

Retraite Yoga et Méditation du 17 Octobre au 31 Octobre 2026



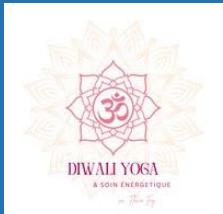
CONTACT

- Jean Luc GODEFROY
- 06 52 84 89 89
- contact@vidya-tour.com

QUI SOMMES NOUS?

Jean-Luc, ethnologue passionné par l'Inde et fondateur de l'agence de voyage VIDYA TOUR s'associe avec Flavie FEY, professeur de yoga pour vous proposer une retraite de yoga et méditation dans un centre spécialisé à Bassi (Jaipur) 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 de milliers d'années de sagesse.

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

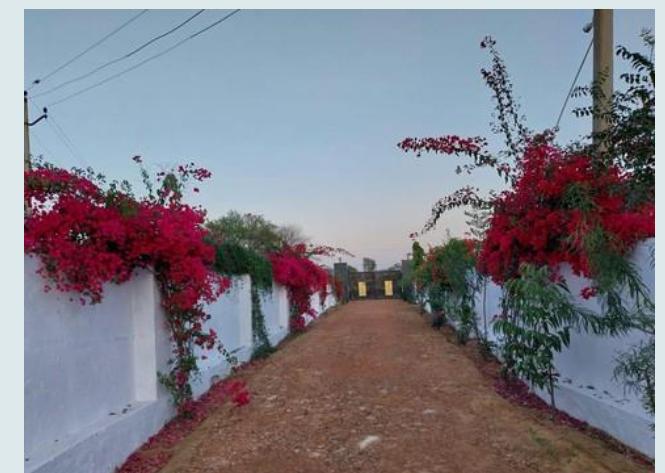
Au-delà de la pratique du yoga, ce voyage vous invite aussi à une découverte de l'Inde, accompagnée par un guide spécialiste du pays.

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.



PLANNING

	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														
20/10/2026			Chant de mantras					Conférence sur l'hindouisme	Collation saine	Yoga	Discussion de groupe			Méditation
21/10/2026			Bhajans	Temps libre						Visite de Jaipur				Mantra et relaxation
22/10/2026				Massage				Visite d'une école locale	Collation saine	Yoga	Discussion de groupe			Méditation
23/10/2026				Visite du village						Visite de Jaipur				Mantra et relaxation
24/10/2026			Bhajans	Temps libre				Visite d'un temple dans le village						Méditation
25/10/2026	Cours de yoga	Petit-déjeuner	Chant de mantras			Déjeuner		Initiation à l'hindi parlé	Collation saine	Yoga	Discussion de groupe	Dîner		Mantra et relaxation
26/10/2026				Massage				Atelier de cuisine indienne						Méditation
27/10/2026				Visite du village				Atelier de cuisine indienne						Mantra et relaxation
28/10/2026			Chant de mantras	Temps libre						Visite de Jaipur				Méditation
29/10/2026			Bhajans					Atelier de cuisine indienne	Yoga et collation saine		Discussion de groupe			Mantra et relaxation
30/10/2026				Temps libre						Visite de Jaipur				Méditation
31/10/2026			Cérémonie de départ											

Agence de voyage VIDYÂ TOUR – 13 place Gardin 14000 CAEN –
 Tél : 06 52 84 89 89 – E-mail : contact@vidya-tour.com - SARL au capital de
 7500 € - SIRET : 53226441300016 - Immatriculée auprès d'ATOUT FRANCE sous le n° IM974110008 – Assurances PRO : HISCOX (HA n° RCP0221657) –
 Garant : APST (garantie des fonds déposés).