



VOORBEELD ARRANGEMENTEN

DaimlerChrysler Teambuilding-Teamgames programma

Dit laagdrempelige teamarrangement heeft voor iedereen wat te bieden. Het is een gevarieerde mix van sportieve en recreatieve activiteiten. De teams ondergaan in een ontspannen sfeer een aantal Games op zowel het fysieke als mentale vlak. Om deze Games succesvol te doorstaan is teamspirit, vernuft, geluk, humor en daadkracht onontbeerlijk. Voordeel van dit programma is dat het indien gewenst/ nodig is weersonafhankelijk georganiseerd kan worden. Uitgangspunt is steeds dat iedereen moet kunnen meedoen en dat er voldoende ruimte is voor recreatieve beleving.

DaimlerChrysler heeft gekozen voor de Teamgames:

Het meest geliefde arrangement voor teambuilding met een zeer gevarieerde serie aan Games. De ene keer moet u met speciale materialen iets construeren, dan weer een afstand overbruggen, een hindernis overwinnen of een probleem oplossen. De Games kunnen zowel indoor als outdoor plaatsvinden (of een combinatie van beide). De uiteindelijke keuze van de Games is afhankelijk van het definitief aantal deelnemers en wordt in onderling overleg bepaald.



DETAILS DaimlerChrysler programma

- Tijdsduur** 2 ½ uur
tijdsindeling 14.00-14.30 ontvangst met koffie & vlaai
 14.30-17.00 5 teamgames
 17.00-17.30 Uitloop / einde programma / omkleden
- Aantal** 12 personen
Prijs € 34,50 per persoon
- Inclusief** Organisatie en uitvoering, deskundige begeleiding, gebruik van materialen en locatie ROCCA.
- Exclusief** Verplichte WA/ongevallen verzekering à € 1,00 p.p.p.d., boekingskosten, eventuele overige consumpties en horeca, eventuele externe locatiekosten.
- Verzekering** Wij werken volgens TÜV gecertificeerde veiligheids- en kwaliteitsvoorschriften. Onderdeel hiervan is de verplichting om voor alle deelnemers een WA/ongevallen verzekering af te sluiten. De premie bedraagt € 1,00 per deelnemer, per dag.
- Organisatie** Teamgames kunnen zowel in- als outdoor of in een leuke mix daarvan plaats vinden. Het minimum aantal personen 6 personen en het maximum aantal is in overleg te bepalen.





VOORBEELD ARRANGEMENTEN

Rabobank Sittard-Geleen Cultuurdag

Rabobank cultuurdag, sportief maar niet te fanatiek:

PDA-Discovery-tocht:

Een wandel-, speurtocht waarbij met behulp van een PDA, met ingebouwde GPS-navigatie de weg gevonden moet worden. Diverse (zoek)opdrachten en vragen maken onderdeel uit van het programma.

Fiets-speurtocht:

Een sportief programma door het Limburgse heuvelland. Aan de hand van een "roadbook" legt u zelfstandig een speurtocht per fiets door het Limburgse heuvelland en de Belgische Voerstreek af. U krijgt de beschikking over een comfortabele hybride fiets met 24 versnellingen.

RABO TeamGames:

Het meest geliefde arrangement voor teambuilding met een zeer gevarieerde serie aan Games. De ene keer moet u met speciale materialen iets construeren, dan weer een afstand overbruggen, een hindernis overwinnen of een probleem oplossen. De Games kunnen zowel indoor als outdoor plaatsvinden (of een combinatie van beide). De uiteindelijke keuze van de Games is afhankelijk van het definitieve aantal deelnemers en wordt in onderling overleg bepaald.

Verzorgde lunch en buffet



DETAILS Rabobank Cultuurdag

Tijdsduur	Dag	
<i>tijdsindeling</i>	09.30-10.00	Aankomst en uitleg programma bij ROCCA
	10.00-12.00	Fiets-speurtocht: Groep 1 Discoverytocht: Groep 2 Teamgames: Groep 3
	12.00-13.30	Lunchbuffet
	13.30-15.30	Fiets-speurtocht: Groep 2 Discoverytocht: Groep 3 Teamgames: Groep 1
	15.30-16.00	wisseltijd / overloop
	16.00-18.00	Fiets-speurtocht: Groep 3 Discoverytocht: Groep 1 Teamgames: Groep 2
	17.30-18.00	Uitlooptijd / borrel
	18.00- einde	afsluiting met een verzorgd buffet

Aantal 120 personen

Prijs € 64,50 per persoon

Inclusief Organisatie en uitvoering, deskundige begeleiding, gebruik van materialen en locatie ROCCA.

Exclusief Verplichte WA/ongevallen verzekering à € 1,00 p.p.p.d., boekingskosten, eventuele overige consumpties en horeca, eventuele externe locatiekosten.

Organisatie Teamgames kunnen zowel in- als outdoor of in een leuke mix daarvan plaats vinden.
Het programma kan ook fungeren als een keuze programma waarbij de deelnemers zelf kiezen een welke activiteit(en) ze deelnemen. De prijs hiervoor is op aanvraag.





VOORBEELD ARRANGEMENTEN

ABP ludiek

Workshop Afrikaans trommelen

Ervaar de kracht van de Afrikaanse Percussie ... en het naar elkaar luisteren en samenspelen. Niet alleen maar samen bezig zijn! Een workshop Afrikaanse Percussie is altijd weer een belevenis. Het is fascinerend om te zien hoe mensen geraakt worden door deze vorm van percussie, waarbij je niet snel, maar heel snel samen muziek kan maken. De techniek is verbazingwekkend eenvoudig, iedereen kan djembé spelen. En muzikale kennis is geen vereiste. Percussie spelen is heel toegankelijk en is daardoor een effectieve metafoor voor onderlinge samenwerking en afstemming; binnen een korte tijd van onsamenhangende klanken naar een swingend ritme. Deze originele activiteit is ontzettend leuk om te doen met bovendien een verassend eindresultaat. Na afloop zult U het begrip "samenwerking" met uw collega's vanuit een nieuw perspectief bekijken.



Boogschieten & Pétanque

Een verrassende combinatie van twee eeuwenoude sporten. Vertoef in franse sferen als u ècht Pétanque leert spelen. Pétanque is een balsport die in Nederland ook vaak *Jeu de Boules* wordt genoemd. Petanque komt van "pied tanque" dat "voeten tezamen" betekent. In teams gaat u de strijd aan. Welk team behaalt het eerste 13 punten? Een ROCCA instructeur maakt u wegwijs in dit eeuwenoude gezelschapsspel.



Neem daarna de sprong over het kanaal en test uw ware Robin Hood kwaliteiten tijdens een (ont)spannende sessie handboogschieten. Vroeger was de boog een jacht- en oorlogswapen, maar tegenwoordig is boogschieten vooral een concentratiesport. Onder leiding van een instructeur maakt u op (ont)spannende wijze kennis met deze, Olympische tak van sport. Ga voor de punten of juist voor de lol. Concentratie en precisie zijn gewenst bij dit vorstelijk onderdeel.



Thema buffet Italiaans

DETAILS ABP creatief

Tijdsduur	<i>Dagdeel</i>	
<i>tijdsindeling</i>	13.00-13.30	Aankomst bij ROCCA
	13.30-15.00	Boogschieten & Pétanque
	15.00-15.30	Pauze met koffie & vlaai
	15.30-17.30	Workshop Afrikaans Trommelen
	17.30-18.00	Borrel
	18.00-19.00	Italiaans thema buffet Verona
Aantal	25 personen	
Prijs	€ 69,50 per persoon (excl. diner buffet)	
Inclusief	Organisatie en uitvoering, deskundige begeleiding, gebruik van materialen en locatie ROCCA, koffie en vlaai, 1 ½ uur drankafkoop, thema buffet.	
Exclusief	Verplichte WA/ongevallen verzekering à € 1,00 p.p.p.d., boekingskosten, eventuele overige consumpties.	



VOORBEELD ARRANGEMENTEN

ROCKWOOL Sportdag

Klimmen

Ervaar op een veilige manier de spanning en sensatie van het klimmen. Op een ontspannen en verantwoorde manier maakt u kennis met de basisbeginselen van het indoorklimmen: knopen en touwtechniek, elkaar zekeren, klimmen en weer afdalen. De unieke opbouw en de uitgebreide veiligheidstechnische begeleiding houdt rekening met iedereen. Of u nog nooit geklimmen heeft of al ervaring heeft, iedereen komt aan zijn trekken.

ATB met instructeur

Mountainbiken onder leiding van een instructeur; de groep hoeft zich dan geen zorgen meer te maken over het zoeken van de juiste route. De gids stemt zijn route speciaal af op het niveau van de groep en voert u over de mooiste paden en wegen. Bij pech onderweg herstelt hij snel en vakkundig uw rijwiel. Tenslotte leert de instructeur u "de fijne kneepjes" van het mountainbiken zodat u optimaal kunt genieten van uw tocht.

De activiteit is inclusief mountainbike en helm. Wanneer deelnemers met hun eigen mountainbike mee willen doen kan dat.

Fietstocht met GPS route

Mountainbiken met pittige (technische) afdalingen is niet voor iedereen weggelegd. Daarom een toch inspannend alternatief: een fietstocht door het heuvelland van 15 km. Geen extreme tocht maar wel een mooie tocht met enkele pittige klimmetjes. De deelnemers van de groep vinden hun route aan de hand van een GPS gemonteerd op het stuur van de fiets (1 GPS per groep). De prijs is inclusief de huur van een hybride fiets met 24 versnellingen.

Wanneer gewenst kan er ook gebruik gemaakt worden van een Electro fiets.

Nordic Walking

Tijdens deze workshop maakt men kennis met de grondbeginselen van deze bewegingsvorm of gaat men een (intensieve) trainingsroute lopen onder leiding en toezicht van een gecertificeerd instructeur.

Speciale ervaring of kennis is niet noodzakelijk. Alle workshops staat onder leiding van een gecertificeerde Nordic Walking instructeur.



DETAILS ROCKWOOL

Tijdsduur	Dag	
<i>tijdsindeling</i>	09.30-10.00	Aankomst en uitleg programma bij ROCCA
	10.00-12.00	Klimmen Mountainbiken / fietstocht Nordic Walking
	12.00-13.30	uitloop/ Lunch pauze
	13.30-15.30	Klimmen Mountainbiken / fietstocht Nordic Walking
	15.30-16.00	uitloop einde programma
Aantal	30-60 personen	
Prijs	€ 22,50 per persoon voor 1 keuzeactiviteit € 35,50 per persoon voor 2 keuzeactiviteiten	
Inclusief	Organisatie en uitvoering, deskundige begeleiding, gebruik van materialen en locatie.	
Exclusief	Verplichte WA/ongevallen verzekering à € 1,00 p.p.p.d., boekingskosten, eventuele overige consumpties/horeca.	



VOORBEELD ARRANGEMENTEN

BK wegebouw "Bokkerijders Mysterie"

"De Bokkerijders waren volgens verhalen leden van een georganiseerde roversbende in Nederlands Zuid-Limburg en Belgisch Limburg in de 18de eeuw. Ze kwamen aan hun naam omdat men van mening was dat zij een verbond met de duivel hadden gesloten en hierdoor op bokken in de nacht reden om ver weg te gaan stelen en te roven. Zo konden ze in één nacht vaker hun slag slaan. Ook hun brandbrieven werden gemerkt met het gildenteken, een "bokkenpoot".

Tijdens de tocht wordt u aan de hand van geluids- en filmfragmenten teruggevoerd naar de tijd van de Bokkerijders. Verschillende vragen en opdrachten verschijnen automatisch op het scherm van de PDA. Bij iedere vraag zijn dukaten te verdienen. Met behulp van de PDA wordt de buit van de Bokkerijders, welke zij op een nachtelijke roverstocht in het bos hebben moeten achterlaten opgespoord. Dit levert 'brandmerken' op, welke nodig zijn om het Duivelschrift het ontrafelen. Het spelen van twee 'proeven van bekwaamheid' tijdens de tocht levert extra goudstaven op. Bij terugkomst worden de eindscores bekend gemaakt. Het team dat de meeste goudstaven en dukaten verzameld heeft en het mysterie van de geheime Bokkerijders eed ontrafelt mag zich voegen bij deze bende.

Frites Festijn

Geniet van echte Belgische friet, zuurvlees en een snack geserveerd vanuit een originele 'frietkot'. Lekker informeel en gezellig.

Friet, zuurvlees en snack. Het eten wordt aangeboden en klaargemaakt vanuit een mobiele Belgische frietkot welke direct naast het gebouw van ROCCA staat.

Als een 'afhaalbuffet' staat de frietkraam, exclusief voor uw groep klaar. Het eten kan binnen in de bistro worden opgegeten onder het genot van een drankje.



DETAILS BK Weggebouw Bokkerijders Mysterie

Tijdsduur	<i>Avond</i>	
tijdsindeling	17.30-18.00	Ontvangst bij ROCCA
	18.00-20.30	Bokkerijderstocht
	20.30-22.00	Frites Festijn
	22.00-22.30	uitloop Programma
Aantal	35 personen	
Prijs	€ 39,50 per persoon	
Inclusief	Organisatie en uitvoering, deskundige griezelige begeleiding, afkoop drank tijdens frites festijn 1 ½ uur.	
Exclusief	Verplichte WA/ongevallen verzekering à € 1,00 p.p.p.d., boekingskosten, eventuele overige consumpties en horeca, eventuele externe locatiekosten.	
Organisatie	Het programma gaat bij elk weertype door, goed schoeisel en regenkleding is gewenst.	



VOORBEELD ARRANGEMENTEN

Heuvelland Actief

Dit, laagdrempelige combinatieprogramma, heeft voor iedereen wat te bieden. Het is een leuk gevarieerd programma bestaande uit een mix van sportieve en recreatieve indoor-, en outdooractiviteiten. De teams ondergaan een aantal *Games* op zowel het fysieke als mentale vlak. Om deze *Games* succesvol te doorstaan is teamspirit, vernuft, geluk, humor en daadkracht onontbeerlijk.

De Games bestaan uit de volgende onderdelen:

Shoot:

Op een ontspannen wijze maakt het team kennis met de eeuwenoude precisiesport handboogschieten. Wie is de beste schutter?

Dutch Mountains:

Een aantal teamleden moeten het 'hoogste' punt zien te bereiken. Alleen met de juiste aanwijzingen van het team zal dit lukken. Vertrouwen en samenwerken zijn de basis voor succes

Pressure:

Lukt het om binnen de tijd twee 'uitgebalanceerde' opdrachten te volbrengen? Het team dient een bom onschadelijk te maken en op inventieve wijze houten schijven in balans te brengen.

Island Hopping:

Het team moet van het ene eiland naar het andere zien te geraken. Het enige hulpmiddel hierbij is een stuk touw. Lukt het om zonder 'natte voeten' met z'n allen het andere eiland veilig te bereiken?



Organisatie:

- Het aantal deelnemers zal verdeeld worden over teams van circa 10 à 15 personen per team
- Aan de hand van een roulatieschema doorlopen de teams de diverse *Games*, welke elk circa 25 à 30 minuten duren.
- Bij elke *Game* draagt een instructeur zorg voor uitleg, instructie en veiligheid.
- Bij de activiteiten staat begeleiding en veiligheid van de deelnemers bovenaan. Wij werken uitsluitend met deskundig en ervaren begeleiding (sportopleiding, ROCCA training, EHBO diploma), veilig en goed onderhouden materialen.
- Afhankelijk van het seizoen, weersgesteldheid en type groep kan de samenstelling van de Games variëren

Tijdschema:

wij stellen de volgende globale tijdsindeling voor:
 14.00-14.30 Aankomst bij ROCCA / uitleg / indeling teams
 14.30-16.30 Heuvelland Actief
 16.30-17.00 uitloop / douchen / omkleden

Prijs:

€ 22,50 per persoon (op basis van minimaal 40 personen)

Inclusief:

Programma, organisatie en uitvoering, begeleiding en instructie, gebruik materialen e.d.

Exclusief:

Boekingskosten, verplichte WA/ongevallen verzekering à € 1,00 p.p.p.d., eventuele consumpties en overige horeca.



VOORBEELD ARRANGEMENTEN

Actief genieten à la Carte

Tijdens dit combinatieprogramma kan iedereen doen wat hij/zij zelf wil. Het aanbod van de activiteiten is divers en u kunt een keuze maken naar uw eigen voorkeur. Het is een leuk gevarieerd programma bestaande uit een mix van sportieve en recreatieve indoor-, en outdooractiviteiten. Uw deelnemers kunnen een keuze maken uit de onderstaande activiteiten

Boogschieten & Petanque:

min: 8 pers.

max: 20 pers.

Test uw "Wilhelm Tell" kwaliteiten tijdens een (ont)spannend sessie boogschieten en leer Jeu de boules spelen (met teams tegen elkaar).

Klimavontuur:

min: 8 pers.

max: 36 pers.

Maak op een ontspannen en verantwoorde manier kennis met deze verticale sport. Het gevecht met de zwaartekracht en het behalen van het hoogste punt als beloning.

Mountainbiken:

min: 8 pers.

max: 24 pers.

Fraaie ATB-tocht, onderleiding van een instructeur door het Limburgse heuvelland. Moderne mountainbikes voorzien van vering en een helm staan ter beschikking.

Fietstocht:

min: 8 pers.

max: 24 pers.

Ontdek het heuvelland op een comfortabele hybridefiets voorzien van 24 versnellingen. Een GPS-navigatie apparaat zorgt voor de juiste route.

TeamPlay:

min: 10 pers.

max: 30 pers.

Een mix van uitdagende en verrassende opdrachten die in groepsverband moeten worden uitgevoerd. O.a. constructies maken, ludieke race, hindernisparkeers, GiantGames... Er zijn mogelijkheden voor zowel binnen als buiten. De gemiddelde tijdsduur per opdracht is 20 à 30 minuten. Per blok van 2 à 2½ komt dit neer op 4 - 6 opdrachten. De exacte keuze, tijdsduur en aantal is afhankelijk van het aantal deelnemers.

GPS-Discovery:

min: 8 pers.

max: 20 pers.

Een speciale (oriëntatie)wandeltocht door de omringende heuvels. De juiste route wordt gevonden met behulp van een 'roadbook', schatkaarten en GPS-navigatie. Diverse hulpmiddelen helpen bij het vinden van de juiste antwoorden.



Organisatie:

- De minimale en maximale aantal deelnemers dien te worden gerespecteerd
- De deelnemers maken vooraf een keuze voor een activiteit
- Alle activiteiten duren ongeveer 2 à 2½ uur
- De activiteiten worden begeleid door ervaren instructeurs. De GPS-Discovery en Fietstocht worden (na uitleg en instructie) op eigen gelegenheid uitgevoerd.
- Voor de outdoor activiteiten zijn wij afhankelijk van daglicht.

Tijdschema: wij stellen de volgende globale tijdsindeling voor:

14.00-14.30	Aankomst bij ROCCA / uitleg programma
14.30-16.30	Actief genieten à la Carte
16.30-17.00	uitloop / douchen / omkleden

Prijs: € 24,50 per persoon (op basis van minimaal 40 personen)

Inclusief: Programma, organisatie en uitvoering, begeleiding en instructie, gebruik materialen e.d.

Exclusief: Boekingskosten, verplichte WA/ongevallen verzekering à € 1,00 p.p.p.d., eventuele consumpties en overige horeca.