



## Tourisme durable et responsable en Auvergne

Activités de pleine nature  
Education à l'environnement  
Patrimoine et culture  
Séjours, stages, formations

27 rue de la Combe 63320 Champeix / 07 68 68 88 61  
[contact@toulaba-outdoor.com](mailto:contact@toulaba-outdoor.com) / [www.toulaba-outdoor.com](http://www.toulaba-outdoor.com)

### **1-Course d'orientation et Rallye nature**

La course d'orientation est un sport complet pour travailler physique et réflexion à l'aide d'une carte et d'une boussole. Autre forme de course d'orientation, le rallye nature est un jeu éducatif par équipe avec épreuves, énigmes et questions.

### **2-Technique de survie et Micro aventure**

Initiation aux techniques de survie : en randonnée hors sentier pour savoir se débrouiller seul en forêt loin de tout, construire un abri de fortune, avoir des bases en orientation, repérer les divers indices de présence, connaître les plantes comestibles

### **3-Randonnées en Montagne**

Tout au long de l'année, marchez à votre rythme pour découvrir des endroits étonnants. Différentes thématiques de randonnées proposées : volcaniques, montagnardes, réserves naturelles, zen, gastronomiques, au rythme du soleil, au fil de l'eau, patrimoine.

### **4-Raquettes à Neige**

Découvrez cette activité tout publique en contact avec la nature. Plusieurs formules de sorties raquettes vous sont proposées : trace de raquettes, raquettes et glissades, raquettes au St-Nectaire, découverte, nocturne, raquettes et vin chaud.

### **5-Orpaillage**

Une sortie ludique pour se mettre dans la peau d'un chercheur d'or, les pieds dans l'eau avec une batée et tenter de trouver sa première paillette. Un moment détente en bord de rivière pour se rafraichir et découvrir une activité originale au contact de la nature

### **6-Sorties Nature et Education à l'environnement**

Des sorties et des animations ludiques et éducatives variées, animées et encadrées par des spécialistes : De l'observation des animaux de montagne, à celui des insectes aquatiques, des plantes sauvages comestibles, aux champignons vénéneux... Découvrez l'in vraisemblable histoire de la nature !

### **7-Marche Nordique et Sport Santé**

La marche nordique permet, grâce à des bâtons spécifiques et à une bonne posture, de solliciter l'ensemble du corps tout en s'oxygénant en pleine nature. Des séances adaptées à toutes les conditions physiques pour se maintenir en forme tout au long de l'année .