

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

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

Astrid Skou Hansen, højskolelærer
og kursusleder

PRAKTISK INFO

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

Efterårsvandring, 4-6 km/dag

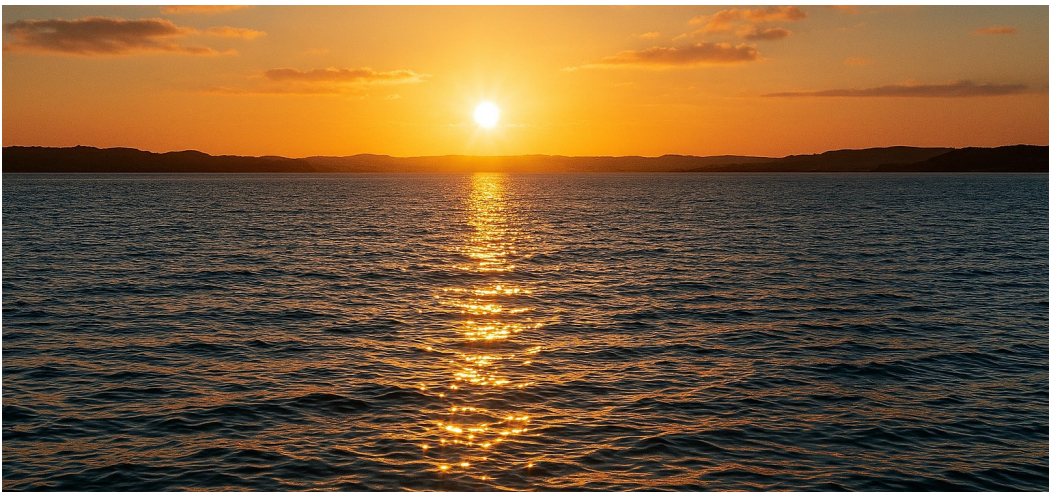
- traveture i ro og mag

8. september - 14. september 2027

32A



SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



Efterårsvandring, 4-6 km/dag

- traveture i ro og mag

OM KURSET

Løvfaldslandskaber og brusende bølger

Smuk natur, efterårsstemning og gang i kroppen - ud at mærke efteråret på 5 udsøgte vandreture i en vild og storslået natur. Ugen byder på en alsidig buket af smukke vandreture med god tid til at nyde de smukke landskaber og få fortællingen om de steder vi besøger.

Vi vandrer i alle slags terræn og al slags vejr - med pauser undervejs og maksimalt 6 km. om dagen.

Vi krydrer ugen med foredrag og solnedgang over Vesterhavet.

Tag med på en uges højskoleophold sprængfyldt med fællesskab, fysisk aktivitet, foredrag og sang.

EKSKURSIONER

- Bakkers og Bølgers Land
- Nationalpark Thy, Vildmark i verdensklasse
- Solnedgang ved Vestkysten
- Klosterheden Plantage
- Trælborgdalen
- Ydby hede

Medvirkende:	Jesper Vinther - JV Astrid Skou Hansen - AH	Janni K. Østergaard - JØ Johanne K. Andersen - JA Julietta Jensen - JJ	Mette Hjuler Hansen - MH Niels Bjørn Wied - NW
---------------------	--	--	---

PROGRAM

32A

Onsdag 8. september

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/AH
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Torsdag 9. september

DAG 2

Kl. 09.30	"Kulturlandskaber" v/AH
Kl. 13.30	Travetur v/AH - Gejlgård Bakke og Nørre Nisum Kirke
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Freitag 10. september

DAG 3

Kl. 09.30	"Ønskesang fra Højskolesangbogen" v/JV
Kl. 13.30	Travetur v/AH - Trælborgdalen og Kloster Mølle
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Lørdag 11. september

DAG 4

Kl. 09.30	Heldagstravetur v/AH - Nationalpark Thy, Klithede og kystlandskaber
Kl. 19.30	Solnedgang ved havet

Søndag 12. september

DAG 5

Kl. 09.30	"Ro på"! v/JA
Kl. 13.30	Travetur v/AH - Ydby Hede
Kl. 19.30	Aftenarrangement

Mandag 13. september

DAG 6

Kl. 09.30	Heldagstravetur v/AH - Klosterheden på kryds og tværs
Kl. 18.00	Afslutningsmiddag

Tirsdag 14. september

DAG 7

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

Ret til ændringer forbeholdes