

## Fejø – et besøg værd!

TangoRetreat er kun ét af Fejøs mange spændende tilbud. Du kan med lethed få en oplevelsesrig ferie, hvor du kan nyde den skønne natur og den smukke nattehimmel.

Fejø byder også på mange aktiviteter – fx tennis, ridning og badminton. Vandet omkring Fejø er godt til surfing for begyndere, så tag surfbrættet med og nyd livet på vandet! Er du til kano og kajak, kan du leje hos Kragenæs Kajak.

## Overnatningsmuligheder på Fejø

### Sommerhuse

Conni Hansen  
3 sommerhuse i Vesterby  
<http://www.fejoeferie.mono.net/>  
Telefon 54713423

Anne-Lisbeth Petersen  
2 sommerhuse ved Sletter Strand  
Telefon 54713154/ mobil 29470638

### Ferielejligheder

Anita og Kai Winter  
[www.kernegaarden.dk](http://www.kernegaarden.dk)  
Telefon 54722121

## Værelser med adgang til køkken og bad

“Toppen”  
[www.123hjemmeside.dk/Toppen](http://www.123hjemmeside.dk/Toppen)  
Telefon 45413550 / mobil 28709618

## Overnatning i Kragenæs

Kragenæs Camping  
<http://www.224.dk>  
Telefon 54937056

Hotel Kragenæs Kro  
[www.kragenaeskro.dk](http://www.kragenaeskro.dk)  
Telefon 54937373



## Giv et gavekort

Du kender sikkert én, der trænger til at trække sig lidt tilbage fra dagligdagens stress og jag, og som du gerne vil glæde med et TangoRetreat på Fejø. Derfor får du nu mulighed for at få lavet et helt personligt gavekort til den, du gerne vil begave med en god oplevelse.

Kontakt os – pr. telefon eller e-mail – og få mere at vide om muligheden for at give en personlig gave til én, du holder af.

Ud over TangoRetreat kan du give gavekort til andre ophold på FejøRetreat – eller til tangounder- visning andre steder end på Fejø – fx i form af enetimer, parundervisning eller en introduktion til argentinsk tango i forbindelse med en rund fødselsdag eller lignende.



## Vil du vide mere

På vores hjemmesider kan du læse mere om vores aktiviteter:

[www.dialogogdans.dk](http://www.dialogogdans.dk)  
[www.kroppensprog.dk](http://www.kroppensprog.dk)

# TangoRetreat

Nærvær og fordybelse gennem dans





# TangoRetreat

*Nærvær og fordybelse gennem dans*

På TangoRetreat tager vi afsæt i den argentinske tango, som giver dig en blid og intensiv oplevelse i samvær med din partner. Dansen er 100 % improviseret, skabes i nuet og forudsætter derfor god kontakt mellem dig og din partner. Begge skal lytte og sende klare budskaber.

Med basis i din egen balance og grounding kan du møde din partner i en ligeværdig og respektfuld dialog. Ved at hvile i dig selv får du overskud til nærvær i samspillet med din partner.

Vi arbejder med de basale teknikker i tangoen, og melder du dig på begynderholdet, er det uden betydning, om du i forvejen har erfaring med argentinsk tango.

På Fejø Retreat er livet enkelt. Her er en særlig stilhed. Her er fred og ro til at kunne lytte indad - tid og plads til at fordøje. Her vælger du selv til og fra; tingene foregår på dine præmisser.

Maden er enkel, vegetarisk og overvejende økologisk, med masser af frugt og grønt, lokalt produceret i det omfang det er muligt. Her er ikke spa, pool eller mondæne badeværelser, men her er højt til himlen, og luften er ren og klar.

I 2010 tilbyder vi TangoRetreat både til dig, der endnu ikke kender den argentinske tango, og til dig, der allerede har taget dine første tangotrin:

## *Begyndere*

Forsommerretreat: 23. - 24. maj 2010  
(OBS. Pinsedag og 2. pinsedag))

Sensommerretreat: 28. - 29. august 2010

## *Letøvede*

Forsommerretreat: 5. - 6. juni 2010

Sensommerretreat: 11. - 12. september 2010

## Praktiske oplysninger

Sted: Fejø Retreat, Storemosevej 32, 4944 Fejø

Antal: Max 14 deltagere

Pris: Kr. 1.475,- per person som inkluderer: 8 timers undervisning i argentinsk tango, afspænding og nærværstræning, overnatning på dobbeltværelse, fuld forplejning, lille tangoopvisning.

Argentinsk rødvin kan købes til favorable priser til maden lørdag aften.

Tøj & sko: Ingen krav til din påklædning - vælg tøj du føler dig godt tilpas i. Flade sko med glatte såler i lyst skind eller spalt/ruskind. Eventuelt sneakers til dansebrug eller kinasko.

Har du lyst til at kombinere deltagelsen i TangoRetreat med et forlænget ophold på Fejø, er der masser at opleve på øen – og flere overnatningsmuligheder.

Vælger du anden indkvartering, vil prisen for TangoRetreat være kr. 1.235,- pr. person.

## Program

Lørdag		Søndag	
11:00	Introduktion	09:00	Morgenmad på bakke
11:30	Tango		
13:00	Frokost – evt. gåtur	10:00	Vågn op & stræk ud
15:00	Bodyfocus & nærvær	10:30	Tango
16:00	Tango	11:30	Nærværstræning
17:30	Afspænding, stræk- og balanceøvelser	12:30	Sandwich og pakke sammen
18:30	Middag	13:30	Tak for denne gang
19:30	Tango		
20:30	Minitangoopvisning		

Færgen afgår lørdag fra Kragenæs kl. 10:30 og søndag kl. 14:00 fra Fejø. OBS. Afgang fra Kragenæs kl. 10:20 i forbindelse med forsommerretreat for begyndere, der afholdes søndag – mandag i pinsen.

*TangoRetreat er skabt i samarbejde mellem Ulla Olsen, Dialog & Dans og Anne Moloney, Kroppens Sprog.*



Anne Moloney



Ulla Olsen

*Ring eller skriv til os, hvis du vil tilmelde dig TangoRetreat – eller hvis du har spørgsmål.  
Ulla: 3887 3987 / uo@dialogogdans.dk  
Anne: 5471 3374 / am@kroppenssprog.dk*