

Venez découvrir les
**BALADES/ RANDO
CONTÉES**

**RYTHMÉES PAR DES CONTES
POUR PETITS ET GRANDS**



*Idéal pour une sortie mêlant nature et/ou culture
et créativité en groupe.*

RENSEIGNEMENTS - DEVIS - RÉSERVATIONS:

PORTABLE: 06 23 78 68 48

EMAIL: aurelie.serkiz.jomas@gmail.com

SIRET: 802 525 501 00036

LES BALADES/RANDO SUR LE SITE DE MONTAIGU ET AILLEURS

*Se promener au rythme de contes philosophiques,
fantastiques et facétieux.*

Land art et danse au gré des envies du groupe



Laissez vous tenter et plongez tête la première dans les
histoires réelles ...réellement imaginaires.

Nous partons en balade créative (courte ou longue) et les
contes sont associés à l'environnement de la balade.

En milieu nature je vous propose de créer un land art.
(forme d'art qui se base sur l'utilisation de matériaux trouvés
dans la nature (brindilles, feuilles etc.)

Les histoires peuvent être associées à des mouvements
dansés afin de stimuler l'intelligence corporelle des
participants.



LES BALADES/RANDO SUR LE SITE DE MONTAIGU ET AILLEURS

3 circuits possibles sur le site de Montaigu:

CIRCUIT 1: DURÉE ENVIRON 1H30 (2 KM)

DÉNIVELÉ POSITIF CUMULÉ: 209 M

TEMPS DE PAUSE EN HAUT DE L'OPPIDUM DU SITE POUR UNE
ACTIVITÉ CRÉATIVE

CIRCUIT 2: DURÉE ENVIRON 2H30 (5 KM)

DÉNIVELÉ POSITIF CUMULÉ: 398 M

CIRCUIT 3: DURÉE ENVIRON 3H00 (7 KM)

DÉNIVELÉ POSITIF CUMULÉ: 818 M



POUR TOUTE DEMANDE DE BALADE CONTÉE
EN DEHORS DU SITE DE MONTAIGU
CONTACTEZ-MOI POUR OBTENIR UN DEVIS

QUELQUES BIENFAITS DES BALADES:



- CONTRIBUER POSITIVEMENT A SON DÉVELOPPEMENT
CRÉATIF -
- SE RESPECTER ET RESPECTER SON ENVIRONNEMENT -
- CONTRIBUER À L'ÉPANOUISSEMENT DES LIENS SOCIAUX -
 - ACTIVER L'IMAGINAIRE ET LA CURIOSITÉ -
 - CONTRIBUER À PRATIQUER UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE
BÉNÉFIQUE POUR LA SANTÉ -
 - OBSERVER LES BIENFAITS DE LA NATURE -

