



Camino. Oktober 2011

Pilgrimsvandring i Spanien fra den 11. til den 18. oktober 2011

7 dages vandring og kursus i ét. Pilgrimsvandring og indre proces

Kursusleder: Eva Michaelsen

En pilgrimsvandring for dig, der vil opleve Caminoen. En "kickstart", hvor du er en del af en gruppe, og siden hen kan fortsætte alene. En invitation til at fordybe din egen pilgrimsproces og få bevidsthed om den særlige tilstand af nærvær og ro, som vandringen kan give. Samt til at udveksle erfaringer i et fælles forum.

Fælles afrejse fra København til Madrid den 11.10. (Du køber selv din billet). Videre med nattog til Astorga. Vandring fra Astorga til Sarria ca. 146 km.

Eva Michaelsen, erfaren pilgrim, coach og foredragsholder, starter gruppen op og vandrer med i 7 dage til Sarria. Herfra kan du fortsætte de sidste ca. 114 km. til Santiago eller videre til Finisterra, evt. med nogle fra gruppen, eller rejse hjem igen.

Selve vandringen er på lige vilkår med andre pilgrimme og helt autentisk. Dvs. du bærer din egen bagage, overnatter på pilgrimsherberger undervejs (sovesale) og finder din egen dagsrytme. Vi vandrer i gennemsnit ca. 21 km. pr. dag. Træning hjemmefra kan derfor anbefales.

Gruppens størrelse bliver max. 5-6 personer, således at man har et fællesskab, men uden at man "fylder" for meget for de andre, der vandrer på ruten.

Hver dag vil der være undervisning, input til den spirituelle rejse, oplæg samt øvelser og refleksion. Vi vil bl.a. arbejde med vandremeditationer, der kan styrke dit nærvær og give indre samling, samt gå i dybden med "De syv pilgrimsnøgler". Desuden vil der i løbet af kurset være to gange personlig coaching pr. person.

Pris: 4000,- kr. i kursusafgift plus moms for undervisning og coaching som beskrevet ovenfor, men ekskl. rejseudgifter, overnatning og forplejning. (Fly den 11.10. København – Madrid med Spanair koster i skrivende stund (juni 2011) 647,-kr. Det betaler sig at være hurtig! Overnatning og mad: max. 25 - 35 Euro pr. dag.)

Bemærk venligst: Dette er ikke en rejse i almindelig forstand, men udelukkende et kursus, som foregår i Spanien. Jeg står for undervisningen i Spanien, har planlagt dagsturene og kan give dig råd og vejledning undervejs. Jeg kan endvidere være behjælpelig med at finde din ud- og hjemrejse, samt hjælpe dig med at søge togforbindelser. I Sarria, hvor den fælles vandring slutter, er der en togstation.

Tilmelding senest den 10. september 2011 til eva@movimento.dk / 86 57 78 00 / 27 14 21 65. Først til mølle princippet. **Afvent bekræftelse og mere info inden du booker dit fly!**

En pilgrimsvandring er som et kunstværk, der folder sig ud for dine fødder. Den kaster nyt lys ind i dit liv, så den du er, kan træde bedre frem. Det er en åbnende og udogmatisk praksis, som hverken kan styres eller kontrolleres. Du vandrer mod det ukendte, møder nye sider af dig selv og lærer efterhånden en særlig tilstand af nærvær og lyttende opmærksomhed at kende. En pilgrimsvandring er som et kunstværk, der fold