

# Stage en Thaïlande 2018

**Prix: 1450 CHF** (billets d'avion non compris)

compris: entraînements, logements, visites/activités, transport en voiture/bateau, repas collectifs

Billets d'avion à prendre avant votre départ:

- Aller: Genève → **Chiangmai** (arrivée: 27 Juillet)
  - Retour: **Bangkok** → Genève
  - Départ pour Phuket le 3 Août: Chiangmai → Phuket
  - Départ pour Bangkok le 8 Août: Phuket → Bangkok
- ne pas les réserver, nous ferons une réservation collective

## Entraînements

- Du Lundi au Samedi: 1 entraînement le matin et 1 le soir
- Chaque entraînement dure environ 3 heures
- Il n'y aura pas d'entraînement les jours où les visites seront prévues

## Important !

- Pour confirmer votre inscription, veuillez **donner votre réponse et effectuer une partie du paiement (minimum 725 CHF) avant fin Mars**, afin que nous puissions avoir le temps d'achever l'organisation du stage et en faire une expérience inoubliable pour vous !
- Pour toutes questions n'hésiter pas à nous les poser directement au gym !
- Le programme prévu pour destination peut être soumis à des modifications.

# Chiangmai

**Du 27 Juillet au 3 Août**

## Les montagnes/sommets + leur temples

- Doi inthanon: le plus haut sommet de Thaïlande (2 565 m), parc national, 2 Pagodas + jardin
- Doi pui: Montagne où résident des tribus de montagnards (Hmong)
- Doi Suthep: Wat Phra That Doi Suthep, un des temps symboliques de Chiangmai

## temples (Wat)

- Wat phra Singha
- Wat Chedi Luang
- Wat Chai Mong kon
- Wat Long Khun: le temple blanc
- Wat Umong

## Autres

- Marché de nuit
- Kad Luang (grand marché de jour)
- Warorot Market: marché des fleurs
- Camp d'éléphant
- village des ombrelles
- sources d'eau chaude
- Plantation de Thé de Chui Fong

# Phuket

**Du 3 au 8 Août**

- Tour complet en voiture de Phuket et arrêts sur certaines plages
  - ➔ Patong, Bang Tao, Surin, Karon, Kata, ...
- Vieille ville de Phuket: Sino-portuguese
- Excursion en bateau sur Koh Hae et Koh Phiphi (îles)
- Pont de Sarasin
- Cap de Promthep: pour aller voir le coucher du soleil

# Bangkok

**Du 8 au 13 Août**

- Rajadamnern Stadium: un des plus célèbres stades de boxe
- Wat Phra Kaew et le palais royal
- Wat Pho
- Wat Arun
- marché flottant
- Chatujak market: le plus grand marché du monde
- Virée en bateau sur le fleuve de Chao Piraya