

**&TRIP  
TRAIL**

**Contrastes  
Running**

**DU 7 AU 16 MAI 2025**

**TRAIL** 长城   
**MURAILLE  
DE CHINE**

Après une 20<sup>ème</sup> édition célébrée en mai 2024, nous continuons à vous emmener découvrir **cette** magnifique Muraille de Chine, restée vierge et avec peu de touriste ces quatre dernières années.

Des années à repérer cette course nous permettent de vous offrir **un tracé unique**, avec des **portions de Muraille sauvages**. Des paysages à couper le souffle vous entourent, l'immensité de ce lieu et son lien avec l'histoire de l'Empire du Milieu vous transportent dans une course intemporelle. Ce voyage sportif exclusif est réservé à un nombre limité de coureurs en raison de la configuration particulière des portions de la Muraille de la Chine que nous parcourons.

6 étapes de 8 à 14 km dont 4 courses incroyables sur la Muraille, 1 course sur les Tombeaux de l'Est et un prologue de découverte.

Ouverte à tous : coureurs, marcheurs et accompagnants (le trail n'est pas accessible aux personnes à mobilité réduite).

Les marcheurs partent avant les coureurs ou font des étapes raccourcies afin que les arrivées coureurs/marcheurs soient plus ou moins synchronisées.

L'itinéraire propose une grande variété de paysages et allie course, marche et visite de sites exceptionnels.

Pour terminer le séjour, la visite de Pékin inclue la Cité Interdite, la Place Tiananmen, le Temple du Ciel, le Temple des Lamas et un déjeuner chez l'habitant dans les Hutong.



# PLAN DE VOL

## AVEC LA COMPAGNIE AIR FRANCE

✈ **ALLER : Mercredi 7 mai 2025**  
Vol AF202  
23h20 : Départ de Paris Charles de Gaulle

✈ **Jeudi 8 mai 2025**  
16h35 : Arrivée à Pékin

✈ **RETOUR: Jeudi 15 mai 2025**  
Vol AF201  
23h05 : Départ de Pékin

✈ **Vendredi 16 mai 2025**  
05h55 : Arrivée à Paris Charles de Gaulle



# PROGRAMME

## Jour 1 : Mercredi 7 mai 2025

20h30 : Rendez-vous à l'aéroport de Paris Charles de Gaulle. Formalités d'embarquement.  
Rencontre avec l'équipe.  
23h20 : Décollage du vol **AF202** à destination de Pékin.  
Prestations et nuit à bord.

## Jour 2 : Jeudi 8 mai 2025

16h35 : Arrivée à Pékin. Formalités de douanes et d'immigrations.  
Transfert pour l'hôtel.  
Dîner et nuit à l'hôtel Xinqiao

## Jour 3 : Vendredi 9 mai 2025

Petit-déjeuner à l'hôtel et check-out.  
Départ avec notre guide pour la visite du Temple des Lamas.  
Visite des Hutongs et déjeuner chez l'habitant.  
Transfert vers Juyongguan.  
Installation à l'hôtel.



### Prologue – Course n° 1 : découverte de la Muraille.

Dîner et nuit à l'hôtel Crown Plaza.



---

## Jour 4 : Samedi 10 mai 2025

---

Petit-déjeuner à l'hôtel



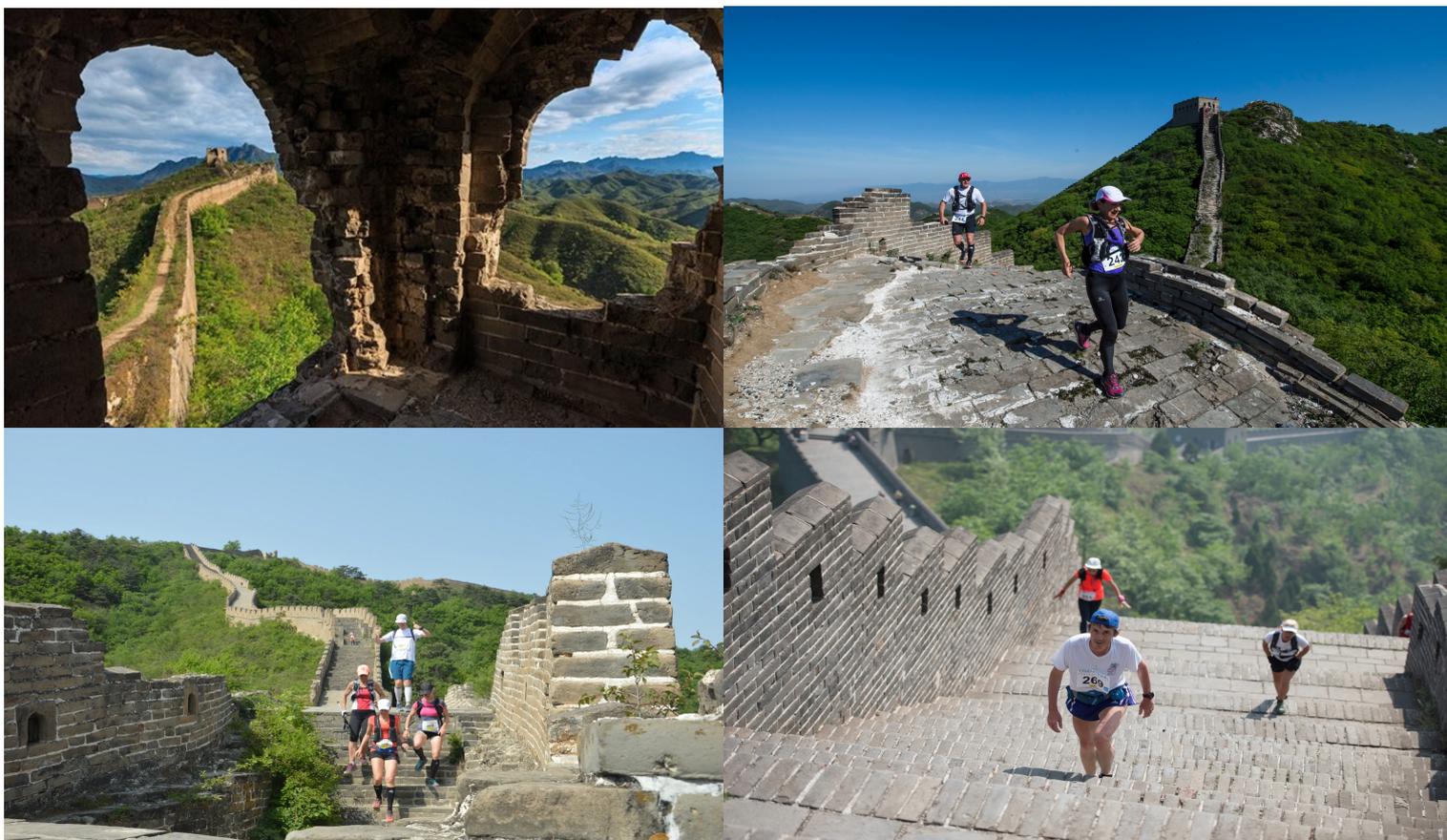
---

### Course n° 2 : Chenjiabu - 12 km

*Briefing la veille au soir*

---

Retour à l'hôtel pour vous changer.  
Déjeuner au restaurant puis départ pour Mutianyu.  
Installation à l'hôtel et temps-libre sur le site de Mutianyu.  
Dîner et nuit au Great Wall Hôtel.



---

## Jour 5 : Dimanche 11 mai 2025

---

Petit-déjeuner à l'hôtel.



---

### Course n° 3 : Mutianyu - 14 km

*Briefing la veille au soir*

---

Retour à l'hôtel.  
Transfert vers Gubeikou.  
Déjeuner au restaurant sur la route.  
Dîner chez l'habitant.  
Nuit à Gubeikou chez l'habitant.

---

## Jour 6 : Lundi 12 mai 2025

---

Petit-déjeuner à l'hôtel.



Course n° 4 : Jinshanling / Gubeikou - 14 km

*Briefing la veille au soir*

---

Déjeuner chez l'habitant.

Transfert vers Jixian.

Dîner et nuit à l'hôtel Jixian.



---

## Jour 7 : Mardi 13 mai 2025

---

Petit-déjeuner.



Course n° 5 : Les tombeaux des Qing - 10 km

*Briefing la veille au soir*

---

Déjeuner au restaurant puis transfert vers Huangyaguan.

En fin d'après-midi.



Course n° 6 : Contre la montre – Huangyaguan- 5 km

*Briefing la veille au soir*

---

Soirée de remise des prix.

---

## Jour 8 : Mercredi 14 mai 2025

---

Petit-déjeuner à l'hôtel.  
Route vers Pékin.  
Visite du Temple du Ciel.  
Déjeuner Canard laqué.  
Visite de la Place Tiananmen et de la Cité Interdite.  
Installation à l'hôtel Xinqiao.  
Diner buffet et nuit sur place



---

## Jour 9 : Jeudi 15 mai 2025

---

Petit déjeuner.  
Journée libre.  
Transfert pour l'aéroport vers 18h  
23h05 : Décollage du vol AF201 à destination de Paris Charles de Gaulle avec la compagnie Air France.  
Prestations en vol.



---

## Jour 10 : Vendredi 16 mai 2025

---

05h55 : Arrivée à Paris Charles de Gaulle.

# FORFAIT

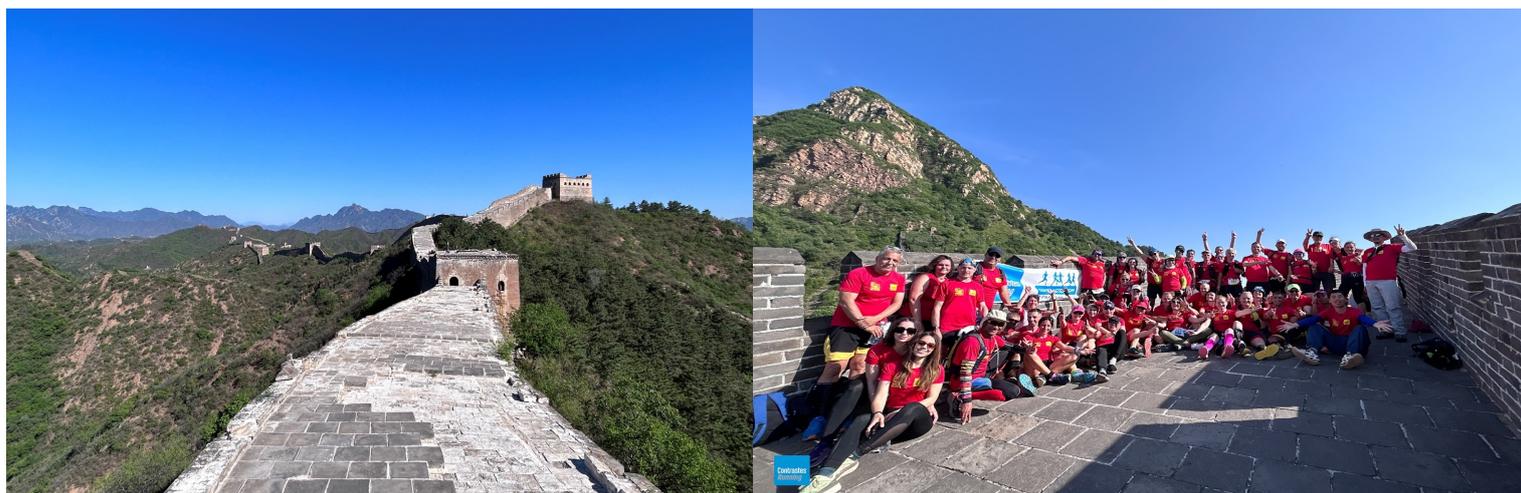
Prix : 2 990€ / personne  
10 jours / 7 nuits

## LE FORFAIT COMPREND :

- Le transport aérien Paris/Pékin/Paris sur vols réguliers avec les compagnies Air France.
- L'accueil, l'assistance et les transferts aéroport/hôtel et retour.
- Les déplacements en autocars climatisés.
- L'hébergement, en base chambre 2 personnes, en hôtels de 1<sup>ère</sup> catégorie (niveau 4\*) à Pékin et catégorie de niveau 3\* et 4\* et une nuit chez l'habitant dans les autres villes.
- La pension complète du dîner du 8 mai au dîner du 14 mai (déjeuner et dîner du 15 mai libres).
- L'eau minérale à discrétion durant les courses et les repas.
- Toutes les visites mentionnées au programme.
- L'organisation des courses avec chronométrage.
- La présence d'un guide-accompagnateur chinois francophone.
- La présence d'une équipe Contrastes Running durant tout le voyage ainsi qu'une assistance médicale.
- La dotation offerte par Contrastes Running.
- Une médaille commémorative.
- L'assurance rapatriement, assistance médicale Mutuaide.

## LE FORFAIT NE COMPREND PAS :

- Les taxes d'aéroport et surcharge carburant : 380 € au 07/07/2023, départ de Paris, dont le montant peut varier à la hausse ou à la baisse et sera confirmé à la date de paiement du solde.
- Départ / retour Province : nous consulter
- Les frais de dossard pour les coureurs : 120 €.
- Le supplément pour logement en chambre individuelle : 400 €.
- L'assurance MULTIRISQUES Assurever : 6% du montant total de votre voyage. (facultative – cf. Conditions de Vente).
- Les pourboires aux chauffeurs et guides
- Les dépenses d'ordre personnel et les boissons (hors eau minérale)



# EXTENSION HONG-KONG

---

## Jour 1 : Jeudi 15 mai 2024

---

Transfert privé pour l'aéroport de Pékin.  
Vol Pékin – Hong Kong en début d'après-midi.  
Transfert hôtel.  
Dîner libre et nuit à l'Hôtel Royal Pacific 4\*.

---

## Jour 2 : Vendredi 16 mai 2025

---

Petit-déjeuner à l'hôtel  
9h – 13h : Demi-journée visite de Hong-Kong avec guide français (Victoria Peak, Repulse Bay et Aberdeen avec le Sampan Ride)  
13h – 14h : Déjeuner libre assisté par le guide dans un restaurant local à côté de l'hôtel  
Après-midi et diner libre

Nuit à l'Hôtel Royal Pacific 4\*



---

## Jour 3 : Samedi 17 mai 2025

---

Petit-déjeuner à l'hôtel  
9h : Départ de l'hôtel en métro pour Tung Chung  
10h15 : Cable car en direction du monastère Po Lin  
11h : Visite du Big Bouddha et du Temple Po Lin  
12h00 : Temps et déjeuner libre dans le village de Npong Ping  
13h : Retour à Tung Chung en Cable car  
14h15 : Retour à l'hôtel en métro  
Temps libre  
Dîner libre  
Nuit à l'Hôtel Royal Pacific 4\*

---

## Jour 4 : Dimanche 18 mai 2025

---

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Journée libre (recommandations d'activités et de visites par le guide)

Transfert en fin de journée pour l'aéroport de Hong-Kong

22h05 : Vol AF 185 en direction de Paris CDG



---

## Jour 5 : Lundi 19 mai 2025

---

5h45 : Arrivée à l'aéroport Paris Charles de Gaulle

---

**FORFAIT**

**Prix : 1 340€ / personne**  
4 jours / 3 nuits

### **LE FORFAIT COMPREND :**

- Le transport aérien Pékin / Hong Kong
- L'hébergement, en base chambre 2 personnes à l'hôtel Royal Pacific 4\*
- Les petits-déjeuners
- Le guide français comme indiqué dans le programme
- Toutes les visites mentionnées au programme.
- Le retour Hong Kong / Paris CDG avec la compagnie AIR FRANCE, inclus un bagage en soute

### **LE FORFAIT NE COMPREND PAS :**

- Départ / Retour Province : nous consulter
- Les déjeuners et dîners libres sur recommandation du guide
- Le supplément pour logement en chambre individuelle : nous consulter
- Les pourboires aux chauffeurs et guides
- Les dépenses d'ordre personnel et les boissons (hors eau minérale)

# EXTENSION SHANGHAI

---

## Jour 1 : Jeudi 15 mai 2024

---

Transfert privé pour la gare TGV de Pékin  
TGV en direction de Shanghai  
Dîner libre  
Nuit à l'hôtel Grand Central Shanghai 5\*

---

## Jour 2 : Vendredi 16 mai 2025

---

Petit-déjeuner à l'hôtel  
Visite guidée de Shanghai avec guide français (Temple du Bouddha de Jade, vieille ville)  
Déjeuner libre avec le guide  
Après-midi : Bund ferry pour se rendre à Pudong et monter la Shanghai Tower  
Dîner libre (quartier de Xintiandi)  
Nuit à l'hôtel Grand Central Shanghai 5\*



---

## Jour 3 : Samedi 17 mai 2025

---

Petit-déjeuner à l'hôtel  
Route vers Suzhou  
Visite de Suzhou puis de Tongli  
Déjeuner libre avec le guide  
Balade en barque à Tongli et dévidage de cocons  
Dîner libre  
Nuit à l'hôtel Grand Central Shanghai 5\*

---

## Jour 4 : Dimanche 18 mai 2025

---

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Journée libre (recommandations de visites et d'activités par le guide)

Transfert en fin de journée pour l'aéroport de Shanghai

21h40 : Vol AF 111 en direction de Paris CDG



---

## Jour 5 : Lundi 19 mai 2025

---

6h00 : Arrivée à l'aéroport Paris Charles de Gaulle

---

**FORFAIT**

**Prix : 850€ / personne**  
4 jours / 3 nuits

**LE FORFAIT COMPREND :**

- Le TGV entre Pékin et Shanghai
- Les transferts
- L'hébergement, en base chambre 2 personnes à l'hôtel
- Les petits-déjeuners
- Le guide français comme indiqué dans le programme
- Toutes les visites mentionnées au programme.
- Le retour Shanghai / Paris CDG avec la compagnie AIR France, inclus un bagage en soute

**LE FORFAIT NE COMPREND PAS :**

- Départ / Retour Province : Nous consulter
- Les déjeuners et dîners libres sur recommandation du guide
- Le supplément pour logement en chambre individuelle : nous consulter
- Les pourboires aux chauffeurs et guides
- Les dépenses d'ordre personnel et les boissons (hors eau minérale)

# CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTE

## MODALITÉS DE PAIEMENT

- Acompte de 800 € par personne pour confirmation définitive de la réservation.
- 2ème acompte de 1000 € (1300 € si extension) par personne au plus tard le 12/11/2024
- 3ème acompte de 1000 € (1300 € si extension) par personne au plus tard le 13/01/2025
- Solde au plus tard le 17/03/2025

## CONDITIONS D'ANNULATION (PAR PERSONNE)

Annulation du fait du participant :

- Jusqu'au 12/11/2024 : 400 € de frais par personne annulée.
- Du 13/11/2024 au 13/01/2025 : 50% du montant total du voyage
- Du 14/01/2025 au 17/03/2025 : 80% du montant total du voyage
- À partir du 18/03/2025 : 100 % du montant total du voyage

A ces frais s'ajoutent, quel que soit la date d'annulation la prime d'assurance annulation si souscrite.

Les frais pourront être remboursés par l'assurance si l'annulation est provoquée pour des raisons relevant de la garantie.

Annulation du fait de l'organisateur :

Contrastes Running se réserve le droit d'annuler le voyage pour raison technique ou de force majeure. Il appartiendra alors à l'organisateur de prévenir le(s) client(s) au minimum 20 jours avant le départ. Contrastes Running se réserve le droit d'annuler sans pénalité, ni indemnité le voyage si le nombre de participant est inférieur à 20 coureurs à 20 jours du départ. Le contrat est réputé ne jamais avoir existé et le client sera averti par Contrastes Running par tout moyen avec accusé de réception. Le cas échéant, Contrastes Running pourra proposer aux participants restants de maintenir le voyage, sous réserve du paiement éventuel des surcoûts résultant du nombre de participants inférieur au nombre minimum prévu.

## RÉVISION DU PRIX

Les prix indiqués sont calculés en fonction des éléments suivants :

- a) Coût du transport, notamment le coût du carburant,
- b) Taxes et redevances (locale, atterrissage, embarquement...).

Toute variation à la hausse ou à la baisse des seuls éléments a) et b) et ci-dessus mentionnés sera intégralement répercutée dans le prix de vente, au-delà de 30 jours avant la date prévue du départ; le client sera averti par Contrastes Running par tout moyen avec accusé de réception.

En cas de l'annulation d'un participant, son voyage peut-être racheté par un autre participant jusqu'à la date de paiement prévu pour le solde et sous réserve que le nouveau participant soit en règle avec les conditions d'inscription pour ce voyage : passeport valable six mois après la date de retour en France, obtention du visa si nécessaire et certificat médical de non contre indication à la pratique de la course à pied en compétition.

# FORMALITÉS

## FORMALITÉS SANITAIRES

Il n'y a pas de traitement ni vaccin obligatoire.

## FORMALITÉS ADMINISTRATIVES

### Nationalité française :

Vous devez être en possession d'un passeport valable 6 mois après la date de retour en France,  
**Aucun visa n'est demandé pour les séjours de moins de 15 jours jusqu'à décembre 2025 !**

### Autres nationalités :

Il est nécessaire de vous rapprocher de l'Ambassade de Chine pour connaître les formalités spécifiques à votre nationalité.

AMBASSADE DE CHINE - 11, Avenue George V - 75008 Paris

Téléphone : 01 49 52 19 50

[chinaemb\\_fr@mfa.gov.cn](mailto:chinaemb_fr@mfa.gov.cn) / [www.amb-chine.fr](http://www.amb-chine.fr)

Nous consulter pour de plus amples renseignements.

Le voyage est organisé en collaboration avec notre agence réceptive TAI YANG – Immeuble Optimum 165  
ave du Marin Blanc – BP 1207 – 13783 AUBAGNE CEDE

# ASSURANCES

## Assurance assistance médicale / rapatriement

Une assurance assistance rapatriement, souscrite après de Mutuaide Assistance (contrat 6303) vous est offerte par Contrastes Running.

Extrait des garanties : Hospitalisation / Frais médicaux : remboursement, après intervention de la S.S. et de tout autre organisme de prévoyance, des frais médicaux consécutifs à une maladie ou un accident ayant entraîné une hospitalisation, survenus à l'étranger pendant la garantie dans la limite de 150 000 € TTC par pers. par voyage sous déduction d'une franchise de 30 € par personne.

## Assurance Multirisques : annulation, interruption de séjour, bagages...

Extrait des garanties :

A/ Annulation Motif Médical de l'assuré son conjoint de droit ou de fait, ses ascendants ou descendants jusqu'au 2ème degré, beaux-pères, frères, sœurs, beaux-frères, belles-sœurs, gendres, belles-filles, belles-mères.

B/ Annulation Toutes Causes justifiées incluant les clauses émeutes, attentat, acte de terrorisme ou catastrophe naturelle survenant à l'étranger dans un rayon de 100 kms de votre lieu de séjour

C/ Bagages : 2 000 € par personne

D/ Responsabilité Civile : 1 000 000 €

Contrastes Running ne peut être considérée comme responsable en cas de refus de prise en charge.

OFFICIAL INTERNATIONAL  
TOUR OPERATOR

**tcs**  
NEW YORK CITY  
MARATHON

NOVEMBRE 2025

**BMW**   
BERLIN  
MARATHON

SEPTEMBRE 2025

**BANK OF AMERICA**   
Chicago  
Marathon

OCTOBRE 2025

**Contrastes Running**

ICEBUG  
FROZEN LAKE  
MARATHON

12 AVRIL 2025

**Contrastes Running**

MARATHON SYDNEY  
SEPTEMBRE 2025

**Contrastes<sup>®</sup>**  
*Running*

**&TRIP TRAIL**

**Contrastes Running**

20-30 NOVEMBRE 2024

Trail  
Thaïlande

**&TRIP TRAIL**

**Contrastes Running**

8-16 MARS 2025

TRAIL  
NÉPAL

**&TRIP TRAIL**

**Contrastes Running**

AVRIL 2025  
TRAIL  
CAPPADOCE

**&TRIP TRAIL**

**Contrastes Running**

DU 7 AU 16 MAI 2025

TRAIL   
MURAILLE  
DE CHINE

**&TRIP TRAIL**

**Contrastes Running**

VIETNAM  
NOVEMBRE 2025