

## Aktiviteter med Aliva Äventyr

Alla priser exklusive moms

**Femkamp (utomhus och inomhus):** Utmana kollegorna på en lekfull femkamp, man mot man eller i lag. Kan utformas som en lättare samarbetsövning. Guldmedaljer till det vinnande laget.

Tid: 1,5-2 timmar.

Pris: 4 400 kr upp till 8 personer, därefter 400 kr per person.



**Träna samarbete i grupp (teambuilding):** Undersök hur samarbetet i gruppen fungerar. Praktiska övningar varvas med dialog och reflektion.

Tid: 2-3 timmar.

Pris: 6 000 kr upp till 8 personer, därefter 500 kr per person.

**Äventyrsorientering (året runt):** Lagtävling i klassisk orientering med karta och kompass, men i en annan skepnad där förmågan att kunna lösa problem är i fokus.

Tid: 2-3 timmar.

Pris: 4 400 kr upp till 8 personer, därefter 400 kr per person.



**The Battle (utomhus och inomhus):** Duellera lagvis för nöjes skull. Mycket skratt, högt tempo och tävlingsmoment som handlar om att vinna över sin "motståndare" i s.k. Instant Battles.

Tid: 1,5-3 timmar.

Pris: 10 - 40 p 545 kr/person, 41 - 60 p 495 kr/person, 61 - 445 kr/person

**X-Adventure:** Med GPS och karta gäller det att hitta så många aktivitetsstationer som möjligt. Lagen poängsätts efter tid och förmåga att lösa uppgifter.

Tid: 2-3 timmar.

Pris: 10 - 20 p 595 kr/person, 21 - 40 p 545 kr/person  
41 - 60 p 495 kr/person, 61 - 445 kr/person



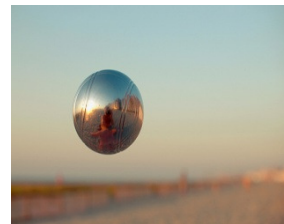


**Bouleturning med instruktör (utomhus och inomhus):**

Alla kan spela boule, det tar tio minuter att lära sig.  
Guldmedaljer till det vinnande laget.

Tid: 1,5-2 timmar.

Pris: 2 500 kr 2-6 personer, 3 000 kr 7-12 personer, 3 500 kr  
12 personer eller fler.



**Talk and Walk:** Hur fungerar kommunikationen? En annorlunda samarbetsaktivitet där det gäller att hjälpa en annan grupp till målet samtidigt som ni själva blir ledda med hjälp av Walkie Talkie.

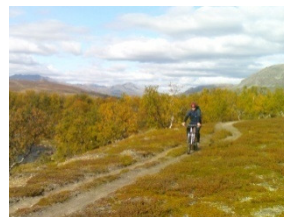
Tid: 2-3 timmar.

Pris: 4 400 kr upp till 8 personer, därefter 400 kr per person.

**Mountainbike:** Att cykla med mountainbike på en slinga i skogen är en upplevelse som ger både motion och en härlig friluftskänsla.

Tid: 2 timmar till heldag.

Pris: begär offert (priset anpassas efter tid, antalet deltagare, typ av arrangemang och eventuell transport).



**Klippklättring utomhus:** Att klättra utomhus på en klippa är en trevlig utmaning för alla, inte bara för vältränade spindelmänniskor.

Tid: 2 timmar till heldag.

Pris: begär offert (priset anpassas efter tid, antalet deltagare, typ av arrangemang och eventuell transport).

**Klättring på klättervägg:** Testa vilken svårighetsgrad ni klarar. Vi transporterar vår mobila klättervägg där ni befinner er.

Tid: 2 timmar till heldag.

Pris: begär offert (priset anpassas efter tid, antalet deltagare och typ av arrangemang).



**Kajak:** Ledarledda turer. Vi ger tips om paddelteknik och kan ge kurser i kamraträddning.

Tid: 2 timmar till heldag.

Pris: begär offert (priset anpassas efter tid, antalet deltagare, typ av arrangemang och eventuell transport).



**Långfärdsskridskor:** På vintern när isarna ligger blanka finns det möjlighet att följa med på en ledarledd skridskotur.

Tid: 2 timmar till heldag.

Pris: begär offert (priset anpassas efter tid, antalet deltagare, typ av arrangemang och eventuell transport).

**Privatlektioner i slalom och telemark:** Inled säsongen med en privatlektion i slalom eller telemark. Vi lär ut grundpositionen på skidorna och visar hur ni skall göra för att carvingtekniken skall sitta.

Tid: 1,5-2 timmar.

Pris: 700 kr för 1 person, 1 200 kronor för 2 personer, 1 500 kronor för 3 personer eller fler.



**Välkommen att kontakta Aliva Äventyr för mer information!**