



Ikonomålning från Heliga Philotei Ortodoxa kloster

Gång i helgonens fotspår

En lättare vandring med kroppskännedom, musik och historieberättande.

Datum: 30 augusti - 2 september 2018

Kursledare: Helle Axel-Nilsson, tfn: 073-691 55 23, www.ergoakademin.se
Sofia Sahlin, tfn: 070-628 83 58, www.mentha.se

Dagsetapper: 5-10 km

Start: Selångers kyrka

Avslut: Borgsjö kyrka

Anmälan: www.sensus.se/helgonvandringen

Sista anmälningsdatum 15/7 2018



sensus



Gång i helgonens fotspår

Lyssna till toner och berättelser där St Olav, St Anna och Heliga Birgitta stiger fram, alla tre med sin speciella anknytning till S:t Olavsleden och pilgrimer. Vi lär oss om kroppskännedom och att vandra på ett fritt och hållbart sätt. Korta dagsetapper med bagagetransport samt tåg/buss någon sträcka. Vi rör oss längs S:t Olavsledens allra första del, kanske vi fortsätter kommande år och landar i Nidaros till slut?

Vandringsledare är Helle Axel-Nilsson, rörelsepedagog, och Sofia Sahlin, musiker och berättare. En samverkan med Sensus Studieförbund. www.mentha.se/vandringar

Pris för 4 dagars vandring (3 nätter) är 8 000 kronor, inkluderande:

- Rörelseträning, historieberättande och musik under 4 dagar.
- Sängplats, frukost, alla måltider samt transfer.

Anmälan: www.sensus.se/helgonvandringen

Sista anmälningsdatum 15/7 2018

Organisatör: Ljungandalen Rest & Development AB - 559037-0887

I samarbete med Sensus