Programmbausteine

Der Waldhof Finsterbergen bietet seinen Gästen neben der Unterkunft und Verpflegung eine Vielzahl attraktiver erlebnispädagogischer und sportpädagogischer Programme an. Je nach euren persönlichen Wünschen, können unsere Programmbausteine selbstverständlich euren Zielen angepasst werden. Unsere Mitarbeiter beraten und unterstützen Euch sehr gern, bei der Planung und Zusammenstellung Eures Programms. Die jeweiligen Programme sind in der Regel für einen Zeitraum von 2-3 Stunden ausgelegt.

Kletterwand



Unsere 7,5 Meter hohe Kletterwand ist mit verschiedenen Routen eine Herausforderung für Groß und Klein. Sowohl für diejenigen, die das Klettern einmal ausprobieren möchten, als auch für erfahrene Kletterer.

Kistenklettern

Hier ist Gleichgewicht gefragt! Ihr baut einen Turm aus Getränkekisten, während Ihr auf diesen steht… Was glaubt Ihr, wie viele Kisten könnt Ihr schaffen? Unser Rekord steht bei 25 Kisten gehalten von einer 11- jährigen Dame.



Baumklettern



Testet Euch an unserem 23 Meter hohen Kletterbaum, wie schwindelfrei Ihr wirklich seid. Zunächst erklimmt Ihr eine Sprossenleiter entlang des Stammes, bis Ihr anschließend die Baumkrone von Ast zu Ast hinaufklettert. Alle, die es bis ganz nach oben schaffen, können sich dort ins „*Wipfelbuch*“ eintragen.

Himmelsleiter



Eine Leiter der besonderen Art verbirgt sich hinter diesem Begriff. Die Höhe von 8 Metern allein ist da gar nicht so schlimm, aber auf dieser Länge gibt es nur 6 Sprossen. Daher ist Teamarbeit in Form von Räuberleiter oder Ähnlichem angesagt. Probiert es doch einfach mal aus.

Niedrigseilgarten



„*Säureteich, Lianengarten, Lavafluss oder der Moorpfad*“ sind nur eine kleine Auswahl von Übungen in unserem Niedrigseilgarten. Durch spannende, herausfordernde Aktionen erarbeitet Ihr neue Kommunikationswege, stärkt eure Teamfähigkeiten und entdeckt neue Konfliktlösungen. Findet gemeinsam mit uns heraus, welche Ressourcen und Stärken in Euch stecken. Egal, ob als Besatzung eines Schiffes oder auf den Spuren von Indiana Jones im Dschungel. Erlebt als Team eine abenteuerliche Reise durch „*das Land der verlorenen Sümpfe*“ in unserem Niedrigseilgarten.

Slackline

Diese Trendsportart bietet vielfältige Möglichkeiten in der Gruppe, die Kunst des Seiltanzens zu erlernen. Vom Aufsteigen und –springen über das Laufen bis hin zu kleinen Tricks und unserer „*Waterline*“ kann alles ausprobiert werden.



Konstruktionsaufgabe – Murmelbahn

Mit Holz, Rohren, Zangen, Rinnen und vielerlei mehr gilt es die größte Murmelbahn von Finsterbergen zu bauen. Die neue Attraktion hat aber Ihre Tücken. Abgesehen von der Testfahrt sind keine Probeläufe möglich und jeder Bahnabschnitt braucht sein eigenes Highlight. Somit sind neben handwerklichem Geschick für die Tüftelei auch Kreativität, Ausdauer und Mut gefragt. Wollt Ihr Euch an die Konstruktion wagen?

Natur- und Wahrnehmungsspiele



Wir bieten Euch eine breite Auswahl an Aktionen an, bei denen all eure Sinne gefördert als auch gefordert werden. Erfühlt mit uns Naturgegenstände, lernt Vogelstimmen zu unterscheiden, erkundet die Gerüche des Waldes und begleitet uns in unsere „*Unsicht-Bar*“.

Bewegungs- & Abenteuerspiele



Bei einer großen Auswahlmöglichkeit an Sport-, Ball- und Gruppenspielen, mit denen Ihr auch schon mal ins Schwitzen kommen könnt, ist der Spaß garantiert! Grundgedanke ist, gemeinsam in der Gruppe, Freude an der Bewegung zu haben. Unser Sportprofi „Chuck - das Hühnchen“ ist auch gerne mit dabei!

Biathlon

Neben der klassischen Winterausführung auf Skiern ermöglichen wir auch Sommervarianten. Unsere Lasergewehre sind vielseitig einsetzbar. Egal ob Trainingsgruppe oder Schulklasse, jeder kann es ausprobieren. Versucht doch mal die Kombinationen mit Lauf oder Rad.

Quietsche-Entchen-Golf



Dies ist eine Abwandlung des Crossgolfs und die lustige Abwechslung zum klassischen Golfsport. Dafür werden keine Caddies, gepflegter Rasen oder Vielzahl unterschiedlicher Schläger benötigt. Wir gehen ins freie Gelände, nutzen für jeden Teilnehmer eine Quietsche-Ente und schon ist jede Menge Spaß garantiert.

Bogenschießen



Wie zielsicher seid Ihr? Testet Euer Können und versucht Euch doch mal im traditionellen, intuitiven Bogenschießen. Nachdem Ihr die Zielscheibe mit den ersten Pfeilen getroffen habt, erwarten Euch kleine Wettbewerbe, wie Pferderennen oder Luftballons treffen.

Ein weiteres Highlight: *Bogenschießen im Fackelschein. (*1,5h)*

GPS- Rallyes/Touren



Erkundet den Wald und die Gegend rund um Finsterbergen auf eine *„etwas andere Art" – mit GPS-Geräten!* - Ihr könnt zwischen 4 verschiedenen Varianten wählen, wie Ihr Euer Abenteuer erleben wollt. Gerne beraten wir Euch bezüglich Zielsetzung und kognitiven/motorischen Fähigkeiten der Gruppe, welche der Varianten für Euch am passendsten ist.

GPS-Teamtour
Unser Personal kümmert sich zuvor um eine, für Euch, entsprechende Route. Um jedoch den nächsten Punkt zu erhalten, erwarten Euch verschiedenste Teamaufgaben. Diese können mal komisch, sportlich oder auch kreativ sein. Bei dieser GPS-Teamtour steht Teambuilding sowie Spaß und Freude in der Natur im Vordergrund.

GPS-Orientierungsrallye
Ihr wollt Euer sportliches Können unter Beweis stellen? Dann ist diese Aktion genau die richtige! Wir haben rund um den Waldhof Finsterbergen 50 Punkte gesetzt. Diese haben je nach Entfernung unterschiedliche Wertigkeiten. Ihr startet in Kleingruppen, bekommt eine kurze Einweisung in das GPS-Gerät, eine Übersichtskarte und zwei Stunden Zeit so viele Punkte wie möglich anzulaufen. Die Gruppe, welche am Ende die meisten Wertungspunkte gesammelt hat, gewinnt.

GPS-Gotcha (Schnitzeljagd)
Die Gruppe teilt sich in Läufer und Sucher auf. Ausgestattet mit einer Karte, einem Funkgerät und GPS-Gerät starten die Läufer mit einem Zeitvorsprung von 5 min in die Umgebung vom Waldhof. In vorgegebenen Zeitabständen müssen sie den Suchern Ihre Koordinaten durchgeben. Mithilfe der Karte und GPS haben die Sucher nun 45 Minuten Zeit die Läufer ausfindig zu machen. Anschließend werden die Gruppen gewechselt.

Waldhof-Cache (Schatzsuche)
Auf abenteuerlicher Suche nach dem weltbekannten Schatz von Finsterbergen. Ihr begebt Euch tief in den Wald hinein und bekommt knifflige Aufgaben oder Rätzel. Mit jedem gefundenen Punkt erhaltet Ihr einen weiteren Hinweis, der Euch dem Schatz näher bringt. Wenn Ihr alle Punkte findet und die Hinweise richtig zusammensetzt, erwartet Euch vielleicht der Schatz von Finsterbergen!

Nachtwanderung (*1,5h)

Sich im Dunklen zurechtfinden, einander vertrauen und die Wahrnehmung schulen – all das erwartet Euch bei einer Nachtwanderung in der Natur rund um den Waldhof. Erlebt mit uns, eine Suche nach verborgenen Sinnen und lernt das Zuhause der Tiere kennen.

Survivaltraining

Erprobt eure Survival-skills mit *einem* oder *mehrerer* Programme unseres Survivaltrainings und lernt, wie man ganz einfach sein eigenes Feuer ohne große Hilfsmittel entfacht, eine eigene Hütte baut oder welche Kräuter man im Thüringer-Wald findet und essen/trinken kann.

1. Biwak bauen

Ihr seid gern draußen im Wald unterwegs? Könntet ihr euch vorstellen dort auch zu übernachten mit allem was die Natur euch bietet? Dann fangt doch an zu bauen … Vorher schauen wir gemeinsam, wo ein guter Platz dafür ist und was alles dazu gehört. Anschließend wird getestet, ob Euer Biwak regen- und sturmsicher ist!

2. Feuermachen (Popcornzubereitung/Stockbrot)

Das Abenteuer kann beginnen!... Lernt die Skills unserer erfahrenen Mitarbeiter, wie man ohne Feuerzeug und Grillanzünder oder Papier, ganz einfach ein Feuer zu jeder Jahreszeit gemeistert kriegt. Euer Geschick feiern wir anschließend, indem Ihr Euer eigenes Popcorn oder Pfannenbrot über eurem eigenen Feuer zubereitet.

Auf Anfrage: mit Teezubereitung/Kräuterkunde

Welche Kräuter kann man eigentlich Essen oder Trinken? Gibt es verwandte „*giftige*“ Arten? Wir zeigen Euch, welche gesunden Kräuter in unseren Wäldern heimisch sind und lassen es uns gemeinsam so richtig gut gehen, mit einem frisch zubereiteten „*Waldkräuter-Tee*“ über offenem Feuer!

Auf Anfrage:

MTB Tour

Mit unseren Mountainbikes laden wir Euch ein, die Sehenswürdigkeiten und die atemberaubende Natur in der Region unter professioneller Anleitung kennenzulernen. Der Inselberg, die Eberts-Wiese mit Bergsee, der Lauchagrund oder die Eisdiele von Tambach-Dietharz sind nur einige Beispiele für eine spannende Tour rund um den Thüringer Rennsteig. Wir bieten Halb- und Ganztagestouren an. Für jede Tour könnt Ihr zwischen verschiedenen Varianten wählen, um den Weg zu eurem Ziel eigenständig zu finden. Alle Touren werden selbstverständlich von unserem Fachkundigen Personal betreut.

Ernährung & gesunde Lebensweise



Gesunde Ernährung und Nahrungsmittel (Theorie)
Allergien häufen sich derzeit ähnlich wie Lebensmittelskandale. Jeder Anbieter hat einen anderen guten Tipp, wie man sich gesund ernährt und uns begegnen Begriffe wie *„Bio“*, *„Fairtrade“*, *„lowcarb“*, *„light“*, *„vegan“*, Nachhaltigkeit und viele mehr. Doch was steckt hinter den Siegeln und wie erkenne ich, was wirklich in den Lebensmitteln enthalten ist? All das und viel mehr erwartet Euch bei diesem Programmbaustein.



Pizza backen
„Schwing den Teig wie ein echter Italiener“ - *„schnibbel die Zutaten wie ein Meisterkoch“* – und - *„kreiere die Pizza wie ein Kunstwerk“*!
Gemeinsam zaubern wir Traditionell *italienische* Pizza in unserem Steinbackofen mit ausgewählten, gesunden Zutaten. – Da schmeckt es einfach jedem!

Stressbewältigung & Entspannung

Jeder von uns kennt typische Belastungssituationen. Doch wie wirken sich diese bei uns aus? Jeder reagiert anders und manchmal merken wir es selber gar nicht, wenn wir angespannt oder gestresst sind. Gemeinsam mit Euch versuchen wir solche Situationen und deren Wirkungen zu benennen, um anschließend miteinander Strategien zu entwickeln und angemessene Möglichkeiten zu erkennen um Stresssituationen entgegen zu wirken.

Vogelhaus-/Insektenhotel bauen

Gemeinsam mit Euch, wollen wir den Tieren und Insekten etwas Gutes tun.
Schon seit einigen Jahren ist es zur Sommerzeit immer wieder viel zu heiß und zu trocken. Die Vögel und Insekten haben kaum die Möglichkeit von alleine zu überleben. Die Land- und Forstwirtschaft erschwert es ihnen noch mehr und deren Zuhause und Wohnraum wird immer kleiner. Doch keine Sorge, wir helfen aus! Lernt mit uns, wie Ihr ein eigenes Vogelhaus baut oder ein vielseitiges Insektenhotel erschafft. Somit könnt auch Ihr den Vögeln und Insekten ein wenig helfen und ihnen ein neues, sicheres Zuhause schaffen.
…Lasst uns gemeinsam etwas GUTES tun!