

Teambuilding med körsång

Släpp loss kraften och gemenskapen i gruppen!

Vill ni sänka stressnivåerna och svetsa samman ert team på ett helt nytt plan? Under detta en- två-timmars pass kliver vi helt bortom prestige och vardagskrav för att göra något kraftfullt tillsammans.

Vi startar med lätta, lekfullas röst- och sångövningar som snabbt bryter isen, river mentala barriärer och får alla att slappna av och skratta tillsammans. När vi sjunger frigörs må-bra-hormoner som endorfiner och oxytocin, vilket sänker stressen och skapar en omedelbar känsla av trygghet och samhörighet i rummet.

Genom att lyssna på varandra och fläta samman våra röster bygger vi en stark gemenskap där alla drar åt samma håll. Det är en magisk upplevelse att höra hur snabbt gruppen förvandlas till en sammansvetsad enhet.

Det krävs absolut inga förkunskaper eller "sångröst" — aktiviteten bygger på hundra procent inkludering och alla kan vara med på sina egna villkor.

Ge ert team en gemensam hälsoboost och ett minne som ni kommer att prata om långt efter att konferensen är slut!



Vocal LIFE