

SOMOS EQUIPO - ENCUENTRA TU EVEREST



Una expedición hacia la continua mejora del equipo. Inspirados por la filosofía Ubuntu, "yo soy porque todos somos", te invitamos a embarcaros en un reto que trasciende el deporte y se convierte en una metáfora de la vida laboral.

DINÁMICA DE LA ACTIVIDAD

Propuesta de teambuilding que se desarrolla en tres etapas clave, diseñadas de forma progresiva para garantizar la preparación del equipo y el éxito del reto (estas jornadas se pueden adaptar según las necesidades del cliente).

Jornada 1 - Conferencia motivadora y presentación del reto:

Jornada dedicada a inspirar y preparar mentalmente al equipo. Presentación del desafío, charla motivacional sobre superación, trabajo en equipo y filosofía Ubuntu, dinámica de reflexión grupal: ¿Cuál es nuestro Everest? ¿Cómo lo conseguiremos juntos?

Jornada 2 - Entrenamiento técnico/taller:

Durante esta jornada, realizaremos un taller práctico para aprender a utilizar los bastones de manera eficiente para afrontar el reto. Trabajaremos la técnica de impulso, así como estrategias para superar subidas y bajadas con seguridad. Además, realizaremos un entrenamiento en grupo para poner en práctica lo aprendido y conoceremos el material necesario para el día del reto.

Jornada 3 - El gran reto:

Es el momento de poner en práctica todo lo aprendido y alcanzar el objetivo común. Se desarrollará el recorrido con espíritu de equipo y colaboración constante y habrá avituallamientos estratégicos y descansos planificados. A la llegada a la meta se realizará un cierre con espacio de reflexión y aprendizaje sobre la experiencia vivida.



Localización

Dependerá del reto elegido.



Participantes

Equipos de 10 a 50 personas (grupos mayores, consultar).



Material necesario

Calzado y ropa adecuados, mochila, beber y algo que picar.

INCLUYE

Técnicos titulados.
Bastones de marcha nórdica.
Seguro de accidentes y RC.
Recuerdo audiovisual de la actividad.

NO INCLUYE

Desplazamiento de las personas participantes.
Nada no especificado en el apartado anterior



SOMOS EQUIPO - ENCUENTRA TU EVEREST



POSIBLES RETOS A ELEGIR

Cada empresa puede seleccionar el reto más adecuado en función de su perfil y objetivos. Algunos ejemplos:

- **Pedraforca 360:** ruta circular en torno al emblemático macizo del Pedraforca.
Dificultad: Fácil/Media.
- **Ascensión a una cima del Montseny:** turó de l'Home, Matagalls, Les Agudes o El Sui.
Dificultad: Media.
- **Ascensión al Puigmal o al Bastiments:** el reto más exigente en alta montaña.
Dificultad: Media/Alta.

Adaptamos la dificultad, localización y tipos de reto en función de las necesidades de cada cliente.

Consúltanos para más opciones.

HABILIDADES Y COMPETENCIAS

- Fomento de la cohesión de equipo y sentimiento de pertenencia.
- Mejora de la comunicación y confianza entre compañeros/as.
- Desarrollo de habilidades de liderazgo y cooperación.
- Superación de límites a través del esfuerzo conjunto.
- Contacto con la naturaleza y estilo de vida activo y saludable.

