

ACTIVITEITEN AANBOD KAAP DOORN CONFERENTIECENTRUM



VERGADERBREAKS: NATUURLIJK GOED!

Kaap Doorn biedt u – in samenwerking met verschillende partners - een verrijking van uw vergaderarrangement: vergaderbreaks.

Wilt u ontspanning, even iets anders, eruit en iets leuks doen? Dan zijn onze vergaderbreaks iets voor u!

De Utrechtse Heuvelrug vormt het decor voor uw ontspanning of teambuilding. In onze natuurlijke bosomgeving gaat u op het gewenste niveau van inspanning (of ontspanning) met elkaar op pad. Teamwork, teambuilding, of 'just for fun', alles is mogelijk!

Als u een vergaderbreak in uw vergaderarrangement wenst, kunt u dit doorgeven aan de afdeling reserveringen van Kaap Doorn per email: reserveringen@kaapdoorn.nl of telefonisch: (0343) 42 04 36. Indien u een op maat gemaakte activiteit wil, kunnen wij dit ook samen met onze partners verzorgen.

Wij zullen dan contact met u opnemen om uw wensen om te zetten in een succesvolle activiteit!

Om nieuwe inspiratie op te doen...

Om uw programma kracht bij te zetten...

Om te doorbreken...

INHOUDSOPGAVE

1. OUTDOOR ACTIVITEITEN.....	4
1.1 Segways.....	4
1.1.1 Segway tour.....	4
1.1.2 Segway live experience.....	4
1.1.3 Segway Team Training.....	4
1.2 Create and Connect.....	5
1.3 Snakepit.....	5
1.4 Schapen drijven met border collies.....	6
1.5 Schermen.....	6
1.6 Team Challenges.....	7
1.7 Roadbook Expedition.....	7
1.8 Haka workshop.....	8
1.9 Boswandeling.....	8
1.10 Bootcamp.....	9
1.11 Schilderworkshop.....	9
1.12 Teambuilding met reflectie (plezier en diepgang).....	10
1.13 Teambuilding Compact.....	10
1.14 Ballenfabriek.....	11
1.15 Tien minuten touwbrug (vraagt lef, speciaal geschikt voor directieteams).....	11
1.16 Vakwerk.....	12
1.17 Serious Fun.....	12
1.18 Mountainbike avontuur.....	13
1.19 Boogschieten.....	13
1.20 e-Fatbike.....	14
1.21 e-Chopper.....	14
1.22 Schaapfulness mini-retreat.....	15
1.23 Outdoor koken 2.0.....	16
1.24 Drone workshop.....	17
1.25 Vuurschaal.....	17
1.26 Bosbaden – Shinrin Yoku.....	18
2. INDOOR ACTIVITEITEN.....	19
2.1 Pubquiz.....	19
2.1.1 Pubquiz met quizmaster.....	19
2.1.2 Doe-het-zelf quizpakket.....	19
2.1.3 Digiquiz.....	19
2.1.4 Budgetquiz.....	20

2.2 Mobile Escape Room	20
2.3 Speedball	21
2.4 De Balanstafel (vraagt lef, speciaal geschikt voor directieteams)	21
2.5 VR Dining	22
2.6 Schilderworkshop	23
2.7 Escape Box	23
2.8 Lachworkshops	24
2.8.1 Loslach-workshop	24
2.8.2 Teamcommunicatie-Lachworkshop	25
2.8.3 Lachworkshop Voor De Verandering	25
2.9 Virtual Reality workshop	26
3. VERHUUR & EXTERNE ACTIVITEITEN	27
3.1 Fietsverhuur	27
3.2 Bowlen.....	27
3.3 Kookworkshop.....	27
3.4 Huis Doorn	27

1. OUTDOOR ACTIVITEITEN

Samen met onze partners bieden wij diverse activiteiten aan. De buitenactiviteiten vinden plaats op een van de veldjes van het eigen terrein van Kaap Doorn, op een nabijgelegen weiland of in het bos.

De vraag aan u is om ervoor te zorgen dat uw gasten passende kleding aan hebben en voor stevige platte schoenen met profiel zorgen, die nat en vies mogen worden.

1.1 Segways



1.1.1 Segway tour

Ontdek de omgeving op de eerste elektrische zelf balancerende voertuigen ter wereld. Segway rijden is makkelijk te leren, dynamisch, spectaculair en ontzettend leuk.

Prijzen & praktische informatie

- Duur 1 tot 2 uur.
- Groepsgrootte: minimaal 7, maximaal 11: er kunnen segways bij gehuurd worden.
- Richtprijs is € 85,00 per persoon.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten en 21% btw.

1.1.2 Segway live experience

Hét teambuilding event met segways, speciaal voor grotere groepen.

Ga de strijd aan op diverse onderdelen zoals follow the rope, mega 4 op een rij, over de brug en discgolf.

Prijzen & praktische informatie

- Duur 45 minuten tot 1 uur en 15 minuten.
- Groepsgrootte: minimaal 20, maximaal 40: er kunnen segways bij gehuurd worden.
- Richtprijs is € 60,50 per persoon.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten en exclusief 21% btw.

1.1.3 Segway Team Training

Als de eerste opdracht goed is volbracht krijgen beide teams een landkaart waarop diverse checkpoints zichtbaar zijn. Om bij de checkpoints te komen staat er voor iedereen een segway klaar. Samen met instructeurs leren alle teamleden veilig rijden op de segway alvorens naar het eerste checkpoint te rijden.

Bij de checkpoints ontvangt men een nieuw deel van de route en materialen voor de eindopdracht. De eindopdracht bestaat uit een oefening waarbij de kernwoorden communiceren, samenwerken en vertrouwen maximaal tot zijn recht komen.

Prijzen & praktische informatie

- Duur 2 tot 3 uur.
- Groepsgrootte: minimaal 7, maximaal 11: er kunnen segways bij gehuurd worden.
- Prijs is op aanvraag.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten en exclusief btw.



1.2 Create and Connect



Per team is er een “bouw” team en een “actief” team.

Het actieve team doorloopt teamactiviteiten om materialen te verdienen voor het bouwteam. Het bouwteam bouwt in fases een Mega 3D Vlieger. De finale bestaat uit het gezamenlijk oplaten van de Mega vlieger.

Prijzen & praktische informatie

- Duur 1,5 uur tot 3 uur.
- Groepsgrootte: vanaf 15 personen, geen maximum.
- Richtprijs is € 49,50 per persoon.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten.
- Exclusief 21% btw.

1.3 Snakepit



‘De slangenkuil’ als werkvloer

Een uitdagende vergaderbreak waarbij u met elkaar een brug ontwerpt, bouwt en oversteekt. Een beroep op interactie, samenwerking, communicatie en teamspirit. Kunt u het met elkaar eens worden binnen de gegeven tijd? Wie neemt de leiding? Wie ondersteunt dat iemand de leiding neemt? Hoe vindt het verbeterproces plaats? Worden kwaliteiten ingezet?

U komt in dit programma een op het oog onschuldige, ondiepe kuil tegen. U heeft geen keus, u moet er overheen. Maar deze kuil zit vol met giftige slangen... Hoe blijft het veilig voor iedereen?

Deze activiteit in de buitenlucht staat garant voor een krachtige vergaderbreak.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 1 uur en 15 minuten.
- Op een grasveld.
- Vanaf 3 tot 36 personen.
- € 33,00 per persoon vanaf € 396,00.
- Exclusief reiskosten begeleider(s) à € 90,00 en exclusief 21% btw.

1.4 Schapen drijven met border collies



Uitstekende metafoor om onder andere de begrippen communicatie, leiding geven en teambuilding in een ongewone context te onderzoeken. Verbale en non-verbale communicatie met de honden en de schapen.

Bij toerbeurten gaat iedereen veel aan de slag om de schapen te drijven. De schapen dienen hierbij als een prachtige spiegel voor de signalen die de deelnemers hen geven!

Inclusief een hele bijzondere finale activiteit.

Prijzen & praktische informatie

- Duur 1,5 uur.
- Groepsgrootte: minimaal 10, maximaal 50 personen.
- Prijs is op aanvraag.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten.
- Exclusief 21% btw.

1.5 Schermen



Inleiding met geschiedenis van de sport en uitleg van de verschillende disciplines en wapens.

Start met het voetenwerk om vervolgens in stelling te worden gezet (en garde).

Leer de basis voetpassen, aanvallen, weren en duelleren.

Inclusief sabel, handschoenen, masker en vest.

Prijzen & praktische informatie

- Duur 1 tot 2 uur.
- Groepsgrootte: vanaf 15 personen, geen maximum.
- Richtprijs is € 49,50 per persoon.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten.
- Exclusief 21% btw.

1.6 Team Challenges

Activiteiten die je alleen samen tot een goed einde kunt brengen. Communiceren, samenwerken, overleggen en het geleerde meenemen in de volgende oefening. Ook te combineren met een segway live experience!



Prijzen & praktische informatie

- Duur 1 tot 3 uur.
- Groepsgrootte: vanaf 15 personen, geen maximum.
- Richtprijs is € 69,50 per persoon en € 79,50 per persoon inclusief segways.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten.
- Exclusief 21% btw.

1.7 Roadbook Expedition



Elk team van circa 10 personen krijgt een routeboek waarin diverse checkpoints (cp) staan.

De bedoeling is om langs zoveel mogelijk cp's te fietsen. Op de checkpoints zijn bijvoorbeeld vragen over de omgeving, over het bedrijf er moet een korte opdracht gedaan worden.

Prijzen & praktische informatie

- Duur 1,5 tot 3 uur.
- Groepsgrootte: vanaf 15 personen, geen maximum.
- Richtprijs is € 69,50 per persoon.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten.
- Exclusief 21% btw.

1.8 Haka workshop



Haka is een krachtige manier om zelf of met een groep iets duidelijk neer te zetten door het lichaam en stem te combineren. Bekend van het Nieuw-Zeelandse rugbyteam. Energiek, dynamisch, informatief en op maat te maken!

Prijzen & praktische informatie

- Duur 30 minuten tot 2 uur.
- Groepsgrootte: vanaf 15 personen, geen maximum.
- Richtprijs is € 32,50 per persoon.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten.
- Exclusief 21% btw.

1.9 Boswandeling

Wandel over lanen en bospaadjes in de Kaapse Bossen bij Doorn. Je komt niet alleen vogels, paddenstoelen en planten tegen, maar ook mysterieuze objecten, zoals de stenen tafel en de Doornse kei. Tijdens deze wandelroute ontdek je de natuur en cultuur van de Kaapse Bossen. De Kaapse Bossen liggen in Nationaal Park Utrechtse Heuvelrug, dat zich uitstrekt van Driebergen tot Rhenen. De deskundige gids informeert de gasten over alle bezienswaardigheden onderweg.



Prijzen & praktische informatie

- Duur: ongeveer 2 uur, tijd in overleg.
- 1 gids voor een groep tot +/- 15 personen - € 150,00.
- 2 gidsen voor een groep van 15-30 personen - € 275,00.
- 3 gidsen voor een groep van 30 - 50 personen - € 400,00.
- 4 gidsen voor een groep vanaf 50 - 65 personen - € 450,00.
- Inclusief 21% btw.

1.10 Bootcamp

Een sportieve onderbreking in de buitenlucht! Bootcamp is een work-out waarbij de conditie wordt verbeterd, vet verbrandt en spieren verstevigt. Er wordt door weer en wind getraind in de Kaapse Bossen en het Doornse Gat.

Er wordt gebruik gemaakt van diverse attributen om de bootcamp gevarieerd en uitdagend te houden. Iedereen kan aan de lessen mee doen, van jong tot oud, ieder kan op zijn/haar eigen niveau mee doen. Vooraf wordt telefonisch afgestemd wat het doel van de Bootcamp is en kan de moeilijkheidsgraad bepaald worden.

Bootcamp is ook een mooie manier om grenzen te verkennen en beperkende gedachten te doorbreken. Dat kan zowel intern als interpersoonlijk.



Prijzen & praktische informatie

- Duur: 1 uur.
- Groepsgrootte: vanaf 15 personen, geen maximum.
- Richtprijs is € 29,50 per persoon.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten.
- Exclusief 21% btw.

1.11 Schilderworkshop



Voor de schilderworkshops werken wij samen met Mo's Art. Eigenaresse Monique is een bevoegde schilderes die workshops geeft aan bedrijven van allerlei formaat van de KLM, het UWV tot Bartimeus. Met haar enthousiasme weet zij uw deelnemers het beste uit zichzelf te laten halen! Samen creatief bezig zijn is waar het om gaat.

Samen met u wordt het thema bepaald. Het aantal doeken dat u wilt beschilderen, wilt u ieder een persoonlijk doek maken of samen 1 doek beschilderen, alles is mogelijk. De bossen bij Kaap Doorn zijn natuurlijk zeer geschikt om buiten te schilderen. Bij mooi weer is dat een echte aanrader.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: ca. 2 tot 3 uur.
- Kan ook binnen.
- Groepen t/m 10 personen € 605,00.
- Voor grotere groepen € 55,00 per persoon.
- Inclusief verf en overige materialen, exclusief kosten van de canvasdoeken.
- Exclusief 21% BTW.

1.12 Teambuilding met reflectie (plezier en diepgang)

Teamgroei versnellen

Genoeg gepraat over samenwerking? Breng de theorie in praktijk met teambuildingsopdrachten onder begeleiding van een teamtrainer of teamcoach.

De opdrachten binnen of buiten op het landgoed zijn ontspannend, maar ook leerzaam door de korte reflecties. Met keuze uit meer dan 12 creatieve, sportieve en op samenwerking gerichte opdrachten.

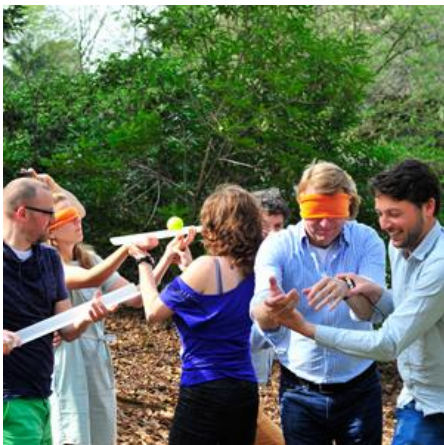
Deze activiteit kunt u naadloos aan laten sluiten op het doel van uw bijeenkomst, training of meeting.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 4 - 6 uur (desgewenst verdeeld over de dag).
- Binnen en buiten op een grasveld mogelijk (of een mix).
- Teamtrainer: minimaal 6, optimaal 12, maximaal 16 deelnemers.
- Teamcoach: minimaal 3, optimaal 6, maximaal 8 deelnemers.
- 4 uur -> per teamtrainer: € 822,00 en per teamcoach: € 920,00.
- 6 uur -> per teamtrainer: € 1.130,00 en per teamcoach: € 1.440,00.
- 8 uur -> per teamtrainer: € 1.440,00 en per teamcoach: € 1.775,00.
- Exclusief reiskosten begeleider(s) à € 90,00 en exclusief 21% btw.



1.13 Teambuilding Compact



Ontspan en ontdek de dynamiek van het team

Wilt u een vliegende start geven aan uw bijeenkomst?

Begin de dag dan met Teambuilding Compact: doe binnen of buiten een ontspannen teamopdracht, afgestemd op uw doelen voor de dag.

Dat kan dus ook met een uur in de ochtend en een uur om de after-lunch-dip op te vangen. De groep werkt (twee keer) aan één complexe taak met tussendoor korte reflecties.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 1 - 3 uur.
- Vanaf 3 personen (optimaal vanaf 6 personen).
- Binnen en buiten mogelijk (of een mix).
- 1 uur: € 33,00 per persoon vanaf 6 deelnemers vanaf € 396,00.
- 2 uur: € 36,00 per persoon vanaf 6 deelnemers vanaf € 432,00.
- 3 uur: € 42,00 per persoon vanaf 6 deelnemers vanaf € 504,00.
- 2 x 1 uur verdeeld over de dag: € 42,- per persoon vanaf 6 deelnemers vanaf € 504,00.
- 2 x 1,5 uur verdeeld over de dag: € 56,- per persoon vanaf 6 deelnemers vanaf € 672,00.
- Exclusief reiskosten begeleider(s) à € 90,00 en exclusief 21% btw.



1.14 Ballenfabriek



Samenwerking verbeteren

In deze opdracht wordt het team gevraagd om het productieproces van een ballenfabriek te ontwerpen. De uitdaging: hoeveel ballen kan het team produceren in twee minuten? Deze teambuildingsoefening lijkt eenvoudig, tot u van start gaat. Dan is optimale samenwerking vereist om de fabriek te laten draaien.

Elke productieronde duurt slechts twee minuten, waarna u de aanpak kunt verbeteren. Een ideale opdracht om in gesprek te komen over de samenwerking in uw team. De optimale groepsgrootte ligt tussen 10 tot 16 personen per team. Er kunnen meerdere teams – in competitie – aan de oefening deelnemen. Per speelveld kunnen drie teams van maximaal zestien deelnemers meedoen.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 2 - 3 uur.
- Vanaf 8 personen (optimaal vanaf 9 personen).
- Binnen en buiten op een grasveld mogelijk (of een mix).
- 2 uur: € 36,00 per persoon vanaf € 432,00.
- 2,5 uur: € 39,00 per persoon vanaf € 468,00.
- 3 uur: € 42,00 per persoon vanaf € 504,00 (inclusief vertaalslag naar de werksituatie).
- Exclusief reiskosten begeleider(s) à € 90,00 en exclusief 21% btw.

1.15 Tien minuten touwbrug (vraagt lef, speciaal geschikt voor directieteams)



Samenwerken voor groepen met lef

Een complexe en uitdagende opdracht voor groepen met lef. De perfecte uitdaging voor een directieteam!

De groep kiest ter plekke op welk niveau zij de oefening wil doen: wordt het simpel, normaal of ultiem? Is het overschatting dat u nu al in gedachten 'ultiem' gekozen heeft? We dagen u uit, uw mond zal openvallen...

Heeft u een half uurtje extra? Kies dan voor de 2,5 uur-versie met nagesprek, voor meer inzicht in uw groepsproces en een korte vertaalslag naar uw werksituatie.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 2,5 - 3 uur.
- In het bos.
- Vanaf 3 personen (optimaal vanaf 6 personen).
- 2,5 uur: € 39,00 per persoon vanaf € 468,00.
- 3 uur: € 42,00 per persoon vanaf € 504,00.
- Exclusief reiskosten begeleider(s) à € 90,00 en exclusief 21% btw.

1.16 Vakwerk



In vakwerk komen verschillende kwaliteiten van een team aan bod. Is er creativiteit, kan men procedureel werken, is er leiderschap en zijn er ook volgers?

En voor groepen groter dan 12 personen, hoe zit het met de competitiedrang tussen subteams?

Het wordt allemaal zichtbaar in deze complexe teamopdracht van een uur. Om nog uren over na te praten en dat kan dus ook als u er een half uurtje extra bij wilt boeken.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 1 uur en 15 minuten.
- Vanaf 6 personen (optimaal 9-15 deelnemers per vakwerk).
- Binnen en buiten op een grasveld mogelijk.
- € 34,00 per persoon vanaf € 408,00.
- Exclusief reiskosten begeleider(s) à € 90,00 en exclusief 21% btw.

1.17 Serious Fun



Plezier en competitie

In teams gaat u in 4 rondes de strijd met elkaar aan.

In de eerste ronde testen we de kwaliteiten van het team, waarna er per opdracht een moeilijkheidsgraad bij komt.

De competitie wordt op maat aangeboden; u kiest zelf uw opdrachten. U kunt kiezen uit samenwerkingsopdrachten, teambuilding en competitie spelen.

Serious Fun is het hele jaar mogelijk en bij slecht weer (gedeeltelijk) binnen. Eén van onze bestsellers!

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 1,5 - 2 uur.
- Op een grasveld.
- Vanaf 8 personen (optimaal vanaf 12 personen).
- 1,5 uur: € 33,00 per persoon vanaf € 396,00.
- 2 uur: € 36,00 per persoon vanaf € 432,00.
- Exclusief reiskosten begeleider(s) à € 90,00 en exclusief 21% btw.



1.18 Mountainbike avontuur

We starten je mountainbike avontuur met uitleg, de basischecks en een aantal leuke oefeningen om de belangrijkste mountainbike vaardigheden aan te leren. Als de basis gelegd is rijden we samen een mooie tocht over de Utrechtse Heuvelrug en natuurlijk over de mountainbikeroutes Leersum die bij Kaap Doorn in de buurt ligt. Deze route is onderdeel van het uitgebreide mountainbike netwerk op de Utrechtse Heuvelrug.

Je wordt begeleid door ervaren, gediplomeerde en lokale gidsen. Wij leren je niet alleen (beter) mountainbiken maar nemen je ook mee over op een schitterende tocht over de mooiste trails en kunnen je alles vertellen over de omgeving. We zorgen ervoor dat je weer op tijd terug bent.



Prijzen & praktische informatie

- Duur: 2,5 uur.
- Vanaf 5 personen.
- Vanaf € 310,00 en € 27,50 per mountainbike, prijs per groep op aanvraag.
- Begeleiding door ervaren, gediplomeerde lokale gidsen.
- Huurmountainbikes gaan altijd op lichaamslengte.
- Inclusief 9% BTW, helmen en vignetten.
- Transportkosten zijn € 75,00 (tot 25 mountainbikes).

1.19 Boogschieten

Handboogschieten is een eeuwenoude manier van jagen maar ook een olympische sport! Het is vooral bekend geworden door de verhalen van "Robin Hood". Richtingsgevoel, focus en een vaste hand kunnen hier het verschil maken. Na de uitleg over de historie en verschillende bogen en technieken, is er eerst een oefenronde. Daarna gaat de groep aan de slag met het verbeteren van de techniek. Het is mogelijk om een competitie met teampunten of individuele punten te houden. Daarna komt er een finale.



Prijzen & praktische informatie

- Duur: 1 tot 2 uur.
- Groepsgrootte: vanaf 15 personen, geen maximum.
- Diverse bogen zoals bare bow, compound boog en recurve boog.
- Voor deelnemers met een handicap of blessure is er een kruisboog aanwezig.
- Richtprijs is € 40,50 per persoon.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten.
- Exclusief 21% btw.

1.20 e-Fatbike

Wie is er in voor een beetje avontuur en ontspanning?



Maak kennis met de prachtige omgeving rondom Kaap Doorn op een natuurvriendelijke manier. Jullie rijden een prachtige route op een e-Fatbike door de uitgestrekte bossen van de Utrechtse Heuvelrug. Een e-Fatbike is een stoere elektrische fiets met verschillende niveaus van trapondersteuning. Graag zelf lekker inspinnen of juist comfortabel en relaxed cruisen? Jullie kiezen!

Met onze route op jullie telefoon rijden jullie over heuvels, op bospaden en lang natuurschoon die de bossen te bieden hebben. Jullie wanen je volledig in the middle of nowhere, wat het een activiteit vol avontuur en ontspanning maakt.

Prijzen & praktische informatie:

- Duur: 1 uur.
- Vanaf 8 personen.
- € 41,25 per persoon.
- De prijs is exclusief €60,- transportkosten.
- Inclusief 21% BTW.



1.21 e-Chopper

Zijn jullie toe aan een heerlijke pauze?

Een rit op de e-Chopper is perfect om lekker te ontspannen en de omgeving van Doorn te ontdekken. Op deze tweewieler is het heerlijk cruisen dankzij de comfortabele zit en brede banden. Na een uitleg over de voertuigen zijn jullie klaar voor vertrek. Met onze route vanaf jullie telefoon rijden jullie langs een variatie van bossen en uitgestrekte landschappen. Bovendien zijn de choppers geruisloos, dus is het zelfs mogelijk om onderweg wilde dieren te spotten!

Prijzen & praktische informatie:

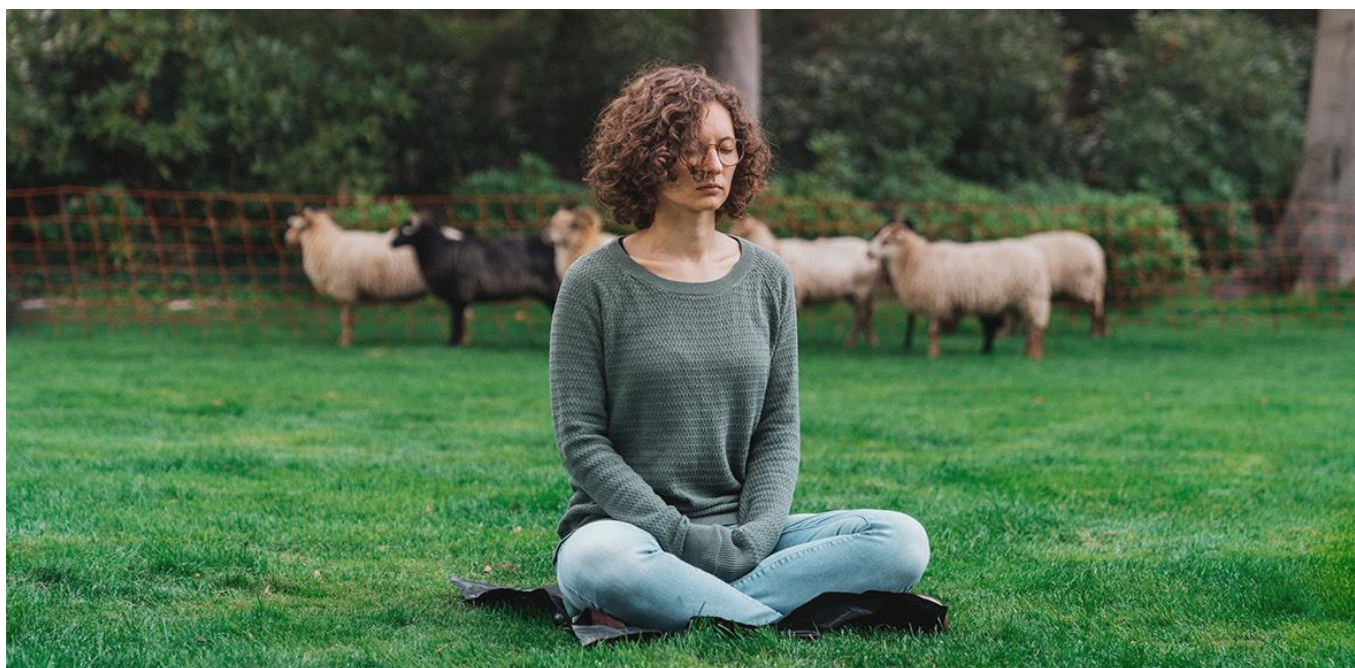
- Duur: 1,5 uur.
- Vanaf 8 personen.
- Rijbewijs verplicht (voor personen zonder rijbewijs kan vervangend elektrisch vervoer in de vorm van een e-Fatbike of e-Kickbike worden verzorgd).
- € 46,75 per persoon.
- € 60,- transportkosten.
- Inclusief 21% BTW.
- Inclusief helmen.



1.22 Schaapfulness mini-retreat

In ieder team dat hard werkt is het soms tijd om een stapje terug te doen. Wanneer je (samen) ontspant en wat afstand neemt van je dagelijkse dynamiek dan ontstaat er ruimte voor nieuwe ideeën. Je kunt als team weer even op elkaar af te stemmen. En er ontstaat ruimte om vooruit te kijken en bijvoorbeeld opnieuw strategie te bepalen in tijden van verandering. Een Schaapfulness mini-retreat met je team in de natuur is een waar cadeau van ontspanning, bezinning en verbinding.

De schapen hebben een natuurlijk talent voor mindfulness en dat werkt aanstekelijk! Tijdens deze miniretraite, onder begeleiding van een herder/Mindfulness trainer, kun je kennis maken met simpele technieken uit de mindfulness en yoga om zo ook de heilzame werking van Schaapfulness te kunnen ervaren. De dieren zullen je inspireren en ondersteunen om weer in verbinding te komen met jezelf en jouw eigen natuur. Een ultiem offline moment van ontspanning en bezinning voor jezelf midden in de natuur op de Utrechtse heuvelrug.



Periode:

De Schaapfulness MINI-RETREAT is beschikbaar van mei t/m september. Dit in verband met de weersomstandigheden.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 4 uur.
- Vanaf minimaal 5 tot maximaal 20 personen.
- Basisprijs € 750,00.
- Prijs per deelnemer € 25,00.
- Prijzen zijn exclusief BTW.
- Locatie: Landgoed Dartheuvel te Leersum (ongeveer 5 minuten rijden vanaf Kaap Doorn).

1.23 Outdoor koken 2.0

Voor wie op zoek is naar een doeltreffende en impactvolle activiteit. Waarbij je als team echt moet aanpakken en samenwerken, maar waarbij ook voldoende ruimte is voor ontmoeting en een goed gesprek. Outdoor koken is hét middel om teams actief te laten ervaren waar hun kwaliteiten liggen.

Fun

Met een kampvuur, minimale instructie en de meest heerlijke ingrediënten maakt uw team zelf een driesterren maaltijd klaar. Dit programma is niet zonder spanning, want het eten staat immers op het spel en de kans om iets aan te laten branden is wel degelijk aanwezig.



Functioneel

Samen koken is een vorm van projectmanagement en voor ieder team zal het een unieke eigen ervaring zijn, met parallellen naar de eigen werksituatie. Wanneer je al eens eerder dit met ons gekookt hebt, dan weet je dat de sfeer en de setting geweldig wordt, maar wat je gaat maken en hoe je dat samen zult gaan doen, dat is steeds een nieuwe uitdaging. Omdat ieder team en iedere situatie anders is gaan we graag van tevoren in gesprek om de activiteit zo goed mogelijk af te stemmen op het team, de locatie en de wensen van de trainers.

Interessant voor programma's rondom:

- Samenwerking binnen en tussen teams.
- Leiderschap en taakverdeling.
- Projectmanagement.
- Schakelen tussen taakgericht en mensgericht handelen.
- Theorie over communicatie.

Dit programma kan op bijna iedere groep en situatie worden aangepast, en is ook zeer geschikt voor netwerkdagen of teamuitjes. Neem vrijblijvend contact met ons op voor de mogelijkheden.

Prijzen & praktische informatie

- Duur : 3 - 5 uur.
- Aantal: Vanaf 9 personen.
- Startprijs € 1.200,00 (inclusief 9% BTW).
- Investering: Afhankelijk van de groepsgrootte, op aanvraag.
- Exclusief € 50,00 reiskosten (inclusief 9% BTW).

1.24 Drone workshop

Ervaar het vliegen met drones samen met professionele drone operators op het mooie buitenterrein van Kaap Doorn. Vlieg met de allernieuwste high-tech drones, ontdek het perspectief uit de lucht met echte race drones en leg een parkour af in samenwerking met je team.

Een activiteit om niet snel te vergeten en uitermate geschikt voor een goede teambuilding!



Prijzen & praktische informatie

- Duur: ongeveer 1,5 uur, tijd in overleg.
- 1 begeleider voor een groep tot +/- 10 personen - € 545,00.
- 2 begeleiders voor een groep van 10 - 20 personen - € 765,00.
- 3 begeleiders voor een groep van 20 - 30 personen - € 1.150,00.
- 4 begeleiders voor een groep van 30 - 40 personen - € 1.535,00.
- 5 begeleiders voor een groep van 40 - 50 personen - € 1.920,00.
- 6 begeleiders voor een groep van 50 - 60 personen - € 2.300,00.
- 7 begeleiders voor een groep van 60 - 70 personen - € 2.695,00.
- 8 begeleiders voor een groep van 70 - 80 personen - € 3.070,00.
- 9 begeleiders voor een groep van 80 - 90 personen - € 3.460,00.
- Exclusief € 55,00 reiskosten per (1 a 2) begeleiders.
- Exclusief 21% btw.

1.25 Vuurschaal

Frisse buitenlucht en een gezellig kampvuur



Wanneer ontstaan de mooiste ideeën, de creatiefste oplossingen, de belangrijkste vragen? Precies: starend in de dansende vlammen van een warm kampvuur. Onze vuurtafel is de perfecte keuze als u uw vergadering of training in de buitenlucht wilt voortzetten. De vuurtafel is verplaatsbaar en dus bepaalt u zelf waar op ons terrein u neerstrijkt. Rondom een kampvuur ontstaat een informele sfeer die verrassende gesprekken en nieuwe inzichten mogelijk maakt. De frisse buitenlucht doet de rest.

Onze vuurtafel brandt niet op hout, maar op propaangas.

Dat heeft drie belangrijke voordelen:

- Geen rondvliegende vonken en dus geen brandplekken in kleding of onveilige situaties.
- 90% minder uitstoot van CO2 en fijnstof, wat beter is voor het milieu en de gezondheid.
- Geen wolken rook die ingeademd worden en die in kleding blijven hangen.

Prijzen & praktische informatie

- De huur van de vuurtafel bedraagt € 225,-, inclusief 21% BTW.
- De tafel is op allerlei plekken plaatsbaar en u kunt de intensiteit van het vuur zelf instellen.
- Wij kunnen krukjes rond het kampvuur zetten, zodat iedereen comfortabel kan zitten.



1.26 Bosbaden – Shinrin Yoku

Ontmoet elkaar in de natuur tijdens een bosbad. Laat je samen met je team (figuurlijk) onderdompelen in de bossen rondom Kaap Doorn met een zintuigelijke natuurbeleving. Een waardevolle activiteit om de verbinding binnen je team te versterken, nieuwe inzichten te verkrijgen, onderlinge relaties te verdiepen en het welzijn van je collega's voor op te stellen. De natuur geeft je volledige rugdekking, als partner en als spiegel.

Door de positieve impact van het bosbaden op de mens en de natuur trekt het inmiddels de wereld over. Herontdek je verbinding met de natuur tijdens deze onvergetelijke, inspirerende en ontspannen ervaring.

Na afloop is iedereen vol inspiratie en heb je als team samen een bijzondere ervaring beleefd.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 1,5 tot 3 uur, tijd in overleg
- Vanaf 1 tot 20 personen. Bij grotere groepen kan een extra bosbadgids worden ingezet.
- Prijs: vanaf € 365,00 excl. 21% BTW, op aanvraag
- Locatie: Kaap Doorn of Kaapse Bossen
- De sessie is afgestemd op jouw wensen. In overleg kan het bosbad afgesloten worden met een ontspannen thee ceremonie inclusief iets lekkers (meerprijs).



2. INDOOR ACTIVITEITEN

2.1 Pubquiz

2.1.1 Pubquiz met quizmaster

De quizmaster zorgt ervoor dat alles soepel verloopt. De geluidsinstallatie, antwoordformulieren, pennen en last but not least: leuke prijzen! Dankzij een pubquiz mét quizmaster wordt de quiz er gegarandeerd één waar mensen lang over napraten. Een quiz bestaat uit 6 tot 8 rondes, 3 tot 5 vragenrondes, 2 fotorondes en 1 muziekronde. De quiz duurt circa 2 uur.

Een Pubquiz met quizmaster is geschikt voor elke gelegenheid. Gezelligheid voor iedereen gegarandeerd! De quizmaster neemt alles mee wat nodig is en maakt er een feestje van!

Prijs voor groepen tot 25 personen:	€ 475,00
Prijs voor groepen tot 50 personen:	€ 475,00 voor de eerste 25 personen + € 3,00 per extra persoon
Prijs voor groepen groter dan 50 personen:	€ 550,00 voor de eerste 50 personen + € 2,00 per extra persoon

Bovenstaande prijzen zijn inclusief:

- Begeleiding.
- Gebruik van alle materialen.
- Reiskosten.
- Exclusief 9% btw.

De pubquiz wordt verzorgd door het bedrijf Feestquiz. Kaap Doorn fungeert als tussenpersoon.

2.1.2 Doe-het-zelf quizpakket

Houdt u graag zelf de regie in handen? Dat kan met een doe-het-zelf quizpakket, u bent zelf de quizmaster tijdens de pubquiz!

Alle pakketten bieden tot circa 2 uur vermaak en alle pakketten zijn standaard voorzien van:

- Goede tips en uitleg voor de quizmaster.
- 8 rondes, 5 vragenrondes, 2 fotorondes en 1 muziekronde.

Het pakket bestaat uit een quizboekje met vragen en antwoorden voor de quizmaster. Er zit een CD bij met geluidsfragmenten, een fotoronde en quizbenodigdheden zoals een scoreformulier en antwoordformulieren.

Prijs Quizpakket: € 55,00

Bovenstaande prijs is:

- Inclusief gebruik van alle materialen.
- Exclusief 9% btw.

2.1.3 Digiquiz

De pubquiz in een kant-en-klare presentatie op smartphones, tablets of een beamer! De vragen en afbeeldingen verschijnen per sheet op het scherm. Ook de geluidsfragmenten zijn bij de presentatie ingevoegd. Het pakket wordt digitaal aangeleverd, let op, u dient zelf onderdelen uit te printen. De items die u zelf moet/kunt printen zijn:

- Quizboekje met vragen en antwoorden voor de quizmaster
- Scoreformulier
- Antwoordformulier

Prijs: € 45,00

Voor een meerprijs van € 20,00 kunnen de onderdelen die u zelf zou moeten printen bijgeleverd worden.

Bovenstaande prijs is:

- Inclusief gebruik van alle materialen.
- Exclusief 9% btw.

2.1.4 Budgetquiz

Alle vragen en antwoorden worden digitaal aangeleverd. De geluidsfragmenten worden in MP3-formaat aangeleverd. let op, u dient zelf onderdelen uit te printen. De items die u zelf moet/kunt printen zijn:

- Quizboekje met vragen en antwoorden voor de quizmaster
- Scoreformulier
- Antwoordformulier
- Twee fotokaarten

Prijs: € 30,00

Voor een meerprijs van € 20,00 kunnen de onderdelen die u zelf zou moeten printen bijgeleverd worden.

Bovenstaande prijs is:

- Inclusief gebruik van alle materialen.
- Exclusief 9% btw.

De doe-het-zelf pubquiz wordt geleverd door het bedrijf Feestquiz. Kaap Doorn fungeert als tussenpersoon.

2.2 Mobile Escape Room



Escape Room in thema van de VOC tijd, red het schip van de ondergang binnen 1 uur!

Per team van 7 personen een levensgrote puzzel-scheepskist. Speciale countdown klok aangestuurd door speelkasten per team.

Ieder gevonden object, iedere slimme combinatie en iedere opgeloste puzzel is een beloningsmoment dat het team samen viert. Special effects met licht en geluid, sfeervol decor en begeleiders in VOC thema.

Prijzen & praktische informatie

- Duur 1 uur.
- Groepsgrootte: vanaf 30 personen, geen maximum.
- Richtprijs is € 58,50 per persoon.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten.
- Exclusief 21% btw.

2.3 Speedball



Een opdracht waarbij de reflectie het verschil maakt!

Deze korte meeting breaker is perfect voor een groep die in de eigen zaal – of buiten - wil ontspannen en daar ook van wil leren.

De opdracht: speel een bal zo snel mogelijk rond via alle teamleden. De spelregels lijken op het eerste gezicht eenvoudig, tot het team eraan begint. Worden de deelnemers enthousiast of juist fanatiek? Durven ze een gekozen systeem van werken weer los te laten?

Speedball vraagt om out of the box denken, acceptatie van leiderschap én volhouden. Want oefening...

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 1 uur.
- Binnen en buiten op een grasveld mogelijk.
- Vanaf 6 personen.
- 1 uur: € 33,00 per persoon vanaf € 396,00.
- Exclusief reiskosten begeleider(s) à € 90,00 en exclusief 21% btw.

2.4 De Balanstafel (vraagt lef, speciaal geschikt voor directieteams)

Ervaring is wat je doet met wat je overkomt



Een opdracht die de perfecte meeting breaker is voor management- en directieteams die in hun eigen zaal een break willen en daar groepsdynamisch van willen leren: 'Hoe werken wij eigenlijk samen?'

De opdracht: haal één voor één blokken van een balanstafel af. Ieder teamlid komt aan de beurt. Met elk verwijderd blok verandert de balans. Is het nu nodig om lef te tonen of juist voorzichtigheid? Is gezamenlijk overleg nodig of leiderschap? Hoe leert het team van de momenten waarop het mis gaat?

In geval u kiest voor 2 uur, begeleidt een teamcoach u in een korte vertaalslag naar uw werksituatie.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 1,5 - 2 uur.
- Binnen en buiten op een grasveld mogelijk.
- Vanaf 3 personen, maximaal 9 deelnemers per balanstafel.
- 1,5 uur: € 42,00 per persoon, vanaf € 504,00, zonder vertaalslag naar de werksituatie.
- 2 uur: € 48,50 per persoon, vanaf € 582,00, inclusief vertaalslag naar de werksituatie.
- Exclusief reiskosten begeleider(s) à € 90,00 en exclusief 21% btw.

2.5 VR Dining

Neem plaats aan tafel in stap in de virtuele wereld!



Na de introductie en uitleg krijgt elke deelnemer een VR bril. Een team bestaat uit 6 deelnemers en iedereen is een eigen avatar in de game! De teamleden spelen tegen elkaar en ook tegen andere teams. Tussen elke game door genieten de gasten van een heerlijk gerecht van het 3-gangen diner.

Tijdens het nuttigen van het diner worden de brillen en microfoons netjes op een rekje gehangen zodat er genoeg ruimte op tafel is om te dineren. De score zal online worden bijgehouden en de avond wordt afgesloten met een spetterende prijsuitreiking!

Prijzen & praktische informatie

- Duur circa 3,5 uur.
- Groepsgrootte: advies is vanaf 20 personen, maar kan met minder.
- Richtprijs is € 79,50 per persoon (exclusief diner, consumpties en zaalhuur) bij minimaal 20 personen.
- De prijs is exclusief € 110,00 transportkosten.
- Exclusief 21% btw.



2.6 Schilderworkshop



Voor de schilderworkshops werken wij samen met Mo's Art. Eigenaresse Monique is een bevlogen schilderes die workshops geeft aan bedrijven van allerlei formaat van de KLM, het UWV tot Bartimeus. Met haar enthousiasme weet zij uw deelnemers het beste uit zichzelf te laten halen!

Samen creatief bezig zijn is waar het om gaat.

Samen met u wordt het thema bepaald. Het aantal doeken dat u wilt beschilderen, wilt u ieder een persoonlijk doek maken of samen 1 doek beschilderen, alles is mogelijk. Deze indoor workshop vindt in de Galerij van Monique plaats, slechts 5 op minuten rijden vanaf Kaap Doorn.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: ca. 2 tot 3 uur.
- Kan ook buiten.
- Groepen t/m 10 personen € 605,00, daarboven € 55,00 per persoon.
- Inclusief verf en overige materialen, exclusief kosten van de canvasdoeken (variabel per aanvraag).
- Exclusief 21% BTW.

2.7 Escape Box



Kleine successen vieren en de diverse talenten binnen uw team waarderen? Met onze escape box zit u vast aan de kist. Met de materialen die hier in zitten, probeert de groep los van de box te komen.

De klok tikt en in teams van max. 10 personen werken de deelnemers samen om de puzzels op te lossen. De spelleider houdt het spel in de gaten en zal de groep uitdagen met hints. Weet u door samen te werken los te komen van de escape box?

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 1 uur.
- Opstartkosten € 121,00.
- Kosten per box € 121,00 met een minimale afname van 2 boxen.
- Max. 10 personen per box.
- De escape box is tot 120 personen in te zetten.
- Inclusief 21% BTW.

2.8 Lachworkshops

Voor verrassende ontspanning en verbinding!

1 a 2 uur alles loslaten...voluit lachen, ontspannen, genieten en als je wilt leer je ook echt iets: boek een lachworkshop. Het is meer dan fun, het is serieus lachen 😊

Lachen gezond? Het helpt relativeren? Ze zeggen het. Ze zeggen wel meer. En ze hebben gelijk!

Lachen geeft vrijheid. Lachen is een wonder, want ten eerste gezond voor je lijf: je breekt het overschot aan stresshormonen af (cortisol en adrenaline) en je maakt endorfine aan. Lachen haalt bovendien emotionele spanningen weg, laat je relativeren, voedt je ziel én het zorgt voor verbinding tussen collega's. Je ziet elkaar anders. Het brengt je in het hier en nu. Wel zo fijn in deze wonderlijke en veeleisende tijd.

In tegenstelling tot wat velen denken: we laten de lach relaxed toe, en pushen helemaal niets. Het is ongedwongen, en we laten ons verrassen. Het lachen is overigens niet non stop, dat is wat heftig.

Er is eerst een welkom en uitleg, warming up en we zetten de lach rustig aan. Als vanzelf neemt de lach verder toe...lachen totdat je wordt gelachen! Dit is lachen zonder reden, lachen zonder directe aanleiding, zonder de noodzaak van een grap of grappige situatie. Lachen veel meer vanuit het hart en de buik. Een nieuwe manier voor teambuilding.

We staan, bewegen, en een klein deel zitten we op een stoel. Er zijn drie varianten, perfect als onderdeel van een één- of tweedaagse training, seminar, congres e.d.:



2.8.1 Loslach-workshop

Wil jouw groep stress loslaten, spelen, emotionele balans en het koppie leeg? Stap aan boord van een wonderbaarlijke, neurobiologische reis waarin we vrolijk loslaten en ontspannen, plezier maken, verbinden en toveren met de lach.

Lach voluit en verwonder je! Heerlijke workshop voor wie uit de waan van de dag wil. En ja, de workshop zet ook aan het denken over lachen en bv. de schaamte daarop.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: keuze mogelijk tussen 1 uur, 1,5 uur, 2 uur.
- Groepsgrootte: vanaf 8 personen, geen maximum.
- Richtprijs: vanaf € 330,00. Dit is incl. korte intake om in te kunnen spelen op jullie vraag.
- De prijs is inclusief reiskosten.
- Exclusief 21% btw.

2.8.2 Teamcommunicatie-Lachworkshop

Wil jouw groep én lol beleven (zie boven) én een stevige stap zetten naar betere onderlinge communicatie: bv. respectvoller en opener? Effectiever vergaderen? Anders feedback geven en niet meer projecteren op elkaar?

Hoe is het mogelijk, dat kan samen in één workshop. Dit is uniek: de lach staat op zich én blijkt een nuttig communicatie-instrument in het team. Je ziet elkaar anders, voorbij de maskers; krijgt enkele tools voor betere (geweldloze) communicatie; en versterkt de relatie.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: 2 uur.
- Groepsgrootte: vanaf 8 t/m 14 personen.
- Richtprijs: vanaf € 825,00. Dit is incl. uitgebreide intake om optimaal in te kunnen spelen op jullie behoeften.
- De prijs is inclusief reiskosten.
- Exclusief 21% btw.

2.8.3 Lachworkshop Voor De Verandering

Wil jouw groep én lol beleven (zie boven) én een stevige stap zetten naar het beter omgaan met (weerstand tegen) veranderingen qua bv. cultuur en/of structuur?

Hoe ga je daarmee om? Kun je elkaar als mens blijven zien? Kun je de relatie goed houden en wel glashelder en consequent zijn in bepaalde besluiten?

Lachen kan hierbij helpen. Net als bij de tweede variant is dit een slimme en verrassende combinatieworkshop. Op speelse wijze wordt duidelijk wat er echt leeft, en hoe dat soepel zijn weg kan vinden. Dat geeft rust en acceptatie; opluchting en ontspanning.

Prijzen & praktische informatie

- Duur: keuze mogelijk 1,5 of 2 uur.
- Groepsgrootte: vanaf 8 t/m 100 personen.
- Richtprijs: vanaf € 715,00. Dit is incl. uitgebreide intake om optimaal in te kunnen spelen op jullie behoeften.
- De prijs is inclusief reiskosten.
- Exclusief 21% btw.

2.9 Virtual Reality workshop

Tijdens een virtual reality workshop zul je je wanen in een andere wereld. Dankzij het beeldvullende gezichtsveld en de bewegingssensors voelt het aan alsof je je echt in de digitale omgeving bevindt. Zo kan je rondkijken, rondlopen en zelfs interactie hebben met wat er zich in de virtuele wereld bevindt. Loop over een plank op 100 meter hoogte, ontdek de oceaan op een gezonken schip, vecht tegen aliens en zombies of probeer in teamverband een bom te ontmantelen. De mogelijkheden zijn ontelbaar!



Prijzen & praktische informatie

- Duur: ongeveer 1,5 uur, tijd in overleg.
- 1 begeleider voor een groep tot +/- 10 personen - € 545,00.
- 2 begeleiders voor een groep van 10 - 20 personen - € 765,00.
- 3 begeleiders voor een groep van 20 - 30 personen - € 1.150,00.
- 4 begeleiders voor een groep van 30 - 40 personen - € 1.535,00.
- 5 begeleiders voor een groep van 40 - 50 personen - € 1.920,00.
- 6 begeleiders voor een groep van 50 - 60 personen - € 2.300,00.
- 7 begeleiders voor een groep van 60 - 70 personen - € 2.695,00.
- 8 begeleiders voor een groep van 70 - 80 personen - € 3.070,00.
- 9 begeleiders voor een groep van 80 - 90 personen - € 3.460,00.
- Exclusief € 55,00 reiskosten per (1 a 2) begeleiders.
- Exclusief 21% btw.



3. VERHUUR & EXTERNE ACTIVITEITEN

3.1 Fietsverhuur

Een korte break tijdens u meeting? Wij kunnen zorgen dat er fietsen voor u klaar staan bij Kaap Doorn.

De kosten voor een standaard fiets bedragen ongeveer € 17,50 per fiets.

Voor een elektrische fiets komt dit op € 35,00 per fiets. Het eventueel huren van een fietshelm kost € 3,50 per stuk.

Mocht u een mountainbike/ATB willen huren zijn de kosten € 35,00 per fiets (inclusief helm en vignet).

Prijzen zijn inclusief BTW en exclusief € 25,00 bezorgkosten.

Voor actuele beschikbaarheid en de exacte prijs kunt u contact opnemen met onze reserveringsafdeling.

3.2 Bowlen

In de avonden heerlijk ontspannen met een uurtje bowlen op steenworp afstand van Kaap Doorn bij Sport- & Bowling centre Steinhem.

[Voor meer informatie en beschikbaarheid klik hier.](#)

3.3 Kookworkshop

Leren samenwerken op een ander niveau en ondertussen culinair genieten!

[Voor meer informatie, prijzen en beschikbaarheid klik hier.](#)

3.4 Huis Doorn

Huis Doorn ligt op een schitterend landgoed in een fraai park, aangelegd volgens de Engelse landschapsstijl. Huis Doorn is tegenwoordig een museum en één van de mooiste kastelen in de provincie Utrecht.

[Voor meer informatie en prijzen bezoek de website van Huis Doorn.](#)