

PILGRIMSREJSE TIL HEST i 2013

3 dages PILGRIMSRIDNING med 3 meditationer. Anette Sanchez er rideguide.

Afholdes i Påskeferien 29 - 31 marts og i weekenderne 26 – 28 april, 17 – 19 maj.

Kom og oplev en weekend med højt til himlen i den skønne Langelandske natur, find ro og fordybelse, nærvær og stilhed i samværet med hestene og duften af muld. God forplejning undervejs. Afslutning med mindfulness meditation i det fri.

Mødested: Tranegården, Korsebøllevvej 16, 5953 Tranekær

Ridning: Der rides på islandske heste. Max 8 personer på hvert hold. Du behøver ikke at være en erfaren rytter.

Overnatning: 2 nætter i soveposer på Tranegården.

Medbring: Sovepose og varmt tøj. Badetøj/håndklæde til svedehytteoplevelse og efterfølgende dukkert i havet.

Pris: Dkk 2900,-pr. person pr. weekend inkl. overnatning og fuld økologisk forplejning.

Tilmelding: Bindende tilmelding og betaling skal ske senest 1. marts 2013 til: tranegaarden@yahoo.dk eller mobil 3070 2763.

Danske Bank reg.nr. 3224 kontonr. 9030038360

Ved afbud efter 1. marts refunderes 10 % af prisen.

Hvis Tranegården ser sig nødsaget til at aflyse, refunderes den fulde pris.

Program for weekenden

- Fredag:** Indkvartering og udlevering af hest samt klargøring til en lille aftentur ved vandet. Herefter en kort meditation ved bålet efterfulgt af økologisk mad.
- Lørdag:** Morgenridning, klargøring af din hest. Efterfølgende ca. 2 timers ridning, hvorefter vi og hestene holder en pause. Du får bragt en lille forfriskning, som består af en lækker sandwich og hyldesaft. Til hest igen ca. 2 timer og ankomst tilbage til Tranegåden, hvor der serveres den lækreste økologiske mad kl. 19:00. Ønsker du vin til maden, kan den købes separat. Indtil da er der tid til fordybelse og refleksion over dagens oplevelser, gåture eller hvile. Dagen afsluttes med meditation.
- Søndag:** Morgenmad og klargøring af hest og turen går mod Tranekær. Frokost undervejs. Omkring kl. 14:00 er der meditation under åben himmel i Tranegårdshaven. Derefter hyggelig afslutning i laden med kaffe/kage og stearinlys på bordene og mulighed for snak om dagens oplevelser.