

AMANA JORNADAS E LOUISE LUZ  
APRESENTAM

DE 28 DE MAIO A 08  
DE JUNHO DE 2025



# BALI

## MYSTIC

Querido **viajante**,

Essa viagem é um sonho que foi nutrido por muitos anos e planejado nos detalhes, um chamado para se retirar, mas também para adentrar em outro universo.

Bali é um lugar mágico, repleto de boas sensações. Suas tradições sagradas e seus cenários místicos e exuberantes são o local perfeito para mergulhos profundos, cheios de encantamento, bem-estar e autoconhecimento.

A conexão de Louise com a Ilha dos Deuses é forte e já vem de longa data. Entre tantas idas e vindas, criou uma ligação de afeto e afinidade com o lugar, com o povo, sua cultura e energia.



“Chegar em Bali é sempre emocionante... aquele cheiro inesquecível que penetra na alma, a mistura perfeita do calor, maresia, incensos, flores e sambal. Impossível descrever. Impossível esquecer.”

LouLou vai nos levar aos seus lugares preferidos e que fazem parte da sua formação e história, nos guiando para sentir e se apaixonar pelo lugar e por nós mesmas.

Vamos juntas viver esse sonho?

28 de maio a 08 de junho de 2025.

Com amor,  
Amana e Louise

PRACTICE  
PRAY  
LOVE







## UMA JORNADA PELA ILHA DOS DEUSES

Bali guarda encantos, sendo procurada como um destino mágico e paradisíaco que inspira o despertar de uma nova consciência.

Envolta pelo manto do Oceano Pacífico, a ilha oferece muito mais do que paisagens deslumbrantes. Conhecida como a “Ilha dos Deuses” Bali é um lugar onde o ar carrega essa energia divina. A conexão com algo maior é facilmente sentida e se intensifica ao contemplar as belezas naturais cercada de florestas tropicais, praias de corais, cliffs, majestosos templos e oferendas cuidadosamente espalhadas em cada casa, a cada esquina. Bali respira espiritualidade. É o destino ideal para buscadores e praticantes de yoga que desejam viver uma experiência transformadora e significativa.

Tanto nas práticas como nos passeios e momentos de relaxamento, a ideia da jornada é criar o cenário real e perfeito para o encontro consigo mesmo. Tudo foi pensado com carinho e cuidado para aproveitar ao máximo a magia e os encantos do lugar.





# A JORNADA



## PARTE 1 - UBUD

Nos primeiros 7 dias, estaremos no coração de Bali, Ubud. O centro cultural e espiritual que respira arte e tradição. Por ser um epicentro de bem-estar holístico, Ubud é um santuário de paz e autoconhecimento perfeito para o mergulho e aprofundamento nas terapias alternativas. Vamos desfrutar da combinação das práticas de yoga e meditação, dos tratamentos ayurvédicos, as visitas aos templos, a culinária saudável com uma abundância de cafés e restaurantes que servem alimentos orgânicos, vegetarianos e veganos, além de explorar a cultura local em cenários de tirar o fôlego.

Ficaremos hospedadas em frente aos campos de arroz, onde vamos praticar yoga diariamente pela manhã. Nossas tardes terão uma série de passeios e atividades, como a visita ao templo das águas Tirta Empul, a degustação dos cafés regionais balineses, momentos de relaxamento e contemplação em um day spa no Bambu Indah, e outras surpresas que preparamos para vocês.

Nessa primeira parte da viagem, o convite é para um mergulho profundo da pele para dentro, limpando, curando e elevando a potência do nosso corpo físico, dos nossos pensamentos e a conexão com o espírito.







## PARTE 2: ULUWATU

A segunda parte da jornada é em direção ao mar, onde mergulharemos nas águas do Oceano Índico com suas piscinas de corais e ondas perfeitas. Uluwatu é um paraíso para os amantes da praia, localizada na península de Bukit, ao sul de Bali, vamos conhecer e curtir **Padang Padang, Bingin, Thomas Beach, Nyang Nyang e Uluwatu** com sua imponente geografia de cavernas e falésias. Esse local possui uma rica herança cultural enraizada nas tradições balinesas e na cultura do surf, criando uma fusão única de tradições ancestrais e estilo de vida contemporâneo.

Nos últimos 4 dias de viagem, vamos estar vibrando alto, seguindo nossas práticas de yoga e aproveitando os mergulhos, as massagens, momentos de lazer e contemplação, como a visita ao Templo de Uluwatu, um dos mais reverenciados de Bali. Localizado no topo de uma falésia a 70 metros acima do mar, o templo é dedicado aos espíritos guardiões do oceano e oferece o espetáculo de dança "Kecak" que narra histórias do Ramayana, uma das grandes epopeias da literatura sânscrita e uma obra-prima da cultura indiana.









Assistir ao pôr do sol à beira do mar é outra experiência mágica e inesquecível dessa segunda parte da jornada. **Não é apenas um evento visual; é uma experiência sensorial que nos faz entender uma das razões pelas quais esta região é tão amada por viajantes de todo o mundo.**

Serão muitos momentos de autocuidado e conexão, atividade e descanso, contemplação, relaxamento e diversão para vivermos o melhor de Bali. Essas lembranças ficam marcadas para sempre em nossos corações e criam laços duradouros que vão para além do retiro. Algo que não se explica, se sente.

**28 de maio de 2025.**

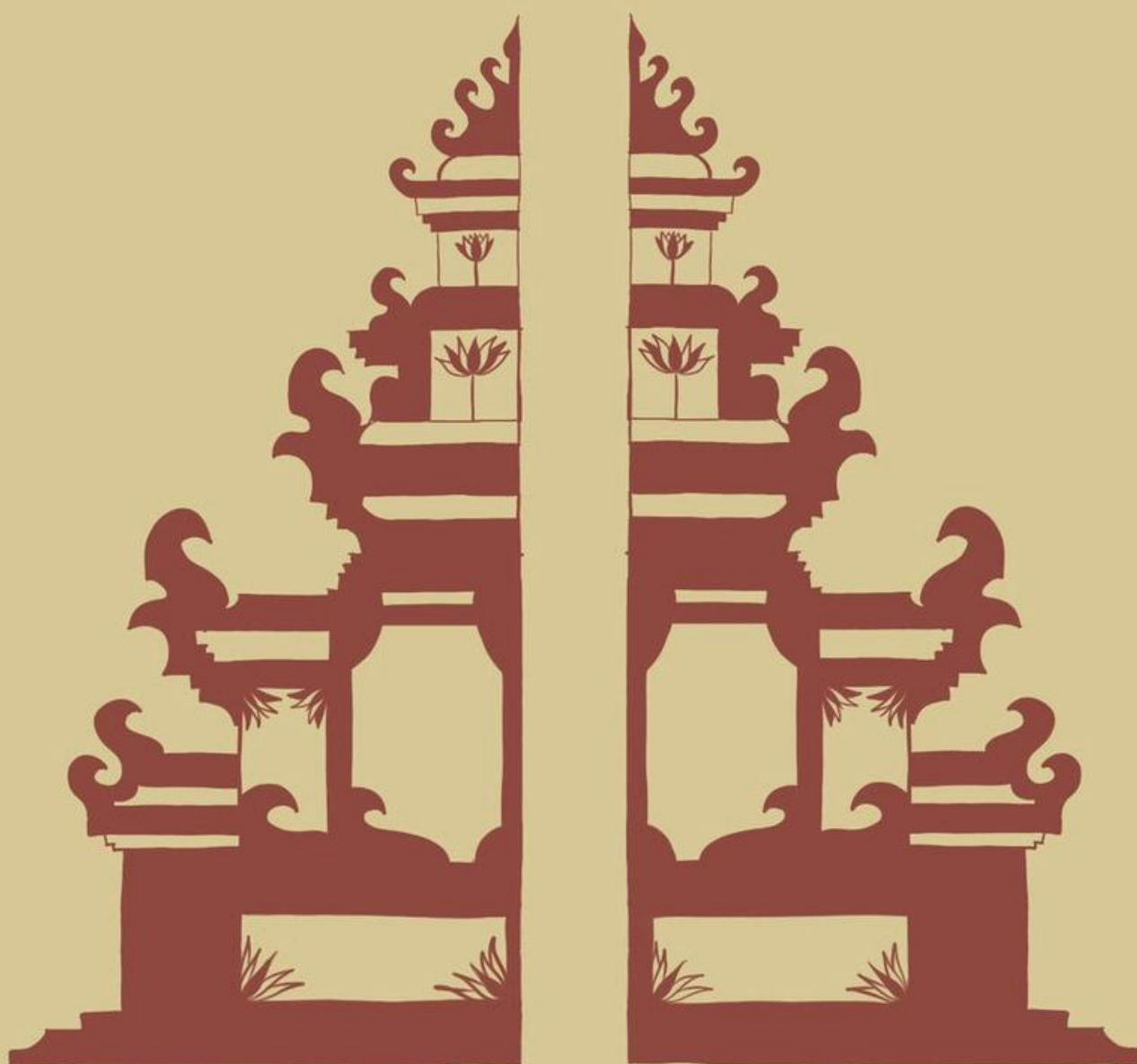
Parece longe, mas já está quase ali.  
Quem está pronta para se dar esse sim?

As vagas são limitadas, reserve agora seu lugar e embarque nessa viagem dos sonhos. Não perca essa oportunidade.

***Selamat jalan.***  
(Boa viagem em Bahasa indonésio)



# PROVOCADORA







**LOUISE LUZ**





## LOUISE LUZ

‘Minha história de vida se mistura com minha história com Bali.

O ano era 2000, eu morava na Austrália e já era praticante apaixonada pelo Yoga. Inspirada pelo sonho de conhecer a Ilha dos Deuses, fui tomada pela vontade e coragem, e fiz minha primeira viagem à Bali sozinha. **Já nesse primeiro encontro tive minha vida transformada** por um livro e por encontros que lá aconteceram. Foi amor à primeira vista, e também foi lugar de turning point várias vezes na vida.

Entre muitas idas e vindas, em 2003 morei um tempo na ilha trabalhando na direção criativa de uma marca local e nos meses seguintes, mergulhando nos estudos de yoga durante minha formação em Ubud. **Até hoje lembro desses momentos como um dos mais especiais da minha vida.** Foram tantas as descobertas, os desafios, os aprendizados e as sincronias. Aquele lugar se eternizou em mim. São muitas as histórias para contar, precisamos desses 12 dias, entre o mar e os arrozais, vivenciando práticas e experiências profundas e também leves e divertidas como numa viagem de amigas.”

## UM POUQUINHO MAIS SOBRE LOULOU..

Louise Luz é diretora de arte, palestrante e professora de yoga. Formada em Fashion design pelo KVB Institute of Technology em Sydney com especialização em Surface design, começou a praticar yoga em 1996 e formou-se em 2003 pelo Yoga Arts Teacher Training em Bali, dando início à sua trajetória como professora. Seus múltiplos interesses e uma formação plural a levaram a explorar diversas culturas e experiências pelo mundo afora, diversidade que pode ser notada em seu percurso pessoal e profissional.

É guiada pela sensibilidade e criatividade, acreditando que a arte e as práticas de autoconhecimento expandem a consciência e dão um sentido maior à vida.









# HOSPEDAGEM





SHALA BALI







## RETREAT VILLAGE - GRUN RESORTS





# INVESTIMENTO



de 28 de Maio a 08 de Junho de 2024

**USD 4.800 por pessoa em quarto duplo**  
**USD 6.600 por pessoa em quarto individual**

### Está incluso



- Acompanhamento de Louise Luz e anfitriã Amana;
- Acomodação nos hotéis mencionados ou similares conforme roteiro;
- Passeios: Tirta Empul, Goa Gajah, Uluwatu Temple, praias mencionadas no roteiro;
- Logística terrestre para passeios mencionados;
- Café da manhã;
- 1 Almoço especial;
- 1 Jantar especial;
- Assistência Amana Jornadas antes, durante e após a viagem.



### Não está Incluso

- Passagens aéreas;
- Seguro de viagem;
- Vistos;
- Refeições;
- Custos de noites extras antes ou depois da jornada;
- Custos de passeios não mencionados no itinerário;
- Gorjetas;
- Despesas pessoais, tais como: lavanderia, telefonemas, internet, refeições, entre outras.





## Forma de Pagamento

- 1) Pagamento do sinal de USD 1.200 no ato da reserva por pix ou transferência bancária para a Amana Jornadas.
- 2) Pagamento do restante do valor podendo ser dividido em pix ou transferência bancária mensais para a Amana Jornadas de forma que o valor esteja quitado até 1 mês antes da viagem (abril, 2025)

## Documentos

**Vistos** | Brasileiros não precisam de visto para entrar em Bali (Indonésia) para turismo por até 30 dias

**Passaporte** | com validade mínima de 6 meses contados a partir da data final da viagem.

Entre em contato para mais detalhes e opções de pagamento:  
[amana@amanajornadas.com.br](mailto:amana@amanajornadas.com.br)  
+55 11 971675699



# AMANA JORNADAS

Muito além de uma agência de viagens. Provocamos o autoconhecimento e o conhecimento pelo Brasil e pelo mundo por meio de nossas jornadas.

Vamos em busca das raízes da nossa existência, impulsionando a profundidade do conhecimento por especialistas, mestres e ancestrais.

Trazemos imersões que vão ressignificar e transformar sua vida. Nossas viagens são conduzidas para provocar o real encontro de você, com a magia de autênticos mestres em portais energéticos grandiosos desse nosso mundo.

A Amana, hoje tem 6 anos e já entra em uma nova fase com ainda mais aprendizado, potência, energia e amor ao servir.

Somos constituídos por 3 principais pilares: respeito, ética e sustentabilidade.

Trabalhamos no planeta pelo planeta.

**Contato Whatsapp (Marina): (11)97167-5699 ou email: [amana@amanajornadas.com.br](mailto:amana@amanajornadas.com.br)**











AMANA