

# Bali

## RETRAITE YOGA SUR L'ÎLE DES DIEUX

**10 JOURS / 9 NUITS**  
**du 21 au 30 octobre 2025**

Accompagnement exclusif

**Aline JAEGER**

### POINTS FORTS

- **Immersion culturelle** : Temples, villages traditionnels et danses.
- **Bien-être** : Yoga, méditation et purification.
- **Sites emblématiques** : Rizières, jardins royaux et palais.



# Votre itinéraire

## PROGRAMME du 21 au 30 octobre

JOUR 1 – Arrivée à DENPASAR. Logement Tabanan

JOUR 2 – Tabanan

JOUR 3 – Temple de Mengwi & Tanah Lot à Ubud

JOUR 4 – Yoga/Méditation à Alchemy à Ubud

JOUR 5 – Visite du village d'Ubud avec danse traditionnelle

JOUR 6 – Cérémonie du thé & purification aquatique à Ubud

JOUR 7 – Découverte des temples sacrés autour du Mont Agung à Sidemen

JOUR 8 – Lempuyang, Tirtagangga et Taman Ujung à Sidemen

JOUR 9 – Sidemen – Candidasa

JOUR 10 – Départ de Bali

*Chaque matin,*  
votre moment privilège Yoga Inclus





*Aline Jaeger,  
professeur émérite, formée  
au Yoga par les plus grands,  
guidera votre découverte des pratiques  
traditionnelles*



## JOUR 1 -

# Arrivée à Bali

Arrivée à l'aéroport international I Gusti Ngurah Rai, suivie d'un transfert vers votre hôtel dans la région de Tabanan Installation et nuit à l'hôtel.

## JOUR 2 -

Départ pour explorer la fascinante **province de Tabanan**.  
Première étape : le **Pura Luhur Batukaru**, l'un des six temples les plus importants de l'île. Construit au XIIIe siècle, il se trouve au pied du volcan et se distingue par la beauté de son environnement naturel, niché au cœur d'une forêt aux milliers d'arbres et de fleurs.

Poursuite vers **Jatiluwih**, célèbre pour ses magnifiques rizières en terrasse, **classées au patrimoine mondial de l'UNESCO**. Déjeuner dans un restaurant local.

Après le déjeuner, direction le marché local de **Candikuning**, connu pour ses épices, fleurs et fruits tropicaux. Puis, visite du **lac de Bedugul** et du temple **Pura Ulu Danu Beratan**, situé à 1200 mètres d'altitude, avec des collines verdoyantes en toile de fond. Ce temple est dédié à la déesse de l'eau.

En fin de journée, retour à l'hôtel. Dîner et nuit à l'hôtel à Tabanan.





## JOUR 3 -

# Temple de Mengwi & Tanah Lot

Petit-déjeuner et matinée libre ou séance de yoga avec un professeur.

Après le déjeuner, départ pour le temple royal **Taman Ayun à Mengwi**. Construit en 1634 par le roi de Mengwi, ce temple royal est entouré de larges canaux et accessible uniquement par un pont menant à une porte richement ornée qui ouvre sur la cour du temple. Taman Ayun, qui signifie "**Beau Jardin**," illustre parfaitement l'architecture typique balinaise.

Poursuite vers la côte sud de Bali pour admirer **le temple Tanah Lot** et le paysage spectaculaire qui l'entoure. Érigé par les villageois en mémoire du brahmane Sait Nirartha, il serait le lieu où ce dernier aurait conversé avec Dieu toute une nuit.

En fin de journée, transfert vers un hôtel dans la région d'Ubud. Dîner et nuit à l'hôtel.



# Yoga, temples et rizières autour d'Ubud

## JOUR 4 -

Participez à une séance de méditation et/ou de yoga au centre **Alchemy Yoga and Meditation**.

Déjeuner vegan au restaurant Alchemy. Retour à l'hôtel, avec le reste de l'après-midi libre pour se détendre. Dîner et nuit à l'hôtel.

## JOUR 5 -

Matinée libre avec possibilité de pratiquer le yoga à l'hôtel. Déjeuner dans un restaurant local, suivi de la visite de la **Sacred Monkey Forest de Padangtegal**, un sanctuaire naturel abritant plusieurs macaques à longue queue, et l'une des attractions les plus populaires d'Ubud.

Poursuite avec la découverte du marché artisanal traditionnel local, idéal pour trouver souvenirs et objets artisanaux.

Un dîner tôt sera prévu dans un restaurant local, suivi d'une balade vers le **palais Puri Saren Agung**, ancienne résidence officielle de la famille royale d'Ubud, où ses descendants vivent encore aujourd'hui. Ce lieu accueille désormais des spectacles de danses culturelles. Après la représentation, retour à l'hôtel et nuit.

## JOUR 6 -

Le matin, participez à la célèbre **cérémonie du thé au Dragon Tea Temple de Zest Ubud**. Plus qu'une simple boisson, le thé est ici considéré comme une pratique et un art de vivre. Vous découvrirez les rituels et la philosophie qui entourent cette tradition tout en savourant les délicieuses saveurs des thés proposés.

Un déjeuner vegan sera servi au restaurant Zest.

Par la suite, vous partirez pour la **cascade de Griya Beji**, où vous pourrez vivre l'expérience traditionnelle de **purification melukat**, en revêtant le sarong et l'écharpe balinaise.

Après cette expérience unique, retour à l'hôtel pour le dîner et la nuit.





# Paysages et temples de l'Est balinais

## JOUR 7 -

Départ pour la région du **Mont Agung**. En route, visite du village balinais traditionnel de **Penglipuran**, situé à 700 m d'altitude.

Ce village est réputé pour sa culture bien préservée et son agencement traditionnel. Bien que la modernité ait gagné une partie des habitants, les maisons restent cachées derrière des murs et des portails anciens, et la rue principale pavée de pierres mène directement au temple du village.

Continuation vers **Besakih**, le temple le plus important et le plus grand de Bali, construit au **XIe siècle** à 1000 m d'altitude sur les pentes du **Mont Agung**, le volcan sacré de l'île.

Déjeuner dans un restaurant local offrant une vue splendide sur les collines de **Bukit Jambul**.

Après le déjeuner, visite des incroyables plafonds peints de l'ancien palais de justice **Kerta Gosa à Klungkung**, où des fresques anciennes illustrent les méthodes traditionnelles de punition.

En fin de journée, transfert vers un hôtel dans la région de Sidemen. Dîner et nuit à l'hôtel.

## JOUR 8 -

Ce matin nous partirons à la découverte du **Mont Lempuyang**, où un ensemble de sept temples mène **au plus haut temple de Bali**. Nous visiterons uniquement le premier niveau, célèbre pour sa "**porte du paradis**".

Après la visite des temples, direction le **jardin royal aquatique de Tirtha Gangga**, riche en bassins, étangs et fontaines, entouré de jardins tropicaux et de nombreuses statues décoratives.

Nous nous rendrons vers **Rendang** pour un déjeuner local tout en admirant les rizières en terrasse.

Après le déjeuner, continuation vers le **palais aquatique de Taman Ujung**, un parc magnifique qui entoure un vaste étang poissonneux. Ce site historique de l'Empire Karangasem servait autrefois de lieu de loisirs et de réunions pour les rois de l'époque.

En fin de journée, retour à l'hôtel pour le dîner et la nuit.





# Derniers moments de détente

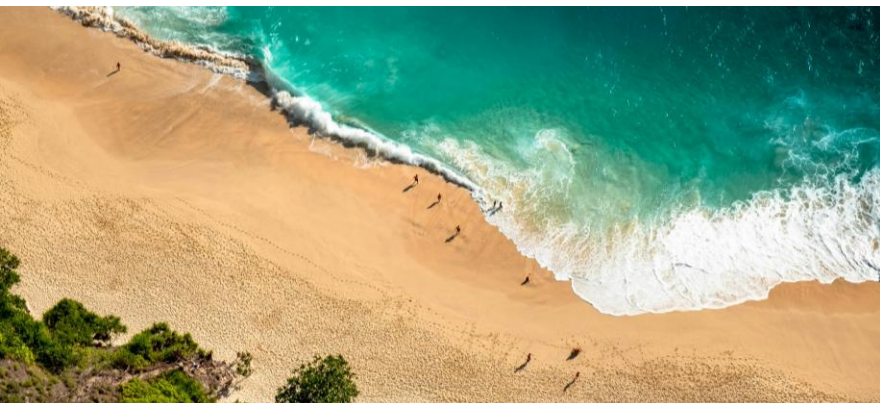
## JOUR 9 -

Matinée libre avec possibilité de yoga à l'hôtel selon le programme quotidien proposé. Check-out, puis départ pour la **plage de Candidasa**. Déjeuner dans un restaurant local en bord de mer.

Puis, transfert vers un hôtel dans la **région de Candidasa**. Reste de l'après-midi libre. Dîner et nuit à l'hôtel.

## JOUR 10 -

Transfert de votre hôtel à Candidasa vers l'aéroport international I Gusti Ngurah Rai. En fonction des horaires de vol, pour votre retour en France.





# Vos hotets\*



## ULAMAN ECO LUXURY RETREAT - TABANAN

Ulaman Eco Luxury Retreat 5\* NL, en chambre Deluxe Suite.

Situé à Tabanan, cet établissement réservé aux adultes propose des suites climatisées avec balcon, offrant une vue sur la piscine ou le lac, ainsi qu'une salle de bains privative. Le restaurant sert un petit-déjeuner continental ou à la carte, avec des options végétariennes et végétaliennes. L'hôtel dispose également d'un spa, d'un bain à remous et de cours de yoga.

## OM HAM RETREAT & RESORT - UBUD

Om Ham Retreat and Resort 4\* NL, en chambre supérieure.

À seulement 10 minutes du marché animé et du palais royal d'Ubud, cet établissement vous invite à un séjour de détente totale. Les chambres climatisées offrent un confort absolu, avec une vue apaisante sur les jardins luxuriants, un minibar et une télévision à écran plat. L'Om Ham Retreat and Resort vous propose un spa raffiné, un centre de bien-être, ainsi que des cours de yoga.



## WAPA DI UME - SIDEMEN

Wapa di Ume Sidemen 4\* NL, en chambre avec vue sur la rivière.

Situé à proximité des magnifiques cascades de Tegenungan et de la forêt des singes d'Ubud, cet hôtel vous offre une expérience paisible au cœur de la nature. Les chambres, climatisées et élégamment décorées, disposent d'une terrasse avec vue imprenable sur la rivière, ainsi que d'une salle de bains privative avec douche. Son restaurant vous servira un délicieux petit-déjeuner américain et des plats savoureux alliant cuisine asiatique et américaine, avec des options végétariennes, halal et végétaliennes sur demande.

## LOTUS BUNGALOW - CANDIDASA

Lotus Bungalows 4\* NL, en chambre supérieure.

Le Lotus Bungalows vous invite à une expérience de relaxation complète avec une vue spectaculaire sur le détroit de Lombok. Profitez d'une piscine à débordement, d'un centre de plongée, d'un pavillon de yoga et d'une salle de spa, le tout dans un cadre naturel apaisant. Les chambres climatisées, décorées dans un style balinaise traditionnelle, offrent une terrasse privée avec vue.



# LES + MYCOMM

## PARTEZ AVEC MYCOMM EN TOUTE CONFIANCE

MYCOMM est une agence de voyages et d'événementiel spécialisée dans les événements sportifs et culturels internationaux.

Plus de 27 000 passionnés voyagent avec nous chaque année.

UN ATOUT dont vous profiterez largement pour l'organisation de votre voyage :

- Liens avec les compagnies aériennes desservant la destination
- Accord avec les hôtels
- Accompagnement de l'équipe MYCOMM durant votre séjour

### NOS ASSOCIATIONS



### NOS LABELS



## NOTRE *Application Mobile*

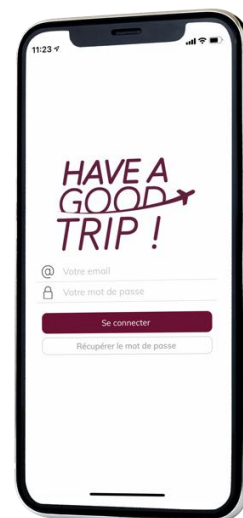
Pendant votre voyage, profitez d'une application dédiée à votre voyage : **Have A Good Trip !**

Disponible sur Android et iOS, cette application vous permet d'accéder à **toutes les informations liées à votre séjour** : programme, réservations, adresses, documents, etc.

Have A Good Trip se présente comme un véritable **compagnon de voyage 100% dématérialisé**. L'outil est gratuit pour l'ensemble des voyageurs et offre une **expérience immersive** pendant votre escapade.

Pour vous connecter à Have A Good Trip, rien de plus simple ! Quelques jours avant votre départ, vous recevrez une invitation par email afin de **télécharger l'application et de vous connecter** sur votre espace personnel.

Bien évidemment, les équipes MYCOMM restent à **vos dispositions** pour toute question et à tout moment !



# VOTRE PACK

Recap

## NOTRE PRIX COMPREND

- 9 nuits base chambre double ou twin, hôtels de 1ere catégorie, 4 ou 5 \*\*\*\*
- sélectionnés par MYCOMM, incluant 9 petits déjeuners et 8 diners
- 7 déjeuners ( restaurants locaux ou votre hôtel )
- Les visites touristiques programmées
- Les activités Yoga proposées
- Tous les transferts en véhicule privé air conditionné
- Un guide accompagnateur local francophone
- Assurance rapatriement
- La participation d'un Professeur initiateur Yoga avec vous pendant tout le voyage

## NOTRE PRIX NE COMPREND PAS

- Les vols internationaux vers DENPASAR
- Les frais de visa
- Les boissons
- Les assurances annulation et multirisque en option
- Les activités Yoga proposées en supplément en option

## FORMALITÉS

- Passeport valable 6 mois après la date de retour + visa

**PRIX EN CHAMBRE DOUBLE du 21 au 30 octobre**

**2 590 € / personne**

**SUPPLÉMENT CHAMBRE INDIVIDUELLE :**

**430 €**

**Package vols PARIS - DENPASAR**

Forfait vols Malaysien Airlines à partir de  
1 190 €/ personne  
Nous contacter

Nos prix sont calculés sur la base de 20 participants et  
un USD = 0,96 € au 24/02/25





**MYCOMM.**  
*Experiences*

## CONTACT

MYCOMM EXPERIENCES

+33 (0) 1 84 76 22 35

[experiences@mycomm.fr](mailto:experiences@mycomm.fr)

SARL MYCOMM - 40 avenue Raspail - 94250 Gentilly  
Immatriculation Atout France IM094100035 • Assurances  
Professionnelles by Hiscox - Tourisme Pro n° RCE1006 et n°  
RC1006-PJ0116 • Agence garantie par l'APST • RCS 510 368 400