

# Toimintaa Långvikissa

TERVETULOJA NAUTTIMAAN MUKAVASTA TOIMINNASTA.  
TÄSSÄ ON MUUTAMIA ESIMERKKEJÄ REIPPAISTA OHJELMISTAMME.



## POTKUA ELÄMÄÄN

Tunnetko kicbiken, tuon erinomaisen suomalaisen kuntoiluvälineen. Potkimme mukavaa vauhtia läheisillä teillä ja nautimme mukavasta liikunnasta. Ohjelmassa tulee varmasti hiki ja ehkäpä löytyy joku uusi lihaskin. Vauhdikasta meininkiä ja kokemuksia, joista riittää puhuttavaa pitkäksi aikaa.  
**Kesto n. 1 tunti. 5 – 25 osallistujalle.**

## TOSI LIIKUTTAVA OHJELMA

Virkistyspäivän ohjelma, missä on sopivasti liikuntaa ja yhdessä tekemistä, haluamistanne osista koottuna. Voitte valita 2 – 10 teille sopivaa lajia, esimerkiksi: melonta, geokätköily, jousiammunta, frisbeegolf kickbaikkaus, sauvakävely, SUPpailu Chi-kung ja vaikka mitä. Rakennetaan juuri teille, vuodenaikaan sopiva ohjelmakokonaisuus.  
**5 – 400 osallistujalle. Kesto 2 – 6 tuntia.**

## KILPAA POHJOISNAVALLE

Reipasta seikkailua talven keskelle. Karttojen ja GPS laitteiden avulla tiimit suunnistavat rastilta toiselle pulmia ja tehtäviä ratkoen. Nyt kysytään sitä yhteishenkeä ja tarvitaan mukaan myös nokkeluutta eikä huumorikaan ole haitaksi. Talvisin käytämme apuna lumikenkiä ja iltahämärissä otsalamppuja.  
**Kesto noin 2 tuntia. 10 - 40 seikkailijalle.**



## ETSI JA HÄMMÄSTY

Geo-kätköily voi koukuttaa. Tiimit etsivät GPS laitteita käyttäen kätköjä, joilla on luontoaiheisia kysymyksiä. Juokseminen on tällä kertaa kielletty, eikä kaveria jätetä. Mukavaa yhdessä liikkumista ja löytämisen iloa.

**Kesto 1,5 tuntia. 2 - 30 osallistujalle.**

## KIEKKOA KORIIIN

Nyt voit testata kovassa suosiossa olevaa leppoisaa liikuntaa, frisbeegolfia. Rata on yhdeksän "reikäinen" ja sopii varmasti ihan kaikille.

**Kesto n. 1,5 tuntia. 2 – 20 osallistujalle.**

## REIKIÄ TAULUSSA

Kuka on firman paras jousiampuja? Enää ei tarvitse vain väitellä asiasta vaan kokeillaan kenellä on tarkin silmä ja vakain käsi. Ensinnäkin vähän tekniikkaa ja sitten katsotaan kuka on kuka. Sopii myös joukkuekisaksi.

**Kesto n. 1 tunti. 2 – 25 osallistujalle.**

## JETIN JÄLJILLÄ

Lumikenkäseikkailu Långvikin lähialueella on talvista liikuntaa parhaimmillaan. Luvassa on onnistumisen iloa, uusia yhteisiä kokemuksia ja kaunista luontoa. Pimeään aikaan käytämme otsalamppuja, joten myös iltaretkien tunnelmasta voi nauttia.

**Kesto 1-2 tuntia. 2 – 50 osallistujalle.**



## LÅNGVIK SPECIAL

Mainio kisa, mikä sopii loistavasti pahankin kilpailuvietin tyydyttämiseen ja tuottaa yhteishengen kohoamista, onnistumisen elämyksiä ja mukavaa yhdessäoloa. Ohjelmaan voivat osallistua kaikki terveet aikuiset, mutta haastetta riittää vaativammallekin seikkailijalle. Toteutus kaikkina vuodenaikoina.

**Kesto n. 2 tuntia. 15 – 200 osallistujalle.**

## KINBALL TURNAMENTTI

Käsittämätön hauska palloveli. Säännöt ovat yksinkertaiset, pallo on suuri ja kevyt, joten kaikki voivat ja kaikkien pitääkin osallistua. Peliä pelataan yhtäaikaaisesti kolmella joukkueella käyttäen jättimäistä, metrin halkaisijaltaan olevaa KINBALL® palloa joka painaa vain yhden kilon! Sopii erinomaisesti myös normaalisti pallopelejä kaihtaville ihmisille. Tiimityötä parhaimmillaan.

**Kesto 1 tuntia. 12 - 40 osallistujalle.**

## MITÄ MUUTA?

Ota yhteys alla olevaan numeroon tai sähköpostiin ja kerro toiveesi. Rakennamme juuri sinun ryhmällesi sopivan ohjelman. Katso lisää ohjelmavaihtoehtoja osoitteesta [www.moose.fi](http://www.moose.fi)

PS. Tarvittaessa osallistujat saavat sadeviitat, kumisaappaat, pilkkihaalarit, talvijalkineet sekä pipot ja käsineet.