



Kinneulle

En arbetsdag i naturen

Fyll på dina medarbetares energi!

Hösten är här med sina härliga färger men samtidigt blir dagarna allt kortare. För att må bra gäller det därför att ta vara på de ljusa timmarna.

”En arbetsdag i naturen på Kinneulle” kombinerar arbete med friskvård och låter dig och ditt team investera i några timmar utomhus, i dagsljus och i rörelse. En stärkande promenad med en överraskande måltidsupplevelse och en stunds energigivande ”må bra-aktivitet” kombineras med information om landskapet vi rör oss i.

Du bestämmer innehåll beroende på vad du vill uppnå med dagen!

Vi skräddarsyr ett program efter dina önskemål. En halvdag med avslutande måltid kan vara lagom längd, men vi anpassar förstås om du vill ha kortare eller längre program. Läs mer på vår hemsida om olika tilläggsalternativ.

Vilka är vi? Discover Sweden Tours med extranamnet N&N resor Agritours Sweden har skräddarsytt gruppresor till och från Sverige i drygt 20 år, resor som kombinerar Nyttan med Nöje (N&N). Vår största målgrupp är i vanliga fall skog- och lantbruksnäringen men under några år skapade vi upplevelser för Arnturister och andra i hela Skaraborg. Kontoret finns på vår gård Malma vid foten av Kinneulle där vi bedriver traditionellt lantbruk. I Covid-19 tider ställer vi om för att jobba lokalt istället för globalt.

Eva Maria arbetar med resor och på gården, på NyföretagarCentrum och med coachande företagsutveckling. **Katri** arbetar med resor och leder yoga, core och jympapass på Friskis&Svettis i Lidköping.



DISCOVER
SWEDEN TOURS

Walk & Talk
Öka kreativiteten i
arbetsmötet och hitta nya
lösningar

Yogainspirerad aktivitet
Kan göras både utomhus
och inomhus

Måltidsupplevelse
Mat smakar bättre
utomhus!

Få en inblick i landskapets
betydelse för både
företagande och friluftsliv

Fyll på kunskapsbanken
Lär mer om Kinneulles
unika geologi, natur och
historia

Pris från SEK 490* + moms
Då ingår vandring enligt
program, en utomhus
servering samt avslutande
lättare måltid under tak

*per person, minst 10 betalande

Välkommen att höra av dig!
Discover Sweden Tours
Fullösa, Malma Gård
533 96 Götene
0511-502 46
info@nnresor.se
www.nnresor.se



De flesta av oss får oftast alldeles för lite dagsljus under årets mörka månader. För lite ljus kan påverka sömn, stresstålighet och förmågan att lära nya saker.

Investera i en stärkande promenad i skog och mark någonstans på Kinnekulle. Närheten till natur minskar stress, ökar den empatiska förmågan, samarbetsviljan och välbefinnandet samt ger bättre hälsa med bland annat stärkt immunförsvar.

Coachande utvecklingsfrågor under vandringen kan ge en idébank till något nytt eller kanske lösa ett befintligt problem. Vi lägger upp en lämplig rutt och anpassar vandringen i tid och hastighet efter era önskemål samt väder och vind.

En yogainspirerad aktivitet kan göras både ute och inne. I möjligaste mån håller vi oss utomhus där vi kan insupa ljuset och omgivningarna men om vädret kräver så finns flera trevliga lokaler för inomhusträning på berget.



Skogsbad (Shinrin Yoku) har blivit populärt för att minska stress, sänka pulsen och stärka immunförsvaret. Vi kan erbjuda en kort "prova på" version under vår vandring. Vi kan också ge tips på hur man enkelt kan påverka hälsan genom att andas mera medvetet. Genom att ta kontroll över, och förbättra sättet vi andas på så kan vi syresätta kroppen på ett effektivare sätt.

Kunskap om Kinnekulle; geologi, natur och fantastisk historia, kanske besök i någon av alla medeltida kyrkor kan väljas till. Allmän information om området vi går i och dess betydelse för företagande och friluftsliv ges på alla vandringar.

Maten – vägen till hjärtat! I samarbete med lokal matentreprenör serveras alltid enklare snack/tilltugg under bar himmel under vandringen som en överraskning. Som avslutning kan det vara skönt att komma in i värmen och mötas av en härlig måltid på en mysig restaurang eller rustik lokal.

Läs mer på vår hemsida om olika alternativ och upplägg. Kontakta oss när du vill ge dina medarbetare ett avbrott i vardagen och förena Nytt med Nöje. Vi skraddarsyr ett program efter dina önskemål.

Vi ser fram emot att höra av dig!

Eva Maria och Katri

DISCOVER

SWEDEN TOURS