

ÅNG Semester på LA GOMERA



I den mörkaste januarivintern flyr vi till ljuset på La Gomera. Det är inte bara jag (*Monica*) som längtar till värmen (*runt 21 °C i skuggan, och 19 °C i vattnet*) och det lugna tempot på denna gröna ö. Folk som har varit där får ofta något lyriskt i blicken när de talar om det. Ön är fantastiskt vacker.

2018 är fjortonde året för oss på La Gomera. Och det känns lika härligt varje gång.

Sol och hav, fest och sång, grönskande lagerbladsträd och blomprakt: det borde alla nordbor få uppleva en vecka i januari. Då känns inte väntan på våren lika lång, när man kommer hem igen. Och tycker du om att vandra så har du kommit rätt.



Vi håller till uppe på en stor platå på sydsidan invid en liten by, med fri horisont mot havet: en mycket charmig hotellanläggning, som känns intim trots att den är så stor (med bl a matsalar, tennisbana, simbassänger, konferensrum och en underbar trädgård).

På morgonen väcker vi som vill kroppen och rösten och sjunger solen över berget, medan sinnena vaknar till behagfullt välmående. Ibland är det då ännu lite nattbrisigt, så vindjacka är bra att ta med.

Efter frukosten – där ögonen kan få ro över havet medan du mumsar på lokalodlad banan eller papaya – och innan middagshettan slår till, förlägger vi oftast kurstiden.

Sångkursen på La Gomera omfattar 16 timmar, inpassat att stämma med andra aktiviteter.

Ditt individuella mål, som du sätter upp på ön, styr din sångutveckling under veckan.

Kursledningen väljer dessutom ett tema, det har tidigare år handlat om rytm, mod, improvisation, hörsel, styrka, frihet m.m.

Din personliga röst är alltid i fokus på den här sångsemestern, med kurskompisarnas närhet och stöd som inspiration till nya genombrott.

Och det blir gott om tid för sol, bad och utflykter; kanske för att träffa delfiner.

La Gomera är en av de minsta av Kanarieöarna – och en av de minst exploaterade på alla vis. Det finns till och med en urskog. Det är ovanligt på de här öarna.



Val- och delfinsafari

Våra sångövningar ger ett sju sjungande tillfälle att tryggt möta nya sidor hos dig själv.

Gamla sånghämningar tinar upp i värmen från solen och kompisarna, i takt med metodiken och vågorna.

Du behöver inte vara vokalist för att sjunga på ö...



Solnedgången över Atlanten vill man bara inte missa. Går bra att sjunga till också.



Sångsemester på La Gomera!

Tid 21–28 januari 2018

Plats La Gomera

Arrangör Vingresor

Ledare Monica H Sperens
Kostnad 12.450:-

Ingår Arlanda–Playa de Santiago t o r, boende, frukostbufféer, sångkurs

**ALLA
KAN
INSTITUTET**

FramFörDinSång!

info@allakan.nu
www.allakan.nu