



TEAM BUILDING EN ESPORTIU BADRENA

C/GALILEU 142
TEL: 93 490 56 44

PRESENTACIÓN:

- Estamos en el siglo XXI , el tiempo pasa muy rápido y el stress nos consume.
- Además , cada vez las empresas exigen una mayor colaboración entre empleados para lograr los objetivos que se plantean en el día a día.
- Por eso ofrecemos la opción de realizar la actividad de “TEAM BUILDING”



LOS OBJETIVOS:

- Colaborar colectivamente
- Reforzar las relaciones Interpersonales
- Trabajar en equipo
- Disfrutar
- Desconectar del ámbito laboral



ACTIVIDADES

- CLASES DIRIGIDAS: TBC, STRETCHING, PILATES....
- ARTES MARCIALES: JIU JITSU, DEFENSA PERSONAL, TAEKWONDO, JUDO...
- DEPORTES DE EQUIPO
- JUEGO EN EQUIPO

DURACIÓN: 2 HORAS, EN LAS CUALES SE COMBINARÁN VARIAS ACTIVIDADES



EJEMPLOS:

- DEFENSA PERSONAL 1 HORA
- TBC 30 MIN
- STRETCHING 30 MIN

- PACKS:
- PACK 1: DIRIGIDO A MUJERES
- DEFENSA PERSONAL 1HORA
- GAC/STRETCHING



- PACK 2:
 - KICK BOXING
 - DEFENSA PERSONAL
 - PARTIDO DE FUTBOL O BASQUET
-
- PACK 3: A ELECCIÓN DEL GRUPO QUE VENGA

HORARIO Y PRECIO

- Fines de semana

SÁBADO de 9 a 14 h

DOMINGO de 10 a 14 h

Si se quiere otro horario, acordar con el centro.

- Precio: 20 euros por persona
- En el pack que se escoja se incluye acceso a la ducha, préstamo de la toalla y recuerdo