



TOP

NATURE

AVENTURE

TEAM BUILDING & ANIMATIONS NATURE

Catalogue entreprises 2026

ANIMATIONS IMMERSIVES

Escape game, olympiades...

RALLYE

Course d'orientation, bootcamp, découverte de la forêt par les sens

ESCALADE

ATELIERS TOP

Rallye, escalad-zen, slackline, séances collectives

Frédéric CAMPANI - 06 17 99 94 27

frederic@top-natureaventure.fr

www.top-natureaventure.fr

Sommaire - Entreprises

1 Animations immersives

1. Super pouvoirs de la Nature : les 5 sens
2. Olympiades Nature
3. Escape Game - Les défis du vivant

2 Rallye

1. Rallye Cohésion verticale
2. Rallye Cohésion survie
3. Bootcamp Aventure

3 Escalade en forêt de Fontainebleau

4 Ateliers TOP

Comprendre les Techniques d'Optimisation du Potentiel (TOP)

1. Rallye TOP Aventure Verticale
2. Escalad-Zen TOP
3. Rallye TOP Cohésion & Survie
4. TOP Slackline
5. Séances collectives TOP sur votre lieu

5 Tarifs / Contacts



Super Pouvoirs de la Nature : les 5 sens

Un jeu immersif pour activer vos sens et renforcer votre équipe

Ouvrez grand vos yeux, affûtez vos sens et laissez-vous surprendre par les merveilles du vivant. Cette expérience sensorielle et coopérative reconnecte votre équipe à la nature... et à elle-même.

Plus qu'un team building classique, cette expérience est un temps d'exploration partagée, accessible, original et résolument humain.



Les temps forts de l'expérience :

- Construire une toile géante comme une **araignée ingénieuse**
- Reconnaître et associer des matières les yeux bandés à la façon d'un **taupe**
- Résoudre une énigme olfactive à la manière d'un **ours** au flair affûté
- Décrypter des chants comme les **baleines** qui communiquent à distance
- Identifier des figures animales avec la précision d'un **aigle** en vol

Infos pratiques

- **Durée** : de 1h à 2h30
- **Lieu** : intérieur ou extérieur, dans vos locaux ou en pleine nature

- **Nombre de participants** : de 4 à 100
- **Niveau physique** : accessible à toutes et tous
- **Encadrement** : par des professionnels formés à la médiation sensorielle et à l'animation

Olympiades Nature

Un team building fun et collaboratif en plein air

Place à l'action, à la cohésion et à la créativité ! Avec nos Olympiades Nature, votre équipe relève une série de défis ludiques et sportifs en pleine nature.

Cette activité est idéale pour (re)booster un collectif, faire émerger les talents de chacun-e et renforcer l'esprit d'équipe à travers un challenge accessible et original.



Les temps forts du parcours :

- **Relais construction** : construire ensemble une structure solide — esprit d'ingéniosité et collaboration au rendez-vous
- **Lancer primitif** : apprendre la concentration et la précision dans un geste simple et ancestral
- **Transport d'eau façon araignée** : défi collectif où organisation et coordination prennent tout leur sens
- **Slackline Tangram** : équilibre et création collective sur sangle pour développer l'agilité mentale et physique



Infos pratiques

- **Durée** : de 1h30 à 2h30
- **Lieu** : en extérieur de votre choix – possibilité de plan B en intérieur

- **Nombre de participants** : de 5 à 100
- **Niveau physique** : adapté à tous les publics
- **Encadrement** : par des professionnel·les de l'animation et du travail coopératif

Escape Game - Les défis du vivant

Challenger vos équipes autrement!

Et si votre équipe s'inspirait du monde vivant pour mieux coopérer ? Dans cet immersive game original, conçu autour de la richesse insoupçonnée de la nature, vos collaborateurs relèvent ensemble dix défis autour de la communication, de l'organisation, de l'adaptation et de la créativité. Chaque module met en lumière une capacité remarquable observée dans le vivant... et transposable à la vie d'entreprise !

Ce jeu d'évasion nature est idéal pour ancrer de nouveaux réflexes collectifs tout en générant de la complicité, du rire et de l'ouverture d'esprit.



Des **quizz ludiques**, conçus avec une chercheuse, accompagnent chaque défi pour approfondir la découverte.



Les temps forts du parcours :

- **10 modules d'escape game** autour de thématiques inspirées du vivant : communication animale, entraide végétale, intelligence collective...
- **Quizz et défis inédits** conçus par une chercheuse, pour apprendre en jouant
- **Challenge inter-équipes** pour stimuler l'engagement et renforcer la dynamique de groupe
- **Coffre final à ouvrir** grâce à la réussite collective : surprise conviviale à partager à la clé

Infos pratiques

- **Durée** : de 1h à 2h30
- **Lieu** : en extérieur (parc, jardin, forêt) ou en intérieur

- **Nombre de participants** : de 6 à 200
- **Niveau physique** : accessible à toutes et tous
- **Encadrement** : par des professionnel-les de l'animation et de la coopération

Rallye Cohésion Vertical

Un team building en pleine nature pour fédérer vos équipes

Un défi grandeur nature au cœur de la forêt de Fontainebleau. Entre rappel, escalade et orientation, soudez votre équipe autour d'une expérience collective inoubliable.



Les temps forts de l'expérience

- **Descente en rappel (12 m)**
Un moment fort d'émotion et de solidarité. Le groupe soutient, encourage et se réjouit ensemble de chaque pas franchi dans le vide. Encadré par un guide rassurant au sommet.
- **Parcours d'orientation nature**
Cartes en main, apprenez à vous repérer dans la célèbre forêt de Fontainebleau. Un jeu d'exploration à la fois stratégique et poétique, ponctué de découvertes sur la faune, la flore et la géologie locale.
- **Initiation à la slackline (30 cm du sol)**
Un atelier pour apprivoiser son équilibre, recentrer son attention et apprendre à respirer pour mieux se concentrer... et avancer.
- **Escalade sur bloc**
L'un des joyaux de la forêt ! L'escalade sur rochers est accessible à toutes et tous. Les conseils du guide aident chacun à trouver son chemin vers le sommet.



Infos pratiques

- **Durée** : de 1h30 à 3h
- **Lieu** : Forêt de Fontainebleau

- **Nombre de participants** : de 5 à 100
- **Niveau physique** : accessible à toutes et tous
- **Encadrement** : par des guides expérimentés, spécialistes des activités de pleine nature

Rallye Cohésion Survie

Un team building nature pour se reconnecter et coopérer autrement

Un défi grandeur nature pour ressouder vos équipes autour de valeurs essentielles : coopération, débrouillardise, écoute et entraide.



Les temps forts de l'expérience: activités au choix

- **Faire du feu sans briquet ni allumette**
Un retour aux sources pour comprendre les bases de l'autonomie... et du collectif !
- **Filtration d'eau en conditions "réelles"**
Trouver les bons matériaux, réfléchir ensemble, construire un filtre efficace : une activité coopérative et concrète.
- **Construction d'un abri de fortune**
Chaque équipe imagine et bâtit sa propre structure avec les éléments à disposition. Architecture, stratégie et créativité au rendez-vous.
- **Initiation à la sarbacane**
Un atelier de concentration et de précision, ludique et totalement sécurisé.
- **École de nœuds**
Apprenez les essentiels pour attacher, tendre, fixer... et faire confiance.
- **Parcours d'orientation et exploration forestière**
Carte en main, vous découvrez les secrets de la forêt (faune, flore, géologie) tout en développant vos capacités à vous repérer collectivement.

Infos pratiques

- **Durée** : de 1h30 à 3h
- **Lieu** : extérieur de votre choix ou forêt de Fontainebleau (plan B possible en intérieur)

- **Nombre de participants** : de 5 à 100
- **Niveau physique** : accessible à toutes et tous
- **Encadrement** : par des guides expérimentés, spécialisés en survie douce et pédagogie

Bootcamp Aventure

Dépassement collectif & cohésion d'équipe en pleine nature

Faites vivre à vos équipes une aventure hors normes où stratégie, entraide et audace s'unissent pour relever des défis grandeur nature.



Pensée pour renforcer les liens et sortir du cadre habituel de travail, cette expérience immersive transforme chaque membre de l'équipe en acteur d'une aventure partagée.



Les temps forts de l'expérience

- **Opération sauvetage**
Transporter un-e "blessé-e" à travers un parcours d'habileté : entraide et coordination au cœur du défi.
- **Architectes nature**
Construire un pont miniature façon "système araignée" : imagination, précision et travail d'équipe sont essentiels.
- **Franchissement de canyon (virtuel)**
Créer un dispositif de franchissement avec les ressources disponibles : une épreuve de coopération stratégique.
- **Slackline tangram**
Équilibre sur sangle + construction collective de figures tangram : l'alliance de la concentration et de l'ingéniosité.

Infos pratiques

- **Durée** : de 1h30 à 3h
- **Lieu** : extérieur de votre choix ou forêt de Fontainebleau (plan B possible en intérieur)

- **Nombre de participants** : de 5 à 100
- **Niveau physique** : accessible à toutes et tous
- **Encadrement** : par des guides spécialistes de l'animation collaborative en milieu naturel

Escalade en forêt de Fontainebleau

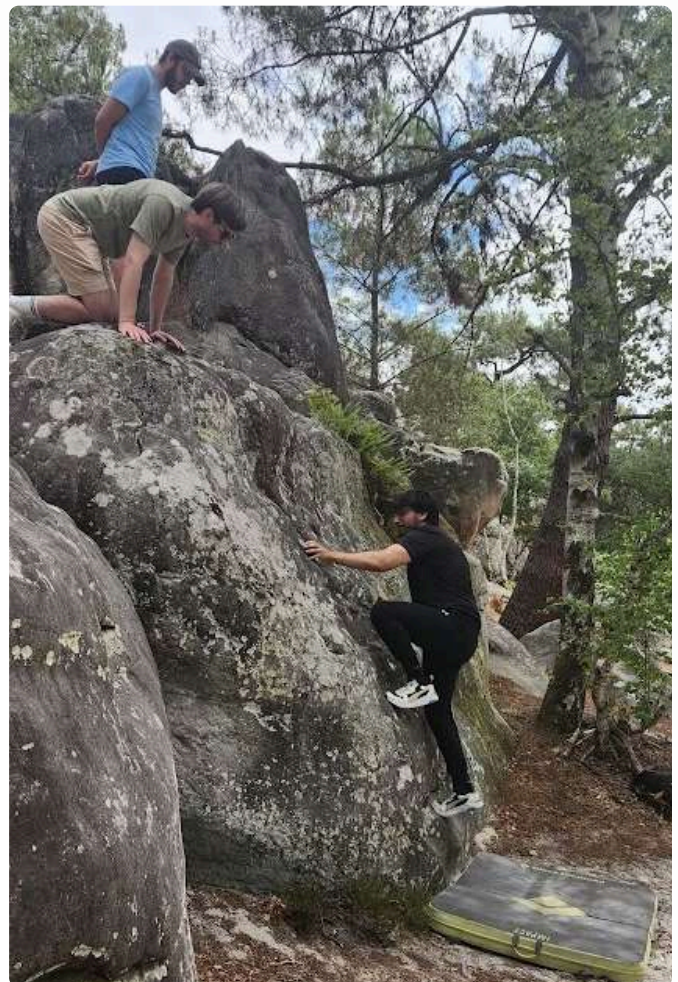
Vivez l'esprit d'équipe au cœur des blocs

Créez du lien entre vos équipes et la nature. Donnez leur du sens et nourrissez leurs ressources intérieures. Avec l'escalade sur blocs dans la mythique forêt de Fontainebleau, vivez un moment collectif inoubliable, mêlant dépassement de soi, coopération et oxygénation profonde. Guidés par un professionnel passionné, vos collaborateurs s'élèvent... et se révèlent.

Ce que vous allez vivre

- **Un parcours rocheux immersif pour s'échauffer**
Dès les premiers pas, la forêt de Fontainebleau devient terrain d'exploration : rochers de grès, végétation dense, silence apaisant... Vos équipes avancent, se mobilisent, s'encouragent.

- **Une initiation à l'escalade en bloc, adaptée à tous**
Chaque participant grimpe à son rythme sur des blocs naturels accessibles, conseillé par un guide diplômé. L'approche est progressive, bienveillante et toujours sécurisée.



Infos pratiques

- **Durée** : de 2h à une journée
- **Lieu** : Forêt de Fontainebleau
- **Matériel fourni** : Oui (tapis de réception, cordes, slackline, etc.)

- **Nombre de participants** : à partir de 4 personnes
- **Niveau physique** : accessible à tous niveaux (aucune expérience requise)
- **Encadrement** : Professionnel diplômé en escalade

Gérer le stress et l'énergie autrement avec les Techniques d'Optimisation du Potentiel (TOP) pour entreprises

La performance durable passe par une prise en compte GLOBALE de l'individu. Nos ateliers TOP proposent des outils concrets et immédiatement applicables pour gérer la charge mentale, physique et optimiser l'énergie – individuellement comme collectivement.

Inspirées des pratiques des armées françaises et aujourd'hui largement utilisées dans le sport de haut niveau, les milieux médicaux ou l'éducation, les **TOP** ont été adaptées au monde de l'entreprise.

Chez **TOP Nature Aventure**, nous les intégrons à des formats nature, ancrés dans l'expérience sensorielle du corps, pour reconnecter les collaborateurs à leurs ressources internes et créer un impact durable.



Les bénéfices concrets des activités TOP pour vos équipes



Réduction du stress et gestion des situations complexes

Des outils concrets pour garder la tête froide, mieux vivre les pics de pression et gagner en stabilité émotionnelle.



Amélioration de la concentration et de la clarté d'action

Des techniques pour se recentrer, décider avec lucidité et éviter la dispersion mentale.



Renforcement de la cohésion et de la posture collective

Une pratique collective qui invite à mieux écouter, coopérer et prendre soin les uns des autres.



Augmentation du niveau d'énergie dans la journée

Des techniques pour adapter son niveau d'énergie aux différentes sollicitations.

Rallye TOP Aventure Verticale

Gérer le stress et renforcer la cohésion... en pleine nature

Un challenge grande nature pour révéler le potentiel de votre équipe. Des défis physiques et mentaux associés à des Techniques d'Optimisation du Potentiel (TOP), dans l'écrin forestier de Fontainebleau.

Respiration, hauteur, entraide, dépassement. Le **Rallye TOP Aventure Verticale** est un team building immersif qui combine aventure et développement des compétences en situation.

À travers une succession d'ateliers ludiques et sensoriels, chacun explore sa capacité à faire face à la pression, mobiliser ses ressources, et fonctionner avec les autres dans des conditions inhabituelles.



Ce qui vous attend :

- **Slackline** : recentrage maîtrise corporelle et mentale
- **Descente en rappel** : gestion du stress et de l'engagement
- **Escalade sur bloc** : coordination et confiance mutuelle
- **Parcours d'orientation sensorielle** : acuité, attention, collaboration

Ce parcours original vous offre une double promesse : **ressourcer votre équipe** tout en lui **transmettant des outils puissants et concrets** pour mieux gérer le quotidien professionnel.

Infos pratiques

- **Durée** : de 2h à une journée
- **Lieu** : Forêt de Fontainebleau

- **Nombre de participants** : à partir de 4
- **Niveau physique** : accessible à tous, activités adaptées selon les profils
- **Encadrement** : professionnel certifié en escalade & praticien TOP

Escalad-Zen TOP

Gérer le stress en entreprise autrement

Alliez l'escalade en pleine nature à des techniques de gestion du stress, de la fatigue, de la motivation, inspirées des pilotes de chasse. Un moment fort pour renforcer la performance, l'agilité mentale et la cohésion d'équipe.

Dans un cadre inspirant comme la forêt de Fontainebleau ou une salle d'escalade, l'**Escalad-Zen TOP** vous propose une expérience unique : mêler effort physique, lâcher-prise et techniques de gestion du stress.

Coachés par un-e praticien-ne en **Techniques d'Optimisation du Potentiel (TOP)**, vous apprendrez à mieux mobiliser vos ressources mentales, à gérer vos émotions dans l'action et à transposer ces outils dans votre quotidien professionnel.



Au programme :

- **Escalade de blocs** adaptée à tous les niveaux : dépassement de soi dans la détente, avec une logique de progression collective.
- **Exercices de respiration et de visualisation** issus des TOP pour mieux gérer votre charge mentale.
- **Slackline** : un terrain de jeu idéal pour entraîner concentration, ancrage et maîtrise émotionnelle.

Une activité puissante qui mêle intelligence émotionnelle, agilité mentale et plaisir du mouvement.

Infos pratiques

- **Durée** : de 2h à une journée
- **Lieu** : Forêt de Fontainebleau ou salle d'escalade (selon vos besoins)

- **Nombre de participants** : À partir de 2
- **Niveau physique** : Accessible à toutes les conditions physiques
- **Encadrement** : Par un guide diplômé, praticien TOP et professionnel de l'escalade

Rallye TOP Cohésion & Survie

Gérer le stress et renforcer l'entraide en terrain inconnu

Une immersion en pleine nature pour challenger votre collectif et apprendre à mobiliser vos ressources, avec les Techniques d'Optimisation du Potentiel (TOP) comme boussole.

Encadrés par un guide praticien des **Techniques d'Optimisation du Potentiel**, vos collaborateurs vivront une aventure en pleine forêt mêlant défis de survie et pratiques de gestion du stress. Chaque atelier devient une métaphore concrète de la vie professionnelle : imprévus, pression, incertitude, entraide...



Les temps forts du rallye :

- Apprendre à faire du feu sans briquet ni allumette
- Filtrer de l'eau pour la rendre potable
- Construire un abri de fortune, seul-e ou en groupe
- S'initier à l'orientation nature et à la sarbacane
- Découvrir des nœuds utiles... pour la survie et le quotidien!

Le **Rallye TOP Cohésion & Survie** transforme des situations ludiques en véritables prises de conscience professionnelles.

Infos pratiques

- **Durée** : de 2h à 4h
- **Lieu** : Forêt de Fontainebleau

- **Nombre de participants** : à partir de 4
- **Niveau physique** : adapté à toutes les conditions physiques
- **Encadrement** : professionnel certifié en techniques de survie & praticien TOP

TOP Slackline

Lâcher prise et performance en hauteur

Une expérience nature où respiration, concentration et cohésion se vivent... à quelques mètres du sol. Une activité insolite pour booster vos équipes et apaiser les esprits.

Et si prendre de la hauteur vous permettait aussi de redescendre en pression ?

TOP Slackline vous invite à découvrir l'équilibre en pleine nature, grâce à des **ateliers de slackline** (au sol et en hauteur) couplés aux **Techniques d'Optimisation du Potentiel (TOP)** utilisées notamment dans les milieux à haute intensité.



Les temps forts :

- **Slackline au ras du sol (30 cm)** : pour reconnecter souffle et posture, se recentrer, gérer ses émotions.
- **Slackline en hauteur** : pour se challenger en conscience, dans un cadre sécurisé et stimulant.
- **Respiration, visualisation** : exercices courts et efficaces pour apprendre à mobiliser vos ressources.



Infos pratiques

- **Durée** : de 2h à une journée
- **Lieu** : Forêt de Fontainebleau ou site extérieur adapté (sur demande)

- **Nombre de participants** : de 4 à 32 personnes
- **Niveau physique** : accessible à toutes et tous
- **Encadrement** : par un professionnel de la grimpe d'arbres certifié et praticien en Techniques d'Optimisation du Potentiel

Séances collectives TOP sur votre lieu

Booster la performance et conserver son équilibre

Et si votre équipe apprenait à mieux gérer son stress pour mieux performer ? Les Techniques d'Optimisation du Potentiel (TOP) s'invitent en entreprise pour renforcer l'efficacité, la motivation... et la sérénité.



Un temps suspendu dans le quotidien pour se lier à soi, aux autres... et repartir plus aligné, plus performant dans la durée.



Les temps forts de l'accompagnement

- Des mise en **situation pratiques**, ludiques et stimulantes
- Des temps de **respiration**, **d'imagerie mentale** et de **relaxation**
- Des séquences ciblées sur la **dynamisation**, la **régulation** et la **récupération**

Trois modules TOP au choix en fonction de vos priorités :

- Une équipe qui gagne en **sérénité** : les fondamentaux TOP pour la gestion du stress
- Une équipe qui gagne en **énergie** : les TOP et le sommeil, la vigilance, la récupération
- Une équipe qui gagne en **motivation** : les TOP et les piliers de la motivation

Infos pratiques

- **Durée** : 1h30 / 3h30 ou journée entière
- **Lieu** : sur site, en salle ou en extérieur (selon vos besoins)

- **Nombre de participants** : à partir de 4
- **Encadrement** : par un professionnel formé aux Techniques d'Optimisation du Potentiel (TOP)



Tarifs

- Tarifs dégressifs selon la taille du groupe
- Forfaits adaptés aux petits et grands groupes

- **Super pouvoir de la nature, Olympiades nature, Escape game défi du vivant, Rallye cohésion survie, bootcamp aventure:**

A partir de 24 € HT par participant

De 8 à 300 participants

Organisation sur mesure, conçue en fonction du lieu, des contraintes logistiques et du groupe

- **Rallye Cohésion Verticale :**

Durée : 3h30

Entre 49 € et 60 € HT par participant

De 8 à 100 participants

Organisation sur mesure

- **Escalade**

A partir de 36 € HT par participant

De 2 à 60 participants

Organisation sur mesure, tenant compte du niveau des participants, des conditions et du site.

- **Séances collectives TOP sur votre lieu:**

Durée : 2h

A partir de 270 € HT la séance - jusqu'à 15 participants

Séance sur mesure, alignée avec vos objectifs et enjeux spécifiques

- **Rallye TOP aventure verticale • Escalade zen TOP • Rallye TOP cohésion & survie • TOP Slackline**

Durée : 3h30

Entre 49 € et 60 € HT par participant

De 8 à 55 participants

Organisation sur mesure, alignée avec vos objectifs et enjeux spécifiques



TOP NATURE AVENTURE

NOS AUTRES CATALOGUES

[Scolaires](#)

[Particuliers](#)

[Grand public](#)



Envie d'aventures? Contactez-nous

in_ FRÉDÉRIC CAMPANI

☎ 06 17 99 94 27

✉ frederic@top-natureaventure.fr

📍 Basé à Fontainebleau (77300),
Seine et Marne

TARIFS : à définir ensemble en fonction des particularités
de l'évènement et du nombre de participants

www.top-natureaventure.fr