

致学员的一封信

亲爱的朋友：

您好！

欢迎您参加广州途远公司组织的《入学经典团建》，为使这次活动获得圆满成功，请您仔细阅读以下条款：

● 活动日程

【时间】2022 年 7 月 3 日，1 天

时间	内容
08:30-10:00	签到
10:00-10:40	破冰
10:40-12:00	数字定向
12:00-13:30	午餐
13:30-15:00	极速 60 秒
15:00-16:30	纳斯卡巨画
16:30-17:00	大总结
17:00-17:30	返程

● 活动地点

花都香草世界（位于广州市花都区花山镇铁山村路，导航香草世界就可以），香草世界拓展基地位于花都花山镇香草世界内,是广东省唯一具有香草观赏的基地,环境优美，鸟儿欢声笑语，到处充满生机勃勃的景象；占地 600 亩，拥有 A、B、C、D、E 五个大草坪活动区域和水上活动区域，同时接待多个团队进行培训；距离广州只需 40 分钟车程。

● 注意事项：

关于天气

除非在课程开始当天遇到不可抗力的突发事件，否则途远将不会取消或延期活动。我们会根据天气的情况，调整活动时间或以其他活动代替原有项目，另外，近期天气较为多变，建议各位出行时多备件薄外套，受当前气候和天气的影响，早晚气温可能会转凉；同时，外出时建议自备雨具和做好必要的防晒工作，便于出行。

您需要做什么准备

充分的准备，将有助于您在这次活动中获得好的效果。

心理

好的心态对一个人来说也许是最为重要的，不同的心态会导致不同的结果。体验式培训也是如此。这次培训中抱着以下的心态对您和您的团队都会有益：

- 对自己有充分的信心，愿意客观面对自己的缺点，相信有更多的理想经过努力是可以实现的。
- 相信事情可以做得更好，愿意与大家一起努力并分享成功。
- 更愿意选择建议和行动，而不是抱怨和指责。
- 这是一个在挫折和努力中发现缺点、改进自我的共同学习的机会，而非休闲、旅游或单纯满足刺激的假期。
- 这是一个平等的、宽松的、愉快的模拟体验和探讨的过程，而不是平时工作中等级角色和固定工作模式的延续。
- 在活动期间的培训和生活中，尽可能支持和鼓励同伴。
- 愿意换位思考，尽可能发现自己不曾意识到的优点和弱点，并愿意从同伴处征求看法和建议。愿意抛开成见，发现和赞赏同伴的优点并对其不足提出诚恳的建议。

身体

健康而强壮的体魄无疑对户外体验式培训是有利的，但并非只有身强力壮者才能参加活动。只要身体基本健康，无特殊疾病和不适，都可以参加。因为体验式培训注重体验和感悟，并不以完成项目为重要目的，也不是一种身体能力的竞赛。但由于要在户外进行一些活动，基本的体能和活动能力也是必要的。如果您平时较少参加体育锻炼，那么从现在起您就应该做一些慢跑和伸展等运动（不必剧烈），让身体处于更好的状态。

孕妇，习惯性脱臼，近期做过大手术，有医生嘱咐不可以参加运动的同学，不建议参与！

物品

- 1、请穿着适合运动的服装，请勿穿高跟鞋，皮鞋、拖鞋，裙子，短裤、西装之类服装。**
- 2、少量现金以备急需,但也没有必要带太多现金,以免丢失。
- 3、我们将备有外用急救药品，请您根据个人的情况带上内服类备用药品。**
- 4、不要携带含有酒精的饮料。
- 5、本次出行时间是 1 天，请各位提前跟家人进行好沟通，并和同事之间进行好工作交接。
- 6、下列物品可能会在培训中给您带来不便，请最好不要携带：耳环、项链、镶嵌类戒指、硬质发卡等饰物及其他贵重物品。**
- 7、戴眼镜的学员请自备有防跌功能的眼睛架或准备小绳加固眼镜。**

- 8、不要携带国家法律法规禁止的音像制品或其他宣传品。
- 9、大件物品放客房，贵重物品随身带。因此请准备一个小背包，以便活动过程中装钱包、手机、充电宝、饮用水。

安全是我们共同的责任

体验式培训融入了娱乐和挑战的要素，使学员在兴奋和战胜挑战的成功感的刺激下得到很好的学习效果。一般来说，在学员心理和身体能够承受的限度内，娱乐性越强、挑战越大，学习的效果就会越好。然而，在紧张或兴奋中的学员进行具有挑战性活动的过程中，必然存在出现安全问题的可能，尽管其概率大大低于一般体育活动。

我们把学员和培训师的安全看得比一切都重要，因为“拓展”既是我们的产品，更是我们的事业；安全是培训效果的基础。我们建立了完善的安全保障体系，以随时随地的安全意识、国际认证的器材装备、严格规范的操作方法和多年积累的实战经验使安全得到最大的保证。同时我们努力使安全也成为学员培训过程中的重要体验。

我们的训练设施始终如一的将安全保障放在各项工作的首位，所有户外活动均经过精心的设计与实验，学校使用一流的专业器材。任何的高空项目均有安全带和保护绳加以保护，并由富有经验的培训师严格的依照安全程序指导、监控活动的全过程；在以上基础上，学校为每位学员购买了二十万元的人身意外保险和五万元的医疗保险。

为了您的安全，请您务必做到：

- 1、培训前请与认真细看本信件中的安全注意事项并由我们统一为您办理人身意外伤害保险。
- 2、患有上面所述各种疾病及特殊情况的不得参加训练。有其他疾病的学员须事先说明。在培训中身体如有不适，须及时向培训师报告。
- 3、培训期间请务必服从培训师的安全警告、指导和管理；不要离开您所在的小组单独活动，如有困难请向培训师要求帮助。
- 4、禁止在无保护的情况下攀爬 1 米以上的高度。
- 5、禁止吸烟，培训期间禁止饮酒，严禁任何形式的赌博。
- 6、参与安全保护时恪尽职守，发现问题立刻报告。
- 7、请勿擅自参加计划外的项目，不得自行操作。
- 8、请勿擅自外出。
- 9、在培训中，请您爱护学校内的各项设施以及自然环境，不要乱丢垃圾。

预祝您培训顺利，得到更多收获！



途远体验式培训

2022 年 06 月