

KULA, KUJA, LOCKA...

HÖSTKURS I ÄPPELBO 16-17 SEPTEMBER 2023

EN HELG MED HÄFTIGA LJUD, STARKA ROP,
RÖSTGLÄDJE, MOD OCH GODA SKRATT.



Nytt fint samarbete med **Äppelbo Gästgiveri**

*Inga förkunskaper krävs,
bara nyfikenhet och lust att låta.*

NÄR & VAR

Lördag 16/9 kl. 09.00 – söndag 17/9 kl. 15.00. Kursen har sin bas på Äppelbo Gästgiveri och vi alternerar med att vara i en bystuga i närheten. Äppelbo ligger ca 10 mil väster om Borlänge och Äppelbo Gästgiveri ligger vackert vid Västerdalälvens strand. <https://appelbogastgiveri.se/>

VALLMUSIKENS KRAFT

Tryggt och lekfullt hittar vi, genom lockrop, läten och melodislingor, kraft i kropp och röst. En kraft som hörs och känns och som ger mod och lust att låta. Du får inblick i vallmusikens funktion och historia samt naturakustik.

BOENDE & MAT

Äppelbo Gästgiveri är ett naturnära boende med en spännande historia som hälsohem, äldreboende, post, vandrarhem mm och som med nya ägare erbjuder boende, kafé, pub, festival, utställningar, kurser mm. I restaurangen får du njuta av mat lagad från grunden, med lokala produkter av hög kvalitet. Ev. önskemål om specialkost anges till kursledaren i samband med anmälan.

PRIS inkl. moms, helpension lördag-söndag

Kursavgift, enkelrum, gemens. toalett/dusch	4 170 kr
Kursavgift, enkelrum, egen toalett/gemens. dusch	4 270 kr
Kursavgift, del i dubbelrum, gemens. toalett/dusch	3 960 kr
Kursavgift, del i dubbelrum, egen toalett/gemens. dusch	4 010 kr
Kursavgift, matpaketet utan boende	3 520 kr

Extranatt fre-lör: 650-750 kr/enkelrum, 440-490 kr/del i dubbelrum.

ANMÄLAN & BETALNING

Anmälan till info@agnetastolpe.se eller 070-562 70 88, gärna innan 20/8. Anmälningsavgift 900 kr. Betalningsuppgifter skickas till dig efter anmälan. Resten betalas mot faktura innan kursstart. Max 14 deltagare.

PROGRAM

LÖR. 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 ca 18.30
SÖN. fm	Start 9.00. Vi mjukar upp kropp & röst. Sätter kraft, ton och riktning på plats.
em	Vallmusikens historik och funktion. Naturakustik. Summering. Slutfika ca 15.00.

UTFLYKT Lördag eller söndag gör vi en utflykt för att ropa, fika och få en härlig natur- och miljöupplevelse.

INFO & FRÅGOR

KURS: info@agnetastolpe.se
070-562 70 88

BOENDE: 0281-22 784
pia@appelbogastgiveri.se
appelbogastgiveri.se

KURSLEDARE: **Agneta Stolpe**, Äppelbo

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

agnetastolpe.se

