

RA Äventyr & Utveckling på Häckeberga Slott

Äventyr – Upplevelser - Teambuilding



RA Äventyr & Utveckling arrangerar naturnära upplevelser, grupputveckling, äventyrliga utmaningar och kreativ avkoppling på Häckeberga Slott med omgivningarna.

Vi har ett stort utbud av aktiviteter och upplevelser samt flera färdiga paket att utgå ifrån när vi diskuterar arrangemangets utformning. Vi håller till i slottsparken, inomhus i slottets lokaler eller helst ute i den fantastiska naturen som omger Häckeberga Slott. Tillsammans med Er syr vi ihop ett program som passar era syften och förutsättningar. Vi är lika flexibla som ambitiösa!



Aktiviteter på Häckeberga Slott.

På slottet kan vi erbjuda aktiviteter i slottets lokaler eller i slottsträdgården. Inomhus kan grupper tävla i roliga team aktiviteter under 1-1,5 tim. Utomhus kan en mångkamp komponeras efter önskemål. Bågskytte som en mingelaktivitet har varit ett uppskattat moment före middagar, eller som aktiv avkoppling på japanskt vis under intensiva konferenser. Under den kalla delen av året kan isskulptering vara en kreativ och rolig aktivitet på slottets terrass. Våra teamövningar är perfekta bensträckare under eller efter intensiva konferensdagar och vår jongleringskurs på en tim är en skrattfylld aktivitet som ger deltagarna ett framtida redskap för aktiv avkoppling.



Äventyrscampen i Häckeberga

Camp Häckeberga ligger i storslaget vackra natur på en avskild holme i Häckebergasjön, 25-40 minuters promenad runt sjön, 4 min med bil eller 15minuter med häst och vagn från Häckeberga Slott. En jättekåta med 40 sittplatser står i mitten av lägret, ett vedeldat vildmarksbad ligger längst ut på udden med utsikt över sjön. I skogarna runtomkring lägret finns möjlighet att prova äventyrliga mångkampsaktiviteter, höghöjdsutmaningar, paintball och teamutvecklande aktiviteter. Njut av naturen i vårt läger med en kåsa kokkaffe direkt från den öppna elden.

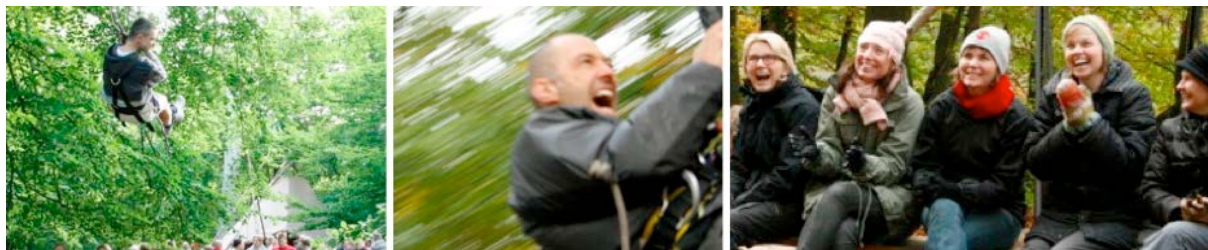
Vi anpassar lägret för just er grupp.



Aktiv.....

Mångkamp. 1,5 - 3 tim.

En populär aktivitet för många tillfällen! En mångkamp (full fart i 5-10 grenar) med aktiviteter som pilbågsskytte, blåsrörsskytte, ykastning och roliga team-aktiviteter brukar vara populärt när man ska ha en god stämning och skapa gemensamma minnen. Vi anpassar aktiviteterna efter era önskemål, gruppens sammansättning och syftet med aktiviteten.

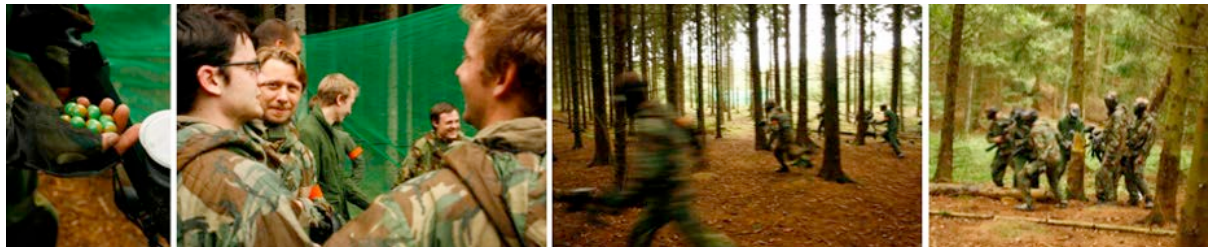


I Camp Häckeberga avslutar vi ofta mångkampen med att vinnarlaget får prova Jättegungan från 9 meters höjd - det kittlar ordentligt i magen och ger en härlig endorfinkick!

Höghöjdsutmaningar. 10 min. - 4 tim.

Aktiviteter på hög höjd kan vara en utmaning för ett team, en del av ett program inriktat på personlig utveckling eller helt enkelt en spännande upplevelse för modiga och nyfikna som vill testa sina gränser. Höghöjdsutmaningarna utförs naturligtvis med hög säkerhet.

Airwalk på 8 meters höjd, Jättegungan från 9 meters höjd, Supergungan från 14 meters höjd samt Jakobs stege, som är en samarbetsövning för modiga! En jättestege med manshöga avstånd mellan pinnarna, som når upp till 12 m. Här deltar hela gruppen med säkring, råd och hejjarop, även om inte alla vill klättra. Det finns även möjlighet att prova andra nervkittlande övningar på hög höjd, t.e.x. rep- och backklättring.



Paintball. 1,5 - 3 tim

En löjligt adrenalinstinn aktivitet där civiliserade män och kvinnor glömmer allt sans och förnuft för att bli Bruce Willis och Lara Croft ett par timmar. Stärk teamkänslan genom taktiska spel. Kommunikation ger alltid större vinstchans i paintballspel! Vi har all utrustning ni behöver.

Uppdraget . 1,5 - 3 tim.

Varje grupp utrustas med en väska fylld med uppdrag och en kamera. Det gäller att samla poäng på tid - prioritera, samarbeta och vara mycket kreativa. Uppdragen är av både teoretisk, fysisk och kreativ karaktär - här kan alla bidra till gruppens framgång på något sätt oavsett fysiska förutsättningar.

Backpackers Trail. 1,5 - 6 tim.

Vi vandrar tillsammans med små ryggsäckar fyllda med sådant som är bra att ha med sig och smakar gott på en vandring. Er guide har ryggsäcken full smarta aktiviteter och utmaningar som gruppen ställs inför på lämpliga platser. Vandringen kan vara kort eller lång, en förutbestämd led eller dit gruppens nyfikenhet tar oss. Att vandra runt sjön och fika i lägret är en trevlig och populär sträcka.

Äventyrssrace. 3 - 24 tim.

Om ni är ute efter en verklig utmaning. Ni som grupp tar er mellan waypoints med karta eller GPS. På vägen ställs ni inför tuffa utmaningar på olika plan, från marknära klurigheter till svindlande höghöjdsutmaningar. Ni tar er fram till fots, med cykel, häst eller kanot.

Nära naturen.....



Vildmarksbad. 30 min - 2 tim.

I campen finns vedeldade badtunna med utsikt över sjön där det är skönt att slappna av i det varma vattnet. Vattnet doftar gott av eteriska oljor. En rogivande upplevelse mitt i den vackra naturen! Vi kan ordna axelmassage åt de badande om ytterligare avslappning önskas. De som inte badar kan mysas med en kopp kaffe på varma renfällor framför lägerelden. Den här naturnära upplevelsen är en av våra mest uppskattade aktiviteter.



Kreativa möten. 1 - 6 tim.

Campen bjuder på frisk luft, klart ljus och fridfull skönhet. Vi bjuder på ett avstressande andningshål, platsen för fria tankar och diskussioner. Blåderblock och mineralvatten ingår.



Lugn och ro

När ni kommer till oss behöver det inte finnas ett fullspäckat program. Låt naturen göra jobbet. Vi tar hand om det praktiska och kryddar er tillvaro med små detaljer. Spännande eller avkopplande aktiviteter kan finnas där när lusten faller på, som bågskytte i Japansk meditativ anda, skogspromenad med enskild "stensittning", kaffepaus i flytring eller kall öl i vildmarksbadet. Nybakat tunnbröd eller våfflor direkt från den öppna elden smakar garanterat lite extra gott i naturen.



På vattnet

Med kanot kan man glida fram på vattnet som en rofylld aktivitet. Det är också ett spännande sätt att transportera sig från slottet till campen. I Håckebergasjön är gäddrekordet på 21,7kg. Med slottets roddbåtar eller våra flytringar kan ni ta er till de bästa fiskeställena. Inga båtar får dock användas i Håckebergasjön under häkningsperioden maj-juli.

Arbeta i grupp, skratta tillsammans.....



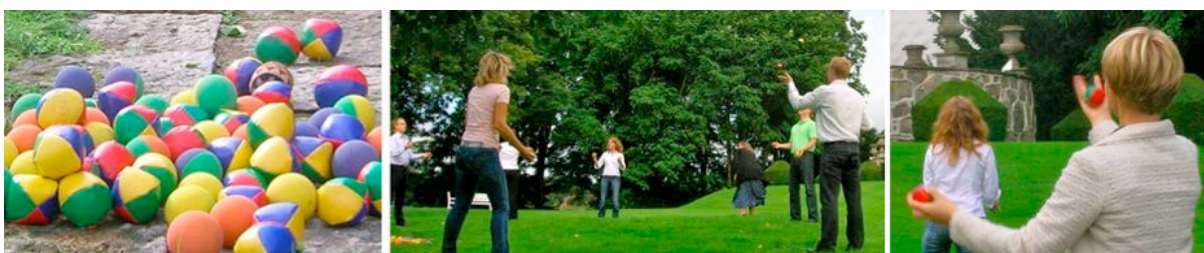
Teambuilding. 2 - 4 tim

Gruppen ställs inför gemensamma utmaningar med övningar hämtade från grupputvecklingsprogram. Här svetsas gruppen samman lite extra på ett mycket lustfyllt sätt. Kreativitet, uppfinningsrikedom, skratt och samarbete är ledord. *Notera att vi gör skillnad på Teambuilding och grupputveckling.*



Grupputveckling. 4 - 48 tim.

Gruppen jobbar här med problemlösning på ett djupare och ett mer analyserande och medvetet sätt. Vår teamutveckling baseras på den upplevelsebaserade inlärningsmodellen UBI, UpplevelseBaserad Inläring. Utbildade handledare guidar gruppen med stöd av teorier, analyser och spännande utmaningar. Nybildade grupper kommer närmre varandra på kortare tid, grupper som kört fast får verktyg att komma vidare.



Jonglering. 1 - 1,5 tim.

Att vi behöver korta mentala pauser för att kunna prestera bra är vetenskapligt förankrat. Jonglering under en paus på jobbet är en utmärkt form av aktiv återhämtning. Vi lär ut grunden för jonglering, pratar om dess möjliga effekter och användningsområde. Mycket skratt utlovas samt ett extremt värdefullt redskap för aktiv avkoppling i stressade miljöer. Bollar med er logo på kan ordnas.

RA Äventyr & Utveckling har sedan det bildades 1998 genomfört över 1700 arrangemang. Vi är ett tiotal eldsjälur som arbetar för att skapa små och stora arrangemang på deltagarnas förutsättningar. Självklart sätter vi alltid emotionell och fysisk säkerhet i första rummet.

Vi hoppas att Ni känner er inspirerade att kontakta oss och berätta om era önskemål och idéer.

Vi är lika flexibla som ambitiösa! Ring eller maila till oss så ger vi er ett förslag!