

致即将参加拓展培训的学员

亲爱的朋友：您好！

作为人合正道培训机构的校长，我代表学校全体员工感谢您对我们的信任和支持。为了即将到来的这次培训，我们与您单位的组织者已进行了一段时间的沟通并做了认真的准备，在培训即将实施之际，让我们就有关情况和要求作个沟通，您可是这次培训的主角哟！

关于体验式培训

体验式培训是现代组织经常使用的培训方法，它把工作变成游戏和活动，用学员的亲身体验代替老师乏味的讲授，在充满乐趣、挑战和对现实工作的模拟体验中完成培训，再将培训中的切身感受和提升出的理论带回到工作中，得到单纯讲授无法达到的效果。

培训中为达到好的效果，您会在心理和解决问题的能力上面对种种挑战，通过对心理上的“舒适区”的突破，获得新的感受和感悟。我们的目的并非考验您的身体和心理的极限，在培训中我们鼓励您面对并克服挑战，同时也尊重您的选择。

体验式培训可以在室内、户外场地、水上或野外进行。您所参加的这次培训的大致安排，请您向培训的组织者了解；在培训开始前，我们还会专门向您介绍。

关于我们的公司和学校

“拓展训练”是由人合正道的创始团队于 1995 年从国外引入的一种培训形式并命名为拓展训练。18 年来，经过不断研发投入，每年都能给客户带来新的体验项目，引领着拓展训练向前发展。与此同时，公司也与客户互勉互益共同成长，公司成为国内最专业、最规范、最具先导性，同时也最被客户认可的体验式培训机构。与您和您的单位的这次合作，对您和我们两个单位来说都是一个新的成长的机会，让我们一起抓住这个机会。

关于我们公司的比较详细的情况，欢迎您进入我们的网页浏览或电话咨询。我们的网址是：
<http://www.renhezengdao.com/> 电话：010-85804419。

您需要做什么准备

充分的准备，将有助于您在这次培训中获得好的效果。

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培训。只要身体基本健康，无特殊疾病和不适，都可以参加培训。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些慢跑和伸展等活动（不必剧烈），让身体处于更好的状态。

以下情况属于不能参加培训的范围：精神病、心脏病、脑淤血、癫痫、孕妇、习惯性脱臼、较重的颈椎腰椎疾病、骨坏死、肌无力，以及各种传染病正处于发病期的患者。

有其它疾病和身体残疾的学员须预先申明得到允许才可参加培训；培训中仍须随时与培训师保持沟通和确认。

物品

- 1、请准备适合运动的**服装、运动鞋/旅游鞋**（注意：请勿穿着内增高款式的运动鞋）。
- 2、**只需准备个人防护用品，如防晒用品或防寒用品。**（基地有一次性洗漱、毛巾、拖鞋等用品）
- 3、**请务必携带身份证，办理住宿使用。**
- 4、少量现金以备急需。
- 5、学校备有外用急救药品，附近的卫生院能够处理一般疾病。您也可以根据个人的情况带上备用药品（特别是内服类药品）以及驱蚊药等。
- 6、不要携带含有酒精的饮料。
- 7、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它贵重物品。
- 8、如果您佩戴框架式眼镜，请自备眼镜绳。
- 9、不要携带国家法律法规禁止的音像制品或其它宣传品。
- 10、请根据天气情况准备防晒或保暖物品。

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的活动的过程中，必然存在安全问题，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“拓展训练”既是我们的产品，更是我们的事业；安全是培训效果的基础。我们建立起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。

为了您和他人的安全，请您务必做到：

1、培训前认真填写身体和健康情况调查表并由我们统一为您办理人身意外伤害保险。

（请阅读保险条款，如须增加投保额请事先通过您单位的组织者通知我们）

2、患有上面所述各种疾病及特殊情况的不得参加训练。有其它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。

4、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。

5、禁止在无保护的情况下攀爬 1 米以上的高度。

6、禁止在训练场地内吸烟；培训期间禁止饮酒。

7、参与安全保护时恪尽职守，发现问题立即报告。

8、请勿擅自参加计划外的项目；不得自行操作。

9、请勿擅自游泳和外出。

预祝您培训顺利，得到更多收获！

总经理：林海
人合正道培训机构