

## **TB 01 TEAM RAFTING & TEAM CLIMBING EXPERIENCE**

**Outdoor** in collaborazione con **CAMPZERO - ACTIVE LUXURY RESORT**

### **Contenuti del corso:**

Il Team Building **Team Rafting & Team Climbing Experience** offre ai partecipanti un'occasione unica per rafforzare collaborazione, fiducia e spirito di squadra attraverso attività all'aperto emozionanti e stimolanti. Esperienze di rafting e climbing permettono di sviluppare comunicazione efficace, problem solving e coesione del gruppo in un contesto divertente e coinvolgente.

### **Con questo corso è possibile:**

- Conoscere le dinamiche e i meccanismi che stanno alla base di un team di successo
- Comprendere la relazione tra elementi organizzativi ed elementi relazionali all'interno del team
- Motivare le persone per orientarle verso un obiettivo di gruppo
- Comprendere e valorizzare le potenzialità di ogni collaboratore

**Durata complessiva corso** - 2 giorni

### **Articolazione del percorso:**

- Attività sportiva a scelta tra team climbing e team rafting
- Attività di debriefing
- Project Results: considerazioni finali

### **Percorso dedicato al Rafting: emozioni immersi nella natura**

- Prima parte dedicata alla teoria della navigazione sulle rapide, le regole, i dispositivi dell'imbarcazione, le difficoltà del fiume, cosa fare in caso di difficoltà e la sicurezza
- Seconda parte dedicata alla discesa del fiume su più imbarcazioni
- Conclusione: debriefing con il docente sulle dinamiche emerse

### **Obiettivi e contenuti**

- Sperimentare sé stessi fuori dalla zona di confort, collaborazione e competizione
- Sperimentare sé stessi in una tensione energetica e presenza fisica diversa rispetto quella da "ufficio", coordinazione personale e in team
- Sperimentare la propria presenza fisica, coordinazione per raggiungere la meta, gestione dello stress e delle difficoltà

