



Bli medlem
i PRO och få
rabatt på logi
när du går kurs
i Gysinge!

Sommarkurser 2017 Gysinge

V 20

Round Dancekurs (15-19/5)

Pardans där paren dansar samtidigt och en dansledare talar om vad som ska dansas.

Orientering, nybörjare (15-19/5)

Skogsluffning och kartläsning invid Dalälven.

Engelska, konversation (15-19/5)

Tillfälle för er som redan är "hemma" i det engelska språket. Samtal och diskussioner förs på engelska.

Golfkurs (19-22/5)

Golfkurs för nybörjare och dig som redan spelar. Vi spelar på bana och har roligt.

V 21

Vandra i nationalparken (22-24/5)

Möt djur och natur på vandring i nationalparken runt Dalälvens säregna natur.

Landskapskurs Gästrikland (22-24/5)

Kurs i och om landskapet Gästrikland som innehåller en bussutflykt.

V 23

Äta ekologiskt (7 – 9/6)

En kurs för dig som undrar om det är bra för hälsan att äta ekologiskt.

Temperamålning (5 – 9/6)

Vi lär oss grunderna i äggoljetemperamåleri och målar på olika underlag.

Landskapskurs Dalarna (7 – 9/6)

Kurs i och om landskapet Dalarna. En bussresa ingår i kursen.

Skrivarkurs (7 – 9/6)

Vill du skriva men vet inte riktigt hur du ska börja? Vill du våga skriva egna texter? Då är detta en kurs för dig! Vi gör skrivövningar, och du behöver inte ha gått skrivarkurs förut!

V 25

Internationell Seniordans (17 – 21/6)

Kurs för dig som redan dansar internationell seniordans.

Hälsovecka (19 – 22/6)

En vecka med mindfulness, utomhusgympa, stavgång och föreläsningar i hälsa.

V 26

Internationell Seniordans (17 – 21/6), (26 – 30/6)

Seniordansveckor för dig som redan dansar internationell seniordans.

Boule (26 – 30/6)

Kurs för dig som vill lära dig spela boule.

Engelska, konversation (26 – 30/6)

Vi övar oss i att föra samtal. Vi utgår från dina förvärvade kunskaper och bygger vidare på dem.

Seniorkollo (26 – 30/6)

En vecka för seniorer med olika aktiviteter.

V 27

Dansvecka för alla intresserade (prova-på-dans) (3 – 7/7)

Vi provar på olika danser under en härlig sommarvecka; gammeldans, modern vals, bugg och foxtrot. Det blir grundläggande instruktioner, variationer och mycket dansglädje!

Silverlerakurs (3 – 6/7)

En kurs i silverlera ger dig många möjligheter att skapa vackra smycken i silver. Silverlera är ett enkelt material att formge. Under kursen får du möjlighet att göra flera smycken.

Akvarellmålning (3 – 7/7)

En vecka med akvarellmålning i vacker herrgårdsmiljö.

V 31

Generationskollo (31/7 – 4/8)

En vecka med olika aktiviteter för seniorer i sällskap med barnbarn.

Qi Gong i vardagen (31/7 – 4/8)

Kurs för dig som vill prova på eller redan testat lite Qi Gong. Vi varvar teori och praktik.

Landskapsmålning (31/7 – 4/8)

Gysinges bruksmiljö och Färnebofjärdens nationalpark inspirerar. Landskapsmålningar i valfri teknik.

V 32

Siden, sammet, trasa & lump (7 – 11/8)

En kurs i textilt återbruk – vi tar hand om gamla kläder och tyger och gör om dem till något nytt!

Släktforskning, grund (7 – 11/8)

Grundkurs i släktforskning. Datavana krävs.

Golfkurs (11 – 14/8)

Golfkurs för nybörjare och vana spelare.

V 33

Flugfiske (14 – 18/8)

Lär dig tillverka flugor, fiska i Dalälven och tillaga fångsten.

Engelska nybörjare (14 – 18/8)

Grundkurs för dig som vill lära dig engelska.

V 34

Väck din skrivarglöd och skriv vidare (21 – 25/8)

Denna kurs är en fortsättning på kursen "Väck din skrivarglöd". Inget krav att man gått just den kursen men det är en fördel om man har erfarenhet av någon skrivarkurs. Lärare Lisbeth Antonsson.

Boule för alla (21 – 25/8)

Kurs för dig som vill lära dig spela boule, och för dig som spelat förut.

V 35

Silversmide, nybörjare (28 – 1/9)

Grundkurs i silversmidets konst. Tillverka ditt eget smycke!

Bridge nybörjare (28 – 1/9)

Kurs för dig som vill lära dig spela bridge.

Porträttmålning (28 – 1/9)

En kursvecka med porträttmålning i ett somrigt Gysinge.

PRO:s folkhögskola är vackert belägen invid Dalälven. Här bor du på vårt trivsamma internat, äter husmanskost i Orangeriet och tar kanske en promenad i historisk kulturbygd.

Våra kurser är gratis men du betalar 100 kr för kopiering och studiematerial. OBS! På vissa kurser tillkommer kostnad för extra material.

Pris för kost och logi, se nedan.

Allmänna kurser	3 dagar	4 dagar	5 dagar	10 dagar
PRO-medlem*	1840 kr	2450 kr	2720 kr	6100 kr
Ej PRO-medlem	2700 kr	3600 kr	4000 kr	8550 kr

*Rabatten på 32 procent för PRO-medlemmar är redan avdragen

Pris för mat och kaffe för kursdeltagare som inte bor på folkhögskolan, gäller alla kurser

Lunch och kaffe	3 dagar	4 dagar	5 dagar	10 dagar**
	390 kr	540 kr	685 kr	1370 kr

**Ej lördagar och söndagar

Att åka till Gysinge:

Tåg till Gävle/Sandviken och buss till Gysinge. Ta gärna kontakt med oss för närmare information om bästa transportsätt eller gå in på www.resrobot.se.

Välkommen med din anmälan. Tel: 0291 212 23, E-post: kurser@pros.fhsk.se, Hemsida: www.pros.fhsk.se