

Musik, musik, musik



12052025

HOLD 30 | 16.-29.11. 2025 | Kursusleder: Peter Søvad

På dette kursus giver musikken genlyd i det gamle badehotel.

Du skal vælge mellem fem forskellige fag:

Sang dagen lang

Vi synger gode, gamle travere, nyere klassikere fra det 20. århundrede og helt nye sange, alt sammen fra den nyeste udgave af Højskolesangbogen, og indimellem kaster vi os ud i flerstemmige korarrangementer. I alt forventer vi at synge 150 forskellige sange. Lærer: Thomas Bjerre (Musiklokalet)

It's all about jazz

Vi gennemgår jazzens historie og udvikling fra slutningen af det 19. århundrede til starten af det 21. - med fokus på jazzens oprindelsesland: USA. Undervejs møder vi nogle af genrens største skikkelser. Lærere: Peter Søvad (Litteraturlokalet)

Jazz og folk-sammenspil

Vi skal spille både jazz og folk alt efter deltagernes ønsker, og vi sørger for at tilpasse ambitionsniveauet til dine og de andre deltageres evner. Vi arbejder med begreber som dynamik, swing, klangflader, og hvordan man underbygger fortællingen og stemningen i sangen. Lærer: Mikkel Thomas (Gul sal)

Musik og bevægelse

Her får du to uger med masser af dans, gymnastik, qi gong og fællesskab omkring sang og bevægelse. Vi har fokus på at bevæge os og have det sjovt og kommer samtidig i bedre form. Lærer: Tine Laulund m.fl. (Koncerthuset)

Fra Bach til Brahms: Klassisk musik for alle

Vi dykker ned i musikhistoriens perioder og de vigtigste stiltræk, komponister og musikformer. Du bliver introduceret til symfoniorkestrets instrumenter og særlige karakteristika, centrale musikalske begreber og til nogle af de store navne blandt musikere, orkestre og dirigenter. Lærer Simon Vikstrøm (IT-lokalet)

FASTE TIDSPUNKTER PÅ HVERDAGENE

Kl. 7.30-8.00	Gotvedgymnastik i Koncerthuset (KH)
Kl. 8.00-9.00	Morgenbuffet i spisesalen (SS)
Kl. 9.00-9.45	Morgensamling (KH)
Kl. 12.15	Middag (SS)
Kl. 15.00	Kaffe og kage i spisesalen (SS)
Kl. 18.00	Aftensmad (SS)
Fra kl. 20.00	Aftenkaffe og kage i dagligstuen (DS)



SØNDAG D. 16. NOVEMBER

- 14.30-16.30** **Ankomst og modtagelse**
ved Jesper Bertelsen og Malene Bjerre
- 15.00-16.30** **Kaffe i dagligstuen**
- 16.30-17.15** **Orientering om højskolen og undervisningen**
ved Peter Søvad og Jesper Bertelsen
- 19.30** **Efteråret i Højskolesangbogen**
Nogle af de dejligste sange i Højskolesangbogen er efterårets sange. Vi synger dem med Peter Søvad (KH)



9.00-9.45 **Morgensamling** med Malene Bjerre + skolens lærere

10.00-12.00 **Sang dagen lang:** Intro og opvarmning. De første sange og den fælles lyd

It's all about jazz: Introduktion. Improvisations- vs. kompositionsmusik. Jazzens rødder

Rytmask sammenspil: Fordeling af sammenspilsgrupper + jamsession

Musik og bevægelse: Introduktion til Gotvedgymnastik + blandet dans med Tine Laulund

Klassisk musik: Barokmusikken og dens kendetegn

14.00-15.00 **Kursusforløb, fortsat**

15.30-17.15 **Åbent værksted** med Ginalina Gendy + frivillige

Mulighed for jam

19.30 **Koncert med Far & søn**

Faren er vores lærer og troubadour Mikkell Thomas. Sammen med sin søn Adrian har han skrevet over 30 sange, som de deler med os (KH)

TIRSDAG D. 18. NOVEMBER

9.00-9.45 **Morgensamling** med Mikkel Thomas

10.00-12.00 **Sang dagen lang:** Højskolesangbogens opbygning og historie. Deltagernes egne favoritter

It's all about jazz: Tidlig jazz

Rytmisk sammenspil: Dagens benspænd i grupperne + fortsat arbejde

Musik og bevægelse: Qi Gong med Ulla Kronel

Klassisk musik: Wienerklassikken og dens mestre

14.00-15.00 **Kursusforløb,** fortsat

Mulighed for jam

15.30-16.30 **Syng med Carl Nielsen I.** Vi skal høre historien om Carl Nielsen liv og synge nogle af hans fantastiske sange fra Højskolesangbogen. Med Peter Søvad

19.30

Cabaret: ÆldreSange

Refugiegæsten på hold 30, Niels Borup, optræder sammen med skuespillerne Niels Vandrefalk og Anne-Dorte Hejlskov med cabareten Ældresange, en hyldest til det, der er den bedste alder for mange af os. Gæster udefra (KH)



ONSDAG D. 19. NOVEMBER

9.00-9.45 **Morgensamling** med Peter Søvad

10.00-12.00 **Sang dagen lang:** Tidsåndens sange. Før og nu

It's all about jazz: Louis Armstrong

Rytmask sammenspil: Dagens benspænd i grupperne

Musik og bevægelse: Gotved og elastikker med Tine Laulund (evt. Gong med Dorte eftermiddag)

Klassisk musik: Berømte værker fra romantikken

14.00-15.00 **Gåtur** med Simon Vikstrøm

Mulighed for jam

16.00 **Duge, lys og servietter** lægges frem i spisesalen til festmiddagen. Alle er med til at pynte deres eget bord.

18.00 **Festmiddag** med underholdning af Mikkel Thomas, Peter Søvad og Simon Vikstrøm. Vi begynder i Koncerthuset med en velkomstdrink og fotografering af gruppen



Aftenvagt: Peter Søvad og Simon Vikstrøm

TORSDAG D. 20. NOVEMBER

- 9.00-9.45** **Morgensamling** med Thomas Bjerre
- 10.00-12.00** **Sang dagen lang:** Den kristne sang. En tur ud i kulden og måske tilbage?
- It's all about jazz:** Big bands. Duke Ellington. Count Basie. Paul Whiteman
- Rytmask sammenspil:** Dagens benspænd i grupperne + jamsession
- Musik og bevægelse:** Gotvedgymnastik + Cirkeltræning
- Klassisk musik:** Berømte værker fra romantikken
- 14.00-15.00** **Kursusforløb**, fortsat
- Mulighed for jam*
- 15.30-16.30** **Musik og magi** - med kursisterne Hans-Christian og Lilly, også kendt som Dixi & Trixi (spisesalen)
- 15.30-17.00** **Yoga på måtte** med Lone Friis (KH)
- 19.30** **Vilhelm Bastarden, Bayeux-tapetet og Slaget ved Hastings**
I Bayeux i Nordfrankrig befinder sig et helt specielt historisk "dokument": et 70 m langt og 0,5 m højt stykke hørlinned med uldbroderier, som er næsten 1000 år gammelt. Peter Søvad fortæller historien bag det (KH)

FREDAG D. 21. NOVEMBER

9.00-9.45 **Morgensamling** med Niels Borup

10.00-12.00 **Sang dagen lang:** Pop og revy

It's all about jazz: Billie Holiday

Ritmisk sammenspil: Dagens benspænd i grupperne + fortsat arbejde

Musik og bevægelse: Gotved og elastikker + blandet dans med Tine Laulund

Klassisk musik: Kammermusikalske godbidder

14.00-15.00 **Kursusforløb**, fortsat

15.30-17.15 **Dilemma.** Dilemmaer er spørgsmål, der ikke er nemme svar på. Thomas Bjerre kaster os ud i nogle af dem, som vi forsøger at få hul på (KH)

19.30 **Julekoncert med Nykøbing F-koret**
Nykøbing F-koret synger sit jule-repertoire for os. Gæster udefra (KH)



10.00-16.00 Udflugt: I Grundtvigs fodspor

Vi tager til Udby og Rønnebæksholm på Sydsjælland, hvor Grundtvig har slået sine folder i flere omgange.

Grundtvig blev født i Udby, og i Udby Kirke startede han modvilligt sin karriere som præst - i første omgang som medhjælper for sin far. Han boede i den ene længe på præstegården, som nu er mindestue over Grundtvigs liv, virke og tanker. Der er både originale bøger og noter i udstillingen.

Rønnebæksholm er en gammel herregård fra 1300-tallet, hvor han boede i årene 1841-1851, efter at han havde giftet sig med Marie Toft.

Der er i dag kunstudstillinger og en flot park, hvor annekset *Venligheden* ligger - det blev bygget, så Marie kunne slippe for Grundtvigs evindelige røg. Guide Casper Dalboe



19.00 Film: Som i Himlen

På toppen af sin karriere rammes den berømte dirigent, Daniel Daréus, af et hjerteanfald og trækker sig tilbage til sin barndomsegn. Modstræbende tager han ansvaret for det lokale kirkekor og det vender op og ned på mange ting i den lille by (127 minutter). Svensk film instrueret af Kay Pollack. Introduktion ved Casper Dalboe

9.00-11.00

Brunch med det hele: nybagte boller og rugbrød, røræg og cocktailpølser, hjemmelavet müsli, ost og frisk frugt



10.00-17.30

Sangmaraton på Sydhavsøerne

Eller i hvert fald en halvmaraton! Fra formiddag til sidst på eftermiddagen er der højskolesang dagen lang, og alle sangglade på Sydhavsøerne er inviteret med. Sangværter vil introducere sangene, og de vil afløse hinanden gennem dagen. Thomas Bjerre m.fl. sørger for akkompagnementet (KH)

19.30

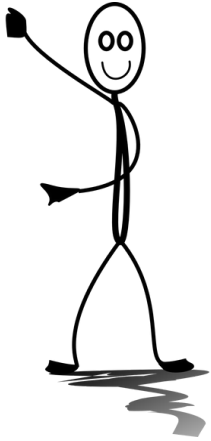
Brætspil i dagligstuen

Er du til skak, yatzy eller måske Matador? En hyggelig aften med Mikkel Thomas (spisesalen)



9.00-9.45 **Morgensamling** med Simon Vikstrøm

10.00-12.00 **Sang dagen lang:** Morgenens velkomst, aftenens stille farvel



It's all about jazz: Big bands. Duke Ellington. Count Basie. Paul Whiteman

Rytmask sammenspil: Dagens benspænd i grupperne + jamsession

Musik og bevægelse: Gotved og redondo-bolde med Tine Laulund. Kl. 14: Gong med Dorte Storm

Klassisk musik: De skønneste koncerter og deres udøvere

14.00-15.00 **Kursusforløb**, fortsat

Mulighed for jam

15.30-16.30 **SMART-træning** - hold hjernen frisk med Thomas Bjerre (Musiklokalet)

Eller: **Yoga på stol** med Lone Friis (KH)

19.30 **Halleluja.** Musikalsk foredrag med Mikkel Thomas om Leonard Cohen, som med sin guitar og sin mørke stemme skabte musik, vi alle kender (KH)



Aftenvagt: Mikkel Thomas

9.00-9.45 **Morgensamling** med Simon Vikstrøm

10.00-12.00 **Sang dagen lang:** Mangfoldighed, klima og regnbuer

It's all about jazz: Bebop. Miles Davis. Modal jazz. Free jazz

Rytmask sammenspil: Dagens benspænd i grupperne + fortsat arbejde

Musik og bevægelse: Qi Gong med Ulla Kronel.
Kl. 14: Leg og bevægelse med Tine Laulund

Klassisk musik: Dirigentpodiets mastodonter

14.00-15.00 **Kursusforløb**, fortsat

Mulighed for jam

15.30-16.30 **Syng med Carl Nielsen II.** Vi skal høre historien om Carl Nielsen liv og synge nogle af hans fantastiske sange fra Højskolesangbogen. Med Peter Søvad (KH)

19.30

Bassen i jazzen. Duoen standard og fortæller rolle i jazzen. Med Jan



Borre/Søvad spiller jazz- om instrumenternes Borre og Peter Søvad

9.00-9.45 **Morgensamling** med Thomas Bjerre

10.00-12.00 **Sang dagen lang:** Den politiske sang

It's all about jazz: Fusionsjazz

Rytmask sammenspil: Dagens benspænd i grupperne + fortsat arbejde

Musik og bevægelse: Gotved og redondo-bolde + afrikansk dans med Tine Laulund

Klassisk musik: Klavermusikkens mestre

14.00-15.00 **Kursusforløb,** fortsat

Mulighed for jam

15.30-17.15 **Åbent værksted** med Ginalina Gendy + frivillige

19.30 **Rewilding og rabalder**

Rewilding er en vision om at genskabe en vild, selvforvaltende natur, men i Danmark har det ført til alt fra Facebookkrige til politianmeldelser og trusler. Simon Vikstrøm giver et indblik i, hvorfor rewilding vækker så stærke følelser, og hvad der egentlig er på spil, når heste, kvæg og ulve får frit løb. Vi ser på både idealismen, konflikterne og de vilde historier fra frontlinjen, hvor naturens genkomst møder menneskelig modstand (KH)

9.00-9.45 **Morgensamling** med Niels Borup

10.00-12.00 **Sang dagen lang:** Livets milepæle

It's all about jazz: Slutningen af det 20. årh. - begyndelsen af det 21.

Rytmask sammenspil: Dagens benspænd i grupperne

Musik og bevægelse: Linedance

Klassisk musik: Alt godt fra gemmerne - det man ikke hører så ofte

14.00-16.00 **Halvdagsudflugt**

Besøg i Væggerløse Kirke. Vi får kirkens historie af sognepræst Anders Martin Lauritsen og afprøver kirkens akustik. Medbragt kaffe i sognegården. Med Peter Søvad og Simon Vikstrøm

19.30

Johnny Cash

Dennis Lydom fortæller historien og synger sangene der gjorde Johnny Cash til "The man in black". Gæster udefra (KH)



FREDAG D. 28. NOVEMBER

- 9.00-9.45** **Morgensamling** med Jesper Bertelsen
- 10.00-12.00** **Sang dagen lang:** Vi samler op i sange, der hænger, og kårer favoritterne
- It's all about jazz:** Afrunding. Kursistønsker. Udvælgelse til præsentationen
- Rytmask sammenspil:** Forberedelse af koncert
- Musik og bevægelse:** Gotved mix
- Klassisk musik:** Programmusik - musik med en fortælling. Udvælgelse af musik til præsentationen
- 14.00-15.00** **Præsentation:** Hvad var det bedste/mærkeligste/mest overraskende vi fik øje på? Hvad skal de andre også vide/høre/prøve? Og så er der koncert! (KH)
- 15.30** **Fri tid til egen fornøjelse**
- 19.30** **Sidste aften på højskolen** med Peter Søvad

LØRDAG D. 29. NOVEMBER

8.00 Morgenmad og **en sidste sang**. Jesper Bertelsen og Malene Bjerre

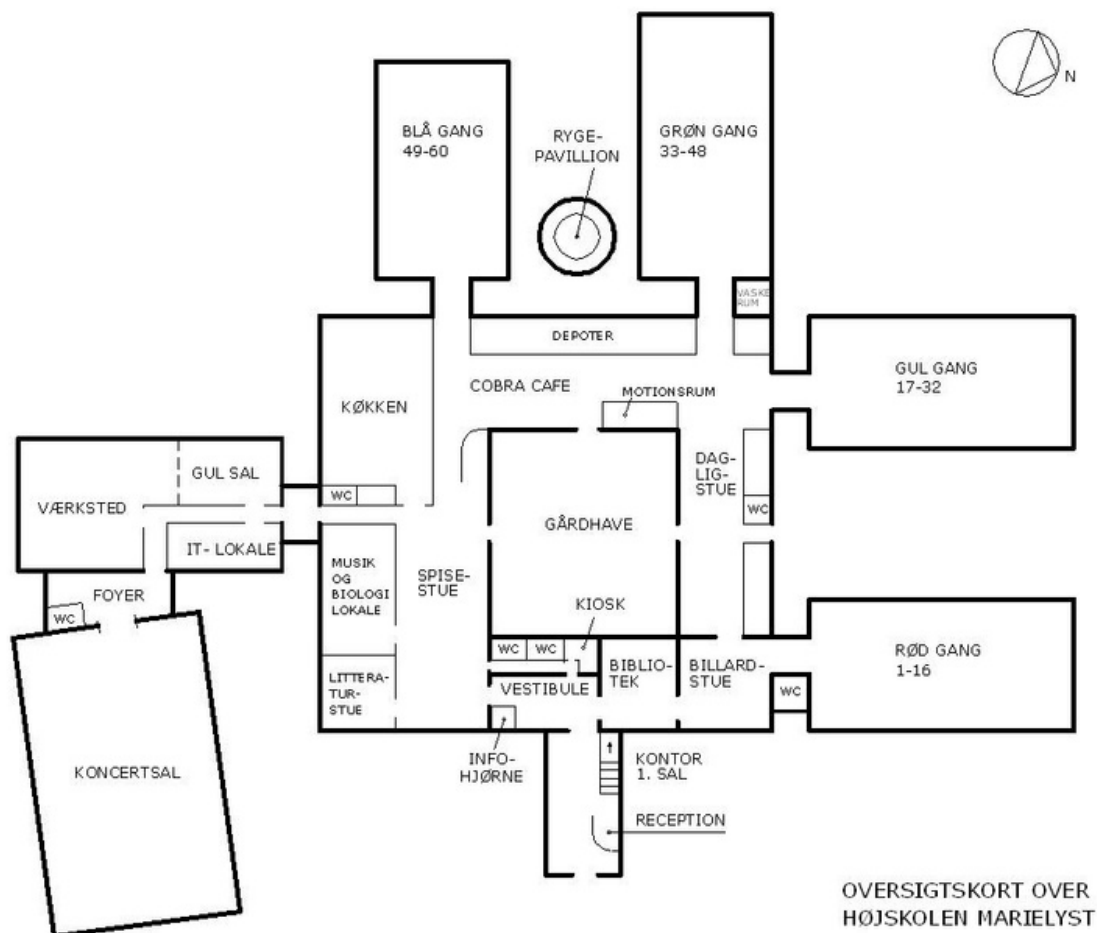
9.00 **Busafgang** til Sjælør, Køge Nord og Høje Tåstrup St. mod betaling. Bussen kan uden betaling benyttes til Nykøbing Falster Station.

Ankomsttider, cirka:

10.30: Køge Nord, 11.00: Høje Tåstrup, 11.30: Sjælør



PRAKTISKE OPLYSNINGER



Højskolens wifi-navn er: **Højskolen_Wi_Fi**

Kode til Højskolens wifi-net er: **12345678**

Højskolen låses af om aftenen kl. 22.00.

★ **NUMMERET TIL VAGTTELEFONEN ER: 9393 0042** ★

Vagtelefonen er åben efter kl. 22.00.

Opkald til vagttelefonen er udelukkende til nødsituationer
