



Ängsbacka, Molkom.

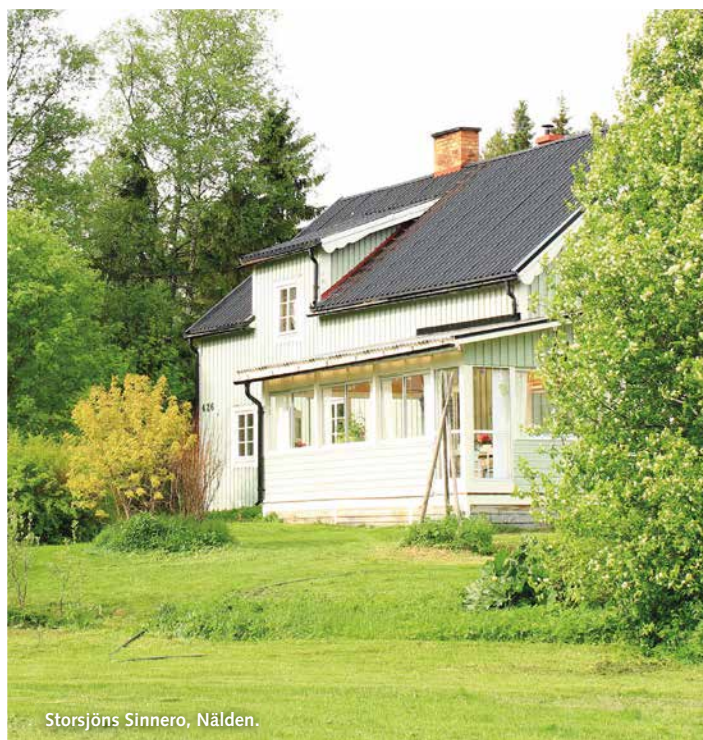
Är du sugen på att boka in den där kursen du funderat på, eller komma iväg på en välbehövlig retreat i sommar? I kursgårds-specialen hjälper vid dig genom att lista 45 av alla fantastiska kursgårdar som finns i vårt avlånga land. De flesta har verksamhet året om och det finns verkligen något för alla! Free har tittat lite närmare på tre av dem.

Text Free, Anna Geiden **Bild** Kursgårdarnas egna

Ge dig själv tid för ny kraft



Gävdömta, Adelöv.



Storsjöns Sinnero, Näliden.

ANANDA MANDALA YOGA

RETREAT CENTER

Höghultström, Åseda
070-275 50 65
www.yoga-meditation.se
Yoga och meditation.



AVALON HEALING CENTER

Museröd 350, Henån,
Orust
073-552 82 32
www.pernillacarlqvist.com
Healingutbildning,
shamanska healingkurser,
änglahealing.

BARAVARA

Stora vägen 6, Vikarbyn
0248-230 60
www.baravara.se
Oshoinspirerade kurser
och terapier.

BYSKOLAN – TERRY EVANS

Fanthyttan 319, Storå
0581-519 00
www.creativexperiences.com
Medium- och healing-
utbildning, bergsmeditation.

BÖNNARPS KURSGÅRD & HELHETSCENTER

Bönnarpsvägen 166, Svedala
073-397 89 33
www.bonnarpsgard.com
Yoga, meditation, hypnos-
terapi, coaching.

ÄNGSBACKA

Andlig gemenskap

Sveriges största kursgård för personlig utveckling är också en av de första och har funnits sedan 1996. Till lilla värmländska Molkom har tusentals människor från Sverige och många andra länder kommit under åren för att utforska livet och varandet på olika sätt. Oräknliga lärare, varav många stora internationella namn, har delat med sig av sin visdom här. Och skylten "Välkommen hem" har mött dem alla.

DET BÖRJADE MED No Mind festival, eller "Ängsbackafestivalen", som är ett veckolångt, gigantiskt smörgåsbord med olika workshopar, ceremonier och musikupplevelser. Sedan flera år hålls här också Sveriges största yoga- och tantrafestivaler vid sidan av midsommarfirande och numera också Sexsibility-festivalen. Ängsbacka erbjuder också kurser inom många olika discipliner och inriktningar, till exempel yoga, tantra och shamanism. Två kursledare som funnits med i många år är *Åsa Kullberg* med sin shamaniska kroppsdearmorering och *Kåre Landfald* som utbildar i Zen coaching.

NÄR ÄNGSBACKA NU firar 20 år är det minst sagt i en livaktig period. Aldrig tidigare har kursgården arrangerat så många festivaler och kurser, och det året runt. *Ida Freyschuss* som är VD sedan hösten 2014 är en del av det "mogna" Ängsbacka som lämnat tonåren bakom sig. Arbetet idag präglas av mer nytänkande och ekonomisk stabilitet än någonsin. Ida känner ödmjukhet inför all den passion som föregångare har lagt ner i arbetet.

- Under 20-årsfirandet i april märktes så mycket stolthet och

tacksamhet över allt som Ängsbacka varit för människor under åren. Det är en ära att få vara med och förvalta och styra detta magiska, stora skepp, säger hon.

Det är ofta som människor använder ordet magiskt om Ängsbacka, de tycker sig känna en speciell "spirit" på kursgården.

- Jag tror det handlar om att det skapas ett kraftfullt fält av andlig gemenskap när flera hundra samlas i medveten närvaro. Hjärtan öppnas och många får fatt i något äkta i sig själva och i kontakten med andra, säger Ida.

DEN NATURNÄRA OCH lantliga miljön med gamla byggnader, stora trädgårdar, odlingar, öppna vyer och en sagolik skog alldeles intill bidrar till att ge upplevelsen kraft och djup. Under de stora festivalerna sommartid tältar ett stort antal deltagare på fälten utanför området. I den gamla ladan och huvudbyggnaden finns runt 200 sängplatser fördelade på enkel- och dubbelrum och sovsalar.

Caféet med den stora trappan ut mot gräsmattan ligger i det som en gång var hönsbushus. Det här är hjärtat under festivalerna. Ett ställe för att hänga och mötas, slinka förbi och kolla läget, här sker den populära "open stage" och här kan man säklart få sig en rejäl fika. På Ängsbacka finns mycket kunskaper om raw food och veganmat och det speglar det varierade utbudet i caféet. Får det lov att vara en latte med en Lime cheese cake eller en Chocolate hazelnut cake, ekologiskt och helt utan gluten och socker?

INTENTIONEN OCH visionen hos det första gänget, då för 20 år sedan, var att skapa ett ställe för personligt växande utan att peka ▶



Tantrameditation i stora ladan.



Mysig samvaro på caféet.



Halmbalshuset som används till meditation och mindre grupper.

CEC

Tullesboslott
Tullesbo-
allén 308, Sjöbo
0415-410 50

www.cecsweden.org
Ekologi, spiritualitet, meditation, inre utveckling.



DJURKÄLLA GATUGÅRD

Djurkälla
Gatugård 203, Motala
073-320 46 33
www.hope-of-avalon.com
Healing- och mediumutbildning, djurkommunikation.



EKEGÅRDEN GOTLAND

Eke Bölske 146, Havdhem,
Gotland
070-779 29 60
www.ekegarden.com
Attraktionslagen, yoga,
qigong.

EKGÅRDEN

Tubbared Ek-
våg 17, Hindås
0301-190 99
www.ekgarden.org
Medicinsk qi gong, tai
chi, meditation, healing,
trädgårdsrehab.



ENGLAGÅRD

Västra Å, Åsbro
0583-123 24
www.retreat.nu
Healing- och medium-
utbildning, retreats.

SKOGLYCKANS KURSGÅRD OCH SOMMARCAFÉ

*Vackert belägen, 4 mil norr om Orsa utmed E45 i finnmarks-
skogen – nära till vildmark, sjöar och vackra utsikter.*

Kurser i meditation, healing och yoga. Eldceremonier, schaman-
kvällar och trumvandringar. Flertal aktiviteter. Uthyrning.

Skogslucky, Ann-Louise Danielsson · Kvarnberg, Orsa · 070-062 67 22



FRIDHEM - SÖDRA DALARNAS SKÖNASTE KURSGÅRD & VANDRARHEM

Övernattning - Kurser - Galleri - Permakultur - Ekobutik - Cyklar - Kanoter - Bågsytte - Kaféer

Vi välkomnar kurser och kursledare till en genuin, varm atmosfär med hemkänsla.



Stiftelsen Stjärnsund

0225 800 01

www.frid.nu

info@frid.nu

THE GIFT OF WOMANHOOD

Guru Rattana

17-25
AUG



2-4
SEPT



RAW FOOD RETREAT

Erica Palmcrantz Aziz

ÄNDRA DINA TANKAR, ÄNDRA DITT LIV

Kay Pollak

18-20
NOV



8 - 14 Aug - ISTA TRAINING, LEVEL 1
Bruce Lyon, Kamala Devi and Dhyen Niten

16 - 26 Aug - YIN YOGA TEACHER TRAINING
Beta Lisboa and Simon Calder

8 - 11 Sept - FOUR PILLARS OF TANTRA
26 Nov - 3 Dec - PHOENIX UPRISING
Estera Saraswati and Zenon Dorje

9 - 11 Sept - THAI YOGA MASSAGE
4 - 6 Nov - FAMILY ACRO YOGA RETREAT
Nina Bella and Boris Acro

11 - 13 Nov - SKRIVARKURS
Bob Hansson



22 OCT
5 NOV

SHAMANIC BODY DEARMORING

Åsa Kullberg

THE ZEN WAY OF COACHING, PART 1

Kåre Landfald

22-27
NOV



Ängsbacka Kursgård ligger i Värmland och har funnits i 20 år. Vi erbjuder kurser, festivaler och retreatar året om.

Varmt välkommen att delta i våra event, kom som volontär eller arrangera din kurs här. Läs mer på www.angsbacka.se



FRIDHEMS KURSGÅRD

Bruksallén 16,
Stjärnsund
0225-800 01
www.frid.nu
Kursgård och vandrarhem.



FRÖSKOG CENTER

Hensby-
vägen 15, Fengersfors
073-822 32 05
www.froskog.no
Resan, regressionsterapi,
healing, intuitiv målning.



GAIA LIFE KURSGÅRD

Gamla
Tostaredsvägen 210, Fjärås
0300-43 04 96
www.gaialife.se
Kursgård för shamanism
och retreatar.



GAIA GÅRDEN

Lässerud gamla skola,
Ämotsfors
076-773 99 11
www.gaiaarden.se
Kursgård för ekologi, enhet
och samarbete i den nya
tiden.

GULLNÄS- GÅRDEN

Tjärnö,
Strömstad
073-984 38 15
www.gullnasgarden.org
Egenvård, yoga, meditation,
qigong, retreatar.



på någon särskild lära eller guru. Och så har det varit sedan dess. Alla är "välkomna hem" för att göra sitt eget utforskande, oavsett vem man är och var man befinner sig på sin resa.

- Det är den här öppenheten som bidrar till Ängsbackas magnetism, tror jag. De flesta som kommer hit för ett längre tag har en andlig erfarenhet på något plan, men andra har det inte, säger Ida Freyschuss.

ETT NYTT STEG TOGS förra året när Magnus Skånberg anställdes för att arbeta med planering och bokning främst av kurser. Hösten och vintern är späckad! Kundalini-yogadrottningen *Guru Rattana* kommer, det blir bindvävsyoga med *Beta Lisboa*, *Erica Palmcrantz Aziz* håller en raw food-kurs och *Kay Pollak* kommer igen. Bland andra.

Sedan 2008 är det en medlemsförening som äger kursgården och det aktiebolag som driver verksamheten. En personalstyrka på 15 personer finns på nyckelpositionerna och ett stort antal volontärer kommer och bidrar inom olika områden under längre eller kortare perioder. Det går bra att komma för en helg eller för flera

månader. Under vinterhalvåret finns det behov för ett 25-tal volontärer åt gången, till sommarfestivalerna 2015 kom det sammanlagt 350. Att vara volontär innebär att bidra med fem timmars arbete om dagen och sen ta del av så mycket av programmet som man känner för. Utanför festivalperioderna ordnas enklare workshopar och man möts på morgonmöten och på den Ängsbackatypiska sharingen och silent sittings.

som en viktig aktör i regionen.

- Det känns som att vi är mogna att ta hållbarhetsfrågorna några steg framåt nu. Vi fick många idéer och inspiration av dem som kom under helgen - och kunde också se allt vi redan gör. Jag är också stolt över att vi invigt världens första röse för Naturens rättigheter. En idé som i grunden innebär att vi vördar och återskapar en levande relation till naturen och vår jord, säger *Ewa Jacobsson* som höll i Hållbarhetshelgen.

en satsning som rullar på i år.

Tonvis med sallad serverades till festivalbesökarna förra året.

Ängsbacka är inte bara en mötesplats för deltagare på festivaler och kurser. Runt om i Molkom bor ett hundratal personer som flyttat till Molkom för Ängsbackas skull, Extended community. För dem är caféet träffpunkt nummer ett på lördageftermiddagar under höst, vinter och vår.

I DET AVSLAPPNADE umgänget är barnen en naturlig del. Många av dem går på Backa Förskola som startats av föräldrar i communityn och bygger på kursgårdens värderingar. Barnens Ängsbacka är rikt, ända från början satsade No Mind festival stort på barnen och de erbjuds ett eget genomarbetat program när mamma och pappa går på workshop. Förra sommaren kom 150 barn till No Mind som samlade totalt 700 personer.

- Föräldrarna tycker det känns tryggt med den alkoholfria miljön och medvetenheten som råder. Barnen kan utforska området och leka på många olika sätt. De träffar nya kompisar här och många har kommit tillbaka varje sommar under uppväxten, säger Ida Freyschuss. ☺

"Hjärtan öppnas och många får fatt i något äkta i sig själva och i kontakten med andra."

I ÄNGSBACKAS VISION står att man vill verka för "mänsklig hållbar utveckling" och leva "i samklang med varandra och planeten". Sakta men säkert går man åt en större praktisk medvetenhet vad gäller hållbarhet på samtliga plan, inte bara det mänskliga som hittills fått mest fokus. Nu i maj ordnades en Hållbarhetshelg med ekonomiskt bidrag från Karlstads kommun som ser Ängsbacka

EN VIKTIG DEL INOM hållbarhet är att odla sin egen mat. Ängsbacka har alltid serverat vegetarisk och till största del ekologisk mat och den har rönt både uppmärksamhet och oftast stor uppskattning från besökare. "Den lagas med kärlek", säger kockarna. Förra året satsade Ängsbacka stort på egenodlade örter, sallader, rotfrukter och grönsaker,



Caféet där man kan "hänga" och mötas.



Volontärer som jobbar.

GÅVOTOMTA

Adelöv Gåvotomta 1, Tranås
073-201 75 31
www.yantra.nu
Yoga, ayurveda, hälsövägledning, retreatar.



HANNEMO KURSGÅRD

Backa 23, Västra Ämtervik
0565-519 19
www.hannemo.se
Uthyrer för olika kurser i personlig utveckling.

HILLESGÅRDEN

Fastarp 4452, Klippan
0435-215 30
www.hillesgarden.se
Personlig utveckling, yoga, qigong, behandlingar.

HUSBYGÅRD

Husby-Oppunda socken, Bettna
0155-930 91
www.amrit.se
Yoga, kreativitet, retreatar.



HÅÅ KURSGÅRD:

Skand. Yoga- & Meditationsskola
Hamneda
0372-550 63, www.yoga.se
Yogakurser och tantriska meditationer.





En avkopplande stund.



Inomhusmiljö.



Sekelskifteshuset med stor vacker omgivning.



Kossor i hagen.

GÅVOTOMTA KURSGÅRD

Insikt genom ayurveda

Kursgården Gåvotomta, som drivs av *Susanne Montelius* ligger i Adelöv cirka 1,5 mil öster om Gränna. Kurs- och utbildningsverksamheten Yantra Ayurveda startade 2006 och firar i år alltså 10 år!

SUSANNE HAR SEDAN länge haft en dröm om en egen kursgård.

- Under utbildningsåren till Ayurvedisk terapeut och hälsovägledare fanns det en framtidsvision om en kurs- och behandlingsgård. Idag har jag nått den drömmen - där jag på kursgården kan erbjuda utbildningar och grundkurser i ayurveda, vedic art, retreat, ayurvediska behandlingshelger och kundaliniyoga.

- Mitt liv är min glädje mitt dharma (livsväg) - varje steg jag tar, tar jag i oerhörd tacksamhet att jag funnit denna vackra plats. Här kan jag få dela med mig och inspirera med vedisk visdom - från livskunskapens ayurveda till konstens insikt, från kreativitetens vedic art till yogans transformerande verktyg, berättar Susanne.

- Efter varje yogapass och kurs fylls mitt hjärta med ödmjuk tacksamhet att jag får vara en del av människors förädling till sitt sannaste jag.

KURSGÅRDEN BESTÅR av ett vackert stort sekelskifteshus med stor tomt utan direkta grannar. Det ligger fantastiskt vackert

och vilsamt och har en underbar trädgård. Naturen flödar in i huset genom de stora och många fönstren - vilket ger en känsla av att naturen är ett med huset. Huset är omgivet av vacker skog, ekologiska odlingar och med dräktiga kossor i hagen. Naturen och trädgården bjuder ofta på enastående naturupplevelser ...

På kursgården finns det även möjlighet att övernatta om man skulle behöva flera dagars behandling, eller för att vila och finna kraft för återhämtning.

Det finns plats för 10-13 deltagare, både delat boende och enkelrum. De är vackert inredda med kristallkronor och ljusa vägar och möbler. Eftersom rummen har olika inredning, och ger varje enskild deltagare olika upplevelser, finns det möjlighet att finna "sitt rum".

PÅ GÅVOTOMTA ERBJUDS kurser året om. De mest populära är ayurvedisk hälsovägledarutbildning, grundkurs i ayurveda samt behandlingsskurser.

- Vi har också specialiserat oss på fördjupning inom örtfarmakologi både av våra svenska örter och indiska. På örterkurserna kan du möta örterna från ett djupare personligt perspektiv, säger Susanne.

Kurserna hålls av *Janne Hallqvist* som har skrivit flera böcker i ämnet och *Lisa Jeannin* konstnär och Spagyrisksk alchemist, båda utbildade inom ayurveda.

Mest aktuellt just nu under sommarmånaderna är grundkurs i ayurveda, sex dagars vedic art-kurs med yoga och flera olika örterkurser.

- VI LEVER som vi lär ut - We walk our talk! Under alla utbildningar, retreat och workshopar upplevs ►

KOM LUST & FRÖJD

Hedehult 4, Kristinehamn
070-357 88 01
www.komlusttofrojd.se
Yoga, dans, behandlingar, örtvandring.



KOSMOSGÅRDEN

Skarke, Kosmosgården, Varnhem
073-642 22 12
www.kosmosgarden.se
Kurser i Martinus kosmologi, pathwork, självkänedom.

KÄRLINGESUND RETREAT CENTER

Kärlesund 316, Uddevalla
070-281 12 42
www.karlingesundsgard.se
Yoga, meditation, zen coaching och shamanism.

LEVAGÅRDEN

Sjurby, Älvdalen
070-467 82 77
www.minanda.se
Yogautbildning, medveten närvaro, access coaching.



LEVANDE FÖDA SKEPPS-GÅRDEN

Valdemarsvik
0493-414 25, livingfood.nu
Levande föda enligt Ann Wigmore.



*"Här kan jag få dela
med mig och inspirera
med vedisk visdom."*

ayurvedan i sin enkelhet och varje deltagare blir själv till en integrerad del av den ayurvediska helheten, berättar Susanne.

I kurserna ingår också yoga, meditationer, andningsövningar och utvecklande möten - viktiga redskap i ditt liv och för din utveckling.

DET SERVERAS ALLTID ekologisk, ayurvedisk mat som är tillagad med kärlek. Råvaror köps i första hand in av lokala producenter för att få så nyskördad som möjligt.

- Sallader och örter plockar vi direkt från naturens skaffer, gärna tillsammans med kursdeltagarna, för att ge inspiration till alla vad som är möjligt att äta ifrån trädgården och den närmaste omgivningen.

Det finns ett ekologiskt tänk i allt. Från mat till att leva i samklang med naturen. Allt ska ha ett naturligt kretslopp precis som naturen själv.

Under kurser och retreatar är

det anställda som lagar maten och vid specifika behandlingsretreatar är det duktiga massageterapeuter utbildade av Yantra Ayurvedas utbildningar som hjälper till med behandlingar.

I dagsläget är det inte möjligt att arbeta som volontär på Gävotomta.

- Vem vet, den möjligheten kanske kommer finnas i framtiden, säger Susanne.

YANTRA AYURVEDAS främsta mål är att kursdeltagaren får insikter och kunskaper och upplever alla fördelar med en ayurvedisk livsstil.

- Med en välmående kropp, balanserat sinne och andligt medvetande kan man entusiasmera andra att finna sin hälsa och leva ett lyckligare liv. Så sprids ayurveda, livets kunskap, på ett naturligt sätt, menar Susanne.

- Ayurvedas grundvärdering är att allt existerande har en inneboende gudomlig aspekt - och för att



Susanne är kreativ.

leva i harmoni med livet och ditt inre är det en viktig förståelse.

UNDER DE TIO ÅR som verksamheten funnits har grunden varit densamma men nu när kursgårdens är manifesterad finns det så mycket mer möjligheter.

- Deltagare lever tillsammans och äter fantastisk ayurvedisk mat. Allt är samlat på plats - örter, oljor, mat, kunskap, natur och så vidare.

- Nu har vi även börjat att arrangera resor till Indien, berättar Susanne. Den första resan är en

"fira livet-resa" med yoga, helig dans och mantrasång. Resorna kommer att ha olika tema - från ayurvediska behandlingsresor till lustfyllda resor som att möta Indiens färgsprakande mångfald!

SUSANNES FRAMTIDSVISION är att Yantra Ayurveda ska bli en av de mest väletablerade ayurvediska skolorna i Sverige som sprider kunskap och erfarenheter om ayurveda och yoga. Och såklart det första valet för den som vill utbilda sig. 🌸



Vill du ha förändring i livet, vara den du är och leva medvetet i livshälsa?

Då kanske det är dags NU?

Holisitisk My Spirit yogalärobbildning
NY start 9 september. Fokus på hälsa & personlig utveckling sedan 1993.

Ansök på **www.myspirtityoga.se**
Både för att bli yogalärare och för egen utvecklings skull.



LIVING FOOD INSTITUTE SWEDEN

Broviksvägen, Värmskog
0570-46 10 22
www.living-food.se
Kursgård med raw- och living food.



LUGNETS KURSGÅRD

Torsgatan 9, Kumla
070-554 74 85
www.gbmhelhetsterapi.se
Healingutbildningar och behandlingar.

MASESGÅRDEN

Siljansnäsavägen 211,
Grytnäs, Leksand
0247-645 60
www.masesgarden.se
Hälsohem med yoga, meditation och kost m m.

MELAMY KURSGÅRD

Stationsgatan 5, Frinnaryd
070-725 49 45
www.melamy.se
Healingutbildningar, intuitivt måleri, änglamedvetande.



MULLINGSTORP KURSGÅRD

Vikbolandet
0125-132 20
www.mullingstorp.com
Kurser i personlig utveckling, enligt dr Bengt Stern.



Raw & Living food

Maten som ger dig massor av energi, stärker immunförsvaret och självläkningsförmågan!

Vi erbjuder vistelser inklusive kost, logi och utbildning, kombinerat med utrensning, motion, yoga och aktiviteter. Välkommen till vår kursgård i vacker miljö i Värmland.

Ring för mer info och broschyr!

Living Food
INSTITUTE SWEDEN

0570-461022 www.living-food.se

SÄTT EN NY KURS – Frigörande andning bland annat, i varmt vatten 7–14 augusti på Livsuniversitetet, Vaddö

Forma det liv du önskar och förverkliga dina drömmar. Healing, glädje och djupgående processer.

Veckan inleds med den traditionella sommarfesten den 7 augusti kl 16.

Med Lena Kristina, Sandy Levey, Eva Vadenmark, Sten Slumstrup, Clair Haugh, Michael Blake m fl.

Kursavgift: 5 000:-, kost och logi 3 000:- inkl moms.

För mer information: www.lenakristina.se/kurser

Anmälan: lena.kristina@tuul.se eller kellypiena@gmail.com



STORSJÖNS SINNERO – KURSGÅRDEN I HJÄRTAT AV SVERIGE

Eleonor Amora fl. Magnusson

AKTUELLA KURSER OCH UTBILDNINGAR:

25–29 juli Channeler of the Realms - Sweden: Nordiska väsen

En kurs där du lär dig att kommunicera med allt från tomtar till troll, älvor, vittor och såklart Storsjöodjuret!

4–7 augusti Djurkommunikation och eteriskt beskydd för de vilda djuren

En populär utbildning där du med bland annat hjälpen från kursgårdens djur lär dig att kommunicera med och föra djurens talan.

23–30 augusti Tillbaka till Atlantis

En resa genom tid och rum, för att komma ihåg tidigare liv på platsen där allt hände. Du lär dig även ljusarbete och medialt självförsvar, och den sanna historien om människans ursprung. OBS! Plats: Azorerna, Portugal.

5–9 september Första delkursen i en tvåårig utbildning till multidimensionellt medium

En unik och mycket gedigen utbildning där du inte bara lär dig kommunicera med avlidna själar, utan även guider, änglar, mästare och alla slags väsen som kan vilja ge budskap till en klient.

Sommargåva!

JAG HAR GIFT MIG!

Det firar jag genom att ge bort onlinekursen "Följ din intuition". Maila ordet "Nygift" för att delta i kursen. Gäller t o m 31/8 2016.

DISTANSKURSER ONLINE:

- Förstå din intuition
- Healing med guld- och silvervioletta flammor för hemmabruk
- Orakelkortens väg – att använda och arbeta med orakelkort
- Läran om Änglarna (inkluderar även nya ärkeänglar)
- Lär dig skapa crystal grids och kristallnät – för att manifestera ditt drömliv

**Sommarlovs-
rabatt 50 %**

För mer information och anmälan:

NY! www.eleonoramora.se · info@eleonoramora.se · Sms-bokningar: 070-688 62 77
www.eleonormagnusson.com · info@eleonormagnusson.com (aktuella året ut)

MUNDEKULLA KURSGÅRD

Långasjö
0471-504 50
www.mundekulla.se
Musikfestivaler och kurser i
personlig utveckling.

NÄCKROSEN KURSGÅRD

Gyllebo, Gärsnäs, Österlen
0414-230 52
www.nackrosen.net
Kurser i personlig utveckling,
kreativitet, dans.

OSHO RISK

Bøgallevej 3,
Braedstrup,
Danmark
+45 7575 2500
www.oshorisk.dk
Oshoinspirerade terapier,
kurser och sommarfestival.



SANNEGÅRDEN

Bylehemnsvägen, Vaddö
0176-931 76
www.sannegarden.se
Kurser och yoga.

SATYANANDA YOGA

ASHRAM KURSGÅRD
Gässlingsbo 7037, Bollnäs
www.sys.se
Utbildning av yogalärare.

STORSJÖNS SINNERO

Medveten livslära

Storsjöns Sinnero - kursgården i hjärtat av Sverige, som drivs av *Eleonora Amora Magnusson*, ligger i Näliden mellan Östersund och Åre, 4 mil norr om Östersund och 20 minuter från Åre-Östersunds flygplats. Området kring gården är väldigt naturskönt, med närheten till Storsjön och många olika kraftplatser som deltagarna ges möjlighet att besöka både inom kursernas utformning och på egen hand.

KURSGÅRDEN ÄR ett tidigare KRAV-odlat lantbruk, där deltagarna bor i familjens bostadshus tillsammans med familjen. I dagsläget används kurssalen samt olika gästrum som boende, där deltagarna delar olika rum och det finns plats för 8-10 deltagare. Det planeras en stugby samt utökning av verksamhetens terapidjur, som redan nu finns - hästar, kor, katter, hundar, höns, ankor och påfåglar.

Stugbyn kommer att möjliggöra för mer enskilda sovplatser, men det erbjuds även i dagsläget.

- Beroende på vilken kurs det är, så arbetar man även ute i stall och ligghall, till exempel vid djurhealing eller djurkommunikation. Gårdens ligghall är tidigare prisbelönt i en lantbrukstidning, berättar Eleonor.

DE GRUNDLÄGGANDE värderingarna på kursgården involverar ett helhetstänk, vilket kombinerar andlighet med medvetenhet om livet och världen. Ekologiskt och hållbart leverne är i fokus. Det finns självushållning när det rör en del ekologisk grönsaksodling, och tanken är att utöka detta ännu mer med växthus. På gården finns en hushållsko och hennes kvigkalv (som går tillsammans) för mjölkprodukter och ägg fås från gårdens höns och ankor.

Deltagarna kan välja att inkludera ekologisk mat under sin vistelse på gården. Många väljer att ta med

egen mat som de lagar på plats i det stora lantköket. En stor kunskap finns på gården om kostens betydelse för helhetshälsa, och det lärs även ut under kurserna.

På gården råder det rökförbud, men kursdeltagarna uppmanas även att undvika syntetiska parfymer och starka dofter.

VERKSAMHETEN startade redan 2007, men det var först 2012 som Eleonor började med kursgårds-konceptet då det efterfrågades vid hennes kurser. 2014 flyttade familjen till Ytterån, där de lade grunden till Storsjöns Sinnero.

Det är främst Eleonor och hennes man som arbetar på kursgården men vid behov så engageras även andra lärare och föreläsare.

- Beroende på säsong så kan det finnas möjlighet att arbeta som volontär, och när kursgården utökas i form av stugby så kommer behovet av volontärer också att öka, berättar Eleonor.

TIDIGARE RESTE Eleonor land och rike runt för att ha sina utbildningar - även utomlands. Hon kände till slut att det behövdes ett centrum att utgå ifrån i Jämtland.

- Det är mycket lättare att hålla en hög kvalitet på kurser när man har en kursgård, jämfört med om man är på resande fot, och Jämtland har i alla tider varit känt för sina rena och höga energier som hjälpt till många andliga uppvaknanden. Just Storsjöbygden är känt för sin stora andel alternativterapeuter och öppenhet för det andliga.

På kursgården erbjuds kurser under hela året men även onlineturser där man får personlig feedback. Det går även att boka individanpassade dagar.

- Det handlar om kvalitet och inte kvantitet, och det är just genom denna närhet och personlighet samt familjenära energi, som ►



Eleonor Amora Magnusson.



Vy över gården.



Mys med djuren på gården.

SHAMBALA GATHERINGS KURSGÅRD

Borntorpet, Skinnskatteberg
073-689 80 07
shambalagatherings.com
Yoga, healing, vedic art,
detox och tai chi.

SHANTILAND

Fönebo 350,
Bjuråker
070-318 99 59
www.shantiland.se
Yoga, frigörande dans,
ayurveda.



SKEPPSUDDEN KURSGÅRD

Järstad, Östra Stenby,
Vikbolandet
070-221 14 34
www.skeppsudden.com
Tantra, relationer, Moder
Jord.

SKOGS- LYCKANS KURSGÅRD

Kvarnberg 171, Orsa
070-062 67 22
Kurser, meditation, healing,
yoga, eldceremonier, schamankvällar, trumvandringar.



SKÅLSJÖGÅRDEN

Skålsjön 302, Viksjöfors
0271-520 40
www.skalsjogarden.se
Kurser, meditation, kickoff,
qigong.

deltagarna når sådana stora utvecklingsprång. Jag brukar sätta en maxgräns på 4-12 personer på kurserna, just för att kunna bibehålla den familjära touchen, samtidigt som jag vill kunna individanpassa varje kurs, och följa deltagarnas utveckling även efter kursens slut.

Mest aktuell just nu är kursen Channeler of the Realms - Sweden: Nordiska Väsen, 25-29 juli.

- Deltagarna lär sig att kommunicera med allt från vittor till älvor - och såklart även Storsjöodjuret, vilket inte är annat än vattendrakar som lever i Storsjön bara ett stenkast från gården! Det finns sägner som talar för att det ska finnas underjordiska tunnlar till Loch Ness, och att de vattendrakar vi har i Storsjön är samma som syns som Nessie i Loch Ness, berättar Eleonor.

REGRESSIONSUTBILDNINGARNA kommer även att utökas under hösten, då det enligt Eleonor behövs ett kunnande om att vägleda klienter till minnen och erfarenheter samt kunskap från tidigare liv.

- Den utbildning som annars är mest populär är den 2-åriga utbildningen till Multidimensionellt medium, där deltagarna redan under utbildningens gång börjar ta emot klienter i sitt arbete. Det unika med denna utbildning är att



"Ett helhetstänk som kombinerar andlighet med medvetenhet."

det inte bara innebär att kunna kommunicera med avlidna själar, utan att kunna skifta frekvens och kommunicera med alla slags väsen och energier som finns på platser och som är förknippade med personer. En viktig del innefattar dessutom ljusarbetarnas mediala självförsvar. Denna utbildning anses väldigt gedigen av de deltagare som gått den, säger Eleonor.

Eleonor håller även energiutbildningar, där deltagarna lär sig att hantera energier och energiärbete på olika sätt. Hon är också en

av de personer som tar upp vikten av att minnas Atlantis. I höst finns hon på Azorerna och lär ut medialt självförsvar, samt visar deltagarna vägen tillbaka till Atlantis och deras minnen från tidigare liv.

ELEONOR HAR gjort sig känd som grundaren av Medveten livslära, Medvetna föräldrar och det nyligen grundade Medvetna trossamfundet. Många förknippar detta med en medveten folkrörelse - the Conscious Movement - som nu sprids i Sverige.

- Det handlar om en medvetenhet om helhetsbilden som behövs för livet på Moder Jord, och naturens betydelse för vår existens. Men på kursgården välkomnas alla oavsett andlig inriktning!

Framtiden, enligt Eleonor, innehåller en vision för den nya generationens barn, där hennes nya bok "Framtidens människa - den andliga evolutionen" tar upp många av pusselbitarna för att förstå den nya tidens barn. Den inkluderar även en ny skolform, som hon haft i åtanke under många år.

- Gården, som utökats med en stugby kommer att bli ett ekologiskt livscentrum för bygden, där andlighet blir en normal del av livet - för det är ju egentligen det som andlighet handlar om: förståelsen om livet och dess helhet.

ELEONOR BERÄTTAR att för längesen färdades grevinnor och baronessor till kurorten Ytterån, där kursgården ligger, för att bli botade från sina åkommor. Redan 1756 godkändes hälsokällan i Ytterån av prosten Tidemann, och efter det vallfärdade människor till orten för att dricka av och bada i de hälsosamma järnoxidhaltiga källorna.

- Det gör det såklart extra roligt att erbjuda just denna plats för vår kursgård, där det varit fokus på hälsa i många århundraden. 🌿

Melamy Kursgård

Kurser och behandlingar

Andlig bara vara-helg 15-17/7 · Änglamedvetande 29-31/7
Reiki steg 1 20-21/8 · Nefertiti Kosmisk healing 26-28/8



Stationsgatan 5, Frinnaryd | 070-725 49 45 | info@melamy.se | www.melamy.se

Fröskog Center för kropp och själ

Anne Bodil Rösвик

Regressionsterapi · Resan · Hypnoterapi · Healing
Intuitiv målning · Retreater · Utbildningar · Workshops
Uthyrning av rum och kurslokal

Hensbyv. 15, 662 95 Fengersfors · www.froskog.no · 073-822 32 05

STORSJÖNS SINNERO KURSGÅRD

Sjövik 426, Näliden
070-688 62 77
www.eleonormagnusson.com
Healing- och mediumutbildning, djurkommunikation.



SÖRBY NATURHÄLSOGÅRD

Sörby Hovgård 232,
Vessingebro
0346-204 43
www.sorbynaturhalsogard.se
Ayurveda, familjekonstellationer, zen coaching, meditationer.

UNIO MYSTICA KURSGÅRD

Kvarnen, Gravendal 50,
Fredriksberg
www.uniomystica.se
Deeksha, meditation, vipassana, retreater.

VAVIVAGÅRDEN

Årdala Gammelgården,
Sparreholm
073-713 64 91
www.vaviva.nu
Yoga, meditation, skapande, dans, avspänning, baravara-boende.

ÄNGSBÄCKA KURSGÅRD

Nyed-backa 511, Molkom
0553-100 35
www.angsbäcka.se
Festivaler, yoga, tantra, raw food, medveten närvaro.

