

RANDONNÉE, REBEUVELIER

# KARINE CAVALLARO CHARMILLOT, ACCOMPAGNATRICE EN MONTAGNE

Accompagnatrice en montagne et baroudeuse de nature, Karine emmène les petits et grands en immersion dans notre environnement naturel, puissant et magique. D'une nature joyeuse et bienveillante, elle propose des sorties sur différentes thématiques et collabore avec d'autres entreprises, tels que A-Hike et Potentiel montagne pour une plus grande diversité.

## BON À SAVOIR

- SORTIES BIVOUAC en été comme en hiver : Dormir la tête dans les étoiles et ressentir ce que la lune nous apporte. Diverses activités sont prévues comme trouver un coin pour le campement, allumer le feu, partager des contes, tendre l'oreille à l'écoute des bruits de la nuit ou encore regarder et apprendre notre ciel lumineux.
- SORTIES DE RANDONNÉES proposées toute l'année pour se dépasser : initiations (apprendre à écouter son corps et respecter son souffle pour se dépasser) ou préparation à un trek de plusieurs jours avec du dénivelé. Les sorties ont lieu dans les collines jurassiennes ou dans les alpes sur une ou plusieurs journées avec nuitée dans des cabanes de montagne. L'occasion de traverser des cols en découvrant la faune et la flore locale.
- MOMENTS NATURE POUR LES GROUPES : que ce soit pour un anniversaire, une sortie d'école, une sortie d'entreprise ou une sortie en famille, le moment nature est une sortie inoubliable proposée entre défi, compétitivité ou coopération en lien avec ce qui nous entoure. Quizz et exercice de dépassement de soi créeront des moments de cohésion et de rires, riches en souvenirs.
- SORTIES POUR LES PETITS (6-17 ans) à la journée ou demi-journée : thèmes diversifiés en fonction de leur âge avec des découvertes ludiques, tels que les chasses au trésor, la recherche d'insectes ou la confection d'un herbier créatif. Pour les plus grands, des ateliers de construction de cabane, des techniques de façonnages du bois ou d'orientation à l'aide de balises sont proposées.
- OFFRE 100% NEIGE : partir à la recherche des indices laissés par la faune sauvage locale ou se lancer dans la construction de structures et sculptures, la neige offre de nombreuses activités coopératives pour s'amuser.



## CONTACT

Rue des Noyers 4  
CH-2832 Rebeuvelier

+41 79 614 30 92  
[emprunte.mountain@gmail.com](mailto:emprunte.mountain@gmail.com)

