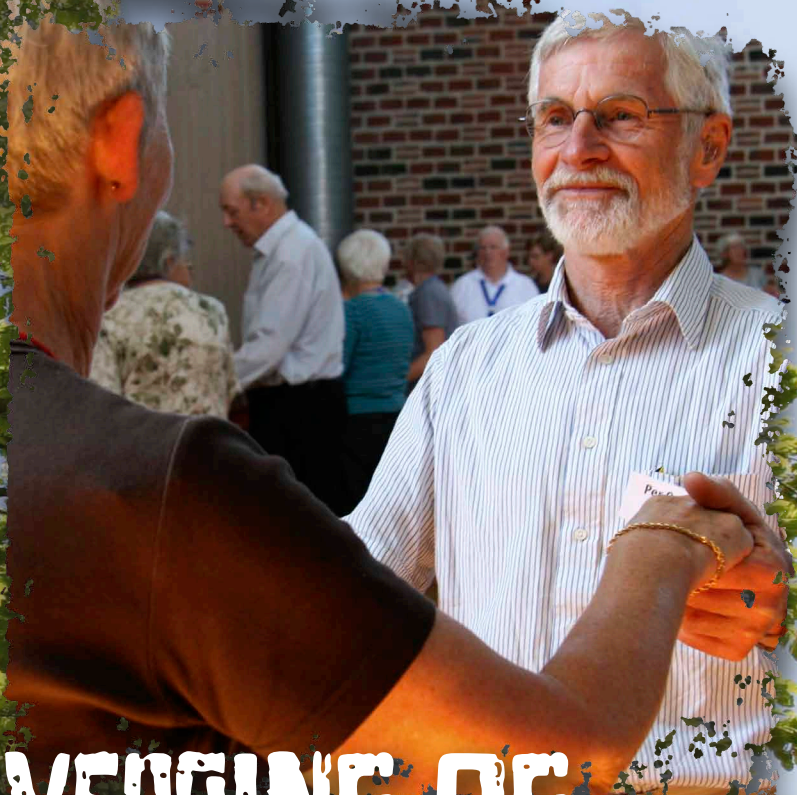


Højskolekursus i seniordans



LØVSPRING OG SOMMERDANS 2010

7. – 13. juni 2010



↑↑↑
↑↑↑
↑↑↑
SILKEBORG
HØJSKOLE

LØVSPRING OG SOMMERDANS 2010



Dansk Seniordans og Silkeborg Højskole inviterer til en uges fælles højskoleoplevelser i Det midtjyske Søhøjland.

Med dansen som omdrejningspunkt byder vi sommeren velkommen, og gennem foredrag, friluftsture, fortælling, sang og musik sætter vi fokus på væsentlige dele af vores fælles liv.

I såvel dansen som i højskolen lærer man både sig selv og hinanden bedre at kende – og vi håber, at den erkendelse kan blive til gensidig inspiration og berigelse.

Kom og "dans med" i en uge fuld af livsmod og glæde!

Formiddage

Formiddagens program byder på foredrag og samtale samt på seniordans. Uddrag af programmet er bl.a.:

Thyra Frank, plejehjemsleder og kåret til "Årets Alletiders Kvinde 2008":

"Livsglæder og stjernestunder"- om mangfoldighed, holdninger og menneskesyn.

Peter Vuust, jazzmusiker, hjerneforsker og docent ved Århus Musikonservatorium:

"It Don't Mean a Thing...?" - om hvordan musikken påvirker os mennesker.

Lisbeth Filtenborg, studenter- og sognepræst, Gjelstrup Kirke:

"Bibelske kvindeskikkelser – i lyst og nød" - en dramatisk fortælling om 7 af biblens kvinder.

Jacob Thorning, højskolelærer:

"Jeg har set en indianermand...." – om fordomme, modsætninger og mødet med andre.

Simon Nielsen, højskolelærer:

"Vocals in motion" – om stemmen og dens mulig-

heder. Foredraget tager udgangspunkt i det berømte kor "Vocal Line".

Eftermiddage

Om eftermiddagen kan du vælge mellem:

1. Naturvandringer i Det midtjyske Søhøjland.
2. Dansk Seniordans: Gennemgang af danse med nye udfordringer.
3. Sang og musik: Vi synger sammen – både de gode gamle og nogle af de nye danske fællessange.
4. Kunst og kultur: Besøg og fortællinger om kunsten i Silkeborg (Silkeborg Kunstmuseum og Kunstcenteret Silkeborg Bad).

Aftener

Aftenprogrammet byder på bl.a. seniordans, fællessang, foredrag, fortælling mm. Af programmet kan bl.a. nævnes:

- Filmaften
- Bålaften i det grønne
- Aftensejls på Silkeborg-søerne

Udflugt i Det midtjyske Søhøjland

En af dagene er der fælles udflugt til Himmelbjerget og andre spændende steder i Søhøjlandet.

Dagsprogram

- | | |
|---------------|------------------------------|
| 06.00 - 08.00 | Svømning for de morgenfriske |
| 07.15 - 07.45 | Tilbud om morgengymnastik |
| 08.00 - 08.30 | Morgenmad |
| 08.45 - 09.00 | Morgensang i foredragssalen |
| 09.05 - 10.30 | Foredrag, kaffe og debat |



10.45 - 11.45	Seniordans
12.00 - 14.30	Frokost og siesta
14.30 - 15.00	Kaffe
15.00 - 17.00	Værksteder
17.30 - 18.00	Aftensmad
19.00 - 20.00	Seniordans
20.00 - ?	Højskoleaften med kaffe

I øvrigt

- I god tid før kursets start udsender vi et deltagerbrev om højskoleugens forløb.
- Udover morgensvømning vil der være adgang til højskolens svømmehal en time hver dag.
- Højskolen har et antal kanoer, der frit kan benyttes i "ledige stunder".
- Højskolens køkken serverer almindelig dansk mad og vegetariske retter. Råvarerne er i vid udstrækning økologiske.
- Vil du vide mere om Dansk Seniordans, så besøg hjemmesiden www.ldsd.dk.

Velkommen til et inspirerende og oplevelsesrigt seniordansekursus på Silkeborg Højskole!
Eva Schmidt og Gitte Mouritzen, instruktører i Dansk Seniordans
Simon Nielsen og Jacob Thorning, højskolelærere



Tilmelding

Højskolekursus i seniordans
"Løvspring og sommerdans 2010"

7. - 13. juni 2010

Udfyld venligst tilmeldingen med blokbogstaver.

Navn

CPR-nr.

Navn

CPR-nr.

Adresse

Postnr. og by

Tlf.

E-mail adresse

Sæt kryds:

- Ønsker vegetarkost
- Ønsker enkeltværelse (kr. 600 i tillæg)
- Ønsker dobbeltværelse; evt. sammen med:

Send tilmeldingsblanketten til:

Silkeborg Højskole, Platanvej 12, 8600 Silkeborg
- eller benyt tilmeldingsformularen på:
www.silkeborghøjskole.dk



En højskole midt i Danmark

Silkeborg Højskole ligger lige midt i Søhøjlandets enestående natur. Åer, søer, skove og lyngklædte bakker omkranser skolen. Den gamle pramdragersti langs Gudenåen, hvor man tidligere trak prammene fra Randers til Silkeborg, slynger sig tæt forbi højskolen og fører lige ind i den storslåede natur.



Skolen er oprettet i 1969 af FDF og er en moderne højskole med rod i den grundtvig-koldske højskoletradition. Skolen har veludstyrede faciliteter (idrætshal, musikhus, værksteder og øverum), og samtlige værelser er med udsigt til den smukke natur. Desuden har skolen egen svømmehal.



Kursuspris:

Kr. 3.350.

Kursusprisen er inkl. sengelinned og håndklæder. Desuden indgår ture og udflugter samt evt. bustransport til og fra Silkeborg banegård. Enkeltværelse koster kr. 600 i tillæg.

Deltagerbrev:

Udsendes ca. 1. maj.

Ankomst:

Indkvartering finder sted mandag den 7. juni fra kl. 16, og første måltid er middag kl. 17.30. Der er gratis afhentning med højskolens bus fra Silkeborg banegård.

Hjemrejse:

Søndag den 13. juni efter morgenmad. Der er gratis bustransport til banegården.

Yderligere oplysninger:

Silkeborg Højskole
Platanvej 12, 8600 Silkeborg
T: 86 82 29 33, kl. 8.15-15.30
E: info@silkeborghojskole.dk
W: silkeborghojskole.dk

