

## TB 08 DANCE FOR SINERGIE

Indoor

### Contenuti del corso:

Il Team Building **Dance for Synergy** offre un'esperienza coinvolgente attraverso il ballo, combinando consapevolezza corporea, concentrazione e mindfulness.

Dance for Synergy è un format innovativo di team building esperienziale che utilizza la danza come linguaggio universale di connessione e coordinazione.

Attraverso semplici movimenti coreografici guidati, i partecipanti sperimentano come l'armonia e la sincronia del gruppo possano generare energia condivisa, fiducia e coesione. Non servono competenze di danza: l'esperienza è accessibile a tutti e costruita per favorire la collaborazione naturale e la comunicazione non verbale.

I movimenti diventano metafora del lavoro di squadra: ogni gesto individuale trova valore solo quando è integrato con quello degli altri, creando un flusso collettivo potente e dinamico.

I partecipanti imparano a mettersi in gioco, collaborare senza competizione e sviluppare fiducia reciproca, costruendo insieme un balletto di gruppo che culmina in una rappresentazione finale davanti al pubblico.

**Durata complessiva corso** - 1 giorno

### Articolazione del percorso:

- Definizione obiettivi aziendali
- Condivisione di punti di forza e criticità
- Attività di team climbing su parete
- Attività di debriefing
- Project Results: considerazioni finali

