



Sensommer på cykel

Langs charmerende vandveje
og pittoreske stier

3. – 9. august 2025



Vi inviterer denne uge cykelfolket på en række maleriske- og historiske oplevelser nord og syd for den dansk-tyske grænse. Du vil få både frisk luft, motion, dejlige naturoplevelser, god mad og masser af højskolesang. Vi cykler ved Nybøl Nor, der skærer sig gennem morænebakkerne, kører tværs henover grænsen under Tøndermarskens enorme himmelkuppel og ud langs det særegne og skønne Vadehav. Vi krydser også den imponerende Kielerkanal og hører om egnens rige historie. Ligesom vi skal cykle i naturreservatet Gelting Birk og langs Østersøkysten til den idylliske fiskerlandsby Maasholm. Vi cykler mellem 25 - 35 km om dagen.

Cykelturene

- Tour de Nybøl Nor, ca. 35 km.
- Mod den gamle valfartskirke i Kliplev. Ca. 25 km.
- Under Tøndermarskens himmelkuppel - I Noldes landskab, ca. 35 km.
- Langs den imponerende Kielerkanal, ca. 35 km.
- Fra Gelting Birk langs Østersøen til den idylliske fiskerby ved Slien, Maasholm, ca. 25 km.

Foredrag og højskolelivet

- Smag på Norden - en musikalsk rejse gennem de store nordiske komponisters musik.
- Brydningstid og heltedåd - myter og sagn mellem Norden og De Britiske Øer.
- Frisisk salon omkring ildstedet i pejsestuen
- En uge med masser af højskolesang, samvær og oplevelser.

Velkommen til en klassisk grundtvigsk folkehøjskole

Rønshoved Højskole er en af Danmarks flottest beliggende højskoler. Højskolen ligger ud til Flensborg Fjord midt i det bakkede morænelandskab, der indbyder til skønne vandreture i store løvskove langs fjorden. Stedets beliggenhed giver rige muligheder for udendørsoplevelser, der stimulerer og inspirerer.

Vi lægger vægt på det almindannende, hvor sange fra Højskolesangbogen, gode fortællinger, morgensamlinger, foredrag og fællesskabet er centralt placeret i hverdagen.

Vores kokke gør sig hver dag umage med at servere spændende retter, smagfulde salater og kager – ofte fra det sønderjyske kaffebord

Højskolen kunne fejre 100 års fødselsdag i 2021 og fremstår flottere end nogensinde. Vi har bygget om og renoveret, så skolen er klar til et nyt århundrede.

Nina og Thue Kjærhus
Forstanderteam



Søndag d. 03. august

Ankomst med tog til Gråsten Station kl. ca.15.10. Herefter mulighed for bustransport til højskolen.

Kl. 15-16.25 Ankomst og indkvartering, samt kaffe og lidt brød i skolens lounge.

Kl. 16.30 **Velkomst og rundvisning. Vi mødes i foredragssalen.** Viceforstander Nina Kjærhus byder velkommen, involverede lærere på kurset bliver introduceret, vi synger et par gode sange og slutter af med en rundvisning på skolen.

Kl. 17.30 Vin- og ølsalg fra skolens kiosk.

Kl. 18.15 Aftensmad i spisesalen. Denne første aften skal vi have Rønshoved Tapas. Vores 3 kokke har stegt og kogt lokale råvarer; et bugnende spisebord med små lækkerier, kombineret med gode salater og andet godt.

Kl. 20.00 **Aftensamling ved forstander Thue Kjærhus i foredragssalen.** Herefter kaffe og kage med særlig opskrift fra det store sønderjyske kaffebord omkring pejsten i pejsestuen.

Mandag 04. august

- Kl. 7.30 Morgenvandring eller en morgendukket i Flensborg Fjord.
Kl. 7.55 Vi synger flaget op
Kl. 8.00 Morgenmad i spisesalen
Kl. 9.00 **Morgensamling i foredragssalen**
Du vil her blive udfordret inden for litteratur, musik, filosofi, historie - eller hvad læreren har på sinde. Samlingerne er uafhængige af dagens/kursets tema.
- Kl. 10.00 **Tour de Nybøl Nor**
Vi cykler i dag rundt om det smukke Nybøl Nor og kommer undervejs forbi en række spændende historiske steder. Blandt andet går turen forbi Gråsten Slot, hvor kongefamilien siden 1935 har holdt sommerferie, men vi kommer også til at høre om dramatisk modstandskamp, sønderjyske skæbnefortællinger og om ca. 50 tyske og danske kunstnere, der slog sig ned i området og skabte en kunstnerkoloni 1875-1910. Turen er på ca. 35 km.
- Kl. 17.30 Øl- og vinsalg fra skolens kiosk
Kl. 18.00 Aftensmad i spisesalen
Kl. 20.00 **Sangaften med viceforstander Nina Kjærhus og Tim Pohle, højskolelærer.**
Vi slutter en god dag med fællessange fra Højskolesangbogen. Denne aften med udgangspunkt i sommerens sange. Herefter kaffe og kage omkring ildstedet i pejsestuen og på skolens udsigtsterrasse.

Tirsdag 05. august

- Kl. 7.30 Morgenvandring eller en morgendukket i Flensborg Fjord.
Kl. 7.55 Vi synger flaget op
Kl. 8.00 Morgenmad i spisesalen
Kl. 09.00 **Brydningstid og heltedåd - myter og sagn mellem Norden og De Britiske Øer ved Andreas Pilekjær, højskolelærer.**
Norden og De Britiske Øer er fælles om myter og sagn, der går tilbage til folkevandringstiden. Fortællinger om bl.a. Vermund og Uffe, Beowulf og kong Arthur blev nordisk-britisk fællesgods som følge af anglernes udvandring til De Britiske Øer i 400-tallet, ligesom den nordiske mytologi selv har rødder i denne periode, hvor folk og stammer vandrede på kontinentet og det vestromerske rige gik under.
- Kl. 11.30 Frokost i spisesalen

- Kl. 13.30 **Mod den gamle valfartskirke i Kliplev.**
Vi tager en eftermiddagstur til den gamle valfartskirke i Kliplev, hvor hærvejens kvægdrivere i gamle dage gjorde holdt på deres vej sydover. En kirke, der blev udvidet igen og igen for at få plads til alle, som havde brug for hjælp af den lokale helgen Skt. Hjælper. Et stort tilløbsstykke som Reformationen dog gjorde en ende på. Efter Kliplev kører vi forbi Søgaardlejren, som i 1940 var kasernen, hvorfra soldater tog ud for at kæmpe den 9. april. Turen byder på smuk natur og masser af fortællinger. Turen er ca. 25 km.
- Kl. 18.30 Øl- og vinsalg fra skolens kiosk
- Kl. 19.00 Aftensmad i spisesalen
- Kl. 20.30 **Sensommerbiograf.** Vi omdanner foredragssalen til biograf og ser en flot kortfilm om Noldes landskab i marsken. Dvs. ikke en film om maleren Nolde, men det landskab han malede i. Herefter kaffe og boller med ost i pejsestuen.

Onsdag 06. august

- Kl. 7.30 Morgenvandring eller en morgendukket i Flensborg Fjord.
- Kl. 7.55 Vi synger flaget op
- Kl. 8.00 Morgenmad i spisesalen
- Kl. 09.00 Morgensamling i foredragssalen
- Kl. 10.00 **Under Tøndermarskens himmelkuppel - I Noldes landskab.**
Vi begynder dagens etape ved den imponerende Vidåsluse ved Højer, hvor der er et fantastisk skue ud over ét af verdens vigtigste fugleområder, Vadehavet. Herfra cykler vi i det flade marsklandskab med den enorme himmelkuppel over os og passerer grænsen i landets sydvestlige hjørne. Vi får en smagsprøve af maleren Emil Noldes landskab nær den berømte Hindenburgdæmning, og kommer til at stå med begge ben i to lande samtidig ved den maleriske grænsebro i Rudbøl - inden turen ender foran Schackenborg Slot i Møgeltønder. Dagens tur er på ca. 35 km. Husk pas.
- Kl.18.00 Vin- og ølsalg fra vores kiosk i foyeren
- Kl.18.30 Aftensmad i spisesalen
- Kl. 20.00 **Musikforedrag: Smag på Norden - en musikalsk rejse gennem de store nordiske komponisters musik ved Tim Pohle, musikhistoriker og højskolelærer.**
Foredraget vil give os en god introduktion til de tre store nordiske komponister Edvard Grieg, Jean Sibelius og Carl

Nielsens liv og værk. Vi hører blandt andet om, hvad der kendetegner det specielt nordiske i deres musik, og om man i det hele taget kan tale om særlig nordisk musik. Herefter kaffe og kage omkring ildstedet i pejsestuen.

Torsdag 07. august

Kl. 7.30 Morgenvandring eller en morgendukket i Flensborg Fjord.

Kl. 7.55 Vi synger flaget op

Kl. 8.00 Morgenmad i spisesalen

Kl. 9.00 **Langs den imponerende Kielerkanal.**

Vi begynder dagens etape i den smukt beliggende landsby, Sehested, som er gennemskåret af Kejser Wilhelm II's kanal, i dag kaldet Kielerkanalen. Vi hilser på store og små skibe, mens vi cykler på kanalbredden og kommer på sporet af tidligere tiders kanalbyggeri og den gamle grænseflod Ejderen. Vi cykler under de enorme broer, som står som porte til Slesvig-Holstens hovedstad Kiel og kommer undervejs forbi et lille idyllisk stykke af den gamle Ejderkanal. Dagens tur er på ca. 35 km. Husk pas.

Kl. 17.30 Øl- og vinsalg fra skolens kiosk

Kl. 18.00 Aftensmad i spisesalen

Kl. 20.00 **Frisisk salon omkring ildstedet i pejsestuen**

Friserne er et lille mindretal lige syd for grænsen med eget sprog, skoler, børnehaver osv. Vi vil høre mere om friserne, samtidig med at vi synger et par sange fra Højskolesangbogen og smager på nogle af frisernes kulinariske specialiteter. I aften Tote Tante og Trümmertorte.

Fredag 08. august

Kl. 7.30 Morgenvandring eller en morgendukket i Flensborg Fjord.

Kl. 7.55 Vi synger flaget op

Kl. 8.00 Morgenmad i spisesalen

Kl. 9.00 **Fra Gelting Birk langs Østersøen til den idylliske fiskerby ved Slien, Maasholm**

Vi tager til Gelting Birk, som er et utroligt smukt landskab i Sydslesvig med udsigt udover 1920-grænsen til Danmark mod nord. Gelting Birk er et naturreservat ved Flensborg fjord, hvor der både findes højlandskvæg og polske vildheste. Vi cykler langs den smukke østersøkyst og kommer ned til den skønne gamle fiskerlandsby Maasholm ved Sliens udmunding, hvor der for nogle år siden blev filmet svømmende vildsvin. Her har der

altid været sejlad, siden vikingerne og fremmede købmand sejlede frem og tilbage til Hedeby i bunden af fjorden. Ca. 25 km. Husk pas.

Kl. 17.30 Øl- og vinsalg fra skolens kiosk

Kl. 18.00 **Festmiddag.** Vores 3 kokke forkæler os med en flot 3-retters menu. Aftenen går herefter over i Gæt en højskolesang og andet godt.

Lørdag 09. august

Ingen morgenvandring pga. afrejsedag

Kl. 07.55 Vi synger flaget op

Kl. 08.00 Morgenbuffet i spisesalen

Kl. 08.50 **Kort morgensamling og farvel i Foredragssalen.**

Vi samles, synger de sidste højskolesange og siger farvel.

Herefter afsked og afrejse, så man kan komme med bussen fra højskolen kl. 10.30 og med toget fra Gråsten Station kl. 11.00.

Vi forbeholder os ret til ændringer i programmet

Eksempel på værelse i Møllers Hus



Praktiske oplysninger

Tilmelding

Du tilmelder dig nemt på vores hjemmeside www.ronshoved.dk under "Korte kurser". Du kan vælge mellem at betale online eller at få en regning.

Tilmelding er bindende, hvilket betyder, at vi ikke kan refundere pengene ved afbud. Vi anbefaler derfor, at du tegner en afbestillingsforsikring ved f.eks. Europæiske Rejseforsikring.

Priser

Dobbeltværelse pr. person med bad på gangen:	5.695,-kr.
Enkeltværelse pr. person med bad på gangen:	6.895,-kr.
Dobbeltværelse pr. person med eget bad:	6.395,-kr.
Enkeltværelse pr. person med eget bad:	7.595,-kr.

Kontoret hjælper dig gerne med at finde en makker, så du for det første kan spare de penge som et enkeltværelse jo koster ekstra, men også for at du kan få muligheden for at lære en ny at kende.

Beløbet dækker kost & logi inkl. linned og håndklæder samt alle udflugter og programsatte punkter.

Rejsen til Rønshoved med offentlig transport

Vi ligger tæt på IC-linien. Der købes togbillet til Gråsten. Det tager 2½ time fra Århus og 3½ time fra København (med direkte tog hver 2. time). Fra Gråsten tager bussen (nr. 110) kun 15 min.

Vi kan også tilbyde at hente dig med vores bus i Gråsten med togankomst ca. kl. 15.10. Prisen vil være 50,-kr, som du betaler direkte til chaufføren i bussen. Det samme kan vi tilbyde på hjemrejsedagen med togafgang ca. kl. 09.50.



Rønshoved Højskole
Højskolen ved Flensborg Fjord