

KAYALA
VOYAGE



VOYAGE AU CŒUR DE SOI

La magie (L'Âme agit) du Sacré

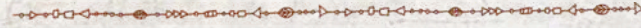


GUATEMALA

Voyage initiatique entre femmes

Du Samedi 15 au Samedi 29 Février 2020

VOYAGE AU COEUR DE SOI



Ce que vous vous apprêtez à entreprendre n'est pas **seulement** un voyage à la découverte du Guatemala, c'est surtout un **voyage au travers de vous-même (m'aime)**.

Un voyage qui lie

La découverte d'une nouvelle réalité, celle du Guatemala et de ses couleurs, ses personnages, sa culture et sa nature.

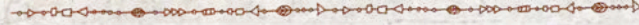
La découverte de votre réalité intérieure, celle de votre Être et de votre Cœur, l'essence de qui vous êtes.

Vivre vos émotions, les **observer**, les **traverser**.

Être présente. Agir. Aimer. Incarner. Créer la réalité dans laquelle vous souhaitez avancer.

Tout cela **entre femmes** afin d'embrasser la petite-fille que vous avez été, les conditionnements, souffrances et blessures qu'elle a traversés, pour enfin accueillir et incarner la femme que vous êtes en **toute puissance**.

SOPHIE ANASTASSIADES



Professeure de yoga et méditation, thérapeute énergétique et praticienne en Chi Nei Tsang - Consultante en entreprise. Organisatrice d'ateliers et formations en pleine conscience, ayant vécu plus de 3 ans au Guatemala.

"Depuis toute petite, j'ai gardé mon âme d'exploratrice. Je suis d'abord partie explorer le monde, j'ai vécu longtemps à l'étranger principalement en Amérique Latine, pour finalement me rendre compte que ce que je cherchais, l'essentiel était en moi.

Je me consacre donc depuis plus de dix ans à la connaissance du soi, à la libération de ce qui me fait souffrir et à l'acceptation et l'Amour de ce qui est déjà là, présent en moi.

L'étude du Tao, de la méditation en pleine conscience et du yoga m'ont permis de me rendre compte qu'il existe des lois universelles, une seule et même conscience, et que seuls les outils pour y accéder changent. Je travaille maintenant à la transmission de ces outils en thérapie individuelle comme en ateliers de groupe. J'accompagne chacun et chacune à marcher sur son chemin personnel comme professionnel."

Alexia et moi partageons le même goût du voyage, du rire et de l'introspection. Le désir de créer un périple au Guatemala ensemble, en utilisant la force de la connexion entre femmes est alors apparu comme une évidence.

Cette force de vie dont nous nous rappelons quand nous sommes ensemble. C'est cela que je souhaite partager et voir émerger.

*massage abdominal basé sur la médecine traditionnelle chinoise



<https://reconnectblog.wordpress.com/>

ALEXIA DELPHIS

Fondatrice de Kayala Voyage, agence de tourisme alternatif au Guatemala et enseignante de Yoga Ashtanga.

L'amour du voyage, la recherche de cette vibration de vie que provoque la perte de repère et la découverte de l'inconnu, m'ont amené à voyager beaucoup, loin, longtemps... Je ressens le voyage comme un puissant outil de transformation intérieure.

J'ai posé mes valises depuis 6 ans au Guatemala.

La beauté et la puissance des éléments naturels, la diversité des visages et paysages, la simplicité, l'authenticité et la bonté des habitants : le Guatemala est un petit « trésor » encore préservé du tourisme de masse.

Au Guatemala, j'ai découvert cette merveilleuse philosophie de connexion à soi (corps et âme) qu'est le yoga. Pratiquante depuis 6 ans et enseignante diplômée de yoga Ashtanga depuis 3 ans, j'ai pu constater que la pratique du yoga permettait d'appréhender l'expérience du voyage avec plus de profondeur : la connexion au corps et à la respiration facilite la pleine conscience de l'esprit.

C'est un réel plaisir pour moi aujourd'hui de mettre à disposition mon expérience en tant qu'organisatrice de voyage et mes connaissances du Guatemala, pour accueillir les enseignements de Sophie dans notre pays de cœur.

Le Guatemala est un pays où vivre l'instant présent est une évidence. Je vous invite à vous mettre au rythme du pays, à vivre pleinement chaque moment, à appréhender avec le sourire les petits imprévus, à vous laisser porter, à être, les yeux et le cœur ouverts, aux VOYAGES extérieur et intérieur...



AU PROGRAMME

Des **visites culturelles** à la découverte des traditions et croyances mayas, l'exploration de sites naturels variés comme des volcans, lacs et forêts tropicales, et des **activités centrées sur l'exploration de Soi**.

Alexia et Sophie voyagent toujours avec leur boîte à outils.

Elles vous proposent différentes expériences; adaptées à l'énergie du moment présent, du groupe et de chacune. Dans un cadre et une énergie douce, il vous sera offert:

- Tous les matins, une pratique d'1h30 de yoga (postures/asanas, pranayama/respiration...) et de méditation.
- Des temps de silence, des temps d'échanges, des cercles de paroles, du "Om Chanting", de la danse libre et intuitive, des jeux de rôles – avec beaucoup de joie et de surprises sur notre chemin.
- La rencontre avec Sebastiana, chaman reconnue, qui mènera notamment une cérémonie chamanique.
- La possibilité de demander des sessions individuelles de Reiki, massages et coaching.

Vous êtes libres de participer ou non aux activités proposées selon votre énergie et envie du moment.



KAYALA
VOYAGE



JOUR 1 - Samedi 15/02/20

Arrivée au Guatemala - Antigua

Accueil à l'aéroport de Guatemala City et route vers la charmante petite ville coloniale d'Antigua.

Nuit à Antigua
45min à 2h de route selon l'heure d'arrivée

JOUR 2 - Dimanche 16/02/20

Antigua

Premiers échanges avec le groupe et première approche en douceur du pays dans cette charmante ville colorée et animée qui se parcourt agréablement à pied.

Se balader dans Antigua, c'est comme faire un voyage dans le temps. A chaque coin de rue, une histoire, un détail architectural, une porte d'entrée parfaite pour initier notre voyage ensemble.

Nuit à Antigua



KAYALA
VOYAGE



JOUR 3 - Lundi 17/02/20

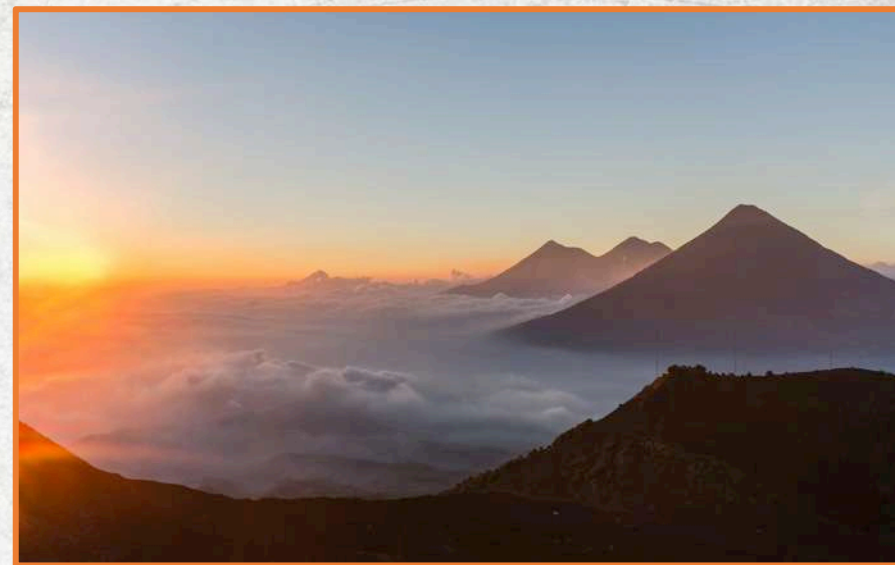
Randonnée au volcan actif Pacaya

Départ matinal pour rejoindre les flancs du Pacaya, l'un des trois volcans actifs du pays.

Les éruptions sont fréquentes. Après une ascension d'1h30 environ, nous verrons se matérialiser les anciens champs de lave.

La beauté et l'intensité de ce volcan nous permettront de sentir ce qui nous anime, ce qui bouillonne à l'intérieur de nous.

En début d'après-midi, nous rejoindrons le lac Atitlán, et poserons nos valises quelques jours dans le village de Santiago Atitlán pour profiter de la beauté, la douceur et « majestuosité » du lac.



Nuit à Santiago Atitlán, face au lac
1h30 de route entre Antigua et le volcan Pacaya
3h30 de route entre le volcan Pacaya et Panajachel
Puis 40 min de bateau pour rejoindre Santiago Atitlán

KAYALA VOYAGE



JOUR 4 Mar 18/02/20

Le lac Atitlán et ses villages

De nombreux villages se trouvent autour du lac Atitlán. Celui de San Juan la Laguna, où vit une communauté maya Tzutujil encore importante, a su préserver ses traditions ancestrales. C'est ici que nous visiterons quelques projets locaux, découvrirons les plantes médicinales utilisées par les mayas pour se guérir et teindre naturellement certains textiles.

Nous traverserons à pied les villages traditionnels de Jaibalito et de Tzununa, par une randonnée vallonnée (1h30 à 2h) à flanc de falaise, offrant une vue grandiose sur le lac et les volcans qui les entourent, Enfin nous rejoindrons notre hôtel à Santiago avec à la clé temps libre et relaxation: piscine/sauna maya/ ou balade libre au village de Santiago (à 10min à pied). Possibilité de réserver un massage (à l'hôtel).



40 min de bateau entre Santiago et San Juan La Laguna
Nuit à Santiago Atitlán, en face du lac

KAYALA VOYAGE



JOUR 5 Mer 19/02/20

Le lac Atitlán et ses volcans

Le Quetzal est l'oiseau emblématique du Guatemala. Il est aujourd'hui rare de l'apercevoir et de l'approcher. Alexia nous guidera dans les endroits qu'elle a exploré pour tenter de l'apercevoir.

Nous aurons également la chance de contempler depuis le mirador une vue à 180 degrés, avec lac et volcans d'un côté, océan et côte Pacifique de l'autre. Une halte au village de Santiago sera possible pour celles qui le souhaitent.

Nous reprendrons ensuite le bateau pour rejoindre la Mystical yoga Farm, un petit coin de paradis isolé en bordure de lac, face aux volcans. C'est un lieu idéal pour se ressourcer en pleine nature.



Nuit à Santiago Atitlán, face au lac
10 min de bateau

KAYALA
VOYAGE



JOUR 6 Jeu 20/02/20

Chichicastenango et cosmovision maya

Nous reprendrons la route vers le village de Chichicastenango où nous serons accueillies par Sebastiana, femme médecine et chamane maya de l'ethnie Quiche. Sebastiana est une chamane reconnue internationalement, invitée dans le monde entier pour transmettre ses connaissances sur la médecine traditionnelle maya.

Et devinez quoi? Sebastiana nous recevra chez elle, et réalisera pour nous, une cérémonie sacrée autour du feu. L'occasion de découvrir en profondeur la cosmovision maya, de profiter d'un échange intime et authentique.

Après ces moments d'émotions, nous pourrons profiter de l'émulation du marché coloré de Chichicastenango qui ravira les adeptes des beaux tissus.

Enfin, de retour sur Antigua nous aurons certainement la chance d'observer les traditionnelles processions de la semaine Sainte (moment unique et magique dans l'année où les catholiques célèbrent Pâques avec joie et couleurs) .



Nuit à Antigua
40 min de bateau

1h30 de route Panajachel – Chichicastenango
2h30 de route Chichicastenango – Antigua

KAYALA VOYAGE



JOUR 7 Ven 21/02/20

Lanquin, région des Vérápaces

Changement de décor et de climat !

Départ matinal (avant l'aube) pour rejoindre la région reculée des Vérápaces et ses vallons de forêt humide luxuriante.

Nous partons à l'aventure, un trajet un peu plus long que les précédents et parfois agité nous attend (7 heures environ). Cela en vaut la peine, les paysages à l'arrivée sont somptueux.

Nous dormirons en pleine nature dans un lieu magique, écolodge confortable au bord du fleuve « Cahabon ».

Nuit à Lanquin
7h de route entre Antigua et Lanquin



JOUR 8 Sam 22/02/20

Parc naturel Semuc Champey

Nous voici embarquées dans un Pic-up/4x4 pour rejoindre le site naturel Semuc Champey.

Perdues dans la jungle, ces piscines naturelles faites d'eau de pluie sont un plaisir pour la baignade.

Mais pas que! Nous pouvons aussi observer le site d'en haut, grâce à une petite randonnée de 45 min accédant à un point de vue culminant.

Effet « Ouah » garanti!

Nuit à Lanquin
35 à 40minutes de chemin de terre





JOUR 9 Dim 23/02/20

Lac Petén Itza

Après les piscines de Semuc Champey, place à la région de Petén, berceau de la civilisation maya.

Une fois arrivées au lac Petén Itza, nous irons nous balader et prendrons notre temps pour nous imprégner de ce nouveau décor.

Puis nous irons nous nicher dans un écolodge au cœur de la nature près du village El Remate.

Nuit à El Remate
7h de route entre Lanquin et El Remate



JOUR 10 Lun 24/02/20

Cité maya de Tikal

Départ pour le site archéologique de Tikal.

Ses temples mayas et son site naturel magnifique font de Tikal une expérience hors du temps.

Nous prendrons le temps de nous imprégner de la magie de l'endroit, accompagnées par un guide local spécialisé.

Le site est classé au patrimoine mondial de l'Unesco.

Nuit à El Remate
30min de route El Remate – Tikal



KAYALA VOYAGE



JOUR 11 Mar 25/02/20

Cité maya de Yaxha

Plus petit, plus isolé et moins fréquenté que Tikal, ce site cérémoniel maya est plein de charme, et nous donne l'impression d'être de véritables exploratrices.

Nous nous rendrons sur l'île de Topoxte, en barque motorisée pour une expérience unique.

Les singes hurleurs nous accompagneront dans la balade entre temples et pyramides. Temps de partage dans une ambiance à la Indiana Jones...

Si le temps le permet, nous assisterons au coucher du soleil.

Enfin, nous irons nous installer dans le seul et unique écolodge du parc national au cœur de la forêt tropicale, en face du petit lac de Yaxha.



Nuit en écolodge à Yaxha
1h de route environ entre Yaxha et El Remate.

KAYALA
VOYAGE



JOUR 12 Mer 26/02/20

Réserve naturelle « Laguna del Tigre »

Départ matinal pour le parc national naturel « Laguna del Tigre », au cœur de la Biosphère Maya, la plus grande réserve de forêt tropicale de l'Amérique centrale.

Cette partie du pays, isolée et peu explorée par les touristes, nous plonge en immersion dans la nature... en effet, il faudra près de 3h30 de route et de piste pour arriver au petit village de Paso Caballos, où nous serons accueillis par la communauté maya Q'eqchi' pour le repas du midi. Dans l'après-midi, nous prendrons une barque et nous enfoncerons plus profondément dans la réserve pour atteindre notre écolodge, accessible uniquement par bateau...

Nuit en écolodge dans le parc national El Tigre
3h à 3h30 de route et piste et 45min de bateau





JOUR 13 Jeu 27/02/20

Réserve naturelle « Laguna del Tigre »

Nous prendrons le temps d'observer la richesse et la beauté de la nature environnante : ballades dans la jungle luxuriante, à la recherche des nombreuses espèces qui la peuplent : oiseaux exotiques, Aras, iguanes, singes, tapirs, jaguars, pumas etc..

En soirée, sortie en bateau à la rencontre des caïmans et tortues d'eau douce...

Nuit en écolodge dans le parc national El Tigre



JOUR 14 Ven 28/02/20

Réserve naturelle « Laguna del Tigre »

Matinée au lodge pour profiter de la magie de l'endroit et réaliser des pratiques de connexion à soi dans cet environnement exceptionnel. Après le repas du midi, nous prendrons la route pour l'aéroport de Santa Elena, à Flores. Puis vol national en fin de journée pour rejoindre la capitale.

Nuit en hôtel à Ciudad de Guatemala
45min de bateau, 3h de route et piste



KAYALA
VOYAGE



JOUR 15 Sam 29/02/20
Aéroport – Vol retour

Transfert vers l'aéroport pour votre vol retour.



INSCRIPTIONS

Vous êtes intéressées par ce voyage et souhaitez vous inscrire ?

Envoyez un mail à Alexia : info@kayalavoyage.com

Nous vous enverrons un bulletin d'inscription à compléter et il vous sera demandé un acompte pour réserver votre place.

Vous hésitez, vous avez des questions concernant le programme, le pays, les activités, le groupe ... ? N'hésitez pas à nous écrire, nous nous ferons un plaisir de vous répondre :

Alexia : info@kayalavoyage.com

Sophie : sophie.anasta.sa@gmail.com

PRIX DU VOYAGE



PRIX PAR PERSONNE EN BASE CHAMBRE DOUBLE PARTAGÉE

2 500 €

(option chambre individuelle : 375 € en supplément)

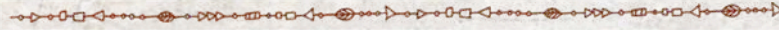
LE PRIX COMPREND :

- 14 nuits dans les logements mentionnés (sous réserve de disponibilité - sinon remplacé par un hôtel de même catégorie), en chambre partagée
- **Tous les repas, du petit déjeuner du J2 au déjeuner du J15**
- Les transferts terrestres en véhicule privé (modèle type Toyota Coaster, a/c et assurance passagers, 4*4 et pick-up) avec chauffeur hispanophone
- Les transferts en bateaux privés sur le lac Atitlán, à Yaxha, au parc national « Laguna del Tigre »
- Accompagnement par Sophie Anastassiades, sur l'ensemble du circuit
- Accompagnement par une guide/traductrice francophone, Alexia Delphis, sur l'ensemble du circuit
- Interventions de Sebastiana, femme chamane médecine, spécialiste du monde maya et de la médecine traditionnelle
- Les entrées aux sites naturels et archéologiques : Pacaya, Semuc Champey, Tikal, Yaxha
- Cérémonie maya
- Guide local au Pacaya, à Tikal et dans la réserve Guacamayas

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- **Le vol international**
- Les taxes éventuelles d'aéroport
- Les repas autres que ceux indiqués
- Les boissons et achats personnels
- Les pourboires
- Vos assurances personnelles de voyage
- Des sessions individuelles avec Sophie Anastassiades.

LOGEMENTS



LIEU	HOTEL / LOGEMENT	SITE WEB
ANTIGUA	Maison particulière dans le centre	...
ATITLAN (Santiago)	Bambu	http://ecobambu.com/
LANQUIN	Utopia	http://www.utopiaecohotel.com
EL REMATE	Posada del cerro	http://www.posadadelcerro.com/
YAXHA	El sombrero	http://www.elsombreroecolodge.com/
RESERVE NATURELLE LAGUNE DEL TIGRE	Las Guacamayas	https://www.lasguacamayas.org
GUATEMALA CITY	Casa Veranda	...

RESPONSABILITE



En aucun cas Kayala Voyage ne pourra être tenu pour responsable du fait de tiers étrangers à la fourniture des prestations prévues au contrat (ex. votre acheminement jusqu'au lieu de départ de votre circuit) ou de la mauvaise exécution du contrat imputable au client. Attention ! Il vous appartient de vous assurer que vous êtes en règle avec les formalités de police, de douane et de santé, pour votre voyage.

Kayala Voyage décline toute responsabilité pour tout événement de force majeure (circonstances politiques, réquisition, déplacements officiels, grèves, conditions climatiques ou sécuritaires, ...) pouvant intervenir lors de votre séjour au Guatemala ou dans les pays voisins. Nous vous conseillons de souscrire depuis votre pays d'origine une assurance couvrant ces risques imprévisibles.

Si pour des raisons impérieuses nous nous trouvons dans l'impossibilité de fournir une part prépondérante des services prévus au contrat, nous ferons tout notre possible pour les remplacer par des prestations équivalentes. Nous pouvons être amenés, lorsque les circonstances nous y contraignent, à substituer un moyen de transport à un autre, un hôtel à un autre, prendre un itinéraire différent ou annuler certaines excursions.