

Teilnehmeranschreiben Seilgarten

Liebe Teilnehmerinnen, liebe Teilnehmer,

wir Trainer/innen vom KICK – The Ropes - Team werden diese Veranstaltung leiten und gemeinsam mit Dir / Ihnen gestalten. Es wird ein außergewöhnliches Programm werden, weshalb wir Dich/ Sie schon heute ein wenig darauf einstimmen wollen.

Die Übungen in unserem Programm leben davon, dass alle Teilnehmenden in der Trainingssituation einer für sie neuen Herausforderung begegnen. Deshalb ist es nicht sinnvoll, einzelne Übungen vorab zu beschreiben. In dieser Veranstaltung findet jedoch kein Survivaltraining statt und es werden keine Würmer gegessen☺.

Wir arbeiten nicht nur in Seminarräumen und mit dem Kopf, sondern vielmehr draußen und in Bewegung. Das Erleben und Erreichen gemeinsamer und individueller Ziele steht für uns im Vordergrund und funktioniert nur, wenn alle Beteiligten aktiv mitmachen.

Sie können Ihre Einsicht in Team- bzw. Gruppenprozesse erweitern, sich selber besser kennen lernen und in den Reflexionsrunden auch immer wieder den Bezug zum Alltag finden.

Nicht sportliche Höchstleistungen oder Wettkämpfe sind gefragt, sondern "spielerischer" Umgang miteinander. Das bedeutet auch, dass eine durchschnittliche körperliche Verfassung ausreicht. Niemand soll und muss sich besonders exponieren und mit jemand anderem messen. Hier geht es vor allem darum den Raum zu bekommen, die eigenen Möglichkeiten und Grenzen auszuprobieren, zu akzeptieren und möglicherweise zu erweitern. Team- und Persönlichkeitswachstum braucht keine Rambos, sondern Mut zur Offenheit und möglichst auch Spaß an der Sache.

Bitte folgende Dinge nicht vergessen!

1. Witterungsangepasste, robuste, warme und wetterfeste Kleidung für draußen, die schmutzig werden darf (evtl. mehrere Garnituren). Gegebenenfalls Handschuhe und Mütze nicht vergessen!
2. Regenjacke und Regenhose
3. Festes Schuhwerk; idealer Weise Wander- Trekkingschuhe, alternativ auch Turnschuhe
4. Sonnenschutz (Kappe, Sonnencreme, etc.)
5. persönliche Arzneien
6. Brillenband
7. Gute Laune ☺

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Informationen im Internet unter: www.seilgarten-berlin.de und per E-Mail: info@seilgarten-berlin.de, Tel. 030/ 300985 23

Standort: Der Seilgarten befindet sich hinter dem Haus der Bildungsstätte der Sportjugend Berlin, Hanns-Braun-Straße / Haus 27.

Treffpunkt für die Gruppen, soweit vorher nichts anderes vereinbart wurde, ist an der Schranke Hanns-Braun-Str. am Eingang des Olympia-Park Geländes. Dort werden die Teilnehmer/innen von den Seilgarten Trainern 5 Minuten vor Programmbeginn abgeholt!!!!

Ihr Seilarten KICK – The Ropes Team der Sportjugend Berlin e.V.