



Aktitetsmeny

Vi ordnar stillsamma och fartfyllda aktiviteter där du får chansen att lära känna din grupp på ett djupare plan. En del aktiviteter går att genomföra både ute och inne andra passar bäst utomhus.

Vill du boka en aktivitet eller har frågor om upplägg eller annat går det bra att ringa eller maila oss. Då vi ofta är ute i naturen med kundgrupper föredrar vi mail och sms.



Kontakta oss på:

martin@aktiviteterisormland.se

Martin: 070-730 82 32

Klurigheten

En lugnare aktivitet där ni i små lag tävlar i att lösa klurigheter. Samarbetsförmåga och barnasinne är viktiga inslag för att vinna tävlingen. Passar alla grupper och görs med fördel inomhus. Går att göra både på svenska och engelska.

Pris: 200 kr/person

Minimipris: 3500 kr

Tidsåtgång: 1-1,5 h Antal: 6-200 st



Teamcampen

En lagaktivitet där vi tävlar i enklare samarbetsövningar under lättsammare former. Fokus ligger inte på teori utan på att ha roligt. Ta fram tävlingsdjävulen och låt kampen börja.

Lämplig lagstorlek är 7-8personer per lag.

Genomförs utomhus.

Pris: 300 kr/person

Minimipris: 3500 kr

Tidsåtgång: ca 1-1,5 h Antal: 6-120 st



Möt din grupp möt dig själv

Den här aktiviteten blandar lättsamma gruppövningar med inslag av individuella reflektioner. Sammantaget så bidrar aktiviteten till att ni lär känna varandras egenskaper och svetsas ihop som ett team.

Genomförs utomhus eller inomhus i en stor lokal.

Pris: 300 kr/person

Minimipris: 4000 kr

Tidsåtgång: 1-1,5 h Antal: 8-60 st



Yoga & Gong

En perfekt avkoppling efter en dag med mycket tankar. Under ledning av vår yoga-instruktör går vi in i oss själva och hittar lugn och ro i kroppen. Ljudvibrationen från Gongen ger en ännu djupare avslappning och frigör spänningar och blockeringar.

Pris: 250 kr/person

Minimipris: 3500 kr

Tidsåtgång: ca 1-1,5 h Antal: 8-60 st



Guidad kajaktur

Efter en kortare introduktion och säkerhetsgenomgång tar vår kajakguide med er ut på vattnet. Vi paddlar i singel och dubbelkajaker och njuter av den vackra naturen i lugn takt.

Pris: Jogersö 550 kr/person (annan plats 650 kr/person)

Minimipris: 3300 kr (annan plats 4500 kr)

Tidsåtgång: ca 1,5-3 h Antal: 6-40 st



Bumperballs

Fotboll iklädda stora uppblåsbara plastbollar? Låter lika omöjligt som det är roligt både att spela och titta på.

Genom att du alltid landar på den mjuka bollen blir det mycket mindre skador än vid t.ex. vanlig fotboll.

Pris: Jogersö 325 kr/person (annan plats 450 kr/person)

Minimipris: 3250 kr (annan plats 4500 kr)

Tidsåtgång: ca 1 h Antal: 8-100 st



SUP-duellen

En blöt och nästan galen aktivitet där vi i lag duellerar mot varandra på våra Mega-SUP:ar. Garanterat händelserik och skrattfyllt.

Pris: Jogersö 250 kr/person (annan plats 300 kr/person)

Minimipris: 2500 kr (annan plats 4000 kr)

Tidsåtgång: ca 0,5-1 h Antal: 8-100 st



Smaklek

Vad kan du om smaker? Vår lagtävling som låter dig visa din smakkunskaper gällande olika godsaker såsom ost, choklad, lakrits och liknande. Det lag med bäst kunskaper och smaklökar vinner.

Pris: 320 kr/person

Minimipris: 4000 kr

Tidsåtgång: 1-1,5 h Antal: 6-120 st



Konstnären

Skapa, måla och var kreativ. En utmaning för vissa medan andra går igång direkt. Beroende på antal deltagare har vi några olika upplägg, både med samarbete och mer individuellt anpassade. Genomförs med fördel inomhus, året runt.

Pris: 300 kr/person

Minimipris: 4000 kr

Tidsåtgång: 1-1,5 h Antal: 6-300 st



Bildjakten

Att fotografera kan de flesta, men här gäller det för gruppen att leta upp och fotografera förutbestämda motiv i närområdet. I Bildjakten gäller det att så snabbt och korrekt som möjligt lokalisera vissa objekt och fotografera dessa. Flest korrekta foton vinner.

Lagtävling, ca 6personer/lag.

Pris: 250 kr/person

Minimipris: 3500 kr

Tidsåtgång: ca 1 h Antal: 6-1000 st



GPS-jakten

Med hjälp av GPS ska lagen lokalisera våra uppdragslådor. I varje låda finns en utmaning som laget måste lösa för att få nya koordinater. Först tillbaka till slutdestinationen vinner. Samarbete, tävling, klurighet är ledorden i denna tävling

Pris: 350 kr/person

Minimipris: 4000 kr

Tidsåtgång: ca 1 h Antal: 6-1000 st



Musik-Quiz

En lagtävling där alla kan vara med, perfekt aktivitet för att höja stämningen och aktivera gästerna. Ni svarar på frågorna och vår trubadur roar och underhåller. Lämpligt både innan, under eller efter middagen.

Underhållning för kvällen/nattens dans offereras separat.

Pris: 6500 kr/grupp

Tidsåtgång: ca 1 h Antal: 6-100 st



Mountainbike

Följ med oss ut och cykla mountainbike. Träning och frisk luft på samma gång. Våra erfarna guider går igenom grunderna eller utmanar er på olika sätt, beroende på vilken nivå ni är på.

För större grupper, begär offert.

Pris: 650 kr/person

Minimipris: 4000 kr

Tidsåtgång: ca 1-3 h Antal: 1-10 st



Bootcamp

Årets jobbigaste träningspass? Vår tränare (slavdrivare) kommer att ge er mjölksyra och endorfiner så att ni knappt vet vart ni ska ta vägen. 45minuter tuff träning utan redskap. Vågar ni? Lugn, vi avslutar passet med avslappning och skön stretch.

Genomförs oftast utomhus.

Pris: 100 kr/person

Minimipris: 3000 kr

Tidsåtgång: ca 1 h Antal: 1-100 st



Bågskytte

Pricksäkerhet, taktik och koncentration. Hur många poäng får ni?

Beroende på upplägg tävlar vi individuellt eller i lag. Aktiviteten avslutas med en riktig Robin Hood-utmaning. Vem träffar äpplet.

Utomhus.

Pris: 300 kr/person

Minimipris: 4000 kr

Tidsåtgång: ca 1 h Antal: 2-60 st



Övrigt Bekräftad aktivitet kan avbokas utan kostnad fram till 4 veckor före beställd tid. Därefter debiteras 50% av det avtalade priset fram till 7 dagar innan. Senare än 7 dagar debiteras hela summan. Moms tillkommer på priserna ovan. Vid bokning mindre än 7 dagar i förväg tillkommer 20% på priset.

Kontakt oss för att boka: Martin: 070-730 82 32

martin@aktiviteterisormland.se www.aktiviteterisormland.se

