respire RAYONNE

PROGRAMME

ESCAPADE DANS LE DÉSERT MAROCAIN

JOUR 1

Accueil du groupe à l'aéroport de Marrakech.
Transfert jusqu'au Riad.
Visite libre du souk.
Découverte du groupe.
Dîner à Marrakech + nuit au Riad



JOUR 2

Petit déjeuner.
4h de transfert en minibus à travers le col de Tichka, 2260 m d'altitude.
Découverte des villages berbères de l'Atlas.
Déjeuner à Aït Ben Hamadou.
Visite de 1h du village historique.
Un soin pour une personne.
Dîner + nuit à Ouarzazate.



JOUR 3

Petit déjeuner.
4h de route vers la vallée du Draa.
Déjeuner à Zagora.
Marche de 1h.
Entrée du désert.
Un soin énergétique pour 2 personnes.
Méditation.
Dîner + coucher sous tente individuelle.

JOUR 4

Méditation au lever du soleil.
Petit déjeuner.
Randonnée de 3 à 4h.
Déjeuner.
Un soin énergétique pour 2 personnes.
Méditation au coucher du soleil.
Dîner.
Préparation du pain de sable.
Nuit sous tente.

JOUR 5

Méditation.
Petit déjeuner.
Randonnée de 3 à 4h.
Déjeuner.
Un soin énergétique pour 2 personnes.
Méditation.
Dîner autour du feu + nuit sous tente.



JOUR 6

Méditation.
Petit déjeuner.
Randonnée de 3 à 4h.
Déjeuner.
Visite d'une famille sahraoui.
Thé à la menthe.
Un soin énergétique pour 3 personnes.
Méditation.
Dîner + nuit.



JOUR 7

Méditation.
Petit déjeuner.
Retour à Marrakech en minibus.
Déjeuner.
Recueil du groupe.
Dîner + nuit au Riad de Marrakech.



JOUR 8

Petit déjeuner.
Transfert à l'aéroport de Marrakech.

respire RAYONNE