**Retraite dans le Sahara : marche itinérante et yoga**

**« J'ai toujours aimé le désert. On s'assoit sur une dune de sable. On ne voit rien. On n'entend rien. Et cependant quelque chose rayonne en silence. »**

Antoine de Saint-Exupéry (Le petit prince)



Ce séjour de trek allie à la fois :

**Découverte touristique** :

c’est le Maroc du sud

et le Sahara qui vous attendent.



**Invitation à l’intériorité** :

marche et repas en silence,

temps pour lire, écrire,

méditer, contempler

**Activité physique** :

environ 3-4 heures de

marche par jour, pratique de

yoga/méditation

.

**Retour à la simplicité et vie au grand air** :

nécessité d’une acceptation joyeuse d’un confort sommaire durant quelques jours !

Logement en tentes individuelles ou à deux (ou à la belle étoile)

 

**Tourisme solidaire avec les nomades** : ils nous offrent un accueil digne de ce nom, leur connaissance du Sahara et leur qualité d’être.  Notre apport leur permet de continuer à vivre dans leur désert natal en participant au [tourisme solidaire .](http://saharapeace.com/tourisme-solidaire-desert-maroc/)

 