



INDE INTÉRIEURE : SPIRITUALITÉ, TRADITIONS & BIEN-ÊTRE

*Delhi – Temple d’Or – Ville Rose –
Varanasi- Retreat Ayurveda- Mumbai*
**11 nuits / 12 jours – Février / Mars
2027**

Circuit du Triangle d’Or en Inde offre un voyage inoubliable à travers les destinations les plus emblématiques du pays — Delhi, et Jaipur — en combinant harmonieusement histoire, culture et grandeur architecturale.

Le voyage débute à Delhi, la vibrante capitale de l’Inde, où les voyageurs découvrent un fascinant mélange de monuments moghols, de charme colonial et d’énergie moderne. Puis envol vers Amritsar, berceau du Temple d’Or et l’une des villes les plus anciennes et fascinantes de l’Inde. C’est un haut lieu de l’histoire et de la culture sikhes.

L’itinéraire se poursuit ensuite vers Jaipur, la flamboyante « Ville Rose » du Rajasthan, réputée pour ses forts majestueux, ses palais royaux et ses bazars animés.

Enfin, le voyage s’achève par une semaine de régénération et de détox dans l’un des tout nouveaux spa-resorts de l’Inde, réputé pour ses thérapies traditionnelles et modernes.

Dans son ensemble, ce circuit offre un parfait équilibre entre patrimoine, histoire et beauté naturelle, capturant toute l’essence de l’Incroyable Inde.



28 février – Départ de Paris CDG vers Delhi

Le grand départ. Celui où l'on laisse derrière soi le quotidien pour s'ouvrir à l'inconnu, à la sagesse ancienne et à une transformation intérieure. Le voyage commence bien avant l'arrivée...

Jour 1 (01 Mars) Arrivée à Delhi | Premiers pas dans l'Inde historique

Arrivée à Delhi, porte d'entrée de l'Inde. Accueil et transfert à l'hôtel. Premières impressions de cette capitale fascinante, où se mêlent héritage moghol, influences coloniales et énergie contemporaine. Bienvenue dans la capitale de l'Inde, point de départ d'un voyage à travers les fascinants jalons de l'Inde médiévale du Nord. À Delhi, les guerres se sont succédé et les souverains se sont relayés, tandis que la vie quotidienne s'est poursuivie avec une étonnante continuité. Aujourd'hui encore, ces fragments du passé demeurent visibles, malgré les profondes transformations qu'a connues la ville au fil des décennies.

Sur cette terre légendaire qui aurait vu s'élever **sept villes successives**, l'ancien et le moderne se côtoient sans cesse, offrant un panorama captivant. Delhi révèle un équilibre singulier entre chaos et stabilité, tradition et modernité, dans un mélange vibrant qui crée un univers à part entière.

Dans l'après-midi, découverte de **New Delhi**, avec la visite du **Tombeau d'Humayun**, édifié par l'épouse du deuxième empereur moghol et considéré comme le précurseur du Taj Mahal. La visite se poursuit avec le **Qutub Minar**, la plus haute tour de pierre d'Inde culminant à 72 mètres, ainsi que les vestiges de la mosquée **Quwat-ul-Islam** (« Lumière de l'Islam »). Vous y découvrirez également l'un des objets antiques les plus intrigants de la ville : le pilier de fer non corrodé, datant du IV^e siècle après J.-C.

Sur le chemin du retour, passage panoramique devant **India Gate**, mémorial de la Première Guerre mondiale, puis le long de l'avenue cérémonielle menant à la résidence présidentielle, bordée par les bâtiments du Parlement et du Secrétariat.



Jour 2 (02 Mars) Vieux Delhi | Immersion dans l'âme de la ville

La journée débute par la découverte du monument emblématique du Vieux Delhi : le majestueux **Fort Rouge**, imposante forteresse de grès rouge témoignant de la puissance de l'Empire moghol. À quelques pas de là se dresse la **Jama Masjid**, mosquée du XVII^e siècle et la plus grande d'Inde, symbole incontournable de l'architecture moghole et de la vie spirituelle de la ville.

Poursuite de la visite à travers les ruelles étroites de **Chandni Chowk**, véritable cœur battant du Vieux Delhi. Une immersion intense dans l'effervescence d'un bazar oriental animé, où se mêlent couleurs, parfums d'épices, voix et scènes de vie quotidienne.

Déjeuner dans un **haveli traditionnel**, offrant une vue imprenable sur la mosquée, suivi d'une **balade en rickshaw** à travers ruelles et venelles. Une expérience authentique et vivante, idéale pour découvrir la ville de manière intime et sensorielle.

En fin d'après-midi, arrêt à **Delhi Haat**, centre artisanal emblématique où chaque État de l'Inde est représenté. Temps libre pour flâner et découvrir objets d'artisanat, écharpes, bijoux, saris, tissus colorés et souvenirs. **Une visite du Birla Mandir à Delhi sera intégrée au programme.**

Retour à l'hôtel en soirée pour le dîner, ou possibilité de savourer des **spécialités locales dans un restaurant indépendant**, selon vos envies.



Jour 3 (03 Mars) Delhi → Amritsar | Voyage, contrastes et émotions (6h)

Ce matin, départ en train vers Amritsar. Une véritable immersion dans le quotidien indien, en quittant l'effervescence de la gare de New Delhi pour rejoindre l'atmosphère plus paisible de

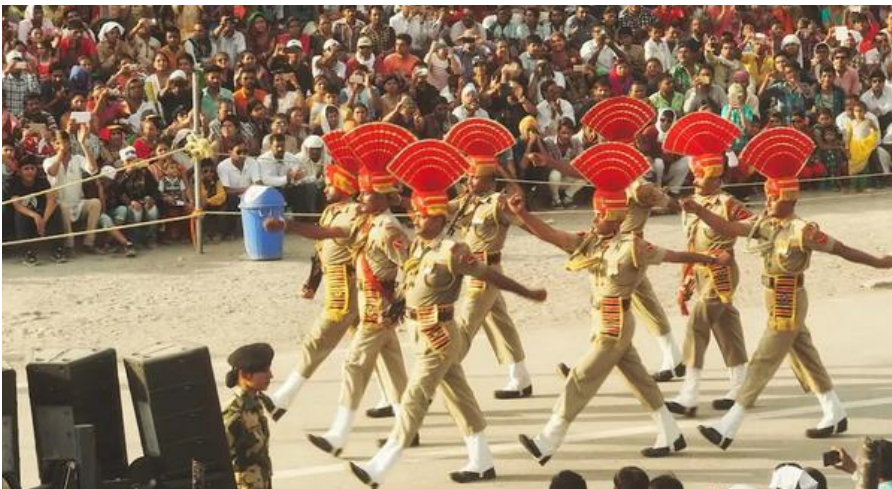


celle d'Amritsar. Le contraste entre ces deux univers est saisissant et offre un premier aperçu de la diversité culturelle et humaine de l'Inde.

En fin d'après-midi, excursion à la frontière indo-pakistanaise de **Wagah Border** pour assister à la célèbre cérémonie quotidienne de la relève de la garde.

Ce rituel spectaculaire met en scène la fierté militaire et la rivalité historique entre l'Inde et le Pakistan. Les soldats des deux pays exécutent une parade parfaitement synchronisée, ponctuée de pas martiaux, de levées de drapeaux et de mouvements chorégraphiés aux gestes appuyés et aux coups de jambes impressionnants.

Chaque jour, au coucher du soleil, des milliers de spectateurs se rassemblent dans les gradins pour assister à ce face-à-face unique entre les gardes-frontières indiens et pakistanais, sur la route reliant Amritsar en Inde à **Lahore**. Cette cérémonie symbolise à la fois les tensions historiques et une forme de dialogue codifié entre deux nations voisines, offrant un spectacle puissant, émouvant et profondément mémorable.



Jour 4 (04 Mars) Amritsar | Spiritualité, mémoire et traditions vivantes

La journée commence par la visite de l'emblématique **Temple d'Or** (*Harmandir Sahib*), sanctuaire le plus sacré du sikhisme et véritable cœur spirituel d'Amritsar. Dès l'entrée dans le complexe, prenez le temps de faire le tour du **Sarovar**, le bassin sacré dont les eaux paisibles reflètent la silhouette dorée du temple, créant une atmosphère profondément sereine et propice au recueillement.

Visite du sanctuaire central, où les fidèles se rassemblent en prière tandis que les hymnes sacrés résonnent doucement dans l'air. L'un des moments les plus marquants de cette expérience est la découverte du **Langar**, la cuisine communautaire du temple, qui offre chaque jour des repas gratuits à des milliers de personnes, sans distinction d'origine, de statut ou de croyance. Observer — ou participer à — cette tradition unique permet de saisir l'essence même du sikhisme : **égalité, humilité et service désintéressé**.

À quelques pas du Temple d'Or se trouve **Jallianwala Bagh**, lieu de mémoire chargé d'émotion, commémorant le tragique massacre de 1919. Promenade dans le jardin mémorial, observation des impacts de balles conservés sur les murs et visite du petit musée retraçant les événements ayant conduit à cette journée dramatique. Un site qui invite au silence, à la réflexion et à l'hommage rendu aux victimes, figures marquantes de la lutte pour l'indépendance de l'Inde.

Déjeuner traditionnel pendjabi dans un restaurant local, pour savourer les saveurs généreuses et réconfortantes de la cuisine régionale.



Jour 5 (05 Mars) Amritsar → Delhi → Jaipur | En route vers la Ville Rose



Tôt le matin, pour celles et ceux qui le souhaitent, possibilité de retourner au **Temple d'Or** afin de vivre l'atmosphère unique de l'aube. Un moment suspendu, empreint de calme et de spiritualité, particulièrement émouvant avant le lever du soleil.

Après le petit-déjeuner, transfert à l'aéroport pour un court vol vers New Delhi. À l'arrivée, départ par la route en direction de Jaipur, capitale du Rajasthan.

Réputée pour sa gastronomie digne des maharajas, ses monuments historiques spectaculaires, ses bazars animés et l'hospitalité légendaire des Rajputs, Jaipur séduit immédiatement. Affectueusement surnommée la *Ville Rose*, elle doit son nom à ses nombreux bâtiments aux façades rosées qui, au coucher du soleil, se parent de reflets dorés, offrant un spectacle d'une beauté saisissante.

En soirée, expérience conviviale et authentique avec une **démonstration culinaire suivie d'un cours de cuisine** au sein d'une famille locale. Une belle occasion d'apprendre à préparer des spécialités et encas traditionnels du Rajasthan, dans une ambiance chaleureuse, intimiste et placée sous le signe du partage.



Jour 6 (06 Mars) Jaipur | Forts majestueux et trésors de la Ville Rose



Petit-déjeuner à l'hôtel.

Départ pour une excursion à la découverte du somptueux **Fort d'Amber**, ancienne capitale avant la construction du City Palace de Jaipur. Entouré de puissants remparts fortifiés et dominant le paisible lac Maota, le fort s'étend sur les collines d'Aravalli. Ses murailles crénelées serpentent à travers le paysage, tandis que ruines et vestiges ponctuent les reliefs environnants, offrant un décor spectaculaire.

À l'intérieur, les différentes salles révèlent de magnifiques fresques murales, des incrustations de pierres précieuses et de miroirs, témoignant du raffinement et du faste de l'architecture rajpoute.

Sur le chemin du retour, arrêt photo devant l'emblématique **Hawa Mahal**, le *Palais des Vents*. Derrière cette façade délicatement sculptée en grès rose, les femmes de la cour observaient autrefois la vie quotidienne de la ville à travers un ingénieux réseau de fenêtres et de moucharabiehs. La circulation de l'air à travers ses innombrables ouvertures offrait fraîcheur et discrétion aux reines et aux princesses.

La visite se poursuit avec le **City Palace**, vaste ensemble de palais, de cours intérieures et de jardins, sublimé par des œuvres d'art décoratif, des textiles précieux et de somptueuses portes finement sculptées.

Jaipur est également réputée pour son **artisanat et son art du shopping**. Promenade dans les bazars animés de la ville, véritable paradis pour les amateurs de savoir-faire local. Vous pourrez y découvrir, et négocier, une grande variété de produits traditionnels : chaussures *mojri*, courtepointes en coton, bijoux, textiles colorés et objets d'artisanat.



Une visite du Birla Mandir à Delhi & Jaipur sera intégrée au programme.

TEMPLE DE BIRLA

UN CHEF-D'ŒUVRE MODERNE EN MARBRE – UNE VÉRITABLE ŒUVRE D'ART

Le temple Lakshmi-Narayan, plus communément appelé le temple de Birla, est situé au pied de Moti Dungari. Construit sur une plateforme surélevée, ce temple relativement moderne est entièrement édifié en marbre blanc et domine la ligne d'horizon du sud de Jaipur. Il a été commandé et construit en 1988 par les célèbres industriels indiens, la famille Birla.

Le temple est dédié au dieu Vishnu, également appelé Narayan, et à son épouse Lakshmi, déesse de la richesse et de la prospérité. Véritable œuvre d'art, il présente une remarquable collection de sculptures et de gravures délicates illustrant de nombreux thèmes mythologiques. Le regard est particulièrement attiré par les statues de Lakshmi et Narayan, sculptées dans un seul et même bloc de marbre.

Le sommet du temple est surmonté de trois dômes, chacun représentant l'une des trois religions pratiquées en Inde, symbolisant ainsi un hommage à l'Inde laïque. Le temple offre un spectacle particulièrement impressionnant la nuit, lorsqu'il est illuminé. En plus du sanctuaire principal, le complexe abrite un musée exposant d'anciens objets ayant appartenu à la famille Birla.



Jour 7 (07 Mars) Jaipur → Varanasi | Aux rives sacrées du Gange

Aujourd'hui, envol de Jaipur vers Varanasi, l'une des plus anciennes villes habitées au monde, dont l'histoire et la spiritualité sont évoquées dans les écritures les plus anciennes. Située sur les rives du Gange, Varanasi est un lieu sacré pour les hindous, les jaïns et les bouddhistes.

Avec son impressionnant nombre de temples, de sanctuaires et de *ghats*, la ville attire depuis des siècles les pèlerins venus y chercher bénédictions, purification et élévation spirituelle. Pour toute personne en quête de sens, Varanasi figure naturellement parmi les destinations les plus emblématiques de l'Inde.

Connue comme la ville du dieu **Shiva**, Varanasi dégage une atmosphère unique, à la fois intense et apaisante, capable de captiver et d'émouvoir profondément. Chaque jour, des pèlerins venus de toute l'Inde se rendent sur les rives du Gange pour s'y immerger lors d'un bain sacré, geste symbolique destiné à purifier le corps et l'âme.

En soirée, vivez un moment inoubliable en assistant à la cérémonie de l'**Aarti** depuis le fleuve, lors d'une balade en bateau en petit groupe sur le Gange. Vous bénéficierez d'une vue privilégiée sur le **Dasaswamedh Ghat**, où les prêtres rendent hommage à Mère Ganga à travers chants, flammes et gestes rituels. D'autres prières plus intimistes se déroulent simultanément le long des rives, dans une atmosphère empreinte de ferveur et de mystère.

Un spectacle profondément émouvant et envoûtant, qui laisse une empreinte durable dans le cœur de chacun.



Jour 8 (08Mars) Varanasi | Rituels de l'aube, spiritualité et sagesse millénaire

Tôt le matin (prise en charge vers 05h30), départ pour une **balade en bateau sur le Gange**. À l'aube, Varanasi s'éveille dans une atmosphère hors du temps : fidèles se baignant dans les eaux sacrées, prières adressées au soleil levant, gestes simples et répétitifs empreints de dévotion. Un moment de grâce, silencieux et profondément émouvant.

Depuis le fleuve, vous observerez également les **rituels liés au cycle de la vie**, notamment les cérémonies funéraires qui se déroulent sur certains *ghats*. Ces instants, vécus avec pudeur et respect, témoignent de la vision hindoue de l'existence, où la mort est perçue comme une étape naturelle du chemin spirituel, et non comme une fin.

La découverte se poursuit par une **promenade à pied dans les ruelles étroites de la vieille ville**, véritable labyrinthe vibrant de vie et de spiritualité. Visite du **Temple de Vishwanath** (Temple d'Or), dédié au dieu Shiva, ainsi que du **Temple d'Annapurna**, consacré à la déesse de l'abondance et de la prospérité.

Retour à l'hôtel pour le petit-déjeuner.

Après le petit-déjeuner, poursuite des visites avec quelques temples emblématiques de la ville, chacun révélant une facette différente de la richesse spirituelle de Varanasi : le **Bharat Mata Mandir** (Mère Inde), le **Temple de Durga**, le **Tulsi Manas Mandir**, le **Sankat Mochan Hanuman Temple**, le nouveau temple de Vishwanath ou encore le **Temple de Kal Bhairav**, gardien spirituel de la ville. Une visite **Jyotish, en option**, est proposée pour les personnes intéressées dans la soirée.



Jour 9 (09 Mars) Varanasi → Baroda | Entrée dans l'univers du bien-être

Aujourd'hui, envol vers Baroda (via Mumbai), suivi d'un transfert routier d'environ 40 minutes jusqu'à **Raga Svara**, votre havre de paix et de ressourcement pour les cinq prochaines nuits.

Dès votre arrivée, laissez-vous envelopper par l'atmosphère profondément apaisante de ce *retreat* d'exception, entièrement dédié au yoga, à la méditation et à l'Ayurveda. Ici, chaque détail est pensé pour favoriser l'harmonie du corps, de l'esprit et de l'âme, dans un cadre naturel propice au lâcher-prise et à l'introspection.

Ayurveda - Soins personnalisés

À Raga Svara, les médecins ayurvédiques élaborent pour chaque participante un **protocole de soins entièrement personnalisé**, défini à l'issue d'une consultation individuelle à l'arrivée. Ce programme évolue et s'ajuste tout au long du séjour, en fonction des besoins spécifiques et de l'état énergétique de chacune.

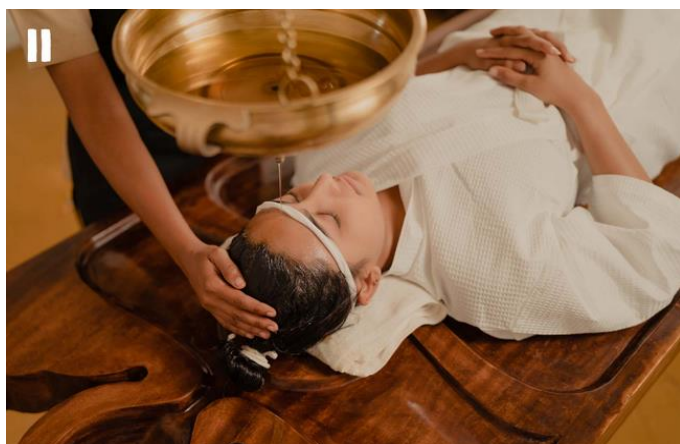
Parmi les soins proposés figurent notamment l'**Abhyangam**, le **Shirodhara**, le **Patra Pinda Swedana**, le **Takra Dhara**, ainsi que d'autres thérapies traditionnelles visant à détoxifier, rééquilibrer et revitaliser l'organisme en profondeur.

Yoga - Transformation intérieure

À Raga Svara, le yoga va bien au-delà des postures physiques ou du simple travail respiratoire. Il s'agit d'une immersion complète dans une tradition millénaire de sagesse et de santé, favorisant une véritable transformation intérieure.

Chaque séance, collective ou individuelle, harmonise subtilement le spirituel et le physique à travers une pratique équilibrée d'**asanas** (postures de Hatha Yoga), de **pranayama** (techniques de respiration), de **pratyahara** et de **dhyana** (méditation).

Tous les repas sont pris sur place, avec une **cuisine végétarienne ayurvédique**, saine, savoureuse et parfaitement adaptée au programme de soins, contribuant pleinement au processus de régénération.





Jours 10 à 11 – Raga Svava | Se reconnecter, se régénérer, se transformer

Raga Svava est bien plus qu'un simple lieu de séjour : c'est une véritable **institution dédiée à l'apprentissage et à la guérison**. Ce retreat de luxe intimiste place l'**Ayurveda authentique** et le **Yoga** au cœur de son approche, avec une réflexion profonde autour de la santé, de l'hospitalité et de l'épanouissement humain.

Ici, chaque hôte est invité à devenir acteur de sa propre transformation. L'intention de guérir et d'évoluer vient de l'intérieur, et Raga Svava offre un cadre holistique et bienveillant pour accompagner ce cheminement, dans le but de **rééquilibrer le corps et apaiser l'esprit**.

Le **Wellness Retreat** de Raga Svava s'adresse particulièrement à celles qui ne présentent pas de problématiques de santé spécifiques, mais souhaitent adopter un **mode de vie plus sain**, inspiré des principes ayurvédiques, dans un environnement paisible et ressourçant.

Bien plus qu'une parenthèse de détente, ce séjour constitue une véritable **pause loin du rythme effréné du quotidien**, permettant de ralentir, de lâcher prise et de se recentrer. Raga Svava est un espace pour se déconnecter du bruit extérieur et redécouvrir les plaisirs simples de la vie à travers les thérapies ayurvédiques.



Durant ces **quatre journées complètes**, vous prendrez le temps de **détoxifier, vous détendre et vous régénérer**, tout en profitant de séances de **yoga, de soins thérapeutiques** et de **massages**, dans un cadre harmonieux et serein.

Pendant votre séjour, une visite de **RK University** et de la **Northstar School**, situées à proximité et fondées par la même famille, est également prévue. Cette rencontre offre un regard enrichissant sur les **valeurs locales, l'éducation et les traditions**, ajoutant une dimension humaine et culturelle à cette expérience de bien-être.

Jour 12 (12 Mars) Baroda → Mumbai → Paris | Derniers instants en Inde

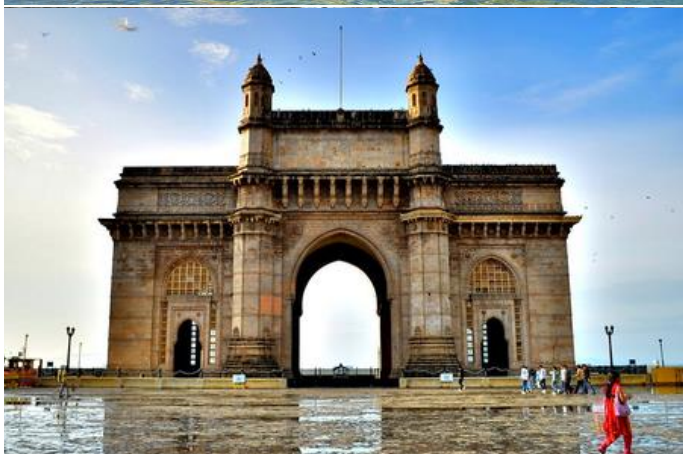
Dans l'après-midi, libération des chambres puis transfert vers l'aéroport pour un **court vol à destination de Mumbai**.

À l'arrivée, accueil par notre représentant local, suivi d'un **tour panoramique de Mumbai**. Découverte du quartier historique et de son architecture éclectique, parfois marquée par le temps, mêlant héritage colonial et dynamisme moderne. Vous admirerez notamment les élégants **bâtiments victoriens**, la célèbre **Gateway of India**, symbole emblématique du pays, la **gare Victoria** (Chhatrapati Shivaji Terminus), ainsi que la **Marine Drive**, la célèbre promenade en bord de mer.

En fin de journée, départ vers un **restaurant local** pour un **dîner d'adieu** autour d'un menu sélectionné, l'occasion de partager un dernier moment convivial et de célébrer ensemble cette expérience unique.

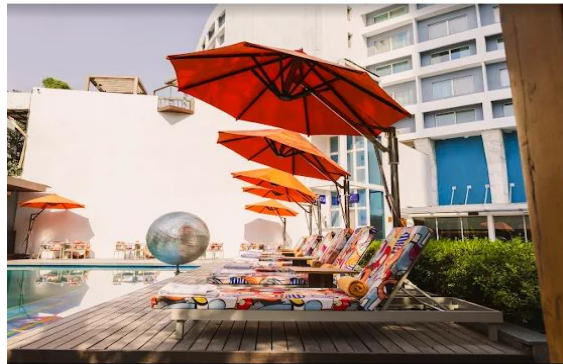
Après le dîner, transfert vers l'aéroport international de Mumbai pour l'embarquement à bord du vol retour.

Le groupe sera déposé à l'aéroport dans la soirée afin de rejoindre le **vol international du 12 mars** à destination de Paris.



LE TEMPLE D'OR, LA VILLE ROSE, SPIRITUALITÉ & RESSOURCEMENT

Ville	Nuits	Dates (2027)	Hôtel prévu	Catégorie / Description
New Delhi	2	01–03 mars	The Park New Delhi chambre Standard	Hôtel 5★ Proche Connaught place
Amritsar	2	03–05 mars	Hyatt Regency Amritsar Hotel & Spa	Hôtel 5★ – Proche du Temple d'Or
Jaipur	2	05–07 mars	Shahpura Haveli	Haveli de charme – Héritage
Varanasi	2	07–09 mars	Taj Ganges Chambre Supérieur	Hotel 5★ de Luxe– Proche des ghats
Baroda	3	09–11 mars	Raga Svara Chambre Megh Suite	Retraite ayurvédique & bien-être 4*plus
Mumbai (transit)	1	12–mars	Visite Mumbai + dinner Aurovoir	Départ Paris vol de nuit



Le Tag Ganges Varanasi



Raga Svara



□ **Le prix comprend**

1. Hébergement pour **11 nuits / 12 jours en Inde**, dans les hôtels mentionnés au programme ou similaires.
2. Pension incluse : petit-déjeuner à l'hôtel, et dîner à l'hôtel.
3. Séjour dans les villes de **Delhi, Amritsar, Jaipur et Varanasi**
4. **Séjour complet de 3 nuits à Raga Svara**, incluant **tous les repas**, dans un esprit de **ressourcement et de reconnexion intérieure**.
5. **Frais d'entrée** pour tous les sites et monuments prévus au programme à **Delhi, Amritsar, Jaipur et Varanasi**.
6. **Balade en rickshaw à Delhi**, lors de la découverte de la vieille ville.
7. **Promenade en bateau à l'aube sur le Gange à Varanasi**, moment de méditation et de spiritualité.
8. Toutes les visites à **Delhi, Amritsar, Jaipur et Varanasi** accompagnées par un **guide local Anglophone ou Francophone**
9. **Billet de train Delhi – Amritsar** à bord du **Shatabdi Express**, en **classe Executive**.
10. Tous les **transferts aéroports**, trajets inter-villes, visites et excursions en **van, mini-coach ou autocar**, selon le nombre de participants.
11. **Dîner d'adieu à Mumbai**, pour clôturer le voyage dans un esprit de partage et de célébration.
12. **Eau minérale** mise à disposition dans le véhicule durant les visites et les trajets inter-villes.
13. **5 vols domestiques** inclus dans le programme
14. Le programme quotidien sur le campus comprend différentes sessions, ainsi **deux soins ayurvédiques par personne et par jour**.
15. Une visite de **RK University** ainsi que de **la Northstar School**. Cette immersion permettra de découvrir de manière authentique les traditions locales, les valeurs culturelles et le système éducatif.
16. 2 Séances de **Yoga** par jour

□ **Le prix ne comprend pas**

- Les **billets d'avion** internationaux.
- Les **dépenses personnelles** (blanchisserie, appels téléphoniques, minibar, etc.).
- Les **boissons alcoolisées**, rafraîchissements, collations ou tout autre élément **non mentionné dans la rubrique "Le prix comprend"**.
- Visa
- Assurances
- Consultation **Jyotish**,.

Facilité de paiement

*Afin de vous offrir plus de sérénité, une facilité de paiement est proposée, avec la possibilité de régler le séjour en **11 mensualités, de février à décembre 2026.***

Prix par personne : 2690,00 €, sur la base de 10 participants + 1 accompagnateur

Conditions d'annulation et de remboursement – Groupe

Toute annulation devra être notifiée **par écrit**.

- **Plus de 90 jours avant le départ**
→ Remboursement de **100 % des sommes versées**, hors éventuels frais bancaires.
- **Entre 89 et 60 jours avant le départ**
→ Remboursement de **70 % du montant total des prestations terrestres**.
- **Entre 59 et 35 jours avant le départ**
→ Remboursement de **50 % du montant total des prestations terrestres**.
- **Moins de 35 jours avant le départ, ou en cas de non-présentation**
→ **Aucun remboursement ne pourra être effectué.**

☎ 07901 791 753 | ✉ leenaloldharowa@trochetiatravel.com

www.trochetiatravel.com

