

DAGLIGDAGEN

Kl. 06.30	Svømmebassinet åbner
Kl. 07.45	Morgenmad
Kl. 08.45	Morgensamling med morgengymnastik
Kl. 09.30	Undervisning
Kl. 12.00	Middag
Kl. 14.00	Undervisning
Kl. 15.00	Eftermiddagskaffe
Kl. 15.30	Undervisning
Kl. 18.00	Aftenbuffet
Kl. 19.30	Aftenarrangement med kaffe

MEDVIRKENDE

Astrid Skou Hansen, højskolelærer
Janni K. Østergaard, højskolelærer
Johanne K. Andersen, højskolelærer
Mette Hjuler Hansen, højskolelærer
Niels Bjørn Wied, viceforstander
Jesper Vinther, højskoleforstander

Julietta Jensen, højskolelærer
og kursusleder

PRAKTISK INFO

HUSK:

*Vandre-sko/støvler, tøj til årstidens vind
og vejr, badetøj, turrugsæk til madpakke
og vandflasker, en lille termoflaske til
kaffe/te, siddeunderlag samt evt. kikkert*

TILMELDING

Skolens kontor: tlf. 97 89 10 11
Email: kontor@seniorhoejskolen.dk
Web: www.seniorhoejskolen.dk

KURSUSPRIS: 6.150,-
TILLÆG FOR ENKELTVÆRELSE 750,-

LIDT OM SENIORHØJSKOLEN

SeniorHøjskolen er folkehøjskole for aktive og nysgerrige seniorer. Vi har plads til 80 kursister. En stab på 20 faste medarbejdere og yderligere gæstelærere vil sørge for, at du får et godt og inspirerende ophold hos os.

VI HAR 3 TYPER VÆRELSE:

- Dobbeltværelse med eget bad/toilet og egen indgang.
- Enkeltværelser med eget bad/toilet. Man deler indgang med et andet enkeltværelse.
- Lejligheder i grundplan med fælles køkkenalrum. I lejlighederne kan man bo på enkeltværelse med delt bad/toilet og - man er kun to, der deles om samme bad/toilet. Her er også et dobbeltværelse med eget bad/toilet.

SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M

Degneparken 22 . Nørre Nissum . 7620 Lemvig,
Tlf. 97 89 10 11 . www.seniorhoejskolen.dk

Bøf, bæver & bordeaux

- 5 dage, 5 naturekspeditioner, vandreture 6-8 km/dag

5. maj - 11. maj 2027

16A



SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



Bøf, bæver & bordeaux

- 5 dage, 5 naturekspeditioner, vandreture 6-8 km/dag

HUSK

Vandre-sko/støvler,
tøj til årstidens vind og
vejr, badetøj, terrygssæk til
madpakke og vandflasker,
en lille termoflaske til
kaffe/te, siddeunderlag
samt evt. kikkert.

Vi går 6-8 km/dag
i kuperet og ujævnt terræn,
væk fra vej og sti.
Uanset vejr og vind.

Tempo: 4-5 km i timen.

Vandreturene er en
kombination af motion
og naturoplevelser,
med skærpede sanser
og et åbent blik
for naturens magi.

OM KURSET

Vind i håret, skumsprøjt og pulsen op - ud at mærke det spirende
forår på 5 enestående og meget forskellige vandreture krydret med
forunderlige og fantastiske fortællinger fra den danske natur. Vi
dykker ned i nogle af årstidens små og store fortællinger - og
sætter både landskaber og natur under lup.

En mangfoldig buket af forrygende landskaber og natur i
særklasse. Vi griller bøffer i skovens dybe stille ro og nyder et glas
bordeaux, imens dyr og fugle tager tilløb til nattens aktiviteter.

Vi byder indenfor til foredrag, sang og musik samt naturvandring
ved hav og klit. Et højskolekursus til inspiration og glæde.
Lys, luft og fællesskab.

EKSKURSIONER & VANDRETURE

Vestkysten - blæst i vest
Klosterheden Plantage - i bæverland
Kilen - kildevæld og kuperede landskaber
Nationalpark Thy - vildmark i verdensklasse
Nordmors - moler og magiske landskaber, besøg på Molermuseet

Medvirkende: Jesper Vinther - JV
Julietta Jensen - JJ

Astrid Skou Hansen - AH
Janni K. Østergaard - JØ
Johanne K. Andersen - JA

Mette Hjuler Hansen - MH
Niels Bjørn Wied - NW

PROGRAM

16A

Onsdag 5. maj

DAG 1

Kl. 13-14 Indkvartering
Kl. 14.00 Kursusstart med velkomst, personale-introduktion og kaffe
Kl. 15.00 Kursusintroduktion, introduktion til SeniorHøjskolen og omgivelserne
samt byvandring v/JJ
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Torsdag 6. maj

DAG 2

Kl. 09.30 **Heldagsekskursion og vandretur v/JJ**
- Nationalpark Thy, Vildmark i verdensklasse
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Fredag 7. maj

DAG 3

Kl. 09.30 "Ønskesang fra Højskolesangbogen" v/JV
Kl. 13.30 **Vandretur ved Kilen v/JJ**
- kildevæld og kuperede landskaber
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Lørdag 8. maj

DAG 4

Kl. 09.30 **Heldagsekskursion og vandretur v/JJ**
- Nordmors, moler og magiske landskaber
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Søndag 9. maj

DAG 5

Kl. 09.30 "Naturen under lup v/JJ
Kl. 14.00 **Vandretur i Klosterheden Plantage v/JJ**
- i bævernes fodspor med spisning i skoven, samt bæverobservation
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Mandag 10. maj

DAG 6

Kl. 09.30 "Fællessang - Anne, Sanne og Lis" v/MH
Kl. 13.30 **Vandretur ved Vestkysten v/JJ**
- saltsprøjt og vind i håret
Kl. 18.00 Afslutningsmiddag

Tirsdag 11. maj

DAG 7

Kl. 07.45 Morgenmad
Kl. 08.45 Morgensang
Kl. 09.15 Afgang med bus til Struer Station

Ret til ændringer forbeholdes