

Inspirerende og energigivende aktiviteter



På Sostrup Slot & Kloster designer vi alle møder & konferencer, kurser, uddannelser og retræter ud fra jeres ønskede mødeformål og ønsker til udbytte. Vi kommer gerne med idéer og inspiration, der sammen med de spændende og autentiske rammer kan bidrage til, at jeres arrangement bliver noget helt særligt.

Vi rådgiver og kommer gerne med:

Inputs til deltagerinvolvering som kan sikre bedre læring * Effektive og energigivende pauser for hjerne og krop * Inspirerende og unikke lokaler tilpasset jeres formål * Aktiviteter som kan understøtte mødeformålet eller bare give et friskt pusterum * Idéer til samarbejds- og kommunikationsøvelser m.m.

- Teambuilding i slots- og kloster parkens mange muligheder. Byg f.eks. jeres egen bro over voldgraven eller skyd med bue og pil i bedste Robin Hood stil m.fl.
- Mindfulness, yoga eller meditation i slotsparken eller på klosteret. Et skønt og berigende afbræk.
- Outdoor Cooking Challenge – en gastronomisk oplevelse med kollegaerne
- Få stemmen i bevægelse med sang og slå på tromme i Maria Hjerter Kirke
- Bueskydning, Segwaybattle eller Laser lervedskydning, m.m. i slotsparken.
- Vin- og mjødsmagning i den stemningsfulde slotskælder.
- Miniworkshop og foredrag om til at navigere i en stresset hverdag. – stressnavigation er videnskabeligt funderet. I vil få mere overskud, større nærvær og glæde. Faciliteres af Storm Steensgaard.
- Syng gospel med Djurs Gospelkor i Maria Hjerter Kirke en energigivende pause eller som teambuilding.
- Kickstart dagen med en gåtur med glad og inspirerende professionel walker, hvor I også lærer problemløsning m.m.
- Film teambuilding i unikke rammer - en helt fantastisk mulighed for at arbejde med virksomhedens værdier, strategier eller produkter.
- Inspiration til afholdelse af faciliteret stilhed med Silent Co-Creation, spar tid, nå agendaen, og tag flere beslutninger. Faciliteres af Bastion Overgaard
- Introduktion til Chi Kung og Tai Chi øvelser under de store bøgetræer i parken. Øvelserne gør dig stærkere som menneske, øger din energi, hjælper dig med at slippe dine spændinger og finde den indre ro.
- Kun fantasien sætter sine begrænsninger når man står overfor så unikke og historiske rammer.

Kontakt os på info@sostrup.org/ tlf. 8844 1200

