AUX SOURCES DE L'ÊTRE

VOYAGES MIEUX-ÊTRE

JAPON

À la recherche du temps présent au cœur du sacré

Du 27 octobre au
9 novembre 2026

(14 JOURS / 12 NUITS)

spiritours
VOYAGES DE RESSOURCEMENT

Détenteur d'un permis du Québec

spiritours

AUX SOURCES DE L'ÊTRE

VOYAGES MIEUX-ÊTRE

À la recherche du temps présent au cœur du sacré

L'automne au Japon vous enchantera par sa lumière dorée : les temples se parent de mousse verte et de feuilles éclatantes, véritables tableaux vivants. Savourez l'art de vivre quotidien de cette terre de contrastes fascinante et plongez dans ses traditions les plus pures. Vivez une retraite spirituelle dans un shukubo au Mont Koya, montagne sacrée de la péninsule de Kii. Imprégnez-vous de Kyoto, joyau du patrimoine mondial, ville coup de cœur de votre accompagnatrice, enseignante de philosophie zen, pour ses geishas au crépuscule, ses trésors artistiques et sa douceur de vivre. Participez aux ateliers bien-être animés par Catherine et Line. Enfin, laissez-vous porter par le mysticisme du Kumano Kodo, chemin millénaire au cœur des campagnes japonaises, où spiritualité et nature s'entrelacent.

Moments forts

- Retraite de 2 jours dans un Shukubo au Mont Koyasan
- La découverte du pèlerinage du Kumano Kodo (enregistré au Patrimoine Culturel Mondial de l'UNESCO sous le nom « Sites sacrés et chemins de pèlerinage dans les monts Kii ».)

Les plus

- Divers ateliers de reconnexion à soi, pratiques et philosophie du Bouddhisme Zen, yoga, méditation et plus encore
- Visite de nombreux temples et sanctuaires dont le temple Sanjusangendo
- Cheminer sur les pas du bodhisattva Kannon, ou «comment développer sa compassion»

PROGRAMME OFFICIEL SIGNÉ spiritours CERTIFIÉ

Une entreprise d'économie de communion

Accompagnement

Catherine Agostini-Salembier

Eurasienne, au carrefour entre l'Orient et l'Occident, Catherine Agostini-Salembier est ethnothérapeute, conférencière internationale, maître de méditation et formatrice, elle est également fondatrice et directrice du centre de ressourcement Latitude bien-Être, www.latitudebienetre.org, elle est par ailleurs guide de « voyages initiatiques ». Écrivaine, elle est Co auteure de Voyages Spirituels (Ulysse, 2019) et auteure d'un roman initiatique, Sur les épaules des Géants, et de plusieurs ouvrages sur la croissance personnelle et spirituelle, parmi lesquels Faire de ses blessures un Chef-d'œuvre, le souffle des Sages, Lumière. Faire rayonner le Temple du Cœur (Béliveau éditeur, 2022), Greffe d'Amour (Béliveau éditeur, 2023), et S'il te plaît dessine moi…une voie de sagesse! (Éditions Le Dauphin Blanc, 2024).

Line Bernier

Coach certifiée en PNL, professeure de yoga et méditation, Line accompagne des groupes à travers le monde dans des voyages de ressourcement. Guidée par la quête de sens, l'amour de la beauté et l'authenticité, elle crée des espaces où chacun peut se déposer, se reconnecter à l'essentiel et s'ouvrir à la magie du moment présent. Avec bienveillance et présence, elle t'invite à vivre le Japon autrement : en conscience, en profondeur… et en douceur.

Le profil de votre voyage

Voyage culturel

Ces voyages vous permettront de découvrir particulièrement des sites d'intérêt culturel et historique (musées, sites archéologiques, monuments historiques, patrimoine religieux), de participer à des événements culturels importants ou de rencontrer la population locale afin de mieux connaître sa culture (moeurs et coutumes).

Développement personnel

Le programme de ces forfaits comprend des ateliers thématiques de développement personnel animés par les accompagnateurs.

Marche spirituelle

Indique que le programme comprend de la marche dans des lieux naturels (montagne, désert, champ) et parfois dans les villes et villages. Ce sont des marches contemplatives que nous vous proposons de faire en silence, afin de favoriser l'intériorité.

Itinéraire

JOUR 1 | MARDI 27 OCTOBRE 2026
DÉPART DE MONTRÉAL
Aujourd'hui marque le début de votre pèlerinage. Vous prendrez votre vol vers le Japon, entamant un voyage à la fois culturel et spirituel.

JOUR 2 | MERCREDI 28 OCTOBRE 2026
ARRIVÉE À TOKYO
Vous arriverez dans la capitale japonaise, Tokyo, une ville fascinante où les temples anciens côtoient les gratte-ciel modernes. Vous serez transférés à votre hôtel pour vous reposer et vous préparer à la découverte. Nuitée à Tokyo.

JOUR 3 | JEUDI 29 OCTOBRE 2026
TOKYO
Cette journée vous offre la liberté d'explorer Tokyo à votre rythme. Vous pourrez découvrir des quartiers emblématiques comme Asakusa avec son temple Senso-ji, flâner dans Shinjuku, visiter le marché de Tsukiji ou vous promener dans les jardins du palais impérial. Nuitée à Tokyo.

JOUR 4 | VENDREDI 30 OCTOBRE 2026
TOKYO – IZUMI SANO
Ce matin, vous visiterez le temple Shounji pour une expérience de méditation Zazen, une pratique zen profonde. Ensuite, vous traverserez le célèbre carrefour de Shibuya, symbole du dynamisme tokyoïte, avant de découvrir le temple Gotokuji, réputé pour être le berceau du chat porte-bonheur Maneki-neko. En fin de journée, vous prendrez un vol vers l'aéroport du Kansai et serez transférés à Izumisano, une ville portuaire paisible. Nuitée à Izumi Sano.

JOUR 5 | SAMEDI 31 OCTOBRE 2026
IZUMI SANO – IGARUGA – NARA
Ce matin, vous serez transférés vers Nara, ancienne capitale impériale du Japon. En route, vous ferez un arrêt à Igaruga au temple Horyuji, l'un des plus anciens temples en bois du monde. Arrivé à Nara, vous visiterez la vielle-ville, suivi par une visite du parc de Nara, où les daims sacrés se promènent librement, puis vous découvrirez le temple Todaiji, abritant une immense statue de Bouddha. Nuitée à Nara.

JOUR 6 | DIMANCHE 1 NOVEMBRE 2026
NARA – KUMANO
Aujourd'hui, vous prendrez la route vers Kumano. Ensuite, vous marcherez pendant environ 3 heures vers le sanctuaire Kumano Hongu Taisha et le site sacré d'Oyunohara. En fin de journée, vous savourerez un repas local typique dans un ryokan. Nuitée à Kumano.

JOUR 7 | LUNDI 2 NOVEMBRE 2026
KUMANO – KOYASAN
Vous commencerez la journée par une randonnée de 1h30 sur le sentier Nakahechi, partie du célèbre Kumano Kodo, classé au patrimoine mondial de l'UNESCO. Ensuite, vous serez transféré vers Koyasan, suivi d'une visite d'Okunoin. Souper Shojin Ryori au Syukubo. Nuitée à Koyasan.

JOUR 8 | MARDI 3 NOVEMBRE 2026
KOYASAN
Vous commencerez la journée avec le Gongyo, les prières matinales chantées par les moines. Vous visiterez ensuite le complexe sacré Danjo Garan, la grande pagode Konpon Daito et le musée Reihokan qui abrite des trésors religieux. Vous participerez également à un atelier spirituel. Souper Shojin Ryori au Syukubo. En soirée, vous vivrez une marche nocturne à travers le cimetière mystique d'Okunoin, où repose KoboDaishi. Nuitée à Koyasan.

JOUR 9 | MERCREDI 4 NOVEMBRE 2026
KOYASAN – KYOTO
Après une matinée à Koyasan avec Gongyo, vous visiterez le temple Kongobuji, centre principal du bouddhisme Shingon. Ensuite, vous prendrez la route vers Kyoto, avec un arrêt pour visiter le célèbre sanctuaire Fushimi Inari Taisha et ses milliers de torii rouges. Vous vivrez ensuite une expérience Zazen au temple Shorinji. Nuitée à avant Kyoto.

JOUR 10 | JEUDI 5 NOVEMBRE 2026
KYOTO
Aujourd'hui, vous explorerez Kyoto, ancienne capitale impériale et cœur spirituel du Japon. Rencontre avec le guide pour la visite du nord de Kyoto en transports en commun. Ensuite, vous visiterez le temple Kurama et ferez une randonnée de 2h entre les villages de montagne de Kurama et Kibune, lieux empreints de folklore et de spiritualité. Lunch bento box en chemin. Visite du Sanctuaire Kifune avant de retourner au centre-ville de Kyoto. Nuitée à Kyoto.

JOUR 11 | VENDREDI 6 NOVEMBRE 2026
KYOTO
Vous visiterez le temple Sanjusangendo, célèbre pour ses 1001 statues de Kannon, la déesse de la compassion. Vous participerez ensuite à une cérémonie du thé. Lunch Kaiseki dans un restaurant traditionnel de Gion. Profitez d'une après-midi libre pour vous imprégner de l'atmosphère unique de Kyoto. Nuitée à Kyoto.

JOUR 12 | SAMEDI 7 NOVEMBRE 2026
KYOTO – OSAKA
Vous serez transférés vers Osaka, où vous vivrez une immersion dans le quartier populaire de Hirano pour une expérience locale authentique. Visiterez ensuite le sanctuaire Sumiyoshi Taisha, l'un des plus anciens sanctuaires shinto du Japon. Nuitée à Osaka.

JOUR 13 | DIMANCHE 8 NOVEMBRE 2026
OSAKA
Cette journée libre vous permettra de découvrir Osaka à votre rythme. Vous pourrez visiter le château d'Osaka, flâner dans le quartier animé de Dotonbori ou savourer la cuisine locale réputée. Souper Teppanyaki à Namba. Nuitée à Osaka.

JOUR 14 | LUNDI 9 NOVEMBRE 2026
OSAKA – MONTRÉAL
Votre voyage touche à sa fin. Vous serez transférés à l'aéroport du Kansai pour votre vol de retour, le cœur rempli de souvenirs spirituels et culturels.

Itinéraire sujet à changement - Circuit exclusif, tous droits réservés

Informations

Prix

Réservez-tôt*:

- **9 887 $/pers. (en occupation double/twin)**
- **11 885 $/pers. (en occupation simple)**

**Rabais de 100 $ si inscription avant le 27 juin 2026.*

Prix régulier:

- **9 987 $/pers. (en occupation double/twin)**
- **11 985 $/pers. (en occupation simple)**

***Selon disponibilité, quantité limitée.*

** Spiritours offre la possibilité de jumelage, mais , Spiritours ne peut assumer les frais additionnels pour l'occupation simple si nous n'arrivons pas à vous jumeler. La différence vous sera facturée entre 30 et 60 jours du départ si Spiritours n'a pu vous jumeler.*

** Tous les prix sont basés sur le taux de change en vigueur au 1er septembre 2025.*

CE FORFAIT COMPREND

- Les vols internationaux aller-retour Montréal-Tokyo et Osaka-Montréal avec Air Canada (ou similaire)
- Hébergement en occupation double 2 nuits en monastère, 1 nuit en auberge traditionnelle et 9 nuits en hôtels 3* et 4*
- 20 repas
- Les transferts aéroports-hôtels-aéroports
- Les transferts en autocar privatif entre les villes (les déplacements dans les villes se font en transport en commun)
- Visites selon l'itinéraire, incluant les frais d'entrée
- Les services d'un guide-accompagnateur francophone
- Les services et enseignements de vos accompagnatrices
- Toutes les taxes (sauf taxes touristiques du Japon)

CE FORFAIT NE COMPREND PAS

- Taxe touristique de 1000 yens (environ 12$ cad) à payer en quittant le Japon
- L'assurance voyage (voir fiche d'inscription)
- Les pourboires
- Les dépenses personnelles
- La contribution au Fonds d'Indemnisation des Clients d'Agents de Voyages (gratuit présentement).

Inscription

Date limite d'inscription:
Le 27 août 2026

(60 jours avant le départ ou quand le nombre maximum des passagers est atteint). Possibilité de s'inscrire après cette date, un supplément pourrait s'appliquer.

Pour vous inscrire

Vous pouvez vous inscrire sur notre site Internet (voir haut de la page web du voyage, à droite) ou télécharger et remplir le formulaire PDF et nous l'envoyer avec votre dépôt de 750$. Il faut s'inscrire le plus tôt possible, car les places sont limitées. Veuillez joindre à votre inscription une photocopie de votre passeport (voyages internationaux seulement).

Assurance-voyage

Pour une assurance voyage, communiquez avec nous afin de connaître votre prime.

Nb de participants

Minimum 15 - Maximum 25

Documentation requise

Tous les voyageurs canadiens qui se rendent au Japon doivent être en possession d'un passeport valide pendant toute la durée de leur séjour. Les Canadiens n'ont pas besoin de visa pour un séjour de moins de 90 jours au Japon.

Pour de plus amples informations veuillez contacter

Annie Camden
(514) 374-7965, poste 207
annie.camden@spiritours.com

Hébergements:

- Tokyo (2 nuits): Sotetsu Fresa Inn Ginza Nanachome (ou similaire)
- Izumi Sano (1 nuit): Washington Hotel Kansai Airport (ou similaire)
- Nara (1 nuit): Nara Royal Hotel (ou similaire)
- Kumano (1 nuit): Iruka Onsen Seiryuso (ou similaire)
- Koyasan (2 nuits): Jochiin (ou similaire)
- Kyoto (3 nuits): Vessel Hotel Campana Kyoto Gojo (ou similaire)
- Osaka (2 nuits): Holiday Inn Osaka Namba (ou similaire)

Conditions générales

Dépôt et paiement

Un dépôt de 750 $ pour les voyages en avion ou 25 % du montant total pour les voyages en autobus est requis au moment de votre réservation ainsi que la prime d'assurance-annulation, si désirée. Le solde devra être payé au complet au moins 60 jours avant le départ pour les voyages en avion et 45 jours avant le départ pour les voyages en autobus. En cas de retard pour le paiement final, notez que la réservation sera automatiquement annulée, entraînant les frais d'annulation sous-mentionnés.

Note importante : certains voyages et événements spéciaux peuvent être assujettis à des conditions particulières de réservation, d'acompte et de date de paiement final.

Frais d'annulation

Pour les voyages à l'international et/ou en avion
Jusqu'à 60 jours avant le départ : 750$ de pénalité
À moins de 60 jours avant le départ : aucun remboursement

Pour les voyages à l'intérieur de la province du Québec et/ou par autocar
Jusqu'à 45 jours avant le départ : 25 % du montant total
De 45 à 21 jours avant le départ : 50 % du montant total
À moins de 21 jours avant le départ : aucun remboursement

Frais de changement : 100 $ de pénalité (changement de nom, modification date de retour et tout autre changement important). À moins de 60 jours toute modification sera considérée comme une annulation.

Extension (déviation): vous devez en faire la demande par écrit, il y aura un frais de changement + différence tarifaire pour le billet de retour au prix du jour. Le retour doit obligatoirement être du même aéroport que le groupe.

Note importante: certains voyages et événements spéciaux peuvent être assujettis à des conditions particulières d'annulation.
Spiritours se réserve le droit d'annuler un voyage si le nombre de participants n'est pas atteint à la date limite, un remboursement complet représentera le règlement définitif envers le passager. Spiritours se réserve aussi le droit de repousser la date limite à 45 jours du départ, de changer les dates du voyage ou la compagnie aérienne au besoin. Si pour des raisons de force majeure le voyage doit être suspendu par Spiritours, ce dernier se réserve le droit de reporter à des dates ultérieures ou d'annuler, mais ne sera pas responsable des sommes non-remboursables déjà versées aux fournisseurs. Spiritours ne saurait être tenu d'intervenir lors de difficultés entre les autorités d'un pays et un membre du groupe qui ne se serait pas conformé aux lois, coutumes, règlements et traditions du pays d'accueil.

Assurances

Les voyageurs sont invités à se procurer une assurance-annulation dans le cas où, pour des raisons majeures (maladie, blessure ou décès survenant à eux-mêmes ou à un membre de leurs proches), ils devaient annuler leur voyage avant le départ ou modifier l'itinéraire en cours de route. De plus, nous recommandons fortement de prendre une assurance médicale. Le coût des assurances n'est en aucun cas remboursable.

Les voyageurs doivent prendre connaissance dans leur contrat d'assurance de la nature de la garantie, des risques assurés, des exclusions, limitations et réductions de garanties, ainsi que des procédures de résiliation que contient le produit d'assurance.

Réclamation

Vous devez aviser le représentant de Spiritours le plus rapidement possible de toute réclamation éventuelle. À l'étranger, vous devez immédiatement communiquer avec votre accompagnateur ou la direction de l'hôtel afin que la situation puisse être corrigée.

Prix indiqués

Sauf en cas d'indication contraire, tous les prix sont en dollars canadiens. Les prix sont sujets à changement jusqu'à 30 jours avant la date du départ en cas de hausse du prix du carburant imposée par le transporteur ou une augmentation du taux de change de plus de 5% depuis la date de publication du prix du voyage. Si la modification du prix de votre voyage est égale ou supérieure à 7% du prix original, vous pouvez demander de vous faire rembourser ou d'échanger votre voyage contre un autre, similaire.

Responsabilité de Spiritours

Spiritours ne peut être tenu responsable des actes, oublis, erreurs ou événements, pertes, dommages ou accidents durant le voyage, ainsi que des retards ou annulation dus à une entreprise de transport. Spiritours ne peut être tenu responsable de quelque dommage subi par le voyageur pour maladie, blessure, perte, incommodité ou anxiété. Spiritours décline également toute responsabilité quant à tout dommage découlant d'un acte gouvernemental, de troubles politiques, grèves, actes fortuits. Spiritours n'effectuera aucun remboursement quelles que soient les circonstances d'un retour prématuré ou d'une partie non complétée, ni pour les services non utilisés par les voyageurs. La responsabilité de Spiritours découlant du défaut de fournir un service ou un avantage décrit dans le présent document est limitée au coût de tel service ou avantage.

Responsabilité du voyageur

Le voyageur est responsable de s'informer sur les exigences d'entrée et de sortie du pays qu'il prévoit visiter. Dans l'éventualité que le voyageur ne possède pas la documentation requise, il pourrait se voir refuser le passage par les autorités.
Le voyageur s'engage à accepter toute directive raisonnable relative au forfait émis alors que le passager est à l'étranger. Dans le cas où un passager aurait une conduite préjudiciable aux autres voyageurs ou aux fournisseurs de services, et persistait dans sa conduite malgré un avertissement formel du fournisseur de services ou de son représentant, le passager serait expulsé du groupe et devrait assumer tous les frais occasionnés par sa conduite y compris tous les frais supplémentaires que le passager devrait débourser pour son hébergement, nourriture et transport.