



LES VOYAGES

La Libre

La Libre Zen : Eveil Spirituel et Yoga à Bali

Du 14 au 25 septembre 2025

La Libre Zen à Bali

La culture balinaise sur l'île est majoritairement hindouiste, les balinais perpétuent encore aujourd'hui leurs traditions et leurs coutumes, comme en témoignent les nombreuses cérémonies hindoues célébrées sur toute l'île.

Les Balinais sont en perpétuelle recherche d'un équilibre dans leur quotidien. Leur vie est influencée par de nombreuses cérémonies pour maintenir l'harmonie dans leur vie, entre famille, environnement et culture.

Depuis des décennies, les habitants entretiennent une relation privilégiée avec la nature. L'eau des montagnes, des lacs, des cascades est considérée comme pure et sacrée.

Les Balinais sont d'une nature enjouée, chaleureuse, et d'une gentillesse communicative. Ils prennent le temps, vivent simplement, dans l'instant présent.

Le riz est présent partout sur l'île avec différentes variations de vert. Il permet de nourrir la population locale avec la récolte tous les 3/4 mois. Les riziculteurs regardent, quand c'est nécessaire, le riz pousser. Certains habitants disent d'eux qu'ils parlent régulièrement au riz, tout en respectant leur rythme d'éclosion.

L'amour de l'art, de la nature et de l'harmonie est au coeur de la vie locale.



Un voyage accompagné

Lida, votre intervenante bien-être



Née d'une passion pour la médecine, la spiritualité et les neurosciences, Lida a développé une approche unique, holistique et intégrative qui considère l'individu dans sa globalité. Son parcours riche et varié l'a conduite à explorer divers domaines tels que le yoga, la méditation, le Pilates, la nutrition et bien plus encore.

En enseignant à travers le monde, Lida combine des techniques innovantes de travail corporel avec diverses méthodes thérapeutiques de transformation et de guérison. Les participants à ses retraites bénéficient d'une approche favorisant l'évolution personnelle et l'épanouissement, tout en explorant de nouvelles cultures et en profitant des moments de joie en groupe.

Grâce à sa maîtrise de multiples disciplines et à son approche intégrative, les retraites de Lida sont reconnues pour leur profondeur et leur capacité à catalyser des changements positifs durables, toujours dans un esprit de joie et de bien-être.



Bien Holistique & Exploration intérieure

Plongez dans un voyage unique, où bien-être, transformation et immersion culturelle se rencontrent. Guidé par Lida, experte passionnée aux multiples disciplines, ce séjour est conçu pour allier découverte de soi et exploration du monde.

Une approche douce et évolutive

Lida met un point d'honneur à adapter chaque moment au rythme du groupe et à l'énergie du moment. Ici, pas de programme rigide, mais une invitation à ressentir, explorer et s'épanouir en douceur. Que vous soyez novice ou initié, ce voyage s'adresse à toutes et tous, avec une approche bienveillante et accessible.

Des ateliers inspirants

Les ateliers s'intègrent naturellement au fil des journées, en harmonie avec les expériences vécues :

- Après la visite de temples sacrés : "Honorer le sacré en nous-mêmes"
- Suite à la rencontre avec le guérisseur : "Comment purifier le corps et l'esprit"
- Exploration du souffle : "Le pouvoir du souffle", une immersion dans la magie de la respiration consciente

Ces thèmes évoluent avec l'énergie du groupe, laissant la place à la spontanéité et à l'intuition de Lida, pour créer une expérience profondément connectée.

Lida s'engage à créer une atmosphère où chacun se sentira invité et non contraint. Il est essentiel de proposer avec douceur et d'accompagner les participants à leur rythme. La flexibilité et la capacité de Lida à sentir les besoins du groupe feront de ce voyage une expérience véritablement transformante, mais toujours légère et joyeuse.



Votre itinéraire

JOUR 1 | Dimanche 14 septembre 2025

Rendez-vous à l'aéroport de Bruxelles-Zaventem et formalités d'enregistrement.

Vol Qatar Airways de Bruxelles à destination de Doha. Départ prévu à 16h35 et arrivée à Doha à 23h45.

JOUR 2 | Lundi 15 septembre 2025

Vol Qatar Airways de Doha à destination de Denpasar. Départ prévu à 02h00 et arrivée à Denpasar à 16h55.

Arrivée à Denpasar et transfert vers **Canggu**.

Installation au **United Color of Bali Yoga**.

Niché dans un cadre paisible, cet établissement à taille humaine vous offrira un séjour placé sous le signe du calme et de la sérénité. C'est l'endroit idéal pour commencer votre aventure de bien-être et de développement personnel.

Dîner et nuitée.



JOUR 3 | Mardi 16 septembre 2025

Vous démarrez votre journée avec une pratique du yoga-pilates animée par Lida.

Après cette expérience, vous pourrez prendre un petit déjeuner à l'hôtel et profitez de votre matinée libre.

Le déjeuner végétarien sera servi dans un succulent restaurant Vegan avec une cuisine locale.

Ensuite, vous bénéficierez d'une séance de réflexologie plantaire. Idéale pour vous remettre du vol et soulager tensions et troubles émotionnels de manière douce et naturelle.

La prochaine étape est le temple de **Tanah Lot**, l'un des temples les plus sacrés de Bali, construit au sommet d'un énorme rocher, entouré par l'océan. Imprégnez-vous de l'atmosphère mystique et admirez le coucher du soleil.

En fin d'après-midi, vous pourrez de nouveau pratiquer un yin yoga méditatif.

Dîner et nuitée au **United Color of Bali Yoga**.



JOUR 4 | Mercredi 17 septembre 2025

Après le petit-déjeuner à l'hôtel, vous partirez pour une excursion au coeur de la campagne balinaise, riche en paysages altérés et en histoire fascinante.

Votre première étape sera le temple **Pura Taman Ayun**.

Fondé par le roi de Mengwi au XVIIème siècle, le temple est composé de trois niveaux de cours spacieuses abritant des rangées de sanctuaires et de pavillons élancés, entourés d'un large fossé.

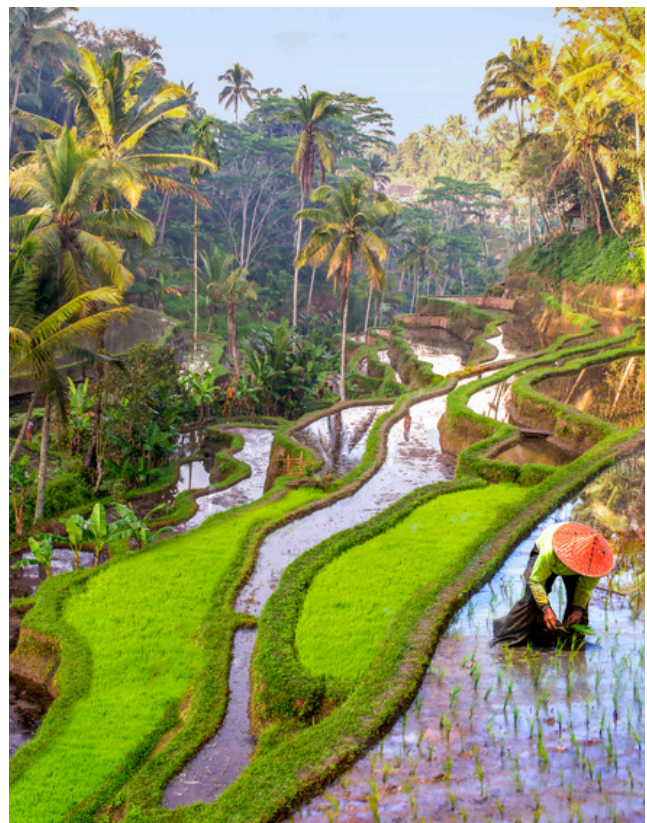
La visite se poursuivra dans les **rizières en terrasse de Jatiluwih**, classées au patrimoine mondial de l'Unesco.

Vous ferez ensuite une balade dans les rizières, d'une durée d'environ 30 à 45 minutes, avant de déjeuner dans un restaurant local de la région de Jatiluwih.

Ensuite, vous continuerez votre route vers Munduk, une région préservée du tourisme, située à 1000 mètres d'altitude entre rizières et montagnes.

Arrivée à l'hôtel et séance de yoga encadrée par Lida.

Dîner et nuitée à l'hôtel **Puri Lumbung**.



JOUR 5 | Jeudi 18 septembre 2025

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Aujourd'hui, partez à la découverte de la région de **Munduk**. Commencez par une magnifique balade au coeur de la forêt primaire bordant **le lac de Tamblingan**.

Durant cette randonnée, vous aurez l'opportunité de découvrir d'immenses arbres centenaires, des fougères géantes, des épices, du gingembre sauvage... Sur le chemin du retour, traversez les eaux sacrées du lac à bord d'une **pirogue traditionnelle**. Sentiment de calme et de sérénité au bord du monde !

Déjeuner pique-nique.

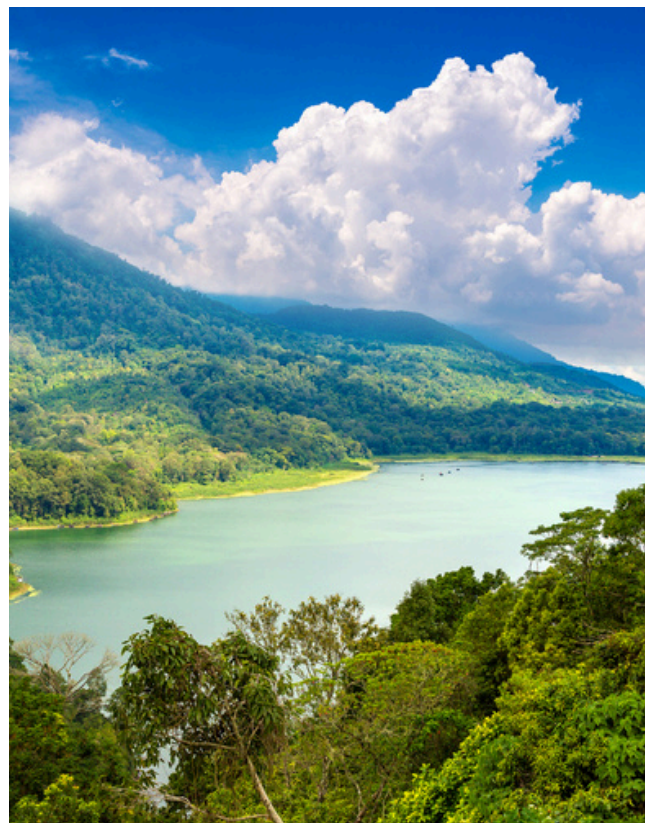
Cap en direction d'**Ubud**, la capitale culturelle et artistique de l'île.

Pour finir cette journée en beauté, un **massage traditionnel balinais** d'une heure vous sera offert.

Le "Pijat Bali", comme on l'appelle localement, est une pratique issue de Bali qui combine différentes techniques pour harmoniser le corps et l'esprit. Relaxant et thérapeutique, ce massage est une expérience inoubliable.

Retour à l'hôtel pour une session de yoga.

Dîner et nuitée à l'hôtel **Sakti Garden Resort**.



JOUR 6 | Vendredi 19 septembre 2025

Après le petit-déjeuner, vous serez transféré au **village de Guliang** pour une **immersion dans la vie traditionnelle balinaise**. Cette visite guidée vous permettra de découvrir le mode de vie traditionnel des villageois, des agriculteurs et leurs activités spirituelles.

Au programme :

- Un accueil chaleureux dans un ensemble de maisons traditionnelles balinaises avec une boisson de bienvenue
- Des activités au Bali House telles que l'offrande balinaise et le tissage de nattes et de feuilles de coco
- Une rencontre avec un guérisseur pour lire les lignes de votre main
- Un déjeuner authentique au milieu des rizières
- Des activités dans les rizières telles que l'enlèvement des mauvaises herbes, la plantation de riz et la cuisine du riz

De retour à l'hôtel, vous pourrez participer à une séance de yoga.

Dîner et nuitée à l'hôtel **Sakti Garden Resort**.



JOUR 7 | Samedi 20 septembre 2025

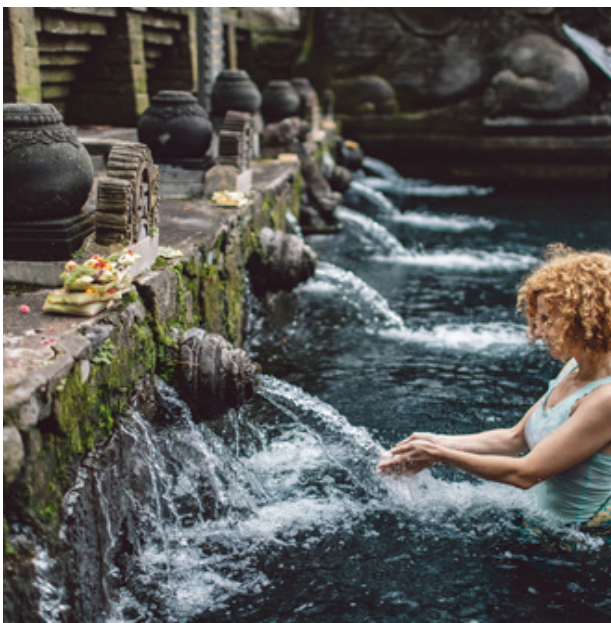
Vos débuterez la journée en pratiquant avec l'intervenante bien-être puis profiterez d'un petit-déjeuner à l'hôtel.

Puis **temps libre** avant de partir déjeuner dans un restaurant local.

Ensuite, vous irez à la découverte du temple de **Tirta Empul** et sa source sacrée (réputée pour avoir des vertus curatives), haut lieu de pèlerinage des balinais hindous. Ce site se trouve dans une nature verdoyante où la source naît... dans l'eau. Les habitants viennent dans ce temple pour réaliser des rituels de purification, dans cette eau sacrée. Vous aurez la possibilité, pour ceux qui le souhaitent, de participer à une cérémonie de purification.

Après-midi consacrée à l'**exploration du centre d'Ubud** et ses boutiques d'artisanat local, pour trouver des souvenirs de Bali et des objets uniques.

Dîner et nuitée à l'hôtel **Sakti Garden Resort**.



JOUR 8 | Dimanche 21 septembre 2025

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Commencez la journée en compagnie d'un chef cuisinier balinaise qui vous guidera à travers un marché traditionnel aux senteurs enivrantes. Puis rendez-vous pour un **cours de cuisine traditionnelle**.

Découvrez les différents ingrédients de la cuisine balinaise, tels que les épices, les légumes et l'huile de coco, et apprenez à préparer des plats traditionnels, comme le gado gado, à base de riz, de tofu et de légumes issus de l'agriculture locale. Que ce soit en pleine nature ou dans une maison traditionnelle, le chef vous dévoilera ses secrets culinaires lors de ce cours de cuisine.

Déjeuner avec les plats que vous avez préparés.

Ensuite, après-midi libre pour profiter des installations de l'hôtel.

En fin de journée, retrouvez votre accompagnante bien-être pour une pratique du yoga.

Dîner en centre-ville et nuitée à l'hôtel **Sakti Garden Resort**.



JOUR 9 | Lundi 22 septembre 2025

Petit-déjeuner à l'hôtel. A l'heure convenue, vous serez transféré jusqu'au port.

Bateau rapide pour **Nusa Lembongan**.

Arrivée à votre hôtel de plage et journée libre. Repas libre.

En fin de journée, retrouvez Lida pour une pratique du yoga.

Nuitée à l'hôtel **Lembongan Beach Club**.

JOUR 10 | Mardi 23 septembre 2025

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Journée et repas libres.

En fin de journée, retrouvez Lida pour une pratique du yoga.

Nuitée à l'hôtel **Lembongan Beach Club**.



JOUR 11 | Mercredi 24 septembre 2025

Le voyage se conclut par une dernière séance de yoga animée par Lida, laissant derrière soi de merveilleux souvenirs à partager à votre retour.

Profitez d'un dernier petit-déjeuner à l'hôtel avant de libérer vos chambres pour 12h.

Déjeuner libre puis transfert vers l'aéroport. Bateau rapide jusqu'au port de Sanur.

JOUR 12 | Jeudi 25 septembre 2025

Vol Qatar Airways de Denpasar à destination de Doha. Départ prévu à 01h05 et arrivée à Doha à 05h40.

Vol Qatar Airways de Doha à destination de Bruxelles. Départ prévu à 09h20 et arrivée à Bruxelles à 14h55.

Prix & Conditions

La Libre Zen :
Eveil Spirituel et Yoga à Bali
Du 14 au 25 septembre 2025

Prix par personne :

Sur base de min. 20 participants

En chambre double : 3720€

Réservation avant le 15/04/2025 : -200€ pp

En chambre single : 4265€

Inclus : Les vols internationaux avec Qatar Airways, aller-retour via Doha | Les taxes aériennes (162€ pp au 19/11/2024) | Un sarong offert pour la visite des temples | Les transferts aéroport-hôtel-aéroport | L'hébergement dans les hôtels mentionnés (ou similaires) | La pension complète du dîner du jour 2 au petit-déjeuner du jour 11 | Les transferts selon le programme | L'encadrement par un intervenant bien-être pendant tout le voyage | L'encadrement par un guide francophone pendant tout le voyage | Les soins, ateliers, massages et sessions de méditations mentionnés au programme | Les entrées pour les visites mentionnées au programme | Accompagnement professionnel de La Libre

Non inclus : Les frais de visa (500 000 IDR, soit environ 35€ pp) | La taxe touristique (10 USD pp) | Les boissons | Les pourboires | Les dépenses personnelles | Les assurances voyage

Condition de paiement : Acompte de 30% à la réservation. Solde à régler au plus tard 6 semaines avant le départ.

Conditions d'annulation :

Jusqu'à 180 jours avant le départ : 100€/personne

Entre 179 et 120 jours avant le départ : 25% du montant du voyage

Entre 119 et 60 jours avant le départ : 50% du montant du voyage

Entre 59 et 45 jours avant le départ : 75% du montant du voyage

Moins de 45 jours avant le départ : 100% du montant du voyage

Formalités : Pour les ressortissants belges : passeport valable au moins 6 mois après le retour + Visa à obtenir à votre arrivée (+/- 35€ pp).

Pour les ressortissants étrangers : merci de vous renseigner des formalités auprès de votre ambassade. La carte de résident ne suffit pas pour voyager à l'étranger.

Informations & Réservation

lesvoyages.be (agence du pôle tourisme d'IPM Group)

Lic 1652, Travel Team Consult And Representative SA

email : contact@lesvoyages.be

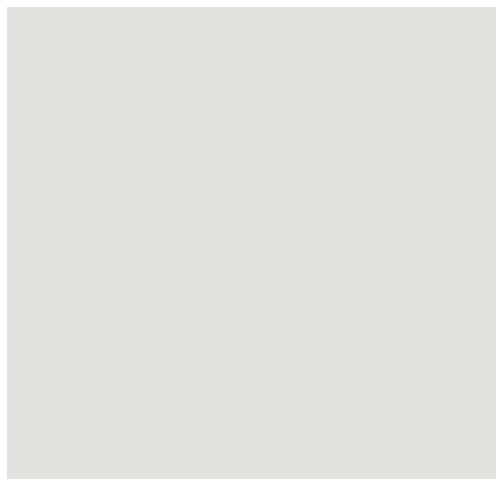
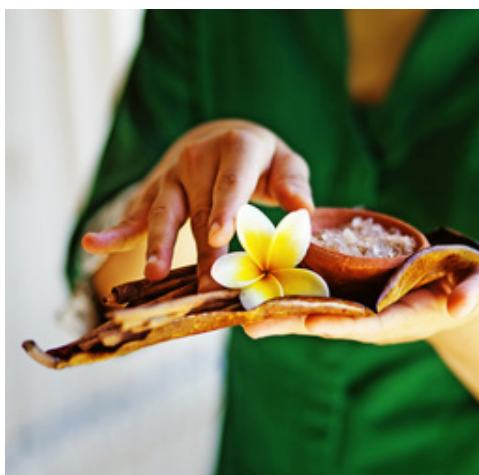
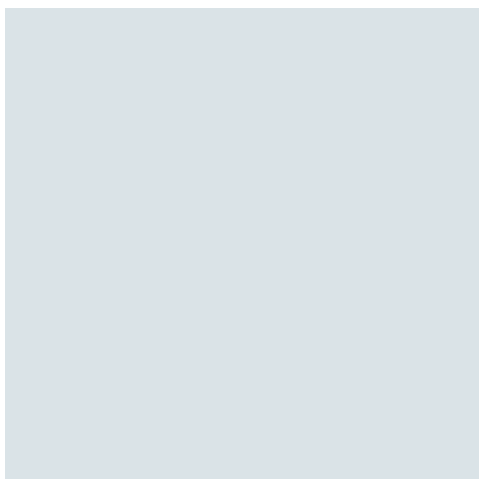
Tel : +32 478 71 04 74

Du lundi au vendredi

Route de Hannut 38, 5004 Bouge (Namur)

Rue des Francs 79, 1040 Bruxelles

Lic. A1652 - TVA 431.861.222



Formulaire d'inscription

La Libre Zen : Eveil Spirituel et Yoga à Bali

Contrat à établir au nom de :

Nom : Prénom :
 Rue : N° :
 Code Postal : Localité :
 Tél.: GSM :
 e-Mail :

Réserve place(s) pour La Libre Zen à Bali du 14 au 25 septembre 2025

	Participant 1	Participant 2
Nom*		
Prénom*		
Date de naissance		
Nationalité		
GSM		
E-Mail		
Allergie(s)/Régime alimentaire		
Contact en cas d'urgence		

**tels qu'indiqués sur les documents d'identité*

Chambre : Chambre double : 3720€ pp Chambre Twin (2 lits) : 3720€ pp
 Chambre single : 4265€ pp
O Réservation avant le 15/04/2025 : -200€ pp

Assurance : Assurance annulation (4% du montant du voyage)
 Assurance multirisque avec extension pandémie (5,76% du montant du voyage)
 Pas d'assurance souhaitée

O Je renvoie **mes documents d'identité ainsi que ce formulaire d'inscription** dûment complété, daté et signé pour accord par mail à l'adresse contact@lesvoyages.be

O Je m'engage à **régler l'acompte de 30% au compte BE51737074885962**, avec la mention "**LLB Bali**", et le solde pour le 1er août 2025 au plus tard.

O Je confirme avoir lu et compris les conditions générales de vente ci-jointes

O J'autorise lesvoyages.be à utiliser mes données personnelles du présent formulaire pour le bon suivi de mon inscription au voyage et j'accepte d'être tenu informé des différents produits ou promotions par e-mail.

Date :

Signature :

Bulletin à renvoyer à

lesvoyages.be (agence du pôle tourisme d'IPM Group)

CONDITIONS PARTICULIERES DE VENTES DE VOYAGES A FORFAIT DE TRAVEL TEAM CONSULT AND REPRESENTATIVE S.A

La loi du 1er décembre 2017, régissant le contrat de voyages à forfait, est d'application pour les présentes conditions particulières de vente. Dans le présent texte, TRAVEL TEAM CONSULT AND REPRESENTATIVE, S.A. est appelé « l'organisateur » et le client est appelé « voyageur ».

1. CONTRAT DE VOYAGES A FORFAIT : INFORMATIONS PAR L'ORGANISATEUR

Les offres de voyages de l'organisateur sont rédigées de bonne foi en fonction des données disponibles lors de la rédaction. L'organisateur se réserve le droit de corriger les erreurs matérielles manifestes dans les informations fournies. Il y a acceptation explicite par les parties pour spécifier que les informations précontractuelles peuvent être modifiées avant la conclusion du contrat. Les informations données par téléphone par les préposés de l'organisateur sont toujours données sous réserve.

2. PRIX ET MODALITES DE PAIEMENT

A l'acceptation par le voyageur du contrat de voyage, un acompte de minimum 30% du prix du voyage total sera demandé au voyageur. En fonction du montant et/ou de la nature du voyage, un second acompte pourra être demandé par l'organisateur. Le solde sera payable au plus tard 45 jours avant le départ du voyage. Les documents de voyage ne seront délivrés qu'après règlement du solde du prix total du voyage.

3. RESILIATION DU CONTRAT DE VOYAGE PAR LE VOYAGEUR

Le voyageur peut résilier le contrat de voyage à tout moment avant le début du voyage à forfait sous réserve de payer à l'organisateur des frais de résiliation fixés forfaitairement comme suit (sauf conditions particulières mentionnées au programme) :

Jusqu'à 90 jours avant le départ : 30 % du prix total du voyage
De 89 à 60 jours avant le départ : 50 % du prix total du voyage
De 59 à 31 jours avant le départ : 75 % du prix total du voyage
De 30 à 0 jours avant le départ : le prix total du voyage

L'annonce de cette résiliation par le voyageur doit parvenir à l'organisateur par lettre recommandée ou par email et prend effet le jour même ou le premier jour ouvrable suivant la date de l'annonce, compte tenu des horaires de bureau de l'organisateur (du lundi au vendredi, jours fériés exclus) en ce qui concerne la détermination de date de résiliation. Lorsque le voyage a débuté, il n'y a plus aucun remboursement possible. Tout voyage interrompu ou abrégé pour quelque cause que ce soit, ne donne lieu à aucun remboursement.

4. RESILIATION DU CONTRAT DE VOYAGE PAR L'ORGANISATEUR

L'organisateur de voyage peut résilier le contrat de voyage à forfait si le nombre de personnes inscrites pour le voyage à forfait est inférieur au nombre indiqué dans le contrat. Dans ce cas, l'organisateur se doit de notifier la résiliation du contrat au voyageur, au plus tard vingt jours avant le début du voyage à forfait d'une durée de plus de six jours ou dans le délai de sept jours avant le début du voyage à forfait d'une durée de deux à six jours.

5. MODIFICATIONS DU CONTRAT DE VOYAGE PAR L'ORGANISATEUR

L'organisateur se réserve le droit d'effectuer des modifications mineures au contrat de voyage dans les limites fixées dans l'article 24 al. 2 et 3 de la dite loi. Conformément aux articles 19 à 23 de la loi relative à la vente de voyages à forfait publiée le 1/12/2017, l'organisateur se réserve le droit de modifier à la hausse ou à la baisse les prix du contrat, après sa conclusion et dans les modalités prévues par la dite loi.

En ce qui concerne des modifications significatives apportées par l'organisateur, le voyageur peut se référer au formulaire d'information standard B des contrats de voyage à forfait pour les modalités éventuelles, art N1 des annexes de la dite loi (document à disposition du voyageur).

6. CESSION DU CONTRAT DE VOYAGE PAR LE VOYAGEUR A UN TIERS

En ce qui concerne la cession du contrat de voyageur par le voyageur à un tiers, le voyageur peut se référer au formulaire d'information standard B des contrats de voyage à forfait pour les modalités éventuelles, art N1 des annexes de la dite loi (document à disposition du voyageur).

7. CARNET DE VOYAGE

Ce document final avant le départ du voyage fait partie intégrante du contrat de voyage. Il contient les dernières mises-à-jour des informations du voyage sauf informations communiquées en toute dernière minute provenant d'une source extérieure à l'organisateur.

Dans ce carnet figureront le nom et le n° de téléphone du responsable auquel le voyageur se référera en cas de problème et/ou de non-conformité.

Le voyageur sera tenu d'accepter que l'ordre dans lequel se dérouleront les visites peut changer par rapport au texte du carnet selon le conseil avisé du guide, au courant des circonstances locales l'exigeant éventuellement.

En ce qui concerne l'hébergement au cours des circuits organisés, sauf indication contraire, les chambres sont réservées en catégorie standard dans les hôtels mentionnés ou similaires. L'organisateur ne peut être tenu responsable d'éventuels inconvénients rencontrés concernant la chambre ou inhérents à la gestion hôtelière de l'établissement choisi. L'organisateur ou son délégué veilleront toutefois toujours à transmettre les demandes spécifiques au préalable et à solutionner les problèmes éventuellement rencontrés lors du séjour.

8. DOCUMENTS DE VOYAGE

Le voyageur doit, au départ du voyage, être en possession des documents nécessaires pour le voyage : passeport en état de validité, carte d'identité en cours de validité, visa, carte de vaccination si nécessaire. L'organisateur ne peut être tenu pour responsable de cette sorte de manquement éventuel.

9. HORAIRES DE VOLS ET SIEGESDANS L'AVION

Les horaires de vols sont communiqués sous réserve de changement par la compagnie aérienne opérant. L'organisateur, recevant du voyageur la demande de pré-réservation de place spécifique dans l'avion, ne peut la garantir formellement. La plupart des compagnies aériennes ne confirment jamais la pré-réservation de sièges dans l'avion et se réservent le droit de modifier toute pré-réservation de sièges à tout moment et sans préavis.

10. CONSCIENCE DES RISQUES

Le voyageur participant à un voyage de groupe doit être conscient, en fonction des informations fournies par l'organisateur, qu'un circuit peut comporter certains dangers dus au hasard mais aussi aux modes de déplacement, à la nature imprévisible, au relief escarpé ou à l'isolement de certaines contrées, aux maladies tropicales, au climat changeant etc. sans que cette liste ne soit exhaustive. Le voyageur a l'obligation de s'informer sur les conditions de santé de la destination.

11. PLAINTES ET LITIGES

Tout litige porté à la connaissance de l'organisateur, par lettre recommandée ou par email dans les 15 jours du retour et ne pouvant être tranché à l'amiable entre parties, sera soumis à la Commission de litiges Voyage ou, si c'est la volonté du voyageur, soumis au tribunal compétent de l'arrondissement judiciaire de Bruxelles de rôle linguistique français.

12. ASSURANCE CONTRE L'INSOLVABILITE FINANCIERE

L'organisateur a souscrit une assurance couvrant ses clients contre sa propre insolvabilité financière auprès du Fonds de Garantie Voyages :



Assuré contre l'insolvabilité financière
par le Fonds de Garantie Voyages,
Av. de la Métrologie, 8B1130 Bruxelles
Tél.+32 (0)2/240 68 00 Fax +32 (0)2/240 68 08
www.gfg.be - mail@gfg.be
Lic Cat A 1652
01/07/2