



Montagne
Alternative

Activités





Montagne
Alternative

Une activité, pour quoi faire ?

Dire merci, simplement.
Se découvrir autrement.
Tisser du lien.
Faire naître des idées.
S'étonner.
Ressentir.
Se souvenir.



THÉMATIQUES



Immersion en nature

page 4 à 9

Randonnée, fondue en pleine nature, apéro sauvage, Commeire Lanta...



Pause détente

page 14 à 17

Relaxation sonore aux bols tibétains, yoga, massages...



Traditions d'Entremont

page 10 à 13

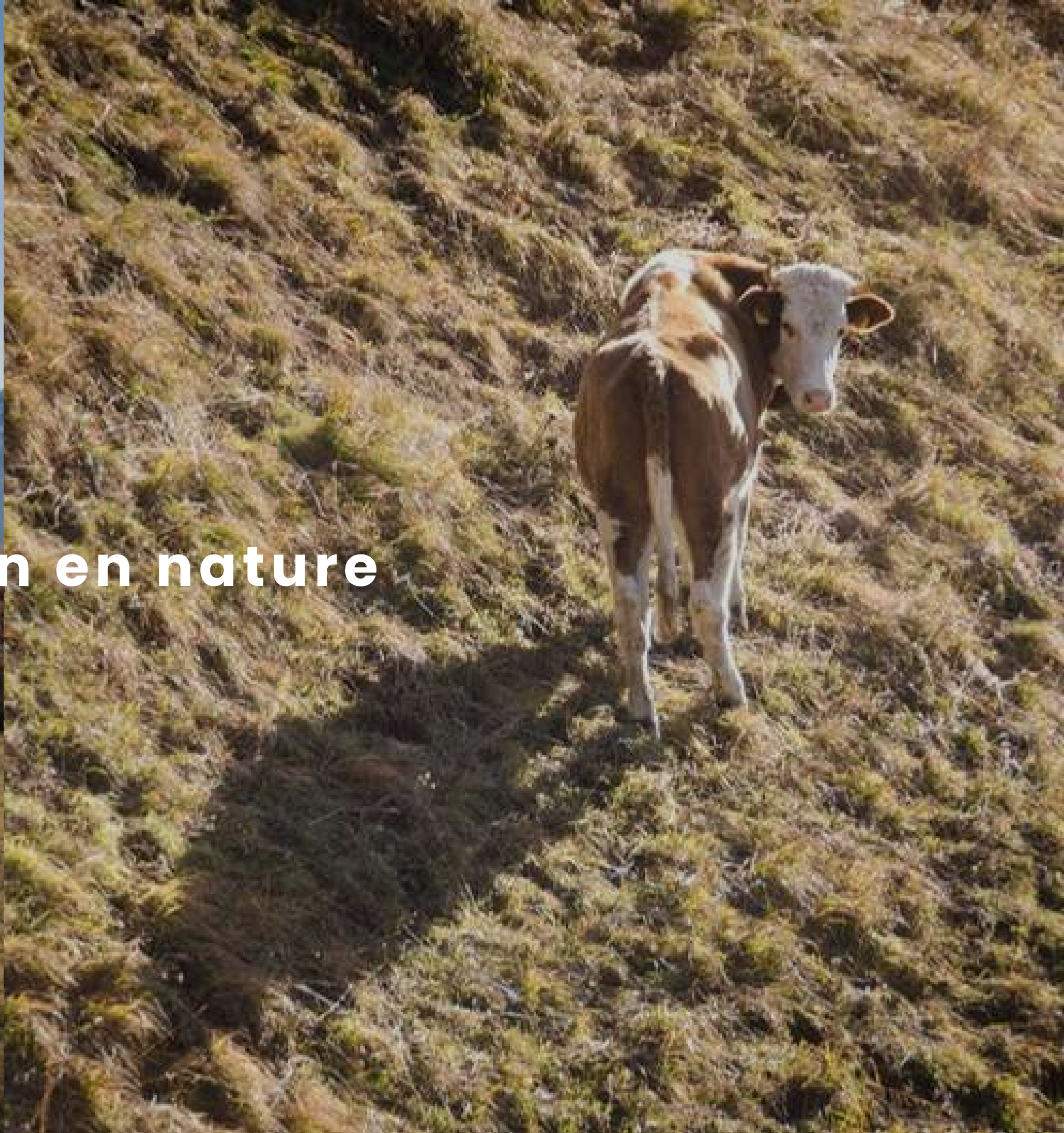
Raclette au Carnotzet, initiation à l'oénologie, visite de la laiterie d'Orsières...



Créer ensemble

page 18 à 20

Atelier culinaire, des plantes aux soins naturels, construction d'igloo...



Immersion en nature



IMMERSION NATURE



Randonnée estivale



entre 2h00
et 3h00



Avril à
novembre



Montagne
Alternative



6 pers.
minimum

Emmenés par Marie sur plusieurs thématiques à choix : ornithologie à l'aube, randonnées sur les balcons de Commeire, découverte de la faune et la flore de notre région, et pour les sportifs : le chemin des Crêtes entre le val de Bagnes et le val d'Entremont.

Marie vous invite à découvrir l'hiver autrement à pied ou en raquettes selon enneigement : traces d'animaux, connaissances de la neige, adaptation de la faune et la flore en hiver... choisissez votre thème préféré!



entre. 2h00
et 3h00



Hiver, selon
enneigement



Montagne
Alternative



6 pers.
minimum



Randonnée hivernale



IMMERSION NATURE



Fondue en nature



Selon vos souhaits



Toute l'année



Montagne Alternative



4 pers. minimum

Un team-building ultra gourmand : apprenez à faire votre fondue autour de Commeire, à midi ou en fin de journée!

Attention de prévoir des vêtements chauds durant l'hiver...

Une expérience unique pour appréhender l'hiver népalais en compagnie de Yaks, ces animaux sauvages et imposants qui guideront le rythme de la marche.
Attention : dépaysement garanti !



2h00 à 3h00



Hiver, selon enneigement



La Fouly



6 à 20 pers.



Balade en Yak



IMMERSION NATURE

Commeire Lanta



entre
2h et 3h



De mai à
octobre



Montagne
Alternative



10 pers.
minimum

Une activité mêlant des épreuves qui demandent cohésion d'équipe, coordination, équilibre, précision... Des aventures insolites, du fun garanti ! Aucune aptitude physique requise, un brin de folie, de coordination et d'équilibre seront suffisants.

Randonnée nocturnes avec matériel professionnel d'observation : un instant suspendu pour votre équipe autour de Commeire avec possibilité d'ajouter une fondue en plein air lors de cette activité, en toute saison.



entre 2h00
à 3h00



Toute
l'année



Montagne
Alternative



8 pers.
minimum

Balade astronomique



IMMERSION NATURE



VTT ou E-Bike



½ journée



De mai à octobre



Montagne Alternative



4 pers. minimum

Découvrez le pays du St Bernard sous un autre angle à vélo! Accessible à tous les niveaux, vous parcourrez les montagnes et vallées alpines, de quoi avoir quelques sensations!

Après une cueillette de plantes sauvages qui se dégustent au cours d'une balade en alpage, viendra le moment du réconfort : préparation et dégustation d'amuses bouches, arrosés de boissons à base de ces plantes.



3 heures
(1/2 journée)



Mai à
Octobre



Montagne
Alternative



10 pers.
minimum



Apéritif sauvage



IMMERSION NATURE

Aventure des Saveurs



Environ
2h30



Toute
l'année



Montagne
Alternative



10 pers.
minimum

Munies d'un roadbook, les équipes s'élancent sur un parcours jalonné d'énigmes et de défis ludiques. Leur mission : retrouver le chemin des saveurs en mobilisant observation, réflexion et coopération. Chaque étape est une invitation à explorer la culture locale.

Parsemé de sentiers serpentant entre les rocailles et de petits ponts surplombants les pièces d'eau, le jardin botanique centenaire de Champex-Lac compte plus de 4000 espèces florales du monde entier devant un panorama unique. De quoi en prendre plein la vue!



3 heures
(1/2 journée)



Mai à
Octobre



Champex-Lac



8 pers.
minimum



Visite du jardin botanique de Champex-Lac



Traditions d'Entremont



Montagne
Alternative



TRADITIONS D'ENTREMONT



Raclette au Carnotzet



Repas du soir



Toute l'année



Montagne Alternative



Entre 3 et 18 personnes

Accompagnés par les anecdotes insolites de notre star locale Menrad, servies avec son irrésistible bonne humeur, venez déguster la raclette dans un traditionnel Carnotzet au coeur du hameau de Commeire, une véritable immersion dans les coutumes valaisannes!

Plongez dans l'ambiance du Valais grâce aux sonorités du cor des Alpes. Vos participants pourront écouter, découvrir et tester cet instrument emblématique pour une expérience conviviale et inoubliable.



env. 1h30



Toute l'année



Montagne Alternative



6 pers. minimum



Initiation Cor des Alpes



Visite de la laiterie d'Orsières



Entre 1h30
et 2h00



Disponible
toute l'année



Orsières



4 pers.
minimum

La raclette est un fromage dont la recette ancestrale se transmet de génération en génération, dans les alpages et les fromageries de village. Après avoir découvert les secrets de fabrication, recevez votre diplôme de racleur autour d'une dégustation!

Pas besoin d'être expert pour apprécier un bon vin ! Apprenez à observer, sentir et déguster, verre à la main. Cépages, arômes, accords mets-vins... on démystifie ensemble les secrets de la vigne, dans une ambiance conviviale et détendue.



1h30
environ



Avril à
Octobre



Montagne
Alternative



8 pers.
minimum



Atelier découverte des vins



TRADITIONS D'ENTREMONT



Visite guidée du fort d'artillerie de Champex-Lac



Environ 1h30



De mai à novembre



Champex-Lac



4 pers. minimum

Totalement invisible de l'extérieur; venez découvrir le monde fascinant du fort de Champex-Lac: plus de 600 mètres de galeries classées "secret défense" jusqu'en 1999 !

Nul besoin de traverser la vallée pour trouver des forteresses! Le hameau de Commeire a également bénéficié d'une fortification militaire dans l'axe du St Bernard pour empêcher toute invasion. Plus petit, mais tout autant rempli d'histoire!



env. 1h30



Toute l'année



Commeire



10 pers. minimum



Visite guidée du fort d'artillerie de Commeire



Une pause détente



**Montagne
Alternative**



PAUSE DÉTENTE



Séance de massage



30min à
1h00



Toute
l'année



Montagne
Alternative



2 pers. en
simultané

Une parenthèse de détente hors du temps, où le corps se relâche en profondeur tandis que l'esprit se ressource au cœur de la montagne. Plusieurs options à découvrir avec notre spécialiste!



Relaxation sonore

La relaxation sonore est un moment de détente porté par les vibrations des bols tibétains, dans un cadre calme, serein et apaisant, favorisant le relâchement du corps et la détente de l'esprit.



1h00
environ



Toute
l'année



Montagne
Alternative



15 pers.
maximum



PAUSE DÉTENTE



Séance de yoga



Env. 1h00



Toute l'année



Montagne Alternative



12 pers. maximum

La séance de yoga se déroule en intérieur ou en extérieur, dans un lieu propice à la quiétude, pour un moment de recentrage alliant mouvement, respiration et détente. Accessible à tous les niveaux, et matériel nécessaire fourni sur place.

En toute saison et par toutes les météo, partez à l'assaut d'une balade aventureuse tirés par des Huskies de compétition! Vous aurez ensuite mérité votre câlin, un parfait combo entre détente et parenthèse sportive.



Environ 1h30



Toute l'année



Montagne Alternative



5 pers. minimum



Cani-randonnée



PAUSE DÉTENTE



Réveil musculaire (matin)



1h00 env.



Toute l'année



Montagne Alternative



4 pers. minimum

Le réveil musculaire est une séance dynamique et accessible à tous, idéale pour activer le corps dès le matin. Entre mouvements doux, étirements et exercices de mobilisation, ce moment permet de démarrer la journée avec énergie

L'art de se détendre en Valais. Profitez d'un espace bien-être de plus de 1600m² de bassins, dont l'eau thermale est la plus chaude de Suisse! Rénové en 2025, l'espace sauna / hammam complètera l'apaisement de votre corps et esprit.



3 heures (1/2 journée)



Toute l'année



Lavey-les-Bains



Libre



Sortie aux Bains de Lavey



Créer en équipe



**Montagne
Alternative**

Des plantes aux soins naturels



Environ
1h30



De mai à
octobre



Montagne
Alternative



10 pers.
minimum

Vous recherchez une activité qui apportera de la douceur dans votre équipe? Au cours de cet atelier, découvrez comment élaborer différents soins et cosmétiques naturels, à base de plantes sauvages, pouvant agrémenter votre pharmacie familiale.

Vous élaborerez un menu avec des recettes spontanées et originales aux plantes et saveurs locales. Au programme, cohésion d'équipe, approfondissement de différentes techniques de cuisine pour un repas sain et gourmand à partager.



1h30 environ



Toute
l'année



Montagne
Alternative



10 pers.
minimum



Atelier culinaire



CRÉER ENSEMBLE



Atelier chocolat



1h30



Toute l'année



Montagne Alternative



10 pers. minimum

Confectionner et déguster! Après avoir parcouru les différents arômes du chocolat et créer une tablette personnalisée par équipe, viendra le temps de la dégustation avec des explications sur la production de chocolat.



Cocktail challenge

Top chef version barman ! Dans les mêmes conditions que le concours télévisé, chaque équipe crée un cocktail dans un temps limité. A vous de jouer!



entre 1h et 1h30




Toute l'année



Montagne Alternative



15 pers. minimum



d'autres envies vous viennent à l'esprit?
Contactez-nous!

sales@montagne-alternative.com
+41 (0)79 843 61 65