

TEAM-BUILDING MERIBEL - 4 jours / 3 nuits

EXEMPLE DE SEMINAIRE - TEAM-BUILDING POUR DES COMMERCIAUX D'UN FABRIQUANT INDUSTRIEL DES PAYS DE LOIRE.

JOUR 1 : GARE DE LYON SNCF – MÉRIBEL

Accueil à la Gare SNCF de Lyon et transfert vers la station de Méribel en autocar.

Accueil et installation à l'**Hôtel Eterlou-Tremplin*****.

Dîner et logement.



Jour 2 : MÉRIBEL

Petit déjeuner à l'hôtel.

Journée consacrée à votre séminaire de travail.

Pause café le matin et l'après-midi

Déjeuner à l'hôtel.

Soirée : dîner dans un restaurant en forêt et en altitude

Départ en bus de l'hôtel vers 19H00

Puis départ à pieds « **retraite aux flambeaux** » avec une promenade d'environ 15/20 minutes en direction du restaurant.



Dîner au Restaurant.

Kir à l'apéritif Raclette et fondue savoyarde à volonté Assortiment de charcuteries (jambon cru, coppa, pancetta, viande des grisons) Salade verte et pommes de terre en robe des champs Tarte aux myrtilles 1/3 de vin blanc ou rouge par personne Eaux minérales Café

Vers 22H00 : départ pour la **descente en luge d'environ 30mn.** ***Sans exigence particulière donc adaptée aux skieurs et non-skieurs, la descente en luges offrira les joies d'une sortie nocturne agrémentée de sensations. Les participants munis d'une luge, d'un casque et d'un bâton lumineux leur permettant d'être repérés, sont encadrés par des professionnels chacun équipé de lampe-phare, radio et téléphone portable. Briefing, distribution des casques, des lumières, des luges et départ du groupe pour une descente en luges jusqu'au Front de neige***



Retour en bus à l'hôtel

Nuit à l'hôtel.

Jour 3 : MÉRIBEL - OLYMPIADES

Petit déjeuner à l'hôtel.

Matinée consacrée à votre séminaire de travail.

Déjeuner à l'hôtel.

Activité team-building sous forme d'Olympiades

Votre groupe sera pris en charge à l'hôtel par un animateur et rejoindra le site team (10 minutes à pieds). Pot d'accueil, serment olympique sont les préliminaires de deux heures de missions sportives et ludiques.

Les équipes sont représentées par un chef d'équipe qui a la tâche de transmettre les informations et de motiver sa troupe.

Vous réaliserez 4 différents ateliers chacun encadrés par un ou plusieurs animateurs.

Déroulement : - Le groupe est accueilli par un vin chaud cuit au feu de bois ou boissons fraîches selon la météo. - Distribution des dossards. - Serment Olympique -

Vous pouvez choisir quatre activités dans la liste qui suit :

Les skis de géant : Relais sur une paire de skis géants pouvant accueillir 4 personnes. Tous les participants sont requis pour effectuer un aller/retour. Epreuve organisée en relais. Chaque chute est pénalisée.



Match balai-ballon Issu du hockey sur glace, ce jeu se joue entre deux équipes de 5 personnes environ. La crosse est remplacée par un balai et le palet par un ballon. Le but du jeu est de faire rentrer le ballon dans la cage adverse en poussant le ballon avec le balai.



La roller ball : Avides de sensations fortes et de frissons garantis, découvrez cette nouvelle activité. Boule de 3m de diamètre gonflée à l'air, elle se pratique seul ou à 2. Harnachés ou libres de mouvement, vous subirez toutes les rotations comme un tambour de machine à laver.



Slack-line Rien de plus facile que de marcher sur une sangle ! Elle permet d'améliorer l'équilibre et représente un excellent moyen d'atteindre la plus grande concentration. La slack-line se pratique sur une sangle de 5 à 20 mètres de longueur et de 25 à 50 mm de largeur entre 2 points d'ancrage. Elle s'installe à hauteur de genoux, ce qui permet un apprentissage sans danger.



Concours du bûcheron A l'aide d'une scie à deux personnes (vis à vis) et par relais, chaque équipe doit scier une rondelle de bois dans un tronc. Le nombre de rondelles à scier sera déterminé en fonction du nombre de participants.



Snowscoot ou VTT Demande la collaboration de l'ensemble du groupe - Une planche de surf avec un guidon est utilisée comme moyen de descente. Tout le groupe se répartit le long de la descente. Le premier participant part du haut pour arriver au bas de la pente. Il passe ensuite le snowscoot à ses coéquipiers qui doivent le plus rapidement possible le hisser pour que le second puisse redescendre et ainsi de suite. L'équipe la plus rapide se verra attribuée un maximum de points.



Atelier du bois

Diverses pièces de bois, du matériel (marteaux, clous,...) sont à la disposition des participants qui doivent fabriquer un objet dans un temps déterminé. Toutes les oeuvres d'art seront exposées à l'issue des épreuves et notées par chaque équipe.



Concours de luges à foin Compétition avec des anciennes luges à foin sur circuit, effectuée avec deux personnes sur les bottes de foin pendant que deux autres dirigent la luge.



Le dodo infernal Toute l'équipe doit se relayer pour déplacer, sur un circuit, un lit monté sur des roulettes. Une personne équipée d'un maxi pyjama s'installe sur le lit et encourage ses coéquipiers qui doivent faire un maximum de tours en évitant les points de pénalités dues au mauvais traitement du matériel et du "dormeur".



Retour à l'hôtel.

Dîner et logement à l'hôtel

Jour 4 : MÉRIBEL

Petit déjeuner à l'hôtel.

Transfert vers la gare de Lyon.

