

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

Kim Jacobus Paulsen, historiefortæller
Kristian Tikjøb, højskolelærer
Ole Jørgensen, højskolelærer
Jens Hedevang, højskolelærer
Lise Rokkjær, højskolelærer
Asger Gyldenkerne, højskolelærer
Martin Ravn, højskolelærer
Jesper Vinther, højskoleforstander
Julieta P. Jensen, højskolelærer
& kursusleder

PRAKTISK INFO

TILMELDING

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

Ret til ændringer forbeholdes

KURSUSPRIS: 4.850,-
TILLÆG FOR ENKELTVÆRELSE 600,-

LIDT OM SENIORHØJSKOLEN

SeniorHøjskolen er folkehøjskole for aktive og nysgerrige seniorer. Vi har plads til 92 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 4 TYPER VÆRELSE:

- Dobbeltværelse med eget bad/toilet og egen indgang.
- Enkeltværelser med eget bad/toilet. Man deler indgang med et andet enkeltværelse.
- Rækkehusene, hvor der er plads til 3-4 personer, der tager sammen på højskole og kan være fælles om et badeværelse. Her er der stue, to enkeltværelser og et dobbeltværelse.
- Lejlighederne, hvor man kan bo på enkeltværelse med delt bad/toilet til dobbeltværelsespris.

SENIORHØJSKOLEN

N Ø R R E N I S S U M

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

3. september

6. OKTOBER - 12. OKTOBER 2021

32A



Vild, vildere, vidunderlige Vestjylland

- gode vandreture, 6-10 km/dag

SENIORHØJSKOLEN

N Ø R R E N I S S U M



Vild, vildere, vidunderlige Vestjylland

- gode vandreture, 6-10 km/dag

HUSK

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

Vi går 6-10 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

Gode vandreture krydret med fortællinger om årstidens små og store mirakler. Fra det mindste kryb og kravl til det rene pip.

Vi skal på sporet af bæverne i Klosterheden Plantage og opleve kronhjortens brunstbrøl med spisning i skoven samt besøge "ulveland".

I kurset er der også fokus på Vestkysten med besøg på Strandingsmuseum St. George i Thorsminde, TUSKÆR, Kulinarisk Kunst- og Kulturcenter samt en heldagstur til Nationalpark Thy.

Et kursus sprængfyldt med fysisk aktivitet, natur- og kulturoplevelser, foredrag, sang og musik.

EKSKURSIONER

- Stråsø Plantage
- Nationalpark Thy
- Bakkers & Bølgers Land
- Klosterheden Plantage
- Vestkysten & Strandingsmuseum St. George i Thorsminde
- TUSKÆR, Kulinarisk Kunst- og Kulturcenter

ARRANGEMENTER

Spisning i Klosterheden
Koncert "Glemmer du, så husker jeg"

Medvirkende: Jesper Vinther - JV Asger Gyldenkærne - AG Ole Jørgensen - OJ
Julietta P. Jensen - JJ Lise Rokkjær - LR Lasse Jensen - LJ
Martin Ravn - MR Jens Hedevang - JH Kim Jacobus Paulsen - KP

PROGRAM

32A

Onsdag 6. oktober

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 "Højskolesangbogen og mine erindringer" v/KP

Torsdag 7. oktober

DAG 2

- Kl. 09.30 Forstanderforedrag v/JV
- Kl. 13.00 Vandretur - Stråsø Plantage v/JJ
- Kl. 19.30 "Stomp" v/KP

Fredag 8. oktober

DAG 3

- Kl. 09.00 Heldagsekskursion - Nationalpark Thy v/JJ & LJ
- vandreture ved hav og klit
- Kl. 19.30 "De nye sange i højskolesangbogen" v/JV

Lørdag 9. oktober

DAG 4

- Kl. 09.30 "Bævere og ulve - bøvl. Ballade eller biodiversitet" v/JJ
- Kl. 14.00 Vandretur - Klosterheden Plantage v/JJ
- 21.30 - med spisning i skoven og hjortebrøl som lydtapet

Søndag 10. oktober

DAG 5

- Kl. 09.30 Vandretur - Bakkers og Bølgers Land v/JJ
- Kl. 14.00 Koncert "Glemmer du, så husker jeg"
- Kl. 19.30 "Ølhunden glammer - ølsmagning og mine bedste stunder med en øl" v/KT

Mandag 11. oktober

DAG 6

- Kl. 09.30 Heldagsekskursion - Vestkysten v/JJ
- Thorsminde og Strandingsmuseum St. George
- Vandretur langs Vestkysten
- Frokost på Kunst- og Kulturcentret Tuskær
- Kl. 18.00 Afslutningsmiddag
- Kl. 20.00 "Husker du - Shu-bi-bua?" v/JV & KP

Tirsdag 12. oktober

DAG 7

- Kl. 07.45 Morgenmad
- Kl. 08.45 Morgensang
- Kl. 09.25 Afgang med bus til Struer Station