



STAGE RUNNING

ITEN, KENYA

10 JOURS DE DÉFIS,
DE DÉCOUVERTES ET DE RENCONTRES
SUR LA TERRE DES CHAMPIONS

TARIF HORS VOL
CHF 1950.-

TOUT COMPRIS (HORS VOL, ENVIRON 700 CHF)

UNE IMMERSION SPORTIVE, CULTURELLE ET HUMANITAIRE
AU COEUR DE L'AFRIQUE, DANS UN HIGH ALTITUDE TRAINING CENTER
DU 1 ER AU 11 NOVEMBRE 2025

**Stage adapté à tous les niveaux,
Accompagnant.es Bienvenues**



PARCE QUE COURIR , C'EST AUSSI ALLER **À LA DÉCOUVERTE D'AUTRES CULTURES**

PROGRAMMES D'ENTRAÎNEMENT PERSONNALISÉS

FARTLEK, SORTIES LONGUES, TRAIL ...

ACTIVITÉS DÉCOUVERTES

RANDOS, CASCADE,
1 JOUR DE SAFARI

IMMERSION LOCALE

VISITES D'ÉCOLES ET FAMILLES,
CONSTRUCTION D'UN HABITAT POUR
UNE FAMILLE DANS LE BESOIN,

BIEN-ÊTRE

MASSAGES , SÉANCES MÉDITATION ET
RELAXATION...

ATELIERS

WORK SHOP, CONFÉRENCES..

ET D'AUTRES SURPRISES ...

LAURENT PAONESSA

079 220 00 90

LP@NCSPORTS.CH



*Départ garanti dès 10 coureurs - 20 personnes maximum -
Acompte de Pré-réservation à valider avant le 1er Juillet 2025 - CHF 500.-*