



INSPIRATION TIL JERES MØDE

I SAMARBEJDE MED 





I naturen er der hverken vægge, skriveborde eller stole, men rum til at bevæge og udfolde sig. Naturen påvirker os både mentalt og kropsligt, på en helt anden måde end når vi er indendørs. Vi er længere væk fra forstyrrende elementer, hvilket gør os mere tilstede og åbne – både overfor hinanden og for nye input. Vi bruger omgivelserne som ramme for oplevelser med både høj og lav puls, samt som motivation til at dyrke bevægelse og fællesskaber.

Sug luft ind og ryk udenfor sammen med os.

GPS TEAM WALKS // Digitale oplevelsesvandringer R26

En af vores mest populære aktiviteter – I hold kæmper I om at indsamle flest mulige point, ved at løse en række opgaver sammen. Holdene følges ad (evt. via en app), mens en eller flere instruktører faciliterer små minikonkurrencer på udvalgte steder i nærområdet. Der dystes i øvelser og aktiviteter, hvor kommunikation, strategi og samarbejde er i fokus. En del af indholdet har fokus på “Get to know” elementet, så I også lærer nye sider af hinanden (og måske jer selv) at kende.

ICEBREAKERS R26

Kick dagen i gang med en MEET N’ GREET, der får alle til at sænke skuldrene og åbne op. Her lærer I hinanden at kende på en sjov og uformel måde – samtidig med at dagens tema sættes i spil. Det er en simpel øvelse, der får alle til både at blive set og hørt, og som minder jer om, hvor meget lettere samarbejdet flyder, når man får skrællet et lag af sammen.

ADVENTURE RACE R26

Deltag i et energifyldt og tempofyldt Adventure Race, hvor samarbejde, kommunikation og fælles strategi er nøglen til succes. Aktiviteten kombinerer bevægelse, sjove opgaver og udfordringer, der både kræver fysisk engagement, kreativ tænkning og evnen til at støtte hinanden undervejs. Undervejs venter en række opgaver – fra logiske og kreative udfordringer til praktiske samarbejdsøvelser og lette fysiske aktiviteter – som alle er designet til at bringe energien op og styrke holdånden.



KREATIV WORKSHOP R26

Træd ind i et kreativt rum, hvor nysgerrighed og eksperimenter er i centrum. Gennem guidede øvelser og små teamopgaver udforsker deltagerne nye måder at tænke og samarbejde på. Workshoppen har fokus på idéudvikling, visualisering og hands-on processer, der stimulerer innovation og fælles problemløsning. Et forfriskende perspektivskifte, der styrker både kreativiteten og teamets dynamik.



Vi har oplevet, at hvis man virkelig vil rykke ved noget, så skal man starte med at skabe rammerne for de unikke arbejdsfællesskaber. Det kræver ikke absolut langsigtede strategier og store opsætninger, men kan finde sted i uformelle og hyggelige rammer - her er vores bud på aktiviteter der kan afvikles over nogle timer.

FRISK LUFT TIL AGENDAEN

Få styr på indeklimaet. Den nemme løsning er at åbne vinduet, men den holdbare er at lufte kollegerne. Vi vil derfor gerne inspirere jer til at bruge omgivelserne og udendørsfaciliteterne som ramme og rum for genopfyldning af energi og til at få koblet det faglige indhold på fysiske aktiviteter, så indholdet kan udtænkes, opleves og memoreres på en sjov og anderledes måde. Vi kan inspirere jer til at få dagens program ud og leve. Sæt barren højt (med udsigt til trækrønerne), så I får det bedste udbytte af de timer, der er afsat. Selvom I ønsker at forblive indendørs, så kan vi hjælpe jer med faciliteringen af jeres program. Lad os inspirere jer til hvordan I kan arbejde med jeres strategi, jeres nye team, jeres personlige lederskab eller hvad som helst der er på agendaen. Vi tænker kreativt og innovativt og kan hjælpe jer med at bryde ud af de vante tankegange og adfærdsmønstre.



LASER LERDUESKYDNING

Der benyttes autentiske haglgeværer, som er modificeret og skyder med infrarøde radiosignaler. Når en skytte rammer lerduen, bliver dette registreret på en elektronisk resultatavle. Laser-lerdueskydning kan også benyttes i mørke, da "duerne" kan blive selvlysende.

CROSS COUNTRY & BUNGEE

Udholdenhedstræning, styrke og koordinering, med forskellige træningsstationer hvor landskabet styrer intervallerne. Styrke og samarbejde, hvor I to og to arbejder med en Bungee-elastik. En aktiv time hvor pulsen kommer op. For alle, uanset træningsniveau.

POLO TEAMBUILDING

Alle kan være med – også selvom du aldrig har redet før. Rolige, veltrænede heste og et erfarent team sikrer en mindeværdig aktivitet, som virkelig ryster teamet sammen. Kan arrangeres hele året både inde og ude. Vi tilpasser pakken, så den passer til jeres behov.

OPLEV FRIHEDEN MED SEJLADS

I kan blive en aktiv del af sejlladsen eller blot nyde den friske havluft, mens vinden bærer båden frem. Mulighederne er mange og sammen planlægger vi sejlladsen efter jeres ønsker og behov. På båden er der også SUP boards, kajaker m.m.

PRIVAT LEJE AF SLOTTETS POOL OMRÅDE

Nyd Slottets Wellness område som byder på en elegant pool, sauna, koldtvandsbruser, samt enestående bruser med lys- og aromaterapi. Dertil medfølger slippers og en skøn, blød lånebadekåbe til hver deltager.

AQUA FITNESS

Generel træning af hele kroppen hvor vi benytter redskaber for at opnå en større modstand i vandet. De 28 grader giver en behagelig træning, da musklerne blødgøres af det varme vand.



Vi samarbejder med flere aktører udover dem vi selv tilbyder, så spørg endelig ind til et unikt arrangement, så skal vi nok forsøge at finde de rette udfordringer til jer.

Det er vigtigt, at vi bliver kontaktet i god tid, så vi kan få planlagt jeres aktivitet.



Aktiviteter med dette mærke, skal bookes direkte hos Kokkedal Slot Copenhagen

Kontakt os på 4422 8006 eller booking@kokkedal-slot.dk for mere information.



Aktiviteter med dette mærke skal bookes direkte hos R26

R26 skræddersyr aktiviteter der har fokus på at aktivere både krop og sind med oplevelser der styrker jeres fællesskab og understøtter jeres agenda. Alle aktiviteter planlægges med afsæt i en indledende dialog og forventningsafstemning med jer, så der bliver skabt en magisk dag med fokus på relationer og gensidig nysgerrighed som er den x-factor der er til stede i succesfulde teams der skal nå et ambitiøst mål sammen.

Se mere inspiration på www.r26.dk eller send en e-mail til hyde@running26.dk

