

Μάιος: Μήνας Ευεξίας στο MONO, ο απόλυτος προορισμός για Team Building event

Προγραμματίστε το event σας στον αναρριχητικό μας χώρο και απολαύστε ένα ολοκληρωμένο πακέτο ευεξίας που συνδυάζει την σωματική άσκηση με τη χαλάρωση. Ειδικά σχεδιασμένο για να καλύψει τις ανάγκες των εταιρειών, το πακέτο αυτό προσφέρει:

Yoga & Wellness: Γιόγκα για αποφόρτιση και αναζωογόνηση.

Antistress: Tips και τεχνικές για κεντράρισμα και διαχείριση της έντονης καθημερινότητας

Αναρρίχηση & Bouldering: Γνωρίστε το άθλημα της αναρρίχησης και τις τεχνικές του από τους προπονητές μας, και στη συνέχεια δοκιμάστε με απόλυτη σε ένα περιβάλλον που προσεγγίζει την εμπειρία της αναρρίχησης σε εξωτερικό χώρο

Healthy Φαγητό: Απολαύστε υγιεινές γεύσεις και θρεπτικά σνακ για ενέργεια.



Η αναρρίχηση είναι ένας πρωτότυπος και συναρπαστικός τρόπος κτισίματος σχέσεων μεταξύ μιας ομάδας, καθώς τα μέλη της αθλούνται μαζί, φροντίζουν και εμπυχώνουν ο ένας τον άλλο. Είναι ιδανική για την συνολική τόνωση του σώματος και της υγείας, αλλά και για στιγμές διασκέδασης και χαλάρωσης με την ομάδα.

Η δραστηριότητα έχει διάρκεια 4 ώρες και είναι ιδανική για να ενδυναμώσετε τις σχέσεις εντός της ομάδας σας, ενισχύοντας τη συνεργασία και την εμπιστοσύνη.



Επικοινωνήστε μαζί μας για να οργανώσουμε μαζί την δική σας ημέρα ευεξίας στο MONO.

Υπεύθυνη εταιρικών δραστηριοτήτων
Αθηνά Παπάζογλου
216 070 2272 , 697 3801 176
athensclimbingproject@gmail.com
Mono
By athens climbing project

MONO
Athens Climbing Project