



**Le chant du désert  
Au cœur du son, du souffle, du silence...et de soi...**

**Une retraite de yoga tous niveaux combinée avec un festival de musique et  
des bains sonores sous les étoiles du désert marocain**

**30 octobre – 8 novembre 2024, sud marocain**



*« La goutte de rosée réfléchit la lumière parce qu'elle ne fait qu'un avec la lumière. Vous reflétez la vie parce que vous et la vie ne faites qu'un » (Khalil Gibran)*

Une semaine hors du temps au cœur d'une oasis de paix aux portes du désert pour se reconnecter à soi et reprendre son souffle. Une expérience immersive en pleine nature avec des pratiques de yoga (posture, méditation et respiration), des bains sonores et des marches.

La découverte de la culture nomade de nos hôtes et du festival solidaire Taragalte qui réunit musique, artisanat, danse en plein air au milieu des dunes de sables et est dédié à la coopération et au partage.

Un séjour hors du commun pour soutenir une démarche durable et une communauté locale qui agit pour préserver son environnement et sa culture.



## Table des matières

1. Le déroulement du stage (programme jour par jour).....	3
2. Les activités du séjour.....	5
3. Le lieu, les repas et le partenaire local, M'hamid Voyages – une approche durable et solidaire.....	11
4. Le matériel à apporter.....	15
5. Passeport et considérations liées à la sécurité et à la culture marocaine.....	15
6. Tarif du séjour.....	17
7. Vols conseillés.....	18
8. Conditions de paiement et d'annulation.....	19
9. Formulaire d'inscription.....	21



## 1. Le déroulement du stage



Le programme suivant figure à titre indicatif. Des modifications pourront y être apportées pour s'adapter à la météo, aux envies et à l'énergie du groupe.

### **Mardi 29 ou Mercredi 30 octobre 2024** Arrivées à Marrakech

Arrivées et temps libre pour visiter Marrakech si vous le souhaitez. La nuit du 30 au 31 octobre est incluse dans le séjour. Des nuits supplémentaires peuvent être réservées à un tarif avantageux si vous voulez arriver le 29 octobre ou plus tôt.

### **Jeudi 31 octobre 2024** Traversée du Haut Atlas

Départ pour Ouarzazate en prenant la route spectaculaire qui traverse le Haut Atlas par le col de Tizi n'Tichka à 2260m d'altitude en passant par les villages berbères. Escales pour profiter du panorama grandiose le long de la route. Diner et nuit à Ouarzazate ou à Aït Ben-Haddou.

### **Vendredi 1<sup>er</sup> novembre 2024** Ouarzazate - Vallée du Draa - Zagora - M'Hamid

Petit déjeuner puis départ pour le désert à travers la vallée du Drâa et ses villages.



Différentes visites possibles sur la route notamment pour découvrir l'histoire de la palmeraie de la vallée du Draa et son recul face au changement climatique et visiter une bibliothèque coranique ancienne ou faire une escale à une échoppe de poterie à Tamgroute, célèbre pour son artisanat.



Puis arrivée au village de M'Hamid où nous nous reposerons un peu dans notre logement prévu juste pour ce 1<sup>er</sup> soir au village avant de rejoindre le festival de musique Taragalte dans les dunes de sable pour son ouverture.



### **Samedi 2 novembre – Mercredi 6 novembre 2024** Festival de musique, Yoga et balades



Le samedi nous rejoindrons notre oasis pour nous y installer pour le reste du séjour sur place et nous vivrons encore au rythme du festival samedi et dimanche avant de revenir au silence du désert et de nous concentrer un peu plus sur la pratique du yoga.

Le rythme, la durée et les horaires des journées et pratiques seront flexibles et décidés entre nous en fonction de l'énergie du groupe, de la température, des marches et autres activités. A titre indicatif, vous pouvez vous attendre à :

- de longues pratiques matinales de yoga comprenant respiration, méditation, pratique posturale tous niveaux (hatha / hatha flow) et relaxation
- des séances dédiées au partage, échanges et discussions autour du yoga (postures, respiration, philosophie) à la mi-journée
- Des relaxations et bains sonores aux bols tibétains et quelques lectures d'histoires, contes et poésie en fin de journée (en dehors des jours du festival).



- Repos, marches guidées dans le désert et dans l'oasis, visite du vieux village (la Kasbah) de M'Hamid
- Une nuit de bivouac en plein désert dans les dunes de sable si la météo le permet (prévoir un sac de couchage chaud et éventuellement un sur-sac coupe-vent)



**Jeudi 7 novembre 2024**      **Départ de M'Hamid pour Marrakech**

Après le petit déjeuner au campement, départ pour Marrakech via Zagora et Ouarzazate. Déjeuner à Ouarzazate puis traversée du Haut Atlas pour rejoindre Marrakech pour la nuit.

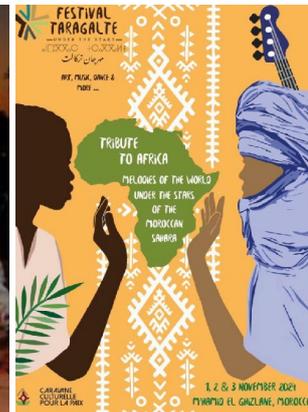
**Vendredi 8 novembre**      **Vols de retour ou prolongation à Marrakech au choix**

La nuit du jeudi au vendredi est incluse dans le séjour mais si vous souhaitez ajouter 1 ou 2 nuits supplémentaires à Marrakech, vous bénéficierez d'un tarif avantageux.

**2. Les activités du séjour**

**Festival de musique Taragalte du 1<sup>er</sup> au 3 novembre 2024**

<https://www.taragalte.org>



Un festival annuel associatif qui se veut le rendez-vous des amoureux de la musique du désert et des nomades. Ce festival réunit musique, artisanat, danse et autres activités. Il se déroule en plein air au milieu des dunes de sable à 1h à pied de l'oasis et 20 mn en véhicule.

Il est dédié à la coopération et au partage et organisé par l'association Taragalte avec le soutien de la caravane culturelle pour la paix. L'association Taragalte pour la culture et le développement durable a pour objectif de célébrer les musiques du monde, de sauvegarder le patrimoine culturel des nomades de la vallée du Drâa, de contribuer à l'amélioration socio-économique de l'Oasis de M'Hamid El Ghizlane et de mettre la lumière sur les nombreuses actions menées au quotidien.



Dirigée par son président et directeur artistique Ibrahim Sbai, l'association est surtout connue grâce à son festival interculturel de Taragalte. Un événement proposé par les natifs nomades pour faire découvrir une région, d'une grande beauté et peu connue, tout en cherchant à construire un univers hors du temps, propre à l'échange et à l'image de ce cadre exceptionnel. À l'écoute de la nature, Taragalte est conçu comme un moment de découverte, de rencontre, de partage, de convivialité et de respect, au sein d'un paysage typiquement Sud-Marocain, dans le dernier grand oasis de la vallée de Draâ.

Le programme de novembre 2024 est encore en cours d'élaboration autour du thème suivant : « L'Afrique à l'honneur – mélodies du monde sous les étoiles du Sahara marocain ». Le pass pour les 3 jours du festival, ainsi que le déplacement sur place soit guidé à pied, soit en véhicule sont inclus dans le séjour.

## Yoga et bains sonores



### Pratiques et type de yoga enseigné pendant le stage

Au cours de ce stage, nous aurons des pratiques posturales de hatha yoga traditionnel et moderne mais nous aborderons également le yoga à travers la respiration, la méditation, le chant de mantras, des moments de silence et d'introspection et des relaxations sonores (« bains sonores »). Des échanges sur la philosophie du yoga, la yogathérapie, des lectures de textes et des bains et ateliers sonores viendront compléter le programme.



Les pratiques auront lieu dans une salle semi-ouverte, sous une tente nomade ou à l'intérieur selon les températures et le vent. Des tapis berbères seront au sol mais prévoyez d'apporter vos tapis de yoga en complément.



Qu'est-ce que le yoga ?

Le yoga est une méthode pour trouver l'équilibre et se (re)connecter à soi-même. Il développe la conscience corporelle en renforçant force, vitalité et souplesse sur le plan physique, mental, émotionnel et spirituel. Par une pratique régulière, le yoga peut nous ouvrir la porte vers un espace plus serein et devenir un chemin menant à la transformation et à la réalisation de soi.



Le yoga trouve ses sources en Inde. Au-delà de la pratique d'une séquence de postures (*asanas*) visant à renforcer et purifier notre enveloppe corporelle, le yoga est aussi un code



de bonne conduite envers soi-même et les autres (*les yamas et niyamas*), le contrôle du souffle ou du prana – notre énergie vitale – à travers des exercices de respiration (*pranayama*) puis un travail progressif de retrait de sens (*pratyahara*) qui en développant la concentration (*dharana*) puis la méditation (*dhyana*) nous guide jusqu'à l'état de *samadhi*, la réalisation de soi, l'éveil, la ré-union avec ce qui est plus grand que nous.



### Votre enseignante de yoga pendant ce stage



Je m'appelle **Gaëlle Laroque** et je suis enseignante certifiée de yoga, yogathérapeute et praticienne diplômée en massages et bains sonores. J'enseigne le yoga depuis plusieurs années à travers des cours hebdomadaires à Genève et Lausanne (et en ligne en complément depuis le COVID), des sessions privées sur mesure (yoga, yogathérapie et massages sonores) ainsi que des ateliers et des stages en Suisse ou à l'étranger.

J'espère partager avec vous et vous transmettre ma passion pour le yoga et le son, ainsi que pour des séjours au plus proche de la nature avec une approche de tourisme durable, éthique et éco-responsable.





Je pratique le yoga depuis plus de 20 ans. Je suis certifiée par l'Alliance internationale des enseignants de yoga (@E-RYT500) et diplômée de l'Institut de yogathérapie (IDYT) du Dr. Coudron. Je suis également diplômée de l'Institut Phoenix d'Yverdon comme herzthérapeute pour donner des soins sonores individuels et collectifs avec les bols tibétains planétaires. J'utilise également d'autres instruments (bols de cristal, carillons, zenko etc.) dans les soins individuels et relaxations sonores de groupe (ou « bains sonores »).



Je vous guide dans des pratiques vous permettant de vous reconnecter à votre corps et votre souffle pour calmer l'agitation incessante du mental. J'aspire à vous aider à découvrir les différentes facettes et outils du yoga et à trouver une pratique qui vous convienne et que vous puissiez vous approprier d'où le concept de **Nomad Yoga** «Un yoga pour tous, à emporter partout avec soi » [www.mynomadyoga.com](http://www.mynomadyoga.com)

Je crois profondément en l'effet transformateur du yoga dans nos vies et à sa dimension thérapeutique : un yoga de la guérison et de la transformation émotionnelle et physique (pourvu qu'il soit pratiqué de manière adapté et avec régularité sous la guidance d'un enseignant qualifié).



## Marches et temps de repos



Notre guide local nous fera visiter les environs à travers des marches dans l'oasis et le village de M'hamid, ainsi que dans le désert à proximité.



Sous réserve de la météo, un bivouac d'une nuit en plein désert sera organisé au courant du séjour pour vous permettre de vivre cette expérience unique. Les dromadaires nous assisteront pour le transport du matériel (y compris des matelas – confort garanti jusqu'au bout de monde ☺) et vous aurez la possibilité de faire l'expérience d'une marche à dos de dromadaire à ce moment-là si vous le souhaitez.





Pendant le temps libre, vous pourrez vous reposer sous la tente berbère, dans le hamac ou vous promener dans l'oasis ou dans les dunes de sable aux environs. Le soir, nos hôtes nous proposeront des moments de musique et d'ambiance autour d'un feu.



### **3. Le lieu, les repas et le partenaire local, M'hamid Voyages – Une approche durable et solidaire**

**Un projet local, durable, et solidaire**





Mhamid Voyages est une « agence » locale, créée par deux frères nomades, Abbas (à droite sur la photo) et Mahjoub (à gauche). Avec le 3<sup>ème</sup> et le plus jeune de leur frère, Fayzal, ils nous accueillent chez eux dans l'oasis où eux-mêmes et leurs parents ont toujours vécu, une oasis qui à l'époque était verdoyante et pleines de champs et de cultures.

Aujourd'hui l'oasis recule face à l'avancée du désert et l'abandon par beaucoup d'habitants de leurs maisons et leurs terres qui ne sont plus cultivables à cause du dérèglement climatique (manque d'eau, avancée du désert et températures insoutenables les mois d'été). Abbas et Mahjoub ont engagé un projet de tourisme durable pour sauver une partie de



l'oasis : ils replantent, ils cultivent, ils déblaient le sable et ils cherchent peu à peu à aménager les lieux d'une manière toujours plus respectueuse de leur environnement. Votre séjour leur permet de continuer et de faire vivre toute une communauté locale qui refuse de participer à un tourisme de masse dans le désert qui nuit sérieusement à l'environnement et à leur mode de vie ancestral (quad, AX4, hôtels avec piscine). Malheureusement, ils ne reçoivent aucun soutien des autorités marocaines, dont l'approche est différente.

Mhamid Voyages est donc destinée à promouvoir un tourisme éthique et durable. Partir avec Mhamid Voyages est la garantie de vivre une expérience authentique proche de la culture et des nomades, qui vous donneront ce petit supplément d'âme qui rendra votre voyage dans le désert inoubliable et vous donnera l'envie irrépressible d'y revenir !

Partir avec Mhamid Voyages c'est aussi l'assurance d'avoir des guides, cuisiniers, chameliers qui ont grandi dans cette partie du désert et qui en sont amoureux et respectueux. Ils se battent pour le préserver et auront à cœur de partager leurs connaissances avec vous et de vous faire découvrir leur culture.

### **Le lieu : des bungalows privés confortables en terre**

Pour les 3 frères, c'est un campement. Le campement de M'hamid est simple, confortable et accueillant. Le campement conserve l'esprit du désert, le silence, la proximité des dunes, loin de toute pollution sonore et lumineuse, tout en alliant confort et modernité.

En fait, c'est bien plus qu'un campement : nous ne dormons pas sous tente mais dans des petits bungalows privés (2 à 3 personnes par bungalow) avec des lits confortables. Draps et couvertures sont fournis, ainsi que linges de bain. Les bungalows sont construits de manière traditionnelle, en terre, pour garder la chaleur à l'extérieur et la fraîcheur à l'intérieur aux heures les plus chaudes de la journée, et pour vous tenir suffisamment au chaud pendant les nuits fraîches.



Il y a un bloc de salle de bain partagées avec 3 WC et 3 douches avec de l'eau chaude. Il n'y a pas de restrictions sur l'utilisation de l'eau pour les douches mais nous vous encourageons à modérer votre consommation d'eau compte tenu de l'environnement désertique et du manque d'eau.

L'électricité est fournie par des panneaux solaires. La propreté et l'hygiène sur place sont irréprochables. Il n'y a pas de Wifi et la connexion au réseau téléphonique est aléatoire : de quoi vous déconnecter pour de bon ! (mais il y aura un numéro disponible en cas d'urgence bien sûr).



Un coin de feu et une tente berbère seront dédiés aux repas et temps de repos. Vous serez libre d'aller vous promener aux alentours par vous-même pour profiter de l'oasis ou des premières dunes de sable qui se situent à deux pas du campement.





### Les repas



Les repas seront pris à la nomade sur des tapis et coussins colorés, dehors sous les étoiles près d'un feu, sous la tente commune ou dans la maison principale. Les repas seront préparés à base de produits frais locaux par un cuisinier. Le traditionnel thé marocain vous sera servi tout au long du séjour.



Au moment de votre inscription, vous choisirez entre un menu végétarien ou un menu avec viande pour tout le séjour.



Merci de signaler également toute allergie ou intolérance. Il est possible de prévoir des menus sans gluten en cas de besoin mais sachez que vous aurez alors des aliments importés de l'étranger en remplacement du pain local et des biscuits notamment.



#### **4. Le matériel à apporter**

Dans le désert, il fait doux de l'automne au printemps selon la période : dans la journée 15° à 35° et le soir entre 0° et 15°. Il peut donc faire assez froid la nuit. En novembre, il fera bon en pleine journée (25°) et frais la nuit (8°). Prévoyez d'apporter tout le matériel dont vous aurez besoin car nous serons dans le désert sans possibilité de faire des achats complémentaires sur place.

##### *Yoga*

- Tapis de yoga (il y en a quelques-uns de disponibles sur place mais peu...)
- Vêtements de yoga (shorts et débardeurs OK pour le yoga mais autrement éviter les vêtements trop dénudés : pour les balades et visites, ainsi qu'en journée, prévoir des tshirts avec manches et pas de shorts trop courts, ni de dos nus – tuniques et pantalons amples seront l'idéal)
- Optionnels : Bloc(s), courroie (à prendre en particulier si vous débutez ou si vous savez que vous en avez besoin) – nous aurons des coussins nomades à disposition.

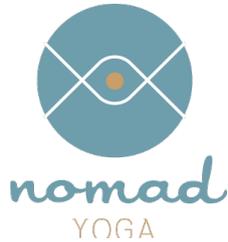
##### *Randonnées et vie dans le désert*

- Chaussures de marche basses et légères & sandales pour le campement
- Vêtements de randonnée et pull/doudoune et habits chauds pour le soir/la nuit
- Tunique légère avec manches courtes ou longues
- Chapeau/ foulard/ chèches en vente sur place si besoin (écharpe de nomade) pour le soleil et le sable en cas de vent
- Sac de couchage pour la nuit de bivouac dans le désert & Lampe de poche/ frontale
- Lunettes de soleil
- Trousse de pharmacie usuelle avec tout le nécessaire
- Lingettes hygiéniques si besoin pour la nuit de bivouac dans le désert
- Bouteille/gourde d'1 litre minimum pour les marches (éviter le plastique si possible)

#### **5. Passeport et considérations liées à la sécurité et la culture marocaine**

##### **Passeport**

- Un passeport en cours de validité est impératif pour entrer au Maroc : une carte d'identité ne suffit pas.
- Si vous êtes de nationalité suisse ou française, il n'y a pas besoin de visa.
- Vous aurez besoin de l'adresse du campement pour remplir votre fiche d'entrée au Maroc en arrivant à l'aéroport de Marrakech. La voici :



**Mhamid Voyages**  
**Soubai 131, M'Hamid Center**  
**Mhamid 47402 Maroc**

**Securité** - La sécurité au Maroc est bonne et il n'y a pas d'inquiétudes à avoir. Néanmoins, il peut parfois y avoir des incidents ou des accidents de la route. Les incidents impliquant des groupes terroristes sont eux extrêmement rares et nous n'irons à aucun moment dans des zones à risque. Mhamid se situe d'ailleurs à proximité d'un camp militaire marocain et la zone est donc parfaitement sécurisée. Néanmoins, nous vous conseillons par précaution de prendre une assurance voyage en cas de problème d'ordre médical notamment et de vous munir des coordonnées de votre consulat au cas où.

Ambassade de Suisse

Square de Berkane

10020 Rabat

Téléphone central +212 537 26 80 30

[rabat@eda.admin.ch](mailto:rabat@eda.admin.ch)

Prestations consulaires [rabat.chancellerie@eda.admin.ch](mailto:rabat.chancellerie@eda.admin.ch)

Permanence téléphonique Chancellerie +212 537 26 80 30/31 (pas de visa)

Consulat de Suisse à Marrakech

Résidence «Centre d'Affaires Victor Hugo»

+212 808 56 88 11 [marrakech@honrep.ch](mailto:marrakech@honrep.ch)

**Considérations culturelles** - Le Maroc est un pays de religion musulmane. Dans les petits villages reculés, tels que M'hamid, l'attitude reste assez traditionnelle et conservatrice contrairement aux grandes villes comme Marrakech. Le Ramadan est une période particulière où le respect de la culture locale revêt encore plus d'importance que d'ordinaire. Nous vous demandons donc d'éviter de porter des habits dénudés hors du campement (shorts courts et tshirts sans manches ou dos nus).

Merci également de prendre en compte le fait que tous les marocain.e.s que vous rencontrerez pendant le séjour auront accumulé une grande fatigue pendant les premières semaines du jeûne du ramadan. N'oubliez pas qu'ils ne peuvent ni boire, ni manger avec nous même s'ils nous prépareront et nous serviront nos repas. Evitez donc de leur proposer de manger et boire avec nous (en particulier le thé qui vous sera systématiquement proposé et servi dans la tradition séculaire) : remerciez les tout simplement pour leur accueil. Et ne vous vexez pas s'ils ne sont pas prolixes de paroles : parler donner soif et dans le désert, c'est un réel défi de passer des journées sans boire...encore plus lorsque l'on accueille un groupe de voyageurs et que l'on aime partager avec eux.



Pensez également à garder en tête que les relations hommes-femmes ne sont pas aussi libérales que chez nous. Il est parfois facile de créer un malentendu et il peut arriver que des hommes « tentent leur chance » avec une femme occidentale (l'inverse est plus rare). Si jamais, vous faites face à un comportement que vous estimez déplacé ou que vous êtes tout simplement mal à l'aise par quoi que ce soit pendant le séjour, merci de me le signaler afin que cela ne gêne pas votre séjour, ni celui d'une autre personne. Nos hôtes sont informés et aucun incident de ce genre ne devrait se produire mais au cas où, sentez-vous parfaitement à l'aise d'aborder le sujet avec moi en privé.

Enfin, donner un pourboire à toute personne rendant un service est une tradition bien ancrée au Maroc : nous nous sommes arrangés pour limiter cette pratique au minimum pendant votre séjour pour ne pas vous incommoder mais si vous êtes satisfait du séjour, n'oubliez pas de laisser un pourboire à nos hôtes...ainsi qu'à d'autres personnes qui pourraient vous rendre service pendant la semaine.

## **6. Tarif du séjour (Vol pour Marrakech non inclus)**

	<b>Tarif réduit Early bird valable jusqu'au 15/09/24</b>	<b>Tarif plein</b>
<b>Total</b>	<b>1600 CHF</b>	<b>1750 CHF</b>
Séjour (nuitées, repas, transport, marches et visites guidées )	890 CHF	890 CHF
Yoga, bains sonores & organisation, encadrement + Pass 3 jours Festival Taragalte	710 CHF	860 CHF

Le tarif réduit early bird est valable pour les inscriptions confirmées avant le **15/09/24**.

Si vous avez manqué le tarif réduit mais que vous rencontrez des difficultés financières, un rabais peut être possible sur demande selon le nombre de participants inscrits au moment de votre demande. Le paiement du stage peut aussi se faire en plusieurs tranches.

Enfin, n'hésitez pas à me contacter pour un prix en euros si vous résidez hors de Suisse compte tenu de l'évolution du taux de change.

### **Inclus dans le prix**

- Logements : 2 nuits à Marrakech / 1 nuit à Ouarzazate ou Ait Benhaddou / 6 nuits à M'hamid
- Transport : Transfert de Marrakech à M'Hamid aller-retour en minibus privé avec un chauffeur/guide et transport local à Mhamid
- Pension complète - Tous les repas (petits déjeuners, déjeuners et diners) à M'Hamid ainsi que l'eau minérale à volonté et le thé au campement.
- Pass de 3 jours pour le festival Taragalte
- Encadrement par des guides locaux expérimentés et par une équipe locale (cuisiniers, chameliers etc.) si le bivouac a lieu
- Sessions de yoga, méditation, respiration et bains sonores et conseils et encadrement personnalisé pendant tous les séjours

#### **Non inclus**

- Transport de votre domicile à Marrakech et les éventuelles nuits supplémentaires à Marrakech
- Assurance de voyage et autres assurances
- Sac de couchage pour la nuit de bivouac dans le désert
- Boissons non incluses et dépenses personnelles; éventuels repas ou boissons sur le site du festival de musique
- Pourboires pour les guides locaux (prévoir 60 à 100 CHF de pourboire pour nos hôtes de M'hamid Voyages et 10-20 CHF pour d'autres pourboires selon les visites que nous ferons)

### **7. Les vols conseillés pour le séjour**

Vous êtes libres de réserver les vols de votre choix à condition d'être à Marrakech au plus tard le 30 octobre au soir (sinon vous devrez payer un taxi pour nous rejoindre jusqu'à M'Hamid par vous-même). Au retour, vous pouvez réserver un vol à l'horaire de votre choix le vendredi 8 novembre ou choisir de prolonger à Marrakech si vous le souhaitez. Si vous prolonger à Marrakech à l'aller ou au retour et souhaitez loger au même hôtel, nous pouvons nous occuper de vous réserver les nuits supplémentaires à un tarif avantageux si nous sommes informés à l'avance et que la disponibilité du Riad le permet. Vous ferez le paiement des nuitées supplémentaires sur place à votre arrivée auprès du Riad.

#### **Si vous résidez en Suisse**

Si vous préférez voyager en groupe, voici les vols que je vous recommande et que je prendrais moi-même en principe :



- Aller mardi 29/10 avec SWISS – vol direct LX2200 Départ 14h40 Arrivée 17h55 (prévoir 1 nuit supplémentaire à Marrakech)
- Retour 08/11 : Vol Swiss LX88115 puis LX2808 par Zürich (Départ 12h20 Arrivée 17h35).

L'aller-retour recommandé est à **341 CHF A/R en classe Economy Classic** avec franchise bagage de 23 kg sur le site de Swiss au moment de la préparation de cette brochure (juin 2024).

Si vous prolongez à Marrakech pour le week-end, il y a un vol direct avec Swiss le dimanche 10 novembre (Départ 08h05 Arrivée 11h20)

Je recommande Swiss pour leur ponctualité et fiabilité et je prends moi-même Swiss pour un transport plus sécurisé des bols tibétains et autres instruments pour les bains sonores. Cependant, il y a également des vols Easyjet Genève-Marrakech qui peuvent être intéressants pour vous : à l'aller mardi 30/10 14h50 arrivée 18h05 et au retour vendredi 08/11 à 10h15 ou 16h25, Samedi 9 et dimanche 10/11 à 9h50. En général, les prix avec bagages inclus sont équivalents entre les 2 compagnies mais Swiss est plus souple sur les formats et poids des bagages.

## **8. Conditions de paiement et d'annulation**

- Acompte de **600 CHF** à payer au moment de l'inscription puis paiement du solde en 1 ou plusieurs fois au choix par virement bancaire (coordonnées bancaires ci-dessous). L'inscription n'est confirmée qu'une fois le paiement de l'acompte effectué. L'acompte est non remboursable.
- Le solde doit avoir été intégralement payé au plus tard 4 semaines avant le départ soit le 2 octobre 2024. En cas d'inscription ultérieure à cette date, le paiement intégral est exigé à l'inscription.
- Le stage est garanti à partir de 6 inscrits. En cas d'un nombre insuffisant d'inscrits, le stage peut être annulé. Dans ce cas, les paiements déjà effectués seront reversés à l'exception d'une éventuelle rétention de 100 à 150 CHF pour couvrir les frais administratifs qui seront réduits au minimum. En cas de report du stage à une date ultérieure suite à des restrictions sanitaires (COVID) ou autre situation exceptionnelle, les participants auront le choix d'être remboursés (avec une éventuelle rétention de 100 à 150 CHF en cas de frais administratifs) ou de maintenir leur inscription pour les nouvelles dates.



- En cas d'annulation, remboursement uniquement en cas de liste d'attente ou en proposant un(e) remplaçant(e) et avec une retenue de 150 CHF. Si l'annulation est causée par un problème médical attesté par un certificat, nous vous invitons à vous faire rembourser par votre assurance. Néanmoins, si le nombre de participants inscrits au stage le permet, je ferais de mon mieux pour vous rembourser tout ou partie des frais d'inscription.

## Formulaire d'inscription

**Retraite « Le chant du désert »**  
**Yoga, festival de musique, marche et bains sonores**  
**30 octobre – 8 novembre 2024, Mhamid El Ghizlane, Maroc**

### 1. Informations personnelles

<b>Participant</b>	<input type="checkbox"/> Mme	<input type="checkbox"/> M.
NOM, Prénom		
Tel. portable		
E-mail		
Adresse		
Date de naissance (jj/mm/aaaa)		
Expérience de yoga ? (durée, niveau, type de yoga)		
Problèmes de santé ou blessures à signaler ?		
Choix du menu pour le séjour (normal avec viande/ Végétarien)		
Allergies ou intolérances alimentaires		

Je souhaite que mon email soit ajouté aux carnet d'adresse de Nomad Yoga :

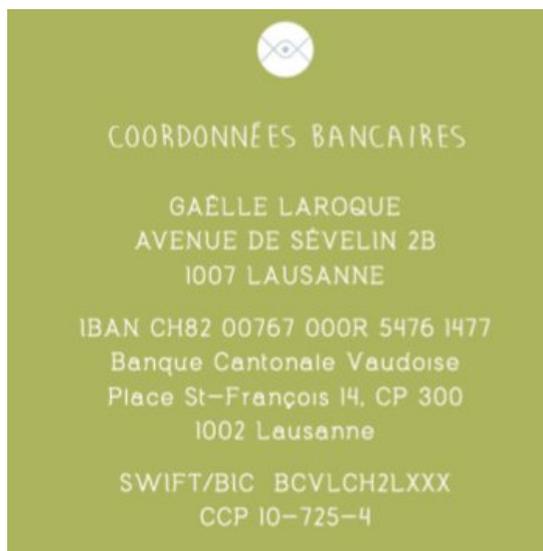
Oui

Non

déjà inscrite

### 2. Conditions générales

- J'ai pris connaissance des détails du séjour dans la brochure détaillée.
- J'assume l'entière responsabilité des risques, blessures, dommages et pertes qui pourraient être encourus durant le stage.
- Je suis conscient que la pratique du yoga, tout comme celle de la randonnée dans le désert, exige un effort physique qui peut parfois être exigeant. Je confirme que je ne souffre d'aucune condition médicale qui empêcherait ma participation sans risque au stage. Je confirme avoir déclaré ci-dessus toute information médicale importante à prendre en compte par la professeure de yoga au cours du stage.
- J'autorise les organisateurs à produire et utiliser les images prises lors du stage sur leurs sites internet et autres publications publicitaires, promotionnelles et d'information ou exposition étant entendu que Nomad Yoga s'engage à ne pas utiliser intentionnellement d'image susceptible de nuire à ma dignité et à ma vie privée.
- Je m'engage à payer l'acompte de 600 CHF dans les plus brefs délais afin de confirmer mon inscription et à régler le solde dans les délais indiqués et au plus tard le 2 octobre 2024 par virement bancaire sur le compte bancaire ci-dessous.



Par ma signature, j'accepte dans leur intégralité les conditions du stage décrites dans la brochure détaillée du stage et ci-dessus.

Date :

Signature :

***Merci pour votre inscription. Je me réjouis de partager cette aventure unique avec vous !  
Gaëlle***