

AKTIVITETER & TEAMÖVNINGAR

MiLgårdarna i Klippan



På MiLgårdarna i Klippan finns många olika installationer och utrustning för en mängd olika aktiviteter både inne och ute. Här finns bland annat varierande övningar för teamträning, övningar mer på lek, motion och naturupplevelser. Nedan presenteras ett urval av vad vi kan erbjuda inklusive några förslag på teamövningar. Välkommen att ta kontakt med bokningen för diskussion och pris.

Teamövningar

Aktiviteter i Logen

Med sina 1 000 kvm erbjuder Logen inomhusteamträningssbana, installationer och teamutrustning. Logen är inte värmeisolerad varför extra tröja och rejäla skor rekommenderas under kylig säsong.

Målning och illustrationsövningar i ateljén

Med färg, pensel och pannå ska deltagaren t.ex. illustrera ett projekt, ett tema, företagets kärnvärden, visioner eller bara måla fritt från hjärtat. En viktig del i denna övning är att var och en efteråt får lyssna in vad andra ser i målningen samt att också själv få beskriva sin illustration. Utöver färg och penslar finns också andra material att tillgå som lera, tyg, nät, pärlor mm. Kan även göras gemensamt i mindre grupper.

Gemensam matlagning med gårdens värd

Gruppen delas upp i mindre grupper och lagar tillsammans med gårdens värd en 3-4 rätters middag. Kan göras som samarbets-/teamövning eller bara som ett avkopplande inslag.

Promenad med utmaningar & kluringar

En promenad i naturen där du enskilt eller i grupp löser kluringar och utmaningar i lättsam tappning.

Exempel på installationer & teamutrustning

- **Öarna:** En klurig övning där gruppen ska hitta lösningen i att på ett säkert sätt ta sig från den ena "ön" till den andra. Detta är framför allt en samarbetsövning men även till viss del en frustrationsövning.
- **Skidåket:** Hur tar sig 15-16 personer säkert igenom en snitslad bana då samtliga hänger ihop på skidor? Detta är en övning inriktad på tajming, kommunikation och kroppskontakt.
- **Repet:** Med förbundna ögon ska gruppen som håller i ett långt rep skapa olika figurer. Detta kräver teamarbete och kommunikation för att nå resultat.
- **Spindelnätet:** Ett konstgjort jättespindelnät är utgångspunkten för denna uppgift. Hela gruppen ska försöka ta sig igenom nätet utan att vidröra detta. När en person gått igenom ett hål är detta stängt för övriga deltagare. Detta kräver strategi, planering och samarbete.



IACC

greenstar
an IACC certifiered

MiLgårdarna AB • 046-20 52 20 • info@milgardarna.se • milgardarna.se



MiLgårdarna
miljö för människor i möten

AKTIVITETER & TEAMÖVNINGAR



Andra aktiviteter på MiLgårdarna

Motions- & promenadslingsor

Nyttja promenadslingsor i härlig natur längs med Rönne å, ett stenkast från MiLgårdarna. Ett skönt avbrott från konferensen, som enskild aktivitet eller i mindre "Walk and Talk" grupper.

Motionsrum & bastu

I Campushuset finns motionsrum för styrka och motion för ca 5-8 personer. På Magasinet alldeles intill finns bastu för 20 personer.

Innebandy i Logen

I Logen finns all utrustning för innebandy, inklusive rink. Här finns också klättrvägg, boulebanor, pingis, basket mm. Logen är oisolerad varför varma träningskläder behövs.

Mat och naturupplevelse

Kombinera mat eller fika/hälsofika med en liten promenad till vårt naturrum i Borgens äppellund.

Nightclub

Avsluta kvällen med dans i vår nightclub. Två ombyggda silos med mixerbord, discoljus mm.

Aktiviteter i närheten

Vi bistår gärna med information och upplägg om aktiviteter i närheten om så önskas. Exempelvis finns dressin, kanoting, ridning på islandshästar, go-cart samt Söderåsens och Nackarpsdalens naturreservat i närheten.

Aktiviteter med externt företag

Några aktiviteter som vi kan erbjuda med hjälp av externa aktivitetsföretag är:

Yoga

Denna yoga passar alla. Ny som van, ung som gammal.

Sjung i kör

Sångpedagog börjar med uppvärmning, andnings- och röstövningar. Alla sånger är noggrant anpassade efter gruppens sammansättning och förmåga. Det viktigaste är att gruppen har kul och vågar släppa loss.

Pokerskola + turnering

Passar nybörjare och den mer erfarna. Rätt casino-stämning och med "looserbord" vilket gör att alla känner sig delaktiga och får vara med och spela tills vinnaren koras.

Bilda en orkester

Bilda en blåsorkester bestående av trumpet, saxofon, trombon, klarinett. Förvånas över hur gott resultatet blir trots avsaknad av erfarenhet och ev. musikalitet.

Mordgåta

Gruppen delas i mindre grupper och ska med hjälp av ledtrådar tillsammans lösa presenterat mord. En spännande aktivitet som kräver klurighet, samarbete och fantasi.

Andra idéer och förslag

Blomsterbindning och dekoration, pralinprovning, choklad- & romprovning eller något annat? Vi diskuterar gärna era tankar och önskemål.

