

offsitè

— MÉXICO —

CATÁLOGO DE DINÁMICAS

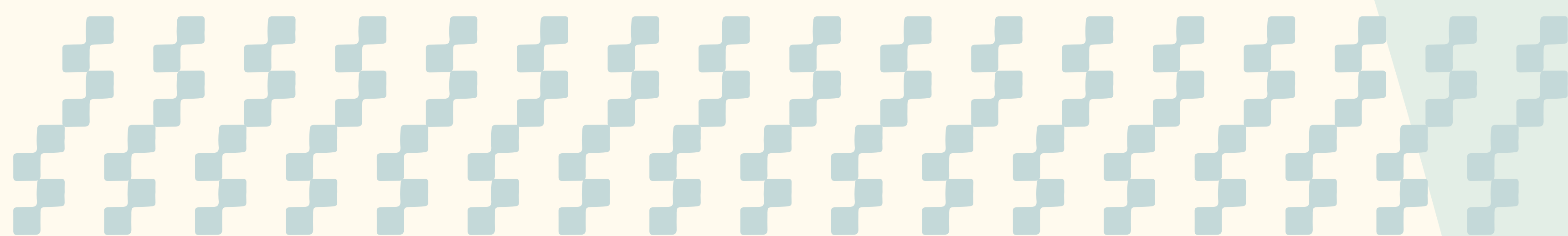


**EL CAMBIO REAL EMPIEZA POR DENTRO.
CON EQUIPOS MÁS HUMANOS,
CONECTADOS Y PREPARADOS
PARA EL FUTURO**

NOSOTROS

Offsite México es el resultado de más de 15 años de experiencia acompañando a personas y equipos en sus procesos de transformación.

Nuestro enfoque busca no solo transmitir ideas poderosas, sino también generar experiencias que movilicen, despierten y comprometan. Cada offsite es una invitación a transformarse de adentro hacia afuera, a través de nuestras dinámicas pensadas y desarrolladas cuidadosamente una por una.



DINÁMICAS

Donde la magia sucede. Basadas en las metodologías de Coaching ICF y Experiential Learning, diseñamos dinámicas divertidas, seguras e inclusivas. Creadas para trabajar múltiples áreas de oportunidad.

Todas nuestras dinámicas incluyen:

- una sesión complementaria de coaching
- reflexiones de apertura y cierre
- guías y facilitadores
- hidratación (dinámicas presenciales)
- materiales
- propinas



• PRECIO POR PERSONA



• PERSONAS POR DINÁMICA



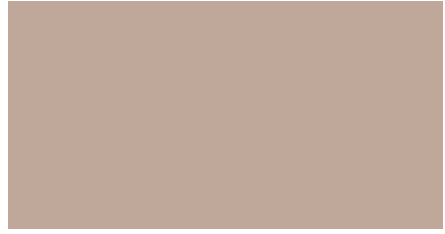
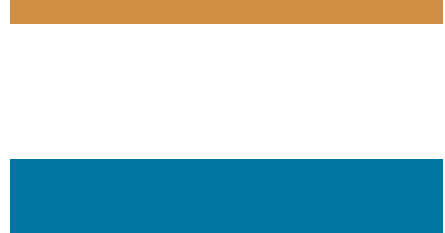
• DURACIÓN DE DINÁMICA





MENÚ DE DINÁMICAS

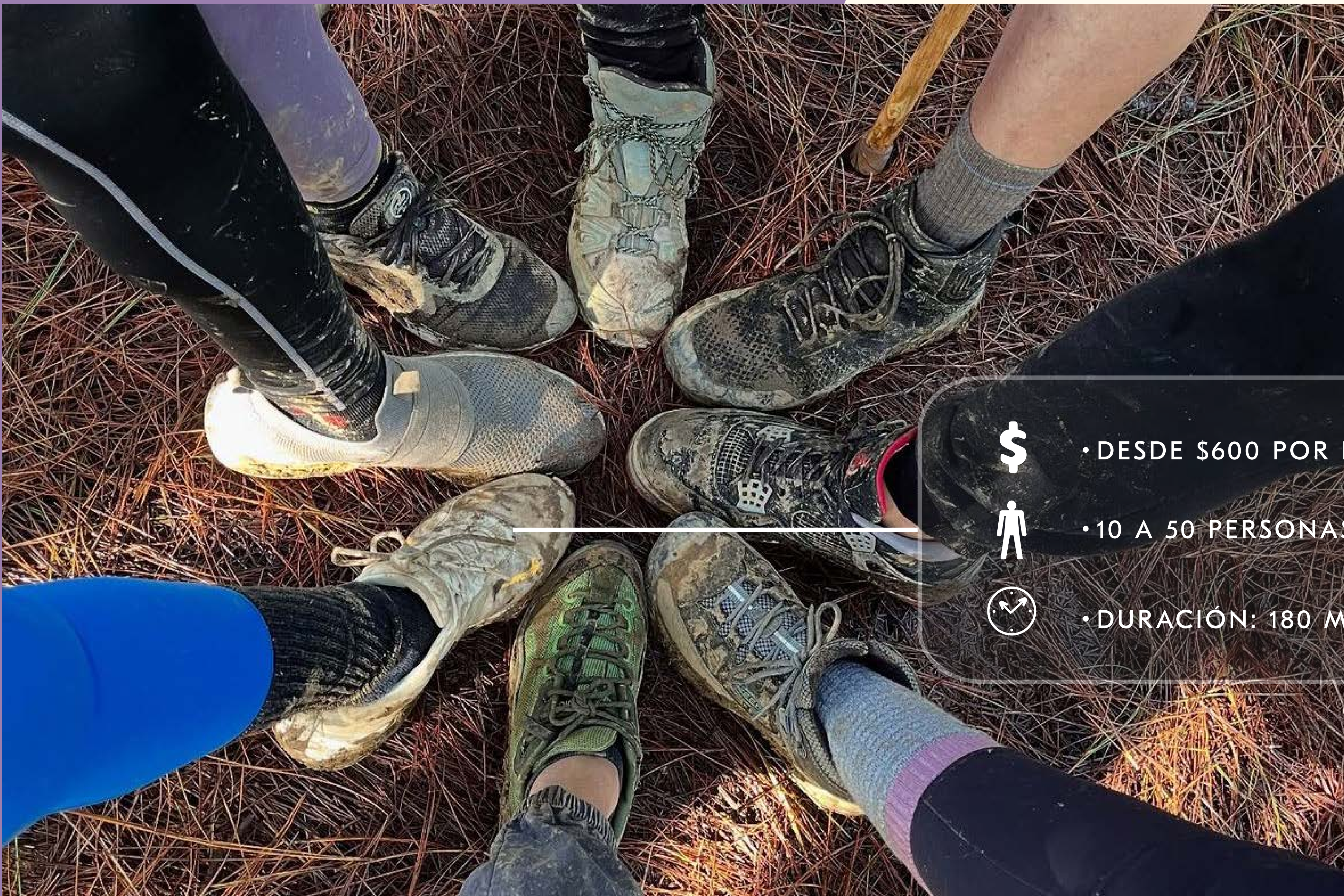


CAMINATA DE PODER	
CIRCUITO DESTREZA	
CÍRCULO DE CACAO	
CÍRCULO DE FUEGO	
COCINA ANCESTRAL	
PIZZA TIEMPO	
RALLY MÁGICO	
REGATA	
RISOTERAPIA	
RITMOS UNIDOS	
SOUND HEALING	
TALLER LEGO SERIOUS PLAY®	
TEMAZCAL	
THE OFFICE ADVENTURE®	
YOGA	

CAMINATA DE PODER

**Caminar afuera para
conectar adentro.**

Una caminata consciente a través de la naturaleza que invita a soltar el ritmo acelerado del día a día y **abrir espacio para la conexión humana**. En cada paso, los equipos se sumergen en conversaciones significativas, activando la confianza, la empatía y la presencia. Al llegar a la cima, un momento de silencio compartido transforma el trayecto en una **experiencia colectiva de expansión** dentro del equipo.



• DESDE \$600 POR PERSONA



• 10 A 50 PERSONAS



• DURACIÓN: 180 MINUTOS

“La naturaleza nos habla... pero solo si caminamos lo suficientemente lento para escucharla.”

1. SE FORMAN GRUPOS DE CAMINATA CON PARTICIPANTES DE DISTINTAS ÁREAS O NIVELES.
2. SE TRAZA UNA RUTA GUIADA DE 3 A 5 KM EN UN ENTORNO NATURAL.
3. CADA GRUPO RECIBE TARJETAS CON PREGUNTAS DETONADORAS QUE SE COMPARTEN ENTRE LOS EQUIPOS DURANTE EL RECORRIDO.
4. LA CAMINATA SE ENFOCA EN FOMENTAR EL DIÁLOGO GENUINO, LA ESCUCHA ACTIVA Y LA CONTEMPLACIÓN DEL ENTORNO.
5. AL LLEGAR AL PUNTO MÁS ALTO, SE REALIZA UNA MEDITACIÓN GUIADA PARA INTEGRAR LO VIVIDO Y ABRIR ESPACIO AL SILENCIO COMPARTIDO.



ver más

CIRCUITO DESTREZA

Lo resolverás más rápido si
dejas de competir y empiezas
a colaborar.

Una aventura contra el reloj donde la verdadera victoria no está en ganar, sino en entender que **el otro también es parte de tu equipo**. Este circuito de retos físicos e intelectuales pone a prueba la agilidad, la comunicación y la inteligencia colectiva de cada grupo. La sorpresa llega al final, cuando lo que parecía una competencia, se revela como una gran lección sobre cooperación.

“En un mundo obsesionado con ganar, colaborar es el acto más revolucionario.”



• DESDE \$500 POR PERSONA



• 10 A 150 PERSONAS



• DURACIÓN: 120 MINUTOS

1. SE CONFORMAN EQUIPOS DE 5 A 10 PERSONAS CON DIVERSIDAD DE PERFILES Y HABILIDADES.
2. SE ORGANIZA UN CIRCUITO CON 6 ESTACIONES DE RETOS, QUE INCLUYEN PRUEBAS FÍSICAS, LÓGICAS Y SENSORIALES.
3. CADA EQUIPO ROTA POR LAS ESTACIONES CON UN TIEMPO LÍMITE DE 6 MINUTOS POR RETO, ACUMULANDO PUNTOS.
4. SE INTEGRA UNA CONSIGNA SORPRESA EN DONDE SE REVELA QUE EL OBJETIVO ES LOGRAR ENTRE TODOS LA MAYOR PUNTUACIÓN POSIBLE.
5. LA EXPERIENCIA CIERRA CON UNA REFLEXIÓN GRUPAL SOBRE COOPERACIÓN, EGO, ESCUCHA Y PROPÓSITO COMPARTIDO.



ver más



CÍRCULO DE CACAO

**Cuando el corazón se abre,
el equipo florece.**

Una experiencia íntima y sagrada en la que el cacao se convierte en puente hacia la verdad interior. A través del ritual, la palabra y la presencia, **los equipos se conectan desde la esencia**, soltando máscaras y creando un espacio seguro de confianza, empatía y gratitud compartida.

¿ “El cacao no cura, pero te recuerda lo que siempre ha estado dentro de ti.”



• DESDE \$600 POR PERSONA



• 10 A 50 PERSONAS



• DURACIÓN: 90 MINUTOS



1. SE ABRE EL CÍRCULO CON UNA BREVE EXPLICACIÓN SOBRE EL CACAO CEREMONIAL Y LA INTENCIÓN COLECTIVA DEL ENCUENTRO.
2. SE SIRVE Y SE BEBE EL CACAO CON ATENCIÓN PLENA, CONECTANDO CON SU ENERGÍA ANCESTRAL.
3. SE ABRE UN ESPACIO DE DIÁLOGO EN DONDE LOS PARTICIPANTES COMPARTEN EMOCIONES, HISTORIAS O REFLEXIONES PERSONALES.
4. SE REALIZAN EJERCICIOS DE CONEXIÓN QUE FORTALECEN LA EMPATÍA Y EL RECONOCIMIENTO ENTRE LOS MIEMBROS DEL EQUIPO.
5. SE CIERRA LA CEREMONIA CON UN ACTO DE GRATITUD Y UNIDAD PARA SELLAR LA EXPERIENCIA EN LO INDIVIDUAL Y EN LO COLECTIVO.



ver más

CÍRCULO DE FUEGO

Escucha lo que tu fuego
interno quiere decirte.

Sentarse alrededor del fuego es volver al origen. En esta dinámica de escritura y reflexión, el fuego se convierte en espejo y en catalizador. A través de cuatro rondas guiadas, los participantes exploran su historia, su presente y sus anhelos, **compartiendo desde un lugar de verdad y vulnerabilidad**. Al final, el fuego no solo ilumina —une.



“Sentarse juntos frente al fuego es recordar que nunca estuvimos solos.”

1. EL GRUPO SE SIENTA EN CÍRCULO ALREDEDOR DE UNA FOGATA ENCENDIDA, DESIGNANDO A UN GUARDIÁN DEL FUEGO.
2. SE INICIA CON UNA BREVE MEDITACIÓN GUIADA Y UNA SEMBLANZA SOBRE EL SIMBOLISMO DEL FUEGO EN LA HISTORIA HUMANA.
3. LOS PARTICIPANTES REALIZAN CUATRO RONDAS DE ESCRITURA INTROSPECTIVA: PRESENTE (GRATITUD), PASADO (SOLTAR), FUTURO (ANHELAR) Y PRESENTE OTRA VEZ (ACCIONAR).
4. AL FINAL DE CADA RONDA, LOS ESCRITOS SE LANZAN AL FUEGO COMO ACTO SIMBÓLICO DE TRANSFORMACIÓN, Y SE ABRE UN ESPACIO VOLUNTARIO DE COMPARTIR.
5. LA DINÁMICA CIERRA CON UNA PEQUEÑA CEREMONIA DE SILENCIO, CONTEMPLACIÓN Y PALABRAS DE CIERRE ENTRE EL EQUIPO.



COCINA ANCESTRAL

La cocina como ritual de
conexión y memoria.

Una experiencia deliciosa, caótica y profundamente conectiva. En esta dinámica, los equipos se sumergen en las **raíces de la cocina mexicana** utilizando ingredientes ancestrales y técnicas tradicionales para preparar guisos, salsas y sabores que cuentan historias. Cada grupo se autogestiona, organiza recursos, toma decisiones y cocina bajo presión. Al final, lo que se comparte no es solo comida, sino orgullo, conexión y sabor a comunidad.

Entre manos, risas y tradiciones, el equipo se convierte en familia.



• DESDE \$750 POR PERSONA



• 10 A 80 PERSONAS



• DURACIÓN: 90 MINUTOS

1. SE DA UNA BREVE INTRODUCCIÓN A LOS INGREDIENTES, TÉCNICAS Y SIMBOLISMO DE LA COCINA PREHISPÁNICA.
2. LOS EQUIPOS EXPLORAN EL ESPACIO, CONOCEN LOS UTENSILIOS Y GESTIONAN SUS RECURSOS DISPONIBLES.
3. SE COCINAN GUISADOS Y SALSAS EN EQUIPO, SIGUIENDO RECETAS GENERALES CON ESPACIO PARA LA CREATIVIDAD.
4. TODOS DEGUSTAN LOS PLATILLOS PREPARADOS, RECONOCIENDO EL ESFUERZO Y SAZÓN DE CADA GRUPO.
5. LA DINÁMICA INCLUYE TODOS LOS ALIMENTOS Y BEBIDAS, CONVIRTIENDO EL PROCESO EN UNA AUTÉNTICA FIESTA CULINARIA.



ver más



PIZZA TIEMPO

**Velocidad, sabor y colaboración:
todo en una sola rebanada.**

Una dinámica sabrosa, divertida y llena de aprendizaje colaborativo. Los equipos operan su propia pizzería y compiten por preparar y servir **las mejores pizzas en el menor tiempo posible**. Mientras unos cocinan, los otros disfrutan, y luego se invierten los roles. La clave: transferir aprendizajes de un equipo a otro para superar el reto juntos. Porque aquí, la receta ganadora siempre incluye confianza, comunicación... y mucho queso.

“Toda buena pizza lleva una base de colaboración.”



• DESDE \$750 POR PERSONA



• 10 A 80 PERSONAS



• DURACIÓN: 90 MINUTOS



1. SE DIVIDE AL GRUPO EN DOS EQUIPOS: UNO COCINARÁ Y EL OTRO SERÁ ATENDIDO.
2. EL EQUIPO QUE COCINA ASIGNA ROLES (CHEF, MESEROS, BARMAN) Y COMIENZA LA PREPARACIÓN DE LAS PIZZAS.
3. EL OBJETIVO ES COMPLETAR EL SERVICIO EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE MIENTRAS EL OTRO EQUIPO DISFRUTA.
4. AL TERMINAR, SE INTERCAMBIAN ROLES Y EL SEGUNDO EQUIPO INTENTA MEJORAR EL TIEMPO DEL PRIMERO, CON LA AYUDA DE UNA TRANSFERENCIA DE APRENDIZAJES.
5. AL FINAL, SE REVELA EL TIEMPO DE CADA EQUIPO Y SE CELEBRA LA COLABORACIÓN, EL SERVICIO Y EL TRABAJO EN CONJUNTO.



ver más

RALLY MÁGICO

Las calles esconden
más de lo que ves... ¿te
atreves a descubrirlo?

Una experiencia de exploración, juego y colaboración por los rincones más encantadores de pueblos mágicos como Valle de Bravo, Tepoztlán o Coyoacán. Equipados con un kit de exploración, los equipos recorren las calles resolviendo acertijos, descifrando códigos y encontrando **misterios ocultos** entre plazas, callejones y mercados. Una actividad divertida, física y **profundamente integradora** que mezcla lo **lúdico con lo cultural**.



“El verdadero viaje de descubrimiento no consiste en buscar nuevos paisajes, sino en mirar con nuevos ojos.”

1. SE FORMAN EQUIPOS DE 5 A 10 PERSONAS Y SE REALIZA UNA APERTURA CON INSTRUCCIONES Y REFLEXIÓN INICIAL.
2. CADA EQUIPO RECIBE UN KIT CON MAPA, PISTAS, CÓDIGOS Y UNA HOJA DE RETOS COLABORATIVOS.
3. EL RALLY SE DESARROLLA CAMINANDO POR LAS CALLES, RESOLVIENDO MISTERIOS Y CONECTANDO CON HABITANTES LOCALES.
4. SE VISITAN SITIOS DE INTERÉS MIENTRAS SE COMPLETA EL MAYOR NÚMERO DE DESAFÍOS EN UN TIEMPO DETERMINADO.
5. LA DINÁMICA CIERRA CON UNA REFLEXIÓN GRUPAL SOBRE LA EXPERIENCIA Y EL APRENDIZAJE COLECTIVO.

REGATA

Navegar no es controlar el viento, es aprender a moverse con él.

Una aventura única que combina naturaleza, adrenalina y trabajo en equipo. A bordo de un velero J24, los participantes **aprenden lo esencial de la navegación** y se organizan para cumplir objetivos colectivos dentro de un circuito acuático. La tripulación debe coordinar roles, mantener el rumbo y adaptarse al viento, comprendiendo que, en el agua como en el trabajo, solo se avanza si todos reman —o navegan— en la misma dirección.

“No podemos cambiar el viento, pero sí ajustar las velas.”



• DESDE \$1,050 POR PERSONA



• 10 A 150 PERSONAS



• DURACIÓN: 120 MINUTOS

1. SE FORMAN EQUIPOS DE HASTA 5 PERSONAS POR VELERO, ASIGNANDO ROLES ESTRATÉGICOS DENTRO DE CADA TRIPULACIÓN.
2. SE LLEVA A CABO UNA REFLEXIÓN DE APERTURA SOBRE LA NAVEGACIÓN, EL VIENTO Y EL LIDERAZGO.
3. CADA EQUIPO NAVEGA ACOMPAÑADO DE UN INSTRUCTOR, APRENDIENDO LAS BASES DEL MANEJO DEL VELERO SIN NECESIDAD DE EXPERIENCIA PREVIA.
4. SE COMPLETA UN CIRCUITO ACUÁTICO CON RETOS INDIVIDUALES Y OBJETIVOS COLECTIVOS COMO FLOTA.
5. LA EXPERIENCIA CIERRA CON UNA REFLEXIÓN SOBRE COLABORACIÓN, VULNERABILIDAD, LIDERAZGO COM-PARTIDO Y CONEXIÓN CON LA NATURALEZA.



ver más





RISO- TERAPIA

La risa es la distancia más corta entre dos personas.

Una experiencia liberadora que utiliza el juego, la improvisación y la risa como herramientas para romper el hielo, activar la alegría y **generar conexión genuina** entre los participantes. A través de dinámicas grupales y ejercicios de empatía, el grupo accede a un estado de **apertura emocional y bienestar compartido**. práctica colectiva que desarma el ego, enciende la energía y nos recuerda lo esencial: reír también es una forma de sanar.

Quien no sabe reírse de sí mismo, no ha entendido nada.



• DESDE \$500 POR PERSONA



• 10 A 50 PERSONAS



• DURACIÓN: 90 MINUTOS



1. SE INICIA CON EJERCICIOS PARA ACTIVAR LA ENERGÍA, DESPERTAR LA ALEGRÍA Y FOMENTAR LA CONEXIÓN CORPORAL Y VISUAL.
2. SE REALIZAN DINÁMICAS LÚDICAS EN GRUPO PARA FORTALECER LA CONFIANZA Y SOLTAR EL JUICIO.
3. SE INTRODUCEN EJERCICIOS DE EMPATÍA EMOCIONAL A TRAVÉS DEL JUEGO Y EL MOVIMIENTO.
4. EMERGEN MOMENTOS DE RISA ESPONTÁNEA, COLECTIVA E INCONTROLABLE, DETONANDO VÍNCULOS PROFUNDOS.
5. LA DINÁMICA CIERRA CON UN ESPACIO DE INTEGRACIÓN Y REFLEXIÓN SOBRE EL VALOR DEL JUEGO, LA ALEGRÍA Y LA VULNERABILIDAD COMPARTIDA.



ver más

RITMOS UNIDOS

Un solo equipo.
Un solo ritmo. Un solo latido.

Una experiencia tribal, energética y **profundamente humana**. A través del tambor, el cuerpo y el ritmo, los participantes se conectan con su energía vital, su **capacidad de escuchar** y la armonía de trabajar en conjunto. Cada persona encuentra su lugar en el pulso colectivo, donde no se trata de sonar perfecto, sino de sonar juntos. Una dinámica inolvidable que despierta la alegría, la empatía y la fuerza de la comunidad.



La música es el vínculo entre el mundo sensible y el espiritual.

1. LA SESIÓN INICIA CON UN CÍRCULO DE TAMBORES Y JUEGOS DE MOVIMIENTO PARA ROMPER EL HIELO Y ACTIVAR EL CUERPO.
2. LOS PARTICIPANTES SE FAMILIARIZAN CON EL TAMBOR, APRENDIENDO A TOCAR RITMOS BÁSICOS CON AYUDA DEL FACILITADOR.
3. SE REALIZAN EJERCICIOS DE LIDERAZGO, COORDINACIÓN Y ESCUCHA ACTIVA A TRAVÉS DEL RITMO.
4. SE FORMAN EQUIPOS QUE CREAN UN PERFORMANCE RÍTMICO Y LO COMPARTEN AL CENTRO DEL CÍRCULO.
5. LA DINÁMICA CONCLUYE CON UNA REFLEXIÓN GRUPAL SOBRE PRESENCIA, ESCUCHA Y SINCRONIZACIÓN HUMANA.



ver más

SOUND HEALING

Un viaje sonoro hacia tu interior.

Soundhealing es una experiencia inmersiva donde la **música en vivo** se convierte en un puente hacia el equilibrio interior. Combinando sonidos de instrumentos ancestrales y contemporáneos, respiración consciente y meditación guiada, esta dinámica invita a desconectar del ruido externo para escuchar lo que realmente importa: tu propia esencia.

El sonido es la medicina más antigua y profunda.



• DESDE \$500 POR PERSONA



• 10 A 100 PERSONAS



• DURACIÓN: 90 MINUTOS

1. COMENZAMOS CON UN BREVE ESTIRAMIENTO CORPORAL PARA SOLTAR TENSIONES Y PREPARAR EL CUERPO PARA RECIBIR EL SONIDO.
2. LOS PARTICIPANTES SE RECUESTAN CÓMODAMENTE, CERRANDO LOS OJOS MIENTRAS LOS PRIMEROS ACORDES Y VIBRACIONES ENVUELVEN EL ESPACIO.
3. A TRAVÉS DE LA VOZ DEL FACILITADOR, EL GRUPO RECORRE UN VIAJE DE IMÁGENES, EMOCIONES Y SENSACIONES, ACOMPAÑADO DE INSTRUMENTOS COMO CUENCOS, TAMBORES, FLAUTAS O CUERDAS QUE PINTAN EL PAISAJE SONORO.
4. EJERCICIOS ESPECÍFICOS DE RESPIRACIÓN AMPLIFICAN LA RELAJACIÓN, ELEVAN LA PERCEPCIÓN SENSORIAL Y EXPANDEN EL ESTADO DE CALMA.
5. LA EXPERIENCIA FINALIZA CON NOTAS SUAVES QUE INVITAN A ABRIR LOS OJOS LENTAMENTE. SE GENERA UN ESPACIO DE PALABRA DONDE CADA PARTICIPANTE PUEDE COMPARTIR LO QUE SINTIÓ.



ver más



Taller LEGO® Serious Play®

Cuando las manos piensan, las ideas se vuelven tangibles.

Más que un juego, este taller es una poderosa herramienta de **pensamiento colaborativo**. Con la metodología LEGO® Serious Play®, los participantes dan forma a ideas abstractas, desafíos estratégicos y soluciones colectivas a través de modelos contruidos con piezas de LEGO®. Una experiencia lúdica, seria y transformadora.

La creatividad es la inteligencia buscando divertirse.



• DESDE \$3,000 POR PERSONA



• 10 A 50 PERSONAS



• DURACIÓN: 240 MINUTOS



1. SE REALIZA UNA SESIÓN PREVIA CON EL CLIENTE PARA DEFINIR EL OBJETIVO ESPECÍFICO DEL TALLER (LIDERAZGO, VISIÓN, CULTURA, ETC.).
2. EL GRUPO SE DIVIDE EN MESAS Y CADA EQUIPO RECIBE UN KIT LEGO® ESPECIAL, GUIADO POR UN FACILITADOR CERTIFICADO.
3. A TRAVÉS DE UNA SERIE DE PREGUNTAS ESTRUCTURADAS, LOS PARTICIPANTES CONSTRUYEN MODELOS QUE REPRESENTAN IDEAS INDIVIDUALES Y COLECTIVAS.
4. SE ABREN ESPACIOS DE REFLEXIÓN PROFUNDA DONDE CADA MODELO ES EXPLICADO, EXPLORADO Y ENRIQUECIDO POR EL GRUPO.
5. SE INTEGRAN LAS PERSPECTIVAS EN UNA VISIÓN O SOLUCIÓN COMPARTIDA, ATERRIZANDO CONCLUSIONES TANGIBLES Y ACCIONABLES.

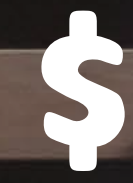
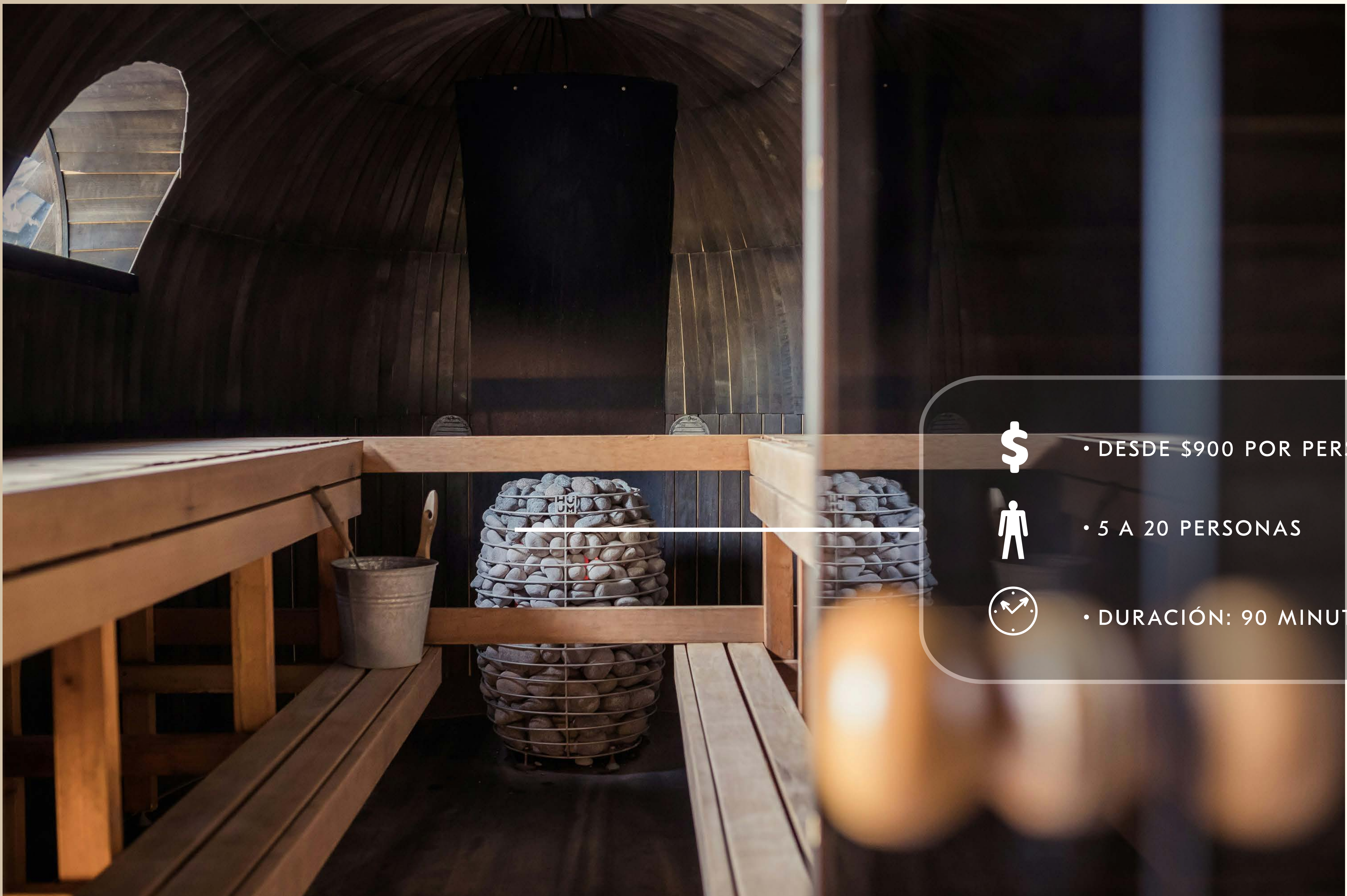


ver más

TEMAZCAL

El vientre de la tierra
es también el lugar donde
nacen los equipos verdaderos.

El Temazcal es un ritual ancestral de purificación física, emocional y espiritual que adaptamos como una **experiencia transformadora para equipos**. En un espacio circular que simboliza el vientre de la Madre Tierra, el grupo entra en la oscuridad, guiado por cantos, vapor y calor, para soltar el pasado, compartir lo profundo y volver a salir con una **renovada sensación de unidad**.



• DESDE \$900 POR PERSONA



• 5 A 20 PERSONAS



• DURACIÓN: 90 MINUTOS

Volver al origen no es retroceder, es recordar quién eres.

1. LA EXPERIENCIA COMIENZA CON UN RITUAL DE BIENVENIDA Y LIMPIEZA ENERGÉTICA, DONDE CADA PARTICIPANTE ESTABLECE UNA INTENCIÓN.
2. SE ENTRA EN EL TEMAZCAL (ESTRUCTURA CIRCULAR DE PIEDRA Y LODO) COMO SÍMBOLO DE RETORNO AL ORIGEN Y CONEXIÓN CON LA TIERRA.
3. DURANTE LA CEREMONIA SE ABREN CUATRO PUERTAS (FASES) EN LAS QUE SE INTRODUCEN PIEDRAS CALIENTES, GENERANDO VAPOR QUE INDUCE INTROSPECCIÓN.
4. SE COMPARTEN PALABRAS, EMOCIONES, SUEÑOS Y DESAFÍOS PERSONALES EN UN ENTORNO SEGURO, OSCURO Y PROFUNDAMENTE HUMANO.
5. AL FINALIZAR, EL GRUPO SALE DEL TEMAZCAL CON UNA RENOVADA SENSACIÓN DE CONEXIÓN, GRATITUD Y PERTENENCIA.



ver más



TOA®

Una isla, un equipo y una
oportunidad para descubrir
cómo trabajan juntos.

The Office Adventures es una experiencia de team building como ninguna otra: **un videojuego cooperativo desarrollado por Offsite México**, donde los participantes deben trabajar en equipo para escapar de una isla remota. Mientras se sumergen en la aventura, un facilitador guía momentos de pausa, reflexión y aprendizaje colectivo. Diversión, estrategia y transformación en una sola **experiencia digital**.

Se conoce mejor a una persona en una hora de juego que en un año de conversación.



• DESDE \$500 POR PERSONA



• 5 A 50 PERSONAS



• DURACIÓN: 120 MINUTOS

1. SE FORMAN EQUIPOS DE 5 A 10 PERSONAS, CADA UNO CON ACCESO A UNA COMPUTADORA MAC O WINDOWS.
2. LOS PARTICIPANTES INGRESAN AL VIDEOJUEGO, EN DONDE DESPIERTAN EN UNA ISLA MISTERIOSA CON UN SOLO OBJETIVO: ESCAPAR JUNTOS.
3. PARA AVANZAR, DEBEN COOPERAR EN TODO MOMENTO: RESOLVER ACERTIJOS, RECOLECTAR OBJETOS, COMUNICARSE ESTRATÉGICAMENTE Y TOMAR DECISIONES EN CONJUNTO.
4. A LO LARGO DEL JUEGO, EL FACILITADOR INTERVIENE CON PAUSAS GUIADAS PARA PROMOVER EL DIÁLOGO, LA REFLEXIÓN Y EL ANÁLISIS DE LO VIVIDO.
5. LA DINÁMICA CONCLUYE CON UNA CONVERSACIÓN FINAL SOBRE LIDERAZGO, COMUNICACIÓN, FRUSTRACIÓN, RESILIENCIA Y COLABORACIÓN, INTEGRANDO LO APRENDIDO AL CONTEXTO LABORAL.



ver más





YOGA

Una experiencia para
estirar el cuerpo... y el alma.

Una pausa consciente en medio del ajetreo cotidiano. Esta sesión de yoga, accesible para todos los niveles, es una invitación a mover el cuerpo, escuchar la respiración y **reencontrarse con uno mismo y con el grupo**. Acompañada de **música en vivo**, la práctica se convierte en una experiencia sensorial que relaja, fortalece y siembra una semilla de presencia que va más allá del mat.

No se trata de tocar los pies, sino de lo que aprendes en el camino hacia ellos.



• DESDE \$500 POR PERSONA



• 10 A 100 PERSONAS



• DURACIÓN: 90 MINUTOS



1. INICIAMOS CON UN MOMENTO DE SILENCIO Y EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN PARA CENTRAR CUERPO, MENTE Y ENERGÍA, ACOMPAÑADOS POR MÚSICA EN VIVO SUAVE Y ENVOLVENTE.
2. GUIAMOS UNA SERIE DE POSTURAS DE YOGA (ASANAS) EN SINCRONÍA CON LA RESPIRACIÓN, DISEÑADAS PARA LIBERAR TENSIONES, FORTALECER Y RELAJAR.
3. INTEGRAMOS EJERCICIOS DE CONCENTRACIÓN Y CONEXIÓN INTERIOR, ACOMPAÑADOS DE SONIDOS EN VIVO QUE ESTIMULAN LA CALMA Y LA INTROSPECCIÓN.
4. CERRAMOS CON UNA MEDITACIÓN GUIADA QUE INVITA A SENTIR LA ENERGÍA DEL GRUPO Y CULTIVAR UNA PRESENCIA PROFUNDA.
5. SE ABRE UN ESPACIO BREVE PARA COMPARTIR REFLEXIONES Y SENSACIONES, INTEGRANDO LA EXPERIENCIA COMO UNA SEMILLA DE BIENESTAR COLECTIVO.



ver más



Matriz de dinámicas

DINAMICAS	CAPACIDAD	DURACIÓN	PRECIO DESDE	UBICACIÓN	AUTO-CONOCIMIENTO	COMPROMISO	COMUNICACIÓN	EMPATÍA	INTEGRACIÓN	LIDERAZGO	MOTIVACIÓN
CIRCUITO DESTREZA	10-150	120	500	CVT	+			+	+		+
CAMINATA DE PODER	10-50	180	600	CVT		+	+		+	+	+
CÍRCULO DE CACAO	10-50	90	500	CVT	+	+		+	+		+
CÍRCULO DE FUEGO	10-50	90	500	VT	+	+		+	+		+
COCINA ANCESTRAL	10-80	90	750	CVT			+		+	+	
PIZZA TIEMPO	10-80	90	750	CVT		+	+	+	+	+	+
RALLY MÁGICO	10-200	90	500	CVT			+		+		
REGATA	10-50	120	1,050	V			+	+	+	+	
RISO-TERAPIA	10-50	90	500	CVT	+			+	+	+	+
RITMOS UNIDOS	10-150	90	750	CVT		+		+	+	+	+
SOUND HEALING	10-100	90	500	CVT	+						+
LEGO SERIOUS PLAY®	10-50	240	3,000	CVT		+	+	+	+		+
TEMAZCAL	5-20	90	900	CVT	+	+		+	+		+
THE OFFICE ADVENTURES®	5-50	120	600	R			+		+	+	
YOGA	10-100	90	500	CVT	+				+		+



C = CDMX
V = VALLE DE BRAVO
T = TEPOZTLÁN
R = REMOTO

Preguntas frecuentes

1. ¿QUÉ INCLUYEN LAS DINÁMICAS?

TODAS LAS EXPERIENCIAS INCLUYEN FACILITADORES, MATERIALES, HIDRATACIÓN (EN ACTIVIDADES PRESENCIALES), REFLEXIONES DE APERTURA Y CIERRE, Y UNA SESIÓN DE COACHING COMPLEMENTARIA.

2. ¿LOS PRECIOS SON FIJOS?

NO. EL PRECIO POR PERSONA PUEDE VARIAR SEGÚN LA TEMPORADA Y EL TAMAÑO DEL GRUPO. SIEMPRE ENVIAREMOS UNA COTIZACIÓN PERSONALIZADA QUE ES LA QUE PREVALECE.

3. ¿QUÉ SIGNIFICA “PRECIOS DESDE”?

LOS PRECIOS PUBLICADOS EN EL CATÁLOGO SON EL PRECIO MÍNIMO POSIBLE POR PERSONA. EL MONTO FINAL DEPENDE DEL NÚMERO DE PARTICIPANTES, LA FECHA DEL EVENTO, LA UBICACIÓN Y LOS SERVICIOS ADICIONALES QUE SE CONTRATEN (POR EJEMPLO: TRANSPORTE, ALIMENTOS O RENTA DE ESPACIOS).

4. ¿EL PRECIO INCLUYE IVA?

NO. LOS PRECIOS PUBLICADOS EN EL CATÁLOGO SON EN MXN MÁS IVA. EN LA COTIZACIÓN FORMAL SIEMPRE SE DESGLOSA EL IMPUESTO DE FORMA CLARA.

5. ¿CÓMO RESERVO UNA DINÁMICA?

CON UN ANTICIPO DEL 50% DEL TOTAL PARA APARTAR LA FECHA. EL RESTO DEBE PAGARSE A MÁS TARDAR 5 DÍAS HÁBILES ANTES DEL EVENTO.

6. ¿QUÉ PASA SI NECESITO CANCELAR?

- MÁS DE 5 DÍAS HÁBILES ANTES: DEVOLUCIÓN DEL 100% DEL ANTICIPO.
- MENOS DE 5 DÍAS HÁBILES: NO HAY REEMBOLSO.

EN CASOS DE FUERZA MAYOR (CLIMA, RESTRICCIONES OFICIALES, ETC.), SE PUEDE REPROGRAMAR SIN COSTO EXTRA, SUJETO A DISPONIBILIDAD.

7. ¿QUÉ PASA SI NO LLEGAMOS AL MÍNIMO DE PERSONAS REQUERIDO?

CADA DINÁMICA TIENE UN NÚMERO MÍNIMO DE PARTICIPANTES. SI NO SE CUMPLE, PODEMOS AJUSTAR LA COTIZACIÓN O PROPONER OTRA ACTIVIDAD VIABLE.

8. ¿LAS ACTIVIDADES SON SEGURAS?

SÍ. TODAS LAS DINÁMICAS SON SEGURAS Y ESTÁN GUIADAS POR FACILITADORES EXPERTOS. ALGUNAS INCLUYEN ACTIVIDAD FÍSICA LIGERA O MODERADA; LA PARTICIPACIÓN ES VOLUNTARIA Y BAJO RESPONSABILIDAD DE CADA ASISTENTE.

9. ¿SE PUEDEN PERSONALIZAR LAS DINÁMICAS?

SÍ. PODEMOS ADAPTAR ACTIVIDADES A TUS OBJETIVOS, TIEMPOS Y ESPACIO. TAMBIÉN DISEÑAMOS EXPERIENCIAS A LA MEDIDA.

10. ¿DÓNDE SE REALIZAN LAS ACTIVIDADES

TRABAJAMOS EN CIUDAD DE MÉXICO, VALLE DE BRAVO, TEPOZTLÁN Y OTROS DESTINOS. TAMBIÉN OFRECEMOS DINÁMICAS EN LÍNEA Y EN SEDES PROPUESTAS POR EL CLIENTE.

Últimos clientes

A continuación una lista de organizaciones, con las que hemos podido compartir uno o más encuentros:

3M Adyen Aglaia **Amazon** AON Ascelco Audioclinic
 Avantis Banorte **BBVA** Beek **Beiersdorf** Bermad
 BESO BuzonE CAME CBRE ChinaMobile CIBanco
 Capsus Chemtreat **Cisco** Clariant ColdwellBanker
Colgate-Palmolive Coppel Corad Cuprum **Daimler**
 Deacero Demsa Disc Doordash ECI EnergíaReal EO
Ericsson ExitusCapital FundaciónAzteca Feiyang
 GCE GlobalWellness **Google** Grandata GrupoAxo
 Guzdan Havas Hermés Hillstone HIRCasa Hollister
Isuzu Italika Jeol Kaptan KIONetworks **L'Oreal** Mane
 Mars **Mattel** Megalab **MercadoPago** MIC MNYL
 Monex Motorola **Nestle** Nielsen Nolte **Novartis**
 OCC Paragraph PASA PayPal PEPSICO **Pfizer**
 Philips PPG Quad Renova Reynera **Roche** Sanofi
SealandMaersk Scotiabank Splenda SquareGPS
 TCEnergy TE Tecnobuildings Temposatis Time-
 Tracker Tractozone TrinaSolar Troop **Uber** Union-
 Pacific Vicarmed **Volvo** Wallia Weex WintershallDea



offsité

— MÉXICO —