

Kursusprogram uge 21 Cykeloplevelser på Sydsjælland

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
	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 japansk højskole v/Kenneth Retslov, forstander	09.00-10.00 Morgensamling Positiv psykologi v/Helle Rolighed, højskolelærer	09.00-10.00 Morgensamling Kost og sundhed v/Helle Rolighed, højskolelærer	9.30-12.30 Skovtårnet i Gisselfeld, Villa Galina, Svenskekløften Vi kører mod Skovtårnet, som kan ses langvejs fra, og går op i det 45m høje tårn. Herfra videre til Hesede skov med Villa Galina og Svenskekløften
11.00-11.30 Ankomst	10.15 Stege- Ulvshale-Nyord 29 km Vi starter i Stege på Møn og fortsætter langs kysten til halvøen Ulvshale; Denne halvø er kendt for de mange naturtyper, særegne vækster og rigt fugleliv. Vi hører om udvinding af kugleflint og fredningen til naturnationalpark. Herfra videre over broen til Nyord, som er billøs!	10.15 Langs Storstrømmen 30 km Vi starter i Vordingborg ved Gåsetårnet og cykler videre langs vandet til Nyråd. I skoven kikker vi ud over engen ”Blegen”, hvor man tilbage i tiden havde blegeri og linnedfabrik. Herfra videre via Kløften til havnen ved Petersværft, hvor der under Englandskrigene blev bygget kanonbåde. Vi besøger også et bofællesskab med halmhuse	10.15 "Danmarks fødsel"- Møns Klint og Liselund Slot 25 km i kuperet terræn) Startsted: Borre by. Første cykelstop er ved Liselund Slot, hvor vi nyder den fantastiske park. Der fortsættes gennem Klinteskoven til Geocentret. Ultrakort gennemgang af Danmarks tilblivelse. Mulighed for fossiljagt på stranden (Danmarks længste trappe). Der fortsættes til Møns sydøsthjørne- Busene Have. Returvejen går gennem to idylliske landsbyer.	13.00 Afrejse
11.30 Velkomst og indkvartering				
12.15 Frokost				
14.00-17.30 Romantikens Præstø og Jungshoved; Gøngehøvdingens land 35 km Turen går langs fjorden og havnen, og på de brostensbelagte gader i bymidten hører vi om Antonittermunkene. Turen fortsætter på Jungshovedhalvøen med historier fra Middelalderen, svenskekrigene				
18.00 Aftenbuffet	18.00 Aftenbuffet	18.00 Aftenbuffet	17.30 Aftenbuffet som del af arrangementet	
19.30 Aftenhygge og sange	19.30-21.00 Foredrag v/Naturfotograf Per Rasmussen; Fra lokale kyster til Canada og den russiske grænse	19.30-21.00 Musik med ”de halvgamle” spillemænd	Syng-spis og snak Åbent for lokalbefolkningen med fællesspisning og højskolesang	