

# RETRAITE à La maison VEDA

La maison Veda Sri Lanka est une maison de bien-être unique, nichée dans la jungle, sur les rives du lac de Koggala, au sud du Sri Lanka. Bien plus qu'un hôtel ou qu'un centre de retraite, La maison VEDA est une maison d'expériences intimiste, pensée pour de petits groupes en quête d'authenticité, de connexion, de nature et de bien-être profond.

## Le lieu

- Sud du Sri Lanka, à 2h15 de l'aéroport, 25 mn de Galle
- Situé au cœur de la nature, sur les rives du lac de Koggala
- Deux villas authentiques : Lake Loft et Lake House
- Yoga Shala sur le toit, avec vue panoramique sur le lac Koggala
- En option : Villa attenante Tothupola avec piscine et villa Jungle Breeze
- Interlocuteur disponible quotidiennement, parlant français et anglais
- Accès privé au lac depuis le jardin

## Séjour bien-être de base: La maison VEDA

### Lake Loft + Lake House+ Yoga Shala

- 2 villas + yoga shala privatisés – 200 € / nuit
- Le package de base est obligatoire pour toute retraite.
- Il comprend la privatisation complète de :

#### Le Lake Loft

- Appartement type loft, spacieux, tout confort
- 3 espaces nuit séparés par des rideaux
- Climatisation
- 4 lits au total
- 1 lit double, 3 lits simple
- 1 salle de bain, douche, eau chaude, lavabo, toilette, urinoir
- Terrasse et salon extérieur
- 1 cuisine équipée

#### La Lake House

- Maison traditionnelle au murs en terre et frise décorative bois, juste au bord du lac
- 2 chambres interconnectées
- 3 lits
- 1 lit double, 2 lits simple
- 1 salle de bain, douche, eau chaude, lavabo, toilette
- Terrasse et salon extérieur
- 1 cuisine équipée

(Pour accéder à la salle de bain, il faut traverser la chambre principale)

> Capacité totale du package de base : 7 couchages

#### Yoga shala avec vue panoramique sur lac et jungle

- 60m2
- 20 tapis et blocs yoga
- Salle de bain, douche et toilette

#### Également inclus :

- Accès privé au lac
- Coordination et accompagnement sur place
- Interlocutrice francophone disponible quotidiennement
- Séjour minimum : 5 nuits.

△ Toute extension du lieu est possible uniquement après réservation du package de base.

Vous venez enseigner, je m'occupe du reste.



## Repas

Option pension complète – 30 € / personne / jour

- Petit-déjeuner
- Déjeuner
- Dîner
- Cuisine végétarienne
- Fruits boisson chaudes a volonté
- Produits frais et locaux
- Inspiration sri-lankaise, ayurvédique et française

#### Option chef personnel

Vous pouvez venir avec votre propre chef !

Le lieu dispose :

- De deux cuisines entièrement équipées
- D'un espace dédié exclusivement aux repas du groupe

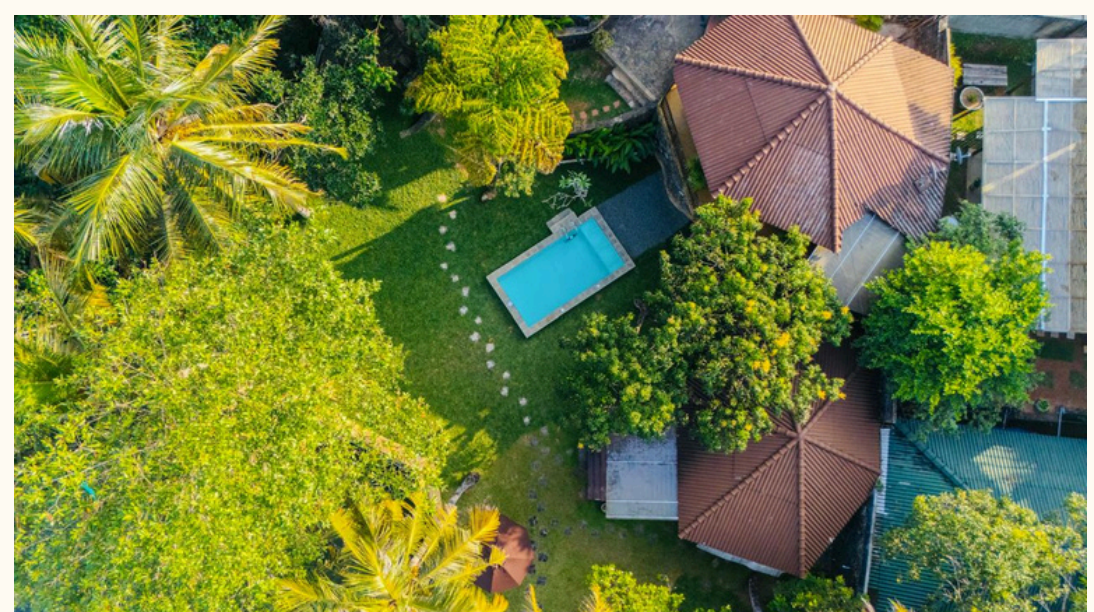
Les repas peuvent ainsi être pris à l'extérieur, dans un cadre naturel, intime et réservé au groupe.

## Transport aéroport (optionnel)

Organisation possible des transferts :

- Voiture 1 à 3 personnes: 60€
- Van (jusqu'à 8 personnes) : 110 €
- Bus (jusqu'à 17 personnes) : 200 €

Tarifs indicatifs, pour 1 trajet Colombo - La main VEDA



## HEBERGEMENTS ADDITIONNELS

### Tothupola – 150€ / nuit, 2 chalets

Deux chalets en bois situés en bord de lac, reliés par un portillon privé dans le jardin de La maison VEDA

#### Chalet Tothupola 1

- 2 lits
- 1 lit double, 1 simple
- Salle de bain, toilette
- Climatisation

#### Chalet Tothupola 2

- 2 lits
- 1 lit double, 1 simple
- Salle de bain, toilette
- Climatisation

Soit 4 couchages supplémentaires.  
La piscine est accessible uniquement lors de la réservation de la villa Tothupola

> Capacité cumulée avec le package de base : 11 couchages.



### Jungle Breeze – 50 € / nuit par chambre

Extension idéale pour les groupes plus importants.  
Configuration :

- 4 chambres individuelles avec climatisation et balcon
- 1 petite maison en terre indépendante avec cuisine et terrasse privée
- 5 lits doubles

> Capacité cumulée avec le package de base et les chalets Tothupola : 16 couchages



## EXPÉRIENCES À LA CARTE (OPTIONNELLES)

Les activités ne sont jamais imposées.  
Vous construisez votre retraite selon votre vision, les tarifs ci dessous sont indicatifs et seront confirmés selon la tarification de l'intervenant.

### Catégorie 1 – Bien-être & Mouvement 100€

Vous souhaitez faire découvrir un pratique de Yoga différente de la votre a vos élèves? Un professeur certifié peut intervenir:

- Hatha Yoga
- Vinyasa
- Kundalini
- Mat Pilates

### Catégorie 2 – Expériences profondes 200€

- Bains sonores
- Breathwork
- Cérémonie du cacao
- Kirtan
- Atelier de cuisine sri-lankaise ou ayurvédique

### Category 3 – Ayurvedic Immersion (Off-site)

A partir de 80€ par personne (selon les soins)

- Journée complète dans une maison ayurvédique traditionnelle et familiale
- Approche authentique issue de pratiques ancestrales
- Située à 20 minutes de La Maison VEDA

### Culture and Nature

10–35 € par personne / par activité  
(selon le nombre de participants)

Ces expériences sont proposées comme des immersions culturelles douces, dans le respect du rythme et de l'intention du séjour :

- Balade en bateau sur le lac de Koggala (départ direct depuis le jardin)
- Visite d'un temple au bord du lac & rituel de Puja avec un guide bouddhiste local
- Visite d'un centre de protection des tortues & lâcher de bébés tortues
- Visite du fort de Galle (site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO)
- Usine à thé
- Surf

### Circuit touristique à partir de 100€/Jours/personne

Vous souhaitez poursuivre la retraite avec un séjour touristique? C'est possible, à partir de 3 personnes et jusqu'à 17 personnes, nous pouvons organiser votre circuit touristique en voiture, mini van ou bus.  
Au programme, Dambulla caves bouddhistes, Sigyria & Rocher du lion, Kandy & templee, Les montagnes d'Ella, Haputale et plantations de the, safari elephant...



## Organisation

- Vous choisissez vos dates.
- Nous définissons ensemble la structure de votre retraite.
- Vous ouvrez les inscriptions auprès de vos élèves.
- J'organise toute la logistique locale.
- Vous enseignez en toute sérénité.

Chaque retraite est co-construite pour respecter votre pédagogie et l'esprit du lieu.

## Informations importantes

- Séjour minimum : 5 nuits
- Package de base "La maison VEDA" obligatoire
- Capacité maximale : 16 couchages (professeur inclus)
- Logement du professeur à intégrer dans votre calcul

## L'esprit de La maison VEDA

- Authenticité plutôt que quantité.
- Profondeur plutôt que spectacle.
- Connexion humaine plutôt que tourisme de masse.
- Un lieu intime.
- Une organisation fluide.
- Une expérience sincère.
- Vous êtes à la maison !

## Contact & Collaboration

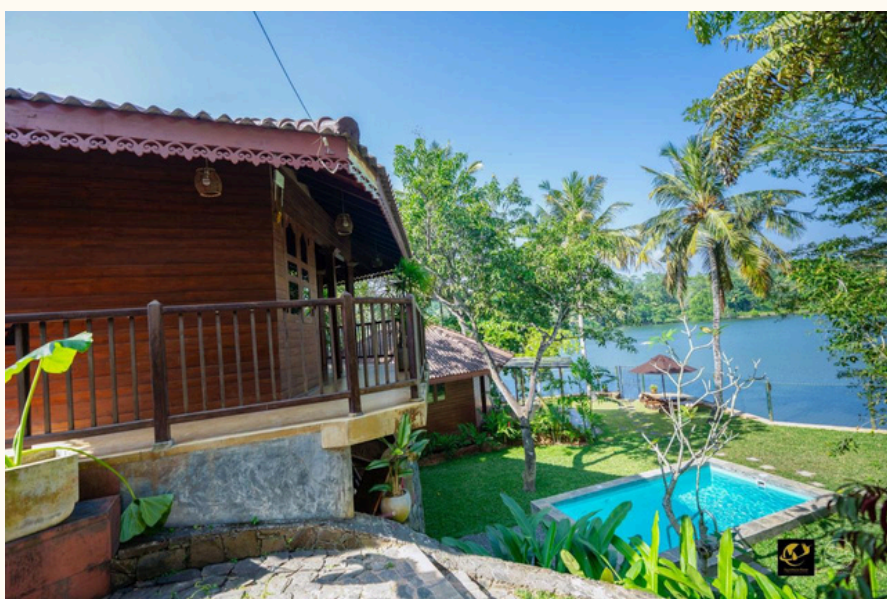
Pour les disponibilités, les tarifs détaillés ou toute demande de collaboration :  
Aurélie DUTREY

WhatsApp uniquement : +33 (0)6 79 09 89 47

Numéro local Sri Lanka : +94 71 981 6167

✉ [lamaisonveda@gmail.com](mailto:lamaisonveda@gmail.com)

🌐 [lamaisonveda.com](http://lamaisonveda.com)



# La Maison VEDA

## Sri-Lanka



Un lieu d'expériences transformatrices

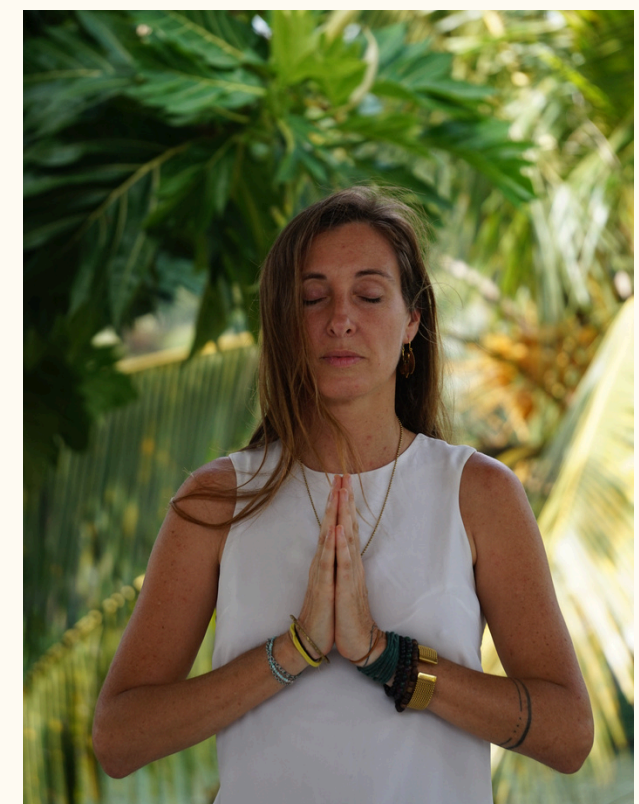
Ici, la nature, le vivant et les expériences profondes que nous cultivons avec nous-mêmes s'inscrivent dans un cadre d'exception, où le confort, l'esthétique et l'attention aux détails font pleinement partie de l'expérience.

J'ai fondé mon premier centre de yoga, **La maison VEDA France**, à Saint-Simon en 2022, avant d'élargir cette vision au Sri Lanka. Ce premier projet a posé les bases de mon approche : une expérience de bien-être **humaine, immersive et incarnée**, profondément ancrée dans l'authenticité, la présence et le soin porté à chaque détail.

La Maison VEDA n'est ni un centre de retraite classique, ni un projet hôtelier conventionnel. C'est une **maison de bien-être incarnée**, où chaque expérience est pensée pour offrir **authenticité, profondeur et cohérence**.

Mon parcours combine voyages de longue durée, pratiques de bien-être holistiques et esprit entrepreneurial. Avant de créer La Maison VEDA, je me suis formée à l'**Ayurveda en Inde**, et au fil des années, le yoga et l'Ayurveda sont devenus les fondations solides de mon travail et de mes enseignements. Pour moi, ces disciplines ne sont pas des tendances : ce sont des **pratiques vécues**, intégrées au quotidien et transmises avec intégrité.

Avant de m'installer au Sri Lanka, j'ai voyagé pendant plusieurs années à la recherche d'expériences profondes et transformatrices. Ces voyages ont façonné ma vision du voyage : **un espace de reconnexion, de présence et de clarté intérieure**.



**Aurélie DUTREY**  
**Fondatrice, hôte & facilitatrice de retraites bien-être**

Aujourd'hui, La Maison VEDA repose sur cette connaissance approfondie du pays et de sa culture, ainsi que sur un réseau local de partenaires de confiance. Ce projet n'est pas un concept touristique, mais une initiative durable, consciente et profondément enracinée dans son environnement.

Notre démarche vise à collaborer uniquement avec des agences de voyage et des organisateurs de retraites, afin de préserver l'intimité et l'authenticité des expériences.

La maison VEDA propose :

- Une destination à taille humaine et de grande qualité (de 7 à 16 hôtes)
- Une expérience incarnée, avec un interlocuteur unique sur place
- Des programmes de bien-être flexibles et sur mesure
- Une attention particulière portée à l'expérience humaine, à la sécurité et à la cohérence
- Un réseau local authentique et des immersions non touristiques

Mon rôle est de garantir que chaque séjour se déroule avec fluidité, qu'il reste profondément humain et qu'il offre une expérience sincère et significative, sans sur-promesse ni mise en scène.

La maison VEDA s'adresse aux personnes qui privilégient :

- L'authenticité plutôt que la quantité
- La profondeur plutôt que le spectacle
- La connexion humaine, dans un cadre raffiné et harmonieux

•

Ce n'est pas du tourisme de masse, c'est un voyage intentionnel, incarné avec soin

