



Pilgrimshelg

- Hitta din väg -

Välkommen på en helg fylld av lugn, harmoni och härlig energi!

Vi på Orsa Hornberga gård tillsammans med Orsa församling erbjuder en långhelg 18-21 maj med ett program i syfte att må bra i kropp och själ. Hitta Din väg till harmoni via våra olika aktiviteter och stillheten i naturen. Kallbad, målning, meditation och yoga är några av aktiviteterna som Du har möjlighet att delta i. Självkligt får du också ta del av den vackra miljön runt om oss som vaknar till liv från dess vinterdvala. Höjdpunkten under helgen är pilgrimsvandringen som vi gör tillsammans med Orsa församling och passar så väl troende som icketroende. Alla aktiviteter ingår under helgen men är inte obligatoriska utan man väljer själv vilka man vill vara med på. Helgen erbjuder tillfällen att umgås men det finns också stunder att hitta sin inre ro själv.

Det här ingår:

- Pilgrimsvandring
- Yoga, zumba & gongbadspass med utbildade instruktörer
- Kreativt skapande
- Boende med linne & städ
- 3 middagar, 3 frukostar, 2 luncher, fritt med te & kaffe
- 4 dagar tillsammans med likasinnade i den vackra naturen



Priser

Del i vandrarhemsrum **3 300 kr/person**

Här bor du tillsammans med andra deltagare i en stuga med gemensam toalett och dusch.

Grupp 3-10 personer **3 600 kr/person**

För er som kommer tillsammans med andra och kan tänka er bo ihop i en stuga och dela på toalett och dusch.

Dubbelrum **4 300 kr/person**

Bo tillsammans med en partner eller vän

Enkelrum **5 000 kr/person**

Bo i ett eget rum

Betalning sker i förskott i samband med bokning.



Bokning

Hör av dig till oss för att boka in dig på denna fantastiska helg. Vi finns både på telefon och mail. Ange namn, antal och om ni har specifika önskningar på boendet eller matallergier.

Mail: orsahornbergagard@gmail.se

Telefon: 070 818 28 98


Hit hit

12km norr om Orsa ligger byn Hornberga där vår gård ligger. Från Orsa följ E45 ca 4km, sväng sedan vänster mot Hansjö och Våmhus. I Hansjö tar man sedan höger upp på Bjusvägen, här är det skyltat med gårdens namn och logga. Följ vägen och skyltarna så kommer gården dyka upp på vänster sidan. Parkera och känn dig som hemma!

Vill du ta GPS så knappa in adressen Nedre Hornbergavägen 27, 794 90 Orsa.

www.orsahornbergagard.se



Svenska kyrkan 
ORSA FÖRSAMLING

Program



TORSDAG:

11.00 - 12.00 Orsamässa i Orsa kyrka

16.00 - 17.00 Yoga med tema självmedkänsla

Mjuk dynamisk yoga där fokus ligger på att rikta vår uppmärksamhet in i kroppen och lyssna till den. Där vi påminns om vikten i att vårda oss själva på samma sätt som vi gör vår nästa. Du behöver inte någon tidigare erfarenhet, alla kan vara med på sitt eget vis.

FREDAG:

9.30 - 10.30 Zumbadans

Zumba är en härlig dansträning där vi får svänga loss tillsammans till hela världens rytmer. Inga förkunskaper behövs - kan du le så kan du Zumba!

11.00-15.00 Kreativa rummet

Utrymme för meditativ kontemplation genom skapande som målning, knyta halsband/armband, skapa en drömfångare mm.

11.00-15.00 Simma i varm inomhuspool

Koppla av genom att aktivera kroppen och vara närvarande i det varma vattnet

11.00-15.00 Lätt vandring och kallbad i källsjö

En lätt vandring genom skogen ner till en fridfull plats där ett kallbad kan avnjutas

16.00-17.00 Gongbad

Njut av vibrationer som går genom hela kroppen i ett pass med utbildad gongbadsinstruktör

19.00-20.00 Kvällsmeditation

Vi varvar ner inför kvällen med en kvällsmeditation

LÖRDAG:

10.00-15.00 Pilgrimsvandring

Vi går en tyst vandring på ca 12km förbi två fåbodar

19.30 Lägereld med musik, sång och gemenskap

Vi tänder en brasa ute som vi tillsammans kan mysa runt. Prata, njuta av en kopp te eller spela en melodi

SÖNDAG:

7.00 Gökotta Hornberga kapell

Starta dagen med en gudstjänst i gryningen