

GRÖVELSJÖFJÄLLEN

4-dags SAMARBETSÖVNING/LEDARUTVECKLING

Fungerar utmärkt från december

Denna övning passar utmärkt som samarbetsövning eller som del i t.ex. en kurs i ledarutveckling.

Detta är ett kompakt program utanför de vanliga turiststråken i fantastisk alpin vildmarksmiljö.

Deltagarna får jobba i grupp, lösa problem, lära sig utnyttja gruppens resurser och ta hänsyn till gruppmedlemmarnas individuella förmåga. Allt skall genomföras på ett sådant sätt att alla deltagarna mår bra och är i god kondition vid målgång.

Förutom själva kursdelen får deltagarna både fysiskt och psykiskt stärkande fjällvildmarksupplevelser som det är svårt att som vanlig turist få uppleva.

Härliga minnen och upplevelser som säkert kommer att följa deltagarna genom livet. Något som både företag och deltagare har glädje av länge, länge.

Läs gärna referenser på hemsidan.

OBS: Endast förslag — Vi specialiserar ert program efter ert syfte

Dag 1.

AVRESA
KAFFE och lite information
EGET KONFERENSPROGRAM
MIDDAG i Hantverksbyn/Rättvik.
Förbeställt, dukat och klart när vi kommer fram.
GRUPPARBETE (B&D program) i 4 grupper för att lära känna varandra inom gruppen för att lättare kunna arbeta ihop med lite mer krävande uppgifterna. Knep & knäp, pussel, allmänorientering etc.
GRÖVELSJÖN Installation i rummen,
VÄLKOMSTDRINK
UTPROVNING AV SKIDUTRUSTNING
NATTAMAT

Dag 2.

FRUKOSTBUFFÉ/GENOMGÅNG INFÖR DAGENS ÖVNINGAR (Gruppen uppmanas att äta ordentligt då det inte blir någon lunch denna dag).
KURS FJÄLLTURSLEDNING (Telemark i Lövåsbacken)
Vi får bl.a. lära oss använda stighudar för att spara 50 % energi i motlut samt att svänga i utförslopor.
FJÄLLMARSCH
Över kalfjället till Lappvallen där någon från Idre Sameby tar emot, bjuder på samisk lunch och berättar lite om renskötsel (Lilla gruppen tolkar/skidar bort till Lappvallen).
OBS! Grupperna är ovetande om samelunchen.
SAMELUNCH
GENOMGÅNG/UTVÄRDERING av dagens övningar över en mugg glühwein i "Barfreden".
MIDDAG PÅ LÖVÅSGÅRDEN
MÖRKERORIENTERING gruppindelad i anslutning till Lövåsbacken. Praktiska och teoretiska uppgifter på fjället.
Utrustning: Telemarkskidor och "stighudar".
GENOMGÅNG/UTVÄRDERING
Avslutningsfest i fjällstugan. Vi överraskar med att vid kontroll 5 bjuda på kall samisk viltbuffé med lämplig dryck.
OBS! Deltagarna är ovetande om avslutningsfesten.

Mål fjällmarschen

Svetsa samman grupperna under trevliga men krävande former samt ge motion och frisk luft. Man har även en psykisk press på sig eftersom tror att man skall klara sig hela dagen utan mat och gärna vill hushålla med resurserna.

Utrustning: Skidkläder, telemarkutrustning med stighudar och liten ryggsäck med "nödprovianten".

Mål mörkerorientering:

Att arbeta gemensamt för att nå bästa resultat under krävande omständigheter.

Utrustning: Skidkläder, telemarkutrustning med stighudar.

Dag 3.

FRUKOSTBUFFÉ/GENOMGÅNG INFÖR DAGENS ÖVNINGAR
TOPPTUR/FJÄLLORIENTERING problemlösningar grupp 3 & 4
HUNDSPANN på kalfjället grupp 1
Grupp 2. Teori i konferensrummet
HUNDSPANN på kalfjället grupp 2
Grupp 1. Teori i konferensrummet
LUNCH på hotellet
TOPPTUR/FJÄLLORIENTERING problemlösningar grupp 1 & 2
HUNDSPANN på kalfjället grupp 3
Grupp 4. Teori i konferensrummet
HUNDSPANN på kalfjället grupp 4
Grupp 3. Teori i konferensrummet
GENOMGÅNG/UTVÄRDERING av dagens övningar över en mugg glühwein i konferensrummet
VILDMARKSBUFFÉ PÅ LÖVÅSGÅRDEN
SAMEKULTUR
Same från Idre Sameby berättar i ord och bild om sitt arbete som renskötare och renens vandringar under olika årstider.
PRIS/DIPLOMUTDELNING

Dag 4.

FRUKOSTBUFFÉ
INLÄMNING AV SKIDUTRUSTNING
PACKNING FÖR HEMFÄRD
HEMRESA via Sydsamiskt Center i Storsåtern för möjlighet att ta del av lite samisk kultur och köpa samisk slöjd, renkött, röding etc.
LUNCH i Hantverksbyn/Rättvik.
Förbeställt, dukat och klart när vi kommer fram.
UTVÄRDERING OCH DISKUSSION
kring resultat, upplevelser samt vad man tror sig fått ut av resan både som grupp och individ.
Alla får berätta sina erfarenheter.
TEORI-egget konferensprogram
HEMKOMST

Mål hundspannkörning: Att våga prova något nytt och främmande som i inledningskedet kan verka svårt och lite skrämmande.

Utrustning: Mycket varma käder, mössa med öronlappar, tumhandskar, halsduk att vira runt ansiktet om vädret är bistert, telemarkskorna eller egna varma skor.

Mål toppturen: Våga prova på något nytt, lita på den egna samt gruppleddarens förmåga att med hänsyn till den enskilde individen och gruppens förmåga att genomföra eller avbryta turen. OBS! Gruppleddare ej obligatoriskt. Gruppen avgör gemensamt om man skall ha ledare eller ej.

Utrustning: Skidkläder, telemarkutrustning med stighudar och liten ryggsäck.

Utrustning kan hyras av B&D.

