

Portugal

En marche

Let's Go

Vibration

„Rota Vicentina“, Voyage vers Soi

Besoin d'une pause ? Rejoignez Jean-François, fondateur d'Emotion Planet, dans cette magnifique itinérance à pied le long de l'Atlantique.



Invitation au Voyage vers Soi

en compagnie de Jean-François, fondateur d'Emotion Planet

Besoin d'une pause, d'un moment pour vous ?
En questionnement, en recherche de sens ?
Juste envie de dépaysement, d'aventure ?

Faites votre sac et rejoignez-le pour quelques pas dans ses marches de par l'Europe et le monde.

Venez vivre une expérience de vous, pour vous, avec vous, en vous.

Venez vous rencontrer avec amour.
Venez écouter le bruit du silence.
Venez déposer votre corps, votre âme, votre coeur.

Faites-vous confiance.

Bienvenue à vous.

C'est avec plaisir que *Jean-François* cheminera à vos côtés.

Vous aimerez

- 🕒 La lenteur comme richesse
- 🕒 La simplicité comme compagne
- 🕒 Un voyage tant extérieur qu'intérieur
- 🕒 Une expérience ancrée dans le corps
- 🕒 Un sentiment de liberté, une joie douce et durable
- 🕒 Une vraie pause loin du rythme quotidien
- 🕒 Une reconnexion au corps et à l'âme
- 🕒 Un voyage accessible et profondément humain

Baromètre

Rencontre



Spiritualité



Culturel



Marche



Temps de route



Aventure



Confort



Immersion



Nature





Infos pratique

- 🕒 **Age & public** : ouvert à tous, adultes et enfants dès 10/12 ans
- 🕒 **Durée** : Durée libre (min 7 jours)
- 🕒 **Dates & périodes** : toute l'année, selon l'itinérance proposée
- 🕒 **Nombre participants** : de 1 à 5 voyageurs maximum
- 🕒 **Formule du voyage** : Voyages d'En Vie - En marche
- 🕒 **Régions & paysages** : plages, littoral, plaines, campagne & collines
- 🕒 **Hébergements** : sous tente, camping, gîte, auberge de marcheurs ou petit hôtel, selon les lieux traversés
- 🕒 **Transport** : à pied, librement
- 🕒 **Portage** : Oui (suggéré) ou non, au choix

Programme

Légende : B L D = repas inclus dans le prix du voyage (**B**reakfast, **L**unch et **D**iner)

Note : le développé de ce programme (étapes, activités, etc.) est donné à titre indicatif.

Il peut subir des modifications ou des aménagements en fonction des critères techniques, des impératifs de sécurité, des conditions climatiques du moment et des disponibilités. Nos guides mettent toujours tout en œuvre pour prendre les meilleures décisions et options possibles.

Petit mot :

Tout voyage qui sort des sentiers battus comporte parfois des événements imprévus (grève, route coupée, fête locale...) ; votre capacité d'adaptation aux conditions locales (transports, nourriture, hébergements, imprévus, aléas climatiques), comme à des événements inattendus sera aussi une clé à la réussite de votre voyage.

Nous comptons sur vous pour avoir un esprit délibérément « positif » et ne jamais oublier votre sens de l'humour.

Nous vous souhaitons un très beau et riche voyage .

Cette itinérance n'est pas un voyage organisé. C'est une invitation à rejoindre Jean-François pour cheminer. Souvent, il découvre les régions traversées en même temps que vous.

Vous êtes l'organisateur et le responsable de votre périple. De son côté, Jean-François s'engage avec joie à mettre son expérience de la marche longue durée au service de cette aventure.

Programme et itinéraire 2026 : du samedi soir au samedi soir

De fin mars à mi-mai, soyez les bienvenus pour une ou plusieurs semaines de votre choix :

♣ X 28 mars > 4 avril : littoral portugais, de Lisbonne à Sines (≈135km)

♠ √ 4 > 11 avril : Chemin des pêcheurs, de Sines à Aljezur (≈100 km)

♠ √ 11 > 18 avril : Chemin des pêcheurs, de Aljezur à Lagos (≈105 km)

♣ ✓ 18 > 25 avril : Chemin historique, de Lagos à Aljezur (≈130 km)

♣ ✓ 25 avril > 2 mai : Chemin historique, de Aljezur à Santiago do Cacém (≈130 km)

♣ X 2 > 9 mai : Littoral portugais, de Santiago do Cacém à Lisbonne (≈130 km)

- Marche : ♠ *tranquille* (3>5h/jour) ; ♥ *modérée* (4>6h/jour) ; ♣ *soutenue* (4>7h/jour)
- Portage de bagage(s) : ✓ *disponible* ; X *non disponible*

Déroulement

Arrivée : vous rejoignez Jean-François le soir au point de rendez-vous fixé. Selon votre lieu de résidence et vos moyens de transport, prévoyez une ou deux journées de trajet pour y arriver.

Toutes les villes de départ proposées sont desservies par les transports publics (avion, train et/ou bus). Si besoin, une aide est envisageable dans les préparatifs & réservations.

Itinérance : vous cheminez ensemble, une ou plusieurs semaines, selon votre choix. Plus la durée est longue, plus l'expérience est riche. La durée minimale est d'une semaine. Un **service de transport des bagages** est disponible.

Même si le cap est clair et l'itinéraire pensé en amont, **le parcours précis se dessine au fil des pas**. Nous nous laissons porter par la marche, les rencontres et le rythme du petit groupe, sans trop regarder la montre.

Retour : vous marchez jusqu'au lieu convenu. De là, vous repartez chez vous. Une ou deux journées de trajet peuvent être nécessaires. Il se peut aussi que vous ayez envie de prendre un peu de temps pour vous reposer ou découvrir les environs avant le départ.

De même, toutes les villes de retour proposées sont desservies par les transports publics (avion, train et/ou bus). Si besoin, une aide est envisageable dans les préparatifs & réservations.

Activités

Marche, nature, rencontres, partages, silence, émotions, rires, dépassement de soi, cercle de paroles, écoute, émerveillements, ...

Rythme

Le rythme s'adapte au petit groupe et aux plus lents. **Aucun exploit sportif** n'est recherché. Il n'y a pas d'autre objectif que ... d'être en chemin. Et bonne nouvelle : l'arrêt et le silence en font pleinement partie.

Tarifs et conditions

Prix/pers

- **"Participation consciente"** pour l'accompagnement de Jean-François. En fin de séjour ou de retour chez vous, vous donnez ce que vous jugez juste, selon vos moyens, la richesse de votre vécu et votre envie de soutenir cette proposition pour d'autres.
Vous ne payez pas pour un service, vous donnez pour remercier et permettre à cette expérience de continuer d'exister. Cette approche transforme complètement l'énergie de l'argent. Jean-François y croit et il vous y invite !
- **Frais forfaitaire** pour la gestion de votre inscription par Emotion planet : 99 € / pers

Frais à prévoir durant le voyage

- **Transport A/R** : pour rejoindre Jean-François et rentrer chez vous.

- **Dépenses personnelles** : varie selon vos choix d'alimentation et d'hébergement
 - à partir de 20 €/jour en bivouac
 - à partir de 50 €/jour en hébergement
- **Portage de votre bagage** (option)
 - Un service externe de transport de votre sac est disponible sur la plupart des tronçons.
 - Coût à prévoir : 20€/étape pour 2 bagages (+5€/bagage supplémentaire).
- **Assurances** :
 - Vous souscrivez aux assurances de votre choix.
 - L'assurance assistance-rapatriement est fortement recommandée.

Inscription

- Ceci n'est pas un voyage organisé.
- Si vous souhaitez rejoindre Jean-François, il vous suffit de nous en informer et de compléter un formulaire d'inscription.
- Une fois la disponibilité validée et votre engagement confirmé, merci d'envoyer votre plan de transport dans les 72 heures. Passé ce délai, la place pourra être proposée à d'autres personnes.
- Si vous souhaitez un soutien pour l'achat de vos transports internationaux, n'hésitez pas à nous le signaler.

Départs

Lorsque que *Jean-François* sillonne le monde, vous êtes invité à le rejoindre l'espace d'un moment.

Aucune itinérance n'est prévue pour l'instant dans le tableau des départs ?

Si vous avez l'envie de marcher malgré tout, écrivez-nous. Vos idées pourraient nourrir de nouvelles expériences.

Et si vous ressentez le besoin de faire une pause, de prendre soin de vous, ou simplement de vous mettre en chemin, contactez-nous.

Le sac à dos de *Jean-François* vous sera toujours ouvert. ☐☐

Contact

Découvrez ces pays haut en couleurs, le cœur & les valeurs qui nous animent et les commentaires d'anciens voyageurs.

Personne de contact pour votre voyage :



 **Lya**
 +32493759742
 Lya@emotionplanet.com
 emotionplanet.com

« **Emotion Planet**, le monde n'est jamais loin lorsque ses hommes ne nous sont pas étrangers. »