

Uge 31: Kajak- og Vandrekursus - Oplev Mols Bjerge til lands og til vands

Kajak: Vi inddeler de 2 hold efter erfaring. Således at hold 1 er rettet mod nybegyndere og letøvede. Hold 2 er for dig med erfaring og tryghed i at redde sig selv og sin makker.

| | Tirsdag | Onsdag | Torsdag | Fredag | Lørdag | Søndag | | |
|------|---------|---|---|--|--|--|---|--|
| 8.00 | | Morgenmad | | | | | | |
| 8.45 | | Morgensamling | | | | | | |
| 9.30 | | <p>Foredrag ved Lasse Werling om Mols bjerge i Mols bjerge (ca 4 km) Lasse er biolog og sidder i Nationalpark Mols Bjerge - følgegruppen for Dansk Botanisk Forening og er en dygtig og levende formidler.</p> | <p>Rundvisning i Økolandsbyen Friland Friland blev grundlagt i 2002 og er nu en lille landsby med 37 huse 70 voksne og 40 børn. På Friland fokuserer man på at bygge og leve bæredygtigt. I vil møde beboere og blive vist rundt i landsbyen og besøge nogle af husene.</p> | <p>Heldags-tur Hold 2 Kajak En længere tur for foden af nationalpark en. Der vil være fokus på pakning af kajak og det at færdes som gruppe.</p> | <p>Heldags-tur Hold 1 Vandring Vi tager på en dagstur i nationalpark en, hvor vi kommer ud på vandrestier med afvekslende naturtyper. Her vil vi se nærmere på landskabets</p> | <p>Heldags-tur Hold 1 Kajak En tur i området med lokale historier. Vi afslutter dagen med teknik og leg.</p> | <p>Heldags-tur Hold 2 Vandring Vi tager på en dagstur i nationalparke n hvor vi kommer ud på vandrestier med afvekslende naturtyper. Her vil vi se nærmere på landskabets udformning og</p> | <p>Afrejse. Farvel og tak for denne gang.</p> |

| | | | | | | | | |
|-------|---|--|---|---|---|--|---|--|
| | | | | | udformning og de forskellige planter. Fokus vil desuden være på at sanke urter og planter, vi kommer forbi. Ca.15 km | | de forskellige planter. Fokus vil desuden være på at sanke urter og planter, vi kommer forbi. Ca.15 km | |
| 12.00 | Frokost | | | | | | | |
| 13.30 | Hold 1 Kajak med fokus på balance og grundteknik og leg. Derefter drager | Hold 2 Vandretur Vi tager til hjertet af Mols Bjerge, hvor vi vandrer forbi nogle af de store natur-seværdigheder og skjulte perler. Vi afprøver også forskellige vandreteknikker. | Hold 1 Vandre Vi bytter med holdet fra dagen før. | Hold 2 Kajak En tur i lokalområdet med leg og teknik. | Tur fortsat | | Tur fortsat | |

| | | | | | | | | |
|-------|---|---|---|---|-----------------------|--------------------|---|--|
| | | vi på en lille tur. | Ca. 7 km | | | | | |
| 15.00 | | | | | | | | |
| 16.00 | 17.00: Velkomst i Auditoriet og rundvisning | Hold 1 fortsat | Hold 2 fortsat | Hold 1 fortsat | Hold 2 Fortsat | Tur fortsat | Tur fortsat 17.30 Vi mødes til aperitif | |
| 18.00 | Aftensmad | | | | | | | |
| 19.00 | Introduktion til ugen, program, holdfordeling og gåtur til Kalø slotsruin | Bål og røverhistorier Mulighed for kajaktur på egen hånd for øvede. | Folkedans Et par timers bevægelse, kreativitet og højt i humør i selskab med Helene Lydum | Aftenvandring eller -kajaktur i Kalø vig (valgfrit) | Festaften | | | |
| 21.00 | Kaffe og kage/brød Baren åbner | | | | | | | |