

# The 2 Summits

▶ 1 Day



**TMT RUNNING**

## 1 JOUR DE TRAIL

Distance totale : 29k

Dénivelé total : 1'800m+

Temps de course : 5 à 6 heures

## MONTAGNE

Parc National de Doi Pui Suthep

10k depuis Chiang Mai (15-30 minutes de voiture depuis le centre)

Points forts : jungle, sommets, villages Hmong

## CARACTERISTIQUES DU SEJOUR

Challenge 🏆

Villages 🏠

Summits 📍

Difficulty: high 4▲



**8.00 – 8.30 : Prise en charge à l'hôtel (centre-ville)**

Transfert vers le point de départ (15 min)

1<sup>ère</sup> partie trail : vers le Sommet de Doi Pui

Pause déjeuner dans un village Hmong

2<sup>ème</sup> partie trail : le Sommet de Doi Suthep

Descente et retour vers la vallée de Chiang Mai

**16.00 – 17.00 : Transfert retour (15 min) & Dépose à l'hôtel**

Vers les sommets



La crête de Doi Pui



Les 2 sommets



Retour a Chiang Mai



Les séjours trail TMT sont une occasion unique de découvrir l'atmosphère si particulière de la jungle et des montagnes Thaïlandaises. Pas besoin d'aller vite, nos séjours sont ouverts à tous niveaux, la seule contrainte est de couvrir la distance dans la journée. Ce trail 2 Summits est assez long avec un dénivelé important. Avec un niveau de difficulté Ultra Tour, il est réservé aux coureurs expérimentés

## EQUIPEMENT CONSEILLE

- ✓ Sac à dos de trail avec réserve d'eau (1.5L min)
- ✓ Barres énergétiques & gels (nous en fournissons)
- ✓ Vêtements et chaussures de trail running
- ✓ Veste légère coupe-vent
- ✓ Sifflet & Couverture de survie
- ✓ Crème solaire & Anti-moustiques

Il est possible de garder vos bagages dans notre agence située dans le centre ville de Chiang Mai pendant le séjour. Si besoin il est également possible de prendre une douche à notre agence après le séjour.

**THB 3'300 PAR PERSONNE**

Tout inclus

- ✓ Tous les transferts
- ✓ Boissons, repas et snacks
- ✓ 1 journée de trail avec un guide agréé
- ✓ Droits d'entrée dans les parcs nationaux
- ✓ Assurance

**PAIEMENT**

100% pour toute réservation

- ✓ Transfert (à votre charge)  
Mountain Trail (Thailand) Co., Ltd.  
Bangkok Bank – Kad Suan Keaw branch  
Swift: BKKBTHBK  
Account number: 531-302-2005
- ✓ PayPal (à notre charge)  
Mountain Trail (Thailand) Co., Ltd.  
Email: [contact@tmt-trail.com](mailto:contact@tmt-trail.com)



# TMT RUNNING

THE 2 SUMMITS

Sur les plus hauts sommets de Chiang Mai