

Adventure Walk



Teambuilding und Fitness in der Natur

Der **Adventure Walk** ist ein innovativer Gesundheitstag, der körperliche Aktivität mit wertvollem Wissen kombiniert. Auf einer Strecke von **6 bis 12 km** durchlaufen die Teilnehmenden verschiedene Gruppenaufgaben, die **Geschicklichkeit, Kommunikation und Zusammenarbeit** fördern.

Dieses **Teamevent** ermöglicht es, die Fitness zu steigern und gleichzeitig **wichtige Gesundheitsthemen** zu erlernen. Unser **qualifiziertes Fachpersonal** begleitet die Gruppen und gestaltet den Tag interaktiv und unterhaltsam. Sie erhalten wertvolle Einblicke in Gesundheitsthemen und lernen **praxisnahe Ausgleichsübungen für den Arbeitsalltag**.

Eigenschaften:

- ✓ ganztägig
- ✓ Gruppenaktivität
- ✓ Gesundheitsaktionen | Motivationsmodule & Teambuilding
- ✓ Präsenz
- ✓ Motivation | Bewegung | Kommunikation & Teamentwicklung

Beispiel-Inhalte:

- ✓ **Teambuilding:** Randomisierte Gruppen mit max. 30 Personen
- ✓ **Wissensvermittlung:** CM Guide für Gesundheitsthemen
- ✓ **Gruppenaufgaben:** Geschicklichkeit / Kommunikation / Zusammenarbeit
- ✓ **Fitness:** Ausgleichsübungen für den Arbeitsalltag

Adventure Walk



Ablauf:

Vorbereitung und Beratung

- **Bedarfsermittlung:** Kontaktieren Sie uns, um Ihre individuellen Wünsche und Ziele für den Adventure Walk zu besprechen. Wir klären, wie viele Personen teilnehmen und an welchem Datum das Event stattfinden soll.
- **Modulauswahl:** Basierend auf Ihren Vorgaben informieren wir Sie über die verschiedenen Möglichkeiten des Adventure Walks, einschließlich der Streckenlängen und der Gruppenaufgaben. Unser Fachpersonal berät Sie, um das optimale Teamevent für Ihre Veranstaltung zu gestalten.

Organisation und Durchführung

- **Aufbau:** Unser BGM-Team bereitet alles für die Durchführung des Adventure Walks vor und sorgt für die notwendige Ausstattung sowie die Planung der Strecken und Aufgaben.
- **Durchführung:** Am Veranstaltungstag betreut unser Fachpersonal den Adventure Walk. Sie stehen bereit, um die Teilnehmenden durch die Gruppenaufgaben zu führen, Fragen zu beantworten und wertvolle Tipps zur Förderung von Teamarbeit und Fitness zu geben.
- **Optional:** Begrüßung durch die Geschäftsführung oder eine verantwortliche Person, um die Bedeutung der Maßnahme hervorzuheben.

Auswertung und Nachbereitung

- **Feedback einholen:** Nach dem Event haben Sie die Möglichkeit, uns Ihr Feedback zu geben. Wir möchten erfahren, wie der Adventure Walk bei Ihren Mitarbeitenden angekommen ist und welche Aspekte besonders gut oder verbesserungswürdig waren.