

The background of the entire page is a photograph of a person standing on a rocky outcrop in the ocean at sunset. The person is in a yoga pose with their arms extended horizontally. The sky is filled with dramatic, colorful clouds in shades of orange, red, and blue. The sun is low on the horizon, creating a bright glow and reflecting on the water. The overall mood is serene and peaceful.

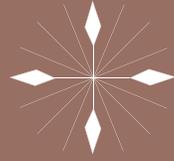
# Yoga & Ocean

- Sur la côte Atlantique Nord Maroc -

Du 11 au 15 mars 2024

Marie LN et Tania / Groupe 6 à 10 pers.

Depuis Tanger



# YOGA & OCEAN

---

Du 11 au 15 mars - 5 jours / 4 nuits  
Groupe de 6 à 10 personnes + 2 coachs françaises yoga et méditation





## 2 | ITINÉRAIRE DÉTAILLÉ

11/03  
Moulay  
Bousselham

### Bienvenue à Tanger

Arrivée de votre vol à Tanger à 8h10 (vol depuis Marseille, autres vols possibilité de transfert avec supplément de tarif). Transfert privatif vers votre maison d'hôtes en bord de mer, au **village de pêcheurs de Moulay Bousselham, sur la côte Atlantique**. Un village encore traditionnel, avec une superbe immense plage de sable et un port de pêche à l'ancienne.

#### Installation à la Vila Béa :

- \* La Vila Bea est la réalisation du rêve de Béatrice et Stéphane de pouvoir réunir en un seul lieu leurs passions du Maroc, du design et du style (inspiré des 60's), de l'amitié, du plaisir de recevoir et de la mer.
- \* 8 chambres spacieuses de 25 à 40 m2 dont 4 avec vue panoramique sur mer et 2 avec terrasse privative.
- \* Grande terrasse sur le toit, idéale pour le yoga et jardin avec piscine chauffée !

#### Déjeuner d'accueil à la Vila Bea.

En fin d'après-midi, séance de Yin Yoga d'1h15, suivie de Yoga Nidra de 50 minutes.



Dîner et nuit à la Vila Bea en chambres de 2 personnes.



1h30  
120 km



## 2 | ITINÉRAIRE DÉTAILLÉ

12 & 13/03  
Moulay  
Bousselham

### Yoga & promenade en bord de mer

Séance Nidra et Yin yoga le matin sur la plage.

#### \* Visite de Moulay Bousselham :

Havre de tranquillité encore peu fréquenté par les touristes, Moulay Bousselham offre une atmosphère authentique, nichée entre les eaux calmes de la lagune et ses bancs de sable. Au gré des marées, des piscines naturelles où il fait bon se lover se forment dans le creux des rochers (l'eau est fraîche en mars, mais vivifiante !).

Juste à côté du mirador, en descendant vers le fleuve et dans une zone peu entretenue, on peut voir plusieurs marabouts : le plus grand est celui de Moulay Bousselham, la zone de restaurants et le marché. En partant du mirador et en suivant la côte en direction du nord, nous arrivons à la zone résidentielle de villas qui donnent sur la plage, juste avant d'atteindre la nouvelle promenade maritime. Enfin, avant de parvenir au mirador et juste à côté du fleuve se trouve un embarcadère où il est possible **de louer des petits bateaux afin de découvrir la lagune** (compter environ 150 DHs / personne pour une balade en bateau de 1h30 à 2h, avec un pêcheur).

Déjeuner à la Vila Bea.

2e séance yoga en fin de journée : bikram yoga suivi d'une méditation.



Dîner et 2e et 3e nuit à la Vila Bea.





## 2 | ITINÉRAIRE DÉTAILLÉ

14/03  
Tanger

### Tanger, ville internationale et ville d'artistes

Séance de Yin Yoga sur le toit-terrasse de la villa.

Après le petit déjeuner, départ de la Vila Bea à 10h30 en minibus.

Transfert vers la médina de Tanger et installation à votre hôtel El Minzah, situé entre la nouvelle ville et la médina. C'est le plus ancien palace de la ville, où Churchill et de nombreuses célébrités des années 30 aiment passer leurs vacances.

C'est aujourd'hui un hôtel plus simple, mais qui a conservé son piano bar à l'ancienne. Grand jardin avec vue sur la baie de Tanger.

Déjeuner libre et visite libre de Tanger.

Direction les souks de la médina à la découverte des places, des petites rues du souk alimentaire, des ateliers d'artistes. Puis remontez vers la kasbah, entièrement rénovée en 2021 : superbes petites rues, maisons blanches et vues sur la mer.

Les visites culturelles à Tanger : **Musée de la légation américaine, la Fondation Lorin** pour mieux connaître les artistes qui vécurent à Tanger (Matisse, Paul Bowles, Paul Morand, Mohamed Choukri, etc.), **la Villa Harris dans le quartier de Malabata** de l'autre côté de la baie (peintres marocains et européens, belle villa dans un grand jardin, plage juste en face).



Dîner libre à Tanger (mon conseil : le Morocco Club avec musique côté piano bar).  
Nuit à l'hôtel El Minzah en chambres doubles.



2h00  
130 km



## 2 | ITINÉRAIRE DÉTAILLÉ

15/03  
Retour

Fin de séjour

Après le petit-déjeuner, à 7h00, transfert en minibus vers l'aéroport de Tanger (30 min de route environ).

Vol retour à 9h30.





## Yoga & Ocean

sur la côte atlantique nord-marocaine

1060€

par pers.  
hors aérien

### Le prix comprend

- \* Les hébergements pour 4 nuits (dont 3 nuits à la Vila Béa, privatisée pour le groupe), en chambres doubles, en petit-déjeuner
- \* Les déjeuners des J1, 2 et 3
- \* Les dîners des J1, 2 et 3
- \* Les prestations yoga avec vos 2 coachs tel que mentionné au programme
- \* Les transferts en minibus tels que mentionnés au programme
- \* Taxes de séjour et frais de dossier

### Le prix ne comprend pas

- \* Les vols A/R
- \* Les pourboires (env. 30€/pers. à votre appréciation)
- \* Les boissons hors eau et thé pendant les repas
- \* Le déjeuner et le diner du J4
- \* Les entrées aux musées/monuments
- \* Les dépenses personnelles (souvenirs, hammam...)
- \* Les assurances voyage personnelles



# 4 | DÉTAIL HÉBERGEMENT

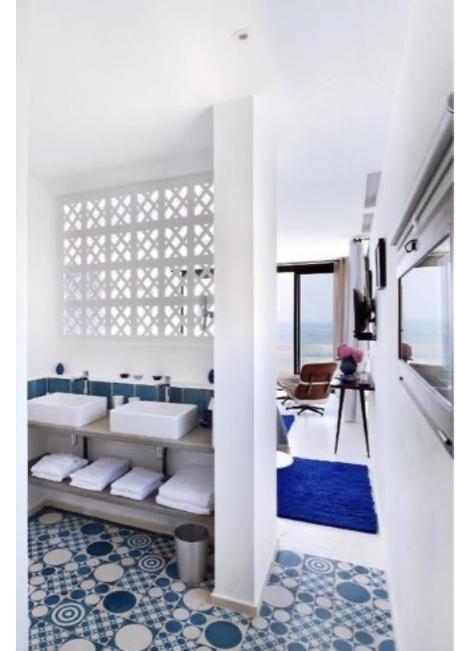
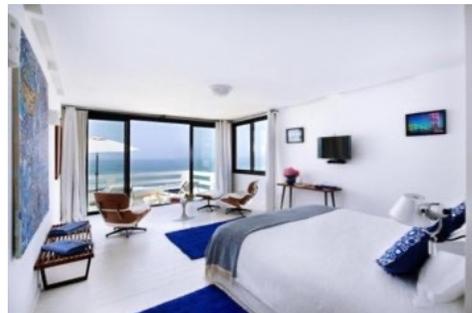
Moulay  
Bousselham

Vila Bea

- ▶ Une très belle maison d'hôtes blanche et bleue qui surplombe l'océan.
- ▶ Beatrice et Stephane y ont réuni leurs passions du Maroc, du design et du style, de l'amitié, du plaisir de recevoir et de la mer.
- ▶ Décoration mêlant artisanat marocain traditionnel et design des années 50 à 70.
- ▶ Piscine chauffée, hammam, salon cinéma, bar, solarium, salle de massage, fitness.
- ▶ 8 chambres supérieures, spacieuses et confortables
- ▶ En pension complète



Design &  
confort





# 4 | ZOOM HEBERGEMENT

Tanger

## HOTEL EL MINZAH - Hôtel traditionnel avec vue sur la baie de Tanger

- ▶ Hôtel mythique de la ville, entre médina et Café de France
- ▶ Beau jardin avec piscine et vue sur la baie de Tanger
- ▶ Terrasse sur le toit avec vue sur la ville
- ▶ Hôtel des années 30, témoignage des fastes tangeroises
- ▶ Chambres doubles supérieures avec salle de bain privée
- ▶ En petit déjeuner

Tradition  
& Vue





[www.authentik-traveller-maroc.com](http://www.authentik-traveller-maroc.com)



Emmanuelle

[authentik.traveller@gmail.com](mailto:authentik.traveller@gmail.com)

Whatsapp +212 6 16 22 14 56