

Go Sports!

G CROSS 跨界空间 企业团建方案

--专注企业团建的运动综合体



跨界空间的 优势



体育类团建作为当今职场最新型的拓展方式，深受国内外新锐企业推崇。体育与户外相结合的生活方式也成为当今现代人健康生活一个必不可少的环节。所以，开展体育类团建不仅会提高公司形象，锻炼员工身心素质，同时还能在团队配合中发现员工潜在能力与性格。

从企业运营角度长远规划来考虑，员工身心健康，团队协作意识，团队抗压能力的提高，都能有效的减低企业的运营成本，提高企业的工作效率。

1

员工身心健康

Boost employee
physical and mental
health

2

团队协作意识

The team
cooperation
consciousness

3

团队抗压能力

Release stress and
learn how to handle
stress

专注企业团建的运动综合体



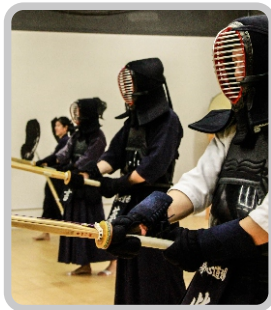
攀岩 Climbing



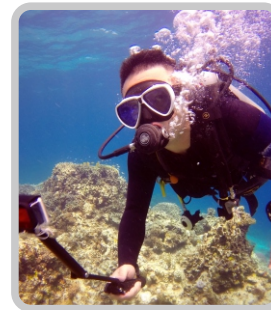
篮球 Basketball



CROSSFIT综合体能



剑道 KENDO



咏春拳 Wingtsun



居合剑术 Kenjutsu



传统射术 Archery



太极 Taiji



棒球 Baseball



击剑 Fencing



潜水 Diving



拳击 Boxing



coming soon

首家
主题式团建



挑战过此团建的客户





团队协作



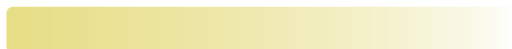
50%

舒压程度



80%

身体素质要求



80%

难易程度



40%

CrossFit健身训练，与健美不同，它不以身体外型为主，不强调孤立肌肉训练，而是以获得特定的运动能力为目标，通过多种以自身重量、负重为主的高次数、快速、爆发力的动作增强自己的体能和运动能力。

CROSSFIT综合体能

价格/Price



1小时



125元/人



16人/组

费用包含：训练器材的使用、教练费用、场地费用、服务费
餐食说明：费用不包含餐食





攀岩 Climbing

团队协作



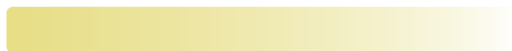
40%

舒压程度



70%

身体素质要求



80%

难易程度



70%

价格/Price



3小时



175元/人



20人以上

(需要提前一周预约)

(如超过40人则分为两场, 以此类推)

人数说明: 参与活动者需在60周岁以下。身体健康, 未患有高血压、心

脏病、精神疾病、外伤等一切医学上或自认为不宜参与此项运动的疾病

费用包含: 训练器材的使用、教练费用、场地费用、服务费

餐食说明: 费用不包含餐食

攀岩团建是团队协作极好的催化剂, 它会让团队的每个成员在短时间内变得更自信、更积极, 极大提升团队的协调性和专注度。使团队在短期内培养自身的凝聚力和执行力。



身心道場



剑道 KENDO

团队协作



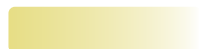
60%

舒压程度



70%

身体素质要求



30%

难易程度



20%

剑道属于大运动量类项目，体能要求较大，练习过程中包含大声喊叫、用力打击等动作。适合缓解工作压力，释放负面情绪。帮助职场人士更好得迎接生活和工作中的挑战。

价格/Price

武术项目体验

🕒 1.5小时 💰 235元/人 👤 15人

武术项目体验+沙龙文化讲座

🕒 1.5小时 💰 280元/人 👤 15人

人数说明：40人以下,每超过1人加收150元，少于15人不退差价
费用包含：道服和训练器材的使用、课程费用、场地费用、服务费
餐食说明：：费用包含茶水，但不包含餐食，需要配餐请另外说明
餐食标准：（一）25元/人，（二）35元/人，择其一



身心道場

团队协作



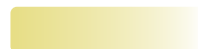
60%

舒压程度



70%

身体素质要求



30%

难易程度



20%

简单实用的南派搏击术。随着近些年咏春拳题材电影的风靡，在年轻人中有很多咏春爱好者。团建课可以通过练习简单的咏春拳基础动作，了解咏春拳原理，学会基本的护身防身动作。

价格/Price

武术项目体验

🕒 1.5小时 💰 235元/人 👤 15人

武术项目体验+沙龙文化讲座

🕒 1.5小时 💰 280元/人 👤 15人

人数说明：40人以下，每超过1人加收150元，少于15人不退差价
费用包含：道服和训练器材的使用、课程费用、场地费用、服务费
餐食说明：：费用包含茶水，但不包含餐食，需要配餐请另外说明
餐食标准：（一）25元/人，（二）35元/人，择其一

咏春拳 Wingtsun



身心道場



居合剑术 Kenjutsu

团队协作



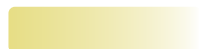
60%

舒压程度



70%

身体素质要求



30%

难易程度



20%

价格/Price

武术项目体验

🕒 1.5小时 💰 235元/人 👤 15人

武术项目体验+沙龙文化讲座

🕒 1.5小时 💰 280元/人 👤 15人

人数说明: 40人以下,每超过1人加收150元, 少于15人不退差价
费用包含: 道服和训练器材的使用、课程费用、场地费用、服务费
餐食说明: 费用包含茶水, 但不包含餐食, 需要配餐请另外说明
餐食标准: (一) 25元/人, (二) 35元/人, 择其一

日本古代剑术, 强调修心, 对动作的细节精细雕琢。适合有修养和欣赏水平更高的人群。古朴典雅的日式传统文化。上课时比较安静, 注重个人修行。



身心道場

团队协作

60%

舒压程度

70%

身体素质要求

30%

难易程度

20%

传统射术Archery

价格/Price

武术项目体验

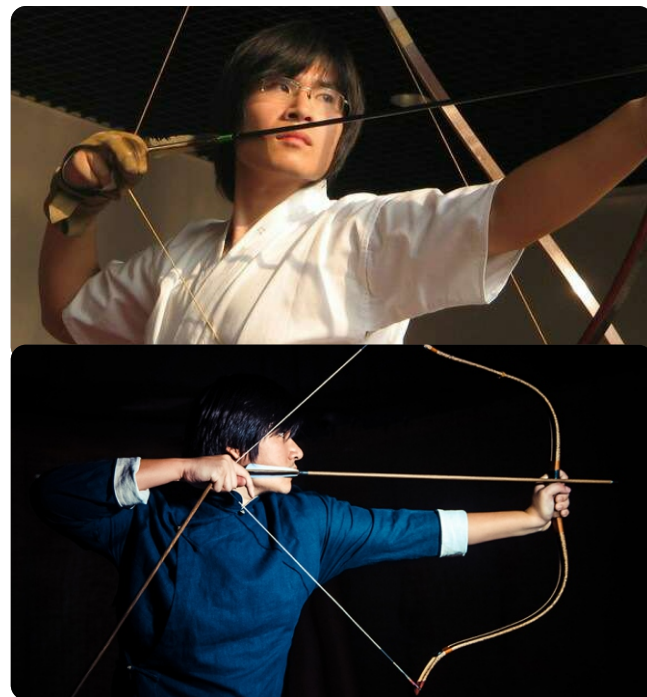
🕒 1.5小时 💰 235元/人 👤 15人

武术项目体验+沙龙文化讲座

🕒 1.5小时 💰 280元/人 👤 15人

人数说明: 40人以下,每超过1人加收150元, 少于15人不退差价
费用包含: 道服和训练器材的使用、课程费用、场地费用、服务费
餐食说明: : 费用包含茶水, 但不包含餐食, 需要配餐请另外说明
餐食标准: (一) 25元/人, (二) 35元/人, 择其一

射箭无论是在东西方, 都得到了良好的发展。
传统射术, 包含了中国传统弓箭射术、日本弓射术、韩国弓射术等东方弓箭技法, 同时也会接触到诸如英格兰长弓等西方弓箭射术技法。



身心道場



太极 Taiji

团队协作



60%

舒压程度



70%

身体素质要求



30%

难易程度



20%

价格/Price

武术项目体验

🕒 1.5小时 💰 235元/人 👤 15人

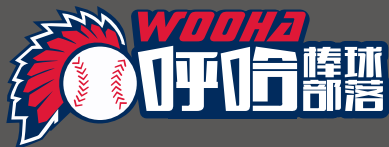
武术项目体验+沙龙文化讲座

🕒 1.5小时 💰 280元/人 👤 15人

人数说明: 40人以下,每超过1人加收150元, 少于15人不退差价
费用包含: 道服和训练器材的使用、课程费用、场地费用、服务费
餐食说明: : 费用包含茶水, 但不包含餐食, 需要配餐请另外说明
餐食标准: (一) 25元/人, (二) 35元/人, 择其一

上课教授最传统的陈式太极拳。该项目可有效缓解各种办公室疾病(如由于长期伏案工作导致的颈、肩、腰、腿不适等)。团建课的安排主要包含有代表性的太极拳动作, 和针对办公室疾病的练习方式。同时文化内涵较强。





棒球 Baseball

团队协作



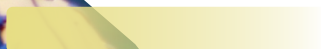
90%

舒压程度



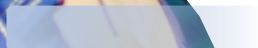
70%

身体素质要求



50%

难易程度



40%

价格/Price

户外

🕒 2-3小时 🏷️ 场地600起/小时 350元/人 👤 18人以上

室内

🕒 2-3小时 🏷️ 150元/人-200元/人 👤 20人以上

费用包含：训练器材的使用、课程费用、服务费

餐食说明：： 户外活动价钱不包括餐饮费用；室内包括不同等级自助餐和棒球币

户外项目： 免费赠送球棒一支，钥匙扣（人头数），照片（一组），饮用水（人头数）

棒球在当今运动生活中,逐渐成为炙手可热的团队协作运动, 被越来越多应用于团队合作运动项目中, 这不仅是因为它是一项集整体性、对抗性以及丰富的战术谋略于一身的智慧运动, 而且它能最真实地模拟团队工作场景。





团队协作

80%

舒压程度

80%

身体素质要求

50%

难易程度

30%

篮球团建不但可以愉悦身心，还可以增强体质。此外打篮球还可以锻炼人的心志，帮助人获得一种乐观的精神态度，积极向上的人生态度。

价格/Price

🕒 4小时 💰 89元/人 👤 10人以上

🕒 8小时 💰 139元/人 👤 10人以上

费用包含：篮球场地，设备，篮球，策划组织者
餐食说明：针对企业需求制定拓展方案；现场专业拓展老师指导；附赠场馆巨幅广告、后期H5制作。

篮球 Basketball





团队协作

40%

舒压程度

80%

身体素质要求

80%

难易程度

50%

格至击剑承击剑传统之美，融合东方智慧与现代教育之优，倡导培养孩子的高贵气质和扎实深厚的人本，始终将“真礼思搏，快乐成长”的核心教育理念贯穿其中，不光拥有强健的体魄更有健全的人格。

价格/Price

🕒 2小时 💰 388元/人 👤 15人以上

费用包含：训练器材的使用、教练费用、场地费用、服务费
餐食说明：费用不包含餐食

击剑 Fencing





福田区直属机关团工委



诺德金融公司



斜杠青年分享会



Shenzhen Daily



餐饮配套
+
照片视频配套
+
更多定制服务
请垂询

更多体验
coming soon
烘焙, 插画, 手作, VR
and more @2F



跨界空间

运动|玩乐|赛事
培训|团建|社群

Go Sports!

📍 深圳市南山区龙珠四路金谷创业园跨界空间G-CROSS
(地铁七号线龙井站B出口, 南行120米)
百度地图搜索 跨界空间

☎ 180 2533 1930 Disen迪森



微信联系客服小雅