

Kursusprogram uge 46 Grøn festmad og bagværk

Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
	07.00-8.00 Morgensvømning	07.00-8.00 Morgensvømning	07.00-8.00 Morgensvømning	07.00-8.00 Morgensvømning
	08.00-9.00 Morgenbuffet	08.00-9.00 Morgenbuffet	08.00-9.00 Morgenbuffet	08.00-9.00 Morgenbuffet
	09.00-10.00 Morgensamling Fra tuberkulosesanatorium til højskole	09.00-10.00 Morgensamling Dessertkok på Geranium Mette Knøsgaard, Bosei	09.00-10.00 Morgensamling Kodawari- Kunsten at gå op i detaljerne i den japanske kultur	9.30-11.30 Desserter og kager
11.00-11.30 Ankomst	10.00-10.15 Formiddagspause	10.00-10.15 Formiddagspause	10.00-10.15 Formiddagspause	
11.30 Velkomst	10.15-12.00 Festlige forretter	10.15-12.00 Grønne buffet-ideer	10.15-12.00 Surdej og desserter	11.30 Fælles afslutning
12.15 Frokost	12.15 Frokost	12.15 Frokost	12.15 Frokost	12.15 Frokost
13.00 Indkvartering	14.00-17.30 Festlige hovedretter	13.30 Halvdagsudflugt Vi besøger Thorvaldsen samlingen af gipsafstøbninger og skitser på Nysø gods og får en omvisning. Herefter er der byvandring i Guldalderens Præstø med de toppede brosten.	14.00-17.30 Surdej og desserter	13.00 Afrejse
14.00-15.30 Introduktion til grøn madlavning				
15.30-16.00 Eftermiddagspause				
Grønne snacks				
18.00 Aftenbuffet	18.00 Aftenbuffet	18.00 Aftenbuffet	18.00 Aftenbuffet	
19.30 <i>Aftenhygge og sange</i>	19.30-21.00 Foredrag Foredrag Nicolai Bangsgaard: Global Maraton 2023-24 på cykel, løbehjul, løb og gang verden rundt	19.30-21.00 Sangften fra højskolesangbogen Ginsmagning	Festlig afslutning	