

# NAGER AVEC LES DAUPHINS EN LIBERTÉ

Se laisser rencontrer sur la voie du cœur et de la joie

24 – 31 décembre 2023

*Ce voyage est une invitation à se laisser rencontrer par le peuple des Dauphins, dans les eaux de la baie égyptienne de Sataya. Cette semaine est une immersion sensorielle pour respirer au rythme des dauphins, pour se laisser bercer par la mer et laisser émerger, depuis l'espace du cœur, nos rêves et ce que l'on a de plus beau à offrir au monde.*

## INTENTION DU VOYAGE ET PROGRAMME

Tout au long de la semaine, différentes pratiques et explorations vous seront proposées pour vous accompagner dans cette rencontre sur le chemin du cœur et de la joie aux côtés des dauphins.

- Pratiques corporelles et sensorielles pour ralentir, écouter et se synchroniser avec le rythme des dauphins et de la Baie (respiration, relaxation, yoga doux, réveils corporels, bains sensoriels, lectures de contes, méditations en mouvement)
- Pratiques intuitives et créatives pour se connecter à la puissance du cœur, célébrer la joie de vivre et l'émerveillement (danse, peinture, dessin, écriture, collage...)
- Exploration de ses dons naturels (initiation à la découverte des talents à travers l'approche Gallup pour les adultes et les enfants à partir de 11 ans)
- Entrer dans l'espace de rêve et laisser émerger son rêve pour 2024 (visualisation, coller et danser son rêve, pratique de collage intuitif)
- Rituels pour remercier le vivant qui nous entoure
- Être en groupe et grandir des expériences de chacun. Chaque jour un cercle de partage sera proposé pour nous permettre de partager et intégrer les rencontres de la journée.

## EXPÉRIENCE

- √ *Un voyage joyeux et serein*
- √ *Un cadre exceptionnel, écrin de beauté, propice à une reconnexion à soi, à l'autre et au vivant*
- √ *Un rêve à vivre en famille, entre amis, ou pour un voyage solo*
- √ *A la portée de tous les niveaux sportifs*
- √ *Moments de ressourcement, d'émerveillement, de découverte*
- √ *Ateliers créatifs et pratiques sensorielles*
- √ *Découverte de son potentiel naturel et inné à travers différentes explorations*
- √ *Peu de navigation (environ 2 heures le 2ème et le 7ème jour)*

## VOS ACCOMPAGNATEURS



### HANNA KALMENSON

Hanna est l'organisatrice et la coordinatrice du voyage. Ayant vécu cette expérience à plusieurs reprises, elle a à cœur de faciliter la rencontre avec les dauphins de la manière la plus inclusive possible. Son désir est de créer des expériences intégratives, au cours desquelles ceux qui le souhaitent pourront révéler une partie d'eux-mêmes, tout en rencontrant une partie de l'autre.



### JEANNE GLORIAN

Coach en développement intégral, révélatrice de talents et facilitatrice de cercles, Jeanne accompagne les êtres dans la découverte de leur potentiel unique. A travers des ateliers collectifs et des accompagnements individuels personnalisés elle propose à chacun de se reconnecter à (la) sa Nature, à sa créativité, à son potentiel et sa vibration unique. Passionnée par les expériences immersives et créatives, Jeanne utilise également la musique, la visualisation, l'écriture et le collage pour découvrir d'autres dimensions de soi et accéder à des mondes plus subtils, inconscients et imaginaires.



### HAMADA

Hamada encadre les voyages dauphins depuis 19 ans. Il sera notre guide et maître plongeur. Il nous accompagnera dans l'eau, nous bluffera par sa connaissance de la baie et par sa connexion avec les dauphins.



### KHALED

Khaled sera notre guide plongée. Doté d'un humour paisible et d'un sourire constant, il accompagnera en douceur et avec professionnalisme les plongées bouteilles dans les profondeurs de la mer rouge.

# DÉTAILS PRATIQUES

**DATES: Dimanche 24.12. 23 au Dimanche 31.12 2023**

**PRIX CROISIÈRE: 1390 EUR**

Familles nombreuses (à partir de 4 personnes): réduction de 150 EUR par personne  
Enfants moins de 10 ans : réduction de 150 EUR par enfant

## **Le prix comprend :**

- √ 7 nuits sur le bateau en cabine double avec salle de bains
- √ Pension complète<sup>1</sup>
- √ Sorties dauphins et snorkeling
- √ Encadrement par les guides
- √ Taxes Gouvernementales et environnementales
- √ Frais de dossier

## **En Supplément :**

- \* Cabine individuelle (100 EUR – option limitée. Ces cabines seront attribuées en fonction de l'ordre d'inscription)
- \* Cabine sur le pont (50 EUR - option limitée. Ces cabines seront attribuées en fonction de l'ordre d'inscription)
- \* Excursions du 31.12 jusqu'au 5/01 (contacter l'organisateur pour les différentes options)

**Vols A/R (à réserver directement en ligne ou via votre agence de voyage)**

---

<sup>1</sup> Trois repas par jour sous forme de buffets variés, snacks, eau et boissons fraîches et chaudes à volonté, boissons non alcoolisées.

# PROGRAMME DÉTAILLÉ

## **JOUR 1 : Arrivée et installation sur le bateau**

RDV au comptoir de l'aéroport pour le départ vers Marsa Alam. A l'arrivée, vous achèterez votre visa, passerez par la douane et récupérerez vos bagages.

Après un trajet de 2 heures de bus environ, durant lequel vous pourrez apercevoir la mer rouge et ses dunes, vous arriverez au port de Hamata. Vos valises seront déchargées par le personnel et vous serez guidés vers le bateau, où vous pourrez vous installer dans vos cabines.

Nous nous retrouverons ensuite sur le pont intermédiaire pour un premier briefing sur le déroulement de la semaine, les consignes de sécurité et la vie sur le bateau.

Après un diner savoureux, vous vous installerez pour votre première nuit. Certains préféreront dormir sous les étoiles... vous aurez la possibilité d'installer des matelas sur le pont pour y passer la nuit !

## **JOUR 2: Arrivée à Sataya – la Baie des dauphins**

Au petit matin, après avoir reçu l'autorisation des gardes côtes, le bateau entamera la traversée qui durera environ 2 heures jusque la baie de Sataya. Vous arriverez dans ce lagon aux eaux turquoise, situé au milieu de la mer rouge. La baie, en forme de cœur, est le lieu où les dauphins viennent se reposer et jouer en journée.

Le lagon est peu profond et a un fond de sable blanc. Le bateau y sera amarré, à distance respectueuse de l'endroit où vivent les dauphins, et y restera jusqu'au jour du retour. Il ne tanguera quasiment pas.

Nous y prendrons le petit déjeuner et nous nous préparerons à la rencontre des dauphins.

Après une première mise à l'eau près du bateau afin de vérifier le matériel (masques, tuba, palmes), nous irons à la rencontre des dauphins ou à la découverte des récifs. Les guides donneront des indications afin que les interactions avec les dauphins se fassent dans le respect de tous.

Nous nous retrouverons ensuite pour notre premier cercle de partage pour intégrer les expériences vécues dans la journée.

## **JOUR 3-6 : Immersion**

Chaque jour, vous aurez l'occasion de faire trois sorties pour aller nager avec les dauphins, explorer les récifs, faire de la plongée et découvrir les différents recoins de la baie.

En fonction de ce qui émergera, des activités vous seront proposées :

- Pratiques créatives et artistiques : collage intuitif, peinture, poésie vivante, écritures, chants.
- Pratiques d'ancrage dans le corps, yoga doux, danses, méditation en mouvement...
- Reconnexion de manière sensorielle à l'eau
- Rituel de connexion et de gratitude
- Exploration de techniques de respiration
- Exploration du son et de la vibration
- Et bien sûr, la découverte de vos talents selon l'approche Gallup

## **JOUR 7 : Départ**

Le bateau reprendra la direction du port de Hamata, où le bus vous attendra pour vous déposer à l'aéroport. Vous quitterez l'Égypte avec des images plein la tête, des souvenirs inoubliables.

*Ce programme est donné à titre indicatif et peut être modifié sans préavis en fonction des conditions météorologiques, obligations gouvernementales ou autre évènement hors de notre contrôle.*

