



Walk & Network : réinventez votre networking en marchant

Oubliez les événements networking traditionnels.

Découvrez comment transformer une simple marche matinale en opportunité business puissante. 45 minutes qui peuvent changer votre réseau professionnel pour toujours.

Faites défiler pour découvrir la méthode qui révolutionne les rencontres professionnelles [!\[\]\(d66ff64371a51729ac8c1cdaa685ba6f_img.jpg\)](#)

Le concept : simple et efficace

1

Format

45 minutes de marche en binômes qui changent toutes les 10 minutes

+ 10 minutes d'étirements et café pour conclure

2

Équipement

Chaussures confortables, badge avec votre prénom bien visible et une bouteille d'eau

3

Résultat

Des conversations authentiques, aucune gêne sociale et un carnet d'adresses enrichi avant même 9h du matin

Un concept minimaliste qui élimine toutes les barrières traditionnelles du networking pour favoriser des échanges véritablement productifs.

Pourquoi ça fonctionne ? L'aspect psychologique

Moins de pression sociale

Marcher côte à côte réduit considérablement le sentiment d'être jugé comparé à une conversation formelle autour d'une table.

Créativité boostée

Le mouvement stimule la production de dopamine et augmente jusqu'à 60% la génération d'idées nouvelles selon une étude de Stanford.

Conversations plus profondes

La marche favorise naturellement l'écoute active et des échanges plus sincères entre participants.

L'Impact business concret



Hiéarchies effacées

L'environnement décontracté élimine les barrières hiérarchiques habituelles. Dirigeants et juniors dialoguent d'égal à égal, créant des opportunités de mentorat informel.



Efficacité maximale

Les rotations de binômes permettent de multiplier les rencontres utiles en un temps record, bien plus efficacement qu'un événement networking traditionnel.



Promesses concrétisées

Les engagements d'entraide pris "à chaud" pendant l'activité se traduisent plus rapidement en actions concrètes qu'après un cocktail classique.

Un retour sur investissement temps remarquable : 45 minutes pour des connexions de qualité qui se transforment en véritables collaborations.

Comment organiser votre Walk & network

1

J-3 : Préparation

- Définissez le point de départ et envoyez un plan détaillé
- Préparez trois questions brise-glace stimulantes
- Rappelez le dress-code : tenue confortable et badge visible

2

Jour J : Animation

- 5 min d'accueil et rappel de la règle d'or : écoute active
- 45 min de marche avec rotation des binômes toutes les 10 minutes
- 10 min de pause café pour noter les opportunités identifiées

3

Suivi Post-Événement

- Envoyez un récapitulatif avec la liste des participants
- Documentez les propositions d'entraide formulées
- Planifiez un point de suivi à J+14 pour célébrer les réussites

A woman with dark hair, wearing a light-colored blazer, is smiling and looking down at a notebook she is holding. She is holding a pen over the notebook. The background is blurred, showing what appears to be an office or meeting environment.

Témoignage : Ma "Rando Réso" Révélatrice

J'ai testé ce format lors d'une « Rando Réso » : un speed-meeting en marchant. Le temps file, les conversations deviennent étonnamment fluides, et j'ai même eu la révélation d'un mot-clé crucial pour mon projet (« trombinoscope » plutôt qu'« annuaire ») grâce à un binôme inattendu.

Cette expérience transformatrice a été l'inspiration directe de ce concept Walk & Network. Les connexions établies en marchant se sont avérées bien plus mémorables et productives que celles créées lors d'événements traditionnels.

"connect & grow"

Astuces Pour Optimiser l'Expérience



Pitch inversé

Commencez par demander aux participants de présenter leur voisin plutôt qu'eux-mêmes. Cette approche désamorce le stress et crée immédiatement une dynamique d'entraide.



Collaboration inter-Clubs

Invitez un club ou une association professionnelle amie pour doubler instantanément les opportunités de connexion et créer des ponts entre différents réseaux.



Moment de silence

Intégrez une marche silencieuse de 2 minutes entre deux rotations. Ce temps de réflexion permet aux idées de se décanter et approfondit les conversations suivantes.

Ces petites touches personnalisées transforment une simple marche en une expérience de networking véritablement mémorable.

Prêt à révolutionner votre approche du networking ?

Le Walk & Network représente l'avenir des rencontres professionnelles : plus naturel, plus productif, et infiniment plus agréable que les formats traditionnels.

La prochaine fois que vous planifiez un événement de réseautage, laissez vos cartes de visite dans la poche et mettez vos baskets. Vous serez surpris des connexions authentiques qui peuvent se créer en seulement 45 minutes de marche matinale.

Partagez ce carousel avec les organisateurs d'événements de votre réseau et tagguez la personne avec qui vous aimeriez tester ce concept lors de votre prochain Walk & Network ! 🏃🤝