



# Labyrint!

Välkommen till underbara grekiska dagar  
i ett flöde av dans och rörelse



Lesbos 6-13 maj 2012

**Lesbos** är en stor grön ö bara 18 km från Turkiets kust och har varit ett centrum för myt, kultur och historia sedan förhistorisk tid.

Vår **fasta plats** på Lesbos är Milelja-Inselgarten där många goda flöden av livskraft möts bland olivlundarna. Det är gångavstånd till Molyvos, ett världsarv, och havet på nord-östra Lesbos. På Milelja har vi vårt åttasidiga danstempel, vår Haloa och vår Labyrint. Där har vi vår pool med syremättat källvatten utan klor (som att simma i silke) och där bor vi och där äter vi allt som oftast.

**Vårt uppsåt** är att med kroppens alla sinnen njuta Grekland i dans och rörelse, kultur, musik, mat, natur, bad... bland olivlundar och blommande granatäppleträd, i Labyrint och danstempel, på tröskplats och vid havets horisont. Vi gör kanske en vandring längs havet till Sjöjungfrumadonnan eller far till den svarte ärkeängeln i bergen och vi pilgrimsvandrar i soluppgången till Drakberget som kvinnorna i Molivos gjort i 3000 år.

**Dans** och andra rörelser får förmiddagarna och ibland kvällarna. En förmiddag dansar Ursula Hasenburg, en av Mileljas underbara värdar, med oss. Hon har över fyrtio års erfarenhet av cirkeldans och öppnar nya grekiska cirklar i våra kroppar.

**Vägleddare** är Pia Lamberth och Sabine Neumann. *Pia* arbetar sedan många år med danser från många tider och kulturer. Hon leder dansgrupper, utbildar dansledare och arbetar med Heliga danser på allehanda sätt i seminarier och workshops. Hjärtesaken är det arv av mönster och berättelser som generationer av dansare burit till oss genom årtusenden. *Sabine* har praktiserat aikido, en fredlig japansk kampkonst, i snart 20 år och därigenom intensivt befattat sig med ki, kroppens energiflöde, idag också som lärare. Hon har mångårig erfarenhet av zen-meditation och ägnar sig numera bl.a. åt Reiki, cirkeldans, musik och skrivande.

**För allt PRAKTISKT vänd på bladet**

**Under våren 2012** kommer vi alla att kunna träffas som en levande danscirkel för att förbereda oss för detta äventyr; skriv redan nu upp lördagen 21 april !

**Kurskostnaden** är totalt 1800 kronor och betalas till Sensus i två omgångar. Du betalar in 600 kr i anmälningsavgift; det kommer en faktura så snart du anmält dig och din plats är inte säkrad innan den är betald. **Denna summa är inte återbetalningsbar vid återbud.** Resterande 1200 kronor får du en faktura på som skall vara betald senast i slutet av april.

**Kost och logi** betalar du i reda pengar (euro) direkt till Milelja när du kommer dit.

**Resan** fixar du själv – vi kan ge råd. Apollo flyger direkt från Köpenhamn till Mytilini(huvudstaden på Lesbos, obs att själva ön ibland också kallas Mytilini) på söndagar och du kan köpa enbart flygstol (mellan 3-4000kr, billigare ju tidigare du bokar). Gå in på [www.Apollorejser.dk](http://www.Apollorejser.dk). Vi blir hämtade med egen buss när vi landat. De flesta brukar komma med detta flyg och kursen börjar inte förrän det landat.

Du kan också flyga reguljärt med byte i Aten (oftast billigare) eller kanske kombinera med båtluftning. (Du kan stanna en extra vecka och vara med och utforska ön – se nästa blad.)

**Dina egna kostnader** utöver detta består av boende och måltider på Milelja (frukost och oftast endera lunch eller middag) samt några gemensamma tavernabesök, kanske några bussbiljetter och inträden och den mat du utöver det redan betalade vill ha, endera självfixat i te-paviljongen eller på taverna etc. Maten på Milelja kommer att kosta ca € 70, lite beroende på hur vi lägger upp schemat.

**I Mileljas rumspriser ingår** boende, lakan, handdukar, frukost alla dagar, tillgång till Mileljas alla härligheter såsom källvattenpool, labyrint, te-paviljong osv.

Alla rum har egen dusch och wc, lakan och handdukar samt uteplats. Studio har även kyl och vattenkokare.

Alternativen är (vill du ha något särskilt så skynda dig)

**Enkelrum** € 355 (finns inte många)

**Plats i dubbelrum** € 260.

**Plats i Studio-Romavagn** med kylskåp och vattenkokare, för en € 380, för två € 280/pers.

**Studio** Avlaki m 140 säng, för en € 380, för två € 280/pers

**Studio** Refugium m 180 säng, för en € 390, två 290/pers

**Studio** Spitaki m 180 säng, för en € 400, för två € 300/pers

Vill du veta mera om boendalternativen så fråga mig. Titta också på Mileljas hemsida [www.milelja-inselgarten.com](http://www.milelja-inselgarten.com), där finns bilder och info.

Antalet deltagare är begränsat, liksom boendeformerna, så skynda dig!

**Anmälan** (också av boendeval) **och frågor** gör du till Pia på Sensus 040 - 664 56 81, [pia.lamberth@sensus.se](mailto:pia.lamberth@sensus.se)

**Sista anmälningsdag är den 15 februari.**

**OBS OBS OBS Återbud utan läkarintyg accepteras inte senare än detta datum och anmälningsavgiften kan inte återbetalas.**

**sensus**

## Vill du stanna en vecka extra så kan du!

Dels finns möjligheten att fördjupa dig i **Mandalamåleri**, se egen folder, **eller** så kan du ta en **vilo- och äventyrsvecka** där vi har härliga sol- och baddagar varvat med dagar där vi väljer olika upptäcktsfärder som t.ex. till underbara heta källor som varit helande platser i årtusenden, till milslånga ensliga stränder, fantastiska kloster, till Skala Eressous som är Sapphos födelseort, till den förstenade skogen, till Agiassos högt uppe på Olymbos eller gör vandringar i den underbara naturen.

Utflykterna är frivilliga och vi bestämmer tillsammans vad vi vill göra. Boendepiserna är de samma och inkluderar fortfarande frukost. Ingen ytterligare kursavgift tillkommer men utflyktskostnaderna delas på alla deltagare.

Lesbos är en stor ö, störst efter Kreta, och erbjuder oändlig många natur-, kultur- och skönhetsupplevelser.

Vill du veta mera om detta innan du slår till så bara kontakta [pia.lamberth@sensus.se](mailto:pia.lamberth@sensus.se)

