

Bymose Væggen

Formål;

En anderledes og sjov måde at få deltagerne til at forholde sig til begrebet målsætning.

Materialer;

Klatreudstyr, Sikkerhedsudstyr, Uddannet personale

Deltagere;

Mindre grupper er optimalt, da der kun klatres med én person ad gangen.

Fremgangsmåde;

Deltagerne præsenteres for "opgaven" – klatrevæggen.

Hver deltager skal nu sætte sig et mål for;

Hvor højt

Hvor hurtigt

Hvilken vej

Målene kan sættes som kvantitative mål:

Øverste grønne greb, 2min og 10 sek, Ad en rute længst ude til venstre

Eller som kvalitative mål:

Den person der når højeste op, på 5. hurtigste tid, den mest lige vej.

Disse individuelle mål skal hver enkelt deltager præsentere for resten af gruppen, umiddelbart inden start.