

INFOS PRATIQUES POUR PREPARER VOTRE VOYAGE

FORMALITES :

Passeport en cours de validité (valable 6 mois après la date de retour) pour les membres de la communauté européenne. Pas besoin de visa pour un séjour de moins de 30 jours.

Pour plus d'informations : <https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/thaïlande/#entree>

CLIMAT :

Tropical, chaud toute l'année. Il y a deux saisons majeures :

- ✓ la saison des pluies, de Juin à Octobre
- ✓ la saison sèche, de Mars à Mai

Le climat en janvier/février peut varier entre 4° - 28°

MATERIEL A APPORTER :

Apporter de quoi s'adapter aux variants climatiques :

blouson/sweat, écharpe, T-shirts, pantalons, robes légères, pieds nus/tongs, maillot de bain, crème solaire, chapeau, bouillotte pour la nuit, lampe de poche/téléphone éclairable
Wi-Fi gratuit dans tous les lieux communs

Pour le stage :

- ✓ **Votre « kit pratique »** les exercices du Tao de la femme et de l'oeuf de jade.
- ✓ **Vous pouvez trouver ce qu'il vous faut sur place :** un foulard en soie/coton pour le massage des seins, une huile végétale neutre, votre oeuf de jade, du fil de soie dentaire, une jupe ou paréo pour plus de confort, votre bâton revitalisant et de quoi prendre des notes.

DÉCALAGE HORAIRE PAR RAPPORT A LA FRANCE :

+ 6 h en hiver + 5 h en Eté

TEMPS DE VOL : Environ 10h/12h

INFO SANTE : Aucun vaccin n'est obligatoire toutefois les vaccins contre l'hépatite A et B restent recommandés.

MONNAIE : La monnaie est le bath. 1 bath = 0.027€

TROUVEZ VOS BILLETS DE VOL OU DE TRAIN :

Arriver à l'aéroport de Chiang Mai, ville dans le nord de la Thaïlande, la plus proche du TAO GARDEN (274/1 Moo 7 Luang Nua, Doi Saket 50220).

Vous pouvez passer par une agence de voyage ou chercher par vous même sur internet par le biais de Compagnies de Vols comme Kiwi, Skyskanner, Edreams, Opodo etc... Attention, il peut y avoir des différences de prix une fois redirigé sur l'espace d'achat.

On vous conseil de vous mettre en mode «navigation privée» en cliquant sur les trois petits points en haut à droite

de votre écran pour éviter que des sites enregistrent vos recherches et d'augmentent les prix.

Les compagnies asiatiques ou orientales comme China Eastern Air sont moins chères en général. Plus on s'y prend en avance pour acheter son billet, plus il y a du choix. Les jours fériés ont tendance à être moins chers .

RESERVEZ LA NAVETTE DU TAO GARDEN : À l'aéroport de Chiang Mai, une navette du Tao Garden peut vous récupérer, sur réservation préalable, contactez Nok :

retreatreservation@tao-garden.com

Nombreux taxis sur place (environ 800THB/ 20€ la course).

ADRESSES OU SEJOURNER PRES DU TAO GARDEN

Waju Residence en face du Tao Garden

<https://taoyoga.info/waju-residence-rooms/>

Sak Homestay à coté du Tao Garden

https://www.facebook.com/SakHomestay/?locale=fr_FR

VISITER LES ALENTOURS :

Le Tao Garden est situé au coeur de champs de riz et de la forêt, à 40 min de la ville de Chiang Mai. Le petit village Muang Nua est à 5 minute à pied. On peut y explorer les stands/boutiques/ gourmandises, pharmacie etc.

Vous avez tout pour être heureux sur place :

Location de vélos au Tao Garden ou au village.

Pour vos sorties, des navettes ou des taxis réguliers partent du Tao Garden.

Vous pouvez prendre un taxi privé à la journée/semaine pour organiser des séjours plus étendus.

Sangkampang Hot Springs 40 min

<https://www.voyagethaïlande.fr/guide-thaïlande/attraction/san-kamphaeng-hot-springs>

Doi Saket Temple 15 min

https://www.tripadvisor.fr/Attractions-g1961657-Activities-Doi_Saket.html

Night Bazaar à Chiang Mai 30 - 40 min

<https://www.voyagethaïlande.fr/5-marches-nuit-chiang-mai>

Chiang Mai - la vieille ville 35 -45 min - Nombreux temples

Trekking forêt et cascades, ferme des orchidées 1h - 3h aux environs...