

# SEMINAIRE

# COHESION

CONCEPT 3 SAISONS





# NOS THÉMATIQUES

1

PARCOURS 5 SENS

2

SENSATION

3

INSOLITE



# PARCOURS DES 5 SENS

MISE EN EVEIL DE VOS SENS EN PARCOURANT 5 ATELIERS LUDIQUES EN RELATION PARFAITE AVEC LE MILIEU MONTAGNARD



## Déroulement

- ▶ Prise en charge des participants à la Base de loisirs du Lac aux Dames de SAMOËNS
- ▶ Accueil, briefing, composition des équipes, départ de l'animation
- ▶ Résultats de l'animation



2H00



Guides  
spécialistes  
de l'activité

NIVEAU



10 à 60  
Personnes



Tenue de sport  
Chaussures  
de randonnée  
ou running



Prêt du  
matériel  
technique  
inclus



## PARCOURS DES 5 SENS

CETTE THEMATIQUE SE DEROULE SUR UNE 1/2 JOURNÉE  
POSSIBILITE D'AJOUTER UNE ACTIVITE MONTAGNE POUR ASSURER UNE  
JOURNÉE COMPLÈTE.

### TOUCHER

LES YEUX BANDÉS,  
TOUCHER ET RETROUVER  
LES ANIMAUX DE NOS  
MONTAGNES

### VOIR

EPREUVE DE TIR A  
CARABINES LASER  
(TYPE BIATHLON)

### ECOUTER

MUR DU SILENSE  
AVEC LA  
RECONNAISSANCE DE  
SONS PARTICULIERS

### SENTIR

RETROUVER  
LES PARFUMS  
DE LA NATURE

### GOÛTER

DEGUSTATION  
AVEC MODERATION  
DE NOS  
BREUVAGES  
EMBLEMATIQUES



# INSOLITE

OSEZ VOUS DÉFIER A TRAVERS DES EPREUVES QUI ASSOCIENT REFLEXION, ORIENTATION ET ADRESSE !  
TOUS LES INGREDIENTS DU TEAM BUILDING VOUS ATTENDENT DANS CE CHALLENGE.



## Déroulement

- ▶ Prise en charge des participants à la Base de loisirs du Lac aux Dames de SAMOËNS
- ▶ Accueil, briefing, composition des équipes, départ de l'animation
- ▶ Résultats de l'animation



2H00  
à  
2H30



Guides  
spécialistes  
de l'activité

### NIVEAU



10 à 60  
Personnes



Tenue de sport  
Chaussures  
de randonnée  
ou running



Prêt du  
matériel  
technique  
inclus



# INSOLITE

LA THEMATIQUE "INSOLITE" SE DECOMPOSE EN 3 ANIMATIONS  
L'ULTRA DEFI + LE LASER RUN = 1/2 JOURNÉE D'ACTIVITÉ  
LE SURVIVALISME = 1/2 JOURNÉE D'ACTIVITE

## ULTRA DÉFI

C'EST A LA CROISEE DU  
JEU DE PISTE. IL VOUS  
FAUDRA "LA TÊTE ET LES  
JAMBES" POUR  
RÉSoudre LES ENIGMES.

## LASER RUN

VOUS UTILISEZ LE MÊME  
MATERIEL DE TIR DU  
PENTATHLON MODERNE;  
VITESSE & ADRESSE ... A  
VOUS DE JOUER !

## SURVIVALISME

EN VERSION  
"SOFT" ET AMUSANTE,  
IL FAUDRA UTILISER LES  
BONNES TECHNIQUES POUR :

- S'HYDRATER
- S'ALIMENTER
- SE CHAUFFER
- S'ABRITER



# SENSATIONS

ACTIVITES DE MONTAGNE SUR MESURE, SOIT AU CHOIX, SOIT SOUS LA FORMULE



## Déroulement

- ▶ Prise en charge des participants sur le parking des Tines, entre SAMOËNS et SIXT
- ▶ Accueil, briefing, composition des groupes, départ des activités de montagne
- ▶ Fin des activités au parking des Tines



3H00



Guides  
spécialistes  
de l'activité

NIVEAU



10 à 60  
Personnes



Tenue de  
sport  
et  
chaussures de  
randonnée



Prêt du  
matériel  
technique  
inclus



# SENSATIONS

LA THEMATIQUE "SENSATION" SE DECOMPOSE EN 3 ANIMATIONS  
LA RANDO + DESCENTE EN RAPPEL ET TYROLIENNE = 1/2 JOURNÉE D'ACTIVITÉ  
VIA FERRATA = 1/2 JOURNÉE D'ACTIVITE

## RANDO PEDESTRE

VISITE D'UN SITE CLASSE  
EXCEPTIONNEL DE LA  
VALLEE DU GIFFRE :  
  
LES "ANCIENNES GORGES  
DES TINES "

## ESCALADE

DE HAUT EN BAS, PAR LA  
DESCENTE EN RAPPEL !  
DE BAS EN HAUT, PAR  
L'ASCENSION ! EN  
DIAGONALE PAR SA  
TYROLIENNE !

SENSATIONS ASSURÉES !

## VIA FERRATA

RANDONNEE AERIENNE  
EN LONGEANT LE ROCHER  
PAR DES ITINERAIRES  
VARIES : ECHELONS  
METTALQUES ET  
PASSERELLES. CHAQUE  
PARTICIPANT EST  
ENCORDE AU GUIDE



# NOS TARIFS

10 à 20 Pers. / 21 à 40 Pers. / 41 à 60 Pers.

1 PARCOURS 5 SENS

70 € HT Pers. / 60 € HT Pers. / 50 € HT / Pers.

2 SENSATION

100 € HT Pers. / 90 € HT Pers. / 80 € HT / Pers.

3 INSOLITE

120€ HT Pers. / 100€ HT Pers. / 90 € HT / Pers.

Remarques :

Ces tarifs n'incluent pas les repas, ni les transports (en option).



# NOS CONTACTS

Nicolas COTTET : 06 88 78 75 34

Hervé MARTINEZ : 07 78 41 32 24

Fred DEROUET : 06 19 69 44 46

28, place de l'office de tourisme, 74340 Samoëns

[info@guidesmontagnes.com](mailto:info@guidesmontagnes.com)

[www.guidesmontagnes.com](http://www.guidesmontagnes.com)

04.12.01.00.44