

# EVENTS

# WEIT WEG VOM REST DER WELT



Adventure Camp Schnitzmühle 2023



# KANU TOUR 01.

## AM SCHWARZEN REGEN

Organisiert durch „Vit & Fun“ mit Wolfi Thies.

Kanutour direkt ab Kanu-Hafen Schnitzmühle und Rücktransfer per Shuttle ab Pirka bzw. Höllenstein. Inklusiv sind Schwimmwesten, wasserdichte Behälter und individuelle Einweisung. Dauer je nach Ausstieg 2,5 oder 4 Stunden mit etwas Pause. Sanitäre Einrichtungen am Einstieg und unterwegs vorhanden.



Spezieller Tipp bei ausreichendem Wasserpegelstand: Ab Bahn-Haltestelle „Schnitzmühle“ mit der Waldbahn flussaufwärts kostenlos mit dem Guti-Ticket fahren - gilt für Zimmer- und Camping-Übernachtungs-Gäste der Schnitzmühle.

EUR 70,- pro 2er Kanu

EUR 90,- pro 3er Kanu

EUR 100,- pro 4er Kanu

EUR 90,- Familienkanu für 2 Erwachsene und 2 Kinder.

EUR 150,- Kanu-Guide als Tour-Begleitung möglich.



# HUMAN PERFORMANCE 02.

Schaffe eine Basis für mehr Gesundheit, echte Klarheit und bewusster Gelassenheit im Leben.

Sei dein eigener Architekt und schöpfe dein Potential aus.

Unser hauseigener Coach, Michael Nielsen, hat einen Bachelor in Human Performance und Master in Exercise Science & Sports Nutrition, beide von der University of Tampa in Florida. Michael gab bereits duzende erfolgreich abgeschlossene Coachings und gibt Vorträge in verschiedenen Themen der HUMAN PERFORMANCE.

Gedanken tanken. Schlaf verbessern.

Arbeitsplatz optimieren. Mehr Produktivität.

Weniger Krankheitstage.

Potentiale ausschöpfen.



## WÄHLBARE MODULE

**1. THE POWER OF SLEEP** – Wie wir unseren Schlaf verbessern & dadurch unsere Potenziale besser ausschöpfen

**2. OPTIMIZING WORKSPACE & STRESS RESILIENCY** – Mit evidenzbasierten Tipps unseren Arbeitsplatz optimieren, für mehr Kreativität & Produktivität, und wie wir lernen, mit Stress umzugehen

**3. OPTIMIZING HUMAN PERFORMANCE** – Maximierung der Produktivität, körperlichen und geistigen Gesundheit mit täglichen, einfach umsetzbaren Protokollen



Ab 4 Personen buchbar  
Dauer ca. 60 Minuten / Modul  
EUR 299,- p. Modul  
EUR 500,- für zwei Module  
*\*In Deutsch oder Englisch möglich*

# BREATHWORK SESSION 03.

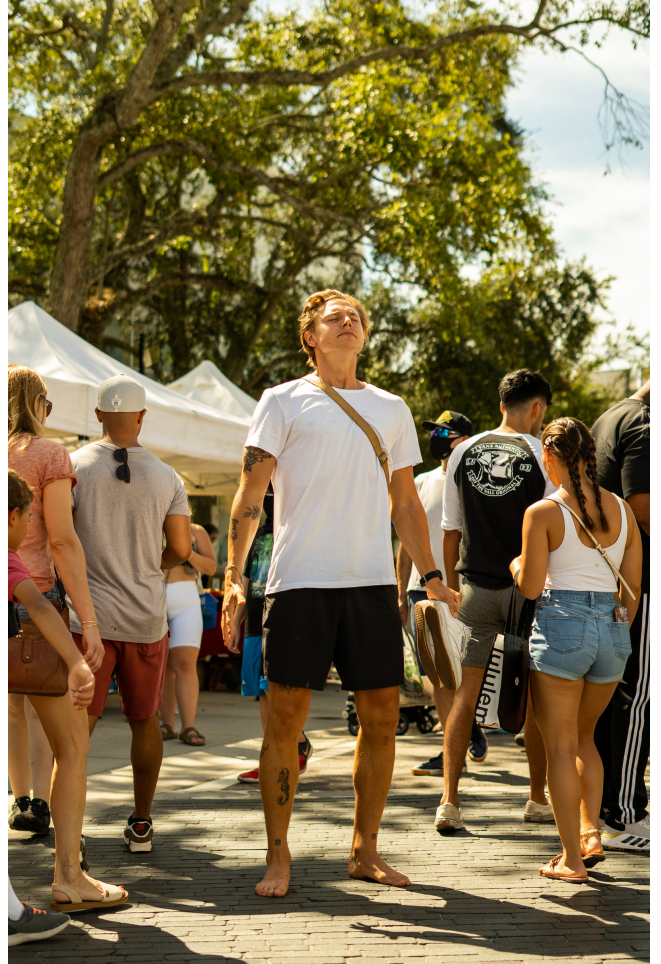
Atme dich zu mehr Klarheit in oft benebelten Zeiten.

Breathwork, zu Deutsch „Arbeit mit dem Atem“, ist eine Technik bei der der Atem eingesetzt wird, um körpereigene Ressourcen und Potentiale zu aktivieren.

Man kann sich Breathwork als eine Art dynamische Meditation vorstellen, bei der wir den Atem verwenden um den Körper mit Lebensenergie zu überfluten und den Geist zu öffnen.

Du kannst unser Angebot perfekt nutzen, um energiegeladen in den Tag zu starten oder zwischen fordernden Meetings.

Dauer: ca. 45 Minuten  
EUR 90,-  
Ab 4 Personen buchbar  
Geleitet von Michael Nielsen





# ERLEBNIS-WANDERUNG

## "RAIL & TRAIL"



Wir starten gemeinsam an der Haltestelle Schnitzmühle zu einer kurzen Fahrt mit der Waldbahn durch "Bayrisch Kanada" bis zur Haltestelle Gumpenried. Dort geht es zurück durch die urwüchsige Natur des Bayerischen Waldes entlang des Flusses als wildromantische Kulisse und dann - je nach Konstitution, Witterung oder Wunsch auf mitunter verschwiegenen Pfaden zurück zu unserem Ausgangspunkt. Unterwegs machen wir kleine Pausen, entweder für kleine unterhaltsame Spiele und Wahrnehmungsübungen oder aber für eine kleine Schnapslerl-Pause! Nebenbei erfahrt ihr einiges Wissenswertes über den Bayerischen Wald und z.B. über essbare Wildpflanzen und Heilkräuter.

Dauer ca. 3 Stunden ab 6 Personen  
Team-Incentive mit zertifizierten  
Wildnis-/Erlebnispädagogen, auf das  
Team zugeschnittene Zielsetzung u.  
Inhalte, inkl. Schnapslerl, zzgl.  
Fahrkarte für Waldbahn  
EUR 45,- p. P.

Ganzjährig möglich, festes Schuhe  
und Kleidung, Trinkflasche, Rucksack  
erforderlich





# TEAM-BUILDING CHALLENGE

## "TRUST AND SOLUTIONS"



In unserem Naturcamp Schnitzmühle direkt am Fluss Schwarzer Regen bieten wir euch die Möglichkeit, euch als Team zu bewähren. Ob Vertrauensbildung, Kommunikation, Kooperation, das Lösen von Problemaufgaben oder einfach die Freude an gemeinsamen Erlebnissen - aus einem großen Repertoire an spannenden Spielen, Übungen mit Aha-Effekt und herausfordernden Aufgaben schnüren wir ein auf eure Gruppe zugeschnittenes Paket. Dabei gewonnene Erkenntnisse und Erfahrungen können euch als Team auch im Alltag unterstützen und voranbringen. Je nach Wetter stehen uns aus einem großen Pool an Teamspielen und -Aufgaben zur Verfügung. Auch der Spaß kommt dabei natürlich auf keinen Fall zu kurz.

Dauer ca. 3 Stunden ab 8 Personen

Team-Building / Incentive, ganzjährig möglich, mit zertifizierten Wildnis-/Erlebnispädagogen, auf das Team zugeschnittene Zielsetzung und Inhalte, inkl. Snacks und Obst, zzgl. Getränke  
EUR 59,- p. P.



# NACHTWANDERUNG 6.

## "WOOD & MOOD"



Bei Einbruch der Dunkelheit starten wir gemeinsam von unserem Naturcamp Schnitzmühle aus zu einer Fackelwanderung der besonderen Art. Wir lassen das umtriebige und hell erleuchtete Hotelgelände hinter uns und tauchen mit allen Sinnen mehr und mehr ein in die urwüchsige, sich auf die Nacht einstimmende Natur der Umgebung. Zunächst ohne Fackeln schärfen wir durch kleine Übungen unsere Sinne für die Besonderheiten der Nacht und erleben die Dunkelheit einmal ganz anders. Unser Weg führt über Wald und Flur sowie entlang der Aitnach durch das wildromantische Liebestal, wo wir uns an einer Quelle mit einem kleinen Schluck erfrischen sowie einem kleinen Schnapsperl stärken können, bevor es mit den Fackeln zurück in Richtung Schnitzmühle geht - bei klarem Nachthimmel gerne mit spannenden Zusatzinfos zum Thema! Eine besondere Erfahrung für den Einzelnen und das gesamte Team!

Dauer ca. 2 Stunden ab 6 Personen  
Team-Incentive mit zertifizierten  
Wildnis-/Erlebnispädagogen, auf das  
Team zugeschnittene Zielsetzung /  
Inhalte, inkl. Schnapsperl und Fackeln  
EUR 35,- p. P.

Ganzjährig möglich, feste Schuhe u.  
Kleidung, kleiner Rucksack erforderlich





# EXIT NATURE ROOM 07.



## "NATUR-PARCOUR"

„Ihr wollt hier raus – bloß wie?“ Das wird eure große Herausforderung sein, wenn ihr gegen das Natur-Camp antretet, denn es gibt nur einen geheimen Ausgang! Gemeinsam löst ihr das ein oder andere Rätsel und überwindet alle Hürden, Probleme und Aufgaben, die sich euch in den Weg stellen. Dabei kommt es auf jeden einzelnen von euch an, aber nur als Team werdet ihr Erfolg haben und das Ziel erreichen! Wenn ihr's geschafft habt, wartet natürlich auch eine Belohnung auf euch!  
Eine Team-Building-Challenge der besonderen Art mit Herausforderung und Spaßfaktor!



Dauer ca. 3 Stunden ab 6 Personen

Team-Building / Incentive, ganzjährig möglich, mit zertifizierten Wildnis-/ Erlebnis-pädagogen, auf das Team zugeschnittene Zielsetzung / Inhalte, inklusive Snacks und Obst, zzgl. Getränke  
EUR 59,- p. P.



# TEAM-BUILDING CHALLENGE

## GPS-RALLYE "PATHFINDER"



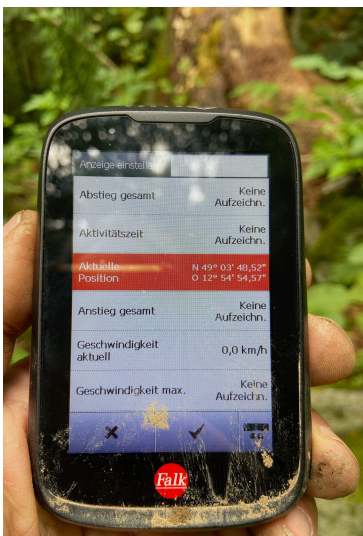
Wir starten gemeinsam in unserem Naturcamp Schnitzmühle mit einer kleinen Einführung rund um das Thema Orientierung sowie die Nutzung von Karte, Kompass und GPS. Nachdem ihr den ersten Hinweis erhalten habt macht ihr euch gemeinsam auf den Weg. Eure Aufgabe ist es, gemeinsam oder aufgeteilt in Gruppen euren Weg - teils über Stock und Stein - zu finden. Dabei gilt es, Rätsel zu lösen, Hindernisse zu überwinden und als Team zusammenzuarbeiten. Kleine Spiele und Übungen sowie eine kleine Schnapslerl-Pause lockern das Event auf und runden es ab. Spaß ist auf jeden Fall mit Sicherheit dabei!

Dauer ca. 3 Stunden ab 6 Personen

Team-Building / Incentive, ganzjährig möglich, mit zertifizierten Wildnis-/ Erlebnis-pädagogen, auf das Team zugeschnittene Zielsetzung und Inhalte, inkl. Materialien und Schnapslerl.

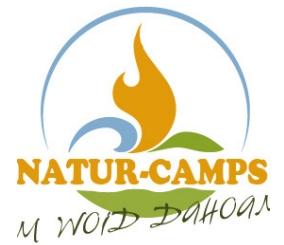
EUR 59,- p. P.

Feste Schuhe, Kleidung, Rucksack und Trinkflasche erforderlich!





# SURVIVAL TRAINING 9.



## Survival Training I

Wir bringen euch verschiedenste altbewährte und neue Tipps und Tricks bei, um in und mit der Natur leben und überleben zu können. Ihr lernt dabei die Anwendung der „Dreier-Regel“ kennen, u.a. zeigen wir euch z.B. verschiedene Zunderarten, die in der Natur zu finden sind und gemeinsam probiert ihr euer Geschick beim Feuer entfachen mit einfachsten Mitteln wie z.B. Feuerbogen oder Feuerstein und Feuereisen.



Dauer ca. 3 Stunden ab 6 Personen

Team-Building / Incentive, ganzjährig möglich, mit zertifizierten Wildnis- / Erlebnispädagogen, auf das Team zugeschnittene Zielsetzung / Inhalte, inklusive Snacks und Obst, zzgl. Getränke  
EUR 59,- p. P.

Feste, robuste Kleidung und Schuhe erforderlich.





# SURVIVAL TRAINING 10.



## Survival Training II

Wir verbringen mit euch einen Tag in unserem Wald-Naturcamp Am Moargal oder Naturcamp Schnitzmühle und zeigen euch verschiedenste altbewährte und neue Tipps und Tricks, um in und mit der Natur leben und überleben können. U.a. entfachen wir mit einfachsten Mitteln wie Feuerbogen, Feuerstein und Feuereisen sowie Naturzunder ein Feuer. Weitere mögliche Themen sind z.B. der Bau von Waldläufer-hütten, Knoten, Wassergewinnung und -filterung, Outdoor-Erste-Hilfe, Urformen der Jagd sowie essbare Wildpflanzen. Mittags bereiten wir gemeinsam eine deftige Mahlzeit am Lagerfeuer zu.

Dauer ca. 6 Stunden ab 8 Personen  
Team-Building / Incentive, saisonal  
möglich, mit zertifizierten  
Wildnis-/ Erlebnis-pädagogen, auf  
das Team zugeschnittene  
Zielsetzung und Inhalte, inklusive  
Mittagessen, zzgl. Getränke  
EUR 119,- p. P.

Feste Kleidung u. Schuhe, Trinkflasche  
und Rucksack erforderlich!





# GRENZERFAHRUNG 11.

## KLETTERN - HÖHE & VERTRAUEN



Bei diesem Event lernt ihr bei uns in den Naturcamps verschiedene Techniken, äußere Geländehindernisse zu überwinden, z.B. den Umgang mit einfachem und doppeltem Seilsteg, das Klettern an Wanten, das Abseilen am Achter und Prusiken am Seil oder das Überqueren von Dschungel- und Hängebrücken. Es gilt dabei auch, eure inneren Hindernisse wie z.B. Höhenangst zu meistern. Das Thema Vertrauen in sich und das Team zieht sich deshalb durch das gesamte Programm.

Dauer ca. 3 Stunden ab 6 Personen  
Team-Building /Incentive, saisonal  
möglich, mit zertifizierten Wildnis-/  
Erlebnispädagogen, auf das Team  
zugeschnittene Zielsetzung / Inhalte,  
inklusive Snacks und Obst, zzgl. Getränke  
EUR 59,- p. P.

Feste Schuhe und lange Hosen von Vorteil





# FLOSSBAU & -FAHREN 12.



Dauer ca. 3 Stunden ab 6 Personen

Team-Building / Incentive, saisonal möglich, mit zertifizierten Wildnis-/ Erlebnispädagogen, auf das Team zugeschnittene Zielsetzung / Inhalte, inklusive Snacks und Obst, zzgl. Getränke.

EUR 59,- p. P.

Wechselkleidung, Badesachen, Handtuch empfehlenswert!



Wir bieten euch in unserem Naturcamp direkt am Fluss Schwarzer Regen die Möglichkeit, gemeinsam im Team mit einfachen Mitteln und viel Kreativität und Teamgeist ein oder mehrere Flöße zu bauen und sich damit anschließend nach einem bestandenen „TÜV“ in die Fluten zu wagen, ein kurzes Stück des „Rio Negro“ zu befahren, dabei "Stromschnellen“ zu überwinden und wieder sicher anzulanden. Vertrauen in euch selbst und das Team, Kommunikation und Kooperation helfen euch, auftauchende innere und äußere Hindernisse zu überwinden - ihr lernt und übt außerdem wichtige und hilfreiche Knoten und verschiedene Techniken, um als Team die Herausforderung erfolgreich meistern zu können.



# JÄGER & SAMMLER 13.



In unserem Naturcamp direkt am Fluss Schwarzer Regen bieten wir euch die Möglichkeit, den /die Jäger- & Sammler\*Innen in euch zu entdecken und euch auf die Spuren unserer Vorfahren zu begeben.

## Essbare Wildpflanzen und Heilkräuter

Lasst euch faszinieren, wie viele Pflanzen direkt um euch herum essbar oder bereits seit Jahrhunderten als Heilpflanzen bekannt und bewährt sind. Viele Mythen und überlieferten Traditionen runden das Thema ab. Am Ende halten wir noch eine kleine Leckerei aus der Natur für euch bereit!



## Urformen der Jagd

Wir zeigen euch den intuitiven Umgang mit alten Urformen der Jagd. Vor dem ersten Wurf oder Schuss braucht es neben einer ruhigen Hand, einem scharfen Auge auch Geduld, Präsenz, Entschlossenheit und ein klares Ziel! An verschiedenen Stationen übt ihr schließlich mit Axt, Messer, Blasrohr, Zville sowie mit Pfeil und Bogen. Bei einem abschließenden Wettkampf könnt ihr nach Wunsch eure Treffsicherheit unter Beweis stellen und den Sieg für euer Team holen! Eine kleine Siegerehrung rundet diesen Teil des Events ab!



Dauer ca. 3 Stunden ab 6 Personen.

Team-Building / Incentive, ganzjährig möglich, mit zertifizierten Wildnis-/Erlebnispädagogen, auf das Team zugeschnittene Zielsetzung / Inhalte, inklusive Snacks und Obst, zuzüglich Getränke

EUR 59,- p. P.



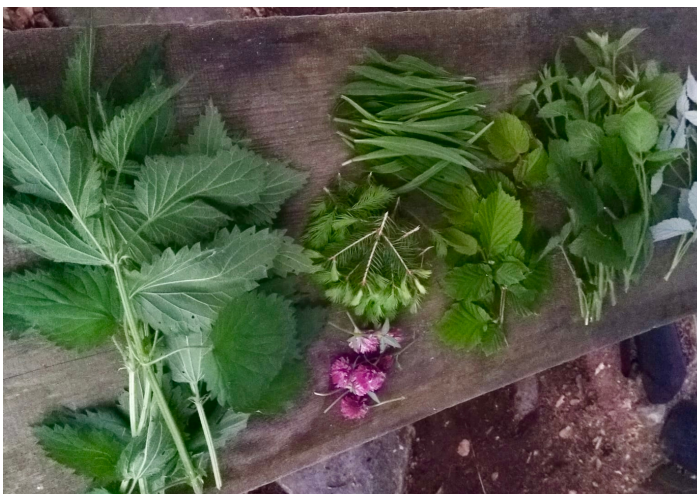
# WOOD & SUPERFOOD 14.



## POWER AUS WALD UND WIESE

Wir durchstreifen gemeinsam mit euch Wald und Flur in der nahen Umgebung unseres Naturcamps und entdecken die Superfood-Power der Natur. Essbare Wildpflanzen und Heilkräuter werden dabei anhand vieler spannender Informationen, Geschichten, Mythen und Traditionen kennen-gelernt, probiert und gesammelt. Anschließend bereiten wir gemeinsam, abhängig von Ausbeute und Jahreszeit, kleine Snacks, Gerichte oder Getränke an der Lagerfeuerstelle direkt im Naturcamp zu.

Festes Schuhwerk und wetterabhängige, robuste Kleidung, Trinkflasche und kleiner Rucksack empfehlenswert!



Dauer ca. 4 Stunden ab 6 Personen.

Team-Building / Incentive, saisonal möglich, mit zertifizierten Wildnis-/Erlebnispädagogen, auf das Team zugeschnittene Zielsetzung / Inhalte, inklusive Materialien, zuzüglich sonstige Getränke

EUR 59,- p. P.



# OUTDOOR-COOKING 15.



Zunächst heißt es, ein Feuer zu entfachen und Wichtiges über verschiedene Lagerfeuerarten zu erfahren. Dann werden die Kochmethoden, Kochstellen und Gerichte vorbereitet. Hierbei werden auch die Schätze der Natur wie essbare Wildkräuter genutzt. Anschließend kochen, braten oder backen wir gemeinsam z.B. am großen Grillrost über der Feuerstelle, im Lehmofen, im Dutchoven oder direkt in der Glut, begleitet durch unsere erfahrenen Trainer. Während der Wartezeit führen wir euch in die Welt der Lebensmittelaufbewahrung Outdoor ein und wir zeigen euch, wie das Schnitzen und Glutbrennen zur Herstellung von Löffeln und Schüsseln funktioniert. Der Höhepunkt ist schließlich der Verzehr der Speisen, die von Pizza über Brot, Fleisch Dips und Gemüse bis hin zu Fisch reichen können. Auf Wunsch gibt es alle Rezepte zum Nachmachen mit nach Haus.

Dauer ca. 6 Stunden ab 8 Personen

Team-Building / Incentive,  
saisonal möglich, mit zertifizierten  
Wildnis-/ Erlebnispädagogen, auf das  
Team zugeschnittene Zielsetzung und  
Inhalte, inkl. Kochvorbereitung &  
Einweisung, Durchführung und  
Betreuung, zzgl. Material, Lebensmittel  
und Getränke  
EUR 119,- p. P.





# WALDBADEN

# 16.



# BEI UNS IM WOID



Immer mehr Studien belegen die heilsame und entspannende Wirkung von Wäldern. Bei der Stressmanagement-Methode Waldbaden helfen uns Farben, Botenstoffe, Klänge etc., den Wald bewusst mit allen Sinnen wahrzunehmen und dadurch zu entschleunigen. Grenzerfahrungen, Inspiration und Kreativität durch vielfältige Impressionen ermöglichen einmalige, ganz persönliche Erfahrungen, die nachhaltig in unseren Alltag hineinreichen können. Wir tauchen mit euch ein in die wildromantische und urwüchsige Woid-Umgebung unseres Naturcamp Schnitzmühle und begleiten euch mit hilfreichen Anregungen und Übungen, auch für den Alltag, dabei bereichern die Aspekte "Natur als Künstlerin" und Landart das Event.

Feste Schuhe und Kleidung, Trinkflasche und Rucksack nötig!

Dauer ca. 4 Stunden ab 6 Personen.

Team-Building-Event zur Stressprävention, ganzjährig möglich, mit zertifizierten Wildnis-/Erlebnispädagogen, auf das Team zugeschnittene Zielsetzung und Inhalte.  
EUR 69,- p. P.



# LIACHTER-ZAUBER 17.



Bei Einbruch der Dunkelheit treffen wir uns in unserem Naturcamp Schnitzmühle. Zunächst gilt es, mit einfachsten Mitteln ein kleines Feuer zu entfachen, an dem wir unsere Fackeln anzünden können. Dann geht's hinaus in die winterliche Nacht rund um unser Naturcamp Schnitzmühle. Vielleicht haben wir dabei Glück und entdecken das ein oder andere Sternbild? Wieder zurück im Camp zaubern wir mit unseren Fackeln und Kerzen eine heimelige Atmosphäre, genießen Glühwein, Punsch und Co. und lassen in einer geselligen Runde am Lagerfeuer den Abend ausklingen.

Dauer ca. 3 Stunden ab 6 Personen.

Team-Incentive, in der kalten Jahreszeit möglich, mit zertifizierten Wildnis-/ Erlebnispädagogen, auf das Team zugeschnittene Zielsetzung und Inhalte, inkl. Fackeln, Glühwein und Punsch  
EUR 59,- p. P.

Warme, der Witterung angepasste Kleidung und Schuhwerk erforderlich!





# EIS/STOCK-SCHIESSEN 18.



Dauer ca. 2,5 Stunden ab 6 Personen  
Benötigt wird: festes Schuhwerk und  
wetterabhängige Kleidung  
inklusive Stockschießexperten,  
Siegesumtrunk, Leihhausrüstung,  
Platzmiete  
EUR 29,- p. P.

Wir veranstalten für eure Gruppe direkt beim Adventure Camp Schnitzmühle auf der eigenen Anlage ein Eis/Stock-schießen. Ergreift die Möglichkeit, Erfahrungen in diesem typisch bayerischen Volkssport zu sammeln. Nach einer kurzen Einweisung unserer Stockschießexperten kann es für die Teilnehmer losgehen. Je nach Wetterverhältnissen spielen die Teams auf einer Asphalt- oder Eisbahn und versuchen die gegnerischen Teams zu bezwingen, um sich neben dem Siegerpreis auch Ruhm und Ehre zu sichern. Das Turnier wird so ausgelegt, dass auch ungeübte Teammitglieder erfolgreich teilnehmen können.



# SCHNEESCHUH-WANDERUNG

## "GIPFELSTURM"



Auf knapp 1000 Höhenmeter starten wir die Schneeschuh-Tour rund um das Pröller-Ski-Dreieck mit unseren Abenteuer-Scouts. Ab auf'n Berg geht es durch die Schnee-Landschaften des Bayerischen Waldes. Ziel ist der unbeschreibliche Aussichtspunkt am Gipfelkreuz mit Blick ins Tal. Verewigt euch als „Gipfelstürmer“ im Gipfelbuch und stoßt nach dem gemeinsamen Marsch mit einem Schnaps an. Abschließend geht es für die Teilnehmer wieder zurück zum Adventure Camp Schnitzmühle mit Gelegenheit, die erlebten Momente Revue passieren zu lassen.

Dauer ca. 3 Stunden ab 5 Personen

Wanderstrecke ca. 5 Kilometer, ca. 180 Höhenmeter

Benötigt wird: festes Schuhwerk, Winterkleidung, körperliche Gesundheit

inklusive Abenteuer-Scout, Fotobegleitung, Sandwiches, Tee, Leihausrüstung

EUR 33,- p. P. (Transfer zum Startpunkt und Abholung gegen Aufpreis)