

Team- und Gruppenübungen im Waldseilpark Wasserfallen



LRW Waldseilpark



Inhalt

1	Was ist ein Seilpark?	2
2	Was sind Team-/Gruppenübungen im Seilpark?	3
2.1	Teamwork.....	3
2.2	Kooperative Kommunikation	3
2.3	Besonnenes Handeln.....	3
2.4	Sozialkompetenz	3
2.5	Reflexion/Transfer.....	3
3	Programm und Kosten	4
3.1	Programmbeispiel (für 37-48 Personen)	4
3.2	Buchung / Annullierung.....	4
4	Sicherheit im Seilpark	5
4.1	Teilnehmende	5
4.2	Guides	5
4.3	Erste Hilfe	5
5	Anhang (Links: Downloads).....	5

1 Was ist ein Seilpark?

Ein Seilpark besteht aus mehreren Masten oder Bäumen, die durch verschiedene Elemente (Seilbrücken, Balken etc.) verbunden sind.

Auf der Basis einer sanften Nutzung der Natur bietet der Waldseilpark Wasserfällen die Möglichkeit für Familien, Gruppen, Teams und Einzelpersonen eindrückliche, abenteuerliche und herausfordernde Erlebnisse und Erfahrungen in der Natur zu machen und persönliche Grenzen oder Grenzen als Gruppe auszuloten.

Die Besucher/innen absolvieren im Seilpark verschiedene Parcours, bei welchen es auf Gleichgewichtssinn, Geschicklichkeit und Mut ankommt. Im Seilpark gibt es für die verschiedenen Ansprüche unterschiedliche Schwierigkeitsstufen.



2 Was sind Team-/Gruppenübungen im Seilpark?

Die Installationen für Team-/Gruppenübungen werden *Hochseilgarten* genannt. Sie bestehen aus in der Höhe (z.B. zwischen Bäumen) verspannten Seilen und weiteren Elementen. Diese zu überwinden gelingt den einzelnen Teilnehmenden nur mit Hilfe ihrer Team-/Gruppenkollegen und -kolleginnen. Während jeweils ein oder mehrere Gruppenmitglieder versuchen das Element in der Höhe zu überwinden, haben die übrigen Gruppenmitglieder die Aufgabe, dies durch ihre Unterstützung überhaupt zu ermöglichen. Ziel der Übung ist es, dass viele Gruppenmitglieder das Element möglichst problemlos überwinden können.

2.1 Teamwork

Die Zielerreichung ist nur durch gemeinsames und zielgerichtetes Handeln der Gruppe möglich, denn die Person(en) in der Höhe können das Hindernis/Element nur mit der Hilfe des gemeinsamen Agierens mit den übrigen Gruppenmitgliedern erfolgreich überwinden.

2.2 Kooperative Kommunikation

Das notwendige gemeinsame Agieren ist nur auf der Basis kooperativer Kommunikation über Lösungsmöglichkeiten und Aufgabenverteilungen erfolgreich. Nur dadurch gelingt eine effektive Zusammenarbeit mit dem Ziel die Überwindung des Elements immer besser zu meistern.

2.3 Besonnenes Handeln

In fünf bis zehn Metern Höhe zwischen Bäumen an Seilen zu hängen, wirkt verunsichernd. Dennoch ruhig und planvoll zu handeln ist grundlegend für die erfolgreiche Bewältigung des Elements.

2.4 Sozialkompetenz

Das Erkennen der Bedürfnisse der anderen Gruppenmitglieder und der persönlichen Grenzen, Hilfsbereitschaft, Zuverlässigkeit sowie die Übernahme von Verantwortung für sich und andere werden trainiert.

2.5 Reflexion/Transfer

Bei Zwischenstopps während der Übung reflektiert die Gruppe ihr Vorgehen und entwickelt daraus neue Handlungsmöglichkeiten, die zur besseren Bewältigung der Aufgabe führen. Als Abschluss der Übung reflektieren die Gruppenmitglieder anhand der gemachten Erfahrungen ihren Beitrag zur Bewältigung der Aufgabe, ihre Grenzen sowie ihre Rolle in der Gruppe. Darauf aufbauend ziehen die Gruppenmitglieder Parallelen zu ihrem realen (gemeinsamen) Alltag. Die Gruppe wird bei diesen Reflexions- und Transferprozessen von einem Coach unterstützt.



3 Programm und Kosten

Gerne erarbeiten wir für Sie und Ihr Team / Ihre Gruppe ein individuelles Programm und ein entsprechendes Angebot.

Unten geben wir Ihnen mit einem Programmbeispiel einen Einblick, wie Ihr Programm aussehen könnte.

3.1 Programmbeispiel (für 37-48 Personen)

09.45 Bergfahrt mit der Luftseilbahn

10.30 Treffpunkt beim Seilpark

- Informationen/Ablauf
- Einverständniserklärungen*
- Ausrüsten (Sicherheitsausrüstung)
- Instruktion
- Gruppeneinteilung (vier Gruppen)**
- Praktisches Üben der sicherheitsrelevanten Aspekte (Test)

11.30 - **Gruppe 1** (7-12 Teilnehmende): Freies begehen von Parcours im Seilpark

- **Gruppe 2** (7-12 Teilnehmende): Freies begehen von Parcours im Seilpark

- **Gruppe 3** (7-12 Teilnehmende): Team-/Gruppenübung Nr. 1

- **Gruppe 4** (7-12 Teilnehmende): Team-/Gruppenübung Nr. 2

12.30 - **Gruppe 1** (7-12 Teilnehmende): Team-/Gruppenübung Nr. 1

- **Gruppe 2** (7-12 Teilnehmende): Team-/Gruppenübung Nr. 2

- **Gruppe 3** (7-12 Teilnehmende): Freies begehen von Parcours im Seilpark

- **Gruppe 4** (7-12 Teilnehmende): Freies begehen von Parcours im Seilpark

13.30 Bei Bedarf / auf Wunsch:

- **Alle Gruppen:** Freies begehen von Parcours im Seilpark

15.30 Rückgabe der Sicherheitsausrüstung

* Damit vor Ort Zeit eingespart werden kann, sollen wenn möglich die Einverständniserklärungen zum Reglement und den Risikohinweisen von allen Teilnehmenden bereits im Voraus, ausgefüllt und unterschrieben werden. Das Formular inkl. Risikohinweise und das Reglement finden sich auf Deutsch und Englisch im Anhang (Links für Downloads).

** Nach Möglichkeit sollen die Teilnehmenden bereits im Voraus in vier Gruppen (jeweils 7-12 Personen) eingeteilt werden.

3.2 Buchung / Annullierung

Die definitive Buchung kann für alle oben genannten Programmpunkte inkl. den Angeboten des Heidi-Stübli über die Adventure Coaching & Rope Solutions GmbH getätigt werden.

Annullierung oder Änderung der Reservation ist bis 48 Stunden vor dem Anlass kostenlos.

Anschliessend erachten wir die Anzahl der Teilnehmenden als verbindlich. Diese gilt als

Basis für die Abrechnung, wobei wir eine Differenz nach unten bis 10% kostenlos

akzeptieren. Sind mehr Gäste/Teilnehmende als gemeldet anwesend, wird der Abrechnung die effektive Anzahl der Teilnehmenden zu Grunde gelegt.

4 Sicherheit im Seilpark

4.1 Teilnehmende

Alle Teilnehmenden werden ausführlich über die Anwendung der persönlichen Sicherheitsausrüstung (Klettergurt, Karabiner, Seilrolle, Helm, Handschuhe) instruiert.

Anschliessend müssen die Teilnehmenden einen Übungsparcours fehlerfrei absolvieren. Nur wer dies erfüllt, darf die Parcours im Seilpark begehen.

Zudem müssen alle Teilnehmenden schriftlich bestätigen, dass sie das Reglement und die Risikohinweise des Seilparks gelesen und verstanden haben und diese akzeptieren.

Fotos: Instruktion und Übungsparcours



4.2 Guides

Alle Guides im Seilpark verfügen über eine aktuelle europäisch zertifizierte Ausbildung als Betreuer und Retter in einem Seilpark (ERCA – European Ropes Course Association).

4.3 Erste Hilfe

Im Seilpark steht Erste Hilfe Material inkl. Defibrillator zur Verfügung. Sämtliche Guides sind in Erster Hilfe inkl. BLS/AED ausgebildet.

5 Anhang (Links: Downloads)

Folgende Dokumente finden Sie auf Deutsch und Englisch auf unserer Website:

<https://www.adventure-coaching.ch/waldseilpark-wasserfallen>

- Reglement
- Einverständnisformulare inkl. Risikohinweise für Erwachsene
- Einverständnisformulare inkl. Risikohinweise für Erwachsene in Begleitung von Kindern/Jugendlichen
- Einverständnisformulare inkl. Risikohinweise für Jugendliche ohne Begleitung von Erwachsenen

Herzlichen Dank für Ihr Interesse an unseren Angeboten. Wir würden uns freuen Sie auf der Wasserfällen begrüßen zu dürfen.