

Un séjour proposé par ATMAJYOTI ecotourism, Coeur de l'Inde ecotravels

Découverte authentique et Yoga dans le sud de l'Inde

Tamil Nadu/Kerala

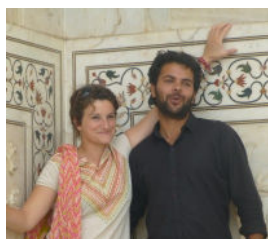
Du 11 au 24 jan 2026

Les points forts du voyage...

- Vivre l'Inde aux sources des textes sacrés.
- Vivre l'expérience de l'Ashram, comprendre le « rêve d'Auroville »,...
- Echanger avec vous un autre regard sur la vie, la pensée indienne.
- Se détendre sous un climat tropical
- Vivre pleinement le yoga et sa pratique sur sa terre d'origine
- Aller à la rencontre de projets solidaires et de personnes qui vivent de manière authentique
- De nombreuses surprises

Les accompagnateurs

- Coline ou Sudheer, guides (couple Franco-Indien):



Ils vivent depuis 12 ans entre l'Inde et la France dont 11 ans d'expérience dans le « tourisme autrement » en Inde; ils ont les compétences et la passion de vous transmettre leurs savoirs sur la culture Indienne. Ils connaissent parfaitement leurs circuits et leur principale aspiration est de vous amener à ressentir la Force de vie de l'Inde.

Marthe: Professeure de yoga diplômée de l'école EFYMP Françoise Mazet.

Effectif du groupe 10-12 personnes

Tarif complet: 2920 €*
Ce tarif inclut:

TOUT INCLUS 14 jours/13 nuitées, billets d'avions*, visas*, nuitées, repas végétariens, transports, visites, enseignements, yoga, massage... (Détails p.4)

*Tarif sujet à modification selon tarif des billets d'avions TOULOUSE/SUD DE L'INDE

*Plusieurs types de Visas, Visa 1 mois, Visa 1 an, Visa 5 ans

Extension Possible, dans ce même prix, pour ceux qui ont la chance de pouvoir étendre leur voyage. Nous vous donnons conseils, vous aidons à réserver transports hébergements pour la suite.



Itinéraire

- MAHABALIPURAM-CHENNAI (1 nuit), Chambres confortables, hôtel plage et piscine.

- AUROVILLE (3 nuits), au centre d'Auroville, chambres cosy dans un havre de verdure.

- TRAIN (1 nuit)

- VARKALA (3 nuits), Guest House familiale plage et piscine, havre de verdure, proche du CENTRE AYURVEDIQUE.

- ASHRAM d'AMMA (2 nuits), chambre à deux ou trois au cœur de l'ashram et de ses activités. DARSHAN D'AMMA.

- MUNNAR, Homestay, chambres spacieuses et agréables dans la nature des NILGIRIS

- FORT KOCHI, (1 nuit), hôtel de charme central.



Le programme du séjour détaillé (sujet à de légères modifications)

JOUR 1: Sudheer ou Coline, vient chercher le groupe à l'aéroport de CHENNAI.

Installation à MAHABALIPURAM, petit village de pêcheurs et de tailleurs de pierre.

Selon Horaire de votre arrivée, promenade dans le village, sur la plage. Possibilité de petite séance de Yoga face à la mer. En début de soirée, pour le coucher de soleil, nous irons admirer un spectacle de danse traditionnelle du Sud de l'Inde (BHARATANATYAM). REPOS.

Nuitée à MAHABALIPURAM (Hôtel ou Guest House proche de la plage, calme et confortable, piscine)

JOUR 2: A MAHABALIPURAM, départ tôt pour la visite des fameux temples monolithiques (patrimoine mondial), analyse des incroyables sculptures (rappels mythologie hindou et yoga, la trilogie des divinités), mystérieux temples et jardins. Après le repas de midi, découverte du marché et achat possible de premières tenues Indiennes. Puis départ pour PONDICHERY/AUROVILLE (2h de route). Arrivée dans la soirée à Auroville, installation dans une Guest House Cosy dans le Havre de verdure de AUROVILLE.

Nuitée au centre d'AUROVILLE, Guest House Cosy.

JOUR 3: Journée à PONDICHERY (20 min de route), intéressant mélange culturel Franco Indien.

Rencontre possible avec une Française passionnée d'huiles essentielles et qui nous ferait visiter sa ville Pondichéry sous un autre angle. Moment fort pour la méditation à l'Ashram de Mère et Sri Aurobindo.

Puis visite du temple de GANESH... d'un des plus beaux marchés traditionnels de l'Inde, aux mille senteurs et couleurs. Repas dans une cantine locale.

Retour sur AUROVILLE, petite marche aux alentours pour commencer à ressentir Auroville et son environnement. Structurée en communautés, chacune mène un projet spécifique...

Ville construite sur la reforestation d'un désert. Le Centre le MATRIMANDIR, « l'âme de la ville ».

Nuitée au centre d'AUROVILLE, Guest House Cosy.

JOUR 4: A AUROVILLE, Méditation unique dans le Fameux Matrimandir, et découverte de ses sublimes jardins. En fonction des opportunités offertes, possibilité d'aller participer à la méditation pour la paix ou au « Chant du OM » avec une centaine de personnes participantes (AUROVILLIENS). Vibrations garanties.

Pratique de yoga possible avec un ou une Aurovillienne.

Rencontre d'une joyeuse famille indienne Aurovillienne, présentation de leur projet éducatif et artistique (sensibilisation de la population locale en hygiène et environnement),...

Repas à Auroville dans des restaurants d'exceptions de qualité.

Nuitée au centre d'AUROVILLE, Guest House Cosy.

JOUR 5: Journée « libre » à Auroville, avec des propositions en fonction des opportunités, contemplation de la beauté du lieu,...possibilité de repartir au Matrimandir, pour une méditation sur le thème qui nous inspire dans « ses pétales ». Des moments qui emmènent à se retrouver avec soi même.

Après midi repos, shopping ou autre activité,...

Départ en soirée pour la gare, direction KERALA.

Nuitée dans le train





JOUR 6: Arrivée au matin à la gare de VARKALA.

Installation à VARKALA dans une Guest House Familiale .

Journée détente, plage, piscine, repos après la nuit de train , massage ayurvédique offert.

Découverte de la clinique ayurvédique de qualité, docteurs dédiés, idéalement située, proche de notre guest house, dans les cocotiers. Possibilité de prise de rendez vous pour soins supplémentaires.

Pratique de yoga avec vue sur la mer en soirée.

Nuitée à VARKALA, chambres agréables, proche de la plage.

JOUR 7: Séance de yoga avec un yogi indien (SHIVA).

Marche de long de la falaise, découverte de la plage sacrée de Varkala, et de son histoire mystique, cérémonie au temple, un des plus vieux et traditionnel de l'Inde du Sud. Baignade et contemplation de la nature.

Nuitée à VARKALA, chambres agréables, proche de la plage

JOUR 8: Séance de yoga avec SHIVA. Départ la matinée pour la rencontre avec le maitre de yoga « *Ekarshi Sarva Atma Mithra* », aux portes des mangroves, accueil chaleureux et repas traditionnel du Sud de l'Inde sur sa feuille de Bananier. Retour à Varkala, yoga ou soins ayurvédiques possible. Plage.

Nuitée à VARKALA, chambres agréables, proche de la plage

JOUR 9: Séance de yoga sur la plage ou avec vue sur la mer

Départ après le déjeuner pour l'Ashram d'AMMA.

Arrivée dans l'après midi, installation dans les chambres au cœur de l'Ashram et de toutes ses activités. Visite de l'Ashram, et introduction sur la vie d'AMMA, en soirée rencontre avec AMMA, DARSHAN.

Expérience Unique. Discussion possible à la suite du DARSHAN.

Nuitée à l'Ashram, chambre de trois personnes.

JOUR 10: Journée au rythme de l'Ashram, récitation des milles noms de la mère divine (Chants Védiques), méditation collective sur la plage, Kirtans, Bhajans d'Amma, méditation en présence d'Amma. Emotions garanties.

En soirée , petite sortie prévue pour rejoindre une plage Indienne très animée au coucher de soleil ou une petite promenade en barque dans les Mangroves.

Nuitée à l'Ashram, chambre de trois personnes.

JOUR 11 et 12: Départ tôt, taxi (6h) pour la montagne et les plantations de thé de MUNNAR, logés chez une famille accueillante en pleine nature, lieu magnifique près de la rivière. Chambres spacieuses propres avec balcon. Première visite de MUNNAR dans l'après midi , musée du thé et musée de la teinture naturelle. Randonnée (2h) dans les plantations de thé avec un guide fort sympathique, rencontre de familles de « ramasseurs de thé ». Découverte de jardins « d'épices et de plantes médicinales ». Dépaysement complet....

Nuitées à MUNNAR Guest House cosy familiale.

JOUR 13: Départ tôt pour arriver à Fort Kochi en fin de matinée (4H), son port connu pour sa tranquillité et ses filets de pêche chinois. Promenade dans le marché ou sur le port très animé au coucher de soleil. A Fort Kochi, tout se fait à pied, découverte à son rythme, se laisser porter par l'ambiance paisible de cette ville portuaire balnéaire. Plusieurs possibilités pour cette dernière journée Indienne, derniers achats au marché...

Possibilité d'atelier de cuisine Ayurvédique avec une dame d'exception.

Nuitée à FORT KOCHI (HOTEL de charme central)

JOUR 14: Selon votre horaire de vol, nous vous accompagnons à l'aéroport de KOCHI,

Nous espérons que la concrétisation de ce voyage avec nous aura été une belle façon de vous ressourcer et de vous imprégner de la magie de l'Inde du Sud.



**LE TARIF GLOBAL DE CE VOYAGE 2920 € COMPREND
(2080 € SEJOUR TOUT COMPRIS SUR PLACE + BILLETS D'AVIONS (750) VISAS (60)+FRAIS
DE VIREMENT (20)):**

- Tous les transports en Inde (Taxis, Trains, Bus, Autoricshaw,...)
- Les 13 nuitées en chambre double Hôtel, Guest House, Ashram....chambre single supplément possible.
- Petits déjeuners, déjeuners et dîners des 14 journées (repas végétariens de qualité, nourriture 100 % locale et saine)
- Toutes activités évoquées dans le programme (visites, rencontres et donations...)
- Séances de yoga avec Yogis Indiens et accompagnement Yoga avec Laure sur tout le séjour (le rythme des séances de yoga peut varier en fonction du rythme des déplacements du voyage).
- Un massage Ayurvédique et consultation à la clinique de VARKALA
- Sudheer et/ou Coline comme guides, accompagnateurs pour toutes les activités quotidiennes. Et traductions Anglais/Français.
- Les pourboires (budget de 50 €/personne)
- Votre accès à Internet (WIFI accès libre presque partout)
- Votre billet d'avion FRANCE INDE ainsi que votre Visa pour l'Inde*
- Deux à trois réunions de préparation au voyage (par zoom) avec « Voyage dans le cœur de l'Inde »
- Les Frais de virement internationaux vers l'Inde, entre 15 et 25 euros, seulement 10 euros avec WISE.
- Extension Possible: pour ceux qui ont la chance de pouvoir étendre leur voyage, dans ce même prix, nous vous donnons conseils, vous aidons à réserver transports hébergements pour la suite.

SAUF AUTRES FRAIS:

- Tout autre extra en dehors des repas : viande, poisson, boissons, snack, eau en bouteille ...
- Autres soins
- Tout transport et repas en dehors de l'itinéraire proposé.

**réservation des billets d'avions et visas à réaliser de manière individuelle ou avec une agence de voyage partenaire.*

CONTACTS:

Coline et Sudheer SINGH

Association solidarité pour un village de fermiers en Inde

Site Internet « www.coeurdelindeecotravels.com »

Courriel: contact@voyagedanslecoeurdelinde.com

Whatsapp: 00919468923607

Marthe