



DAGSPROGRAM

- Kl. 07.20** Mulighed for morgenmotion (husk tøj)
- Kl. 08.00** Morgenmad
- Kl. 09.00** Morgensamling
- Kl. 10.00** Foredrag / undervisning / udflugt
- Kl. 12.00** Frokostbuffet
- Kl. 15.00** Kaffe, te og kage
- Kl. 15.45** Foredrag / undervisning / udflugt
- Kl. 18.00** To-retters aftensmad
- Kl. 19.30** Aftenarrangement
- Kl. 21.00** Aftenkaffe, te og lidt sødt

MEDVIRKENDE

- **Maj-Lis Hoffer Henriksen**, korleder
Musikunderviser i Mariager Fjord Kulturskole.
Korleder for forskellige kor, bl.a. for Gospelkoret Koinonia
- **Charlotte Katharina Andersen**, dirigent
- **Helge Teglgård**, musiker og højskolelærer

KURSUSLEDERE

- **Helle Bak Holvad og Carsten Holvad**
Forstandere

BEMÆRK

Kurset ligger parallelt med Bigband-kursus. Vi vil derfor have morgensamling, foredrag og aftenarrangementer sammen.

PRIS

Kr. 4.350,-

Rabat: 400 kr. pr. pers. ved enkeltværelse uden havudsigt eller ved indkvartering i delt dobbeltværelse.

Kursus 9B

6 dage

24.02. - 29.02.2020

KOR OG HØJSKOLE



Vidste du, at folk der synger sammen udvikler en særlig samhørighed? Det er videnskabeligt bevist, at hjernen udsender oxytocin hos folk der synger sammen, som udover at gøre én glad også knytter én sammen med de mennesker, man synger sammen med?

Kurset kræver ingen specielle erfaringer inden for korsang - du skal bare have lyst til at synge sammen med andre, synge flerstemmigt og blive udfordret lidt. Vi starter hver korprøve med lidt fysisk opvarmning og derefter et par fællessange inden selve korundervisningen går i gang. Vi skal synge sange som Livstræet, Can't help falling in love og måske et par gospel spirituals.

Man bliver SÅ glad af at synge! Livsglæde og fornemmelsen af fællesskab er ekstra bonus, når vi synger sammen. Hvis du ikke har prøvet det før, så kast dig ud i det! Her er plads til alle. Vi afslutter kurset med en lille, åben koncert.

Et herligt højskolekursus med musikken som gennemgående tema og med spændende foredrag og morgensamlinger.

“ Kom og vær med i et muntert, hjertevarmt og nysgerrigt fællesskab med masser af vitaminer til hjerte og hjerne ”

Rude Strand er en højskole efter Grundtvigs tanker. En af Danmarks smukkeste beliggende højskoler lige ud til Østjyllands idylliske kyst og med udsigt over Kattegat til Samsø, Tunø og Helgenæs.



MANDAG DEN 24. FEBRUAR**Kl. 14-15 Ankomst og indkvartering**

Kaffe, te og boller

Kl. 15.45 Præsentation og intro til kurset**Kl. 17.00 Noteuddeling og stemmefordeling****Kl. 19.30 Korprøve****TIRSDAG DEN 25. FEBRUAR****Kl. 10.00 Korprøve****Kl. 14.00 Korprøve****Kl. 15.45 "Det lever sig ikke af sig selv, det skal leves" v/ Carsten Holvad.**

Personligt foredrag med historier, input og mulighed for refleksion. Om relationer mellem mennesker, om at være "ude-af-Boksen", klogskab/visdom og svære dilemmaer. "Det var ikke særlig klogt sagt, Plys", sagde Grislingen. Peter Plys: "Det var klogt, da det var inde i mit hoved, men så skete der noget på vejen ud."

Kl. 19.30 Dans for seniorer v/ Helle Bak**ONSDAG DEN 26. FEBRUAR****Kl. 10.00 Korprøve****Kl. 14.00 Korprøve****Kl. 15.45 "PH - Ballademager, lysmand og arkitekt" v/ Helge Teglgård.**

Poul Henningsen er en gudsbenådet kreativ sjæl, som har sat stærke aftryk på det 20. århundredes danske arkitektur, åndsliv og pædagogik. Kritisk humanisme, forbrugeroplysning, folkelige revytradition og opfindelse af skånsom belysning er markører i PH's politiske og poetiske landskab. Hvorfra kommer brændstoffet til et udfordrende og skabende liv? Det bliver belyst i anekdoter, billeder og sange.

Kl. 19.30 Koncert ved Gospelkoret Koinonia
v/ Maj-Lis Hoffer Henriksen.**TORS DAG DEN 27. FEBRUAR****Kl. 10.00 Busafgang til Egmont Højskolen**

Her får vi først en flot fortælling om højskolen og dens unikke koncept med at inkludere voksne med særlige forudsætninger. Højskolen er meget vel-dreven med fyldte årskurser og over 200 elever. Derefter oplever vi det fantastiske vægmaleri: "Des Mere Stakkarle Hades". Værket på 20 x 4 m af kunstneren Jørn Bie, fortæller på imponerende vis Danmarks socialhistorie. Dette meget storslående værk giver god mulighed for mange snakke og refleksioner. Bie-salen, hvor billedet hænger ligger op ad det smukke Valhalla, som er højskolens nye handicap-venlige badeland.

**Kl. 14.00 Korprøve****Kl. 15.45 Korprøve****Kl. 19.30 Åben scene for musikere og sangere****FREDAG DEN 28. FEBRUAR****Kl. 10.00 Korprøve****Kl. 14.00 Generalprøve****Kl. 17.00 Åben Big Band- og Korkoncert****Kl. 17.45 Hvidvin i dagligstuen**

Herefter afslutningsmiddag og åben scene.

LØRDAG DEN 29. FEBRUAR**Kl. 09.00 Morgensamling**

Herefter afrejse.