



## Warum MAINAU AKTIV?

### Teamtraining

Das Teamtraining fördert den Zusammenhalt und die Motivation in der Gruppe. Die Kommunikation und Zusammenarbeit erfolgt auf anderen Ebenen und kann sich so weiter entwickeln. Jedes Team-Mitglied hat die gleichen Möglichkeiten, sich einzubringen – ohne die übliche Hierarchie. Negativer Gruppendruck wird vermieden. Situationen mit gegenseitiger Hilfe fördern neue Formen der Kooperation.

Der Kontrast zum Lebensalltag schafft ein Gemeinschaftserlebnis mit hoher Intensität. Er bewirkt eine positive Grundeinstellung, die innovative Arbeits- und Lösungswege erschließt und das ungeheure Potential der Gruppe aufzeigt. Die Teilnehmer treffen schnelle und unbürokratische Entscheidungen von hoher Effizienz.

### Nutzen für die Teilnehmer

Das Programm mit bewusst kleinen Teams ist ganzheitlich ausgerichtet, so dass neben der Förderung des Gruppenpotentials auch neue Impulse für die Gesundheit, Ernährung, Bewegung und Entspannung ihre Wirkung entfalten können.

Die veränderte Gruppenstruktur setzt individuelle Veränderungsprozesse in Gang. Der Einzelne erlebt sich in ungewohnten Situationen mit einer anderen Form der Bewährung. Körper, Geist und Seele sind gleichermaßen gefordert und machen offen für eine bereichernde Persönlichkeitsentwicklung.

Die Lernziele in einer neutralen, risikofreien Atmosphäre sind gleichzeitig auf kognitiver, sozialer und motorischer Ebene fixiert und verlangen die Kompetenz und Kreativität der ganzen Persönlichkeit mit all ihren Facetten. Diese Entwicklung setzt sich auf positive und nachhaltige Weise im Alltag und Teamgefüge fort.

Bei geführten Kanutouren ist es nach gründlicher Einweisung von eminenter Bedeutung, sich aufeinander einzustimmen und zu verlassen. Sehr rasch wird klar, dass optimales Vorwärtkommen nur im harmonischen Miteinander funktioniert.

Und schließlich besitzen Trainingseinheiten in der ursprünglichen Natur am Bodensee und rund um die Insel Mainau einen hohen und angenehmen Erinnerungswert.

Ihr MAINAU AKTIV – Team