

Välkommen att delta i en resa till Barcelona och Montserrat i Katalonien!

11 - 18 september 2016



**En resa fylld av dansglädje i
Helande cirkeldanser, natur
och kulturupplevelser
inspiration och gemenskap.**

Vi möts i Barcelona där vi tillbringar de första tre dygnet av vår gemensamma resa. Barcelona är en spännande stad mellan berg och hav, där finns mycket att se och uppleva, bl. a besöker vi Antoni Gaudis mycket speciella kyrka La Sagrada Familia. På den tredje dagen åker vi med buss till den lilla byn Collbató intill berget Montserrat. Collbató har en lugn och fridfull atmosfär där man kan känna kraften från berget. Där bor vi under resten av veckan. Vi dansar några timmar om dagen och njuter av natur och stillhet. En dag vandrar vi upp till klostret Santa Maria de Montserrat med den Svarta Madonnan. Vill man inte vandra finns möjlighet att åka taxi eller minibuss dit. Förhoppningsvis dansar vi framför kyrkan och någon stillsam dans på toppen med den underbara utsikten.

I Barcelona bor vi på Casa Sant Felip Neri som ägs av katolska nunnor, de är inspirerade av en kristen kontemplativ tradition. Varje morgon kl 7 måndag till fredag erbjuds man att delta i Zen-meditation i deras meditationsrum. Vår första förmiddag dansar vi cirkeldans i nunnornas stora sal innan vi beger oss ut i staden. Nästa dag tillbringar vi hela dagen på valfria utflykter i Barcelona. Här är en länk till Casa Sant Filip Neris hemsida:

<http://casaespiritualitatsfneri.com/allotjament/>

I Collbató bor vi på ett mysigt litet hotell; Hostal Can Missé www.canmisse.com

Kursledare: Marie-Louise von Malmberg med mångårig erfarenhet som dansledare och kursledare.

Medarrangör: Axel Martinell, ursprungligen från Barcelona, numera bosatt i Sverige.

Kostnad för kurs och researrangemang: 3000 kr (transfer till Collbató ingår).

Kostnad för ett guidat besök i Sagrada Familia är ca 200-250 kr under förutsättning att vi är många. Detta behöver bokas och betalas i förväg.

Kostnad för boende på Sant Felip Neri är 30€ per dygn i enkelrum med dusch och toa i korridor. Frukost ingår. Det finns endast tre enkelrum med dusch o toa på rummet dessa kostar 39€ per dygn. Dubbelrummen är obetydligt billigare och har olika standard som ovan.

Kostnaden för boende på Hostal Can Missé i Collbató är 51,70€ per dygn för enkelrum inkl. frukost och 75€ per dygn för dubbelrum inkl. frukost. Dusch och toalett ingår i alla rum.

Kostnad för mat tillkommer. På ankomstdagen på söndagen äter vi en gemensam måltid på Casa Sant Felip Neri, den kostar 11€. Andra måltider äter vi ute. I Collbató äter vi antingen på hotellet eller i en annan restaurang.

Flygresa bokar och betalar var och en. Kostnaden kan variera mellan ca 1500-2500 kr t o r. Alla bör vara på plats på gästhemmet innan kvällen ankomstdagen.

Anmälan: lotta.bernberg@sensus.se 036-309880 eller

Marie-Louise mlm@helanderorelse.se 076-8483911 (även för frågor).

Anm. avgift 1000 kr betalas så snart Sensus skickat ut avi efter anmälan. Anmälan bör göras så snart som möjligt, men i mån av plats senast 10 juni 2016. Begränsat deltagarantal!

Resterande kursavgift; 2000 kr, samt 20% respektive 40% av boendekostnaderna betalas senast 23 juni 2016.

Obs! att anmälningsavgiften inte är återbetalningsbar och vid avanmälan efter 23 juni betalas resterande avgift tillbaka endast vid uppvisande av ett läkarintyg.



sensus

