



Soluciones de Team Building

Cegos 2025



Soluciones de Team Building Cegos

¿Por qué Cegos?

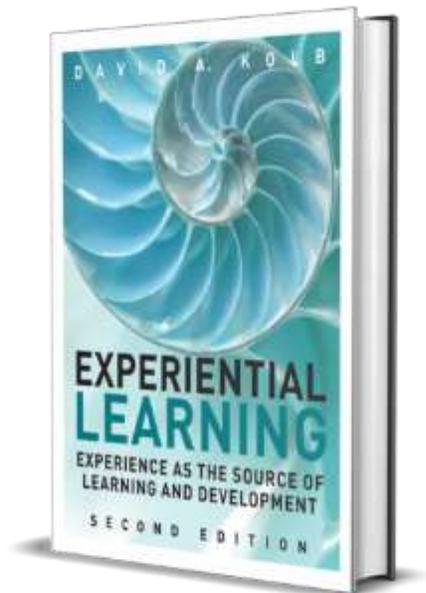
- Cegos España es una compañía experta en el aprendizaje y la transformación de personas, equipos y organizaciones.
- Aprendizaje vivencial como estrategia y canal para ayudar a las empresas a generar cambios en sus equipos (Comités de Dirección, Managers, Comerciales, Técnicos, Equipos Transversales, etc.).
- En nuestros proyectos de Team Building hemos conseguido **equipos más cohesionados, más eficaces y productivos, trabajando en torno a una visión común, con mayor confianza y pertenencia, con mayor conexión con los valores de la organización, con una mejor confianza y capacidad de relación entre sus integrantes, etc.**
- Os ayudamos a diseñar vuestra reunión de equipo.



Soluciones de Team Building Cegos

Modelo de Referencia Aprendizaje Experiencial

Cegos España aplica el Ciclo de David Kolb para diseñar y desplegar sus soluciones de Team Building:



Soluciones de Team Building Cegos

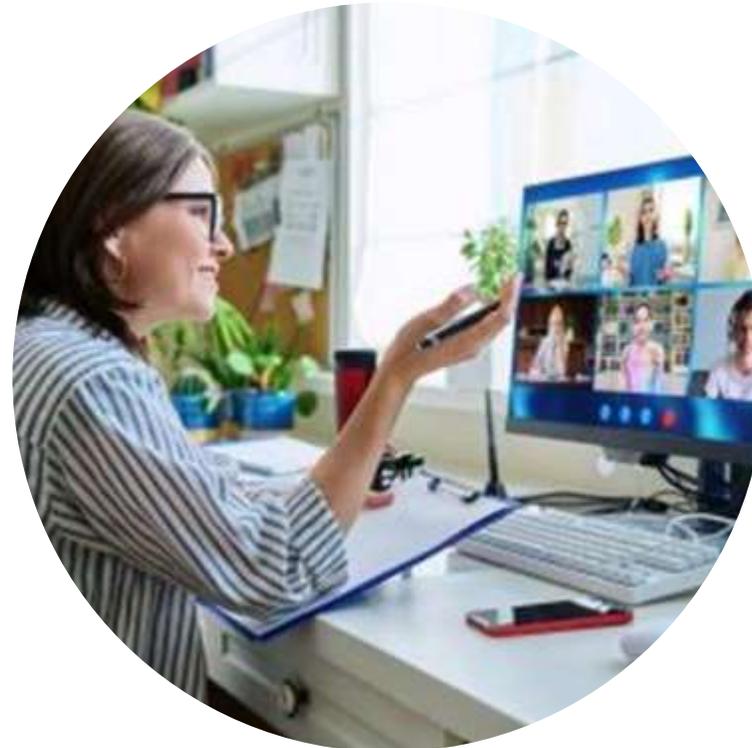
Tipos de Team Building

En Cegos, desplegamos los siguientes tipos/formatos de Team Building:

Presencial (Outdoor/Indoor)



Virtual (Zoom, Teams...)



Soluciones de Team Building Cegos

Team Building Presenciales

1 Team Building Activity

Outdoor / Indoor, alineada con los objetivos y necesidades del equipo (personas, duración, localización, etc.)

3 Conceptos Clave

De forma dinámica y aplicada reforzaremos la dinámica inicial y la reflexión posterior con contenidos clave vinculados con herramientas y habilidades para su aplicación posterior al entorno profesional.

5 Informe de Conclusiones

Al final el proyecto planteamos un informe de conclusiones con recomendaciones y propuestas que ayuden al colectivo a mejorar sus procesos de colaboración, trabajo en equipo, etc..



Reflexión Grupal

2

Analizar cómo ha sido el proceso de trabajo llevado a cabo a lo largo de la dinámica, identificando puntos fuertes, áreas de desarrollo e ideas de aplicación,.

All Together Now

4

Dinámica guiada para la elaboración del Plan de Intervención del Equipo en base a:

- **Qué peticiones hacen a sus stakeholders para optimizar la colaboración y el trabajo en equipo.**
- **Cómos para dar respuesta a los Qués** (Plan de Acción para conseguirlo)

Dinámicas



Duración: **1-2 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **120**

Indoor/Outdoor

La Batucada



De una forma muy clara se realiza una **analogía entre una banda de música y cualquier equipo de trabajo**. Los participantes pueden vivenciar de manera directa la relación que si trabajamos bien coordinados el resultado es mucho más potente y divertido. Esta actividad favorece la creación de vínculos sólidos entre los participantes, ayuda a desarrollar la capacidad de escucha interpersonal y entre departamentos, fomenta la creatividad, la autoestima y el sentimiento de grupo y equipo...todo ello desde un ambiente lúdico y perfectamente guiado por coaches percusionistas.

En una primera parte se realizan divertidos ejercicios de percusión corporal para favorecer la cohesión grupal, en la segunda parte de la actividad todos los participantes cogen sus instrumentos de batucada (surdos, repeniques, socialios, agogos, darbouka etc...) y guiados por monitores formarán una gran batucada perfectamente coordinada.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Coordinaros mejor
- Aprender a escuchar
- Ser eficaces
- Tener una visión conjunta



Duración: **1-2 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **80**

Indoor/Outdoor **Haka**



La sesión de **Haka Team Building** es una experiencia empoderadora. Poco a poco los participantes se irán metiendo en el papel hasta llegar al punto en el que la fuerza creada por el grupo será un motor de motivación y entusiasmo.

El objetivo es sentir la fuerza del equipo trabajando conjuntamente. Incidiremos en todo momento en la importancia del compromiso e implicación de cada uno de los integrantes del equipo. La fuerza que llegaremos a desarrollar y transmitir y el resultado final será directamente proporcional al grado de implicación y a cuanto nos involucremos en el papel.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Coordinaros mejor
- Aprender a escuchar
- Ser eficaces
- Tener una visión conjunta



Duración: **1 hora**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **50**

Indoor/Outdoor

Cuadro Flamenco



Mediante una analogía entre los componentes de un cuadro flamenco y un equipo de trabajo, vivenciaremos de primera mano **la importancia de la comunicación efectiva, de la entrega al proyecto común, la escucha y la importancia de ir a un mismo compás.**

En primer lugar, nuestros artistas recibirán al equipo con un espectáculo flamenco en el que se transmite la intensidad de este arte. Seguidamente daremos la bienvenida al grupo y se pondrá en contexto el reto al que nos enfrentamos.

Comenzamos a trabajar realizando divertidos ejercicios rítmicos con palmas y percusión corporal, ejercicios de expresividad y comunicación no verbal.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Coordinaros
- Planificar y tomar decisiones
- Fijar objetivos
- Comunicaros entre vosotros



Duración: **2 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **50**

Indoor/Outdoor CSI



Se trata de una actividad de **Cluedo en vivo**, en el cual cada grupo será un equipo de **investigación que tendrá que resolver un asesinato/robo ocurrido en la comisaría de policía.**

Nuestros actores actuarán representando varios personajes de la comisaría (escenario del crimen, reo, visionario, monje, guardia de seguridad, estratega, academia, laboratorio etc.). Los personajes propondrán pruebas de todo tipo: tecnológicas, de agilidad, de lógica e ingenio, de habilidad... y cuando los equipos consigan resolverlas, obtendrán información relevante para aclarar el caso.

Sin duda es una de las actividades más completas del mercado y está potenciada con el uso de tecnología, como un dron, gafas tipo *card board*, etc. La actividad puede tener la variante de robo u homicidio y personalizarse de manera corporativa.

Puede hacerse tanto en interior como en exterior o un mix de ambos. ¿Encontraréis al culpable?.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Incrementar el sentimiento de contribución
- Potenciar la proactividad individual.
- Alentar la creatividad y la búsqueda de la mejora continua.
- Fortalecer el objetivo y visión común
- Trabajar en equipo



Duración: **3 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **200**

Indoor/Outdoor **The Movie**



Es una actividad vivencial basada en los fundamentos básicos del trabajo en equipo, la comunicación y la creatividad. Los participantes trabajarán como un único equipo, aunque con funciones y objetivos específicos en función de las necesidades de la productora. Entre todos ellos tendrán un **objetivo común: grabar un cortometraje, con una duración máxima de 9 minutos, que ilustre su visión sobre una temática específica** (previamente definida). Además, deberán utilizar un género cinematográfico específico que les asignaremos para que puedan representarlo.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Orientación al cliente
- Planificar y tomar decisiones
- Optimizar el liderazgo
- Gestionar el tiempo disponible



Duración: **2 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **150**

Indoor/Outdoor Taller de Coctelería



Nuestro taller de coctelería es una manera diferente de hacer team building. En el taller, daremos una introducción al mundo de la coctelería y crearemos tres cócteles diferentes, que pueden ser con o sin alcohol. Nuestros cocteleros enseñarán de manera teórica y práctica cómo hacer los combinados, mientras cuentan anécdotas, curiosidades y trucos de esta disciplina.

Entre cóctel y cóctel, realizaremos dinámicas de team building divertidas, como nuestras carreras de camareros. Las pruebas servirán para puntuar a los diferentes equipos, que deberán esforzarse al máximo y conseguir los mejores resultados.

Además, para escoger al equipo ganador, cada grupo tendrá que presentar al resto de compañeros tres cócteles y lo defenderán delante del jurado, que determinará quién se hace con la victoria. Todo lo necesario para el taller (ingredientes y materiales) será proporcionado por nosotros.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Conocerlos mejor
- Planificar y tomar decisiones
- Comunicaros de forma eficaz
- Orientación al cliente



Duración: **2 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **50**

Indoor

Especial Navidad: Juguetes para todos



Todos los participantes forman parte de una empresa que comparte un mismo **objetivo: ser la empresa adjudicataria de un importante contrato para la fabricación de un juguete que responda fielmente a las necesidades planteadas por la empresa cliente: Papá Noel.**

Cada una de las empresas estará formada por 4 divisiones con **objetivos específicos que cumplir:**

- INVESTIGACIÓN
- DISEÑO
- DESARROLLO
- PRESENTACIÓN

A través de esta actividad conseguiréis:

- Conocerlos un poco mejor
- Tener un objetivo común
- Promover la comunicación transversal
- Trabajar en equipo de manera cohesionada
- Planificar juntos y tomar decisiones juntos
- Orientación al cliente a través de la escucha activa



Duración: **3-4 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **200**

Indoor/Digital

Lipdub



Lipdub es una dinámica vivencial y de alto impacto en la que el trabajo en equipo, la innovación y la proactividad serán elementos clave para llevarla a cabo con éxito.

¿Qué es un Lipdub? La traducción literal de Lipdub es, **doblaje de labios**. Este concepto es una actividad realizada por un grupo de personas que sincronizan los movimientos tanto de labios, como corporales, con una canción. En otras palabras, la actividad de hacer un Lipdub, **consiste en hacer un playback de una canción, mientras se graba con una cámara**, aunque lo más característico del Lipdub es, que el playback se acompaña de un recorrido que va realizando la cámara, donde van apareciendo los protagonistas del video. El Lipdub normalmente, se realiza en un plano secuencia, esto significa que no se detiene la grabación desde principio hasta el final del recorrido.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Ser creativos
- Planificar y tomar decisiones
- Gestionar el tiempo
- Trabajar en equipo
- Orientaros al cliente



Duración: **2 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **100**

Indoor The City



Dividiremos a los participantes en equipos, cada uno que trabajarán como empresas/servicios especialistas en el diseño urbano (viales, edificios, paisajes, servicios, transportes, etc.) Entre todos ellos deberán crear una **MAQUETA DE UNA CIUDAD SOSTENIBLE** (en una mesa de 1,5m x 8m) que incluya todos los servicios que participan en este proyecto.

Entregaremos a cada equipo un "kit de materiales" correspondiente o no a su área de especialidad. A lo largo de la actividad, se darán cuenta de que tendrán que negociar e intercambiarlos con los otros equipos para que el resultado final del proyecto sea el esperado por el cliente.

A lo largo de la actividad generaremos una bandeja de entrada (por equipo, por grupo de equipos o para todos los participantes) con tareas que tendrán que resolver sobre la marcha o cambios que afectarán a su planificación inicial y que les obligarán a gestionar sus prioridades.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Transversalidad
- Comunicación y Negociación
- Optimizar el liderazgo
- Gestión de los Recursos



Duración: **3-4 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **40**

Indoor **Nouvelle Cuisine**



“Nouvelle Cuisine” es una dinámica que situará a los participantes en un contexto en el que será imprescindible: **trabajar en equipo, tener una visión de conjunto, desarrollar una comunicación fluida y eficaz, llevar a cabo una adecuada planificación y reparto de roles y tareas, optimizar la gestión del tiempo, ser creativos e innovadores, etc.**

Dividiremos a los participantes en equipos de trabajo que se convertirán en afamados restaurantes de “Nouvelle Cuisine”. **Durante las 3 horas de duración de la actividad tendrán que diseñar y elaborar un “Menú de Degustación” compuesto por tres platos:**

- Entrante
- Plato principal
- Postre

A través de esta actividad conseguiréis:

- Potenciar el liderazgo
- Planificar y tomar decisiones
- Tener un objetivo común
- Trabajar en equipo
- Gestionar los recursos disponibles y no disponibles



Duración: **5 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **100**

Indoor Fashion Show



Los participantes **tendrán como objetivo preparar y presentar una colección de moda**, compuesta por modelos diferentes con el fin de ilustrar su visión de varias temáticas importantes para la compañía a día de hoy.

Contaremos con estudiantes de diseño que les ayudarán a aprovechar al máximo la fase de planificación, así como a lograr un mayor impacto en la elección de los modelos, su diseño, fabricación y presentación en la pasarela.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Orientación al cliente
- Planificar y tomar decisiones
- Optimizar el liderazgo
- Trabajar en equipo
- Gestionar los recursos



Duración: **3 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **100**

Indoor

Sweet Expo



Dividiremos a los participantes en equipos que se encargarán de **crear una exposición dulce recreando monumentos, edificios o construcciones referentes en el mundo** (Torre Eiffel, Big Ben, Coliseo, etc.).

Las maquetas deberán ser realizadas con unas mínimas dimensiones que les indicaremos. Cada equipo recibirá una serie de materiales de soporte (placas de poliespán, cartulinas, alambres, etc.) y una gran cantidad de caramelos y golosinas, de formas y colores variados, para que los utilicen como elemento decorativo de su obra.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Potenciar el liderazgo
- Planificar y tomar decisiones
- Definir objetivos
- Trabajar en equipo
- Gestionar los recursos



Duración: **3 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **150**

Indoor Team Painting



Proponemos **2 opciones** para el desarrollo de la dinámica:

Creación de un tríptico:

- Dividiremos a los participantes en equipos, que se encargarán del diseño y creación de un tríptico. Para ello deberán elaborar un boceto común que ilustre la temática planteada, planificar la estructura del equipo y asignar tareas para desarrollar el tríptico, trabajar en equipo para lograr que su composición sea la más impactante, original y creativa, etc.

Creación de una exposición:

- Cada uno de los equipos se encargará de componer un cuadro que ilustre y represente su visión respecto a un tema específico. Al finalizar la dinámica, un portavoz de cada equipo presentará su obra destacando los principales objetivos, contenidos y formatos utilizados para desarrollar el tema propuesto. Posteriormente estos cuadros podrían convertirse en una exposición de pintura que proponemos ubicar en alguna de las oficinas de la compañía.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Comunicaros mejor
- Planificar y tomar decisiones
- Optimizar el liderazgo
- Tener un objetivo común



Duración: **2 horas**

Número mínimo de personas: **6**

Número máximo de personas: **11**

Indoor/Digital Escape Room



Proponemos una serie de espacios ambientados en diferentes temáticas que esconden un secreto.

La resolución de acertijos y enigmas o la consecución de claves será necesaria para conseguir el objetivo: salir victorioso del escape room sin exceder el tiempo marcado.

La actividad es portátil y se organiza en cualquier espacio. Llevaremos todo lo necesario para el montaje y realización de la actividad. Cada una de ellas tiene una duración aproximada de 40 minutos, por lo que permite experimentar más de un escape room en una jornada.

Realizaremos diferentes escapes room en función del tamaño del grupo, ya que podemos duplicarlas o crear diferentes ambientes: recuperar una obra maestra (**escape museo**), abrir un libro de hechizos (**escape misterio**) o recuperar el Santo Grial (**escape medieval**) Se recomienda un mínimo de 6 y máximo de 11 personas por escape.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Planificar y tomar decisiones
- Tener un objetivo común
- Trabajar en equipo
- Gestionar los recursos disponibles y no disponibles
- Promover la comunicación transversal



Duración: **3 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **100**

Indoor Mystery Murder



El objetivo de esta dinámica será fomentar la comunicación y el trabajo en equipo mediante un acontecimiento divertido y sorprendente que se desarrollará durante la comida o cena.

Para ello, **un grupo de actores profesionales** asumiendo diferentes roles (camarero, maître, gobernanta, etc.) **se encargará de crear una intrigante trama implicando a los participantes en la resolución de un misterioso “asesinato” a lo largo de la comida o cena.**

La representación empezará de manera sutil, y en clave de humor para, poco a poco, ir atrapando a los comensales y hacerles partícipes de los acontecimientos que se van desarrollando.

Una vez producido el crimen, cada mesa formará un equipo que interrogará a los sospechosos, planteará hipótesis, y aportará soluciones para resolver el caso.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Comunicaros mejor
- Planificar y tomar decisiones
- Liderazgo
- Cooperar



Duración: **2-3 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **150**

Indoor Furor



Guiada por nuestro presentador a través de proyector y pantalla, **que propondrá muchas pruebas relacionadas con la música**. El grupo será dividido en varios equipos a los que se les entregarán unos tarjetones de diferentes colores, que tendrán que levantar **para contestar en algunas de nuestras pruebas, como: sigue la letra, un personaje una canción, etc.** Para otras necesitaremos usar nuestras pizarras.

Muchas otras pruebas tendremos preparadas como: bailes mix, karaoke, canción con vocal, bingo musical, sigue la letra, un personaje una canción, etc.

Además, el concurso se puede adaptar a las necesidades de cada empresa para que el resultado sea un éxito incluyendo o dando toques corporativos.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Conocerlos mejor
- Comunicaros de forma eficaz
- Orientación al cliente
- Sentimiento de pertenencia



Duración: **2-3 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **200**

Outdoor/Digital

El Desafío



“El Desafío” es una actividad basada en un **juego de pistas**, con diferentes pruebas y enigmas que tendrá como marco y escenario. el **emplazamiento del casco histórico elegido para su realización**

A lo largo del desafío, **los equipos se irán enfrentando a:**

- **Pruebas obligatorias:** mantendrán encuentros con actores que, asumiendo un rol específico, les propondrán retos de diferente complejidad.
- **Pruebas de pérdida de tiempo:** a lo largo de la dinámica el consultor les planteará cambios (llamadas al móvil, introducción de nuevas pruebas, reducción del tiempo, etc.) que afectarán a su planificación inicial.
- **Pruebas colaborativas:** en las que podrán obtener una alta puntuación cooperando con otros equipos.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Comunicaros mejor
- Planificar y tomar decisiones
- Adaptaros a los cambios
- Tener un objetivo común



Duración: **3 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **80**

Outdoor **Golf Experience**



El escenario de un campo de golf será el marco de actuación donde llevaremos a cabo esta dinámica. Sus reglas y valores harán que los participantes tengan que **poner en práctica una serie de habilidades, actitudes, destrezas, etc. para la consecución de un objetivo final común a todos ellos.**

Dividiremos a los participantes en equipos de trabajo y les situaremos ante un doble escenario:

- **Colaborativo:** todos los equipos tendrán un mismo objetivo global, sin embargo, cada uno de ellos deberá superar dos fases de juego de la forma más eficaz posible. Dispondrán de un **Punto de Gestión del Conocimiento**, en el ecuador de la actividad, y durante la misma podrán contar con todos aquellos canales de comunicación que estimen oportunos para compartir ideas, experiencias, etc.
- **Competitivo:** cada equipo deberá fijarse objetivos que les permitan mejorar su desempeño y contribuir en la mejora de resultados de los otros equipos.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Potenciar el liderazgo
- Promover la creatividad y la innovación
- Comunicaros de forma más efectiva
- Trabajar en equipo
- Gestionar los recursos



Duración: **2 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **25**

Outdoor

La Empresa Constructora



Con esta actividad **se fomenta el trabajo en equipo para la consecución de un objetivo global** que pasa necesariamente por la consecución de los objetivos parciales de cada uno de los integrantes del equipo. En todo momento, los participantes deberán potenciar la **comunicación y la confianza** con el fin de coordinarse y buscar sinergias entre todos.

Todos los participantes van a formar un equipo representando a una empresa. Dicha empresa integra diferentes funciones de la que se responsabilizarán cada uno de los participantes. Algunas funciones son más operativas (**Construcción Técnica, Transporte de RRHH, Logística**) mientras que otras son funciones de staff (**Finanzas, Calidad, Seguridad e Higiene, Relación con el cliente**). Las tres funciones operativas tienen un mismo objetivo global a medio plazo, cada una de ellas cuenta con su propio objetivo a corto plazo.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Comunicaros mejor
- Planificar y tomar decisiones
- Orientaros mejor al cliente
- Tener un objetivo común



Duración: **3-4 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **80**

Outdoor

Todos en el Mismo Barco



Todo el equipo realizará un **circuito de pruebas Team Building**, mediante el que, sumando las puntuaciones obtenidas en cada una de ellas, podrán conseguir los materiales y **elementos necesarios** (tablones, cuerdas, cinta de embalar, bidones, etc.) para armar una balsa gigante.

En una segunda fase de la actividad todos los participantes, subidos a la balsa, deberán realizar una travesía, con diferentes puntos de dificultad.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Trabajar en equipo
- Comunicaros mejor
- Planificar y tomar decisiones
- Optimizar el liderazgo
- Tener una visión global de la actividad



Duración: **3 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **80**

Outdoor

Orientación Nocturna



Cada uno de los equipos tendrá un objetivo específico: **localizar una serie de puntos situados en una zona de bosque con la ayuda de un mapa y una brújula** y, todos ellos, compartirán un objetivo común: **construir un puente colgante por el que deberán pasar todos sus componentes.**

Pero todos estos aspectos los deberán descubrir ellos mismos, definir sus objetivos, establecer sus estrategias y procesos de trabajo. Además, la prueba se llevará a cabo íntegramente en la oscuridad de la noche por lo que todos los participantes llevarán un frontal de luz para poder ver y orientarse en la zona de bosque.

A través de esta actividad conseguiréis:

- Potenciar el liderazgo
- Promover la creatividad y la innovación
- Comunicaros de forma más efectiva
- Trabajar en equipo
- Gestionar los recursos



Duración: **2 horas**

Número mínimo de personas: **10**

Número máximo de personas: **40**

Outdoor Construcción de Puentes



Todos los participantes tendrán un objetivo común: **construir un puente colgante por el que deberán pasar al finalizar todos sus componentes.**

Los materiales necesarios (tablones, cuerdas, etc.) deberán conseguirlos superando un **circuito de 4 micro pruebas** de Team Building (cada una de ellas con una duración de 10 minutos)

A través de esta actividad conseguiréis:

- Promover la colaboración
- Trabajar en torno a un objetivo común
- Comunicaros de forma más efectiva
- Gestionar los recursos
- Impulsar el liderazgo

Soluciones de Team Building Cegos

Algunos Proyectos Desarrollados





Contáctanos

Email

formacion@cegos.es

Teléfono

+34 912 70 50 00

Redes Sociales

