

Voyage à l'intérieur de vous en Inde

avec **NATHALIE CERISIER**,
votre guide en bien-être
et cheffe d'entreprises

Du 18 au 28 Octobre 2026
Inde du Sud & Ayurveda



Une transformation en profondeur pour réaligner corps et esprit

Un voyage unique : une retraite



Te **déconnecter** du
quotidien, te **recentrer** et
faire une **introspection**



Retrouver ton **équilibre**
et ton **énergie**



Vivre une **transformation**
profonde & unique



6 jours de cure
ayurvédique & yoga



Des **rencontres**
exceptionnelles



nathaliecerisier.fr

nathalie.cerisier21@orange.fr - 06 86 62 51 27



LE PROGRAMME

Un itinéraire en 3 temps :



Immersion & découverte

Plongée au cœur
du Kerala



Reconnexion à soi

Moments de silence,
exercices en conscience



Transformation & ancrage

Clés et pratiques pour
intégrer les apprentissages

Ce voyage en Inde est une parenthèse dédiée
à ta **transformation intérieure, avec l'accompagnement
sur-mesure de Nathalie Cerisier** durant tout le séjour.

Entre moments de **silence, pratiques en conscience, yoga,
massages ayurveda** et **soins ayurvédiques**, tu vivras une
immersion totale dans l'énergie du Kerala.

La **simplicité** et la **bienveillance** guideront chaque étape
de ce séjour, te permettant de **te reconnecter
à toi-même, à tes 8 domaines de vie et tes 4 corps.**

Des **moments d'introspection profonds** seront équilibrés
par des **échanges enrichissants**, des **rituels énergétiques**,
et un **checkup santé par un médecin.**

Pour enrichir encore plus cette expérience, un **guide indien
sera présent** pour t'accompagner dans les visites et te
transmettre la richesse culturelle et spirituelle de cette
terre sacrée.

Une aventure pour **aligner ton corps, ton esprit
et ton âme**, tout en ouvrant ton **champ des possibles.**



Places limitées !



Pourquoi ce voyage ?

Tu ressens le besoin d'un reset, d'un souffle nouveau ?

Ce séminaire est spécialement conçu pour celles et ceux qui souhaitent retrouver leur **équilibre** et **s'aligner avec leurs aspirations profondes**. Il offre une opportunité unique de mieux **comprendre le lien entre le quantique et la matière**, tout en développant une nouvelle capacité à percevoir les synchronicités de la vie.

Les temps forts

Ce séjour itinérant **au cœur de l'Inde du Sud** t'emmène entre lagons paisibles, lieux sacrés et **l'ashram d'Amma**.

À bord d'un bateau au **Kerala**, dans l'énergie des villes ou la sérénité des campagnes, **chaque étape invite à la reconnexion**.

Cures ayurvédiques, yoga et **expériences en conscience** t'aideront à **aligner corps et esprit**.

Entre silence et échanges profonds, ce voyage est une **immersion** pour être **pleinement présent à toi-même et aux autres**.



Un cadre unique pour **explorer tes 4 corps** : physique, mental, émotionnel et spirituel ; et les **harmoniser**.



Des **pratiques puissantes** pour ancrer des **transformations concrètes**.



Des **rencontres marquantes**, qui ne sont jamais dues au hasard, viendront **enrichir ton cheminement**.



6 jours de soins et **massages ayurvédiques personnalisés**, pratique du **yoga**

A qui s'adresse ce voyage ?

Entrepreneurs, leaders,
personnes en quête de **sens** et de **transformation**



Ce séjour en Inde te permettra non seulement
de **retrouver ton équilibre intérieur**,
mais aussi de faire des **rencontres puissantes**,
qui ne sont jamais dues au hasard.
Chacune de ces rencontres viendra enrichir ton parcours,
t'offrir de **nouvelles perspectives** et t'aider à avancer
sur le chemin de ta **transformation**.



Tarifs & Inscriptions

Agence Osmozz : 3640€

Accompagnement Nathalie Cerisier : 1200€

Chambre solo : +500€

Prévoir 50€ de pourboires

Accès exclusif :

6 mois de suivi post-voyage via un groupe WhatsApp 1 fois par mois



Besoin d'un reset ? Prêt.e à vivre une transformation puissante ?

Places limitées – Entretien préalable obligatoire pour valider l'inscription

Et un accompagnement tout au long du voyage...

Programme détaillé

18
oct.

Départ pour l'Inde

Vol Paris - Cochin avec escale à Dubaï
Nuit à bord

19
oct.

Arrivée en Inde & croisière

Arrivée à Cochin tôt le matin
Transfert vers Alleppey (2h30 de route)
Embarquement sur un houseboat traditionnel,
déjeuner & dîner à bord
Soirée détente sur l'eau, coucher de soleil...

20
oct.

Immersion spirituelle à Amma Ashram

Départ pour Amritapuri (2h de route) chez Amma
Installation à l'Ashram de Mata Amritanandamayi
Participation aux activités spirituelles
Repas végétariens et nuit sur place

21
oct.

Journée de retraite spirituelle

Méditation au lever du soleil
Pratiques et enseignements spirituels de l'Ashram
Rencontre et échanges avec les résidents
Nuit à l'Ashram

Places limitées !



22
Oct.

*Direction l'île de Poovar &
début des soins ayurvédiques*

Départ pour Poovar (3h de route)
Installation à Isola Di Cocco Beach Resort (5*)
Consultation avec un médecin ayurvédique
Première séance de yoga et relaxation
Dîner ayurvédique - Nuit à l'hôtel

23
–
27
Oct.

Retraite ayurvédique & bien-être

Chaque jour :

Soins ayurvédiques personnalisés (90min)
Séances de yoga et méditation
Ateliers bien-être, **création de Nathalie Cerisier**
Temps libre pour l'introspection & l'exploration

Activités spéciales :

Croisière en bateau sur les backwaters
Spectacle de danse traditionnelle
Ateliers d'éveil et d'introspection

28
Oct.

Derniers soins et retour à Trivandrum

Dernière séance ayurvédique
Temps de partage et clôture du séjour
Transfert à l'aéroport en soirée

29
Oct.

Retour en France

Vol de nuit Trivandrum - Paris via Dubaï
Arrivée à Paris en fin d'après-midi

Places limitées !



Offrez-vous ce cadeau !

Vous, qui avez un emploi du temps bien chargé :

Vivez un **voyage intérieur revitalisant**, une **immersion** où chaque instant vous rapproche de votre **essence profonde**.

À travers l'exploration des **grands principes d'une vie épanouie**, reconnectez-vous à votre **énergie**, votre **clarté** et votre **alignement**.

Je garantie un avant et un après voyage dans tous vos domaines de vie.



**Avec plaisir pour
t'accueillir dans ce
voyage unique !**

**Merci,
Nathalie Cerisier**

"Vis, Ose"

Thérapeute en bien-être

Cheffe d'entreprises

Créatrice de programmes de voyages