

VIRKSOMHEDER I VILDMARKEN

VIRKSOMHEDER I VILDMARKEN

I R26 arbejder vi målrettet med **naturtilknytning og naturforståelse**, som et reelt greb til at **styrke fællesskab, engagement og mental trivsel**.

I dialoger med virksomheder oplever vi igen og igen, at netop dette rammer noget centralt: oplevelser, nærvær, stressreduktion, biodiversitet og en bæredygtig dagsorden, hvor medarbejderens relation til naturen bliver en drivkraft og ikke et sideprojekt.

Samtidig ser vi en tydelig bevægelse: flere arbejdspladser søger naturen.

I hverdagen. Til off-sites. Til strategidage og konferencer.

Det oplagte svar har længe været "glamping" – natur, men på afstand. Komfortabelt. Kontrolleret. Ofte tæt på det klassiske hotelophold.

Men vi tror på, at det kan gøres bedre

De seneste år har vi udviklet mere autentiske naturoplevelser, der kan supplere og udfordre de gængse formater. Oplevelser, hvor naturen ikke blot er en baggrund, men en aktiv medspiller. Hvor man træder ud af det velkendte uden at give slip på det faglige og forretningsmæssige formål.



Hvorfor?

Virksomheder i Vildmarken adskiller sig fra traditionelle læringsmiljøer ved at styrke fællesskab og personlig udvikling gennem naturbaserede rammer, anderledes læringsformer og relationer med mere dybde.

1

Øget selvindsigt

Når vi fjerner os fra møder, mails og vante roller, ser vi os selv tydeligere. Naturens enkelhed og uforudsigelighed fungerer som et spejl: Den viser vores styrker, vores reaktioner og de blinde vinkler, vi sjældent opdager i hverdagen. Her opstår ærlig refleksion uden støj.

Dybere relationer

Fælles oplevelser i naturen skaber ægte bånd. Når vi samarbejder, udfordres og er til stede sammen, opstår tillid og nærhed. Ikke baseret på titler eller funktioner, men på menneskelig kontakt. Det er her, relationer bliver robuste.

2

3

Læring der varer

Vi lærer bedst, når hele kroppen er med. Når sanserne aktiveres, og erfaringer leves frem for forklares, sætter læringen sig dybere. Det, man har oplevet, glemmer man ikke, og det bliver langt nemmere at omsætte til handling bagefter.

Mod og handlekraft

At bevæge sig uden for komfortzonen, både fysisk og mentalt, styrker det troen på egne evner. Når man har overvundet modstand i naturen, flytter grænserne sig også i arbejdslivet. Det skaber mod til at træffe beslutninger, tage ansvar og handle dér, hvor man tidligere tøvede.

4

5

Ro og nærvær

Naturen giver noget, vi mangler i mange organisationer: plads. Plads til at tænke klart. Plads til at mærke sig selv. Plads til at lytte. Forskning viser, at naturen reducerer stress, forbedrer søvn og øger mental klarhed. Men vigtigst af alt: Den hjælper os med at genfinde det, der faktisk betyder noget.



En cirkulær relevans



Når vi er **i balance med os selv**, kan vi indgå i **sunde relationer**



Når vores **relationer er sunde**, bliver vi bedre i stand til at tage **kollektivt ansvar**



Når vi oplever **tættere tilknytning til naturen**, vil vi højere grad have lyst til at **passe på den**



Når vi **agerer ansvarligt over for planeten**, styrker vi vores **indre integritet og sundhed**



Hvordan foregår det?

Der findes ikke én rigtig måde at tage i vildmarken på.

Når I tager med R26 i Vildmarken, starter vi ikke med et færdigt program, men med en samtale. Vi ved, at virksomheder og teams er forskellige. Nogle søger ro og refleksion. Andre ønsker udfordring, bevægelse og nye perspektiver. De fleste ønsker lidt af det hele.

Derfor er opholdet altid fleksibelt og tilpasset jeres behov, ønsker og ambitioner.

I vælger en overordnet retning for oplevelsen: komfortniveau, intensitet og rammer. Herfra designer vi forløbet sammen, med fokus på det, der er vigtigt for jer. Undervejs holder vi fast i det, der aldrig ændrer sig: høj kvalitet, gennemtænkte oplevelser og et fællesskab, hvor alle kan være med.

Vores rolle er at skabe trygge rammer, tage hånd om praktikken og detaljerne og guide jer gennem oplevelsen. Jeres rolle er at møde op nysgerrige, åbne og klar til at være til stede.

Resultatet er et ophold, der ikke føles som et standardkoncept, men som en unik naturoplevelse, der kan mærkes længe efter.



Tre niveauer

1

Natur med komfort - Trygge rammer og naturlig ro

Dette ophold er for jer, der ønsker at trække stikket – uden at give slip på komforten. I overnatter indenfor i faste rammer, mens opholdets aktiviteter, måltider og fælles stunder foregår i tæt forbindelse med den omkringliggende natur.

Naturen bruges aktivt som ramme for refleksion, samtale og fællesskab, men der er altid mulighed for at trække sig tilbage. Det er naturen, der sætter stemningen, ikke kravene.

Et oplagt valg for teams, der vil tættere på naturen i et roligt og tilgængeligt tempo.

2

Naturen som ramme - Overnatning og fællesskab i åbne, naturnære omgivelser

Her rykker I helt ud i naturen.

Overnatning, aktiviteter og forplejning foregår i vores etablerede camp midt i naturen. I sover godt med fast bund i sengen, mens stjernehimlen er tæt på, og bålet's knitren kan høres, når øjnene lukkes. Naturen er ikke længere baggrund, den er rammen. Det skaber stærkere fælles oplevelser, mere samarbejde og et naturligt skift i tempo og fokus.

For teams, der ønsker en fuld naturoplevelse inden for trygge og strukturerede rammer.

3

På naturens præmisser - Råt. Enkelt. Forbundet.

Dette er den mest kompromisløse oplevelse. Her tilpasser I jer naturen – ikke omvendt.

I overnatter primitivt (men trygt), laver mad sammen af det, I selv er med til at sanke og tilbereder og opholder jer midt i naturen i ordets mest bogstavelige forstand. Komforten er enkel, men oplevelsen er intens. Når hverdagen fjernes, og rammerne forenkles, opstår der plads til dyb refleksion, tydelige indsigter og stærke relationer.

For teams der vil udfordre vaner og opleve, hvad der sker, når man giver slip og lader naturen bestemme.

Et levende off-site

Hos R26 kan jeres ophold i vildmarken kombineres med nøje udvalgte indlæg, oplevelser og aktiviteter, der giver forløbet dybde, sammenhæng og varig effekt.

Vi samarbejder med anerkendte og relevante eksperter, som mestrer kunsten at møde mennesker dér, hvor de er. Indlæggene tilpasses jeres tema, jeres gruppe og jeres ambitioner og kan integreres både før opholdet, som en del af selve forløbet og som opfølgning bagefter.

Nedenfor finder I et udpluk af de formater, perspektiver og fagligheder, vi kan bringe i spil.



Opstart & kick-off



Genfind forbindelsen til naturen! Fra naturforbrug til naturtilknytning!



Biodiversitet og rewilding Vores biodiversitetskrise er alarmerende, Hvor slemt står det til, og hvad kan vi gøre?



“Alene i vildmarken” Hvordan overlever du i vildmarken?



Breathwork, meditation & saunagus Find ro og dyk ind i dig selv



Madlavning i naturen! Sank, fisk og jagt.



Adventure Race Sæt konkurrencen fri, og dyst med naturen og elementerne som ramme.



Historisk skattejagt Vi sætter historien i spil, og giver deltagerne indsigt i den konkrete lokations spændende forhistorie

Lokationer med højt til loftet

Når virksomheder træder ud i vildmarken, er det ikke bare rammerne, der ændrer sig, det er hele oplevelsen. Naturen, omgivelserne og stemningen er med til at sætte retningen for nærvær, fællesskab og refleksion.

De tre lokationer på kortet - **Selchausdal Gods**, **Vejrø** og **Knystaforsen** - er udvalgt som stærke eksempler. De viser spændvidden i, hvad vildmarken kan, men er langt fra de eneste muligheder.

Hos R26 hjælper vi jer med at finde den helt rette lokation baseret på jeres ønsker, jeres formål og de praktiske rammer. Vi matcher ambition med omgivelser, så oplevelsen giver mening hele vejen rundt.



KONCEPT & PROGRAM

FORSLAG

DAG 1

9.00. Fælles transport

11.00: Ankomst lokation

11.30-13.30: Intro til lokation. Mad teambuilding/produktion af frokost

13.30-16.30: Faglige aktiviteter + team aktiviteter

16.30-18.30: Indkvartering og klar til middag

19.00-XX.XX: Middag (Serveret eller "nak & æd egen produktion. Eller kombination)

DAG 2

8.30: morgenmotion og check ud

9.30: Morgenmad

11.00-14.00: Team og faglige aktiviteter inkl. frokost

Farvel og fælles hjem transport



SELCHAUSDAL GODS



SELCHAUSDAL GODS

Ægte natur, dyb historie og en ro, man mærker med det samme

Selchausdal Gods ligger i det kuperede vestsjællandske landskab ved Tissøs vestbred – lige op ad EU's fuglereservat og midt i det vidtstrakte område, hvor Åmosen breder sig. Her er naturen ikke kulisse, men levende og til stede.

Landskabet er rigt og mangfoldigt. Krondyr bevæger sig i skovbrynene, mens rovfugle svæver frit over sø og eng. Havørne og glenter tegner deres cirkler højt over landskabet. Det er ikke noget, der arrangeres eller iscenesættes, det er noget, man får lov at være gæst i.

På Selchausdal opstår der en sjælden mulighed for at opleve den danske vildmark, som den faktisk er: tæt på, rå, sanselig og fuld af liv. Et sted, hvor tempoet sænkes, opmærksomheden skærpes, og naturen inviterer til både ro og fordybelse.

Vores ambition er at sætte naturen aktivt i spil her. At tage virksomhedsgrupper med ud i landskabet, åbne sanserne og skabe rum for refleksion, fællesskab og nye perspektiver – med respekt for stedet, historien og det liv, der allerede er her.

KNYSTAFORSEN



“

Det er besværet, der modner os her i livet. Det er, når vi gør en indsats og gør os umage, at vi finder glæde, ikke i manglen på indsats. Det er, når vi må erkende vores fejl og trods nederlaget forsøger igen for denne gang at lykkes, at vi føler os levende. Det er umuligt at udmærke sig i ubesvær.

”

KNYSTAFORSEN

Michelin on fire – mad, natur og nærvær i sin reneste form

Knystaforsen i Sverige ligger ved en rislende flod, omgivet af uberørte skove, i et gammelt savværk med dybe rødder og sjæl i væggene. Det, der i dag er en internationalt anerkendt restaurant, var oprindeligt hjem for Eva og Nikolaj Tram.

Her bliver gæster ikke modtaget som kunder, men som mennesker, der er inviteret indenfor.

Madlavningen tager udgangspunkt i ild. Ikke som effekt, men som fundament. Selvom der findes et fuldt udstyret køkken, foregår meget af madlavningen udendørs, over flammer og gløder. Det er sanseligt, kompromisløst og bevidst upraktisk på den helt rigtige måde. For her handler måltidet ikke kun om smag, men om fællesskab, nærvær og den særlige energi, der opstår omkring et bål.

Ilden, den oprindelige kulinariske kraft, giver ikke bare smag til maden, men næring til samtalerne og ro til sindet.

Oplevelsen rækker langt ud over bordet. Knystaforsen tilbyder også stemningsfulde overnatningsmuligheder, både under fast tag i enkle, æstetiske rammer og under åben himmel med udsigt til stjernerne. Her falder dagen naturligt til ro, mens naturens lyde tager over.

Knystaforsen er et sted, hvor gastronomi, natur og menneskelig forbindelse smelter sammen. Et sted, der ikke forsøger at imponere, men som uundgåeligt gør det.

VEJRØ RESORT



VEJRØ RESORT

Ro, bæredygtighed og gastronomi i balance

Vejrø ligger midt i Smålandsfarvandet, sydvest for Sjælland omgivet af hav, himmel og en ro, der mærkes allerede ved ankomsten. Øen er afkoblet fra fastlandet, både fysisk og mentalt, og netop dét gør stedet særligt. Her er bæredygtighed ikke et koncept, men en praksis.

Vejrø drives af sit eget microgrid og er baseret på vedvarende energikilder og gennemtænkte løsninger for energi, vand og varme. Øen er i vid udstrækning selvforsynende, uden at det går ud over komfort, æstetik eller kvalitet. Tværtimod. Her viser Vejrø, at ansvarlighed og høj standard kan gå hånd i hånd.

Gastronomien på Vejrø er lige så jordnær, som den er kompromisløs. Menuerne sammensættes med udgangspunkt i sæsonen og det, øen selv leverer: økologiske grøntsager, frugt og urter fra drivhuse, marker og frugthaver. Kokkene bevæger sig ud i landskabet. I skove og langs kysten, og sanker vilde planter og bær, som bringer naturen direkte ind på tallerkenen.

Kød og vildt er udvalgt med samme omhu. Født, opdrættet og tilberedt på øen, så hele måltidet hænger sammen med stedet, landskabet og historien. Her er der ingen afstand mellem råvare og oplevelse.

For virksomhedsgrupper tilbyder Vejrø et sjældent rum til fordybelse. Afstanden til fastlandet skaber nærvær. Stilheden giver plads til samtaler. Og rammerne, både de naturlige og de menneskeskabte, inviterer til refleksion, fællesskab og nye perspektiver. Vejrø er ikke et sted, man skynder sig igennem. Det er et sted, man falder til ro.

PENSION KILDEGAARD



PENSION KILDEGAARD

Vand, strand og skov – nærvær i sin enkleste form

Hos Thomas og Katrine på Pension Kildegaard føles det, som at træde ind et sted, hvor tiden går lidt langsommere. Ikke som et hotel, men som at komme hjem. Hjem til noget genkendeligt, trygt og ægte. Som hjemme hos en farmor, hvor tingene får lov at være, som de er: rolige, autentiske og fulde af varme.

Pension Kildegaard er et lille og personligt kursussted i Tisvilde. Mindre end en times kørsel fra København. Tæt på, men alligevel langt nok væk til, at hverdagen slipper sit tag. Her ligger både station, skov og strand i umiddelbar nærhed, og naturen bliver en naturlig del af opholdet.

Tisvildes skov og kyst skaber et særligt landskab omkring pensionatet. De åbne stier i skoven indbyder til stille gåture og samtaler i bevægelse, mens stranden og havet giver luft, lys og perspektiv. Naturen er altid tæt på.

På selve pensionatet er der plads til fordybelse i den gamle have med lækroge, liggestole og frugttræer. Gårdhaven danner rammen om uformelle samtaler over kaffe, og om aftenen samles man i spisesalen til fælles måltider, hvor nærvær og fællesskab får lov at fylde.

Pension Kildegaard er ikke et sted, der imponerer med store armbevægelser. Det er et sted, der virker, fordi det er ærligt. Et sted, hvor naturen, rammerne og menneskene tilsammen skaber rum for relationer, ro og refleksion.

INVESTERING

Med udgangspunkt i jeres valg af program og koncept, er nedenstående priser inkl. omkostninger til mad, overnatning, konsulenttid fra R26 til forberedelse, team aktivitet, og deltagelse i forbindelse med arrangementet. Priserne tillægges moms, og er ekskl. udgifter til transport for deltagere og konsulenter, overnatning for konsulenter, ekstern udstyrsleje, samt eventuelt alkoholiske drikkevarer.

- Overnatning og mad (1,5 døgn): 3000-6000 dkk pr. person
- Team og faglige aktiviteter ved R26 (2 konsulenter): 1.200-1.600 dkk pr. person
- Forberedelse, leverandør håndtering, planlægning og ide udvikling ved Running26: 950/time. Forventet tidsforbrug 20-25 timer frem til afvikling.



R26
POWERFUL
RELATIONS

Kontakt os for mere info
info@running26.dk