

# KULNINGSKURS

DALA-FLODA VÄRDSHUS 21-22 MAJ 2022



VÄLKOMMEN TILL EN HELGKURS MED  
HÄFTIGA LJUD, STARKA ROP,  
BEFRIANDE SKRATT, FANTASTISK MAT  
I HÄRLIG MILJÖ OCH NATUR!

*Kursen är för dig som vill hitta din röstkraft, är nyfiken på vallmusiken, har lust att låta och vill få röstverktyg med dig hem.*

## HUR

På ett tryggt och lekfullt sätt hittar vi kraft i kropp och röst. En kraft som hörs och känns. Vi gör det med hjälp av vallmusikens rop, läten, visor, melodislingor, tonalitet, funktion och historia. Vi är ute så mycket vi kan.

## NÄR & VAR

Lördag kl. 09.00 – söndag ca kl. 15.00. Kursen hålls på Dala-Floda Vårdshus i Dala-Floda, 4 mil väster om Borlänge vid Flosjöns södra ände. Den genuina miljön ger avkoppling och inspiration [dalafloa-wardshus.se](http://dalafloa-wardshus.se)

## BOENDE & MAT

Ett charmigt hotell i inspirerande miljö, med skog och sjö inpå knuten. Restaurangen, omnämnd i White Guide, bjuder på närproducerad, ekologisk och vällagad mat. I priset ingår för- och eftermiddagsfika samt lunch båda dagarna, frukost söndag och 2-rätters middag lördag kväll.

## PRIS inkl. moms

Kursavgift & enkelrum helpension lördag-söndag: 4 790 kr

Kursavgift & del i dubbelrum helpension lördag-söndag: 4 590 kr

Extranatt fre-lör inkl. frukost: 890 kr/enkelrum, 690 kr/del i dubbelrum.

Pris ex 2-rätters middag fredag kväll 395 kr.

## ANMÄLAN & BETALNING

Anmälan till [info@agnetastolpe.se](mailto:info@agnetastolpe.se) eller 070-562 70 88, gärna före 17/4.

Anmälningsavgift, 900 kr, för att bekräfta din plats. Bankgiro skickas till dig efter anmälan. Resten betalas mot faktura innan kursstart. Max 12 deltagare. Reservation för ändringar med hänsyn till utveckling av pandemi.

## PROGRAM

- LÖRD.**  
fm Fika & samling 9.00. Kursstart 09.30 Uppmjukning av kropp & röst. Rop & läten. Lunch ca 12.30.  
em Vi hittar kraft som känns och hörs. Visor, fraser, improvisation. Middag 18.30
- SÖND.**  
fm Start 9.00. Vi mjukar upp kropp & röst. Sätter ton, kraft och riktning på plats.  
em Vi kopplar ihop ropen med historik, funktion och naturakustik. Slutfika 15.00.
- UTFLYKT** Någon av dagarna åker vi till Flobergets fåbod för att ropa, fika och få en härlig natur- och miljöupplevelse.

## INFO & FRÅGOR

KURS: [info@agnetastolpe.se](mailto:info@agnetastolpe.se)

070-562 70 88 [agnetastolpe.se](mailto:agnetastolpe.se)

BOENDE: [info@dalafloa-wardshus.se](mailto:info@dalafloa-wardshus.se)

0241-22 050 [dalafloa-wardshus.se](http://dalafloa-wardshus.se)

**KURSLEDARE:** Agneta Stolpe, Äppelbo

kulerska, sångerska, logonom, teamcoach. Agneta leder med kunskap, värme och humor och har lotsat många till att hitta sina kraftfulla röster.

[agnetastolpe.se](http://agnetastolpe.se)

