



Maritime højsommer- vandring

Idylliske øer og UNESCO Verdensnaturarv

12. – 18. juli 2026



Vi skal denne uge vandre langs de smukkeste maritime stier i grænselandet og ud på øer som det frodige Als, hvor naturstierne ligger lige ud til det maleriske Allsund. Hamburger Hallig og Sønke Nissen Kog i det friske Vadehav er også en perle med dens menneskeskabte diger og koger. Den høje himmel i Nationalpark Vadehavet – UNESCO Verdensnaturarv nord for grænsen er også et besøg værd. Vi vil vandre på den kvalitetsmærkede Ballum Sti, men også på Den Svorne Vej, hvor det nye Marsktårn bygget af det verdenskendte arkitektfirma BIG, naturligvis må besøges. Vi inviterer også til vandring i den landskabelige og kulturhistoriske perle Varnæs Hage – en kvalitetsmærket natursti, hvorfra vi vender hjem med varme kinder til højskoleforedrag, sang og musik. En særlig uge på gåben midt i højsommeren.

Vandreturene

- Menneskeskabte diger og koger i Naturpark Vadehavet, Unesco Verdensnaturarv – Hamburger Hallig og Sønke Nissen Kog, ca. 13 km.
- Det maleriske Allsund – fra de tidlige jernalderbeboere, over hertuger og herremænd til krigen i 1864 ca. 12 km.
- Nationalpark Vadehavet, UNESCO Verdensnaturarv – den Svorne Vej, den kvalitetsmærkede Ballumstien og det nye Marsktårn af Bjarke Ingels, ca. 11

km.

- Idylliske, maritime vandringer på Varnæs Hage. Kvalitetsmærket natursti – i en landskabelig og kulturhistorisk atmosfære, ca. 9 km.
- Maritime vandringer på Gendarmstien den europæiske kvalitetsmærke sti langs Flensborg Fjord – Gendarmstien ca. 6 km.

Foredrag og højskolelivet

- Dramatiseret aftensalon om Karen Blixens Aben fra De syv fantastiske fortællinger ved Anne Lilballe, skuespiller.
- Musikalsk aftensalon: Gershwins Rapsody in Blue med Jesper Kragh, højskolelærer og musikhistoriker.
- Kom tæt på vores natur gennem danske samtidskunstnere ved Julie Sophie Andersson, kunsthistoriker.
- Morgenvandring, flaghejsning, fællessang og morgensamlinger.

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 almendannende, 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 12. juli

Ankomst med tog til Gråsten Station. Herefter mulighed for transport til højskolen med vores egen bus kl.15.10.

(Se opdateret ankomsttidspunkt på dsb.dk)

Kl. 15-16.15 Ankomst og indkvartering, samt kaffe og lidt brød i skolens foyer.

Kl. 16.30 **Velkomst og rundvisning ved højskolelærerne. Vi mødes i foredragssalen.**

Gennemgang af de vigtigste punkter i programmet, 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 vores kiosk i foyeren

Kl. 18.15 Aftensmad i spisesalen. Denne første aften skal vi have Rønshoved Tapas. Vores 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 højskolelærer Søren Hviid Pedersen.**

Herefter kaffe og kage med opskrift fra det store sønderjyske kaffebord omkring pejsten i pejsestuen.

Mandag 13. juli

Kl. 07.15 Morgenbuffet i spisesalen

Kl. 07.55 Vi synger flaget op

Kl. 8.15 **Heldagstur til fastlandets menneskeskabte diger i Nationalpark Vadehavet, Unesco Verdensnaturarv, Hamburger Hallig og Sønke Nissen Kog.**

Vi skal i dag køre syd og så stik vest og opleve den smukke og unikke Vadehavsnatur, midt i Nationalpark Vadehavet. Det gør vi ved at besøge Hamburger Hallig. En halvø som strækker sig ca. 4 km ud i Vadehavet. Stedet hedder sådan, fordi det tidligere var en hallig - en uinddæmmet ø, som oversvømmes af tidevandet, når der er storm. I 1885 blev halligen dog forbundet med fastlandet via en lang dæmning. Hamburger Halligs vestkyst er i dag sikret med diger, og de indvundne saltenge på begge sider af dæmningen er i dag et værdifuldt naturreservat, hvor bl.a. den fredede fugl Rødtoppet Fuglekonge holder til. Frokosten tager vi på spidsen af halligen med flot udsigt

udover Vadehavet. Vi vandrer så mod fastlandet igen og går ind i det inddæmmede land - ind i Kogen som det hedder. En Kog, der er opkaldt efter frieseren Sønke Nissen, der efter at have tjent store penge på investeringer i diamantminerne i Tysk Sydvestafrika vendte tilbage og blev overtalt til at investere en del af sin kapital i landvinding. En kog, der har sit helt eget præg, fordi gårdene er opkaldt efter stationsbyer ved den sydvestafrikanske jernbane, som Sønke også havde været med til at anlægge (Elisabethbay, Keetmanhoop, Lüderitzbayt osv.). Vi går på diget, og ser disse gårde med meget store lader med grønne bliktag, der blev brugt til opsamling af livsvigtig regnvand. Turen i dag er på ca.12 km.

Kl. 18.00 Øl- og vinsalg fra skolens kiosk

Kl. 18.30 Aftensmad i spisesalen

Kl. 20.30 **Musikalsk aftensalon med det maritime som tema med Jesper Kragh, højskolelærer.**

En sangaften med sange fra Højskolesangbogen inspireret af det, der omgiver os - havet og vandet. Vi dykker ned i den store skattekasse af højskolesange.

Herefter kaffe og kage i pejsestuen og Folkvang samt på vores flotte udsigtsterrasse.

Tirsdag 14. juli

Kl. 7.30 Morgenvandring eller en svømmetur i Flensborg Fjord

Kl. 7.55 Vi synger flaget op

Kl. 8.00 Morgenbuffet i spisesalen

Kl. 09.00 **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 **Det maleriske Alssund - fra de tidlige jernalderbeboere, over hertuger og herremænd til krigen i 1864.**

Alssundstien løber langs det smukke Alssund fra Sottrupskov til Alsion. Ruten byder på en afvekslende tur langs kysten og går også gennem skove og små, hyggelige landsbyer.

Langs Alssundstien findes et rigt dyre- og fugleliv, ikke mindst i de mange levende hegn, som er et særkende for hele Slesvig.

Alssundvandringen er også en vandring i historiens fodspor, over hertuger og herremænd, til krigen i 1864. Vi har varm mad med til frokost. Dagens tur er på ca.10 km.

- Kl. 17.30 Øl og vinsalg fra højskolens kiosk
Kl. 18.00 Aftensmad i spisesalen
Kl. 19.30 **Dramatiseret aftensalon om Karen Blixens Aben fra De syv fantastiske fortællinger ved Anne Lilballe, skuespiller.**
Aben er en unik og fantastisk fortælling om frihed, personlig styrke og modet til at stå ved sig selv og se sig selv med nye øjne. I fortællingen Aben møder vi priorinden og hendes lille abe fra Zanzibar på Klosteret Seven kloster. Gennem priorindens ønske om at orkestrere fremtiden for sig selv igennem sin unge nevø, Boris, folder historien sig ud i flere dimensioner. En dramatisk Karen Blixen fortælling - dramatiseret i dag for os af skuespiller Anne Lilballe.
Herefter kaffe og kage i pejsestuen og Folkvang samt på vores nye udsigtsterrasse.

Onsdag 15. juli

- Kl. 7.30 Morgenvandring eller en svømmetur i Flensborg Fjord
Kl. 7.55 Vi synger flaget op
Kl. 8.00 Morgenmad i spisesalen
Kl. 09.00 **Foredrag: Om vores identitet. En fortælling om, hvor vi kommer fra, hvilke værdier vi tilslutter os, og fra hvem vi stammer ved højskolelærer Søren Hviid Pedersen.**
Gode historier er vigtige for os mennesker. For det første fortæller en god historie noget vigtigt og sandt om mennesket, den er opbyggelig og folkeoplysende. De græske og nordiske myter er billeder på menneskets evige kamp for livet imod døden. For det andet er vi mennesker selv en fortælling. Vores identitet er en fortælling om, hvor vi kommer fra, hvilke værdier vi tilslutter os, fra hvem vi stammer etc. Gode fortællinger er således fortællinger om menneskeheden, den store historie og om det enkelte menneske, den lille historie.
- Kl.11.00 Frokost i spisesalen
Kl.12.30 **Maritime vandringer på den europæiske kvalitetsmærkesti Gendarmstien langs Flensborg Fjord**
Vi går i dag direkte ud fra højskolen og følger den legendariske vandresti - Gendarmstien og hører om Gendarmernes liv, hører fuglesang, bølgenes skvulp og ser og hører om egnens historie lige fra historierne om munkene fra Ryd Kloster til Margrete 1. Eftermiddagsturen i dag er på ca. 9 km.
- Kl. 17.30 Øl- og vinsalg fra skolens kiosk
Kl. 18.00 Aftensmad i spisesalen

- Kl.19.30 **Musikalsk aftensalon: Gershwins Rapsody in Blue med Jesper Kragh, højskolelærer og musikhistoriker.**
Rhapsody in Blue: Lyden af den amerikanske smeltedigel. Den amerikanske komponist Gershwin har komponeret et af de værker, som er lyden af Amerika. Musikalsk set er det særligt, fordi den klassiske og rytmiske musik her møder hinanden i et stort, udfoldet værk.
Herefter kaffe og kage i pejsestuen og Folkvang samt på vores nye udsigtsterrasse.

Torsdag 16. juli

- Kl. 7.30 Morgenvandring eller en svømmetur i Flensborg Fjord
Kl. 7.55 Vi synger flaget op
Kl. 8.00 Morgenmad i spisesalen
Kl. 9.00 **Naturvandringer i Vestslesvig i Nationalpark Vadehavet, UNESCO Verdensnaturarv - Marskens nye vartegn, det menneskelige DNA-tårn bygget af det verdenskendte arkitektfirma BIG.**
Vi kører i dag stik vest og gør her klar til dagens første vandring i Ballum Enge. Vi går ad Den Svorne Vej midt under den høje himmel og mellem digerne, der i middelalderen har holdt stormfloderne fra menneskene, og hører under vores vandring historierne om den store mandedrukning, hvor 10.000 druknede og ikke mindst om det sagnbelagte Misthusum. Frokosten tager vi ved den nye attraktion ved Vadehavet - Marsktårnet - 25 meter højt og spiralformet som det menneskelige DNA. Fra toppen oplever vi en fantastisk udsigt over Marsken, Vadehavet og Rømø. Marsktårnet er et resultat af lokale kræfter, der har tænkt stort. De har fået den verdenskendte tegnestue BIG til at tegne dette enestående bygningsværk, hvor danskeren Bjarke Ingels står bag. Slutningen på denne herlige dag slutter i Vesterende Ballum, hvor vi gør holdt ved kirken og hører om Sorg-Agre sagnet kendt fra Karen Blixens Sorg Agre, og går en skøn tur på digerne. Turen vil i dag være på ca.11 km.
- Kl. 17.30 Øl- og vinsalg fra skolens kiosk
Kl. 18.00 Aftensmad i spisesalen
Kl. 19.30 **Aftenforedrag - Kom tæt på vores natur gennem danske samtidskunstnere ved Julie Sophie Andersson, kunsthistoriker.**
Kunst kan få os til at holde af naturen og kan bruges til at

skabe en relation til naturen, også uden at blive aktivistisk eller skræmmende. Kunst kan også formidle forskellige synsvinkler af videnskabelig art, og kan fremhæve skønheden i naturen. Rune Bosse og Signe Klejs er to danske kunstnere, der bruger meget forskellige formater, både indendørs i udstillingsrummet og udendørs i landskabet. Hver især ser de næsten usynlige processer og sætter dem i fokus. Fokusset er på den forandring, der sker omkring os, uden at vi nødvendigvis bider mærke i det til hverdag. Rune Bosse er specielt nysgerrig på naturen som format og materiale. Han bruger planter og deres cyklus i sine værker. Vi vil i foredraget høre om spændende danske samtidskunstnere, der tilbyder forskellige synsvinkler på alt det, der sker omkring os.

Fredag 17. juli

- Kl. 7.30 Morgenvandring eller en svømmetur i Flensborg Fjord
- Kl. 7.55 Vi synger flaget op
- Kl. 8.00 Morgenmad i spisesalen
- Kl. 9.00 Morgensamling i foredragssalen
- Kl. 10.00 **Idylliske, maritime vandringer på Varnæs Hage. Kvalitetsmærket natursti - i en landskabelig og kulturhistorisk atmosfære.**
Vi skal i dag gå i morænelandskabet, en landskabelig og kulturhistorisk perle ved Varnæs Hage, hvor stien her netop er blevet kvalitetsmærket. Vi går langs skovsøer, istidsbakker og fantastiske udsigtspunkter med blik over det smukke Alssund, hvorfra vi kan se indsejlingen til Dyvig, Augustenborg Fjord og Aabenraa Fjord. Inspirationen til mange af den verdenskendte guldaldermaler Eckersbergs malerier er taget fra dette smukke landskab, som vi går i idag. En flot dag på gåben, hvor vi har varm mad og kaffen med derude. Ca. 9 km.
- Kl. 17.30 Øl- og vinsalg fra skolens kiosk
- Kl. 18.00 **Festmiddag.** Vores kokke forkæler os med en flot 3-retters menu. Aftenen går herefter over i Gæt en højskolesang og andet godt.

Lørdag 18. juli

Kl. 07.55 Vi synger flaget op

Kl. 08.00 Morgenbuffet i spisesalen

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

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 ca. kl. 11.00. Se dsb.dk for opdateret afgangstid.

Vi forbeholder os ret til ændringer i programmet.



Eksempel på et 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:	5.995,-kr.
Dobbeltværelse pr. person med eget bad:	6.695,-kr.
Enkeltværelse pr. person med bad på gangen:	7.195,-kr.
Enkeltværelse pr. person med eget bad:	7.895,-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 kl.15.10. Prisen vil være 50,-kr., som du betaler direkte til chaufføren i bussen. Det samme kan vi tilbyde på hjemrejsen med togafgang ca. kl.11.00. (Se dsb.dk for at se opdateret togankomst/togafgang).



Rønshoved Højskole
Højskolen ved Flensborg Fjord