



TEAMBUILDING & OUTDOOR-ABENTEUER

# TEAMSHIFT

## ZUSAMMEN.STARK

DRAUSSEN LERNEN - INNEN WACHSEN

TMOUTDOORZ.AT

JETZT  
ANFRAGEN

1-2 TAGE

OFFICE@TMOUTDOORZ.AT - 0650/3455334

# TEAMSHIFT

## MEHR WIR. WENIGER STRESS

### GRENZEN ERWEITERN - VERBINDUNG STÄRKEN

Dieses 1-2-tägige Teambuilding verbindet gemeinsames Abenteuer in der Natur mit wirksamen Impulsen für (festgefahrenen) Kommunikation, Stressbewältigung und Zusammenarbeit. In einem geschützten Rahmen entsteht Raum zum Ankommen, Durchatmen und ehrlichen Austausch – angepasst an die Themen, die euer Team aktuell bewegen. Durch dialogische Elemente, körperliche Erfahrungen und gezielte Reflexion wird spürbar, wie Vertrauen wächst, Kommunikation klarer wird und Teams auch unter Druck handlungsfähig bleiben. Bei herausfordernden Hochseilstationen wird eure Stressbewältigungsfähigkeit auf die Probe gestellt. Ganz nach dem Motto: Draußen Grenzen erforschen und innen daran wachsen. Das Programm eignet sich sowohl als Incentive als auch als gezielte Maßnahme der Teamentwicklung.



#### Innen wachsen

- Sicherer Raum
- Bewusste Kommunikation
- Atemtechniken



#### Zielgruppe

Erwachsene: Teams ab 8 Pers.



#### Draußen lernen

- Hoch- und Niedrigseilstation
- kooperative Teamaufgaben
- Stressbewältigung



#### Kosten

ab 1990 Euro

Ein individuelles Teamangebot erhalten Sie gerne auf Anfrage.

### INFOS & KONTAKT



**Mag. Thomas Machinger**  
0650 3455334



**Website**  
[www.tmoutdoorz.at](http://www.tmoutdoorz.at)



**Email**  
[office@tmoutdoorz.at](mailto:office@tmoutdoorz.at)



**Mag. a (FH)**  
**Evi Schmidt**

**einfach raus**  
SURVIVAL & EMPOWERMENT  
 [www.einfach-raus.at](http://www.einfach-raus.at)