

Le programme

Jour 1 Prendre Ses Marques

5h00	○	Départ pour l'Aéroport de Lyon
9h30	○	Arrivée Aéroport d'Agadir Le taxi vous attendra devant le terminal des arrivées.
12h00	○	Arrivée à la Petite Kasbah à Imsouane, lieu de la retraite Elise, Mehdi et Houda vous accueilleront pour vous faire visiter les lieux et vous pourrez vous installer dans vos chambres
13h00	○	Déjeuner à la Kasbah
14h00	○	Temps Libre
18h30	○	Pratique Yoga au Coucher du Soleil Sur la terrasse de la Kasbah
20h00	○	Diner



Le programme

Jour 2

Visite d'une Plage Sauvage

- 7h30 ○ Pratique Yoga Matinale
- 9h30 ○ Petit Déjeuner
- 11h00 ○ Visite du Village
- 12h00 ○ Déjeuner sur le Port
Dégustation de poisson grille en observant
la vie quotidienne des pêcheurs du village
- 16h00 ○ Visite d'une Plage Sauvage
Située à 20 min de route
- 17h00 ○ Pratique Yoga sur la Plage Sauvage
- 19h00 ○ Tagine sur la plage



Le programme

Jour 3 Visite d'Essaouira

- 7h30 ○ Pratique Yoga Matinale
- 9h30 ○ Petit Déjeuner
- 10h30 ○ Départ pour la Ville d'Essaouira
- 12h00 ○ Arrivée à Essaouira
Visite de la Medina D'Essaouira, shopping,
et repas au restaurant
- 18h00 ○ Départ pour la Kasbah
- 20h30 ○ Diner à la Kasbah



Le programme

Jour 4 Journée Bien être

- 7h30 ○ Pratique Yoga Matinale
- 9h30 ○ Petit Déjeuner
- 10h00 ○ Hammam du Village
Par groupe de 2, bénéficiez d'un gommage, enveloppement argile et hammam
- 13h00 ○ Déjeuner à la Kasbah
- 14h00 ○ Hammam du Village et Massage en option à la Kasbah
- 18h30 ○ Pratique Yoga Coucher de Soleil
- 20h00 ○ Diner à la kasbah



Le programme

Jour 5

Découverte de la culture Amazigh

- 7h30 ○ Pratique Yoga Matinale
- 9h30 ○ Petit Déjeuner
- 11h00 ○ Visite d'une famille berbère
À seulement 30 minutes d'Imsoouane, vous rencontrerez une famille chaleureuse qui vous accueillera dans leur quotidien. Ensemble, vous cuisinerez un authentique couscous,
- 14h00 ○ Déjeuner avec la famille
- 16h00 ○ Visite d'une coopérative féminine d'huile d'argan
- 18h30 ○ Pratique Yoga Coucher du Soleil
- 20h00 ○ Diner à la kasbah



Le programme

Jour 6

Cours de Cuisine Marocaine

- 7h30 ○ Pratique Yoga Matinale
- 9h30 ○ Petit Déjeuner
- 10h00 ○ Achat de Poisson au Port pour le Repas du Soir
- 12h00 ○ Déjeuner à la kasbah
- 16h00 ○ Cours de Cuisine avec notre Cheffe Houda
Vous apprendrez à préparer des entrées savoureuses, des tagines traditionnels, et des desserts marocains authentiques.
- 18h30 ○ Pratique Yoga Coucher du Soleil
- 20h00 ○ Dégustation de vos plats!



Le programme

Jour 7 Coucher de Soleil aux Dunes

- 7h30 ○ Pratique Yoga Matinale
- 9h30 ○ Petit Déjeuner
- 10h00 ○ Temps Libre
- 12h00 ○ Déjeuner à la kasbah
- 16h00 ○ Pratique Yoga Apres midi
- 18h00 ○ Visite des Dunes pour le Coucher de
Soleil
Situé à 25 min d'Imsouane
- 19h30 ○ Pique Nique aux Dunes



Le programme

Jour 8 Retour en France

Départ pour l'Aéroport d'Agadir

