



Renforcez vos membre grâce aux micro-aventures en plein air

Découvrez comment une simple expédition de quelques heures peut transformer votre dynamique de groupe et créer des souvenirs partagés durables. Pas besoin d'être sportif, juste l'envie de vivre une expérience authentique ensemble!

👉 Faites défiler pour découvrir une formule de micro-aventures

3 formats de micro-aventures pour souder vos membres

Ces expériences sont conçues pour être accessibles à tous, tout en créant un impact émotionnel fort sur vos membres.

Randonnée nocturne

Une expérience de 2-3 heures sous les étoiles, parfaite pour les échanges authentiques loin des distractions du quotidien. Idéale pour 8 à 15 personnes.

Bivouac avec lever de soleil

Une nuit en pleine nature qui favorise les discussions profondes autour du feu et le partage d'un moment magique au petit matin. Format sur 12-24 heures.

Via ferrata encadrée

Une demi-journée d'escalade sécurisée où l'entraide et la confiance mutuelle deviennent essentielles. Un défi accessible qui renforce immédiatement les liens.

Pourquoi les micro-aventures transforment vos membres

L'efficacité de ces expériences repose sur des mécanismes psychologiques et professionnels bien identifiés.

1 Un cadre différent qui change tout

Le changement d'environnement + un léger défi créent une cohésion immédiate. Les membres s'entraident naturellement et développent une confiance mutuelle spontanée.

2 L'effet nature

La nature réduit le stress et les barrières hiérarchiques. L'adrénaline positive stimule l'attention et la créativité, favorisant des échanges plus authentiques et productifs.

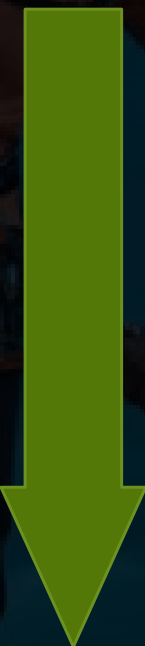
3 L'impact du "waouh"

Le moment fort d'un sommet atteint ensemble ou d'une paroi franchie crée un souvenir partagé durable qui renforce le sentiment d'appartenance et la motivation collective.

73% des participants à des micro-aventures rapportent une amélioration significative de la communication en groupe dans les semaines qui suivent.

Comment organiser votre micro-aventure en 3 étapes

Nous avons simplifié le processus pour que vous puissiez vous concentrer sur l'essentiel : vivre pleinement l'expérience.



Avant (J-21 à J-3)

- Choisissez le niveau et l'activité adaptés à votre équipe
- Réservez un accompagnateur diplômé (obligatoire pour certaines activités)
- Communiquez clairement sur l'équipement nécessaire
- Formez des binômes tournants pour favoriser les échanges



Pendant (jour J)

- Commencez par un brief sécurité et la règle d'or : "on s'attend, on s'entraide"
- Intégrez des moments de silence et des échanges guidés par binômes
- Prévoyez un temps fort collectif (cercle de partage, pause panoramique)



Après

- Envoyez photos et mémo dans les 24h (3 idées, 3 engagements)
- Organisez un point d'étape 2 semaines plus tard
- Valorisez les changements observés dans l'équipe

Les petits plus qui font toute la différence

Des conseils d'experts pour maximiser l'impact de votre micro-aventure et la rendre inoubliable.

Accessibilité pour tous

Proposez une variante plus douce comme une "balade à l'aube" pour les moins sportifs.

Rappelez-vous que la cohésion prime sur la performance physique.

Collaborations inter-groupes

Invitez un groupe voisin ou une autre franchise pour enrichir les échanges et partager les frais.

C'est l'occasion idéale de décroisonner votre réseau.

Plan B météo

Prévoyez dès le départ une date de repli ou un parcours abrité alternatif. Communiquez clairement sur ce point pour rassurer les participants.

Équipement simplifié

Organisez une location groupée du matériel technique (boudriers, casques, tentes) via votre guide pour faciliter la logistique et réduire les coûts.

97% des participants recommandent l'expérience aux autres membres après l'avoir vécue !

Prêt à transformer votre groupe grâce à une micro-aventure ?

Une simple expérience de quelques heures en pleine nature peut créer plus de cohésion que des mois de réunions traditionnelles.

- Les micro-aventures offrent ce cadre idéal où les barrières tombent naturellement et où les liens authentiques se tissent.

 Partagez ce post avec un animateur qui cherche à renforcer la cohésion de son groupe

Flasher le QR code pour aller encore plus loin

