

STAGE RUNNING
AU KENYA
AVEC SPORTQUEST ET
MARKUS RYFFEL'S

Courir au Kenya

3 au 14 décembre 2025

Courir là où courent les meilleurs. S'entraîner avec eux et profiter de l'encadrement de nos coaches professionnels Sylvain Millet (Sportquest), Markus Ryffel (Markus Ryffels) et Lynn Kanuka. Découvrir la faune et la nature d'un pays magique. Tout cela et bien plus vous attend lors de camp exclusif.



Stage running avec encadrement pro

3 AU 14 DÉCEMBRE 2025

Nos coaches Lynn, Sylvain et Markus te convient sur le plateau d'Iten (2'400 m.), au Kenya, pour 10 jours de stage de course à pied ponctués de conseils, de workshops, d'analyses approfondies et d'entraînements. La joie et la bonne humeur sont deux éléments essentiels de ce voyage destiné à toute personne qui désire apprendre à courir ou améliorer ses performances. Les distances de courses et le terrain varient d'un jour à l'autre et notre programme exclusif inclus 2 excursions, dont un safari animalier d'une journée entière – l'occasion d'une rencontre inopinée avec un roi de la savane ?

Nous te proposons de loger au camp Run'ix – c'est également ici que s'entraînent de nombreux athlètes internationaux, dont le Suisse Julien Lyon. Ainsi, en plus de découvrir une région magnifique, tu auras la possibilité de partager des moments précieux avec tes compatriotes de voyage, mais aussi avec la population locale.

Inclus : Vol a/r au départ de la Suisse, vol interne Nairobi – Eldoret et retour, bagage en soute, transferts en véhicule privé, 1 nuit à Nairobi en hôtel 4* avec petit-déjeuner, 9 nuits au camp Run'ix en pension complète, 2 excursions avec guide local, accompagnement et encadrement sportif par notre équipe de coaches professionnels Lynn, Sylvain et Markus Ryffel (en français, allemand et anglais). Tous trois disposent d'un palmarès sportif qui amène une vision et une amélioration certaine de vos performances. Groupe de min. 15, max. 30 personnes. Sous réserve de modification.

DÈS CHF
2695.-

PLUS
D'INFORMATION



mrs
markus ryffel's

**SPORT
QUEST**



[kuonisports.ch](https://www.kuonisports.ch) | kuonisports@kuonisports.ch | T 044 277 48 88