

ON PART MARCHER

Jade RoCHAT
 Accompagnatrice en montagne
 0041 79 579 24 51
 0041 21 841 11 80
www.nordicsport.ch
info@nordicsport.ch

NORDIC + SPORT
 ON PART MARCHER

info@nordicsport.ch

ON PART | MARCHER

Avec qui ?

Avec moi, Jade,
accompagnatrice en
montagne.
J'ai grandi à la Vallée
de Joux. J'ai exploré ses
combes, ses lacs et ses
sommets. J'aime autant
randonner dans ces
paysages que
transmettre le plaisir de
les parcourir et d'y
trouver ses secrets.



Pour quoi ?

Découvrir une région,
apprendre ses secrets,
partager un instant,
s'aérer, rencontrer,
marcher...

Pour qui ?

Sportif.ve d'élite,
randonneur.euse pas-
sionné.e,
promeneur.euse du
dimanche, que vous
soyez seul.e, en
famille, entre ami.es,
une asso, une école
ou une entreprise, je
m'adapte
à chaque profil avec
bienveillance.

Randonnées proposées

Rythme des sens et journal créatif

4 à 6h/niv. moyen

Ouvre tes capteurs
et entraîne tes sens
à comprendre les
messages de la nature.
Ensemble, nous
dessinons, découpons,
écrivons.
Connexion à soi, à la
nature et au subtil.
A sentir, à écouter,
à vibrer.

Nocturne

1h-1h30/niv.facile

Mets ta frontale et
partons à l'aventure
dans la nuit ! Tu seras
accompagné.e et
guidé.e pour
appréhender une
forêt qui regorge de
curiosités et de
merveilles. Arrêt à la
buvette facultatif.

Camp d'été

6-10 ans

Retrouvons nous
pendant les vacances
pour 3 jours
d'immersion dans la
forêt. Nous dormirons
en cabane ou dans un
tipi. Nous cuisinerons
sur le feu. Il y aura des
jeux, de la création et
des petites randonnées.

Histoire du Mollendruz

1 à 3h /niv.facile

Sous forme de rando
ou de chasse au
trésor, tu découvriras
toute l'histoire du
Mollendruz. Avec ou
sans moi, entre ami.es,
en famille ou
avec les collègues.

Vacherin Mont d'Or

1 à 3h /niv.facile

Au fil des pas, au gré
des découvertes,
laissez-vous conter
l'histoire du vacherin
mont d'or. Des
paturages au
fromage en passant
par la forêt, tu
comprendras toute la
richesse de ce produit
entièrement artisanal.

A imaginer ensemble

Selon tes envies, tes
besoins, j'organise une
rando ou un séjour
ajusté.
Ne crains pas de sortir
des sentiers battus ou
de découvrir des
endroits secrets.
Durée et difficulté à
déterminer ensemble.