

Bali ... massage, plongée et yoga sur l'île des dieux

du 21 octobre au 3 novembre 2026



Un voyage de formation, d'ancrage et de transformation douce



MERCREDI 21 OCTOBRE : Vol international vers Bali

Départ de Bruxelles pour Bali, on change déjà de rythme, on bascule progressivement vers l'ailleurs ... le voyage commence déjà ici.

JOUR 1 - JEUDI 22 OCTOBRE : Denpasar - Tabanan

Arrivée à Denpasar, accueil par votre guide francophone, puis route vers l'ouest de Bali, dans la région préservée de Tabanan, considérée comme le grenier à riz de l'île. Installation dans un écolodge niché entre rizières et océan, au cœur du village de Krambitan avec la fin de la journée libre pour récupérer du voyage.

Inclus :

- 🌀 Transfert
- 🌀 Dîner
- 🌀 Nuitée à l'hôtel Casa Tibubiyu





JOUR 2 - VENDREDI 23 OCTOBRE : Tabanan

Après la séance de yoga du matin et le petit-déjeuner, nous partirons en balade entre rizières et villages pour une journée d'immersion dans la région. Au programme : visite du palais des princes locaux, découverte du système d'irrigation traditionnel et participation à une action écoresponsable de nettoyage du littoral. Déjeuner préparé ensemble avec un chef local, partagé selon la tradition megibung, puis initiation aux offrandes et au tressage des feuilles de cocotier. Retour au lodge et reste de la journée libre.

Inclus :

- 🌀 Petit-déjeuner, déjeuner et dîner
- 🌀 Séance de yoga et activités prévues au programme
- 🌀 Nuitée à l'hôtel Casa Tibubiyu

JOUR 3 - SAMEDI 24 OCTOBRE : Tabanan

Yoga matinal, puis petit déjeuner. Découverte du temple Pura Luhur Batukaru, gardien spirituel de l'ouest de Bali, au pied du volcan. Puis balade à vélo en douceur, essentiellement en descente, à travers rizières, hameaux et chemins de campagne. Retour au lodge pour le déjeuner. Fin de journée libre. Possibilité de rejoindre à pied la plage de sable noir de Pasut pour assister au coucher de soleil.

Inclus :

- 🌀 Petit-déjeuner, déjeuner et dîner
- 🌀 Séance de yoga et activités prévues au programme
- 🌀 Nuitée à l'hôtel Casa Tibubiyu





JOUR 4 - DIMANCHE 25 OCTOBRE : Tabanan

Journée libre à Tabanan.

Inclus :

- ☯ Petit-déjeuner, déjeuner et dîner
- ☯ Séance de yoga
- ☯ Nuitée à l'hôtel Casa Tibubiyu

JOUR 5 - LUNDI 26 OCTOBRE : Tabanan - Jimbaran

Après la séance de yoga du matin, nous irons vers le sud de l'île. Nous ferons un arrêt au marché de Tabanan, riche en couleurs, fruits et senteurs et visiterons le temple royal de Taman Ayun, entouré de bassins, chef-d'œuvre de l'architecture balinaise.

Arrivée à Jimbaran, village côtier et port de pêche. Installation dans un hôtel de charme à proximité de la plage et fin de journée libre.

Inclus :

- ☯ Petit-déjeuner et déjeuner
- ☯ Séance de yoga et activités prévues au programme
- ☯ Nuitée à l'hôtel The Open House



JOUR 6 - *MARDI 27 OCTOBRE* : Jimbaran

Yoga matinal à l'hôtel.

Début de la formation en massage balinaise : remise du manuel, alternance théorie / pratique, enseignement en anglais avec traduction en français, déjeuner inclus sur place OU journée snorkeling à Nusa Penida pour aller à la rencontre des raies manta.

Retour à l'hôtel en fin d'après-midi et temps libre pour intégrer.

Inclus :

- 🌀 Petit-déjeuner et déjeuner
- 🌀 Séance de yoga
- 🌀 En option formation massage balinaise ou journée snorkeling
- 🌀 Nuitée à l'hôtel The Open House



JOUR 7 - *MERCREDI 28 OCTOBRE* : Jimbaran

Yoga matinal à l'hôtel.

Formation en massage balinaise : alternance théorie / pratique, enseignement en anglais avec traduction en français, déjeuner inclus sur place OU journée snorkeling à Nusa Penida pour aller à la rencontre des raies manta.

Retour à l'hôtel en fin d'après-midi et temps libre pour intégrer.

Inclus :

- 🌀 Petit-déjeuner et déjeuner
- 🌀 Séance de yoga
- 🌀 En option formation massage balinaise ou journée snorkeling
- 🌀 Nuitée à l'hôtel The Open House

JOUR 8 – ***JEUDI 29 OCTOBRE*** : Jimbaran - Sidemen

Évaluation finale, atelier de préparation des potions traditionnelles “Jamu”, puis remise des diplômes.

Départ vers l’est de Bali : paysages de rizières, plantations de salak, présence majestueuse du volcan Agung.

Arrivée à Sidemen, village paisible niché dans un écrin de verdure.

Inclus :

- ☯ Petit-déjeuner, déjeuner et dîner
- ☯ Séance de yoga
- ☯ En option : formation en massage balinaï
- ☯ Nuitée à Subak Tabola Villas ou équivalent



JOUR 9 – ***VENDREDI 30 OCTOBRE*** : Sidemen

Yoga matinal suivi du petit-déjeuner. Nous partirons ensuite à la découverte du village de Sibetan : ses plantations de salak, découverte de la fabrication de l’arak, rencontre avec la communauté locale, repas traditionnel partagé.

Inclus :

- ☯ Petit-déjeuner, déjeuner et dîner
- ☯ Séance de yoga
- ☯ Nuitée à Subak Tabola Villas ou équivalent

JOUR 10 - *SAMEDI 31 OCTOBRE* : Sidemen - Ubud

Découverte du village de Tenganan, l'un des plus anciens villages de Bali, aux traditions pré-hindouistes préservées. Arrêt à Klungkung et visite de l'ancienne cour de justice royale.

Arrivée à Ubud, cœur culturel et spirituel de Bali et installation dans un hôtel de charme proche du centre.

Inclus :

- 🕉 Petit-déjeuner et déjeuner
- 🕉 Séance de yoga
- 🕉 Nuitée au Sakti Garden Resort



JOUR 11 - *DIMANCHE 1 NOVEMBRE* : Ubud

Journée libre à Ubud : balades, temples, rizières, musées, marchés, spas ou simple flânerie.

Inclus :

- 🕉 Petit-déjeuner
- 🕉 Séance de yoga
- 🕉 Nuitée au Sakti Garden Resort



JOUR 12 - *LUNDI 2 NOVEMBRE* : Ubud

Journée libre à Ubud : balades, temples, rizières, musées, marchés, spas ou simple flânerie.

Inclus :

- 🌀 Petit-déjeuner
- 🌀 Séance de yoga
- 🌀 Nuitée au Sakti Garden Resort

JOUR 13 - *MARDI 3 NOVEMBRE* : Ubud - Denpasar

Derniers instants à Bali. Transfert vers l'aéroport de Denpasar pour le vol retour vers l'Europe.

Inclus :

- 🌀 Petit-déjeuner
- 🌀 Transfert



FIN DU PROGRAMME

PRIX EN CHAMBRE DOUBLE :

♦ 1890 € par personne

SUPPLÉMENT SINGLE : 750 €

Le prix comprend :

- ✓ Tous les transferts du programme
- ✓ Tous les déplacements terrestres en véhicule privé
- ✓ Toutes les visites prévues au programme
- ✓ Toutes les nuitées prévues dans le programme
- ✓ Repas : pension complète sauf les 26 et 27/10 durant le séjour à Jimbaran et à Ubud (31/10 - 1 et 2/11)
- ✓ Un accompagnant local francophone lors des excursions
- ✓ Vos accompagnants durant le programme : Delphine et Malik
- ✓ Les séances de yoga

Le prix ne comprend pas :

- ✗ Vol international
- ✗ Assurances
- ✗ Pourboires
- ✗ Dépenses personnelles
- ✗ Boissons hors repas et hors eau minérale durant les repas
- ✗ Snacks
- ✗ Tout ce qui n'est pas repris dans la section inclus
- ✗ **Formation en massage balinaise certifiante sur 3 jours : supplément de 375 €**
- ✗ **2 jours de plongée avec les raies manta : supplément de 360€**

✪ Pour réserver ce voyage :

Réservations & informations :

✉ malik@emotionplanet.com

☎ **+32 (0)477 24 58 14 (Malik)**

🌐 <https://emotionplanet.com/nos-voyages/les-voyages-de-malik/>



✦ Un voyage proposé par Haieptul - Les Voyages de Malik

Retrouvez l'univers des voyages :

📷 Instagram : [haieptul](#)

📘 Facebook : [Haieptul – Les voyages de Malik](#)