

PRINCESS* BOOTCAMP 2025

DU 22 AU 30 NOVEMBRE 2025

UN HÉBERGEMENT 4 ÉTOILES AU CŒUR DE DUBAÏ

Le meilleur emplacement dans la meilleure destination

VISITE DE DUBAÏ MODERNE ET HISTORIQUE

Quartier historique d'Al Fahidi et souks (or, diamants, épices, tissus...)

NUIT DANS LE DÉSERT ET APRÈS-MIDI SUR UN YACHT

Au camp Al Khayma et Dubaï Marina

* CE SÉJOUR EST RÉSERVÉ UNIQUEMENT AUX FEMMES

Viens découvrir Dubaï en ma compagnie pour vivre des expériences uniques et inoubliables !

VOTRE ACCOMPAGNATRICE ET ORGANISATRICE



On connait cet émirat à travers des clichés vu à la TV ou dans les magazines — luxe affiché, exubérance, artifices. Mais Dubaï, c'est bien plus que ça. C'est une ville qui vibre, qui pousse à se dépasser, qui offre l'espace pour vivre intensément, se sentir sereine en toute sécurité.

Là-bas, tout va vite, tout est possible, et c'est ce qui en fait un cadre parfait pour sortir de sa zone de confort, se révéler, s'amuser... et se reconnecter.

La première fois que j'ai posé les pieds à Dubaï, j'étais très malade, pourtant j'ai su que quelque chose de fort venait de se passer en moi, qu'elle et moi on ne se quitterait plus... Ce fût un véritable coup de foudre.

Depuis, j'y suis retournée neuf fois, dont cinq séjours dédiés à l'organisation du Princess Bootcamp, et un autre pour un séminaire sur-mesure créé pour une amie coach, destiné à accompagner douze futures entrepreneuses.

À chaque voyage, Dubaï me donne de l'élan, de l'énergie jusqu'au prochain départ, et m'inspire pour me donner de nouvelles idées.

C'est une ville qui m'a profondément marquée par tous ces mélanges de nationalités et de religions qui vivent en harmonie et ce sens de l'accueil et du commerce qui ne laisse pas de marbre.

C'est aussi le décor parfait pour vous accueillir, vous faire vibrer, vous montrer une autre facette de vous-même — loin du quotidien, mais toujours ancrée dans ses origines bédouines et ses traditions.



VOTRE PHOTOGRAPHE

Photographe professionnelle qui met à l'honneur la sensualité et la beauté de toutes les femmes. Spécialisée dans l'art de la photo féérique.

<u>Tania Cohen</u> instagram : @tania.photographe

PRINCESS BOOTCAMP 2025

Entre mer et désert, gratte-ciels vertigineux et attractions grandioses, Dubaï t'attend pour un voyage hors-normes, à la mesure de son excentricité. Avec un trajet en avion de moins de 7h, seulement 3h de décalage horaire, du soleil et un véritable dépaysement t'attendent.

PARTIR POUR MIEUX SE TROUVER

Dubaï est une ville unique et en constante évolution, située aux Émirats Arabes Unis. C'est une destination incontournable pour ceux qui cherchent à découvrir un mélange passionnant de cultures et d'expériences inoubliables. Si vous êtes une femme en quête d'aventure et de découvertes, alors Dubaï est la destination parfaite pour vous.

Voici pourquoi je vous emmène avec moi à Dubaï!

UNE DESTINATION DE CHOIX POUR FAIRE DU SHOPPING

Dubaï est connue pour ses centres immenses centres commerciaux, ses boutiques de créateurs et ses petites échoppes dans le quartier du vieux Dubaï. Vous pourrez trouver tout ce que vous cherchez, de la haute couture aux marques locales en passant par les bijoux et les accessoires. C'est une destination de choix si vous aimez le shopping.

UN VÉRITABLE PARADIS POUR LES GOURMANDS

La ville abrite une grande variété de restaurants allant de la cuisine locale aux plats internationaux. Vous pourrez déguster des plats raffinés et des desserts somptueux, ainsi que des boissons exotiques.

DÉTENTE ET BIEN-ÊTRE

Dubaï abrite également des spas de toute beauté et connus pour les meilleurs soins. Vous pourrez vous détendre et vous faire chouchouter dans un cadre luxueux, grâce à des soins de beauté et des massages de haute qualité. Vous pouvez aussi profiter des centres de fitness équipés des dernières technologies.

LA VIE NOCTURNE

Dubaï est une ville qui ne dort jamais. La vie nocturne est animée avec des bars, des clubs, des lounges et des événements musicaux de renommée mondiale. Vous pourrez profiter de la vie nocturne dynamique de la ville pour vous amuser avec vos nouvelles amies.

En conclusion, Dubaï est une destination inoubliable pour les femmes en quête de nouvelles aventures et de découvertes culturelles. Venez avec moi pour vivre une semaine incroyable et découvrir tout ce que cette ville fantastique a à offrir. Nous allons passer de bons moments ensemble, et vivre une expérience dont vous vous souviendrez longtemps.











ATANA HOTEL DUBAI 4*

Bénéficiez d'un traitement haut de gamme grâce au service exclusif d'étage assuré 24h/24. dans l'établissement Atana Hôtel

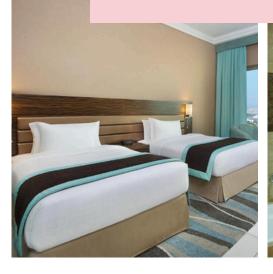
L'hôtel possède 3 restaurants de styles différents servant des repas tout au long de la journée, ainsi que des magasins d'alimentation et le salon Piano Café Lounge.

Situé le long de la route Sheikh Zayed dans le quartier financier de Dubaï, l'Atana Hotel propose des chambres spacieuses et modernes entièrement équipées et une agréable piscine extérieure avec une terrasse bien exposée

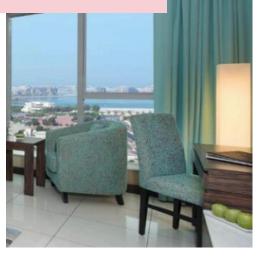
La station de métro Dubaï Internet City se trouve juste à moins de 10 minutes et permet de rejoindre facilement de nombreux sites d'intérêt.

Une connexion Wi-Fi est accessible gratuitement dans l'ensemble de l'hôtel.

VOTRE CHAMBRE

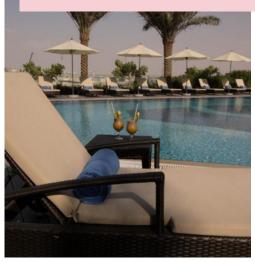


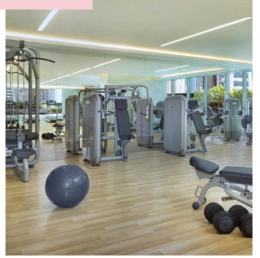




Salle de bains privative, Vue, Articles de toilette gratuits, Climatisation, Coffre-fort, Toilettes, Baignoire ou douche, Serviettes, Linge de maison, Sol carrelé / en marbre, Bureau, Télévision, Chaussons, Téléphone, Matériel de repassage, Plateau / bouilloire, Télévision à écran plat, Sèchecheveux, Moquette, Bouilloire électrique, Chaînes du câble, Service de réveil, Réveil, Armoire ou penderie, Internet sans fil, Portant, Gel hydroalcoolique, Climatiseur indépendant dans les hébergements, Purificateurs d'air

DANS L'HÔTEL SUR PLACE







Ses points forts







Piscine extérieure 🙀 Navette aéroport 📂 Chambres non-fumeurs





Centre de remise en forme 🤲 Spa et centre de bien-être



Restaurant







Chambres familiales 📅 Service d'étage 🛅 Plateau/bouilloire dans tous les hébergements

INFORMATIONS PRATIQUES POUR PRÉPARER VOTRE SÉJOUR

QUELLE EST LA MONNAIE À DUBAÏ?

La monnaie de Dubaï est le Dirham des Émirats arabes unis, abrégé AED. 10 dirham = 100 fils (équivalent de nos centimes). Conversion temps réel = 1 € = environ 4 AED

QUELLE HEURE EST-IL À DUBAÏ?

Dubaï a 3 heures de décalage horaire avec Paris. Quand il est 13h00 à Paris, il est 16h00 à Dubaï.

COMMENT APPELLE-T-ON LES HABITANTS DE DUBAÏ?

Les habitants de Dubaï s'appellent les Dubaïotes. Dubaï fait parti des 7 émirats du pays UAE (United Arab Emirates). Voici le nom des 7 émirats (du plus grand au plus petit) : Abu Dabi, Dubaï, Adjman, Charjah, Fujeirah, Ras Al Khaimah, Oum Al Qaiwain

COMMENT PAYER À DUBAÏ?

Vous pouvez payer pratiquement partout en carte bancaire (Visa, Mastercard), mais bien entendu vous vous exposez à des frais de change provenant de votre banque. Il est conseillé de toujours avoir un peu d'espèces sur soi, pour payer éventuellement les taxis ou les petites achats.

AU MOIS DE NOVEMBRE À DUBAÏ?

La meilleure période pour partir à Dubaï se situe **entre les mois de novembre et d'avril**. Sachez toutefois que la ville dispose d'infrastructures de qualité : la climatisation est présente dans les centres commerciaux et les grands bâtiments.

La ville bénéficie d'un ensoleillement abondant tout au long de l'année, le mois de novembre est en moyenne à 29°C.

QUEL CODE VESTIMENTAIRE ADOPTER À DUBAI?

Dubai est une ville cosmopolite qui englobe de très nombreuses cultures et confessions religieuses. Avec plus de 200 nationalités en ville, tous les choix vestimentaires sont, de manière générale, acceptés. Il existe, néanmoins, quelques règles à suivre :

- Porter un maillot de bain est autorisé lorsque vous êtes à la plage ou en bord de piscine, mais ne l'est pas lorsque vous êtes dans des endroits comme des quartiers d'affaires ou des centres commerciaux.
- Lors de vos balades, surtout en été, assurez-vous de vous protéger du soleil.
- Il est conseillé de se vêtir de façon modeste lors de visites de quartiers historiques et de sites culturels.

DÉPLACEMENTS À DUBAI?

La plupart des déplacements s'effectueront en métro, tout d'abord parce que le métro la-bas est une véritable attraction, il est beau, propre et simple d'utilisation.

Vous bénéficierez d'une carte de transport illimité vous permettant d'aller où vous souhaitez sauf sur la palme (tarif spécial). Quelques déplacements pouvant se faire en taxi. Pour infole taxi est 100% sur et très peu cher.



ARRIVÉE À DUBAÏ*

Transfert jusqu'à l'hôtel (en taxi à votre charge env. 12€), direction L'HÔTEL 4* ATANA Vous serez logée par 2 dans une chambre (33 m2) avec 2 grands lits simples.

En fonction des horaires de chacune. les chambres seront disponibles à partir de 14h00 (pas de petit déjeuner possible). Vous pourrez déjeuner ou dîner sur place (non inclus dans le séiour).

En fonction des horaires d'arrivée nous irons à la découverte de l'hôtel et de ses infrastructures, des diverses prestations qu'il propose et nous irons nous promener aux alentours pour celles qui le souhaitent.

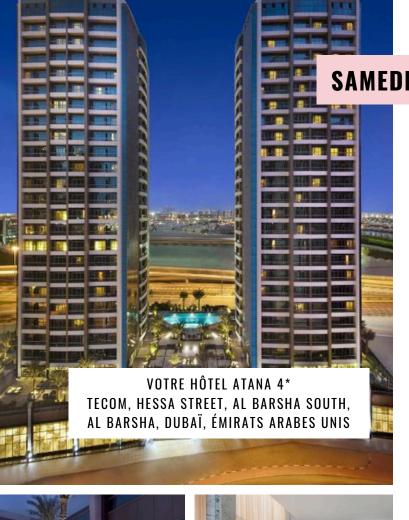
EN SOIRÉE

Rendez-vous autour de la piscine pour faire connaissance et boire un verre en fonction des arrivées.

DÎNER LIBRE

à prévoir en fonction de votre horaire d'arrivée.













Pème jour

DIMANCHE 23 NOVEMBRE 2025

A PARTIR DE 7H PETIT-DÉJEUNER.

SÉANCE PHOTO PRIVÉE BOUDOIR, Pour 2 à 3 participantes en fonction du Planning

POUR LES AUTRES : PISCINE, SAUNA, HAMMAN... ET/OU MATINÉE LIBRE

11H00 DIRECTION LE CŒUR DU CENTRE-VILLE DE DUBAÏ POUR UN MOMENT D'ADRÉNALINE À L'OBSERVATOIRE DU SKY VIEW DESCENDEZ DU 53E ÉTAGE PAR UN TOBOGGAN DE VERRE AVEC UNE VUE INCROYABLE ET/OU DÉPLACEZ-VOUS SUR LE MAGNIFIQUE PLANCHER DE VERRE DE 25 M DE LONG

> DÉJEUNER ENSEMBLE OU LIBRE (NON INCLUS)

14H00 VISITE ET DÉCOUVERTE DU DUBAI
MALL (L'UN DES PLUS GRAND CENTRE
COMMERCIAL DU MONDE), AVEC L'AQUARIUM
GÉANT, LE WATER WALL,
LA PATINOIRE ET LE LEVEL SHOES (LE PLUS
GRAND ESPACE DE VENTE DE CHAUSSURES
DU MONDE OÙ LES PLUS GRANDS
DESIGNERS SONT REPRÉSENTÉS)

SPECTACLE DES FONTAINES DE JOUR (13H00) ET SPECTACLE DES FONTAINES DE NUIT TOUTES LES 30 MINUTES DE 18 HEURES À 23 HEURE

> VISITE ET DÎNER AU BURJ KHALIFA DÉGUSTATION 3 PLATS INCLUS (SAUF BOISSONS NON INCLUSES)

SOIRÉE ET RETOUR À L'HÔTEL LIBRES (FERMETURE DES MAGASINS ET DU MÉTRO À 23H00)



HORAIRES DU MÉTRO :

DU LUNDI AU JEUDI : DE 5H00 À 23H00

LE VENDREDI : DE 5H00 À MINUIT

LE SAMEDI : DE 5H00 À 23H00

LE DIMANCHE : DE 8HOO À 23HOO



LUNDI 24 NOVEMBRE 2025 Bème jour

A PARTIR DE 7H00 PETIT-DÉJEUNER

SÉANCE PHOTO PRIVÉE BOUDOIR, Pour 2 à 3 participantes en fonction du Planning

POUR LES AUTRES : PISCINE, SAUNA, HAMMAN... ET/OU MATINÉE LIBRE

13H45 DÉPART POUR REJOINDRE NOTRE GUIDE FRANÇAIS

DURANT 3H, DÉCOUVREZ L'ESSENCE DE L'HISTOIRE, DE LA CULTURE ET DES SOUKS (MARCHÉS LOCAUX) TRADITIONNELS DE DUBAÏ.

DÉCOUVREZ LE CHARME CAPTIVANT DU VIEUX DUBAÏ (QUARTIER HISTORIQUE D'AL FAHIDI). MONTEZ À BORD D'UN BATEAU TRADITIONNEL APPELÉ ABRA

LAISSEZ-VOUS TENTER PAR UNE EXPÉRIENCE SENSORIELLE ET CULINAIRE EN SAVOURANT DES DÉLICES LOCAUX.

TRAVERSÉE SUR UN BATEAU TRADITIONNEL ABRA. VISITEZ LES SOUKS D'ÉPICES, D'OR, FTC.

PUIS NOUS POURSUIVRONS LA FIN DE
JOURNÉE ENSEMBLE AVEC LA POSSIBILITÉ
DE FAIRE DU SHOPPING CAR LE VIEUX DUBAÏ
EST UNE DES PLAQUES TOURNANTES DU
COMMERCE MONDIAL
ET ON Y TROUVE TOUT
UN TAS D'ARTICLES À DES PRIX TRÈS BAS.

20H30 DINER AU RESTAURANT AL KHAYMA HERITAGE (INCLUS)

SOIRÉE ET RETOUR À L'HÔTEL LIBRES (FERMETURE DES MAGASINS ENTRE 23H-MINUIT ET DU MÉTRO À 23H00).



HORAIRES DU MÉTRO :
DU LUNDI AU JEUDI : DE 5H00 À 23H00
LE VENDREDI : DE 5H00 À MINUIT
LE SAMEDI : DE 5H00 À 23H00

LE DIMANCHE : DE 8HOO À 23HOO





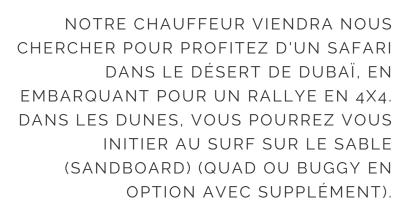
A PARTIR DE 7H00 PETIT-DÉJEUNER

SÉANCE PHOTO PRIVÉE BOUDOIR, Pour 2 à 3 participantes en fonction du Planning

POUR LES AUTRES : PISCINE, SAUNA, HAMMAN... ET/OU MATINÉE LIBRE

12H30 DÉJEUNER LIBRE

14H00 DÉPART POUR LE DÉSERT



APRÈS LA DÉCOUVERTE DES DUNES ROUGES, ARRIVÉE AU CAMP AL KHAYMA. PROMENADE EN CHAMEAU, BARBECUE, SPECTACLES DE DANSE ET OBSERVATION DES ÉTOILES

PUIS POUR FINIR, NOUS PASSERONS LA NUIT DANS/SOUS UNE TENTE BÉDOUINE.

LE LENDEMAIN PETIT-DÉJEUNER ET POUR FINIR BALADE À DOS DE CHAMEAU POUR VOIR LE LEVÉ DU SOLEIL.

RETOUR À L'HÔTEL EN VÉHICULE 4X4 LE LENDEMAIN AUX ALENTOURS DE 9H





5ème jour

MERCREDI 26 NOVEMBREL 2025







DÉPART À DOS DE CHAMEAU POUR VOIR LE LEVÉ DE SOLEIL, PETIT-DÉJEUNER SUR PLACE DANS LE DÉSERT ET RETOUR À L'HÔTEL VERS 9H POUR UN SECOND PETIT-DÉJEUNER OU POUR DIRECTEMENT SE REPOSER.

POUR LE DÉJEUNER NOUS ALLONS PIQUE-NIQUER SUR LE YACHT DONC PRÉVOIR D'ACHETER CHACUNE À MANGER POUR LE PIQUE NIQUE, PAS DE BOISSONS À PRÉVOIR IL Y A TOUT CE QU'IL FAUT SUR LE YACHT.

11H30 DÉPART POUR LA MARINA DE DUBAÏ POUR ADMIRER LES VUES DE LA VILLE ET EXPLOREZ LES PRINCIPAUX SITES DE DUBAÏ VUS DE LA MER, LORS DE CETTE EXCURSION EN YACHT PRIVÉ AU DÉPART DE LA MARINA DE DUBAÏ.

13H00 : DEPART DE L'EXCURSION EN YACHT
(3H) POUR UNE APRÈS-MIDI DÉTENTE AU
DÉPART DE LA MARINA POUR DÉCOUVRIR
DUBAÏ VU DE LA MER, POUR BRONZER ET SE
BAIGNER.

RETOUR À L'HÔTEL OU APRÈS-MIDI LIBRE OU BALADE ENSEMBLE À LA MARINA.

SOIRÉE ET RETOUR À L'HÔTEL LIBRES (FERMETURE DES MAGASINS ENTRE 23H-MINUIT ET DU MÉTRO À MINUIT)

HORAIRES DU MÉTRO :

DU LUNDI AU JEUDI : DE 5HOO À 23HOO

LE VENDREDI : DE 5HOO À MINUIT

LE SAMEDI : DE 5H00 À 23H00 LE DIMANCHE : DE 8H00 À 23H00

VISIONNAGE PHOTO PRIVÉE BOUDOIR :
POUR LES PARTICIPANTES AYANT DÉJÀ
PAIT LE SHOOTING



bème jour

JEUDI 27 NOVEMBRE 2025

A PARTIR DE 7H00 PETIT-DÉJEUNER

POUR LES AUTRES : PISCINE, SAUNA, HAMMAN... ET/OU MATINÉE LIBRE

A PARTIR DE 7H00 MISE EN BEAUTÉ AVEC MAQUILLAGE PAR UNE MAQUILLEUSE PROFESSIONNELLE.

AVEC POUR OBJECTIF UNE SÉANCE
PHOTO SOLO DANS LE DÉSERT POUR
UNE EXPÉRIENCE MÉMORABLE,
HABILLÉE D'UNE ROBE FLYING DRESS
(ROBE VOLANTE) POUR DES PRISES DE
VUES AVEC EN FOND LE DÉSERT DE
DUBAÏ.

A PARTIR DE 11H00 DÉJEUNER LIBRE

DÉPART À 13H00 EN 4X4 POUR LE DÉSERT ET LA SÉANCE PHOTO ROBES VOLANTES

RETOUR À L'HÔTEL

SOIRÉE ET RETOUR À L'HÔTEL LIBRES (FERMETURE DES MAGASINS ENTRE 23H-MINUIT ET DU MÉTRO À MINUIT)



HORAIRES DU MÉTRO :
DU LUNDI AU JEUDI : DE 5H00 À 23H00
LE VENDREDI : DE 5H00 À MINUIT
LE SAMEDI : DE 5H00 À 23H00
LE DIMANCHE : DE 8H00 À 23H00

1 VENDRI BLACK FRIDAY

7ème jour

VENDREDI 28 NOVEMBRE 2025

A PARTIR DE 7H PETIT-DÉJEUNER

SÉANCE PHOTO PRIVÉE BOUDOIR, POUR 2 À 3 PARTICIPANTES EN FONCTION DU PLANNING

POUR LES AUTRES : PISCINE, SAUNA, HAMMAN... ET/OU MATINÉE LIBRE

12H30 DÉJEUNER LIBRE.

2 OPTIONS AU CHOIX:

OPTION 1 JOURNÉE LIBRE "SPÉCIALE BLACK FRIDAY" VOUS POURREZ FAIRE DU SHOPPING À VOTRE RYTHME DURANT TOUTE LA JOURNÉE

OPTION 2 DÉPART DIRECTION LA POINTE DE LA PALM ILE ARTIFICIELLE POUR UNE JOURNÉE COMPLÈTE AU PARC AQUAVENTURE OÙ SE TROUVE LES PLUS GRANDS TOBOGGANS DU MONDE.

NON INCLUS EN OPTION +120€ LA RENCONTRE AVEC LES DAUPHINS

22H00 COLLATION AVEC SÉANCE VISIONNAGE DES PHOTOS PRISES DANS LE DÉSERT EN FLYING DRESS

HORAIRES DU MÉTRO :

DU LUNDI AU JEUDI : DE 5H00 À 23H00

LE VENDREDI : DE 5H00 À MINUIT LE SAMEDI : DE 5H00 À 23H00 LE DIMANCHE : DE 8H00 À 23H00







2 OPTIONS AU CHOIX:

OPTION N°1

9H00 : DÉPART POUR UNE EXCURSION D'UNE JOURNÉE À ABU DHABI EN VÉHICULE PRIVÉ AVEC CHAUFFEUR

ÉMERVEILLEZ-VOUS DEVANT LA GRANDEUR DE LA MOSQUÉE SHEIKH ZAYED, OÙ VOUS SEREZ ACCUEILLI PAR SA SUPERBE FAÇADE DE MARBRE BLANC ET SON ARCHITECTURE IMPRESSIONNANTE. VOTRE GUIDE VOUS CONDUIRA À TRAVERS LA MOSQUÉE.

DÉJEUNER ENSEMBLE (NON INCLUS).

PASSAGE AU LOUVRE D'ABU DHABI POUR FAIRE QUELQUES PHOTOS.

OPTION N°2

JOURNÉE LIBRE POUR FINIR VOS DERNIERS ACHATS OU POUR VISITER DUBAÏ SELON VOS FNVIES

> RETOUR À L'HÔTEL AUX ALENTOURS DE 18H

20H00-23H NOUS ASSISTERONS AU
SPECTACLE + REPAS SUR LE ROOFTOP DE
L'HOTEL JUMEIRAH EMIRATES TOWERS AU
BAR LOUNGE MI AMIE
(TENUE DE COCKTAIL A PRÉVOIR
/ REPAS INCLUS)









DÉPART DE L'HÔTEL À PRÉVOIR EN FONCTION DES HORAIRES D'AVION DE RETOUR DE CHACUNE

(TAXI RETOUR À L'AÉROPORT NON PRIS EN CHARGE DANS LE PROGRAMME)

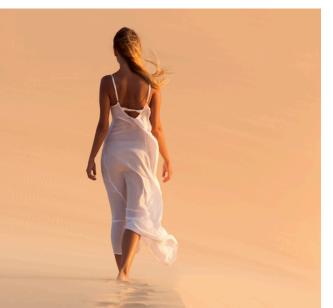
VOUS AUREZ ACCÈS AU PETIT-DÉJEUNER EN FONCTION DE L'HORAIRE D'OUVERTURE DU BUFFET

> LES CHAMBRES SONT À LIBÉRER AVANT MIDI

EN FONCTION DES HORAIRES DE DÉPART IL SERA POSSIBLE DE FAIRE GARDER LES VALISES À L'HÔTEL.

DIRECTION L'AÉROPORT EN FONCTION DES HORAIRES D'AVION DE CHACUNE.





Merci! Bon retour