



Vandringer til bølgeskvulp

Fortryllende og charmerende
vandveje på gåben

26. juli – 1. august 2026



Fortryllende vandringer på den frisiske øperle, Amrum, UNESCO Verdensnaturarv venter på dit besøg. En unik vandring med uberørt natur, charme og atmosfære i det tyske Vadehav. En anden udvalgt tur er vandringer til bølgeskulp på Skovsende og halvøen Holnæs på den anden side af Flensborg Fjord, dvs. på den tyske side. Maritime vandringer på Nordals – langs det naturskønne Mjels og Dyvig Fjord samt charmerende vandringer på Varnæs Hage skal også opleves – en idyllisk kvalitetsmærket natursti - i en landskabelig og kulturhistorisk atmosfære. Alt i alt en særlig uge, hvor vi kommer sol- og vindblæste tilbage til højskolen, hvor musikalske forkælelser, foredrag om Olafur Eliassons storslåede kunst og masser af højskolesang venter os. Velkommen til en vandringsuge med eventyrlige vandringer, 7-13 km om dagen.

Vandreturene

- Maritime vandringer på Nordals – langs det naturskønne Mjels og Dyvig Fjord og langs Nørreskovens strande ved Lillebælt, ca. 12 km.
- Maritime vandringer langs den maleriske Flensborg Fjord – Skovsende og Holnæs, ca. 13 km.
- Vandringer på den legendariske Gendarmsti – fra Teglværker til Munkevæsen, ca. 9 km.
- Fortryllende vandringer på den frisiske øperle, Amrum i det tyske Vadehav, UNESCO Verdensnaturarv, ca. 7 km.
- Eventyrlige vandringer i Gelting Birk, Flensborg Yderfjord med udsigt mod Ærø, ca. 12 km.

Foredrag og højskolelivet

- Den russiske komponist Glinka og den russiske musiks kamp mellem øst og vest ved Jesper Kragh, højskolelærer.
- Om Olafur Eliassons storslåede kunst ved Nynne Sanderbo Martinusen, kunsthistoriker.
- Frisisk salon omkring ildstedet i pejsestuen.
- Hertil kommer udfordrende morgensamlinger, flaghejsning, morgenvandring og masser af højskolesang.

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 almindelige, 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 26. 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. 15-16.25 Ankomst og indkvartering, samt kaffe og lidt brød i skolens foyer.

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 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 forstander Thue Kjærhus i foredragssalen.**

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

Mandag 27. juli

Kl. 07.30 Morgenvandring eller frisk svømmetur i Flensborg Fjord.

Kl. 07.55 Vi synger flaget op

Kl. 08.00 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 **Maritime vandringer på Nordals - langs det naturskønne Mjels og Dyvig Fjord og langs Nørreskovens strande ved Lillebælt.**

Vi kører i dag mod øst - til det frodige Als. Vi tager den dejligste lille færgetur over Allsund. Vi bliver sat af bussen i landsbyen Mjels, hvor vi går hen over Æ Gavl. En tur midt i det frodige fuglereservat med udsigt over Mjels Vig. Frokosten tager vi i den idylliske fiskerby Dyvig. Over middag bliver vi kørt ned til Nørreskoven, som er en af Danmarks længste kystskove. Skoven er især berømt for sine høje, ranke bøge og mange

fortidsminder. Vi hører om maleren Emil Nolde, der har haft sommerhus her og har malet i disse flotte kulisser. Selve vandringen går fra Tårnby strand over Fjordmosen, hvor vi går omkap med engplanter på strandvolden ud mod Lillebælt bygget af havet. I det brogede landskab er der enge med sumpe og vandhuller. Her lever den grønne løvfrø. Vi tager et stop ved Havrekobbel med brudgomsegene - gamle egetræer, som unge mænd fra egnen i 1700-tallet skulle plante, før de fik lov at gifte sig. Vandringen slutter i Fynshav, hvor færgeren er den livsnødvendige livline mod Fyn. Turen i dag er på ca. 12 km.

Kl. 17.30

Vin- og ølsalg fra skolens kiosk i foyeren.

Kl. 18.00

Aftensmad i spisesalen

Kl. 20.00

Fællessang med viceforstander Nina Kjærhus og højskolelærer Jesper Kragh.

Efter en lang dag ude under den høje himmel, skal vi i aften samles omkring de bedste sommersange fra Højskolesangbogen.

Herefter kaffe og kage med opskrift fra Det Sønderjyske Kaffebord i pejsestuen, Folkvang samt på vores nye udsigtsterrasse.

Tirsdag 28. juli

Kl. 07.30

Morgenvandring eller frisk svømmetur i Flensborg Fjord.

Kl. 07.55

Vi synger flaget op

Kl. 08.00

Morgenbuffet i spisesalen

Kl. 09.00

Vandringer langs den maleriske Flensborg Fjord - Skovsende og Holnæs.

Vi skal i dag på en malerisk, maritimvandring langs Flensborg Fjord. Vi kører i dag over på den tyske side af Flensborg Fjord. Her er flade strande, kystskrænter, småskove, enge og dyrkede arealer. Her er selvsagt utallige muligheder for oplevelser. Vi lægger ud i kongebyen Lyksborg (Glückburg på tysk), hvor vi har den flotteste udsigt over mod landskaberne i Danmark. På vej ud til kysten kommer vi forbi den danske kirke i Lyksborg, som blev indviet i 1954. Vi stopper op i den lille fiskerby Skovsende, hvor vi tager frokosten. Herefter går vi videre gennem naturreservatet mod Holnæs, som under Treårskrigen 1848-50 blev brugt som militærbase af danskerne for at komme bagom de prøjsiske tropper. En dejlig uge slutter med udsigt over mod Egernsund og Broagerland. Husk pas. Turen i dag er

på ca. 13 km.

Kl. 17.30 Vin- og ølsalg fra skolens kiosk i foyeren.

Kl. 18.00 Aftensmad i spisesalen

Kl. 19.30 **Foredrag om Olafur Eliassons storslåede kunst ved Nynne Sanderbo Martinusen, kunsthistoriker.**

Olafur Eliasson er en af de mest betydningsfulde kunstnere i moderne skandinavisk kunst. Hans kunst findes over hele verden - og også her i vores egn, ikke mindst i Sønderborg. Hvordan kan kunsten være nøglen til at forstå os selv? Olafur Eliasson har i 30 år arbejdet med naturen og sanserne i sin ofte storslåede kunst for at undersøge netop dette spørgsmål. Herefter kaffe og kage i pejsestuen og Folkvang samt på vores nye udsigtsterrasse.

Onsdag 29. juli

Kl. 07.30 Morgenvandring eller frisk svømmetur i Flensborg Fjord.

Kl. 07.55 Vi synger flaget op

Kl. 08.00 Morgenbuffet i spisesalen

Kl. 09.00 Morgensamling i foredragssalen

Kl. 10.00 **Den russiske komponist Glinka og den russiske musiks kamp mellem øst og vest ved Jesper Kragh, højskolelærer.**

Russiske komponister, tænkere og kunstnere har ofte haft et tvetydigt forhold til Vesten. I perioder følte man, at det var nødvendigt at efterligne Vesten for kulturelt at komme på højde med den italienske, franske og tyske kunst. Andre advarede om, at den vestlige fristelse ville udvande Ruslands egen identitet og tradition. Mikhail Glinka, den første store russiske komponist, stod midt i denne konflikt. Med sine værker – der spænder fra det sentimentale, absurdistiske og festlige – ville han grundlægge den nationale, russiske musik. Men paradoksalt gjorde han det ved at efterligne italiensk opera og tysk tonekunst. I foredraget skal vi fornøjes over at lytte til festouverturen til trylleoperaen Ruslan og Ludmilla. Vi dykker ned i den indre strid, der har præget russisk musik, og hvordan Glinka blev en nøglefigur i denne kulturelle dialektik.

Kl. 12.00 Middag i spisesalen

Kl. 13.00 **Vandringer på den legendariske Gendarmsti - fra Teglværker til Munkevæsen.**

Vi tager denne eftermiddag en udsøgt vandring på den

legendariske vandresti - Gendarmstien. Det er ingen overdrivelse at hævde, at Gendarmstien fra Padborg til Høruphav på Als langs den betagende Flensborg Fjord hører til blandt de smukkeste vandreruter, vi har i Danmark. Den er i 2017 endda kommet på den særlige liste over europæiske kvalitetsstier - indtil videre den eneste i Danmark. Stien er en gammel grænsebevogtningssti, hvor det nu historiske Gendarmkorps bevogtede den dansk-tyske grænse fra 1920. Vi hører om Gendarmernes liv, hører fuglesang, bølgernes skvulp og ser og hører om egnens historie lige fra historierne om munkene fra Ryd Kloster til Margrethe den 1, ca. 9 km.

Kl. 17.30 Vin- og ølsalg fra skolens kiosk i foyeren.

Kl. 18.00 Aftensmad i spisesalen

Kl. 20.00 **Frisisk salon i Gimle.**

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.

Torsdag 30. juli

Ingen morgenvandring

Kl. 06.00 Morgenmad i spisesalen

Kl. 07.30 Morgenmad i spisesalen

Kl. 08.30 **Fortryllende vandringer på den frisiske ø Amrum i det tyske Vadehav, UNESCO Verdensnaturarv.**

Vi kører i dag afsted til frisernes land - landet helt mod vest, og sejler fra færgelejet Dagebøl til den frisiske ø Vitdyn, som er hovedstaden på vadehavsoen Amrum. Undervejs på færgen nyder vi den flotte sejltur, hvor vi ved selvsyn kan se Vadehavets store spisekammer med sæler og et utal af fugle. Man kan skue langt herude. Det er fladt, men hist og her titter varfterne – disse menneskeskabte 'forhøjninger', hvor folk bor højt for at undgå oversvømmelserne – frem som store bakker i landskabet. På Amrum vil vi indånde atmosfæren på øen, og høre om øens lange også danske historie. Vi vil vandre gennem den maleriske hovedby Vitdyn og videre gennem de smukke klitter, ned til den kilometerbrede sandstrand med udsigt til både Nordsøen og Vadehav. En tur på i alt ca. 7 km. Husk pas.

- Kl. 18.00 Vin- og ølsalg fra skolens kiosk i foyeren.
Kl. 19.00 **Aftensmad i spisesalen**
Herefter hygge med kaffe og kage omkring ildstedet i pejsestuen, eller på vores terrasse i parken med udsigt over Flensborg Fjord.

Fredag 31. juli

- Kl. 07.30 Morgenvandring eller frisk svømmetur i Flensborg Fjord.
Kl. 07.55 Vi synger flaget op
Kl. 08.00 Morgenbuffet i spisesalen
Kl. 09.00 **Eventyrlige vandringer i Gelting Birk i Flensborg Yderfjord med udsigt til Danmark, Ærø.**
Vi skal i dag vandre på den anden side af Flensborg Fjord - i yderfjorden. Det er et utrolig smukt område, som ikke mange kender, kaldet Gelting Birk. Man siger om området, "at hvis man er snedig, bliver man i tidens løb ikke kun ældre, men også bedre ligesom Gelting Birk. Denne landtange på den nordøstligste spids af Angel har allerede været fredet siden 1934 og har i tidernes løb forvandlet sig til et eventyrlandskab. Det består af sivområder, saltvandsenge, spøgelseskove, laguner, enge og fortryllende strande. Vi kommer til at møde vilde polske heste på de store engarealer, Charlotte Mølle og en fantastisk udsigt over mod Danmark, Ærø. En herlig uge på gåben er ved at tage sin ende, ca. 12 km. Husk pas.
- Kl. 17.30 Vin- og ølsalg fra skolens kiosk i foyeren.
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 1. august

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 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