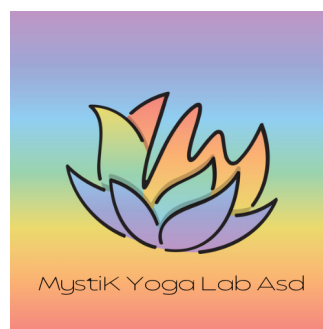




# BALI 1/11 AGOSTO

## BLISS RETREAT 2026

GRETA MELECCHI Tour Leader  
MYSTIK YOGA LAB ASD |  
[www.mystikyogalab.com](http://www.mystikyogalab.com)  
WHATSAPP GRETA 3494343072  
[INFO@MYSTIKYOGALAB.COM](mailto:INFO@MYSTIKYOGALAB.COM)



*"Con oltre 11 anni di conoscenza e visite di Bali, soggiorno e studio yogico, sono onorata di essere con te in questo viaggio. Bali nutre, accoglie e restituisce linfa vitale, mi auguro che cambi la vita in meglio anche a te come è stato per me! In Love Greta*

## DAY 1 – 1 ago Arrivo a Bali Balangan

Benvenuti sull'Isola degli Dei. All'arrivo in aeroporto, sarete accolti dal nostro team locale e trasferiti al La Joya Balangan Resort, un rifugio sereno con vista sull'Oceano Indiano. Adagiato sulle scogliere del sud di Bali, questo boutique resort offre il rifugio perfetto per riposarsi dopo il viaggio. Trascorrete il resto della giornata rilassandovi a bordo piscina, respirando la brezza marina o camminando a piedi nudi sulla sabbia dorata della spiaggia di Balangan. Da stasera, lasciate che il dolce ritmo delle onde sia la vostra prima ninna nanna a Bali.

## Day 2 – 2 ago Balangan – Tanah Lot

La mattinata trascorre lentamente al resort. Dopo la colazione, ci riuniamo per un cerchio di benvenuto, uno spazio delicato per arrivare pienamente, condividere gli step del viaggio e incontrarci nell'atmosfera balinese. Il resto della mattinata è libero per godersi la piscina, l'oceano o semplicemente per riposare. Dopo pranzo (non incluso), quando l'aria è più dolce e l'isola più tranquilla, partiamo per Tanah Lot, il tempio marino più iconico di Bali. Arroccato su uno sperone roccioso abbracciato dalla marea, Tanah Lot è un luogo dove l'orizzonte stesso sembra sacro. Osserveremo il sole tramontare nell'oceano, inondando il tempio di oro e ombra, prima di tornare a Balangan per la sera.

## Day 3 – 3 ago Blessing Day & Transfer to Ubud

Di prima mattina lasciamo Balangan e ci dirigiamo verso il cuore culturale dell'isola. Lungo il percorso, saremo accolti in un tradizionale villaggio balinese per vivere una Giornata di Benedizione. Guidati dalla gente del posto, impareremo a preparare le offerte quotidiane (canang sari), a entrare nelle acque sacre di un tempio per partecipare a un rituale di purificazione e a indossare abiti cerimoniali. Un sacerdote locale ci benedirà, invocando equilibrio e armonia per i giorni a venire. Dopo questa profonda iniziazione, proseguiremo per Ubud, una città circondata da risaie, laboratori artistici e una vibrante energia spirituale. Serata libera per la sistemazione in hotel.

## Day 4 – 4 ago Ulun Danu Beratan, Banyumala Waterfall & Jatiluwih Rice Terraces

Questa mattina partiamo verso gli altipiani settentrionali di Bali, dove l'aria è più fresca e il paesaggio si trasforma in laghi e foreste montane. La nostra prima tappa è il Tempio Ulun Danu Beratan, uno dei santuari più fotografati dell'isola, che galleggia elegantemente sulle rive del Lago Beratan. Dedicati alla dea delle acque, i suoi santuari sembrano librarsi sulla superficie a specchio del lago, incorniciati da montagne e nebbie cangianti.

Da lì, seguiamo verso i lussureggianti sentieri nella giungla che conducono alle Cascade Gemelle di Banyumala. Un facile trekking ci porta in un canyon nascosto dove due ruscelli si gettano fianco a fianco in una limpida piscina naturale. Qui potrete fare una nuotata rinfrescante o semplicemente sedervi tra le rocce ascoltando il suono dell'acqua che cade, circondati dalla vegetazione tropicale. Nel pomeriggio, il nostro viaggio scende verso le leggendarie risaie terrazzate di Jatiluwih, patrimonio mondiale dell'UNESCO e uno dei paesaggi più mozzafiato di Bali. Estendendosi all'infinito sui pendii, le terrazze

brillano di sfumature smeraldo e oro, scolpite da secoli di tradizione irrigua del Subak. Mentre il sole tramonta, camminiamo tra le risaie, lasciando che la bellezza di questo arazzo vivente si imprima nella nostra memoria come una delle immagini più indimenticabili di Bali.

## Day 5 – 5 ago Ubud – Batik Workshop

Questa mattina è dedicata alla creatività. Parteciperete a un laboratorio di batik, imparando da maestri artigiani l'antica tecnica della pittura a cera e tinture naturali. Passo dopo passo, creerete il vostro disegno, un pezzo vivo del patrimonio culturale di Bali da portare a casa con voi. Il pomeriggio è libero per esplorare Ubud al vostro ritmo: il suo vivace mercato, le gallerie d'arte, i caffè nascosti o gli angoli tranquilli della Foresta delle Scimmie.

## Day 6 – 6 ago Ubud – A Day at Leisure

Un'intera giornata per scoprire Ubud e scoprirla. Passeggiate tra le risaie, godetevi sessioni di yoga o meditazione, concedetevi un massaggio balinese o semplicemente trascorrete la giornata a bordo piscina, lasciando che l'aria tropicale rallenti il vostro ritmo. Ubud offre sia il trambusto delle sue strade che la quiete della sua natura, e oggi sta a voi scegliere come viverla.

## Days 7 – 7/10 ago Tejakula Retreat

Dopo colazione, lasciamo Ubud e iniziamo il nostro viaggio verso nord. La strada ci porta attraverso tortuosi sentieri di montagna fino a raggiungere Kintamani, un villaggio di montagna famoso per le sue ampie vedute sul Monte Batur, un vulcano attivo, e sul vasto lago vulcanico che si trova ai suoi piedi. Qui faremo una sosta per sorseggiare un drink in uno dei caffè panoramici, prendendoci il tempo di respirare l'aria fresca di montagna e ammirare il paesaggio spettacolare. Da lì, scendiamo verso la tranquilla costa settentrionale, dove ci aspetta il Cili Emas Hotel a Tejakula. Incastonato tra l'oceano e le colline, è il luogo perfetto per iniziare le nostre giornate di ritiro, lontano dalla folla e immersi nella natura. Serata libera per sistemarci e assaporare il ritmo più lento di questa parte dell'isola. Le giornate possono essere trascorse riposando, nuotando, scrivendo un diario o semplicemente ammirando l'orizzonte. Il nord di Bali porta con sé un'energia diversa: autentico, selvaggio, lontano dalla folla, dove il tempo sembra scorrere senza fine. Questi giorni sono un invito a integrare tutto ciò che è stato vissuto e a permettere a Bali di diventare parte del tuo paesaggio interiore. Pratiche quotidiane accessibili e facoltative di yoga /pilates /respirazione /meditazione /journaling /crescita personale /tai chi in diversi momenti della giornata.

## Day 11 – 11 Ago Airport Trasferta

Dopo la colazione, saluteremo Tejakula e ci trasferiremo all'aeroporto per il volo di ritorno. Lascerete Bali portando con voi non solo ricordi, ma anche un rinnovato senso di presenza, bellezza e connessione. Per chi rimane sull'isola potrà prolungare a piacere il soggiorno organizzando i propri trasferimenti.

## ACCOMODATION

1-3 AGO La Joya Balangan <https://www.lajoyaresorts.com/>

4-7 Ago Artini Ubud <https://dijiwasanctuaries.com/at/theartiniubud> o Puri Saraswati <https://dijiwasanctuaries.com/at/purisaraswati>

7-11 Ago Cili Emas <http://www.ciliemas.com/en> o Puri Dajuma (extra €110,00 pax) <https://www.dajuma.com/>

Le sistemazioni e la organizzazione del programma sono soggetti a disponibilità delle strutture a conferma gruppo. **INDISPENSABILE** verificare con **Greta Melecchi** il programma definitivo.

## INCLUSI:

- Trasferimenti di gruppo di arrivo e partenza (giorno di inizio e termine retreat, i partecipanti che arrivano in orari diversi possono organizzare il trasporto autonomamente)
- Sistemazione in hotel di categoria superiore, camere condivise
- Pasti come indicato nel programma
- Colazione in hotel, durante il ritiro è prevista la pensione completa
- Guida locale di lingua inglese durante le escursioni e le attività
- Trasporto privato per tutta la durata del programma, con aria condizionata
- Tutte le attività e le esperienze culturali come descritto nell'itinerario
- Ingressi a tutti i siti elencati nel programma

## ESCLUSI:

Volo internazionale

Assicurazione di viaggio fortemente raccomandata

Attività facoltative non incluse nel programma

Spese personali (lavanderie, telefonate, ecc.)

Qualsiasi servizio non espressamente menzionato nel programma

Mance/gratuità per autisti/guide

## REQUISITI DI INGRESSO ALL'ATTERRAGGIO

**Passaporto valido per almeno 6 mesi dalla data di ritorno.**

**Prova del biglietto aereo di proseguimento o di ritorno.**

**Pagamento del visto** all'arrivo (VOA) – 500.000 rupie (circa €35,00 a persona). Puoi risparmiare tempo in aeroporto presentando la domanda in anticipo qui: <https://evisa.imigrasi.go.id/> (crea un account e segui il percorso: "Richiedi — Scegli Paese — Generale, Famiglia o Sociale — Turismo, Visita Familiare, Transito — B1 - Turistico (Visto all'arrivo)").

Compila il **modulo di dichiarazione doganale online** all'indirizzo <https://ecd.beacukai.go.id/>

Compila il **modulo di dichiarazione sanitaria online** all'indirizzo <https://sshp.kemkes.go.id/> — Inizia — seleziona la lingua preferita — compila le informazioni richieste — salva il codice QR da presentare alle autorità all'arrivo.

Per entrare nell'isola di Bali (questo vale solo per Bali, non per il resto dell'Indonesia), è richiesto il pagamento del **contributo per il turismo sostenibile** (circa €10,00 a persona). Questo può essere effettuato prima dell'arrivo all'indirizzo <https://lovebali.baliprov.go.id/> o all'arrivo in aeroporto presso gli stand designati.

Nota importante: l'Indonesia sta progressivamente implementando "All Indonesia", un portale unico progettato per semplificare le procedure di immigrazione, doganali e

sanitarie per i viaggiatori internazionali. Una volta attivo, sarà accessibile qui: <https://allindonesia.imigrasi.go.id/> e sostituirà la necessità di compilare separatamente i moduli sopra indicati.

**Date: 1-11 agosto 2026 (11 giorni/10 notti)**

**Gruppo minimo: 8 persone** in camera condivisa (doppia, matrimoniale, tripla secondo le strutture)

**Quota di partecipazione: € 1985,00** persona (tessera associativa obbligatoria annuale € 30,00) Per chi non è socio del Centro iscrizione con il seguente modulo

[https://www.mystikyogalab.com/wp-content/uploads/2024/02/Domanda-ammissione-socio-e-modulo-privacy-2022\\_editabile-1.pdf](https://www.mystikyogalab.com/wp-content/uploads/2024/02/Domanda-ammissione-socio-e-modulo-privacy-2022_editabile-1.pdf))

Supplemento singola: € 650,00

#### **PAGAMENTI**

- Entro il 20 gennaio 2026: acconto del 30% **(non rimborsabile, ma può essere accreditato per un viaggio futuro o ceduto su richiesta)**
- Entro il 30 marzo 2026: saldo residuo del 70%
- In caso di successiva iscrizione è necessario concordare con il tour leader le condizioni di saldo quote.

**Tutti i pagamenti sono da effettuarsi a Mystik Yoga Lab Asd e invio contestuale di ricevuta/disposizione a [info@mystikyogalab.com](mailto:info@mystikyogalab.com).**

Mystik Yoga Lab Asd Viale Della Lirica 43

C/c Bper Banca Ravenna agenzia 2 Via Faentina 28/a

Iban IT86X0538713109000004032089

SWIFT BPMOIT22XXX

Causale: quota Ass. + quota workshop formativo interculturale

MYSTIK YOGA LAB ASD

CF 92101340393 P iva 02756520397

Viale della Lirica,43 (2^ piano, int. 8)

48124 Ravenna

LA PRESA VISIONE DEL SEGUENTE PROGRAMMA IMPLICA LA ACCETTAZIONE DELLE CONDIZIONI E INDICAZIONI SOPRA RIPORTATE.

**PRENOTA subito con noi e il volo per partire! Bali arriviamo**