

VOYAGE DE GROUPE • DÉPART GARANTI

COSTA RICA

Nosara — Casa Kismet

Du 20 au 26 septembre 2026 • 7 jours / 6 nuits • Vol direct Montréal-Liberia



Une semaine dans un lieu privatisé, en petit groupe, sur une crête de Playa Pelada — pour ralentir, bouger, créer et se retrouver. Entre l'océan Pacifique et une jungle vivante, où la faune et la flore sont partout. Nosara appartient à la péninsule de Nicoya, l'une des cinq Zones bleues du monde, ces régions où l'on vit plus longtemps et en meilleure santé. La santé, le bien-être et la longévité y sont un mode de vie quotidien. Tout est organisé : vous n'avez rien à décider sur place.

Chambre privée pour chaque participante — aucun supplément en occupation simple.

UNE DES CINQ ZONES BLEUES DU MONDE. La péninsule de Nicoya, où se trouve Nosara, est l'une des cinq seules régions de la planète où les gens vivent nettement plus longtemps et en meilleure santé. Vous ne visitez pas un lieu de bien-être : vous passez une semaine là où la longévité est un mode de vie ordinaire.

LE PROGRAMME, JOUR PAR JOUR



Jour 1 — dimanche 20 septembre — Montréal > Nosara

Rendez-vous à l'aéroport. Vol direct vers Liberia, transfert vers Nosara. Arrivée à Casa Kismet, sur une crête tranquille de Playa Pelada, à dix minutes de marche de la plage. Installation, puis souper d'accueil préparé par le chef de la maison.

Jours 2, 3 et 4 — lundi 21 au mercredi 23 septembre

Trois journées complètes à Casa Kismet :

- **Mouvement quotidien** — pratique matinale face à l'océan, yoga, marche.
- **Ateliers créatifs** — atelier de peinture avec Maxime Viellard, artiste peintre, et *sound journey*.
- **Une sortie de surf incluse** — cercle sur la plage puis mise à l'eau, guidée par Dani de Mindful Waves.
- **Méditation** — périodes offertes chaque jour, si le cœur vous en dit.
- **Moments de groupe et temps libre** — piscine, plage, salle d'entraînement, shala en plein air.

Déjeuners, dîners et soupers inclus — servis à l'assiette et non en buffet, préparés sur place par le chef de la maison avec des ingrédients locaux, frais et pleins de vitalité. Un comptoir de granola, yogourt et fruits est ouvert de 6 h 30 à 7 h 30 pour celles et ceux qui préfèrent manger un peu avant la pratique du matin.

Jour 5 — jeudi 24 septembre

Programme régulier le jour. En soirée, sortie au village de Nosara pour un souper au restaurant (transport et addition aux frais des participants).

Jour 6 — vendredi 25 septembre

Dernier jour complet — programme et temps libre. Rassemblement de clôture en soirée.

Jour 7 — samedi 26 septembre — Nosara > Montréal

Déjeuner, transfert vers l'aéroport de Liberia, vol retour vers Montréal.

PRIX PAR PERSONNE

4 900 \$ CAD — chambre privée

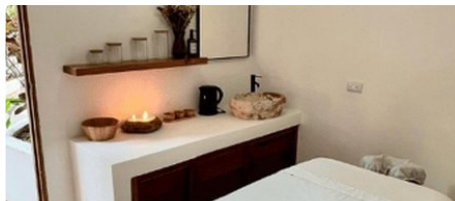
Aucun supplément en occupation simple.

Vous venez à deux et souhaitez partager une chambre ? La deuxième personne bénéficie d'un tarif réduit — nous écrire.

Occupation triple possible sur demande.

Chambres	Un grand lit ou deux lits simples, selon la chambre (sur demande)
Salle de bain	Privée pour toutes les chambres. Seule exception : au Karma Penthouse, un vaste appartement de trois chambres avec immenses balcons et pièces communes, deux chambres partagent une salle de bain et la troisième a la sienne.
Vue	Océan pour la majorité des chambres

SUR LA PROPRIÉTÉ



- **Shala de yoga en plein air** face au Pacifique — tapis, blocs, accessoires et système de son fournis. Inutile d'apporter votre tapis.
- **Spa** — massages, soins du visage et du corps
- **Piscine et bain froid** (cold plunge)
- **Salle d'entraînement complète** — tapis, poids, espace pour la boxe, le jiu-jitsu et l'entraînement en circuit
- **Le « Hidey Hole »** — salon couvert avec balançoires-lits, pour lire, jouer ou simplement ne rien faire
- **Petite boutique** de produits d'artisans et de designers de la région
- Propriété clôturée et privatisée pour le groupe

Visite virtuelle 360° de la propriété — guidée par les propriétaires : youtu.be/kafhzEB1mg8

Groupe restreint — places limitées.



CE QUI EST INCLUS

- Hébergement 7 jours / 6 nuits à Casa Kismet, chambre privée, à 10 minutes de marche de la plage
- Tous les repas (sauf le souper du jeudi, au village), préparés sur place par le chef de la maison
- Programme complet : mouvement quotidien, méditation, ateliers créatifs, une sortie de surf, activités de groupe
- Matériel d'atelier
- Transferts aéroport de Liberia – Nosara, aller et retour
- Accès à la piscine et à la salle d'entraînement de la propriété

CE QUI N'EST PAS INCLUS

- Le transport aérien Montréal – Liberia
- L'assurance voyage et médicale (obligatoire — une preuve est demandée avant le départ)
- Le souper du jeudi soir au village (transport et addition)
- Les sorties de surf additionnelles (120 \$ US par personne, sur place)
- Les massages et soins au spa de la propriété (réservés sur place)
- Les dépenses personnelles et les activités optionnelles organisées sur place

VOTRE ACCOMPAGNATRICE



Karine Hamel — fondatrice de Global Renaissance Exchange, professeure de yoga certifiée, instructrice de yoga sur paddleboard et de Pilates Reformer, et praticienne de méditation de longue date. Elle a séjourné plus de trois mois à Nosara l'an dernier, après neuf voyages au Costa Rica en deux ans.

Elle connaît le village, ses artistes et ses praticiens — c'est ce qui rend cette semaine possible. Elle vous accueille à Nosara.

DÉPART GARANTI — aucun minimum de participants requis. Ce voyage aura lieu.

Nicole Voyage — Vaudreuil

207, av. St-Charles, Vaudreuil-Dorion (Québec) J7V 2L4
450 455-0991 · 1 877 455-0991 · info@nicolevoyage.com

Nicole Voyage est titulaire d'un permis du Québec. Les clients bénéficient de la protection du Fonds d'indemnisation des clients des agents de voyages (FICAV), administré par l'Office de la protection du consommateur.