



Voyages Sacrés Nomades

Sois la/le Bienvenu(e) dans la Tribu du Voyage Nomade HADRA au Coeur du Désert Marocain & du Sacré.

Je me réjouis de t'accompagner pour ce merveilleux Voyage Itinérant en totale immersion dans la Vie Berbère des Nomades.



Lis attentivement ce document car il contient des informations utiles.

Lorsque tu auras fait ta réservation de vols, merci de me transmettre à (qiharmonie@orange.fr ou au 06.24.61.18.74 les heures d'arrivée et de retour de même que les numéros de vols et le nom de la compagnie aérienne

OU

les notez directement sur le Questionnaire.

MERCI



Cette Retraite aura lieu

du Samedi 13 Mars au Samedi 20 Mars 2027

Le **Samedi 13 Mars 2027**, nous nous retrouverons au Riad au plus tard à 18h00. Ensuite, nous irons dîner Tous Ensemble sur la fameuse Place Jamaa El Fna de Marrakech (patrimoine mondial de l'UNESCO) ou sur la Place des Ferblantiers.

Ce repas n'est pas inclus dans le prix de la retraite, mais le prix est de +/- 15 € (entrées + plats + desserts + boisson + thé)

Lors de celui-ci nous ferons tous connaissance, nous retrouver lors duquel des informations supplémentaires pourront vous être communiquées.

Aussi, Il est important que tu arrives à Marrakech AU PLUS TARD le SAMEDI 13 Mars le matin ou milieu d'après-midi.

Pour ton vol de retour, tu peux réserver **un départ le samedi 20 à N'IMPORTE QUELLE** HEURE, même un départ à 5h du matin est possible.

.....

A ton arrivée, le **Samedi 13 Mars 2027**, lorsque tu seras à l'aéroport, tu dois sortir de celui-ci et chercher un chauffeur qui portera une pancarte avec le nom du Riad qui te sera communiqué juste avant ton départ.

Le chauffeur se trouve généralement, lorsque tu sors de l'aéroport, à gauche à côté de la pancarte *Club Med*.

En cas de problème je serai joignable via WhatsApp. Virginie au 06.24.61.18.74.

Une affiche, te sera transmise via le Groupe Whatsapp que je vais créer, quand j'aurais validé le Riad qui va nous accueillir.

Tu pourras l'imprimer afin que le chauffeur te repère au cas où, mais également lors du contrôle de Douanes.



Si tu veux arriver quelques jours plus tôt à Marrakech je t'invite à rechercher un Riad dans le quartier de **La Mellha** (quartier Juif), du **Palais El Badi** ou de la **Placedes Ferblantiers**, si tu souhaites découvrir d'autres secteurs.

Sache que dès lors que si tu arrives en dehors des dates de la retraite, ton accueil à l'aéroport ne sera pas assuré

Le taxi revient à +/- 15€ et le trajet dure 15 min, mais normalement chaque Riad dispose d'un service navette.

Sauf, si tu réserves des nuits supplémentaires par nos propres services.

Aussi, tu pourras me transmettre ta demande de nuits supplémentaires et je me chargerai de la réservation de ta chambre dans le même Riad qui t'accueillera **pour la nuit du 13 Mars et celle du 19 Mars** et l'avantage est que tu conserveras la gratuité du transfert aéroport à ces autres dates.

La nuit du 13 Mars et celle du 19 Mars, tu seras en chambre partagée.

Venir un jour avant la date de la retraite et un jour après la retraite peut-être l'occasion de visiter Marrakech qui est une ville formidablement magique et magnifique, il serait vraiment dommage de ne pas prendre le temps de la visiter.

Les journées supplémentaires avant la retraite ou après la retraite *ne sont absolument pas sous ma responsabilité*

Si tu souhaites prendre des nuits supplémentaires directement sur place, dans le Riad choisi à Marrakech **avant le 13/03/2027 et/ou à partir du 20/03/2027**, je me chargerai de tes réservations.

Merci de me transmettre les informations le plus tôt possible, ainsi que les dates des nuitées supplémentaires nécessaires, et le type de chambre souhaitée : Single ou Partagée (dans la mesure du possible et uniquement avec des personnes du même groupe)

A titre indicatif, voici le **tarif pour ces nuitées supplémentaires** en Riad à Marrakech et selon les prix du marché en cours 2026:

80 Eur par personne et par nuit en chambre SINGLE petit-déjeuner inclus

50 Eur par personne et par nuit en chambre PARTAGÉE petit déjeuner inclus

Avec Joie de vivre ce Voyage avec Toi



LE PROGRAMME

8 jours / 7 nuits

Jour 1 : Arrivée à Marrakech

Arrivée à Marrakech et transfert vers notre Riad dans la Medina pour le logement.

Installation au Riad de charme, logement en chambres de 4, 3 ou 2 personnes en fonction des disponibilités.

Repas du soir libre ou avec le groupe afin de faire connaissance .

Possibilité au Riad ou vers la Place Jema el Fna.

Possibilité de Hammam et massage au Riad (en supplément et à réserver à l'avance)

Jour 2 : Marrakech – Erg Sahel

Petit déjeuner tranquille sur la terrasse de notre Riad et départ en taxi privé climatisé (ou minibus confort en fonction du nombre de participants) par la route du col de Tizin Tichka jusqu'à Ouarzazate.

Vers midi, dégustation d'un succulent Tagine. La route se poursuit le long de la vallée verdoyante du Draa jusqu'à Zagora. Nombreux arrêts pour profiter des surprenants paysages variés de l'Atlas.

Poursuite de la route vers Mhamid jusqu'au bivouac pour rencontre avec l'équipe chamelière. Soirée d'ouverture de notre Pèlerinage avec demande d'autorisation au Désert et des Eléments. Cercle de partage et d'intention et première soirée et nuit à la belle étoile

Jour 3 : Erg Sahel - Erg Ras Rich

Chaque matin , nous plongerons dans un temps de contemplation pour accueillir le lever du Soleil.

Vous préparez pour la journée et rassembler nos affaires.

Puis, je vous proposerai le réveil du Corps et énergétique par la pratique de méditation, Qi Gong, respiration...

Après le petit-déjeuner au Bivouac, la Caravane se met en route dans les somptueux décors du désert., nous commencerons toujours par une marche silencieuse d'au moins d'1 heure et/ou parlante, sonore.

A la mi-journée nous nous arrêterons pour le repas et la sieste/temps libre

Bivouac du soir est dressé à Erg Ras Rich.

Contemplation du coucher du Soleil en haut des Dunes.pendant que notre cuisinier vous préparera un bon plat traditionnel cuit sur le feu de bois.
Soirée sous le ciel étoilé ou sous la Tente Berbère.

Jour 4 : Erg Ras Rich - Erg Ivana

Contemplation du Lever du Soleil

Mise en Mouvement Physique & Energétique

Bon petit déjeuner nomade, et la méharée se remet en route en suivant le pas des dromadaires.

Marche silencieuse.

Vous pouvez cheminer à leur côté ou vous laisser porter pour profiter des merveilleux paysages avec un peu de hauteur sur le dos du dromadaire.

Le midi, repas frais et moment de repos, temps libre et/ou cercle de parole.

En fin de journée à l'approche de Erg Izana installation du camp pour la nuit. Soirée apaisante et purificatrice avec rituel et thé à volonté autour du feu de bois.

Jour 5 : Erg Izana - Lahnanich

Contemplation du Lever du Soleil

Mise en Mouvement Physique & Energétique

Petit déjeuner nomade, et on lève le camp pour une journée supplémentaire de marche dans le désert. Enchaînement de dunes de sable sur le chemin des anciens caravaniers.

Les haltes à l'ombre des tamaris pour se désaltérer avec une bonne orange et les inévitables"kaow-kaow" (cacahuètes) sont des moments de partage intenses surtout lorsqu'on croise des nomades avec leur troupeau.

Le bivouac du soir est installé à Lahnanich dans un cadre mixte de replats et de dunes. Nouvelle nuit passée à la belle étoile.Le lendemain la méharée poursuit son chemin en direction Ras N'Khel.

A midi vous dégusterez une délicieuse salade marocaine, temps de repos ou libre ou cercle de parole.

Proposition de soirée avec rituel et intention, célébrons ensemble le retour à la Lumière et la Joie.

Fin de soirée envoutante autour du feu de bois au son des musiques et chants traditionnels sahraouis avec les Nomades.

Jour 6 : Lahnanich - Bono

Contemplation du Lever du Soleil

Mise en Mouvement Physique & Energétique

Nous savourerons cette dernière étape, les pieds dans le sable chaud. A midi encore une bonne salade marocaine préparée par votre cuisinier dans un bel oasis et petite sieste traditionnelle.

En fin d'après-midi, nous rejoindrons les environs de Bono (dernier campement installé dans le désert ou logement en bivouac fixe).

Proposition de soirée: « Le souffle de la Vie révélera notre Essence »

Jour 7 : Bono – Marrakech

Contemplation du Lever du Soleil

Après notre petit déjeuner, nous ferons notre dernier cercle de parole, fermeture de notre pèlerinage, de remerciements et pratique.

Ce matin-là, une demi-heure de marche et c'est le retour à Bono où nous quittez l'équipe chamelière pour retrouver votre chauffeur qui vous reconduira à Marrakech. Le long de la route, multiples occasions de s'arrêter pour manger, découvrir l'artisanat local des villages traversés ou simplement prendre le thé traditionnel avec vos hôtes de voyage. Repas du soir et logement en Riad dans la Medina;

Jour 8 : Marrakech

Journée libre et transfert à l'aéroport en fonction de l'heure de votre avion. Erg-Izana au Départ de Marrakech



Les Pratiques

Cette Retraite est une ode à ta Présence (HADRA) où les mots tel que déposer, purifier, restaurer, réouvrir, transformer, renaître, revenir à l'Essentiel, au Sacré, à l'Unité, allumer son feu intérieur, se sentir Vivant, Vibrant sont au Coeur de notre Voyage et traversée du Désert

- ★ Contemplation matin & soir
- ★ Cérémonie d'ouverture du Coeur
- ★ Voyage Chamanique
- ★ Eveil du corps physique et énergétique à la recherche de l'harmonie intérieur et avec l'univers (Paneurythmie, divers Qi Gong (Ziran Men, Mehua Quan, lao Tseu...)
- ★ Respiration & Meditatio
- ★ Marche Silencieuse, Afghane ou parlante avec la Caravane Chamelière avec les dromadaires en appui si besoin
- ★ Rituels sacrés liés aux éléments de la Nature.& certains réalisés avec les Nomades
- ★ Immersion dans la Vie Berbère (chants, tambour, danse...)
- ★ Cercle de paroles...

