

TIIMIPÄIVÄ HUIPUSSA – ESIMERKKIAIKATAULU

10:00	saapuminen Huippuun
10:15	juomakorikiipeily ja ryhmäsolmu
12:00	lounas
13:00	varusteiden jako ja seikkailuopastus
13:30	seikkailua ylätimoissa tai Metsämieli-retki
15:30	juomatarjoilu
16:00	tilaisuus päättyy

METSÄMIELI-HYVINVOINTIRETKI

Jos porukassanne on sellaisia, jotka pitävät jalkansa mieluiten tukevasti maan pinnalla, he voivat nauttia ylätimoissa seikkailun sijaan Metsämieli-hyvinvointiretkestä. Retkellä tutustutaan luonnon hyvinvointivaikutuksiin ja tehdään virkistäviä ja rentouttavia Metsämieli-harjoituksia. Lisäksi etsitään arjen voimavaroja, tunnistetaan omia vahvuuksia ja saadaan innostusta tuleviin tavoitteisiin!

