

---

# TEAMBUILDINGS

---

ACTIVIDADES 2026

LA  
GASTRONÒMICA

H O T E L  
ELISABETH  
BY THE SEA

\* \* \* \* \*

TOSSA DE MAR

---

# ¿QUIÉN SOMOS?

---

La Gastronòmica es una empresa con 8 años de experiencia en la producción de experiencias enogastronómicas para grupos y actividades de *team building*.

La Gastronòmica trata de vino, de cocina, de salud, de colaborar y de activar los sentidos. Cada servicio tiene un alto grado de implicación, en el que el detalle y la interacción con las personas son los ejes vertebradores de la vivencia.

Nuestra sensibilidad hacia el territorio, la cultura y la sostenibilidad se hace visible en cada una de nuestras acciones.

*En La Gastronòmica, compartir es nuestra receta*

LA  
GASTRONÒMICA

---

# UBICACIÓN

---

Las actividades de teambuilding se llevarán a cabo en Elisabeth by the Sea, un hotel cinco estrellas situado en primera línea de mar, en el emblemático entorno de Tossa de Mar.

Un espacio elegante y tranquilo, especialmente indicado para acoger experiencias de teambuilding de alto nivel, donde el confort, la calidad del servicio, la atención al detalle y la armonía con el entorno aportan un valor añadido diferencial para empresas que buscan propuestas únicas en la Costa Brava.

---

# IDIOMAS

---

- Català
- Castellano
- English
- Français

Este catálogo propone diferentes actividades para empresas y colectivos.

Nuestra misión es ofrecer experiencias emocionantes y transformadoras para los equipos de trabajo y las personas que los conforman.

Con la excusa de la gastronomía logramos alcanzar los objetivos empresariales y trabajar en equipo de una manera dinámica y completamente participativa.

Todos los participantes tienen un papel importante para alcanzar los retos propuestos. Nuestra forma de hacer y de ser también incluye que sean experiencias lúdicas y divertidas.



---

# TAPAS CHALLENGE

---

**DURACIÓN:** 1,5H

**UBICACIÓN:** INDOOR/OUTDOOR

**AFORO:** ILIMITADO

---

Un *team building* donde cada participante asume el rol de chef para crear la mejor tapa con su equipo en tiempo récord.

Con un ingrediente esencial elegido por los cocineros de La Gastronòmica, los equipos explorarán la despensa, seleccionarán otros ingredientes y competirán para crear una deliciosa tapa.

Es la actividad ideal para fortalecer el grupo, fomentar la creatividad y divertirse con un toque gastronómico.





# PAELLA CHALLENGE

**DURACIÓN:** 2H

**UBICACIÓN:** OUTDOOR

**AFORO:** ILIMITADO

La paella, originaria de Valencia, es un plato icónico de la cocina festiva en muchos hogares.

El ingrediente principal es el arroz, pero en el mercado de La Gastronòmica encontrarán muchos otros ingredientes para preparar, en el tiempo justo, una deliciosa paella, ya sea de carne, pescado o verduras.

Con esta actividad, los participantes aprenderán a preparar una paella mientras trabajan en equipo y pasan un buen rato.

---

# MAR Y MONTAÑA

---

**DURACIÓN:** 2H  
**UBICACIÓN:** OUTDOOR  
**AFORO:** ILIMITADO

---

La cocina de Mar y Montaña, una de las expresiones más auténticas de la gastronomía catalana, combina productos del mar y de la tierra para crear platos que reflejan la esencia mediterránea.

Esta actividad de *teambuilding* gastronómico invita a los equipos a poner a prueba su creatividad y trabajo conjunto elaborando la mejor receta de Mar y Montaña, en un ambiente relajado y divertido que fomenta la colaboración y la complicidad.



---

# CHEESEBOX CHALLENGE

---

**DURACIÓN:** 1,5H

**UBICACIÓN:** INDOOR/OUTDOOR

**AFORO:** ILIMITADO

---

Un *team building* gastronómico donde los equipos compiten por diseñar la tabla de quesos más original y atractiva.

Cada grupo tendrá acceso a una despensa llena de quesos artesanos, frutas, frutos secos, conservas y otros ingredientes para crear composiciones únicas.

Descubre cómo convertir los alimentos en una auténtica obra de arte comestible, "pintando" un cuadro con quesos como base y añadiendo toques de sabor y color.

# VIVIVI



**DURACIÓN:** 1,5H

**UBICACIÓN:** INDOOR/OUTDOOR

**AFORO:** ILIMITADO

El Vivivi (Vino, Violín, Violonchelo) se convierte en una experiencia memorable.

Una cata de vinos con piezas musicales. Una sommelier nos embriagará con las historias que hay detrás de los vinos mientras un violín y un violonchelo nos hacen bailar por la historia de la música.

Una danza de vinos y sonidos que tocará el alma.

¡Genuino, vibrante, sabroso!

Actividad personalizable con un discurso inspirador y transformador para el equipo empresarial.



Music

---

# THE PLAYLIST

---

**DURACIÓN:** 1.5 H

**UBICACIÓN:** OUTDOOR

**AFORO:** MÁX. 20 PERSONAS

---

Un *team building* musical donde cada participante elige una canción que tenga algún significado especial, se creará una lista de reproducción y el reto será descubrir quién ha elegido cada canción.

Es la herramienta perfecta para reforzar, desde la emoción, los equipos de empresa de una forma motivadora, inclusiva y divertida.

La actividad viene acompañada de una cata de vinos y degustación de productos gastronómicos.

---

# THE PLAYLIST UNPLUGGED

---

**DURACIÓN:** 2H

**UBICACIÓN:** INDOOR / OUTDOOR

**AFORO:** MÁX. 30 PERSONAS

---

Una oportunidad única para conectar con los compañeros a través de la música en vivo.

Elegiréis una canción que tenga un significado especial para vosotros y explicaréis por qué delante del equipo.

Una actividad que fomenta la conexión personal y emocional entre los miembros del equipo, con músicos profesionales interpretando en directo las canciones elegidas.



---

# LA GASTRO QUIZ

---

**DURACIÓN:** 1 - 2H \*ADAPTABLE AL CLIENTE

**UBICACIÓN:** INDOOR

**AFORO:** ILIMITADO

---

La Gastro Quiz: ¡el *team building* que hará vibrar a tu equipo!

Un emocionante cuestionario donde los equipos se desafían en diferentes temáticas, combinando competición, conocimiento y fiesta. La Gastro Quiz hará que tu equipo ría, pruebe, baile y conecte como nunca, demostrando sus conocimientos en áreas como la empresa, cultura general, enogastronomía, música ¡y mucho más!

Este *team building* dinámico e interactivo es la oportunidad perfecta para divertirse mientras se refuerzan los lazos y se mejora la colaboración.

---

# WINEFULNESS

---

**DURACIÓN:** 1H

**UBICACIÓN:** INDOOR / OUTDOOR

**AFORO:** ILIMITADO

---

Poner conciencia, saber por qué hacemos las cosas como las hacemos.

A través del trabajo con todos los sentidos, guiados por una psicóloga y una sommelier, logramos llegar a lugares que no conocíamos o pensábamos inexplorados.

Degustamos con el oído, el tacto, el olfato, la vista, el gusto y el alma.

Winefulness es una experiencia transformadora que nos permite un mayor conocimiento y conexión entre la esencia del vino y de la vida, y la relación con nuestro entorno.





# MAKE YOUR WINE

**DURACIÓN:** 1H

**UBICACIÓN:** INDOOR / OUTDOOR

**AFORO:** ILIMITADO

El mundo del vino está rodeado de una aura de sofisticación, pero nosotros queremos hacerlo accesible, divertido y comprensible para todos.

Comenzamos con una cata de vinos monovarietales guiada por una sommelier, quien nos explicará las características sensoriales y conceptuales de cada uno.

El objetivo de la actividad es elegir la mejor mezcla de variedades para alcanzar los objetivos corporativos, calcular cantidades, degustar, diseñar la etiqueta y crear el storytelling de tu propio vino.

---

# SURO & CO

---

**DURACIÓN:** 1,30 - 2H

**UBICACIÓN:** INDOOR / OUTDOOR

**AFORO:** ILIMITADO

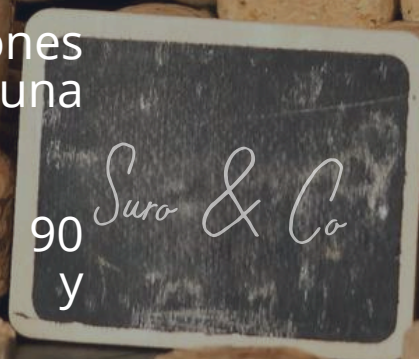
---


El corcho es la corteza renovada del alcornoque, un tesoro de nuestro paisaje mediterráneo.

Suro&Co es una experiencia de *teambuilding* creativa y sostenible, donde los equipos juegan, imaginan y construyen con corcho.

Se trata de utilizar cientos de tapones de corcho para dar forma a una figura, una idea, un concepto.

Una carrera contra el reloj: 90 minutos para diseñar, crear y defender tu obra maestra.



A photograph of two men, likely chefs, standing outdoors. The man on the left has a beard and is smiling broadly, holding a wine glass. The man on the right has curly hair and is also smiling, holding a wine glass. They are both wearing dark chef jackets. The background features a large tree trunk on the left, a stone wall, and a white decorative metal railing. The lighting is soft, suggesting late afternoon or early evening.

*Descubre con nosotros nuestro territorio, explorando la cultura gastronómica mediterránea de una manera cercana, educativa y divertida.*



@\_lagastronomica



@\_lagastronomica



@\_lagastronomicaevents



/lagastronomicaevents

LA  
GASTRONÒMICA

H O T E L  
ELISABETH  
BY THE SEA



T O S S A D E M A R

Contacto:  
649 765 697  
685 195 519  
[info@lagastronomica.cat](mailto:info@lagastronomica.cat)