



PROGRAMME Run & Trail ASPS 2015 BALI

Du samedi 17 au mardi 27 octobre 2015

08 nuits / 11 jours

Contrastes
Voyages

Jour 1 : Samedi 17 Octobre - PARIS → HONG KONG ou DOHA

Décollage de Paris Charles de Gaulle par vols réguliers des compagnies aériennes :

- CATHAY PACIFIC à 13h15 sur le vol CX 260 à destination de Denpasar via Hong Kong. Déjeuner et petit déjeuner servis à bord.
- QATAR AIRWAYS à 16h00 sur le vol QR 040 à destination de Denpasar via Doha. Encas et diner servis à bord. Arrivée à Doha à 23h25.

Jour 2 : Dimanche 18 Octobre - DENPASAR

- CATHAY PACIFIC : Arrivée à Hong Kong à 06h45. Redécollage sur le vol CX 785 à 10h15. "Brunch" servi à bord. Arrivée à 15h00 à Denpasar.
- QATAR AIRWAYS : Redécollage à 02h35. Petit déjeuner et déjeuner servis à bord. Arrivée à 17h35 à Denpasar.

Formalités d'entrée dans le pays. Accueil et route pour Ubud (1h30 environ).

Arrivée à l'hôtel Mansion. Remise des clés et installation dans vos chambres.

Situé dans un écrin de verdure, cet hôtel de 95 chambres offre notamment 2 restaurants et bars, plusieurs piscines et un spa.

Diner et nuit à l'hôtel Mansion 4*.



Jour 3 : Lundi 19 Octobre - UBUD

Petit déjeuner.

Départ de l'hôtel en bus pour la course de décrassage : La boucle d'Ubud – 4.5km

Retour en bus à l'hôtel afin de vous rafraichir.

Puis route vers le site de Gunung Kawi, un ensemble de cinq tombes excavées de la falaise dans un décor de rizières en terrasses.

Continuation, visite de Tampaksiring et du site des sources sacrées de Tirta Empul. Ces sources sont l'objet d'une véritable vénération par les balinais car elles leur permettent de faire bénir l'eau qui leur servira quotidiennement pour les offrandes dans les temples de famille et dans les lieux qu'ils souhaitent protéger.

Déjeuner.



Sur la route retour vers Ubud, arrêt au temple de Goa Gajah et visite : Appelé aussi la grotte de l'éléphant, le site date du 11^e siècle, mais n'a été découvert qu'au début du 20^e siècle. Vous y trouverez des sculptures de Ganesh ainsi que des figures féminines.

Après la visite, un trek de 4km est organisé au départ du temple.
Ceux qui le souhaitent pourront rentrer directement à l'hôtel en bus.

Retour vers l'hôtel.

Dîner dans un restaurant d'Ubud.
Nuit à l'hôtel Mansion 4*.

Jour 4 : Mardi 20 Octobre - UBUD / MENGWI / UBUD

Petit déjeuner.

Départ de l'hôtel en bus.

Course n°1 de Perembeng – 12.5km.

Fin de la course à l'hôtel « Pasut Retreat ». Vous profiterez de ce cadre paisible pour vous détendre et profiter de la piscine.

Déjeuner au Pasut Retreat.

Départ pour le royaume de Mengwi et visite du Temple de Pura Taman Ayun.

Mengwi était jusqu'en 1891 le centre d'un puissant royaume issu de la dynastie de Gelgel dont les Rois continuent à être vénérés dans les temples officiels, en particulier au Pura Taman Ayun. Les douves qui entourent le sanctuaire lui ont donné son nom : Taman signifie jardin avec bassin. Les eaux représentent un lieu symbolique de contact avec le divin par l'intermédiaire des widadari, nymphes célestes qui se baignent ici.

Le Taman Ayun édifié en 1634, fut restauré et agrandi en 1937.



Retour à l'hôtel.
Conférences.

Dîner et nuit à l'hôtel Mansion 4*.

Jour 5 : Mercredi 21 Octobre - UBUD / JATILUWIH / UBUD

Petit déjeuner.

Départ de l'hôtel en bus.

Course n°2 de Jatiluwih – 14km.

Fin de la course au temple de Pura Petali.

Transfert vers le restaurant.

Déjeuner avec une vue superbe sur les rizières en terrasse.

Retour à l'hôtel.

Après-midi et dîner libres.

Des navettes seront mises en place entre l'hôtel et le centre ville.

Nuit à l'hôtel Mansion 4*.



Jour 6 : Jeudi 22 Octobre - UBUD / Région de MUNDUK / UBUD

Petit déjeuner.

Départ de l'hôtel en bus.

Course n°3 de Munduk – 12.5km

Fin de la course et déjeuner.

Route vers le lac du cratère de Bratan et découverte du temple Pura Ulan Danu, dédié à la déesse des eaux Dewi Danu. Ce temple du 17° s., entièrement entourée par le lac, est un sanctuaire hindo-bouddhiste très important.



Retour à l'hôtel.

Dîner dans un restaurant local.

Nuit à l'hôtel Mansion 4*.

Jour 7 : Vendredi 23 Octobre - UBUD / BATUR / CANDIDASA

Petit déjeuner.

Restitution des chambres et départ en bus de l'hôtel.

Course n°4 du volcan Batur- 15km.

Fin de la course et transfert pour le déjeuner au bord de la caldeira du volcan. Toujours en activité, sa dernière éruption date de 2000.



Déjeuner.

Départ vers le Temple Pura Besakih et visite. Ce temple est le plus grand centre spirituel de Bali. Il est dédié aux trois plus grandes divinités hindoues : Brahma, Vishnu et Shiva.

Continuation par la route vers Candidasa.

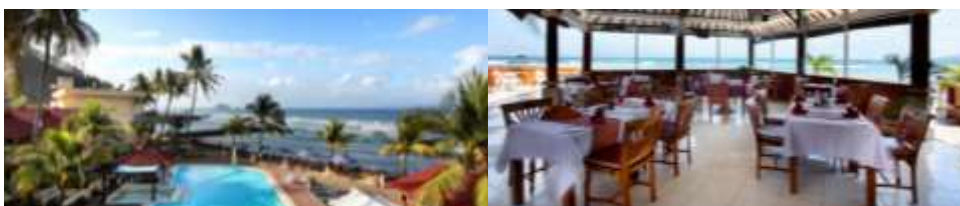
Arrivée et installation dans vos hôtels respectifs : Puri Bagus Candidasa 4* ou Bali Palms Resort 3*.

Le Puri Bagus Candidasa 4*, situé en bord de mer, offre des hébergements en cottages.

Sa décoration raffinée est son cadre verdoyant vous invite à la détente. Il possède une piscine extérieure, un restaurant en plein air et un spa.



Bali Palms Resort 3* compte 48 chambres. L'hôtel donne sur la plage et offre les services d'un restaurant, un bar, une piscine et un spa.



Dîner au Puri Bagus Candidasa.

Nuit dans vos hôtels respectifs : Puri Bagus Candidasa 4* ou Bali Palms Resort 3*.

Jour 8 : Samedi 24 Octobre - CANDIDASA / LEMPUYANG

Petit déjeuner.

Départ de l'hôtel en bus.

Course n°5 du Temple de Lempuyang – 14km

Déjeuner dans un restaurant local sur la plage.



Transfert pour la visite du village traditionnel de Tenganan habité par les Bali-Aga descendants des premiers habitants de Bali. Il a su garder ses traditions d'artisanat et de vanneries.

L'organisation, les traditions, et les rituels de cette microsociété archaïque sont singuliers et immuables. Les centaines d'habitants, tous natifs du village doivent se marier entre eux, sous peine de se voir déclassés, voire bannis.

Longtemps fermé au monde, jusqu'à l'essor de la station de Candidasa, cette minorité vit désormais du tourisme.



Retour à l'hôtel.

Conférences.

Dîner au Puri Bagus Candidasa.

Nuit dans vos hôtels respectifs : Puri Bagus Candidasa 4* ou Bali Palms Resort 3*.

Jour 9 : Dimanche 25 Octobre - CANDIDASA / JIMBARAN

Petit déjeuner.

Départ de l'hôtel en bus.

Le trek de Lempuyang : 6 km – 1700 marches - 3 heures environ. Possibilité de raccourcir le trek – 4.4km - 2 heures environ.

Retour en bus vers l'hôtel. Restitution des chambres.

Déjeuner.

Route vers Jimbaran, village du sud de Bali ayant la plus belle plage de l'île.

Arrivée et installation à l'hôtel Keraton Jimbaran Beach Resort 4*.

L'hôtel, donnant sur la plage, abrite 102 chambres et villas. Il est entouré d'un jardin tropical et propose notamment plusieurs restaurants, une piscine et un spa.

Dîner de gala et nuit à l'hôtel Keraton Jimbaran Beach Resort 4*.



Jour 10 : Lundi 26 Octobre - JIMBARAN / DENPASAR → HONG KONG ou DOHA

Petit déjeuner.

Journée et repas libres.

Transfert vers l'aéroport de Denpasar 2h30 avant l'heure de décollage.

Décollage de Denpasar par vols réguliers des compagnies aériennes :

- CATHAY PACIFIC à 16h15 sur le vol CX 784 à destination de Paris via Hong Kong. Collation servi à bord. Arrivée à Hong Kong à 20h50.
- QATAR AIRWAYS à 19h05 sur le vol QR 963 à destination de Paris via Doha. Dîner et encas servis à bord.

Jour 11 : Mardi 27 Octobre - PARIS

- CATHAY PACIFIC : Redécollage à 00h05 sur le vol CX 261. Dîner et petit déjeuner à bord. Arrivée à 06h20 à Paris Charles de Gaulle.
- QATAR AIRWAYS : Arrivée à Doha à 00h05. Redécollage à 01h40 sur le vol QR 041. Dîner et petit déjeuner servis à bord. Arrivée à 06h55 à Paris Charles de Gaulle.

HOTELS PROPOSES (classification normes locales):

UBUD : The Mansion Hotel 4* - www.themansionbali.com

CANDIDASA : Puri Bagnus Candidasa 4* - www.puribagus.net
Bali Palms Resort 3* - www.balipalmsresort.com

JIMBARAN : Keraton Jimbaran Beach Resort 4* - www.keratonjimbaranresort.com



PROGRAMME Run & Trail ASPS 2015 BALI
Du samedi 17 au mardi 27 octobre 2015
08 nuits / 11 jours

Prix par personne en base chambre double - pour un groupe de minimum 80 personnes :

Formule 1 : 2 295 Euros

Vol QATAR AIRWAYS / 5 nuits The Mansion 4* + 2 nuits Bali Palms Resort 3* + 1 nuit Keraton Jimbaran Beach Resort 4*

Formule 2 : 2 460 Euros

Vol CATHAY PACIFIC / 5 nuits The Mansion 4* + 2 nuits Puri Baggus Candidasa 4* + 1 nuit Keraton Jimbaran Beach Resort 4*

Ce prix comprend :

- * Les vols internationaux : Paris/Denpasar/Paris via Doha sur la compagnie aérienne QATAR AIRWAYS et via Hong Kong sur la compagnie aérienne CATHAY PACIFIC.
- * Les taxes d'aéroport sur les vols internationaux d'un montant de 288 euros sur QATAR AIRWAYS et 222 euros sur CATHAY PACIFIC (au 22/01/15), dont le montant peut varier à la hausse ou à la baisse et sera confirmé à la date de paiement du solde
- * L'hébergement dans les hôtels mentionnés dans le programme
- * La pension Complete, avec ½ litre d'eau minérale, sauf le dîner du Jour 5 et le déjeuner du Jour 10
- * Le transport en minibus 12/15 places ou 30 places selon possibilités routières
- * Les services de guides francophones
- * Les frais d'entrée sur les sites
- * Toutes les excursions et visites mentionnées dans le programme
- * L'organisation des courses
- * Le ravitaillement pendant les courses
- * Un véhicule pour l'équipe médicale et un véhicule pour le chronométrage
- * La présence d'un dirigeant de Contrastes Voyages
- * L'assurance rapatriement April (offerte)

Ce prix ne comprend pas :

- * Les frais du visa d'entrée en Indonésie : 35 USD (ce visa devrait être supprimé d'après les dernières informations des autorités indonésiennes)
- * La taxe de sortie du pays (200 000 IDR soit 17 USD au 22/01/15)
- * Le supplément chambre individuelle - Formule 1 : 420 euros / en Formule 2 : 440 euros
- * Le port des bagages dans les hôtels
- * Les boissons
- * Les pourboires aux chauffeurs et guides
- * Les dépenses d'ordre personnel
- * L'assurance annulation, bagages April : 60 euros

Formalités sanitaires et administratives (connues à la date de l'élaboration du programme):

- * Il n'y a pas de traitement ni vaccin obligatoire. Il faut être à jour des vaccinations courantes.
- * Vous devez être en possession d'un passeport valable 6 mois après la date de retour en France

Nice le 26 mars 2015