

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
Johanne K. Andersen, højskolelærer
Niels Bjørn Wied, viceforstander

Jesper Vinther, højskoleforstander

Julietta Jensen, højskolelærer
og kursusleder

PRAKTISK INFO

TILMELDING

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

KURSUSPRIS: 5.550,-

TILLÆG FOR ENKELTVÆRELSE 600,-

LIDT OM SENIORHØJSKOLEN

SeniorHøjskolen er folkehøjskole for aktive og nysgerrige seniorer. Vi har plads til 85 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.
- Familiehuse, 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 & et dobbeltværelse.
- Lejlighederne, hvor man kan bo på enkeltværelse med delt bad/toilet sammen med to andre og til dobbeltværelsespris.

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

9. april 2025

5 naturnationalparker på stribe

- vandreture, 8-10 km/dag

15. oktober - 21. oktober 2025

34B

SENIORHØJSKOLEN
N Ø R R E N I S S U M



5 naturnationalparker på stribе

- vandreture, 8-10 km/dag

HUSK

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

Vi går 8-10 km/dag
i kuperet og ujævn
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

Vild, vildere med natur - så tag med ud på opdagelse i 5 kommende
naturnationalparker og bliv klogere på de nye tiltag for en mere
mangfoldig natur i Danmark.

Der er udpeget 15 kommende naturnationalparker i Danmark, og
flere kan være på vej.

Naturnationalparkerne er blandt de centrale tiltag, der skal hjælpe
biodiversiteten i Danmark på rette vej. Natur og biodiversitet skal
styrkes ved etablering af store, sammenhængende naturområder,
hvor naturen i højere grad kan udvikle sig på egne præmisser. Der
må ikke drives landbrug eller skovbrug, og skovarealerne overgår til
urørt skov.

På ekskursionerne vil der være traveture på i alt 8-10 km/dagen.

EKSKURSIONER TIL NATURNATIONALPARKERNE

Hanstholm, Thy
Harrild Hede, Nørlund Plantage og Kompedal
Stråsø Plantage og Husby Klitplantage

PROGRAM

34B

Onsdag 15. 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 Aftenarrangement

Torsdag 16. oktober

DAG 2

Kl. 09.30 **Heldagsekskursion v/JJ**
- Hanstholm, Thy
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Fredag 17. oktober

DAG 3

Kl. 09.30 "Ønskesang i Højskolesangbogen" v/JV
Kl. 14.00 "Naturnationalparker i Danmark - mere vild og dynamisk natur" v/JJ
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Lørdag 18. oktober

DAG 4

Kl. 09.30 **Heldagsekskursion v/JJ**
- Harrild Hede
- Nørlund Plantage
- Kompedal
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Søndag 19. oktober

DAG 5

Kl. 09.30 "Naturen under lup" v/JJ
Kl. 13.30 **Ekskursion v/JJ**
- Klosterheden Plantage
Kl. 19.30 Aftenarrangement

Mandag 20. oktober

DAG 6

Kl. 09.30 **Heldagsekskursion v/JJ**
- Stråsø Plantage
- Husby Klitplantage
Kl. 18.00 Afslutningsmiddag

Tirsdag 21. oktober

DAG 7

Kl. 07.45 Morgenmad
Kl. 08.45 Morgensang
Kl. 09.20 Afgang med bus til Struer Station

Ret til ændringer forbeholdes

Medvirkende: Jesper Vinther - JV Astrid Skou Hansen - AH Julietta Jensen - JJ
Niels Bjørn Wied - NW Johanne K. Andersen - JA