

LANGSOMME STING UGE 45

FORELØBIGT KURSUSPROGRAM

UNDERVISERE: Thea Dam Søby
KURSUSLEDER OG -KOORDINATOR

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 idræts højskole med japansk historie" v. forstander Kenneth Retslov Foredragssalen (2.sal)	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	9.30-11.30 Færdiggørelse af værker, opstilling af udstilling og evaluering
	10.00-10.15 Formiddagspause	10.00-10.15 Formiddagspause	10.00-10.15 Formiddagspause	11.30-12.00 Fælles afslutning Foredragssalen (2. sal)
	10.30-12.00 Shibori	10.30-12.00 Værkstedarbejde	10.30-12.00 Værkstedarbejde	
12.15 Frokost	12.15 Frokost	12.15 Frokost	12.15 Frokost	12.15 Frokost
13.00-13.45 Rundvisning på skolen	14.00-15.30 Introduktion til sashiko og boro	13.30-17 Halvdagsudflugt Vi tager til Køng Museum, hvor vi ved en omvisning får historien om det spændende lokale tekstilindustrieventyr samt historien om Husflidsskolen og ser trædrejearbejdet. Kaffe på museet, inden vi tager hjem til højskolen igen.	14.00-15.30 Værkstedarbejde	13.00 Afrejse
14.00-15.30 Introduktion af kurset, sashiko og shibori. Vi blander indigo- badet				
15.30-16.00 Eftermiddagspause	15.30-16.00 Eftermiddagspause		15.30-16.00 Eftermiddagspause	
16.00-17.30 Shibori	16.00-17.30 Mindfulness og syning (Judo hallen)		16.00-17.00 Værkstedarbejde	
17.45 Aftenbuffet	17.45 Aftenbuffet	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	19.30-21.00 Foredrag "Historier fra en naver - fra Bremen til Katmandu" v. Stefan Preusche. Foredragssalen	19.30- Musik på 3. - med Præstø Trio 3. sal.	

Undervisningssted til hver session er i lokalerne på 3.sal. fremgår af de blå felter