

THAÏLANDE EVASION

Au cœur de l'authentique et du bien-être



Sawadee Ka ! สวัสดี

« BIENVENUE AU PAYS DU SOURIRE ! »



Circuit découverte et bien être

Circuit 14 jours

Bangkok – Chiang Mai – Phuket

Ce circuit vous propose de découvrir la cité des anges puis de partir en immersion au cœur des tribus montagnardes du nord de la Thaïlande.

Vous découvrirez la culture Thaïe et les soins de bien être Thaïlandais pour finir par les plages de sable blanc de Phuket

Les points forts du voyage

Bangkok ses temples, ses klongs et ses marchés
flottants
Immersion dans les tribus montagnardes
Découverte d'un camp réhabilitation des
éléphants
Trek
Cours de cuisine Thaïe
Spectacle de danses traditionnelles
Massage Thaï
Hôpital universitaire Chiang Mai
Phuket et ses plages de sable blanc

Les étapes du voyage

Jour 1	Envol Lyon > Bangkok
Jour 2	BANGKOK – FREE
Jour 3	BANGKOK SES TEMPLES – SES MARCHES
Jour 4	BANGKOK SES TEMPLES - SES KLONGS
Jour 5	BANGKOK – BALADE A VELO - TRAIN NUIT CHIANG MAI
Jour 6	CHIANG MAI – FAMILLE LANNA – OLD CITY – DOI SUTHEPH
Jour 7	CAMP REHABILITATION DES ELEPHANTS
Jour 8	SOIN HOPITAL UNIVERSITAIRE
Jour 9	TREK TRIBUS KAREN
Jour 10	CHIANG MAI – PHUKET
Jour 11	DECOUVERTE PHUKET – WAT PHALONG -- BIG BUDDHA
Jour 12	PHUKET
Jour 13	PHUKET
Jour 14	PHUKET – départ en fin d'après-midi
Jour 15	Retour à Lyon dans la matinée





Thaïlande Evasion

« Des voyages authentiques »



Jour 1 pré-acheminement au départ de Valence et envol vers Bangkok

Jour 2 Arrivée Bangkok – DE – DI : A notre arrivée à Bangkok, nous serons accueillis par notre chauffeur, qui nous conduira à notre hôtel où nous pourrions nous installer et profiter pour nous reposer au bord de la piscine ou commencer à découvrir la bouillonnante Bangkok. Dîner et nuit à l'hôtel à Bangkok

Jour 3 - Bangkok – Grand Palais - Wat Po – Wat ARun – 1 heure Massage dans l'enceinte du Wat Po Marché aux fleurs - Guide francophone Transport locaux (taxi boat) – PD – DE – DI :

Après le petit déjeuner, nous continuerons notre découverte de Bangkok et partions en compagnie de notre guide pour la visite du temple Wat Po Le Wat Pho (thaï วัดโพธิ์, wát pho:), ou Wat Phra Chettuphon (temple du Bouddha couché), est un des plus grands et des plus anciens temples bouddhistes de Bangkok. A l'intérieur une statue Bouddha sur son lit de mort, sur le point d'accéder au parinirvâna. Elle fait 43 mètres de long et 15 mètres de haut. Ses pieds sont incrustés de nacre représentant les 108 états de Bouddha... A l'intérieur de Wat PO **nous goûterons aux délices d'un massage Thaï d'une heure** . Puis nous visiterons le Palais Royal, fondé en 1782 par le Roi Rama 1er. La muraille du Palais protège une enceinte de 259 hectares. Vous découvrirez dans cette enceinte le **Wat Phra Keo** (Temple du Bouddha d'Emeraude), qui est en fait la Chapelle Royale du Grand Palais. Le **Bouddha d'Emeraude**, qui mesure que 60 cm, est la statue la plus célèbre et la plus vénérée de Thaïlande Nous visiterons également le Tombeau du Roi Rama IX. Nous visiterons .. ensuite le marché aux fleurs avant de rentrer à l'hôtel



Jour 4 - Bangkok – Marché ferroviaire – Damoen Saduak marché flottant - Wat Bang Kung – Ban Klong Khone – Bangkok PD – PD – DE :

De tous les marchés en Thaïlande, le marché de Rom Hub est certainement le plus surprenant. Du matin au soir, vous assistez au manège étonnant d'un marché vivant au rythme des passages du train... Le marché est installé sur la voie ferroviaire et les vendeurs se précipitent pour replier leurs étals à chaque passage du train. Après cette halte surprenante, nous visiterons ensuite une cocoteraie avant de découvrir le Wat Bang Kung, datant de la période d'Ayutthaya, petit temple entièrement englouti dans les racines d'un gigantesque arbre Banyan.

Nous nous dirigerons ensuite vers l'estuaire de la rivière Mae Khlong au village traditionnel de pêcheur de Ban Klong Khone. Après le déjeuner en bord de rivière, embarquez sur une pirogue à moteur. Explorez la mangrove, sa faune riche, diversifiée et parfois étonnante : crabes, oiseaux... et une colonie de singes nageurs très friands de bananes. Découvrez le mode de vie des pêcheurs de Ban Klong Khone, et leurs méthodes de pêche traditionnelles. Puis retour à Bangkok à l'hôtel, dîner libre.





Les Klongs

Ce coin caché de la ville est un havre de préservation de la culture thaïe. Il se trouve sur les rives du Klong (canal) Bang Luang, à Thonburi, sur la rive gauche du fleuve Chao Phraya. Baan Silapin (la Maison de l'artiste) présente le mode de vie à Bangkok, avant que le béton n'envahisse la ville. Cette maison en bois, vieille de plus de 200 ans, est entretenue avec amour par son propriétaire .Khun Chumpol Akkapantanon. Elle se trouve au cœur d'un petit îlot d'autres maisons et ateliers rustiques. L'endroit peut être très animé ou à l'inverse très calme. Les weekends, les bangkokiens envahissent l'endroit et les bateaux longues queues sillonnent le canal en s'arrêtant parfois pour vendre des desserts et des encas appétissants. Par contre, en semaine, le quartier est généralement beaucoup plus calme et le rythme de vie est très lent différent notablement de l'animation du centre de la ville. Baan Silapin cherche à promouvoir les artistes locaux et préserver la culture thaïlandaise. Le lieu est imprégné d'histoire et propice à l'inspiration. Au centre de la propriété, se trouve un chedi blanc vieux de 600 ans devant lequel une troupe de marionnettistes présente son spectacle (les mardis et dimanches, vers 14h00). Les marionnettes artisanales dansent sur le son de musiques rythmées et évoquent avec humour le folklore thaï. Les adultes et les enfants peuvent participer à des ateliers de création de marionnettes et à des activités artistiques telles que la peinture de masques. Il est également possible d'acheter des peintures et des dessins réalisés par des artistes locaux. On peut également trouver sur place une sélection de boissons chaudes et froides ainsi que (uniquement le weekend) des plats de currys et autres mets simples de cuisine locale. En semaine, la plupart des échoppes avoisinantes sont fermées. C'est le grand calme propice à passer un moment assis au bord du canal, à regarder, rêver ou à lire un livre en se reposant, à dix mille lieux de l'activité bangkokienne



Khao Sand Road est l'un des quartiers les plus populaires de Bangkok.

L'on y trouve de tout, massage en plein air, restaurants de toutes catégories, boutiques en tout genres. Vous pourrez même déguster des insectes grillés (scorpion, ver, sauterelles...) C'est aussi un très bon point de départ pour visiter le Grand Palais, Wat Po, Wat Arun à 10 minutes.



Wat Arun, situé au bord du fleuve Chao Phraya, sur la rive de Thonburi en face du Grand Palais, ce célèbre site est

facilement accessible en bateau depuis la rive de Bangkok. Datant de la période d'Ayutthaya (1782-1809), ce temple fut agrandi par les rois Rama II et Rama III, puis rénové sous le règne du Roi IV. Il abrita le Bouddha d'émeraude pendant une brève période avant son transfert sur la rive opposée au Wat Phra Kaeo, près du Grand Palais construit par le Roi Rama 1er. Le principal centre d'intérêt de ce temple est sa pagode centrale haute de 79 mètres, Phra Prang, entourée de quatre pagodes plus petites. La pagode centrale est ornée de pièces de porcelaine incrustées, étincelantes sous le soleil. Malgré son nom, le meilleur moment pour faire des photos est en fin de journée.



Jour 5 - Découverte du quartier de Chinatown et Thonburi à Bangkok en vélo - Accompagnateur anglophone – PD - DE – DI :

Notre excursion de 5 heures à vélo et en bateau nous dévoilera les différents visages de Bangkok. De l'exploration du quartier animé de Chinatown aux plantations tranquilles, oubliées et vertes. Entre les deux, nous explorons la «Venise de l'Est» en bateau à longue queue et profitons d'un délicieux repas de style thaïlandais. Découvrez toutes les merveilles de Bangkok en parcourant à vélo l'environnement frénétique du marché de Chinatown. Nous prenons notre vélo dans des ruelles étroites et des petites rues latérales. Ensuite, nous emprunterons les bateaux longtail classiques afin de nous transporter plus loin dans le Bangkok rural. Découvrez pourquoi cette ville est souvent désignée «Venise de l'Est» alors que notre croisière nous présente le charmant mode de vie des canaux des Thaïlandais, tel qu'il existait à une époque révolue.

Des scènes de maisons classiques à ossature de bois sur pilotis, des mères qui font leur lessive quotidienne et des enfants éclaboussant la chaleur tropicale nous captiveront par leur innocence et leur convivialité. Après cette pause agréable, notre tour à vélo se poursuit à travers des ceintures vertes succulentes tandis que nous explorons les plantations oubliées de cette grande ville. Surprenant non pas par leur beauté, mais par leur proximité avec la métropole tentaculaire, cette balade tranquille nous laissera agréablement rafraîchi pour notre voyage tout aussi passionnant vers Chinatown. Retour à votre hôtel. Temps libre avant de récupérer nos bagages et départ pour la gare où nous prendrons le **train de nuit pour Chiang Mai**. **Dîner à la gare où à bord du train et nuit à bord.**



Jour 6 - Chiang Mai - Cours de cuisine dans une famille Lanna – Old city - Chants du soir au Doi Suthep Guide francophone et véhicule privé ave chauffeur - PD - DE - DIS :

Arrivée à la gare de Chiang Mai où nous serons accueillis par notre guide francophone. Nous irons prendre notre petit déjeuner en sa compagnie avant de partir dans la dans la famille Lanna.

Nous vous proposons de découvrir le mode de vie des Thaïlandais : leur maison, leur cuisine, leur jardin potager. Nous pourrions alors participer à la préparation du déjeuner. Après le déjeuner, nous irons **la ville de Chiang Mai**, avant de nous rendre en fin d'après-midi à la montagne de Doi Suthep pour assister à la prière des bonzes, qui a lieu chaque soir à 18h (17h30 pour les jours saints).

Ce moment sacré et très émouvant, restera un souvenir unique de votre séjour en Thaïlande. Vous pourrez même vous faire bénir par un bonze, qui vous remettra un petit bracelet pour vous porter chance. Profitez de l'occasion pour visiter ce fameux temple, Wat Phra That Doi Suthep, un point de repère de Chiang Mai où des reliques sacrées de Bouddha sont tenues dans un lieu sacré dans le stupa doré. **Vous pourrez faire une méditation dans le temple.**
Dîner spectacle et nuit à l'hôtel





Thaïlande Evasion

« Des voyages authentiques »



Vieille ville Chiang Mai

Le Roi Rama choisi le site de Chiang Mai pour construire la capitale du Nord, en 1290. Vous découvrirez les vestiges des remparts et les douves qui entourent la Vieille Ville. Parmi les nombreux temples de la ville, vous visiterez les trois principaux.



Tout d'abord, ce sera la visite du temple Wat Chedi Luang et son grand chédi qui fut construit à la fin du 14^{ième} siècle par le Roi Saen Muang Ma pour vénérer les reliques de son père. Au XVI^{ième} siècle, un tremblement de terre l'endommagea fortement mais ce chédi resta pendant plus de 500ans la plus haute construction de la ville. A proximité, vous visiterez Wat Chiangman. Vous visiterez ensuite le temple Wat Phra Singh construit par le Roi Pha Yu pour honorer les reliques de son père le Roi Kinh Kam Fu.

Dans ce temple construit en 1345, vous verrez de superbes exemples de l'art classique du Nord : l'art Lanna dont le viharn Lai Kham. Le temple est également dépositaire d'un exemplaire de textes sacrés parmi les plus fins de la région.

Doi Suthep



Doi Suthep, pour assister à la prière du soir des bonzes qui a lieu chaque soir à 18h (17h30 pour les jours saints). Ce moment sacré et très émouvant, restera un souvenir unique de votre séjour en Thaïlande. Vous pourrez même vous faire bénir par un bonze, qui remettra un petit bracelet pour vous porter chance. Profitez de l'occasion pour visiter ce fameux temple, Wat Phra That Doi Suthep, un point de repère de Chiang Mai où des reliques sacrées de Bouddha sont tenues dans un lieu sacré dans le stupa doré. La vue panoramique sur Chiang Mai et tout le paysage qui l'entoure est très belle, notamment à la tombée du jour. Si vous êtes courageux vous pourrez monter les 365 marches qui mènent au sommet. Ou choisir d'emprunter le funiculaire

Dîner spectacle Kantoke. En soirée notre chauffeur viendra nous chercher pour nous conduire à un dîner spectacle « kantoke » où nous pourrions déguster les plats typiques de la région sur des plateaux de bois, assis à même le sol et adossés à des coussins triangulaires. Un spectacle de danses et musiques traditionnelles lanna sera présenté pendant votre dîner : danses de l'épée, des bougies ou des tambours (Ramwong) ; danses des tribus



Jour 7- Camp de réhabilitation des éléphants – Après –midi libre PD - DE :

Après notre petit déjeuner nous partirons pour une demi-journée avec les éléphants **No Riding !**

Ce programme est fait pour le bénéfice des éléphants et des locaux qui s'occupent d'eux. Vous apprendrez à préparer un repas sain pour les éléphants, vous les nourrirez et vous passerez des moments privilégiés avec eux. Les éléphants ne portent ni chaîne, ni attache et sont en totale liberté (Attention il ne s'agit pas d'une balade à dos d'éléphants !) A leur côté, vous marcherez dans la jungle sauvage et vous découvrirez le comportement de ces animaux dans leur milieu naturel.

Départ de l'hôtel après le petit déjeuner pour le camp situé en pleine nature à 1h30 de Chiang Mai. Après avoir revêtu la tenue traditionnelle Karen, on vous expliquera le fonctionnement du camp et comment les éleveurs s'occupent d'eux quotidiennement. Quel était la vie de ces éléphants avant leur arrivée au camp de réhabilitation. Vous participerez à la préparation du repas à base de fruits, céréales, canne à sucre...

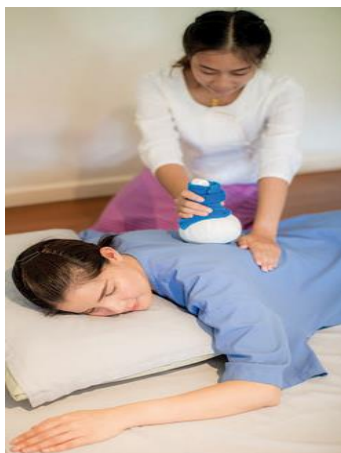
On vous présentera alors les éléphants et vous les nourrirez. Un vrai bonheur pour les grands comme pour les petits ! Vous partirez ensuite accompagnés par leurs éleveurs dans la jungle environnante et vous baignerez avec les éléphants, ils adorent ça ! Une journée que vous n'oublierez pas de si tôt ! Après le déjeuner au camp (lunch box) retour à l'hôtel, après-midi libre, soirée et dîner libre.



Jour 8 - Chiang Mai - Soins acupuncture et massage à l'Hôpital universitaire – Accompagnateur francophone – PD - DEJ :

Après le petit-déjeuner organisation des soins à l'hôpital Universitaire du Centre de médecine thaï et de médecine complémentaire pour recevoir un traitement en acupuncture et un massage thaï. Les traitements se font par groupe de 10 soit le matin, soit l'après-midi

Déjeuner et Dîner libre et nuit à l'hôtel



Jour 9 - Trekking d'un jour privilégié dans la jungle au cœur de la région de Samoeng, hors des sentiers battus et rebattus. Il ravira les marcheurs à la recherche de nature et d'authenticité. PD – DEJ - DIN

L'éclectisme est au programme de cet agréable circuit une journée que les enfants. Nous nous rendrons dans la campagne au-delà pour descendre paisiblement une rivière en radeau de bambou. Une courte balade vous emmènera au pied d'une cascade dont la fraîcheur sera appréciée. C'est là que le repas sera partagé, dans la nature. Vous serez surpris de la présence d'un temple en pleine forêt, d'où belle est la vue. Mais la jungle vous réserve une plus grande surprise encore : la rencontre avec des éléphants dans un petit camp familial Karen. Vous nourrirez les éléphants, en apprendrez plus sur leur mode de vie, vous promènerez jusqu'à un point d'eau où vous pourrez vous baigner en leur compagnie.



Jour 10 Chiang Mai – Phuket - PD -DI

Après notre petit déjeuner. Nos chauffeurs viendront nous chercher pour nous conduire à l'aéroport où nous prendrons un vol vers Phuket. Arrivée à Phuket nous serons accueillis par nos chauffeurs qui nous conduiront à notre hôtel. Déjeuner libre et dîner inclus.

Jour 11 Phuket Journée d'excursion à Phuket – Guide Francophone – Véhicule privé avec chauffeur – PD – DE DI :

Après le petit déjeuner, Découvrez un Phuket plus traditionnel lors d'une visite privative de la perle d'Andaman. Accompagnés de votre guide francophone, vous débuterez cette journée par une immersion au cœur d'un marché local afin de découvrir les fruits et légumes communément utilisés dans la gastronomie thaïlandaise. Vous en profiterez pour acheter des offrandes qui seront ensuite données à des moines bouddhistes lors d'une cérémonie de bénédiction au temple de Wat Chalong. Vous continuerez votre visite par la découverte du Big Buddha, immense statue de marbre surplombant l'île, puis longerez la côte ouest de l'île pour observer les plus beaux points de vue de la région, avant de vous aventurer dans le vieux Phuket pour une promenade pittoresque au cœur du centre historique...



Jour 12 et 13 - Phuket – PD Journées libres :

Après votre petit déjeuner. Journées libres. Vous pourrez en profiter pour vous relaxer sur la plage mais aussi découvrir la vie trépidante de Patong sur Bangla Road ou profiter pour aller découvrir les îles comme Kho Phi Phi ou alors faire le « James Bond »Tour... de nombreuses idées d'excursion sont disponibles à moindre coût.



Jour 14 Phuket → Lyon . Journée Libre PD

Dernière journée à Phuket, après une dernière matinée à profiter de la plage ou pour faire vos derniers achats, il sera temps de boucler les valises... Dans l'après- midi notre chauffeur viendra nous chercher pour nous conduire à l'aéroport de Phuket où nous prendrons notre vol pour le retour.

Excursion sur Phuket en option voir ci dessous

Jour 15 – arrivée en France



Qi Tao 氣道
La voie de l'équilibre



TARIF SEJOUR 14 JOURS – 2eme quinzaine Novembre 2023

Prix par personne en chambre double : **2190 €** (sous réserve 17-20 participants)
Supplément chambre Individuelle : **180 €**



Conditions de règlement : **690 €** à l'inscription + paiement échelonnés 6 règlements
(690 € + 6x250€ ...)

Le tarif comprend :

- Les vols Internationaux sur compagnie régulière au départ de Lyon ou de Genève
- Pré-acheminement vers aéroport en co-voiturage ou train.
- Le vol intérieur Chiang Mai – Phuket Jour 12
- Les services de chauffeurs et véhicule privé durant tout votre circuit (sauf jour free)
- Les services d'un guide francophone ou anglophone
- Les transferts, transports intérieurs notifiés au programme
- Les transferts départ et arrivée aux aéroports
- Le logement base chambre double à partager en hôtels de catégorie 3*/NL
- Les repas mentionnés dans le programme :
(PD : petit déjeuner – DE : Déjeuner – DI : Dîner – DIS : Dîner spectacle)
- Les visites, activités, excursions et droits d'entrée prévus au programme
- Des serviettes rafraîchissantes offertes pendant tout le circuit
- Deux bouteilles d'eau par jour et par personne
- Les taxes locales de 7% et documents légaux liés au circuit
- Les salaires, repas hébergements du guide et du chauffeur
- L'essence, les frais de parking et les taxes routières
- L'assurance annulation et rapatriement
- Participation **de 1.000 thb (27€)** reversée à la fondation « Un jour dans la vie »

<https://www.thailandevasion.com/fondation-un-jour-dans-la-vie>

Le tarif ne comprend pas :

- Les dépenses personnelles et pourboires
- Les éventuels droits d'entrée pour les appareils photos et caméscopes sur les sites
- Tous les services non mentionnés clairement dans le programme
- Les activités optionnelles

*Formalités pour les ressortissants français : **passport valable + 6 mois après la date de retour***

Pour tout renseignement / inscription relatif à ce voyage – Contactez Pascal 04.75.59.95.85 – 06.07.66.43.77 - pascal@gitao.fr

Voyage organisé par l'association Qi Tao 120 av Victor Hugo 26000 VALENCE – association loi 1901 –
déclarée préfecture Drôme W263007063 – SIRET 840 372 015 00