



VAELLUSPAKETTI

Paketti ryhmälle, joka haluaa yhdistää hyvin ja hyödyn aktiviteettipäivänään. Mukava päivä ulkona luonnossa, raikkaassa ilmassa sisältäen sekä liikuntaa että yhdessäoloa työkaverien ja ystävien kanssa. Jokainen vaellus sisältää myös evästauon.

Suoritettava ajanvaraus:

2-6 tuntia

Suosittelun ryhmän koko:

Rajaton

Muita yksityiskohtia: Vaelluspaketti voidaan suorittaa useimpia vaellusreittejä pitkin, vaelluksen pituuden päätätte itse!

Vaelluspaketissa on myös mahdollista valita teeman itse, oman ryhmän tarpeiden pohjalta. Joka teema suoritetaan vaelluksen aikana.

Esimerkkejä yleisistä teemoista:

Teambuilding - Työnohjaajamme ohjaa ryhmää eri keskustelutehtävissä ja ryhmää vahvistavissa aktiviteeteissa.

Get together - Ryhmille, jotka haluavat oppia tuntemaan toisensa paremmin rentojen leikkien ja haasteiden avulla. Teema toimii myös ryhmille, jotka ovat jo tiiviitä.

Mindfulness - Ryhmälle, joka haluaa vähentää stressiä ja rentoutua. Vaatimattomat, helpot meditaatioharjoitukset sekä muiden työkalujen käyttö rentoutumaan ja vähentämään stressiä.

Ruokavaellus - Ryhmälle, joka haluaa keskittyä liikuntaan ja ruokaan! Tämä teema mahdollistaa suuremman panostuksen vaelluksen ruokataukoon. Ehkäpä kunnon juhlakahvittelu tai miksi ei lounaan valmistaminen luonnossa?

