

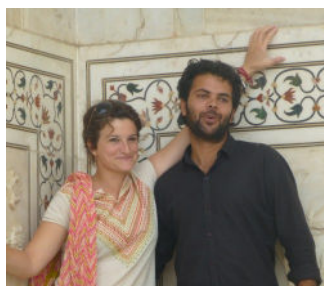
"SLOW TRAVEL" YOGA et AUTHENTICITE dans le Sud de l'Inde Du 7 au 21 Décembre 2026

Un séjour Ayurvédique proposé par "Coeur de l'Inde ECOTRAVELS"

*Au plus près de la nature et de la spiritualité.
Cure Ayurvédique et Yoga dans le cadre du « rêve d'Auroville ».*

Points Forts...

- Détente** sous un climat tropical au plus près des valeurs Indiennes (séjour chez des familles Indiennes), un séjour avec peu de déplacements.
- Rencontre de projets solidaires et de personnages** qui vivent de manière authentique, comprendre le « rêve d'Auroville », approcher la philosophie de Mère et SRI AUROBINDO.
- Pratique du yoga** dans son berceau d'origine
- Un séjour pour « **Rencontrer les bonnes personnes sur notre chemin** » « **se retrouver** », « **se donner de l'espace** », « **revenir différemment** » « **revenir à l'essentiel** »
- Découverte et immersion en Inde du Sud, dans un village de pêcheurs et de tailleurs de pierre, temples monolithiques atypiques.



Accompagnateurs

-**Coline et/ou Sudheer**, guides (couple Franco-Indien), ils ont les compétences (11 ans d'expérience dans le tourisme vert en Inde) et la passion pour vous transmettre leurs savoirs sur la culture Indienne. Leur principal objectif est de vous amener à ressentir la Force de vie de l'Inde. Coline est professeure de yoga diplômée en Inde et en formation avec la fédération française. Elle vous proposera des séances adaptés au moment. Sudheer est thérapeute en massage Ayurvédique et formé en Yoga.

Effectif du groupe 10 personnes

Itinéraire

- ARRIVEE CHENNAI
- AUROVILLE GUEST HOUSE (9 nuits), chambres propres et spacieuses.
- TIRUVANAMALAI ARUNACHALA GUEST HOUSE (4 nuits)
- MAHABALIPURAM (1 nuit)
- DEPART CHENNAI

Tarif tout Inclus 1780€ 14 jours/14 nuitées, petits déjeuners et un repas par jour, transports, visites, activités, yoga (Détails p.4)





Le programme du séjour détaillé

JOUR 1-JOUR 9 (9 nuitées AUROVILLE GUEST HOUSE):

Arrivée CHENNAI, vous rejoignez AUROVILLE (3h), logés à l'extrémité d'AUROVILLE (non loin de la mer et de Pondichéry).

Auroville, ville construite sur la reforestation d'un désert selon la vision de Mère et Sri AUROBINDO. Son centre le MATRIMANDIR, « l'âme de la ville ».

Installation dans votre Guest House Aurovillienne, un cadre adapté pour se reposer. Une Guest House cosy, des hôtes sympathiques, une chambre spacieuse, un cadre de verdure magnifique, une proximité avec Auroville et les commerces à pied, un petit déjeuner sain et copieux (produits d'Auroville), un hall pour le Yoga.

Le principe du SLOW TRAVEL est de ne pas prévoir des journées pleines mais de se laisser porter en fonction des opportunités, Auroville est l'endroit idéal pour cela, apprendre à vivre à un autre rythme, à saisir les bonnes opportunités, nous vous proposerons quelques idées (voir ci-dessous) ... Puis nous vous aiderons à réaliser tout ce qui s'offre à vous sur place...

Exemple d'un programme d'Auroville et Pondichéry en fonction des nombreuses opportunités présentes sur place, la priorité restant le yoga, les rencontres et la méditation au Matrimandir....:

- Une journée à PONDICHÉRY (20 min de route), intéressant mélange culturel Franco Indien.
- Moment fort pour la méditation à l'Ashram (Samadhi de Mère et Sri Aurobindo).
- Temple de GANESH
- Un des plus beaux marchés traditionnels de l'Inde, aux mille senteurs et couleurs.
- Découverte de plusieurs communautés Aurovilliennes, chacune menant un projet spécifique...Rencontres prévus avec des Auroviliens, leurs choix de vies,...
- Méditation unique dans le Fameux Matrimandir, et découverte de ses sublimes jardins. Méditation sur le thème qui nous inspire dans « ses pétales ». Des moments qui emmènent à se retrouver avec soi même.
- Participer à la méditation pour la paix ou au « Chant du OM » avec une centaine de personnes participantes
- Pratiques de yoga avec Coline et une avec 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),...
- Assister à un concert de musique traditionnelle, une représentation d'arts martiaux, une conférence en Français, ateliers d'arts...
- Possibilité de nombreux soins qualité à prix très raisonnables.

Les Repas à Auroville sont pris dans des restaurants d'exceptions de qualité (produits bio et produits d'Auroville).



Séjour proposé par **Atmajyoti Farm** en partenariat avec **Coeurdelindecotravels**





JOUR 10: Départ pour TIRUVANAMALAI, la montagne sacrée de ARUNACHALA.

Arrêt pique nique sur la route à GINGEE, au milieu des rizières et cocotiers, rencontres improbables dans ce décor semblable à un film d'aventure. Installation dans une Guest House au pied de la montagne sacrée et proche à pied des commodités et de l'Ashram principal. Possibilité de séance de yoga sur la terrasse de la Guest House, vue sur la montagne.

JOUR 10-11-12-13: A TIRUVANAMALAI, journées au rythmes de l'ashram de SRI RAMANA MAHARSHI, au pied de la montagne sacrée ARUNACHALA, cérémonie et rituels. Séance de yoga de bon matin avec vue sur ARUNACHALA. Rencontres possibles avec « plusieurs maîtres » dans leurs Ashrams respectifs.

Marche dans la montagne jusqu'aux grottes dans lesquelles ont médité le maître (17 ans de méditation). Redescende par la ville, un temple très actif, une atmosphère spéciale.

Des journées au cœur de l'Inde sacrée, riches en émotions et rythmé par les méditations.

4 Nuitées à TIRUVANAMALAI, chambres agréables, quartier calme et central.

JOUR 14: Départ pour MAHABALLIPURAM (2H), Installation à Mahābalipuram, petite ville de pêcheur connue pour sa tranquillité, son jardin fantastique, ses temples mystiques monolithiques, ses tailleurs de pierre. Visite des fameux temples monolithiques de MAHABALIPURAM, magnifiques sculptures, temples et jardins. Dernière baignade en mer et piscine.

Nuitée à MAHABALIPURAM.

JOUR 15: Départ pour l'aéroport de CHENNAI selon l'horaire du vol (1H15) nous espérons que votre séjour avec nous aura été une belle façon de vous soigner de vous ressourcer et de vous imprégner de la magie de l'Inde du Sud.

LE TARIF GLOBAL 1780€ INCLUS SUR PLACE:

- Tous les transports en Inde (Taxis, Trains, Bus, Autoricshaw pour les activités détaillées dans ce programme...)
- Les 14 nuitées en chambre partagée (lits séparés), possibilité de supplément pour chambre individuelle.
- Petits déjeuners, un déjeuner ou un dîner (selon le programme) pour les 15 journées (repas végétariens, nourriture 100 % locale et saine), l'autre repas de la journée sera pris de manière indépendante, pour respecter l'idée du Slowtravel de s'écouter soi même selon l'envie du moment (grande faim, petite faim), et aussi un moment pour « se retrouver » en dehors du groupe.
- Toutes activités évoquées dans le programme SAUF soins, consultations et activités autres en dehors des activités de groupe.
- Sudheer et/ou Coline comme guides, accompagnateurs et traducteurs (Français Anglais, Hindi) pour toutes les activités quotidiennes.
- Des réunions de préparations au voyage et des mails très complets d'aide à la préparation du voyage en Inde, une disponibilité d'écoute de vos organisateurs bien avant votre voyage !!!
- L'Accompagnement Yoga avec Coline Singh (au moins 6 séances).
- Les pourboires (budget de 40 €/personne)
- Votre accès à Internet (WIFI accès libre presque partout)

SAUF AUTRES FRAIS:

- Votre billet d'avion (700 €) FRANCE INDE, CHENNAI*; ainsi que votre Visa pour l'Inde (60€)
- Tout autre extra en dehors des repas : poisson, boissons, snack, eau en bouteille ...
- Toutes autres activités non évoquées dans le programme ou transports en dehors de l'itinéraire.
- Soins ou consultations.

SOIT UN SEJOUR TOUT COMPRIS D'ENVIRONS 2500 € *!!!

**Attention les prix de billets d'avions et Visas varient d'année en année et du moment ... réservation des billets d'avions et visas à réaliser de manière individuelle ou avec une agence de voyage partenaire (avec l'aide et les conseils de l'association lors des réunions ou lors de consultations téléphoniques)*

CONTACTS:

Coline et Sudheer SINGH

Association solidarité pour un village de fermiers en Inde

Site Internet « www.coeurdelinecotravels.com »

Courriel: contact@voyagedanslecoeurdelinde.com

Tel en Inde: 00917300385954

Séjour proposé par **Atmajyoti Farm** en partenariat avec **Coeurdelinecotravels**

