CAROLINE & CECILE

BALI

IMMERSION YOGA

Restore your spirit and soul

Let's Explore *the World!*

POURQUOI BALI ?

De son petit nom "l'île des Dieux", Bali est devenue synonyme de yoga : une oasis où la jungle rencontre la mer, où le bien-être physique et spirituel est au centre de la vie quotidienne.

Vous vous lèverez plus tôt, tout comme les balinais pour profiter au maximum d'une magnifique journée, entièrement dédiée à votre corps, votre esprit et votre pratique.

Ce petit paradis rassemble, sur un même territoire, tous les ingrédients pour un séjour parfait!
Des plages de sable blanc, des reliefs volcaniques couverts de forêts, des rizières en escaliers où la couleur change au gré des vents et du soleil, le tout dans une douceur climatique constante.

A Propos de L'immersion

DEVENEZ LA MEILLEURE VERSION DE VOUS MÊME

A la veille du printemps 2023, échappez vous de l'hiver français pour venir vous régénérer à Bali, connue comme "l'île des dieux".
Une immersion dédiée à TITILLER VOTRE PLEIN POTENTIEL.
Développer votre vraie nature, se reconnecter à vous-même.

Vous allez retrouver votre vitalité et vous ressortirez de cette retraite les idées plus claires, l'énergie d'atteindre vos objectifs et de transformer votre quotidien.

YOGA *TIME !*

POURQUOI NOTRE IMMERSION A BALI ?

1. Qui n’a pas besoin à l’arrivée du printemps d’une bonne DETOX ?
2. SORTIR DE NOTRE ZONE DE CONFORT pour se découvrir et réussir à trouver ce qui nous fait vibrer. On cherche tous à s’accomplir, mais bien souvent on fini par tomber dans la routine.
3. ALLER AU BOUT DE SES RÊVES , voyager et apprendre sur nous-mêmes.
4. Mettre en place des RITUELS. Personne ne peut nier que les yogis, athlètes, les entrepreneurs et les leaders inspirants au monde sont devenus les meilleures versions d'eux-mêmes. Il y a une chose qu'ils ont tous en commun : ils ont développé des habitudes de vie.Notre pratique de yoga, méditation, le mouvement, la visualisation, une alimentation saine, du temps dans la nature.
5. NOUS RÉVÉLER / NOUS RÉVEILLER

Les + de cette ***IMMERSION !***

S’impliquer n’est pas un choix : pour l’être humain il est tout simplement impossible de vivre sans s’engager.

Etre soi-même le changement!!!
Pour que notre immersion soit transformatrice , ça demande de s’engager avec joie.
C’est pour ça que caroline vous accompagnera 41 jours avant la retraite pour vous préparer à la retraite et entamer la transformation .
-De mi janvier/ fin février avec 4 cours en ligne
-Le programme de caroline santé optimal(4 vidéos de 15mn)).
-Un e-book nutrition

« Tu n'as qu'une vie , et celle ci est un voyage »

Restore your spirit and soul

Notre Lieux de Retraite

Notre lieux de retraite :

UN HAVRE PAIX POUR LES YOGIS ET LES SURFEURS À ULUWATU.
REPOS ET DÉTENTE

Situé dans la partie sud de Bali "Ile des Dieu", à 200 mètres des plages légendaires de
Uluwatu et Padang Padang, YOGA SEARCHER est un Eco-Lodge unique pour les yogis et surfeurs.
Nous avons privatisé les lieux offrant 8 villas construites en bois recyclé suivant l'architecture Balinaise traditionnelle.
L'ambiance autour de la piscine d'eau salée ou au café Vegetarien/Vegan est unique. Le shala fait prendre à la pratique une autre dimension.

Le spa holistique propose différents styles de massages traditionnels tous avec des produits bio.

Le deuxième jour nous aurons l’occasion de savourer leur expérience détox, avec entre autre : sauna infrarouge, sauna à vapeur aux herbes, bain chaud et bain de glace ce qui vous permettra d’entamer l’immersion dans les meilleurs conditions.

“Let food be thy medicine and medicine be thy food.”

MUZZ’s KITCHEN !

Notre sanctuaire après le shala est le Muzz's Kitchen, qui sert des plats, biologiques, Local, sans gluten, végétariens et végétaliens du petit-déjeuner au dîner.

PLANT BASED KITCHEN:
Nos choix alimentaires quotidiens déterminent à la fois notre santé et celle de notre planète. Choisir un aliment qui nécessite le minimum de ressources et émet moins de pollution dans sa production est un choix plus judicieux pour la durabilité de l'humanité. En réduisant votre consommation de viande, de poisson ou de produits laitiers, jour après jour, vous tendez vers une vie plus saine, en communion avec la terre.

LOCAL & ORGANIC :Le bio n'est pas un choix, c'est une nécessité ! L'utilisation de produits chimiques dans notre alimentation nous tue lentement et appauvrit notre sol. Le temps d'un retour mondial à l'alimentation biologique cultivée sans pesticides est venu ! Nous nous efforçons de proposer une cuisine bio !

YOGA TIME !

Avec Caroline

En tant que professeur de yoga, je recherche à transmettre un yoga à la fois engagé et puissant qui amène douceur et sérénité. J De mes différentes formations, ashtanga, Vinyasa, hatha traditionnel, kundalini, et surtout de mon sadhana quotidien de 3 heures tous les matins au lever du soleil, je retire les clés qui vont me permettre de m'adapter à chaque personne et donner le meilleur de moi-même.
Dans chaque pratique, je recherche une transformation profonde. Cette recherche de l'effort juste. J'insiste souvent sur la persévérance et la sérénité qu'il faut pour titiller la magie du Yoga.

Par une approche globale du Yoga (philosophie, anatomie, spiritualité, nutrition, maîtrise de l'énergie), je recherche à partager avec mes élèves l'immense étendue de cette pratique. l Mes connaissances en yoga, en nutrition et en développement personnel me permettent d'aider mes élèves. Ils peuvent aller vers un mieux-être, découvrir leurs besoins et développer leur potentiel, tout en l'accomplissant dans la joie, l'engagement et la bienveillance.
Empow

“You can't stop the waves, but you can learn how to surf.”

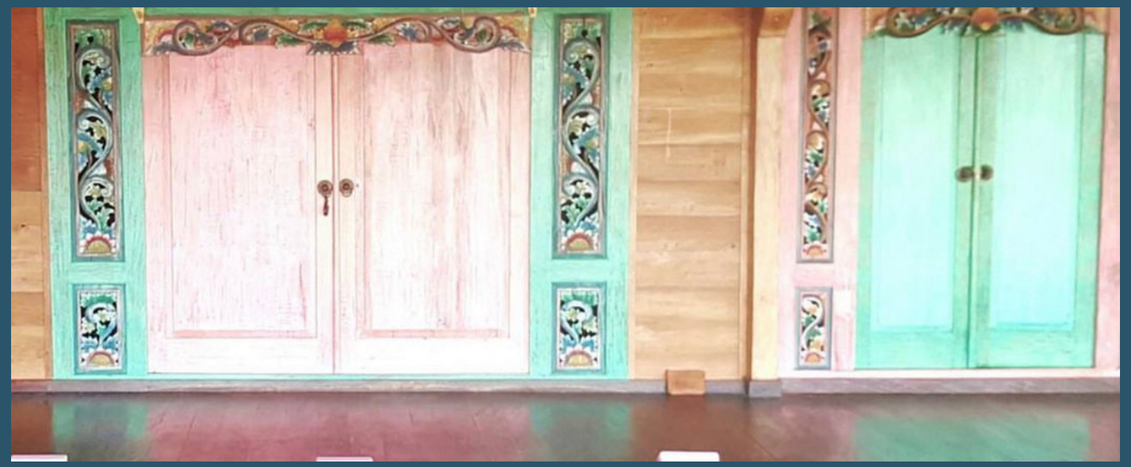
SURF & YOGA

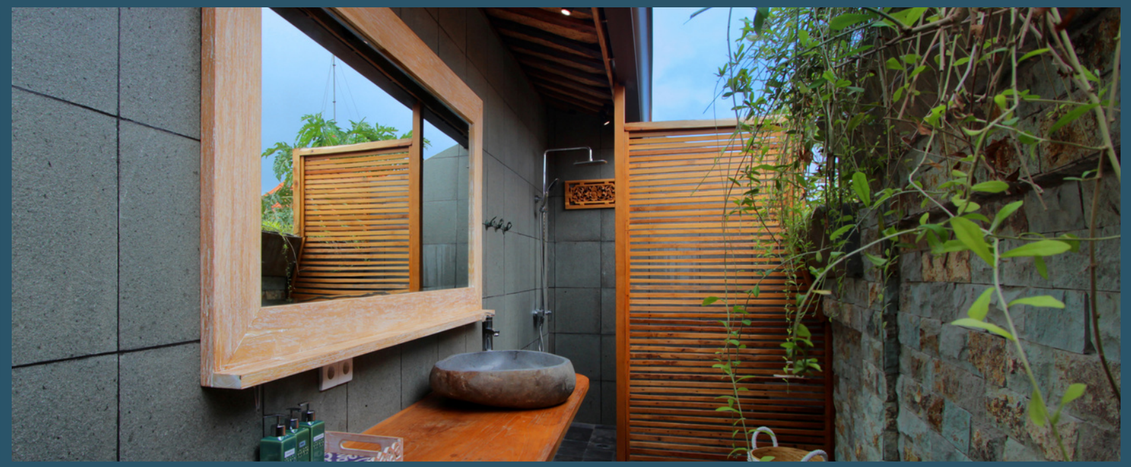
Comme pour de nombreuses autres activités, le yoga n'est pas seulement merveilleux en soi, mais aussi un complément idéal pour d'autres sports et modes de vie.

Le surf & le yoga véritable style de vie. Ils nécessitent une concentration profonde, une forte volonté ,une certaine vision de notre mère nature, une connexion à votre corps
En faisant du surf et du yoga, l'esprit, le corps et l'âme en profitent. Un magnifique équilibre se crée.

Votre Coach : Gary zebrowski , ancien athlète de haut niveau et coach surf depuis plus de 10 ans.

Notre Éco Lodge





Yoga Searcher est un espace rafraîchissant à l'atmosphère détendue, accueillant ou
vous pouvez vous DECONNECTER et RECHARGER tout en étant proche des commodités si vous le souhaitez.

Une journée dans notre immersion

06H00/09H00
Masterclass Caroline

09H30
Brunch Healthy

Free Time
Surf,Plage,Piscine,
Massage...

17H00
Yoga
Doux,Méditation,Pranayama,Jj
ournaling
Cecile

Detox Night
et Dîner

Nos Packages

Package 1

IMMERSION YOGA 50 H YOGA ALLIANCE

En chambre Partagé :
Early bird :
1700 euros. (Jusqu'au 1 er Novembre).
Tarifs normal : 1970 euros.

En chambre simple :
Early bird 2457 euros
Tarifs normal : 2727 euros

Inclus =

- 50H Yoga Alliance (dont mi janvier/ fin février avec 4 cours en ligne avec caroline et le programme de caroline santé optimale pour vous préparer à la retraite et entamer la transformation (4 vidéos de 15mn).
- Yoga (3h sunrise, 2h sunset)
  Un e-book nutrition pour vous préparer à la retraite

Inclus dans les Packages

Inclus =

- 9 nuits / 10 jours
- Yoga suivant le package .
- ½ Pension à Muz Kitchen (petit déjeuner : Café ou thé ou Elixir + Jus + Un PLat). Dîner (1 plat +1 dessert + 1 jus ou tisane)
- Une « Détox night »
- Un massage au spa

Package surf :

- 5 yogis surfeurs maximum
- Une ou deux session coaching de 120 mn par jour avec Gary et Tya + Débriefing vidéo
- Suivant les conditions de surf entre 09H30 & 17H00 & 06H/17H

Package 2

YOGA & SURF INTENSIVE

Deux sessions coaching de 120 mn/ jour
- Suivant les conditions entre 06H00 & 17H00
- 2H de restorative yoga 17H/19H
-

Inclus =
En chambre Partagé :
- Early bird : 1986 euros
- Jusqu'au 1 er Novembre
- Tarifs normal : 2186 euros
- **En chambre simple :**
- Early bird 2742 euros
- Tarifs normal : 2942 euros

Package 3

YOGA & SURF Mellow

Inclus =
- Une session coaching de 120 mn/jour jour + Débriefing vidéo
- Suivant les conditions de surf entre 09H30 & 17H00
- Le Package yoga

En chambre Partagé :
- Early bird : 2105 Euros Jusqu'au 1 er Novembre
- Tarifs normal : 2375 euros.
- **En chambre simple :**
- Early bird 2862 euros
- Tarifs normal : 3132 euros

What *They Say*

Martine

“Pour avoir pratiqué dans différents pays, différents studios, je peux vraiment témoigner que la pratique du Yoga, avec Caroline, prend une toute autre dimension, à la fois profonde et dynamique ! Merci.”

Chrystele

“La pratique du yoga me permet de progresser dans l’équilibre entre mon mental et mon corps. J’apprends avec Caroline à calmer ce mental et ainsi à recentrer mon énergie.
Un merveilleux chemin partagé avec Caroline, qui va vers l’infini de la générosité, de l’humilité et du respect.
Un grand merci, Caro, pour ton accompagnement.”

Marion

Une retraite avec Caro, ce sont de purs, précieux moments où je peux prendre du temps pour moi, me ressourcer et approfondir ma pratique. Partager sa vie de famille rend chacune des retraites unique : cela m'inspire profondément pour amener toutes ses astuces et lifestyle dans ma vie ! Merci Caro ❤

PATTERSON

Accès Bali

Du 11 mars 14H au 20 mars 10H

Il suffit de naviguer sur l'océan, de surfer sur les vagues qui se brisent à Uluwatu ou, si vous êtes moins aventureux, de prendre un avion qui atterrit à l'aéroport international Ngurah Rai de Denpasar. Montez dans un taxi et demandez au chauffeur de vous déposer après une bonne demi-heure de route, à 1 km de la plage de Padang-Padang et à côté des Villas des Trois Singes.

VOL à direction de Gusti Ngurah Rai à Denpasar (Bali)
au départ de Paris, Madrid et Bilbao
Info pratique : comptez +6h de décalage horaire l'hiver et +7h l'été.
Bali est environ à 17h30 d'avion de Paris et 17H De Madrid, .
Prévoyez de partir le jeudi pour arriver le Samedi

Pour plus d'informations :
Contacter Caroline . E-mail : caroline.beliard@gmail.com. Téléphone : 0671028003