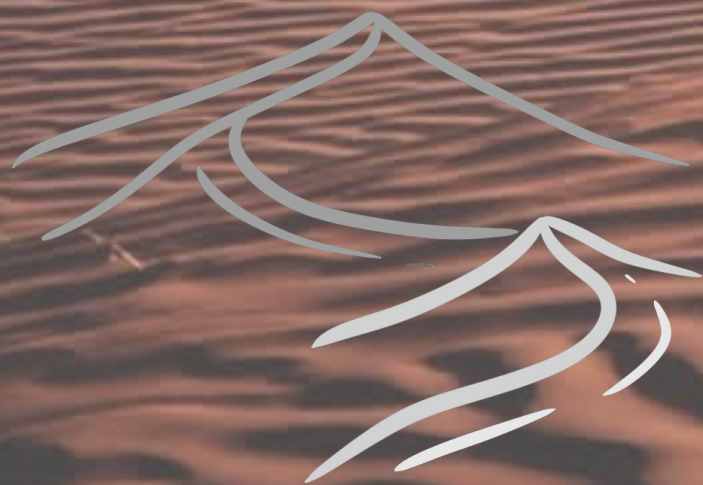


VOYAGE SENSORIEL À MARRAKECH ET DANS LE DÉSERT DU SAHARA

28 MARS - 04 AVRIL 2026

SAHARA LUMIERES X DELPHINE SODAKINI

M'HAMID EL GHIZLANE - MAROC



Sahara Lumières

0 0 1



A large photograph of a camel caravan in a desert. The camels are loaded with colorful blankets and gear. A person in a white robe is visible in the distance, leading the caravan. The scene is set in a vast, sandy desert under a clear sky.

‘‘PERCEVOIR LA MAGIE DE
L’UNIVERS À TRAVERS SON CORPS
ET SES SENS EST UNE SOURCE
D’INTELLIGENCE’’

DELPHINE SODAKINI

Delphine est une aventurière dans l'âme et une créatrice de mouvement. Elle transmet son amour de l'écoute de soi et du corps comme source d'intelligence au travers de ses activités de professeure / formatrice de Embodied Yoga (une approche somatique du mouvement).



Elle accompagne également avec sa pratique de Rolfing® une thérapie manuelle et d'éducation posturale somatique axée sur le système fascia qui offre une réharmonisation corporelle et libératrice.

VOTRE AVENTURE EN QUELQUES MOTS

Une invitation à changer d'environnement et à se reconnecter à soi à travers les sens.

Le voyage commence et se termine à Marrakech, dans un élégant riad, où couleurs, parfums et ambiance magique éveilleront nos perceptions.

Nous poursuivrons ensuite vers le désert pour 3 jours d'immersion guidée par une équipe locale, "là où l'asphalte s'arrête et où commence l'immensité du désert".

Retour à la simplicité : nuits sous tente, marche douce, yoga, mouvement somatique, et peut-être danse autour du feu...

Un temps intuitif et adaptatif, en relation avec les éléments que notre environnement nous offre.

De retour à Marrakech, nous retrouverons le confort du riad pour intégrer cette expérience unique.

Tout au long du séjour, des cercles de parole nourriront nos échanges et approfondiront notre exploration intérieure.

"Que le voyage dans sa globalité soit une pratique en soi"

PROGRAMME

28 MARS - 04 AVRIL 2026

28 mars

Arrivée à Marrakech, logement dans un Riad élégant dans la Médina.

29 mars

Départ de Marrakech pour rejoindre les portes du désert à M'Hamid El Ghizlane (8/9 heures de route). Rejoindre cette porte du Sahara demande un certain temps, mais le voyage fait partie intégrante de l'expérience.
Logement en bivouac fixe.

30, 31 mars, 1 avril

Départ et marche dans le désert (3/4 heures par jour), logement en camp nomade loin de toute pollution lumineuse, offrant un ciel étoilé spectaculaire, activités locales, yoga / mouvement somatique matinale et/ ou en fin de journée, méditation.

(planning sujet à des variations en fonction de l'évolution de la semaine)

01 avril

3ème jour dans le désert, marche, activités locales, yoga / mouvement somatique matinale, méditation et retour au porte du désert à M'Hamid El Ghizlane. Logement en bivouac fixe.

02 avril

Retour à Marrakech (8/9 heures de route). Logement dans notre Riad élégant dans la Médina. Repos, pratique yoga / mouvement somatique en fin de journée.

03 avril

Visite de Marrakech, temps libre, repos, pratique yoga / mouvement somatique en début et fin de journée.

04 avril

Vol de retour



Sahara Lumières

005

PROGRAMME

PROGRAMME

MARRAKECH, LA CITÉ ROUGE

À votre arrivée au Maroc, et avant de reprendre la route du retour, vous ferez escale à Marrakech, la vibrante cité rouge. Cette ville légendaire, nichée aux portes du désert, vous accueille dans l'intimité d'un riad traditionnel au cœur de la Médina. Un lieu paisible et chaleureux, parfait pour se poser et s'imprégner de l'atmosphère envoûtante de Marrakech. Vous aurez également l'occasion de flâner dans ses ruelles animées, entre souks, jardins et trésors architecturaux... Une belle introduction – et une douce transition – avant et après l'immersion dans le désert.

INSCRIPTIONS & TARIFS

DÈS 1050 CHF
EARLYBIRD
JUSQU'AU 31.12.25

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez en savoir plus, nous restons à votre disposition et à votre écoute !

LAISSEZ-VOUS GUIDER DANS L'AVENTURE

PLUS D'INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS SUR NOTRE SITE INTERNET

WWW.SAHARALUMIERES.COM