Weekend Digital Detox : Yoga, Danse et Méditation à Ambohimanga - Avec Joanne



Jours:	2
Prix:	60 EUR Vol international non inclus
Confort:	★★★★★
Difficulté:	★★★☆☆

Sport et activités en plein air
Yoga et méditation
Charme et bien-être

Déconnexion et digital Detox

Retrait Yoga, Perceptions et visualisations créatrices

Nous avons le plaisir de vous convier à cette nouvelle édition de nos Weekends dédiés à la déconnexion et au bien-être, organisé avec **Joanne, professeure de Yoga spécialisée en Kundalini Yoga** et Fondatrice du Mojo Om Studio à Antananarivo.

Nous serons de nouveau accueillis pour notre plus grand plaisir par **Anja et Lau**, initiateurs du **projet de la Ferme d'Ambohimanga, micro-ferme en permaculture**, dans cet écrin de verdure luxuriant, au pied de la **colline sacrée d'Ambohimanga**. Une véritable **oasis irradiant d'énergies positives**, à seulement quelques kilomètres de Tana, l'endroit idéal pour une pause rafraîchissante dans nos quotidiens souvent effrénés et hyper-connectés, une bouffée d'air frais à l'extérieur des avenues saturées de la capitale.

Elle vous proposera au cours de ce weekend un **programme bien-être complet**, avec des séances de **yoga**, **de danse en nature**, ou encore de **méditation en mouvement**.

Le thème de cette mini-retraite est la **Déconnexion et la Digital Detox** : nous vous proposerons donc de déposer vos téléphones dans une boite prévue à cet effet le temps du weekend, afin de profiter au mieux des activités proposées en lien avec cette thématique, des rencontres, des échanges et de la luxuriance des jardins de la **Ferme d'Ambohimanga**.

Des temps libres et des ateliers sur la ferme vous seront offerts chaque jour, vous permettant de bénéficier du site pour vous détendre, mettre les mains dans la terre, et mettre à profit ce moment de déconnexion numérique pour vous reconnecter à la terre, aux autres, et à vous-même.

Ce weekend est aussi l'occasion idéale de **booster votre système immunitaire** en cette période particulière. Afin de vous proposer un séjour dans les **meilleures conditions de sécurité sanitaire**, à la fois **pour vous, nos équipes, nos partenaires et pour les populations locales**, nous nous engageons à respecter et à faire respecter les mesures suivantes :

- **Port du masque obligatoire pour tous** (à la charge des personnes concernées) ;
- **Respect des gestes barrières** et de la distanciation sociale pour tous : à bord des véhicules de tourisme, durant les activités, dans les hébergements, dans les villages…
- **Lavage des mains régulier** et avant chaque montée à bord de nos véhicules, avant chaque repas ;
- **Nettoyage complet de nos véhicules** avant et après chaque voyage ;
- **Information et sensibilisation** des voyageurs, de l'ensemble du secteur touristique et des populations locales aux gestes barrières.

Nous avons également pris le soin de **préparer le terrain, en collaboration avec les Maires et Chefs Fokontany des communes visitées**, afin d'anticiper l'arrivée des voyageurs, rassurer, permettre un suivi des mobilités, et faire en sorte que votre séjour se déroule dans les meilleures conditions, tout en assurant la sécurité sanitaire de chacun.

Jour 1. RDV à la Ferme d'Ambohimanga : Déconnexion, Yoga et Méditation en Mouvement



Ferme d'Ambohimanga

- Pour les personnes ne disposant pas de leur propre moyen de transport, nous pouvons organiser **votre transfert aller-retour**, depuis un point de RDV en **centre-ville d'Antananarivo, jusqu'au site de la Ferme d'Ambohimanga** *(en supplément, sur réservation)*.

  Le départ depuis le point de RDV défini en centre-ville est **à 07h00 du matin (RDV à 06h45).**

  Il vous est aussi possible de vous rendre à la Ferme d'Ambohimanga **par vos propres moyens, en voiture, covoiturage, moto, bus, ou même en vélo pour les plus motivés !!**

- Pour les personnes qui se rendent à la Ferme d'Ambohimanga par leurs propres moyens, **le RDV est à 08h00 du matin à Ambohimanga**.

  Joanne, notre **instructrice**, ainsi que **Anja et Lau**, à l'origine du **projet de la Ferme d'Ambohimanga, micro-ferme en permaculture**, vous accueilleront sur place à partir de 08h00.

  Anja et Lau en profiteront vous faire découvrir le site, leurs activités et leurs projets, lors d'un **petit tour de ferme**.

- **08h00**: Arrivée à la ferme

  08h00 à 08h45: **Pot d'accueil**: visite de la ferme permacole

  Au programme : **08h45 à 10h30: Kundalini yoga**:

  - Cercle d'introduction
  - **Kryia** pour s'éveiller de vos 10 corps
  - **Meditation** Indra Nittri: puissante méditation pour développer l'intuition, la claire voyance et la radiance.

  10h30 à 11h00: Petit Déjeuner

  11h00 à 12h30: Ateliers d'éveil aux corps énergétiques et au monde subtile

  12h30 Déjeuner

  13h30 à 16h00 :Temps libre, balade, activité permaculture: avec possibilité de faire un peu de **jardinage, cuisine**... selon les envies et le rythme de chacun., mandalas...

  16h à 17h30: Gentle Vinyassa flow pour l'ouverture du cœur **17h30 à 18h00: Méditation guidée pour la prospérité** (Kundalini yoga) **18h00: Feu de camps avec l'apéro dinatoire** ambiance musicale et détente

  Les repas vous seront préparés par nos hôtes à partir des **produits bio et frais de la ferme**, avec **possibilité de menu végétarien** (*prévenir à l'inscription du choix du menu*).

  Une **soirée autour du feu de camp** nous permettra d'échanger sur cette première journée, de danser, de faire des jeux... selon les envies du groupe et du moment !

- Nous passons la nuit sous tente directement sur place (*tentes et matelas fournis, prévoir un duvet chaud*). Accès aux sanitaires à l'intérieur de la maison

  Pour les plus frileux-ses, une option pour passer la nuit en intérieur peut être proposée (type hébergement chez l'habitant situé à proximité, sur des matelas confortables au sol, en dortoir) (*sur réservation, en sus*).

Petit déjeuner	Ferme Permacole d'Ambohimanga
Déjeuner	Ferme Permacole d'Ambohimanga
Dîner	Ferme Permacole d'Ambohimanga
Hébergement	Ferme Permacole d'Ambohimanga

Jour 2. Au cœur d'un jardin d'Éden, Yoga Kundalini et Vinyassa



Ferme d'Ambohimanga

- ***Buffet sucré-salé à disposition tout au long de la matinée***

  07h00 à 09h00: Kundalini Yoga:

  - Kryia pour renforcer le champ magnétique
  - Pranayam
  - Méditation pour la créativité

  09h00 à 10h00: Petit déjeuner

  10h00 à 11h00: Biodanza

11h00 à 12h00: Ateliers de visualisations créatrices, lâcher prises, alignement à notre vrai raison d'être.

12h00: Déjeuner

13h00 à 15h00: Temps libre aux choix: sieste, jardinage,permaculture avec Anja et Lau, mandalas...

15h00 à 16h00: Vinyassa flow pour la fondation solides.

16h30: Méditation et cercle de clôture pour partager et échanger sur ce weekend de déconnexion.

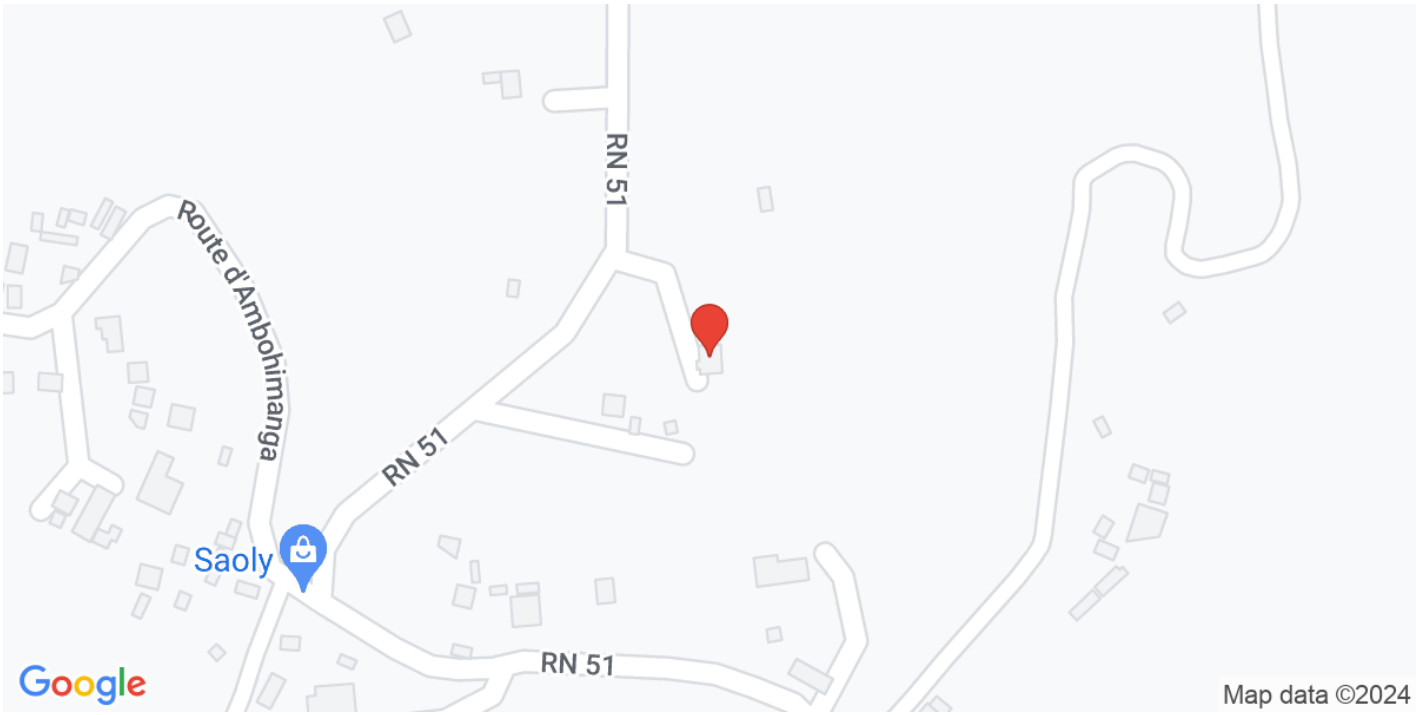
Le retour en ville est prévu à partir de 16h30 : nous pouvons assurer le transfert à la demande, pour les personnes n'ayant pas de moyen de transport (*en supplément*).

Nous vous attendons nombreux-ses pour ce premier Weekend Digital Detox, Yoga, Danse et Méditation à Ambohimanga !

PS : Le programme pourra être légèrement réorganisé et condensé, en fonction de l'évolution des consignes gouvernementales liées au COVID-19, pour permettre de terminer en début d'après-midi si nécessaire.

Petit déjeuner	Ferme Permacole d'Ambohimanga
Déjeuner	Ferme Permacole d'Ambohimanga

Carte itinéraire



Tarif par personne pour un circuit privatisé

8-8
60 EUR

Inclus

- Les activités bien-être proposées par les 2 instructrices : Yoga, Danse en nature, Méditation en mouvement,
- L'hébergement sous tente en bivouac sur place (tente et matelas fournis, prévoir un duvet bien chaud), avec accès aux sanitaires dans la maison (douche au seau avec eau chaude, WC classique) - option possible en intérieur pour les frileux sur des matelas confortables au sol, en dortoir,
- La Pension Complète, du petit-déjeuner du J1 au Brunch du J2, avec tisanes et fruits mis à disposition tout au long du weekend,
- La soirée feu de camp avec apéritif autour du feu,
- Les frais d'agence Détours Madagascar, incluant logistique, services et assistance avant et pendant le weekend.

Non inclus

- Le transport aller/retour depuis le point de RDV en centre-ville > Ferme d'Ambohimanga > Point de RDV centre-ville (en supplément + 100 000 Ar par personne aller-retour, sur réservation),
- Les tapis de Yoga (apportez le vôtre si possible, possibilité d'en prêter en plus, sur réservation),
- Le duvet (apportez le vôtre si possible, possibilité d'en prêter un en plus pour les frileux, sur réservation),
- Le dîner du J2,
- Les activités en extra ou non mentionnées au programme,
- Les boissons en extra (eau minérale, sodas, bière...) pendant et en-dehors des repas,
- Les pourboires et dépenses personnelles,
- Les assurances annulation, rapatriement et frais de premiers secours.
- Les frais de visa si nécessaires.

Informations supplémentaires

Détours Madagascar est une société de tourisme de droit Malagasy,
Titulaire de la Licence B Tour Operator, N° 061-13/Minitour
Titulaire de la Licence A Agence de Voyages, N° 062-17/Minitour

Enregistrée au registre du commerce d'Antananarivo : RCS 2013B00700,
NIF : 5 001 418 979 - N° STAT : 79110 11 2013 0 10890
Assurances Responsabilité Civile Professionnelle : ARO Assurances Police N° : 619970, Assuré N° : B 7343

Conditions générales de vente

Modalité d'inscription

Toute demande d'inscription doit être effectuée par e-mail auprès de **Détours Madagascar** ou directement en ligne depuis l'Espace Client accessible depuis le site internet de **Détours Madagascar** (www.detoursmadagascar.com et www.voyagemadagascar.com) ou le site de notre regroupement www.nomadays.fr.

Pour se connecter à l'Espace Client, il suffit de saisir l'identifiant et le mot de passe déterminés lors de la première connexion.

L'inscription est considérée comme définitive une fois le formulaire de réservation en ligne complété et à réception du règlement de l'acompte et/ou du solde en fonction de la date d'inscription.

Selon les prestations choisies et les règlements du pays, une photocopie du passeport pourra être demandée par **Détours Madagascar**. En cas de non envoi de la photocopie du passeport dans les délais indiqués par l'Agence Locale, celle-ci ne pourra pas garantir la bonne exécution des prestations réservées.

Une fois le paiement effectué, un e-mail de confirmation est envoyé au Client. Il comprend la confirmation du règlement ainsi que la facture électronique téléchargeable.

Un accusé de réception est envoyé au Client par voie électronique. Dans l'hypothèse où le Client ne recevrait pas l'accusé de réception, la réservation serait néanmoins définitive à compter de sa réception par **Détours Madagascar**.

Modalité de paiement

Inscription réalisée plus de 30 jours avant la date du départ

Le Client doit payer un acompte de 30% du montant total des prestations réservées. Le solde du séjour doit être versé au plus tard à 30 jours avant la date de début dudit séjour.

Inscription réalisée moins de 30 jours avant la date du départ

Le Client doit régler en une seule fois la totalité du montant du voyage.

Moyens de paiements

À la confirmation de votre réservation, **Détours Madagascar** vous préparera votre facture électronique, éditée au nom du collectif d'agences locales Nomadays, agence de voyage dûment immatriculée en France. Les paiements se font soit :

- par carte bancaire en ligne et sans frais, depuis les liens de paiements disponibles sur la facture électronique.
- par virement bancaire sur le compte de l'agence de voyage Nomadays, basée en France et dûment immatriculée.

La facture électronique est mise à jour à chaque réception de paiement, et reste consultable à tout moment depuis l'Espace Client. Elle est entre autre téléchargeable et imprimable.

Conditions d'annulation

Conditions et frais d'annulation

Dans le cas où le Client se trouverait dans l'obligation d'annuler le voyage, il devra en informer **Détours Madagascar** et son assureur par tout moyen écrit permettant d'avoir un accusé réception, dès la survenance du fait générateur de cette annulation. La date d'émission de l'écrit sera retenue comme date d'annulation pour la facturation des frais d'annulation. En règle générale, la compagnie d'assurance apprécie, en fonction des documents que le Client lui communique directement, la date du fait générateur à l'origine de la décision d'annuler le voyage pour accepter de rembourser les frais d'annulation.

Barème des frais d'annulation totale :

- plus de 45 jours avant la date de départ : 30% du prix total TTC du voyage
- de 44 à 31 jours avant la date de départ : 40% du prix total TTC du voyage
- de 30 à 14 jours avant la date de départ : 50% du prix total TTC du voyage
- de 13 à 7 jours avant la date de départ : 75% du prix total TTC du voyage
- moins de 7 jours avant la date de départ : 100% du prix total TTC du voyage

Barème des frais d'annulation partielle, sauf cas particuliers :

Si un voyageur inscrit à un voyage privatisé annule sa participation, alors que le voyage est maintenu pour les autres participants :

- pour les prestations personnelles (non partagées) : le barème des frais d'annulation ci-dessus sera appliqué pour le voyageur qui annule.
- pour les prestations partagées : des frais égaux à 100%, quelle que soit la date d'annulation, seront facturés au participant qui annule sur sa quote-part des prestations partagées du voyage.

Lorsque plusieurs clients se sont inscrits sur un même dossier et que l'un d'eux annule son voyage, les frais d'annulation sont prélevés sur les sommes encaissées pour ce dossier, quel que soit l'auteur du versement.

En cas d'annulation, pour quelque raison que ce soit, les frais extérieurs au voyage souscrit chez **Détours Madagascar** et engagés par le Client tels que, frais de transport jusqu'au lieu de départ du voyage et retour au domicile (billets d'avion, de train ou de bus), frais d'obtention des visas, documents de voyages, frais de vaccination, ne pourront faire l'objet d'un quelconque remboursement.

Cession de contrat

En cas de cession du contrat, le Client est tenu d'en informer **Détours Madagascar** au plus tard 7 jours avant le départ par e-mail. Cette cession est possible sous réserve de disponibilité du transport aérien et du niveau adéquat du cessionnaire. Elle pourra entraîner des coûts supplémentaires (notamment en cas de modification de billet d'avion et de prestations nominatives), qui seront facturés au cessionnaire désigné. En tout état de cause, le cédant et le cessionnaire sont tenus solidairement du paiement du prix du voyage et des frais complémentaires éventuels.

Passeport et visa

Votre Passeport :
Important : votre passeport doit être en cours de validité. Il doit être impérativement et obligatoirement **valable 6 mois après** la fin du séjour à Madagascar.

Vos documents de voyage

- Votre passeport en cours de validité,
- Vos billets d'avion internationaux, et/ou nationaux,
- Votre contrat d'assurance rapatriement/frais premiers secours, -
- Votre carnet de vaccination non obligatoire,
- Votre carte de groupe sanguin si possible.

L'obtention du visa d'entrée sur le territoire malgache

En arrivant sur le territoire :
Le cout du visa est de 35 €uros pour un séjour de moins de 30 jours.
Il s'obtient facilement à votre arrivée sur le territoire malgache.
Cela concerne tous les aéroports à Madagascar accueillant des vols internationaux.
En arrivant dans l'aérogare, à la sortie de l'avion, un couloir pour passagers est dédié à l'octroi des visas touristiques.

Cette procédure est la plus simple. Nous vous la conseillons.

Auprès des ambassades et consulats de vos pays d'origine :
Pour information,téléchargez le document expliquant la procédure et la constitution du dossier pour l'obtention du visa auprès de l'ambassade de Madagascar.

Assurance

ASSURANCES ANNULATION ET ASSISTANCE

Pour participer à nos voyages, vous devez impérativement être assuré en assistance-rapatriement et frais médicaux à l'étranger.
Détours Madagascar vous encourage à prendre connaissance du contrat spécifique élaboré avec notre partenaire CHAPKA ASSURANCES et AXA ASSITANCE.
Pour souscrire à une assurance, connaître les garanties et les tarifs, suivez le lien ci-dessous.

CAP EXPLORER : La solution d'assurance complète conçue pour vivre sereinement votre voyage !

Choisissez la formule qui vous correspond le mieux:

- Explorer'Multirisque
- Explorer'Annulation
- Explorer'Assistance
- Explorer' Complémentaire Carte Bancaire

Spécifiques à nos voyages, nous suggérons fortement d'y souscrire.
Si vous choisissez de souscrire à l'une de ces formules, la convention détaillant l'ensemble des garanties et les modalités de déclaration du sinistre est disponible sur le site Internet de l'assureur.

Détours Madagascar en aura connaissance, mais seul le participant est responsable du respect des procédures de déclaration de tout sinistre. Le participant doit donc conserver cette convention avec lui pendant tout la durée de son voyage.