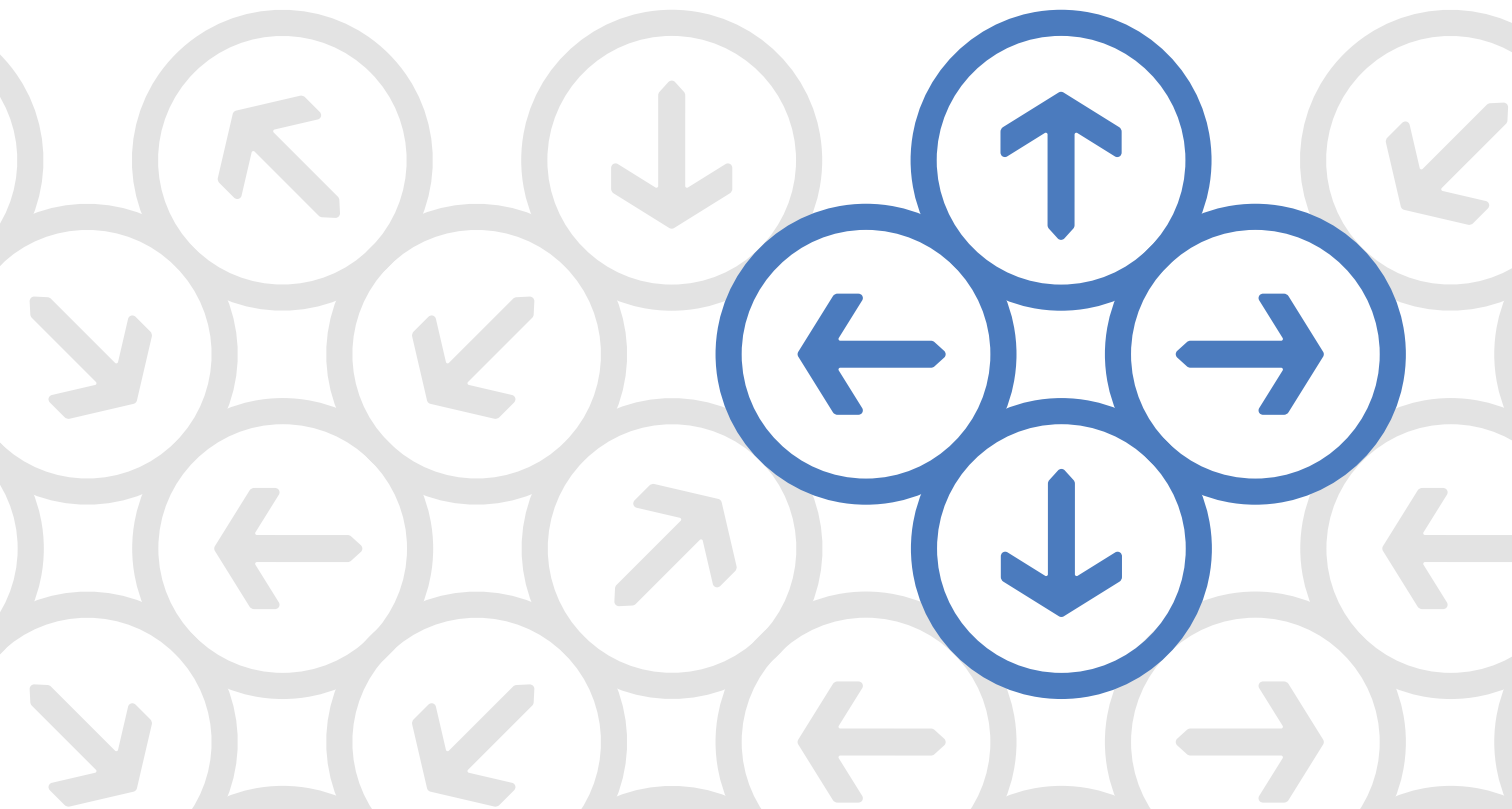

The Playful Human – Leader of the Future

Разиграни човек – лидер будућности

Јединствено искуство у природи за корпоративне тимове
A unique nature-based experience for corporate teams





Увод

Introduction

Срп

„Будућност припада онима који се усуђују да се играју.“

У свету сталних промена и брзоразвијајуће вештачке интелигенције, једина суштинска људска предност остаје - радост у разиграности.

Програм „Разиграни човек – лидер будућности“ је јединствено, целодневно искуство на приватном имању у природном окружењу, намењено корпоративним руководиоцима који желе да кроз игру ојачају потенцијале и повезаност руководећег тима.

Кроз пажљиво осмишљене и научно засноване тимске игре, уз домаћу храну и опуштено дружење, програм подстиче физичку активацију, менталну бистрину и животну радост - у служби модерног лидерства.

Eng

"The future belongs to those who dare to play."

In a world of constant change and rapidly advancing artificial intelligence, the only essential human advantage that remains is the joy of playfulness.

"The Playful Human – Leader of the Future" program is a unique, full-day experience at a private estate in a natural setting, designed for organizations that want to strengthen the potential and connectivity of their leadership team or develop future leaders through play.

Through carefully designed and scientifically grounded team games, complemented by homemade food and carefree socializing, the program encourages physical activation, mental sharpness, and joy for life – all in the service of modern leadership.



0 TrainCool Elevate

About TrainCool Elevate

Срп

[TrainCool Elevate](#) је посебна пословна линија TrainCool подухвата, који је препознатљив по иновативном приступу персоналном тренингу и менторству. Док TrainCool подстиче физички и ментални потенцијал појединца, Elevate ту исту философију преноси у свет организација.

Кроз програм у природи „[Разиграни човек – лидер будућности](#)“ који подстиче кретање, стваралаштво и повезаност, Elevate оснажује тимове и лидере да раде боље – али и да живе боље. У ери стреса, изолације и брзих промена, нудимо простор за повратак суштинским људским вредностима: радости, поверењу и игри.

TrainCool Elevate је B2B платформа за организације које негују културу сарадње, физичке и менталне снаге и лидерства кроз јединствено, научно утемељено искуство. Настала је као логичан след уверења да је кретање почетак сваке промене – појединачне и организационе.

Eng

[TrainCool Elevate](#) is a special business line of the TrainCool enterprise, known for its innovative approach to personal training and mentoring. While TrainCool empowers the physical and mental potential of individuals, Elevate brings that same philosophy into the world of organizations.

Through the nature-based program "[The Playful Human – Leader of the Future](#)", which encourages movement, creativity, and connection, Elevate strengthens teams and leaders not just to work better – but to live better. In an era of stress, isolation, and rapid change, we offer space to return to essential human values: joy, trust, and play.

TrainCool Elevate is a B2B platform for companies seeking to cultivate a culture of collaboration, physical and mental resilience, and leadership through a unique, science-backed experience. It emerged as a natural evolution of the belief that movement is the beginning of all transformation – both personal and organizational.



Зашто је ваш тим уморан, мање креативан и све мање повезан? Why is your team tired, less creative, and increasingly disconnected?

Срп

Више седења – мање енергије

Седећи начин живота повећава ризик од појаве депресивних симптома, смањује мотивацију, енергију и продуктивност.

Zhai et al., 2015, British Journal of Sports Medicine

Стрес и умни замор

Хронични стрес и ментални замор слабе памћење, концентрацију и доношење одлука.

Lupien et al., 2009, Nature Reviews Neuroscience

Мањак мотивације и тимске повезаности

Ниска мотивација и недостатак тимске подршке умањују ангажованост и повећавају ризик од "сагоревања", што доводи до губитка визије и емоционалног набоја.

Crawford et al., 2010, Journal of Applied Psychology

Eng

More Sitting – Less Energy

A sedentary lifestyle increases the risk of depressive symptoms and reduces motivation, energy, and productivity.

Zhai et al., 2015, British Journal of Sports Medicine

Stress and Mental Fatigue

Chronic stress and mental fatigue impair memory, concentration, and decision-making.

Lupien et al., 2009, Nature Reviews Neuroscience

Lack of Motivation and Team Cohesion

Low motivation and a lack of team support diminish engagement and increase the risk of burnout, leading to a loss of vision and emotional drive.

Crawford et al., 2010, Journal of Applied Psychology

Шта ово значи за вашу организацију?

Пад лојалности, раст боловања, тешкоће у задржавању талената, мањак снаге за правовремене и одлучне изборе у суочавању са пословним изазовима.

Ако препознајете ове симптоме у свом тиму – време је за промену. Увођењем једноставних, али ефективних решења (физичка активност, управљање стресом, програми повезивања), могуће је знатно побољшати енергију, продуктивност и задовољство на раду.

What does this mean for your organization?

A drop in loyalty, an increase in absenteeism, difficulties retaining talent, and a lack of strength to make timely and decisive choices when facing business challenges.

If you recognize these symptoms in your team, it's time for a change. By introducing simple yet effective solutions (physical activity, stress management, and team-building programs), it is possible to significantly improve energy, productivity, and job satisfaction

Шта доноси програм?

Покреће тело. Оснажује ум. Враћа радост. Повезује тим.

What does the program deliver?

It moves the body. It strengthens the mind. It brings back joy. It connects the team.

Срп

Програм подстиче:

Физичку енергију

Редовна физичка активност (укључујући тимске спортове) смањује број дана са лошим менталним здрављем и повећава отпорност на стрес и замор.

Chekroud et al., 2018, The Lancet Psychiatry

Менталну бистрину

Вежбање побољшава когницију, памћење и извршне функције, оштрије доношење одлука.

Singh et al., 2024, British Journal of Sports Medicine

Емоционалну испуњеност

Боравак у природи снижава показатеље стреса (пулс и крвни притисак) и побољшава расположење и емоционалну равнотежу.

Twohig-Bennett & Jones, 2018, Environmental Research

Тимску повезаност

Тимске активности јачају поверење, комуникацију и сарадњу, што доводи до бољих резултата.

Klein et al., 2009, Small Group Research

Eng

The program encourages:

Physical Energy

Regular physical activity (including team sports) reduces poor mental health days and boosts resilience to stress and fatigue.

Chekroud et al., 2018, The Lancet Psychiatry

Mental Clarity

Exercise enhances cognition, memory, and executive functions, sharpening decision-making.

Singh et al., 2024, British Journal of Sports Medicine

Emotional Fulfillment

Time in nature lowers stress markers (heart rate & blood pressure) and improves mood and emotional balance.

Twohig-Bennett & Jones, 2018, Environmental Research

Team Cohesion

Team-building activities strengthen trust, communication, and collaboration, driving better results.

Klein et al., 2009, Small Group Research

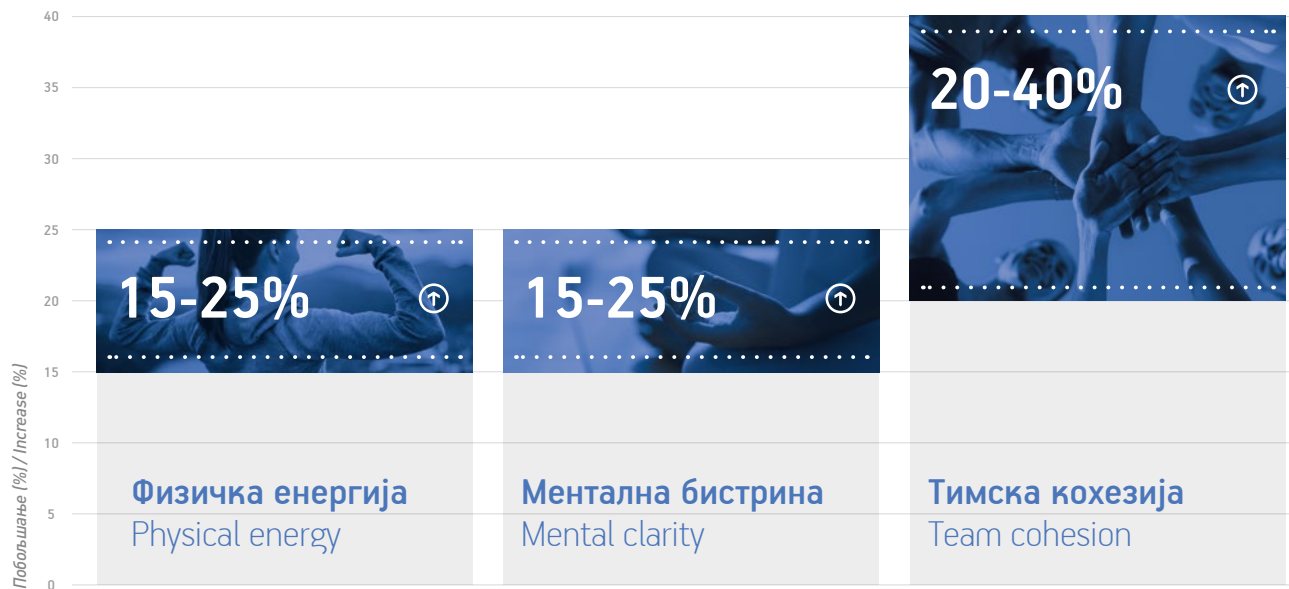
Зашто је ово важно?

У окружењу које је често статично, озбиљно и под притиском – програм доноси свежину, повезаност и унутрашњи покрет. Почиње игром, али завршава се променом радне културе.

Why is this important?

In an environment that is often static, serious, and under pressure, this program brings freshness, connection, and internal drive. It begins with play, but it ends with a change in work culture.

Користи TrainCool Elevate програма / Benefits of TrainCool Elevate program



Распон утицаја изведен из квантитативних истраживања различитих аутора: M.O'Connor, T.Puetz, A.Singh, A.Aghjayan, F.Chen, C.Klein, M.Shuffler, C.Reid / Impact range derived from quantitative research by various authors: M.O'Connor, T.Puetz, A.Singh, A.Aghjayan, F.Chen, C.Klein, M.Shuffler, C.Reid



Циљеви програма

Program Goals

01

Подизање физичке енергије
Recharging physical energy

02

Развој усредсређености и стваралаштва
Developing focus and creativity

03

Јачање поверења и сарадње
Strengthening trust and collaboration

04

Повезивање међу секторима
Building cross-functional connections

05

Разиграност као животна навика
Establishing playfulness as a lifestyle habit

Срп

Eng

Како изгледа дан на програму?

Локација: Приватно имање у Прогару,
35 мин. од центра Београда

Термини: Доступно сваког дана, укључујући

викенде – по захтеву

Време: 09:00 – 17:00

What does a program day look like?

Location: Private estate in Progar,
35 min. from the Belgrade center

Schedule: Available daily, including
weekends – upon request

Time: 09:00 – 17:00

Ток дана: / Daily Flow:

• **01** Игра прецизности и равнотеже
Precision & balance game

Игра снаге и издржљивости
Strength & endurance game **02** •

• **03** Игра спретности и брзине
Agility & speed game

Игра меморије и сналажљивости
Memory & adaptability game **04** •

• **05** Ручак домаће хране у природи
Homemade outdoor lunch

Умна разонода
Mind games **06** •

Искуство у природи Nature-Driven Experience

Срп

Програм се одвија на приватном имању окруженом природом, у атмосфери која подстиче безбрижно дружење, али истовремено буди тело, оштри ум и подстиче тимски дух. Игре и активности буде осећај разиграности, стваралаштва и здравог такмичарског жара.

Природа, тишина, кретање и игра постају простор за нове увиде, сарадњу и радост.

Eng

Held on a private estate surrounded by nature, the program offers a relaxed yet energizing environment that awakens the body, sharpens focus, and fuels team spirit. Activities are designed to spark joy, creativity, and healthy competition.

Nature, stillness, movement, and play create space for new insights, deeper collaboration, and genuine joy.

*„Тело се покрене, ум ослободи,
а људи се повежу.“*

“The body moves, the mind opens, and people connect.”

— Креатори програма / Program Creators

Шта ваш тим добија? What Your Team Gains?



Освежену енергију и менталну бистрину
Renewed energy and mental clarity



Бољу сарадњу и међусекторску повезаност
Enhanced collaboration and cross-functional bonding



Јаче поверење међу члановима тима
Stronger trust among team members



Културу стваралаштва, радозналости и повезаности
Culture of creativity, curiosity, and connection



Тим који се враћа на посао оживљен – не уморен
A team that returns to work refreshed – not drained

Модератори програма

Program moderators



Горан Обрадовић / Goran Obradovic

Дипломирани професор спорта и физичког васпитања
Graduate Professor of Sport and Physical Education



Милица Бисић / Milica Bisic

Доктор економских наука
PhD in Economics

Изјаве учесника

Testimonials

Срп

„Простор је предиван и то ми се посебно допало. Атмосфера је била фантастична, а програм је пружио одличан баланс физичких и менталних вежби.“

— Јелена Бојовић, програмски директор, НАЛЕД

„Сјајна комбинација игре, дружења и амбиције. Програм одлично функционише и унутар појединачних фирми и у оквиру тимских такмичења различитих компанија.“

— Александар Грунауер, сениор економски саветник,
Helvetas Swiss Intercooperation

„Било је веома забавно, али и изазовно у појединим моментима, ван зоне комфора. Управо то је оно што гради тим и ствара заједнички дух. Све у свему – једно одлично искуство.“

— Амалија Павић, заменица извршног директора,
AmCham Србија

„Утисци су изванредни. Нисам очекивао овакву комбинацију динамичних игара, мисаоних вежби и потребе за снажним тимским радом.“

— Милан Ђорђевић, менаџер за дигиталне производе,
Paytech индустрија

Eng

“The space is wonderful, which I particularly liked. The atmosphere was fantastic, and the program offered an excellent balance of physical and mental exercises.”

— Jelena Bojović, Program Director, NALED

“A great mix of play, camaraderie, and ambition. The program works excellently both within individual companies and in team competitions across different organizations.”

— Alexander Grunauer, Senior Economic Advisor,
Helvetas Swiss Intercooperation

“It was a lot of fun, but also challenging at certain moments, outside of our comfort zones. That’s exactly what builds a team and fosters a shared spirit. All in all – an excellent experience.”

— Amalija Pavić, Deputy Executive Director
at AmCham Serbia

“The impressions are outstanding. I did not expect such a combination of dynamic games, mental exercises, and the need for strong teamwork.”

— Milan Đorđević, Digital Product Manager,
Paytech Industry

Желите да пријавите тим или затражите понуду? Want to sign up your team or request a quote?



Скенирајте код и попуните кратку форму.
Scan the code and complete a short form.

Или нам пишите директно: / Or contact us directly:
contact@traincoolelevate.com, +381 (0) 63 7128 775



Пронаћи нашу локацију на мапи
Find our location on the map

Идеалан број учесника програма је између 20 и 30. По потреби, програм можемо прилагодити и за већи број учесника по посебном захтеву ваше организације. *The ideal group size is between 20 and 30 participants. The program can be tailored to your company's specific needs if required.







TRAINCOOL
ELEVATE

traincoolelevate.com

[Instagram](#) | [LinkedIn](#)

©TrainCool 2025. All Right Reserved

