



GROUPES SCOLAIRES

PRÊTS POUR L'AVENTURE ?

ARBRASKA

TABLE DES MATIÈRES



Cliquez sur l'option désirée pour accéder directement au contenu.

› Bénéfices pour les enseignants	5
› Bienfaits pour les élèves	8 - 9
› Aperçu des activités offertes	10 - 11
› Liste des activités offertes par parc	15
› Liste des activités offertes par groupe d'âge	19
› Coordonnées	24



BÉNÉFICES POUR LES ENSEIGNANTS

Les bénéfices des activités offertes chez Arbraska pour les enseignants

1. Un environnement sécuritaire

Nos activités sont encadrées par des professionnels expérimentés, assurant la sécurité de vos élèves et vous offrant une tranquillité d'esprit.

2. Une organisation clé-en-main

Nous prenons en charge tous les aspects logistiques de l'organisation, vous permettant ainsi de vous concentrer sur ce qui compte vraiment : profiter à fond de l'expérience avec vos élèves.

3. Renforcement des liens

Nos aventures sont conçues pour favoriser la cohésion et l'esprit d'équipe, renforçant les liens entre vos élèves et créant un environnement de classe plus harmonieux.

4. Tous les bienfaits du plein air en une seule activité

Les activités en plein air sont une excellente façon de diminuer le stress et de favoriser le bien-être physique et mental de vos élèves.

5. Déconnecter des écrans pour mieux reconnecter avec la nature

Nos aventures permettent à vos élèves de reconnecter avec la nature et de pouvoir explorer et apprendre dans un environnement actif, stimulant et ressourçant.





VOUS CHERCHEZ UNE

SORTIE SCOLAIRE EN PLEIN AIR
QUI COMBINE ACTIVITÉ PHYSIQUE,
DÉPASSEMENT DE SOI, BIEN-ÊTRE
ET **PLAISIR** DANS UN CADRE
LUDIQUE ET SÉCURITAIRE ?



Offrez à vos élèves de vivre une aventure épique qui éveille leurs esprits et renforce leurs liens, tout en leur permettant de reconnecter avec la nature !

Transformez vos sorties scolaires en expériences inoubliables avec les activités en plein air de nos parcs Arbraska et uplà.

Ensemble, encourageons les jeunes à explorer leur potentiel et à atteindre de nouveaux sommets !

ARBASKA



QUELS-SONT LES **BIENFAITS** QUE PROCCURENT CES ACTIVITÉS POUR MES ÉLÈVES?



L'éducation par l'aventure en plein air!

En plus de permettre une réelle connexion avec la nature, participer aux différentes activités offertes chez Abraska et up! procure plusieurs bienfaits au niveau physique, psychologique et social de vos élèves.



Physique

- Favorise l'exercice physique dans le **plaisir**
- Renforce leur tonus musculaire
- Aide à développer leurs habiletés motrices
- Favorise une bonne **santé** cardiovasculaire
- Aide à diminuer le risque de maladies chroniques
- Met à l'épreuve leur équilibre
- Permet de tester leurs limites
- L'environnement naturel ajoute un **défi physique** supplémentaire que lors d'un exercice classique



Psychologique

- Éveille la **curiosité**
- Permet de surmonter leurs peurs
- Aide à réduire l'anxiété, le stress et la dépression
- Favorise le **bien-être** mental
- Stimule leur capacité à résoudre des problèmes
- Aide à accroître leur **estime** et leur confiance en soi
- Permet d'oxygéner leur cerveau
- Stimule de l'endorphine qui procure une sensation de bonheur



Social

- Aide à créer et **renforcer les liens** du groupe
- Favorise le travail d'équipe
- Offre une opportunité de créer de nouvelles **amitiés**
- Permet de partager un moment privilégié et de créer des souvenirs inoubliables avec leurs amis
- Permet de **déconnecter** des écrans
- Offre à l'enseignant une chance unique d'observer l'enfant dans un contexte différent de la classe

ACTIVITÉS OFFERTES

Mettez votre force et votre équilibre à l'épreuve en vous déplaçant d'un arbre à l'autre sur des ponts de singe, des passerelles et des balançoires. Préparez-vous à défier la gravité avec des tyroliennes et des filets à escalader, tout en vous amusant en plein air avec vos proches.



Parcours aériens pour enfants

Grimper dans les arbres, ici c'est permis !

Initiez les petits aventuriers par le biais de parcours dans les arbres sécuritaires et amusants composés de ponts suspendus, de passerelles en filet, de mini-tyroliennes et bien plus encore.

Cette activité est offerte aux parcs
Arbraska Chauveau et Arbraska Lafleche.

En savoir plus

Âges
5+



Parcours dans les arbres

Des défis à surmonter, du plaisir à volonté !

Mettez votre force et votre équilibre à l'épreuve en vous déplaçant d'un arbre à l'autre. Préparez-vous à défier la gravité tout en vous amusant en plein air avec vos proches.

Cette activité est offerte
dans tous les parcs Arbraska.

En savoir plus

Âges
5+



Parcours de tyroliennes

Nature, aventures et envolées !

Découvrez la forêt sous une nouvelle perspective et laissez-vous envahir par l'adrénaline et un sentiment de liberté en volant d'un arbre à l'autre à travers nos parcours de tyroliennes.

Cette activité est offerte aux parcs
Arbraska Chauveau et Arbraska Lafleche.

En savoir plus





Village Arbre-en-Oiel

Explorer, s'amuser, découvrir!

Bienvenue dans un monde enchanté au cœur de la forêt, où vos enfants s'épanouiront en parcourant un réseau de maisonnettes multicolores, des jeux aériens et des jeux au sol qui leur permettront de s'amuser en plein air en toute sécurité.

Cette activité est offerte aux parcs
Abbraska Rawdon et Abbraska Rigaud.

En savoir plus

Tous
âges



uplā Expérience de jour

Sautez, riez, recommencez!

Sautez, rebondissez et riez sur le plus grand trampolaine extérieur d'Amérique du Nord. Les tous petits sont également invités à parcourir un village suspendu et à s'amuser sur un trampolaine exclusif aux jeunes aventuriers.

Cette activité est offerte toute l'année,
uniquement au parc uplā Mont-Saint-Grégoire.

En savoir plus

Âges
3+



Parcours extrême - La Rafale

Une aventure qui décoiffe!

Êtes-vous prêts à tester vos limites ? Destiné aux téméraires et amateurs de sensations fortes, ce parcours dans les arbres est l'ultime épreuve pour ceux qui veulent repousser leurs limites et tester leurs capacités au maximum.

Cette activité est offerte uniquement
au parc Abbraska Rigaud

En savoir plus

Âges
15+



Exploration de la caverne Lafèche

Sortez des sentiers battus!

Découvrez les splendeurs d'un monde souterrain en explorant la caverne Lafèche. Traversez d'étroits passages, rampez dans des espaces restreints et franchissez des cours d'eau souterrains avant de regagner la sortie.

Cette activité est offerte uniquement
au parc Abbraska Lafèche

En savoir plus

Âges
8+



Visite guidée de la caverne Lafèche

Laissez-vous émerveiller par la caverne Lafèche!

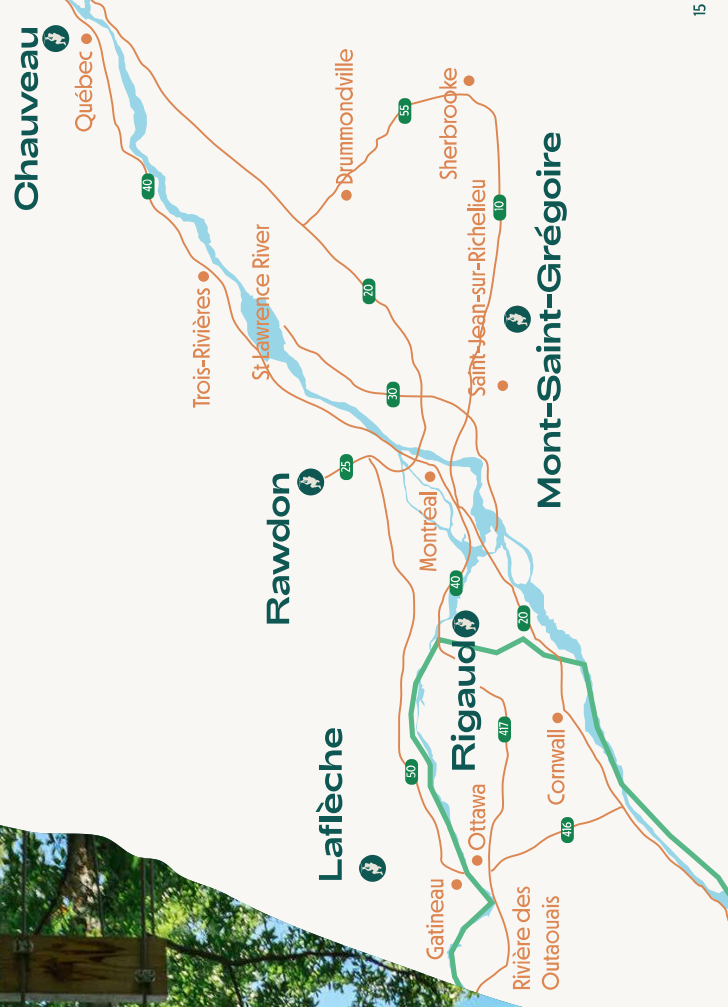
Visitez l'une des 10 plus belles grottes au Canada, selon le Reader's Digest ! Explorez la caverne Lafèche et admirez des formations géologiques époustouffantes composées de stalactites et de stalagmites. Nos guides chevronnés vous feront découvrir l'histoire de la grotte et les légendes qui s'y rattachent.

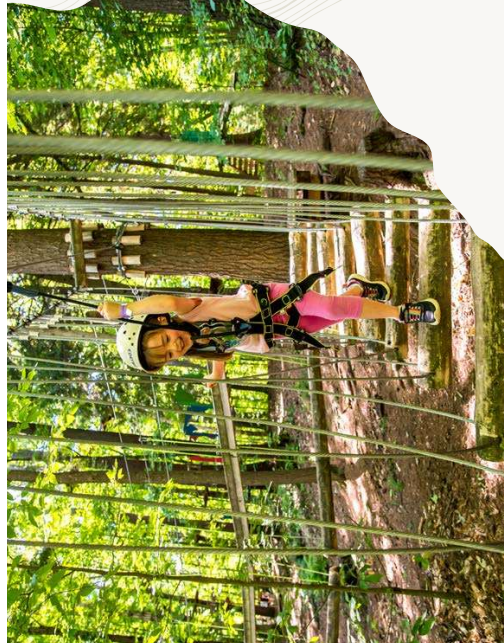
Cette activité est offerte uniquement
au parc Abbraska Lafèche

En savoir plus

Âges
5+

LISTE DES ACTIVITÉS OFFERTES PAR PARC





Arbraska Chauveau

📍 7200, boulevard De l'omière, Québec QC G2C 1C1

Aventurez-vous au cœur de Québec!

Entrez dans le parc naturel Chauveau, en plein cœur de la ville de Québec! Découvrez enfin des sous-quotidiens, parce qu'ici, la seule connexion possible est celle entre l'humain et la nature.

Venez défier la gravité et trouver votre équilibre en sillonnant la cime des arbres dans nos parcours d'obstacles aériens ou en survolant la majestueuse rivière Saint-Charles en tyrolennes. Savourer l'instant présent n'aura jamais eu aussi bon goût!

Activités offertes:

- Parcours aériens pour enfants
- Parcours dans les arbres
- Parcours de tyrolennes



Arbraska Mont-Saint-Grégoire

📍 45C, chemin du Sous-Bois, Mont-Saint-Grégoire QC J0J 1K0

Découvrez un univers d'activités hautes en couleurs!

Sauter pieds joints dans un monde fascinant, suspendu au pied du mont Saint-Grégoire. Sauter sans modération dans un univers de filets et de trampolines à ciel ouvert ou élanchez-vous d'un arbre à un autre dans nos parcours d'obstacles aériens. Pour les petits explorateurs, un village perché dans les arbres, composé de cabanes multicolores reliées les unes aux autres, les attend pour du plaisir à profusion toute l'année!

Activités offertes:

- upla expérience de jour
- Parcours dans les arbres



Arbraska Lafleche

📍 255, route Principale, Val-des-Monts QC J8N 4B7

Explorez la forêt des cimes aux racines!

Entrez dans une aventure exaltante remplie de découvertes fascinantes! Que vous optiez pour des prouesses dans nos parcours dans les arbres, les sensations fortes des tyrolennes ou l'exploration historique de notre mystérieuse caverne, vous serez plongés dans une immersion totale en nature. Méfiez-vous, une fois captivés par notre vaste terrain de jeu, vous aurez du mal à le quitter!

Activités offertes:

- Parcours aériens pour enfants
- Parcours dans les arbres
- Parcours de tyrolennes
- Visite guidée de la caverne (fr et en)
- Exploration de la caverne

Arbraska Rawdon

📍 4131, rue Forest Hill, Rawdon QC J0K 1S0

Atteignez de nouveaux sommets!

Ici, ce ne sont pas les défis qui manquent! Explorez la forêt à la cime des arbres en franchissant nos obstacles aériens, faites échoir l'imagination de vos jeunes explorateurs en les laissant partir à la conquête de notre Village Arbre-en-Ciel! Quoi que vous choisissiez, tenez vous prêts pour des sensations fortes dans une vue panoramique à couper le souffle qui vous rendra sans voix devant le paysage lanudois!

Activités offertes:

- Parcours dans les arbres
- Village Arbre en Ciel

Arbraska Rigaud

📍 85, chemin Bourget, Rigaud QC J0P 1P0

Repoussez les limites de l'aventure!

Le plus grand parc d'aventure au Québec vous attend pour une journée haute en émotions! C'est au parc Arbraska Rigaud que l'aventure extrême vous défie de l'affronter! Chacun pourra trouver une activité à la hauteur de ses capacités parmi notre parcours de méga-tyrolennes, nos 7 parcours dans les arbres, notre parcours extrême et pour les plus petits, dans notre Village Arbre-en-Ciel! Plaisir et sensations fortes garantis!

Activités offertes:

- Parcours dans les arbres
- Village Arbre en Ciel



LISTE DES ACTIVITÉS OFFERTES PAR GROUPE D'ÂGE



Une sortie scolaire inoubliable qui recentre sur l'essentiel.

Chez Arbraska, nous offrons une expérience mémorable à vos élèves, où chaque activité est conçue pour relever des défis et favoriser la croissance collective.

Nos activités captivantes, adaptées à l'âge de votre groupe, incitent les élèves à sortir de leur zone de confort, à renforcer l'esprit d'équipe et à profiter des bienfaits de l'aventure en plein air.

Transformez votre sortie scolaire en un moment d'apprentissage et de plaisir avec Arbraska !

ARBASKA

Élèves du préscolaire | 4 à 5 ans

Petite enfance

Village Arbre en Ciel
uplâ expérience de jour

3-4 ans

Maternelle 4 ans

uplâ expérience de jour
Village Arbre en Ciel

4 ans

Maternelle 5 ans

uplâ expérience de jour
Village Arbre en Ciel
Parcours dans les arbres pour enfants
Visite guidée de la caverne (fr et an)

5 ans



Élèves du primaire | 6 à 12 ans

1^{er} cycle du primaire | 6 à 8 ans

1^{re} année

uplâ expérience de jour
Village Arbre en Ciel
Parcours aériens pour enfants
Parcours dans les arbres pour enfants
Visite guidée de la caverne (fr et an)

6-7 ans

2^e année

uplâ expérience de jour
Village Arbre en Ciel
Parcours aériens pour enfants
Parcours dans les arbres pour enfants
Visite guidée de la caverne (fr et an)

7-8 ans

2^e cycle du primaire | 8 à 10 ans

3^e année

uplâ expérience de jour
Village Arbre en Ciel
Parcours aériens pour enfants
Parcours dans les arbres pour enfants
Visite guidée de la caverne (fr et an)

8-9 ans

4^e année

uplâ expérience de jour
Village Arbre en Ciel
Parcours aériens pour enfants
Parcours dans les arbres pour enfants
Visite guidée de la caverne (fr et an)

9-10 ans

3^e cycle du primaire | 10 à 12 ans

5^e année

uplâ expérience de jour
Village Arbre en Ciel
Parcours aériens pour enfants
Parcours dans les arbres pour enfants
Visite guidée de la caverne (fr et an)

10-11 ans

6^e année

uplâ expérience de jour
Village Arbre en Ciel
Parcours aériens pour enfants
Parcours dans les arbres pour enfants
Visite guidée de la caverne (fr et an)

11-12 ans



Élèves du secondaire 12 à 17 ans

1^{er} cycle du secondaire | 12 à 14 ans

1^{re} secondaire 12-13 ans

uplâ expérience de jour
Parcours dans les arbres
Visite guidée de la caverne (fr et an)
Parcours de tyrolennes

2^e secondaire 13-14 ans

uplâ expérience de jour
Parcours dans les arbres
Visite guidée de la caverne (fr et an)
Parcours de tyrolennes

2^e cycle du secondaire | 14 à 17 ans

3^e secondaire 14-15 ans

uplâ expérience de jour
Parcours dans les arbres
Visite guidée de la caverne (fr et an)
Parcours de tyrolennes

4^e secondaire 15-16 ans

uplâ expérience de jour
Parcours dans les arbres
Visite guidée de la caverne (fr et an)
Parcours de tyrolennes

5^e secondaire 16-17 ans

uplâ expérience de jour
Parcours dans les arbres
Visite guidée de la caverne (fr et an)
Parcours de tyrolennes



Éducation collégiale

17-19 ans et plus

uplâ expérience de jour
Parcours dans les arbres
Visite guidée de la caverne (fr et an)
Exploration de la caverne
Parcours de tyrolennes

Formation professionnelle

16 ans et plus

uplâ expérience de jour
Parcours dans les arbres
Visite guidée de la caverne (fr et an)
Exploration de la caverne
Parcours de tyrolennes

Éducation universitaire

18 ans et plus

uplâ expérience de jour
Parcours dans les arbres
Visite guidée de la caverne (fr et an)
Exploration de la caverne
Parcours de tyrolennes





ARBRASKA

Partez à l'aventure

dans une forêt près de chez vous

arbraska.com • 1 877 886-5500



bookero