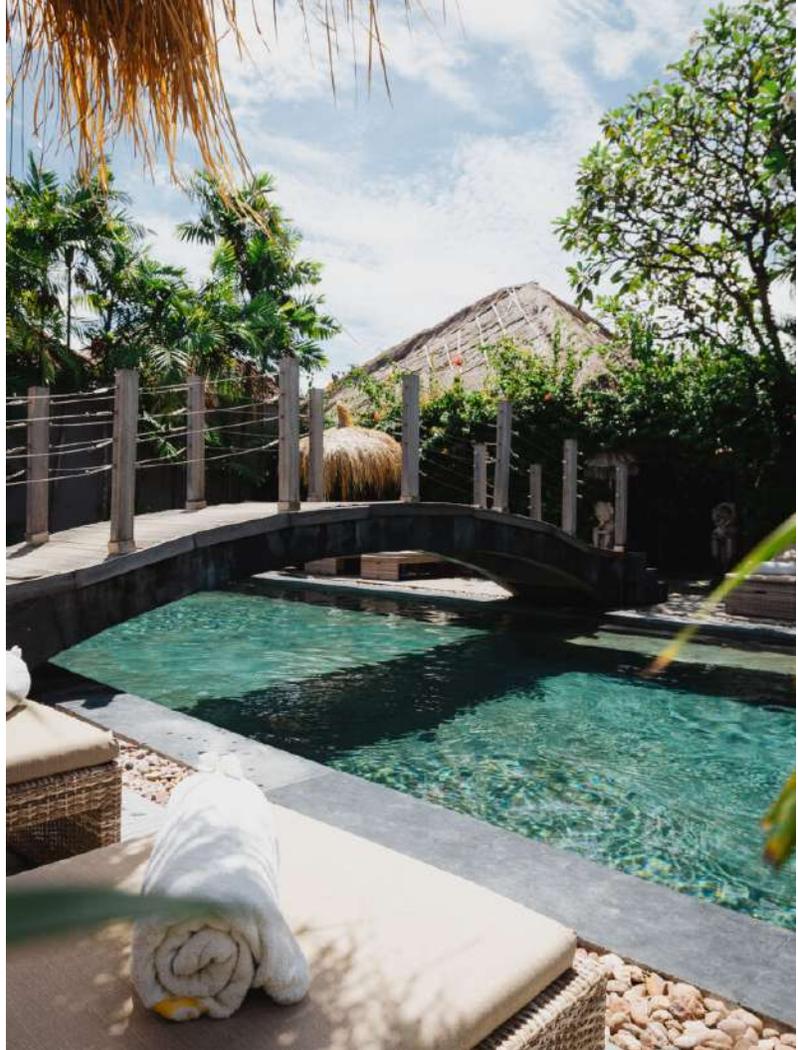
DIVERS

Monnaie : Roupie Indonésienne (1 € = 16044,24 IDR)
Electricité : 220 volts ; prises de type européen standard.





VOS HÉBERGEMENTS





JOUR 1

BIENVENUE EN INDONÉSIE

Arrivée à Denpasar. Votre chauffeur vous accueille à l'aéroport puis vous emmène à l'hôtel pour que vous puissiez tranquillement vous installer.

Premier jour de votre retraite bien-être.

Installez vous confortablement, vous participez à une session de bienvenue qui vous encadrera pendant ce séjour.

Reste de votre journée libre.

Diner et nuit en Hôtel 4* (NL)





JOUR 2

IMMERSION TOUT EN DOUCEUR À UBUD

Ce matin, pas de réveil!

Vous vous levez à votre rythme et profitez pleinement du petit-déjeuner. Les plus courageux pourront participer à une marche méditative au lever du soleil.

Vous profitez ensuite d'un massage thérapeutique à base de Yoghurt, connu pour calmer les muscles et le système nerveux.

Après votre déjeuner, vous participez à votre 1ère session de yoga.

Vous aurez aussi l'occasion de rencontrer ensuite votre "guru" pour une discussion profonde et une session de méditation guidée. (Selon Disponibilité)

Diner et nuit en Hôtel 4* (NL)



JOUR 3

BIEN-ÊTRE À UBUD

Votre troisième journée est dédiée au bien-être et à la découverte d'Ubud.

Profitez du cours de yoga avec soin du visage rajeunissant.

Puis partez à la découverte d'Ubud.

Déjeunez en ville avant de rentrer à l'hôtel, où vous pourrez également vous détendre près de la piscine.

En début de soirée, vous entamez une session de sound healing méditation afin de vous préparer à une bonne nuit de sommeil.

Diner et nuit en Hôtel 4* (NL)



JOUR 4

SOUND HEALING À UBUD



Ce matin, profitez d'une séance de yoga en profondeur avant le petit-déjeuner.

Choisissez ensuite votre soin au spa : exfoliation, désintoxication ou rajeunissement, puis détendez-vous au bord de la piscine.

Après le déjeuner pique nique, profitez d'un soin du visage rajeunissant.



La méditation des chants sacrés révélera la réalisation de soi dans la soirée.

Diner et nuit en Hôtel 4* (NL)



JOUR 5

RIZIÈRES ET PURIFICATION À UBUD

Transport privé de Ubud vers Petang où vous passerez la nuit en tente dans une nature luxuriante.

Vous commencez votre journée à 7H30 par une séance de yoga afin de vous réveiller dans de bonnes conditions, puis prenez votre petit-déjeuner.

Rendez vous à Tegallalang, un village au Nord d'Ubud. Vous jouirez d'une vue magnifique sur des rizières en terrasse. Aventurez-vous dans le cœur des rizières pour être au calme.

Au Temple de Megening, séalce de purification (ou Melukat). C'est l'un des rituels magiques de Bali qui consiste à utiliser l'eau comme moyen de rituel de purification du corps et de l'esprit. On pense également qu'il guérit les maladies non médicales et les maladies de l'esprit. Plongez-vous ensuite dans les bains sacrés.

Diner et nuit en hébergement glamping en pleine nature





JOUR 6

FLIRTER AVEC LES NUAGES SUR LE MONT BATUR

Transport privé de Petang vers Sidemen.

Vers 3h du matin vous prenez la route pour le volcan Batur. L'ascension, à pied, dure entre 1h30 à 2h. Vous arrivez au sommet avant que l'astre du jour ne pointe ses premiers rayons au-dessus de la mer. Vous vous retrouvez à plus de 1 700 mètres d'altitude au sommet du volcan à flirter avec les nuages.



En contre bas, le lac Batur. Au loin, les autres volcans de Bali : Abang, Agung et Batukaru sur la droite. De la vapeur s'échappe des parois du cratère. Vous en faites le tour puis redescendez à pied.

Vous retrouvez votre chauffeur et reprenez la voiture. S'il vous reste de l'énergie, visitez PuraBatur, et reposez-vous aux sources chaudes naturelles.

Diner et nuit en hôtel 4* (NL)



JOUR 7

ENERGIE POSITIVE À SIDEMEN

Expérience Tri Loka : Aujourd'hui vous passez la journée au travers de différentes expériences énergétiques et spirituelles :

- Bénédiction du plus haut prêtre
- Bénédiction et purification de l'âme sacrée et magique.
- Boisson sacrée de bienvenue
- Massage de l'âme avec bol chantant tibétain à sept chakras et cristal
- Fabrication d'un bracelet de bénédiction sacrée avec mantra

Après un déjeuner simple et authentique, profitez de votre temps libre pour vous relaxer.

En fin de journée, vous vous rendez au village de Samsara, un village traditionnel où vous aurez l'occasion de préparer un repas balinaise avant d'entamer une soirée durant laquelle vous serez initiés à l'Art Genjek - un art musical balinaise - autour d'un verre d'arak, l'alcool local. Dansez, chantez et laissez vous porter par cette ambiance si particulière afin de clôturer une belle journée de découverte de la culture balinaise à travers sa spiritualité et sa gastronomie.

Diner et nuit en hôtel 4* (NL)





JOUR 8 À 10

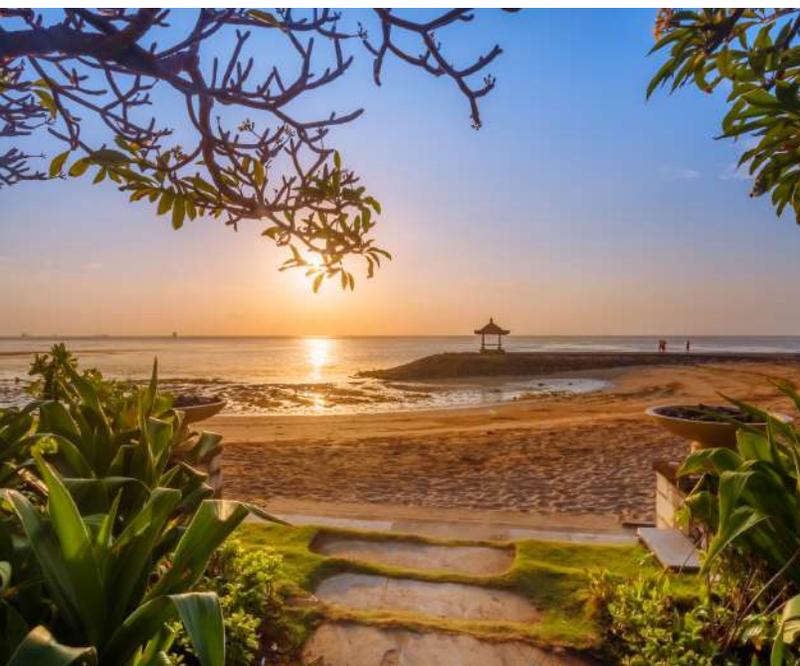
SLOW LIFE À LEMBOGAN

Vous quittez les belles rizières de Sidemen pour rejoindre la station balnéaire de Sanur, au sud de Bali.

Vous embarquez sur un bateau rapide à Sanur pour rejoindre Nusa Lembongan et ses eaux turquoises.

Vos journées seront libres. Profitez-en pour découvrir les alentours ou vous reposer à l'hôtel. Vous avez la possibilité de faire de la plongée avec tuba, surfer, faire une croisière, admirer un coucher de soleil à Devil's Tears ou au Blue Lagoon, et bien d'autres activités selon vos envies.

Nuit en hôtel 4* (NL)





JOUR 11

RETOUR SUR BALI ET DERNIÈRE SOIRÉE...

Petit-déjeuner à l'hôtel puis retour en speed-boat sur Bali. Profitez de cette journée libre. Au coucher du soleil, vous assistez au spectacle de Kecak, une danse traditionnelle balinaise accompagnée de chants. Puis visitez le temple Pura Luhur Uluwatu pour admirer le coucher du soleil. Situé à flanc de falaise, vous pouvez vous promener et apprécier le paysage qui s'offre à vous. Sachez que les singes ici sont maîtres des lieux !

Diner et nuit en hôtel 4* (NL)



JOUR 11

AU REVOIR BALI !

Petit-déjeuner à l'Hôtel. Aujourd'hui votre chauffeur privé vient vous chercher à votre hôtel et vous conduit à l'aéroport de Denpasar pour votre vol international. Bon voyage retour !



	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4
MATIN	<p>Arrivée à Denpasar</p> <p>Accueil par votre chauffeur francophone et transfert à votre hôtel</p>	<p>Ce matin, pas de réveil! Vous vous levez à votre rythme et profitez pleinement du petit-déjeuner. Pourquoi une balade méditative au levé du soleil !</p> <p>Puis massage thérapeutique à base de Yoghurt, connu pour calmer les muscles et le système nerveux.</p>	<p>Petit-déjeuner à l'hôtel</p> <p>Profitez du cours de yoga et des soins dans notre salon de beauté avec soin du visage rajeunissant.</p>	<p>Ce matin, profitez d'une séance de yoga en profondeur avant le petit-déjeuner.</p>
DEJEUNER	Déjeuner libre	Déjeuner libre	Déjeuner en ville	Déjeuner pique-nique
APRES MIDI	<p>Installez vous confortablement, vous participez à une session de bienvenue</p> <p>Reste de votre journée libre</p>	<p>Ensuite, votre première session de yoga aura lieu cet après-midi</p>	<p>Découvrez Ubud dans l'après-midi. Puis détente au près de la piscine</p> <p>19h : Session de Sound Healing méditation</p>	<p>Choisissez ensuite votre soin au spa: exfoliation, désintoxication ou rajeunissement, puis détendez-vous au bord de la piscine.</p> <p>19h : Session de Sound Healing méditation</p>
SOIREE	<p>Diner à votre hôtel</p> <p>Nuit en Hôtel 4* (NL)</p>	<p>Diner à votre hôtel</p> <p>Nuit en Hôtel 4* (NL)</p>	<p>Diner à votre hôtel</p> <p>Nuit en Hôtel 4* (NL)</p>	<p>Diner à votre hôtel</p> <p>Nuit en Hôtel 4* (NL)</p>

	JOUR 5	JOUR 6	JOUR 7	JOUR 8
MATIN	<p>Transport privé de Ubud vers Petang. Séance de yoga à 7H30 puis vous enchainerez sur le petit-déjeuner.</p> <p>Rendez vous à Tegallalang, où vous jouisserez d'une vue magnifique sur des rizières en terrasse.</p>	<p>Vers 3h du matin vous prenez la route pour le volcan Batur. Vous arrivez au sommet avant que l'astre du jour ne pointe ses premiers rayons au-dessus de la mer.</p> <p>Pour finir, vous visitez PuraBatur, et reposez-vous aux sources chaudes naturelles.</p>	<p>Petit-déjeuner à l'hôtel</p> <p>Expérience Tri Loka : Aujourd'hui vous passez la journée au travers de différentes expériences énergétiques et spirituelles.</p>	<p>Petit déjeuner à l'hôtel</p> <p>Vous quittez les belles rizières de Sidemen pour rejoindre la station balnéaire de Sanur, au sud de Bali. Vous embarquez sur un bateau rapide à Sanur pour rejoindre NusaLembongan.</p>
DEJEUNER	Déjeuner libre	Déjeuner à l'hôtel	Déjeuner simple et authentique	Déjeuner libre
APRES MIDI	<p>Au Temple de Megening, séalce de purification (ou Melukat).</p> <p>Plongez-vous ensuite dans les bains sacrés.</p>	Temps libre	<p>En fin de journée, direction le village de Samsara, un village traditionnel où vous préparerez un repas balinais avant d'entamer une soirée durant laquelle vous serez inities a l'Art Genjek - un art musical balinais.</p>	Séjour libre
SOIREE	<p>Diner à votre hôtel</p> <p>Nuit sous tente</p>	<p>Diner à votre hôtel</p> <p>Nuit en Hôtel 4* (NL)</p>	<p>Diner à votre hôtel</p> <p>Nuit en Hôtel 4* (NL)</p>	<p>Diner à votre hôtel</p> <p>Nuit en Hôtel 4* (NL)</p>

	JOUR 9	JOUR 10	JOUR 11	JOUR 12
MATIN	<p>Petit déjeuner à l'hôtel</p> <p>Vous quittez les belles rizières de Sidemen pour rejoindre la station balnéaire de Sanur, au sud de Bali. Vous embarquez sur un bateau rapide à Sanur pour rejoindre NusaLembongan.</p>	<p>Petit déjeuner à l'hôtel</p> <p>Vous quittez les belles rizières de Sidemen pour rejoindre la station balnéaire de Sanur, au sud de Bali. Vous embarquez sur un bateau rapide à Sanur pour rejoindre NusaLembongan.</p>	<p>Petit-déjeuner à l'hôtel puis retour en bateau vers Sanur</p>	<p>Petit-déjeuner à l'hôtel</p> <p>Temps libre</p>
DEJEUNER	Déjeuner libre	Déjeuner libre	Déjeuner à l'Hôtel	Déjeuner libre
APRES MIDI	Séjour libre	Séjour libre	<p>Au coucher du soleil, vous assistez au spectacle de Kecak,, une danse traditionnelle balinaise accompagnée de chants. Finissez la journée par la visite du temple PuraLuhurUluwatu pour le coucher du soleil situé à flan de montagne.</p>	Transfert à l'aéroport de Denpasar
SOIREE	<p>Diner à votre hôtel</p> <p>Nuit en Hôtel 4* (NL)</p>	<p>Diner à votre hôtel</p> <p>Nuit en Hôtel 4* (NL)</p>	<p>Diner à votrehôtel</p> <p>Nuit en Hôtel 4* (NL)</p>	<p>Diner à votrehôtel</p> <p>Nuit en Hôtel 4* (NL)</p>

NOTRE OFFRE



CETTE OFFRE COMPREND :

- La gestion et réservation par nos soins
- L'accompagnement par un membre de notre équipe de professionnels WELLNESS VOYAGES
- L'accueil par votre expert voyage ou de notre représentant à votre arrivée à l'aéroport.
- Les services d'un guide accompagnateur francophone
- Les transferts et transports terrestres en véhicule privé avec chauffeur. Lors des journées activités, seuls les transferts sont inclus, sauf mention contraire.
- Les transferts en bateau : A/R Lembongan.
- Les hébergements pour 11 nuits comme présenté dans le programme ou similaire en chambre twin (supplément individuel, nous consulter)
- Les activités mentionnées au programme
- Les repas comme indiqués dans le détail de chaque jour à jour

Non inclus (*en supplément nous consulter*)

- Les vols et taxes aéroportuaires
- Boissons et dépenses personnelles
- Supplément chambre individuelle, nous consulter
- Assurances multirisques annulation

2 115 € par personne

(Base 10 participants minimum - pour un départ du 23 Mars au 3 Avril 2025)

Sous réserve de disponibilité à la réservation



wellness
voyages

CONTACTEZ-NOUS



06 75 68 50 57

julie@wellness-voyages.com