

Team- und Gesundheitstag

Aktiv, gesund und ein klasse Team!

Seid ihr auf der Suche nach einem einzigartigen Erlebnis, das eure Schüler*innen spielerisch fördert und stärkt? Dann ist unser Team- und Gesundheitstag genau richtig! Der Schwerpunkt dieses Tages liegt auf Gesundheitsprävention, Teambuilding und psychosozialer Gesundheit. Damit bietet der Team- und Gesundheitstag eine ideale Kombination aus körperlicher Aktivität und mentaler Stärkung. Angeleitet von erfahrenen Trainer*innen erleben die Schüler*innen gemeinsam unvergessliche Momente voller Spaß, Herausforderungen und wertvoller Erkenntnisse. Bei sportlichen Warm-ups, Teamchallenges und einem Gesundheitszirkel werden die Schüler*innen motiviert, sich aktiv mit ihrem Körper und ihrer Gesundheit auseinanderzusetzen.

Dabei geht es nicht nur um die körperliche Fitness, sondern auch um wichtige Fähigkeiten wie Kooperation, Kommunikation und Vertrauen. Wir möchten, dass eure Schüler*innen ihre Stärken und Grenzen kennenlernen und sich als Teil eines Teams erleben. Unsere Trainer*innen gehen auch auf psychosoziale Aspekte ein und unterstützen eure Schüler*innen bei der Entwicklung eines gesunden Miteinanders. Das Programm ist darauf ausgelegt, die Klasse spielerisch und interaktiv zu fördern und Werte wie Teamfähigkeit, Verantwortungsbewusstsein und Respekt zu vermitteln.

Der Programmablauf (kann bei Bedarf und nach Absprache abweichen):

- Begrüßung, Vorstellung, Programmüberblick, Regeln und Namensduell
- Warm-up 1: Capui
- Warm-up 2: Ballwurf | Ringweitertgabe | Zeitlauf | Bewegungswürfel | Farbpalette | Tennisball-Challenge | Alaska
- Teamchallenge 1: Feuerliane | Mohawk-Walk | Pipeline | Moorfad
- Reflexionsrunde
- Gesundheitszirkel: Verschiedene Bewegungs- und Koordinationsaufgaben
- Mittagspause
- Erwärmung: (siehe Warm-up 2)
- Teamchallenge 2: Wo ist mein Huhn | Codeknacker | Zahl PI | Ball Point | siehe Teamchallenge 1
- Abschlussrunde

1. Tag: ANREISE ZUM MITTAGESSEN

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

2. Tag: PROGRAMM FINDET VON 9:30 BIS 15:00 UHR STATT

ALLGEMEINE HINWEISE

Eignung für Personen mit Mobilitätseinschränkungen

Bei entsprechend verfügbaren Kapazitäten in der Jugendherberge bemüht sich der Reiseveranstalter darum, die gewünschten Reiseleistungen auch Gästen mit Mobilitätseinschränkungen anzubieten. Es wird darum gebeten, bereits bei der Buchung genaue Angaben über die Personenzahl sowie jeweils über Art und Umfang der Mobilitätseinschränkungen der betreffenden Teilnehmer*innen zu machen, damit geprüft werden kann, ob die Buchung bestätigt werden kann.

Onlineversion des Angebots: www.jugendherberge.de/reisen/kl5586

Information & Buchung:

Jugendherberge Rheine,
Kopernikusstr. 82
48429 Rheine

☎ +49 5971 2407
✉ jh-rheine@djh-wl.de

Reiseveranstalter:

DJH-Landesverband Westfalen-Lippe gGmbH
Eppenhauer Str. 65
58093 Hagen

☎ +49 2331 9514-0
✉ info@djh-wl.de

Leistungen

- ✓ 2 Ü / VP im Mehrbettzimmer
- ✓ erlebnispädagogisches Programm mit Sebastian Schnee - Team- & Personalentwicklung
- ✓

Termine & Preise

01. 04. 2024 - 30. 11. 2024

- ☛ **2 Übernachtungen mit Vollpension,**
Bett / en im Mehrbettzimmer
150,00 € pro Person

01. 03. 2025 - 31. 10. 2025

- ☛ **2 Übernachtungen mit Vollpension,**
Bett / en im Mehrbettzimmer
155,00 € pro Person

Teilnehmerzahl

Mindestens 20 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 31 Tage vor Reisebeginn.