



POWERFUL RELATIONS

info@running26.dk

Tallet 26 står for alt det, vi stræber efter at levere og leve op til hver dag.

Konkret er 26 udtryk for de to ekstra timer i døgnet, vi alle sammen godt kunne bruge. De to timer, der gør os i stand til at slappe af, være i balance og præstere optimalt i alle situationer.

26 er en rettesnor for os selv, som vi samtidig forsøger at give videre. I vores produkter, i vores møde med omverdenen og internt i virksomheden prøver vi altid at give udtryk for, hvordan livet med to ekstra timer i døgnet ser ud.

Med to timer ekstra er der plads til at forberede sig ordentligt, til at levere kvalitet hver gang, tid til at se folk i øjnene og til at vise oprigtig interesse for de mennesker, vi står overfor. Og det gælder uanset om det er vores største kunde eller vores mindste leverandør.

POWERFUL RELATIONS

Gennem hele vores eksistens som virksomhed, har vi kredset omkring en ambition om at bringe mennesker sammen, dyrke positive og værdiskabende relationer, og facilitere livsforandrende oplevelser.

Vores strategi kalder vi **Powerful Relations by Running26**.

Navnet i sig selv, er der ikke så meget nyt i, for vores pay off har alle dage været Powerful Relations.

Vores forretningsmæssige fokus er at skabe mentalt og fysisk overskud i organisationer, og for de mennesker disse består af. Det gør vi ved at fokusere på netværk, relationer, fællesskaber og engagement.

Du kan læse mere om vores aktiviteter i denne folder. Resten vil vi gerne fortælle om når vi ses.

MAGISKE ØJEBLIKKE

Selvom vi hedder Running26, så rækker vores aktiviteter længere end en tur i løbeskoene. Uanset om I ønsker sved på panden, eller 'blot' et fysisk eller mentalt break, har vi en bred palet af muligheder, der kan tilpasses jeres behov, ønsker, gruppestørrelse og sammensætning.

Gennem de seneste 15 år har vi brugt fysisk aktivitet til at knytte stærkere relationer mellem mennesker, samt bringe overskud og energi ind i dagen på en sjov måde. Med vores teambuildingaktiviteter vil vi gerne højne både kvaliteten og udbyttet af de timer, der er afsat, hvad enten der er tale om en teamdag, et møde eller en konference.

For os er det et kardinalpunkt, at alt vi leverer er skræddersyet til den enkelte. Vi tror ikke på "one size fits all" og alle aktiviteter planlægges derfor med afsæt i en indledende dialog og forventningsafstemning med den enkelte kunde.

Vi har selvfølgelig en lang række redskaber og muligheder, vi ved fungerer rigtig godt for de fleste, men vi stræber altid efter at levere det ekstra personlige touch, der gør udbyttet og oplevelsen både optimal og mindeværdig.

Lad os inspirere jer til hvordan I kan arbejde med jeres strategi, jeres nye team, jeres personlige lederskab eller hvad som helst der er på agendaen. Vi tænker kreativt og innovativt og kan hjælpe jer med at bryde ud af de vante tankegange og adfærdsmønstre.



TEAM WALKS

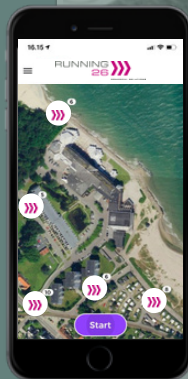
I vores vandringer, anvendes et "digitalt skattekort" som platform. Ved hjælp af et GPS-system, skal mindre hold, navigere i lokalområdet, for at finde digitale og/eller fysiske poster. Posterne kan bestå af spørgsmål, fotoopgaver og bemandede teamopgaver, som faciliteres af en eller flere af vores instruktører.

TEAM WALK

Vores TEAM WALK er særligt populær, og lægger op til at I skal arbejde sammen som et hold både ved at samarbejde og vise god holdånd. En del af indholdet har fokus på "Get to know" elementet, så I også lærer nye sider af hinanden (og måske jer selv) at kende.

Undervejs dystes holdene mod hinanden på point, på en sjov og spændende måde, der vil give jer smil på læben til den efterfølgende præmieceremoni, hvor vi kan præsentere billeder og videoer for jer som samlet gruppe, før eller under middagen.

Det digitale indhold kan på denne, og alle andre walks, suppleres af bemandede poster som laser lerdueskydning, blinde-MTB, water action, morsekode, klatrechallenge og meget andet.



VIRKSOMHEDSVANDRING

Indholdet kan med fordel, udover fun facts, omhandle en ny strategi eller jeres kerneværdier, således at disse opleves i en ny og sjov indpakning. På uformel vis får I koblet fælles oplevelser på jeres faglige stof og får skabt en meningsfuld kobling til opholdet og agendaen.

WALK THE TALK

I hold kæmper man om at indsamle flest mulige point, ved at løse en række opgaver sammen. Holdene følges ad (evt. via en app), mens en eller flere instruktører faciliterer små minikonkurrencer på udvalgte steder i nærområdet. Der dystes i øvelser, hvor kommunikation, strategi og samarbejde er i fokus.

FEST I DET FRI

Her implementerer vi alle dele af jeres arrangement i aktiviteten. Skab den hyggeligste teamdag ved at rykke hele festen udendørs. Posterne kan byde på street food-lækkerier, kaffe, søde sager, kolde øl og snacks. Bliv overrasket af en dansetrup eller en "silent disco" session eller skyd efter lerduer med laser.

100% DIGITALT - HVER FOR SIG

Vi kan også arrangere et 100% virtuelt event, hvor alle deltager i samme aktivitet, men fra hver sin lokation - evt. sammen med hele familien. Opgaverne aktiveres via et odometer, således at distancen afgør antallet af opgaver - og muligheden for at optjene point. Opstart og afslutning kan finde sted på Teams.

UD I NATUREN

I naturen er der hverken vægge, skriveborde eller stole, men rum til at bevæge og udfolde sig. Vi bruger omgivelserne som ramme for oplevelser med både høj og lav puls, samt som motivation til at dyrke bevægelse og fællesskaber.

OPLEV OMGIVELSERNE

HIKE – Oplev naturen i et roligt tempo på en guidet vandretur. Når man går "letter det tankerne" og ofte er det nemmere at tale og åbne op. Den øgede puls og friske luft gør samtalen mindre formel og mere afslappende. Knyt øvelser på turen, så I kan arbejde med at være mere tilstede og fornemme andre. Eller lad os hjælpe jer med at få dele af jeres faglige program med på tur.

LØB – Skal pulsen op, så snør skoene. Vi tager jer med på en tur, der både går via stier, større veje, gennem skov og strand eller hvad der passer med omgivelserne.

Vi indlægger en række 'power zones', som byder på sjove makker- og styrke øvelser undervejs. Vi kan også sammensætte et spændende program omkring bevægelsesdisciplinen parkour.

MTB / GRAVEL – Er I klar på en lidt længere tur, så byder en mountainbike social ride på både teknik, bakker og sjove øvelser. Vi starter altid med en god introduktion til cyklen og planlægger turen med udgangspunkt i jeres gruppe. Sværhedsgrad, rute, varighed og forhindringer skræddersyes.

HAVSVØMNING

Havsvømning giver et kick! Svømning i åbent vand byder på massevis af sansende indtryk, da man har udsigt til både kyst og havbund, når man ligger i vandoverfladen. En unik oplevelse fra gang til gang, da strøm, temperatur, vind og vejrforhold sætter rammerne.

Vi introducerer jer til tryk i vandet, orientering, kontrol af vejrtrækning og det af finde ro i bølger og strøm. Havsvømning giver jer både en fælles naturoplevelse og individuelle indsigter og udfordringer. Sessionen kan kombineres med øvrige vandaktiviteter som eksempelvis SUP, så I oplever hvorledes havet kan opleves på forskellige måder oppe- og nedefra.

STAND UP PADDLE

For jer, der er klar på sjove aktiviteter på og i vandet. Der kan både indgå kajaker, baderinge, de populære SUP boards eller vores MEGASUP med plads til op til 9 personer.

Stand Up Paddle kan det meste. Er I ude efter en rolig naturoplevelse, så sætter vi tempoet ned og åbner sanserne. Er I klar på en dyst eller vil I blot have pulsen op, så laver vi forskellige øvelser, hvor I får aktiveret jeres kroppe på en sjov og udfordrende måde.

Vi indleder altid med en grundig instruktion og sikkerhed inden vi tager jer med på vandet. Vi har også vådragter og veste til alle og sammensætter et program der passer til netop jer.

MØDE BOOSTERS

Har I netop sammensat et nyt team af medarbejdere, skal I tættere på hinanden eller er det bare tid til forandring? Vi kan booste jeres møde og skabe de helt rigtige forudsætninger for at det efterfølgende indhold lagres optimalt.

ENERGIFYLDTE PITSTOPS

QUIZ & BYT – Start dagen med at komme tættere på hinanden på en sjov måde, samtidig med at dagens tema bliver slået an. En icebreaker hvor man både bliver set og hørt. I to forskellige omgange motiveres og understøttes gruppens dialog, med spørgsmål og udsagn, som både er overraskende, sjove og til tider udfordrende. Aktiviteten giver et optimalt fundament for at skabe nye relationer og udbygge eksisterende. Den katalyserer lysten til at fortsætte dialogen, når dagen lakker mod enden.

PROCESØVELSE – Opgaven består i at bygge en helikopterplatform sammen (alternativ en anden model). Der skal afholdes budgetmøder, indkøbsprocesser og koordineringsmøder for at nå i mål med et produkt som byggeteknisk, arkitektonisk og økonomisk står i mål med kravspecifikationen.

BRAIN BOOST

Når vi skal prøve noget som ligger langt fra vores normale bevægelses-mønster, så føler mange at de kommer på usikker grund. Men dans, sang, bevægelse og musik kan netop samle et team på en helt speciel måde. Ingen skal stå alene, men alle skal arbejde sammen for at projektet lykkes.

KORSANG

Stemmen er et billede på din sindstilstand. Med de rette værktøjer er du i stand til at kontrollere stemmen – og ikke lade den styre dig. At bruge stemmen i en gruppe er en stærk og givende oplevelse. Vi vil introducere jer for kunsten at synge sammen, rytme, balance og gruppedynamik. I sidste ende resulterer arbejdet i en minikorkoncert. Vi kan også arbejde med et mix af stomp eller måske er I mere til at blive overraskede med et "silent disco" inden, under eller efter jeres middag.

NATURTERAPI

Vi kan give jer en introduktion til naturterapi, uden at I behøver at skulle langt ud i skoven. Ved at fordybe sig i naturen får man både frisk luft og fornyet energi til hjernen med enkle øvelser og fordybelse. Kom ned i tempo på en ny måde.



ARBEJDSKULTUR

“GEJST & GLÆDE”

“Kvaliteten af jeres humør er lig med kvaliteten af jeres hverdag, og de beslutninger I træffer”

2-3 timers workshop med fokus på at skabe gejst og glæde i teamet. Vi sætter rammen med evidens omkring trivsel og arbejdsglæde og hvilken betydning det har for den enkelte, for teamet og for performance både på arbejdet og som privatpersoner.

- Hvad er **gejst og glæde** for den enkelte?
- Hvordan vælger I **glæde** til i hverdagen?
- Hvordan hæver I **barren sammen**?
- Hvad skal der til, for at I når i mål?

DIVERSITET & INKLUDERENDE SAMARBEJDE

Vores fordomme er ofte skjult for os selv, de er ubevidste. Og når nu vi ikke selv kan opdage vores fordomme – så har vi brug for hinanden. Derfor er det vigtigt i et team eller hel virksomhed at skabe et kodeks for, hvordan vi taler sammen om fordomme og sammen blive bevidste om, hvor fordommene spænder ben for os.

Bliv inspireret, og bliv bedre til at arbejde sammen - eksempelvis ved:

- **Samarbejdsøvelse:** Teamøvelse med udgangspunkt i en pulje af værdior
- **Foredrag:** 45-90 minutters speak inkl. øvelser. Et inspirerende oplæg om de mest almindelige fordomme på arbejdspladsen. Herefter gruppearbejde, hvor en erfaren facilitator indenfor diversitet og inklusion sikrer, at alle input balanceres og får lov til at skabe de nødvendige refleksioner.

ONE TEAM - personprofiler

Sessionen tager udgangspunkt i karaktertræk og profilfarver kendt fra blandt andet Estimate, Disc og Insight profil- og adfærdsanalyser. Formålet er at få forståelse for, eller genopleve kollegers karaktertræk. På en sjov og let tilgængelig måde får vi talt om, hvad der er vigtigst for den enkelte, hvem som er mest ens i teamet og hvem som på papiret er mest forskellige.

Vi arbejder med humor og indsigt med fokus på styrker, og det vi sammen skal gøre mere af. Vi går i dybden med, hvordan de enkelte personprofiler agerer på henholdsvis en god dag og en dårlig dag, og hvordan I bedst kommunikerer på tværs af profiler.

En aktiv og relevant øvelse på en teamdag, strategiseminar eller når I bare vil være bedre til at kommunikere og arbejde sammen.

NYT TEAM, FÆLLES MINDSET

Opstart af projektgrupper, hvad enten de består af interne tværorganisatoriske ressourcer eller har eksterne rådgivere eller specialister tilknyttet kræver et særligt fokus. Projektgruppens succes er direkte proportionelt med kvaliteten af det fælles afsæt man tager ved projektets opstart.

Der er forskellige muligheder for sammensætningen af denne workshop.

Et dagsprogram kunne eksempelvis bestå af:

VELKOMST – aktive samarbejdsøvelser, hvor det handler om at lære hinanden at kende, tillid og kommunikation og gode grin. Vi sætter rammen for en dag med højt til himlen og med plads til masser af nysgerrighed.

GO LIVE – en dynamisk øvelse som sætter en overskuelig go-to rammer for gruppens forskellige adfærds-kendetegn samt giver overblik over styrker og potentialer i det samlede teams. Vi kommer overskueligt omkring kommunikations – og motivations tips & tricks.

SAMARBEJDSØVELSE – omkring fælles værdier og ståsted.

Herefter udarbejdes de første overordnede sigtelinjer for et fælles samarbejdskodeks og værdisæt ud fra et fagligt oplæg samt værktøjskasse.

FOKUSERING – Begejstring er ofte den afgørende forskel. Det holder dig oppe, når det bliver rigtig hårdt, og det holder modet oppe på dem der er omkring dig. Det smitter, og bliver hurtigt en vane. Faktisk tilføjer begejstring 5 procent ekstra til alt, vi gør. Hvad begejstrer jer?



ADVENTURE RACE

Vi skræddersyer et adventure race til jer. Inddelt i hold kæmper deltagerne om at komme først fra start til mål. Ruten er adskilt i etaper der indeholder opgaver, checkpoints og udfordringer. Turen kan f.eks. indeholde mountainbikes, RIB både og SUP boards, alt efter jeres præferencer. Der er garanti for nogle sjove, og adrenalinfyldte timer hvor man får sig selv, og sine kollegaer at se i et nyt lys. Og lærer på egen krop at kun ved teamwork når holdet helt i mål.

Vi anbefaler at afslutte strabadserne med forkælelse til deltagerne i smukke omgivelser. F.eks. sauna og kolde drikke ved vandet, eller lækker mad i solnedgangen.



TEAM RUNNING26



Kristian Uhd Jepsen
Adm. direktør
2576 8644
uhd@running26.dk



Bjarke Kobberø
Partner og cheftrener
6179 7477
kobberoe@running26.dk



Melvinino Mauritsen
Sales Account Manager
53784074
melvin@running26.dk



Nicklas Hyde
Senior Projektleder
2613 2686
hyde@running26.dk



Winnie Martedal Munk
Bogholder
5121 4934
winnie@running26.dk



Frederik Krohn Simonsen
Projektkoordinator
60464424
krohn@running26.dk



Jakob Gura
Projektkoordinator
31403251
gura@running26.dk

ÅNDEN I RUNNING26

Energi og begejstring

Vi joker med kunderne og hinanden, inddrager intelligent leg og giver high fives.

Nærvær og øjenhøjde

Vi har fokus på den enkeltes proces, niveaudeler og håndterer alle spørgsmål med empati, nærvær & interesse.

Fællesskab

Vi træner mod et fælles mål, udvikler og motiverer i fællesskaber og fokuserer altid på potentialerne.

Professionisme

Vi er fagligt dygtige og velforberejede. Vi stræber efter +2, så vi kan levere udover det forventede.



I Running26 skal der principielt være plads til lige så mange måder at vise 'den rette ånd' på, som vi er mennesker. Overskuddet skinner kun igennem, hvis det finder et personligt udtryk hos os hver især.

Det betyder langt fra, at alle har det, der skal til at blive en ægte 26'er. Men det betyder, at vi skal være åbne over for, at overskud, åbenhed, engagement, fightervilje og alt det, det i øvrigt kræver, kan findes i rigtig mange afskygninger.

Hvad er R26 ånden?

R26 Ånden er den grundsten Running26 er bygget på. De værdier der kendetegner os, når vi er bedst og den adfærd vi ved skaber de bedste kundeoplevelser.

Hvorfor er R26 ånden vigtig?

Det er centralt at kunne blive ved med at skabe gode kundeoplevelser og differentiere os fra konkurrenterne. Det er åndens formål. Uden den ingen R26.

Hvordan lever / leverer man R26 ånden?

R26 ånden består af fire værdier, samt tilhørende beskrivelser af den adfærd der er koblet til hver af disse værdier. Hvis vi husker disse værdier og tilstræber at leve efter dem og den adfærd der knytter sig hertil, vil vi levere den rette R26 ånd.

UNIKKE FÆLLESSKABER

Vi bruger fysisk aktivitet til at knytte stærkere relationer mellem mennesker, samt bringe ekstra energi og overskud ind i hverdagen på en uformel måde.

TÆT PÅ KUNDEN

Vi tror ikke på at "one size fits all". Alle vores aktiviteter planlægges derfor med afsæt i en indledende dialog og forventningsafstemning med den enkelte kunde omkring formål og ønsker.

RENT FYSISK

Vi udfolder os i de rammer som vi får til rådighed eller researcher og anbefaler. Vi bevæger vores kunder - uanset om der skal sved på panden eller der skal afvikles et mentalt mødebreak.

NATURLIGVIS!

Vi bruger naturen til at skabe rum for genopfyldning af energi. Vi stræber 'naturligvis' altid efter at levere det ekstra personlige touch, der gør udbyttet og oplevelsen både optimal og mindeværdig.