

## TEAM BUILDING

Abruzzo Rafting  
loc. Forconi, Civitella Messer Raimondo (CH)  
tel. 327 2819191  
su google maps digitare Abruzzo Rafting



# ABRUZZO RAFTING

L'attività di **Team Building** è oggi sempre più spesso applicata a realtà aziendali con lo scopo di ottenere il massimo in termini di performance dai propri dipendenti. La costruzione del gruppo può avere una valenza formativa, se associata ad un'analisi dettagliata dei bisogni, a fasi strutturate di debriefing con una maggiore appartenenza ad un team. L'attività stimola le aziende a riflettere sull'importanza di lavorare in contesti relazionali piacevoli, seguiti da guide professioniste della **Federazione Italiana Rafting** provenienti dalla **Scuola Rescue Project** che è riconosciuta come "Scuola Nazionale di Formazione al Soccorso Fluviale ed Alluvionale che lavora e forma continuamente sulla sicurezza ai sensi della **D. Lgs. 81/2008**

### Programma

Ritrovo ore 8:45 presso la base di Abruzzo Rafting  
Accoglienza e presentazione  
Vestizione negli appositi spogliatoi di materiale tecnico fornito da Abruzzo Rafting:  
muta, casco, giacca d'acqua e salvagente.

Il cliente deve portare l'occorrente per una doccia, una maglia termica a maniche lunghe,  
scarpe da ginnastica un cambio intimo ( il tutto si bagnerà).

Briefing: nozioni base per affrontare l'attività fluviale

Attività di rafting

Obiettivi:

la percezione di se stessi e dell'ambiente - capacità di autoanalisi - lettura delle emozioni -  
comunicazione

Attività in fiume:

attraversamento a nuoto singolo, a catena, a piramide in gruppo. Lancio delle corde, recupero in  
situazioni problematiche.

Obiettivi:

stress positivo e negativo - fiducia nel gruppo - relazione - gestione del gruppo - leadership

Rientro alla base con possibilità di doccia calda

Pranzo

Ripresa delle attività ore 15:00 primo step rielaborazione dell' attività

Attività di role playng

Briefing: informazioni sull'ambiente e sulle attrezzature, obiettivi da raggiungere.

Il materiale sarà fornito da Abruzzo Rafting

Il cliente deve portarsi un abbigliamento comodo tuta e scarpe da ginnastica.

Obiettivi:

la percezione di se stessi e dell'ambiente - comunicazione – collaborazione – lavoro di gruppo – capacità di ascolto- strategia

Rientro alla base con ultimo step di rielaborazione delle attività e del percorso fatto.

**Chiusura delle attività entro le ore 17:30**

*I percorsi fluviali saranno condotti da guide e maestri della federazione italiana rafting (disciplina sportiva associata al coni) istruttori della scuola di rescue project e da Istruttori della scuola italiana nordic walking, animatori orienteering (associata alla Fiso) e dallo psicologo.*

*Le attività possono subire variazioni in base al numero dei partecipanti e alle necessità in corso d'opera.*

Il costo del Team Building 70,00 € a persona + pranzo 25,00 €

Per ulteriori approfondimenti si invita a consultare i siti

[www.abruzzorafting.com](http://www.abruzzorafting.com)

[www.5terreoutdoor.com](http://www.5terreoutdoor.com)

oppure a rivolgersi ai seguenti contatti:

Segreteria Abruzzo Rafting tel 327 2819191

Email: [rafting@abruzzorafting.com](mailto:rafting@abruzzorafting.com)