



# Cure ayurvédique dans le Kerala

Du 7 au 20 mars 2020

Centre de formation l'éKilibre -  
[www.lekilibre.com](http://www.lekilibre.com) - Tél:  
06.10.62.65.00



## Votre programme détaillé

**07 mars 2020**

**Paris / Cochin**

*Départ à 8h45 / escale à Doha*

**08 mars 2020**

**Arrivée au centre ayurvédique**

*Installation et visite des alentours*

**09 mars 2020**

**Traitement / FORT KOCHI / HOLI**

*Matin: Yoga / Reiki ou méditation / Visite médicale avec le Dr Shobha / Traitements*

*Après midi: Visite de Fort Kochi , Dutch symmetry, Dutch palace and Synagogue / Vasco de Gama square, church / bazaar road / Jewish street / HOLI: (fête des couleurs).*

**10 mars 2020**

**Traitement / ALLEPEY Town**

*Matin: Yoga / Reiki ou méditation / Traitements*

*Après midi: Visite de la ville d'Allepey , célèbre pour ses backwaters.*

**11 mars 2020**

**Traitement / Marari beach**

*Matin: Yoga / Reiki ou méditation / Traitements*

*Après midi: Plage*



12 mars 2020

Traitements / Ernakulam market

*Matin: Yoga / Reiki ou méditation / Traitements*

*Après midi: Visite du marché aux épices*

13 mars 2020

Traitements / Dhanwanthari Moorthi

Temple

*Matin: Yoga / Reiki ou méditation / Traitements*

*Après midi: Visite du temple hindou*

14 mars 2020

Traitements / AZHEEKHAL Beach

*Matin: Yoga / Reiki ou méditation / Traitements*

*Après midi: Plage en tuk tuk*

15 mars 2020

Backwaters

*Matin: éveil de la nature en barque dans les backwaters*

*Après midi: libre*

16 mars 2020

Traitements / Kathakali show

*Matin: Yoga / Reiki ou méditation / Traitements*

*Après midi: Représentation du théâtre dansé originaire du Kerala. Nous assisterons à la préparation et au maquillage élaboré de chaque acteur. Spectaculaire travail sur l'expression du visage.*



17 mars 2020

Traitements / Indian Marriage

*Matin: Yoga / Reiki ou méditation / Traitements*

*Après midi: Notre guide nous invite au mariage d'un de ses amis. Il est très courant au Kerala d'être invité à une cérémonie (mariage, anniversaire) Kerala style!*

18 mars 2020

Traitements / King's palace / Hill

palace / Lulu mall

*Matin: Yoga / Reiki ou méditation / Traitements*

*Après midi: Visite des palaces et de Lulu mall (grand centre commercial)*

19 mars 2020

Traitements / Réserve d'éléphants

*Matin: Yoga / Reiki ou méditation / Traitements / Visite médicale de fin de séjour*

*Après midi: visite d'une réserve d'éléphants*

20 mars 2020

Cochin / Paris

*Arrivée à Paris à 13h05*

*Programme donné à titre indicatif, l'ordre des visites et des excursions pouvant être modifié. Les excursions sont comprises dans le prix global mais ne sont pas obligatoires (toutefois le fait de ne pas assister aux visites ne pourra donner lieu à un remboursement).*



## Hébergement

Les chambres se situent à l'intérieur du centre ainsi, tout est accessible facilement.

Le prix est basé sur une chambre simple sans air conditionné.

Elle comprend un lit avec moustiquaire, un ventilateur au plafond, une douche avec toilette.

Autres possibilités avec majoration de prix

- Avec air conditionné: + 175€
- Chambre luxe: + 233€
- Chambre luxe avec a/c: + 408€

Nous consulter pour toute demande de modification.



**Prix: 2.213€ par personne**

### Le prix comprend

- Vol Paris-Kochi aller/retour en classe économique
- Les taxes aériennes
- Les frais de visa
- Tous les transferts et transport (selon programme)
- 13 nuits dans une chambre simple
- 3 repas végétaliens/jour
- Cours de yoga/jour
- 2 traitements/jour
- Excursions (selon programme)
- Spectacles (selon programme)
- Les services d'un guide avec traduction

### Le prix ne comprend pas

- La pharmacopée
- Les traitements optionnels
- Les repas à l'extérieur
- Les achats personnels
- Les déplacements ou visites hors programme
- Les pourboires aux guides, chauffeurs.

*Ce programme est susceptible de modifications au regard de considérations indépendantes de notre volonté. Tout sera mis en oeuvre pour respecter le programme établi. En revanche, certaines visites ou repas pourront être modifiés ou inversés.*