



31. august – 06. september 2025

Vandre- kursus

Tag med på vandring i
skønne landskaber – ved
Lillebælt, på Fanø, Randbøl
Hede, Holme Å og ved de
helt specielle klimper



ASKOV HØJSKOLE

Program

Nyd en sensommeruge med vandring i smukke landskaber og oplev naturen med alle sanser. Vi udnytter Askov Højskoles beliggenhed og når derfor både ud til det kuperede terræn ved Østkysten, når vi tager til Lillebælt og Skamlingsbanken – og mod vest, når vi vandrer en dag på Fanø og ved Holme Å. Vi kører nordpå til den vidstrakte Randbøl Hede og de mystiske syvårssøer, og vi kører mod syd for at se de geologiske sjældenheder kaldet klimperne.

På alle ture har vi dygtige fagfolk til at guide os og give os indblik i, hvad vi møder undervejs – de fortæller om historien, kulturen og naturen.

Vi går cirka 10 kilometer i alt hver dag fordelt på formiddag og eftermiddag, og kursuslederne Lene Kersting og Mona Østerlund er med på alle ture.

TIDSOVERSIGT	BESKRIVELSE
SØNDAG DEN 31. AUGUST	
15.00	Ankomst og indkvartering. Kaffe i spisesalen
17.00	Rundvisning på højskolen ved kursuslederne
18.15	Middag i spisesalen
19.00	Velkomst til Askov Højskole og fællessang ved komponist og højskolelærer Kristian la Cour. Kursuslederne fortæller om ugens forløb.
	

MANDAG DEN 01. SEPTEMBER

07.45 – 08.15	Morgenmad og madpakkesmøring
08.30 – 09.00	Morgensamling i foredragssalen
09.30	Vi lægger ud med Randbøl Hede og de mystiske syvårssøer i Frederikshåb Plantage. Her har vi kulturhistoriker Gert Hougaard Rasmussen fra Naturstyrelsen som vores kyndige guide. Han vil undervejs på turen vise os en række spor fra Anden Verdenskrig; lede os forbi et forladt skovløberhus og fortælle om områdets forunderlige geologi og plantagehistorie. Om eftermiddagen skal vi vandre i det åbne og vidtstrakte landskab på Randbøl Hede. Også her er der masser af historie og historier undervejs langs ruten. Om hedelandskabets natur og drift, hedebønderne og de forskellige kulturspor vi møder på heden: gravhøje, Vorbasse Studevej, Mergelsporet, flyverskjul og sprængkratere fra Anden Verdenskrig og resterne af en gammel hedegård.

18.15	Aftensmad i spisesalen
19.30	Sangaften med komponist og musiker Kristian la Cour. Vi synger fra Højskolesangbogen – både de kendte og elskede sange og lærer nogle nye, som måske kan blive til yndlingsange.
	

TIRSDAG DEN 02. SEPTEMBER

07.45 – 08.15	Morgenmad og madpakkesmøring
08.30 – 09.00	Morgensamling i foredragssalen
09.30	<p>Dagens vandring foregår på Fanø. Med naturvejleder og kunstner Marco Brodde som guide skal vi først vandre rundt om øens sydspids, Hønen, hvor alle Vadehavets landskaber mødes. Vi kommer også gennem hyggelige Sønderho.</p> <p>Om eftermiddagen kører vi med bussen lidt nordpå på øen og skal nu opleve et landskab, hvor der bliver arbejdet med at sikre biodiversitet. Måske er vi heldige at finde den sjældne klokkeensian, som er vært for en truet sommerfugleart. Vi kommer desuden forbi den gamle fuglekøje, som fortæller historien om, hvordan mennesker langs vadehavskysten i tidligere tider fangede ænder.</p>
18.15	Aftensmad i spisesalen
19.30	Yoga og udstrækning af ømme led ved yogainstruktør Pia Dall-Hansen. Efter et par vandredage gør det godt at få strakt fødder og ben. Alle kan være med – uanset, om man er vant til yoga eller aldrig har prøvet det før.
	

ONSDAG DEN 03. SEPTEMBER

07.45 – 08.15	Morgenmad og madpakkesmøring
08.30 – 09.00	Morgensamling i foredragssalen
09.30	Med landskabsarkitekt Louise Langschwager som guide vandrer vi langs Holme Å ved Varde. I 100 år var åens vand ført ind i snorlige kanaler for at give strøm til Karlsgårdeværket, men i dag har åen fået sine naturlige slyngninger tilbage. Undervejs hører vi om natur, landskab, historie og dyreliv.

18.15	Aftensmad i spisesalen
19.30	Hyggelig aften i det kreative hjørne, hvor Lene Kersting vil instruere os i at bruge akvarelfarve på tube til at skabe små billeder af sommerfugle. Alle kan være med – også selv om du ikke har tegnet eller malet, siden du var barn.
	

TORSDAG DEN 04. SEPTEMBER

07.45 – 08.15	Morgenmad og madpakkesmøring
08.30 – 09.00	Morgensamling i foredragssalen
09.30	<p>Vi kører lidt sydpå med bussen for at nå dagens vandreområde, som er Stensbæk Plantage.</p> <p>Her skal vi opleve de geologiske perler – klimperne - der pryder landskabet. Vi kommer rundt i hele området og kan tage alle de 11 unikke klimper i øjesyn. De er et naturfænomen, som man først har fået øjnene op for i de senere år, og tidligere skovfoged Jens Hjerrild Hansen vil fortælle os om det helt særegne område.</p> <p>Turen byder herudover på mange spændende, fugle, insekter og blomster, som vi også får tid til at se nærmere på.</p>
18.15	Middag i spisesalen
19.30	<p>Caféaften, hvor vi kan hvile benene og i stedet tale om nogle af de gode vandreoplevelser og måske dele erfaringer og tips med hinanden.</p> <p>Måske bliver der også plads til en decideret 'vandrehistorie' eller to.</p>



FREDAG DEN 5. SEPTEMBER

07.45 – 08.15	Morgenmad og madpakkesmøring
08.30-09.00	Morgensamling i foredragssalen

09.30

Denne dag går turen østpå, for vi skal vandre langs Lillebælt sammen med naturvejleder Jørn Chemnitz. Vi kører med bussen til Skibelund og hører om Solkær Enge, der er et genoprettet naturområde. Her er et rigt fugleliv, og måske vender havørnen en tur ind over os, mens vi går.

Vi går videre langs kysten og forbi et gammelt sommerhusområde, hvor ejerne har taget drastiske forholdsregler for at undgå oversvømmelser.

På den sidste del af turen forlader vi vandkanten og bevæger os ad stier og gennem skov op mod landsdelens højeste punkt, Skamlingsbanken, der er 113 meter over havet. Herfra er der en fantastisk udsigt ud over Lillebælt, småøer og Fyn.

18.30

Afslutningsmiddag i spisesalen



LØRDAG DEN 06. SEPTEMBER

08.00 – 09.00

Morgenmad – derefter afrejse

Ud over måltider serveres der formiddags-, eftermiddags- og aftenkaffe hver dag.

Ret til ændringer forbeholdes.

Kursusledere



LENE KERSTING er kursusleder og højskolelærer. Uddannet keramisk designer.



MONA ØSTERLUND er kursusleder og kommunikationsmedarbejder. Uddannet journalist.



Information

KURSUS	Vandring langs Hærvejen
DATO	31. august – 06. september
STED	Askov Højskole
PRIS	5.700 kr. Prisen er inkl. ophold, undervisning, foredrag og ture, sengetøj, linned og håndklæder. Mulighed for enkelt-/dobbeltværelse med eget bad/toilet mod tillæg.
PROGRAM	Detaljeret program findes ligeledes under "KORTE KURSER" på www.askov-hojskole.dk
MEDBRING	Dagtursrygsæk Drikkedunk eller vandflaske Termokop eller bæger (vi har kaffe/te med på turene). Evt. madkasse Evt. badetøj
KURSUS-LEDERE	Højskolelærerne Lene Kersting og Mona Østerlund

Du ventes til Askov Højskole søndag den 31. august mellem kl. 15-17.

Alle intercitytog standser i Vejen, hvorfra der er 3 km til højskolen. Der er mulighed for at blive hentet på stationen kl. 15.15 – se tilmelding. Vi henviser i øvrigt til taxaselskabet VTS på telefon 74 54 28 70.

Pris for ophold, undervisning, foredrag og ture:

- 5.700 kr.: enkeltværelse med håndvask
- 6.750 kr.: enkeltværelse med bad/toilet
- 6.250 kr.: dobbeltværelse med bad/toilet.

Når vi har modtaget din tilmelding – og hvis der er plads på kurset – betaler du et indmeldelsesgebyr på 500 kr. (Det er et administrationsgebyr, som ikke tilbagebetales, hvis du senere melder afbud).

Herefter får du en bekræftelse og en opkrævning på restbeløbet, som du skal betale senest tre uger før kursusstart. Melder du fra mindre end 3 uger før kursusstart, refunderer vi ikke din betaling.

Du kan tegne afbestillingsforsikring igennem Europæiske Rejseforsikring. Forsikringen koster 7% af kursets pris. Du skal tegne forsikringen senest to dage efter, at du har modtaget en mail med bekræftelse på dit kursusophold. Europæiske Rejseforsikring kan træffes på tlf. 3325 2525.

Kurset slutter lørdag den 06. september efter morgenmad (kl. 08.00 – 09.00). Afgang med taxi/bus kl. 09.20 fra højskolen til Vejen Station.



Tilmelding

KURSUS

DATO

NAVN

ADRESSE

POSTNR./BY

TLF.NR.

CPR.NR.

E-MAIL

KOMMUNE

Enkeltværelse med håndvask kr. 5.700,-

Enkeltværelse med bad/toilet kr. 6.750

Dobbeltværelse med bad/toilet kr. 6.250,-

Ønsker at bo på dobbeltværelse med:

Vegetar

Ønsker at tilmelde nyhedsbrev

Ønsker afhentning på stationen – Kun kl. 15:15

DATO

UNDERSKRIFT

Tilmelding pr. brev sendes til: Askov Højskole – Maltvej 1, Askov – 6600 Vejen.



Tilmeld dig digitalt – det er nemt og du sparer samtidig porto

Klik ind på: <https://askov-hojskole.dk/ugekurser/>




KURSUSKALENDER

Efterår
2025






AUGUST

Uge 32	04.08.25 – 08.08.25	 Sommerhøjskole
Uge 35	24.08.25 – 30.08.25	 Bridge på Askov

SEPTEMBER

Uge 36	31.08.25 – 06.09.25	 Vandrekursus
Uge 38	14.09.25 - 20.09.25	 Fugle i naturen
Uge 39	21.09.25 – 27.09.25	 Sundhedens biologi

OKTOBER

Uge 41	05.10.25 – 11.10.25	 Kunst-Litteratur-Historie
Uge 42	12.10.25 - 18.10.25	 Hold hjernen skarp
Uge 43	19.10.25 – 25.10.25	 Efter arbejdslivet
Uge 43	25.10.25 – 26.10.25	 Efterårsmødet
Uge 44	26.10.25 – 01.11.25	 Humor og livsglæde

NOVEMBER

Uge 45	02.11.25 – 08.11.25	 Kreativ på Askov
Uge 46	09.11.25 – 15.11.25	 Skriv din Livshistorie
Uge 47	16.11.25 – 22.11.25	 Musik på Tværs