


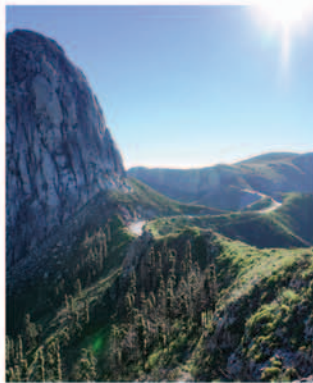
ÅNG Semester på LA GOMERA



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 varit med får ofta något lyriskt i blicken när de talar om det. Ön är fantastiskt vacker.

2021 blir femtonde året för oss på La Gomera. Och det känns lika härligt varje gång.

Sol och hav, fest och sång, grönskande lagerblads-träd 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 helt rätt.



Vi håller till på en stor platå på sydsidan invid en liten by, med fri horisont mot havet – en mycket charmig hotellanläggning som känns intim trots sin storlek, med bla matsalar, tennisbana, stor golfbana, pooler, 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 lättbrisigt, 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, inpassade 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 kanarieöarna – och samtidigt en av de minst exploaterade på alla sätt. Det finns till och med en urskog. Det är ovanligt på de här öarna.



Våra sångövningar ger sju-sjungande tillfällen 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.



Tid 17–24 januari 2021.

Plats Playa de

Santiago, La Gomera.

Kostnad (prel) 13.500:-.

Ingår Resa Arlanda–

resmålet t o r, sångkurs,

boende i lägenhetshotell.

Ledare Monica Sperens.

info@monicasperens.se

**ALLA
KAN
INSTITUTET**

FramFörDinSång!

info@allakan.nu

www.allakan.nu