

✧ DU 24 AU 30 MARS 2027 ✧

Stage au Maroc

CONSTELLE ET DANSE

tes racines

Guéris au rythme des 4 éléments



TERRE



EAU



FEU



AIR



Logez dans une maison d'hôtes
dédiée aux soins en mémoire cellulaire
et bien être

Constelle et Danse tes Racines

Guéris au Rythme des 4 Éléments • Du 24 au 30 Mars 2027



✦ 6 jours pour te reconnecter à toi-même au cœur du Maroc

Un voyage sacré pour libérer tes émotions, réveiller ta puissance intérieure et danser ta transformation au rythme des éléments.

Tu ressens peut-être le besoin de faire une pause, de déposer ce qui t'encombre ou de retrouver un second souffle. Peut-être traverses-tu une étape importante, ou cherches-tu simplement à te reconnecter à ce qui compte vraiment pour toi. Le voyage « **Constelle & danse tes Racines** » a été conçu comme une traversée transformatrice guidée par la sagesse des 4 Éléments qui te constituent :



Terre : Tes racines, tes lignées, ta place, ton ancrage.



Eau : Ta Matrice de vie, tes mémoires, tes émotions, reconnexion-libération.



Feu : Ton moteur et ta lumière, transmutation.



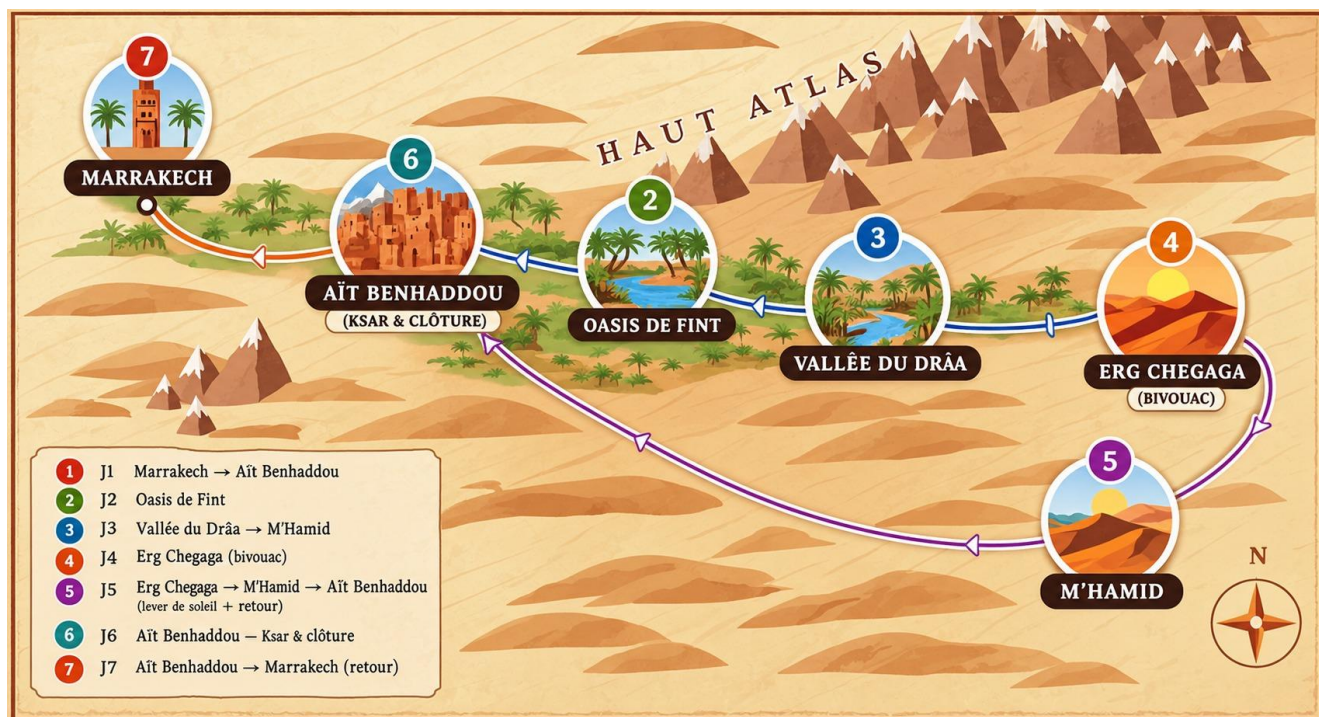
Air : Ton inspiration, ton lien à la transcendance, envol.

À travers la Biodanza, les Constellations, les séances de libération émotionnelle, les rituels en nature et les cercles de parole, tu traverseras des paysages grandioses et tes propres paysages intérieurs. Porté par la force et la bienveillance du groupe, la beauté et l'authenticité du cadre, ton besoin singulier ou ta problématique trouvera sa juste résonance dans l'expérience collective.

Viens comme tu es, avec une intention précise, un blocage à traverser ou une question à éclairer.

Le chemin de retour à toi-même commence ici.

PROGRAMME DU SÉJOUR



J1 ACCUEIL	J2 TERRE	J3 EAU	J4 FEU	J5 AIR	J6 AIR	J7 RETOUR
----------------------	--------------------	------------------	------------------	------------------	------------------	---------------------

JOUR 1 — L'Accueil



Col du Tichka & Aït Benhaddou : Franchir la chaîne de l'Atlas, c'est quitter le tumulte du monde extérieur pour basculer dans la matrice de terre rouge du Sud. Aït Benhaddou, ksar séculaire inscrit au patrimoine mondial, représente le refuge, le socle et la mémoire ancestrale.

- **Matin :** Transfert Marrakech (3h30-4h). Installation Dar Saada.
- **Après-midi :** Cercle de présentation / Vivencia d'accueil.
- **Soirée :** Repas de bienvenue.

Nuit : Dar Saada (Aït Benhaddou)

JOUR 2 — LA TERRE : S'ancrer & retisser ses Racines



L'Oasis de Fint : Une oasis cachée au creux du désert noir minéral. C'est le symbole du ventre maternel, de la vie qui jaillit au cœur de la roche, de l'enracinement profond et du savoir-faire ancestral Amazigh.

- **Matin :** Départ Oasis de Fint Visite, Méditation guidée au bord de l'eau sous les palmiers, cercle de parole.
- **Après-midi :** Vivencia TERRE (ancrage). Temps libre / Massage / Santé Humaniste.
- **Soirée :** Constellations Familiales.

Nuit : Dar Saada (Aït Benhaddou)



JOUR 3 — L'EAU : La vallée du Drâa, vers le seuil du désert

📍 **La vallée du Drâa** — De palmeraie en palmeraie, le Drâa serpente vers le sud avant de se dissoudre dans les sables. Symbole de la mémoire qui coule, des émotions en mouvement, de la fluidité qui prépare au lâcher-prise du désert.

- **Matin** : Départ d'Aït Benhaddou. Traversée de la vallée du Drâa par Ouarzazate → Agdz → Zagora, avec plusieurs haltes dans les palmeraies et villages en chemin.
- **Midi** : Déjeuner en route.
- **Après-midi** : Poursuite vers M'Hamid. Travail autour de l'Eau : mémoire, émotions, fluidité.
- **Soirée** : Arrivée à M'Hamid, préparation de l'entrée dans le désert. Constellation. Dîner et temps calme.

🏠 **Nuit : M'Hamid (ou à proximité)**



JOUR 4 — LE FEU : L'Erg Chegaga, réveiller sa puissance

📍 **Erg Chegaga** — Les plus grandes dunes du Sud marocain, sculptées par le vent et embrasées au coucher du soleil. Symbole de l'énergie solaire, de la transmutation par le feu, de la puissance qui se réveille dans l'immensité.

- **Matin** : Départ de M'Hamid en 4x4, traversée du désert et de la hamada, halte possible à l'oasis sacrée.
- **Midi** : Déjeuner en chemin ou à l'arrivée aux dunes.
- **Après-midi** : Arrivée dans les grandes dunes de Chegaga. Marche dans les dunes, temps de silence, travail individuel d'écriture.
- **Soirée** : Coucher de soleil sur l'Erg. Vivencia FEU & rituel du feu dans le désert (tambours, danse, cercle). Dîner sous les étoiles.

🏠 **Nuit : Bivouac à Erg Chegaga**



JOUR 5 — L'AIR : Envol dans les dunes & retour

📍 **Lever de soleil sur l'Erg Chegaga** — Le souffle qui se lève avec le jour sur l'immensité des dunes. Symbole de l'expansion, de la respiration retrouvée, de l'envol après la traversée du Feu.

- **Matin** : Lever du soleil dans les dunes, marche silencieuse et méditation. Petit-déjeuner au bivouac, puis retour en 4x4 vers M'Hamid. Constellation
- **Midi** : Déjeuner en route (remontée par Zagora → Agdz → Ouarzazate).
- **Après-midi** : Arrivée à Aït Benhaddou en fin d'après-midi. Temps calme.
- **Soirée** : Vivencia AIR.

🏠 **Nuit : Dar Saada (Aït Benhaddou)**

JOUR 6 — L'AIR : Prendre son envol & célébrer

📍 **Sommet du Ksar d'Aït Benhaddou** — Prendre de la hauteur physiquement au sommet de l'agadir (grenier fortifié) offre une vue à 360° sur la vallée et le désert. C'est la métaphore ultime du stage : l'envol, la prise de recul, la clarté d'esprit et l'intégration des 4 éléments réunis.

- **Matin** : Ascension du Ksar jusqu'au point le plus haut.
- **Fin matinée** : Vivencia AIR.
- **Après-midi** : Temps libre puis Constellation.
- **Soirée** : Dernier cercle, repas de fête & rituel de clôture.

(De quoi j'ai pu m'alléger ? Mes désirs ? Qu'est-ce que j'ai envie de réaliser, d'incarner à mon retour ? C'est quoi l'émotion qui est là pour moi, Avec quoi je repars ?).

🏠 **Nuit : Dar Saada (Aït Benhaddou)**



JOUR 7 — Intégration et retour à soi

- **Matin** : Transfert aéroport Marrakech. Vol retour.

TARIF DU STAGE



STAGE : **1 050 €**

au départ de Toulouse – VOL EN SUPPLÉMENT



Le tarif comprend :

hébergement en pension complète, transferts aéroports, transport en minibus privé.



Le tarif ne comprend pas :

vol jusqu'à Marrakech ; assurances, dont rapatriement ; dépenses personnelles ; boissons sur la route.



Places limitées – Effet Wouah garantie !



Sur réservation uniquement avec acompte de 500€

RENSEIGNEMENTS & RESERVATIONS



Sandrine

 **06 50 40 27 02**

 ginersandrine@yahoo.fr



Claire

 **06 84 18 23 69**

 clairembadie@yahoo.fr