

CYKELOPLEVELSER PÅ SYDSJÆLLAND UGE 39

FORELØBIGT KURSUSPROGRAM

UNDERVISER: Helge Bramsen
KURSUSLEDER OG -KOORDINATOR: NN

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORS DAG	FREDAG
	7.00-8.00 Morgensvømning	7.00-8.00 Morgensvømning	7.00-8.00 Morgensvømning	7.00-8.00 Morgensvømning
	8.00-9.00 Morgenbuffet	8.00-9.00 Morgenbuffet	8.00-9.00 Morgenbuffet	8.00-9.30 Morgenbuffet, tjek ud + afl. nøgle
11.00-11.30 Ankomst og indkvartering	9.00-10.00 Morgensamling "Fra tuberkulosesanatorium til idrætshøjskole med japansk historie" v. forstander Kenneth Retslov Foredragssalen	9.00-10.00 Morgensamling Foredrag om japansk kultur v. højskolelærer Line Nordskjold. Foredragssalen	9.00-10.00 Morgensamling Yoga v. højskolelærer Maya Wermus. Mødested: Foyeren	9.15-12.00 Tur langs Storstrømmen og Ulv sund. 14 km. Fra "Mallings Kløft" med gamle vandmøller cykler vi gennem Sjællands sydligste skove og besøger det gamle Pedersværft. Her hører vi om skibsbygningen i en ikke så fjern fortid. Vi fortsætter over broen til den privatejede ø, Langø. Hjemturen går via små snoede veje og gennem idylliske landsbyer til vores udgangspunkt.
11.30: Fælles velkomst Foredragssalen (2.sal) (NN)	10.15-17.30 Stege-Ulvshale-Nyord. 29 km. Vi starter i Stege på Møn og fortsætter langs kysten til halvøen Ulvshale, som er kendt for de mange naturtyper, særegne vækster og et rigt fugleliv. Vi hører om udvinding af kugleflint og fredningen til nationalpark. Herfra videre over broen til øen Nyord. Her forfølger vi freden og roen i det lille samfund.	10.15-17.30 Gisselfeld-skovene og Skovtårnet. 19 km. Denderup Vænge og Hesede Skov er præget af det bakkede istidslandskab med små søer og mange vandløb. Vi skal opleve fuglelivet, en forstbotanisk have, Villa Gallina og Gisselfeld Slot. Turen slutter med en opstigning i Skovtårnet, hvor vi fra toppen nyder udsigten, hvis vi er heldige måske helt til Kbh. og det sydligste Sverige!	10.15-12.00 Danmarks fødsel. Møns Klint og Liselund Slot. 25 km. Turen starter med en stigning mod det kuperede Østmøn. Ved Liselund slot nyder vi den skønne slotspark, og bagefter kører vi mod Geocenter Møns Klint. Vi får et godt indblik i Danmarks tilblivelse og den helt særegne natur. Tilbagevejen går via landsbyerne Busene og Mandemarke til det meget spektakulære Kongsbjerg (135 m).	12.15 Frokost
12.15 Frokost		17.45 Aftenbuffet	17.45 Aftenbuffet	
13.00-17.30 Romantikens Præstø og Jungshoved- halvøen (Gøngehøvdningens land). 38 km.				13.00 Afrejse
17.45 Aftenbuffet	17.45 Aftenbuffet			

19.30-21.00 Aftenhygge med højskolesange v. forstander Kenneth Retslov Foredragssalen	19.30-21.00 Foredrag v. natur- og pressefotograf Per Rasmussen Foredragssalen (NN)	19.30-21.00 Foredrag "Historier fra en naver - fra Bremen til Katmandu" v. Stefan Preusche. Foredragssalen (NN)	19.30- Musik på 3. - med Præstø Trio 3. sal. (NN)	
--	--	--	---	--