

**Bevissthetsstur til Helgelandskysten 14 – 18. August 2022.**  
**9 livsenergier – 9 nøkler til et rikere liv.**

I år bor vi fast på Lovund. Herfra skal vi gå opp på fjellet etter morgen meditasjon. Vi skal også på dagstur til Træna og Sanna. På formiddag og ettermiddagene er det seminar om de 9 livsenergiene og 9 nøklene til et rikere liv.



Sommerens bevissthets tur går til Lovund. Vi skal bo på stedet som er verdens kjent for kulinarisk opplevelser og god utsikt- Lovund Hotell. I år er det i tillegg bygget nye fantastiske fasiliteter for seminarer med meditasjon og bevegelsestrening. <https://lovund.no/no/Om-utbygget-BLIKK>

På Lovund skal vi øve, trene og spise fantastisk mat. Som innfødt helgelending som har fartet rundt på de tusen øyers land i mange år, kan jeg bare si at dette er midtpunktet for kultur, mat, natur og sjelelige opplevelser på Helgelandskysten. Det er en kort gåtur til hvite sandstrender og bare 25 minutter med båt til Træna og Sanna.

Bevissthetsturen er på 5 dager, fra søndag til torsdag morgen.

Den inkluderer overnatting, frokost, middag og seminarer.

Lunsj bestiller hver enkelt person selv. Det er mulig å kjøpe mat på hotellet eller på den lokale Joker butikken.

Matpakke koster 129,- på hotellet.

2 retters lunsj koster 275,- (dette må forhåndsbestilles 1 uke i forveien)

Innreise til Lovund og utreise fra Lovund er ikke inkludert.

Pris 9900,- pr. person. i dobbeltrom sammen med en annen person/par/venn.

Pris 1390,- pr. person i dobbelt rom alene.

Reisemåter fra fastlandet til Lovund

<https://www.lovundinfo.no/reise-lovund>

P.s. Det kommer nye sommer reise tider fra 1. April. 2022.

Du kan reise med fly eller tog til Bodø. Da må du være der innen klokken 1400 den 14/8 også reise videre med hurtigbåten til Lovund. Det tar 5 timer. Du kan også reise fra Sandnessjøen, Nesna, Stokkvågen, Onøy, Nord Solvær, Sleneset, Lovund og Træna.

Foreløpig program. (Kan endres i forhold til været)

14/8

Søndag kveld er det bokbad! Klokken 1800 – 2000.

Middag klokken 2000. 3 retters middag med presentasjon av mat og hotell av hotelldirektør og eier Sivert Olaisen. Når vi tenker smak av Lovund, da tenker vi på våre nære råvarer som høstes rett fra havet utenfor Lovund. Vi tenker lokale produsenter som daglig jobber for å ivareta den nordnorske matkulturen. Inspirasjonen hentes fra det nordiske kjøkken, og kokkenes kompetanse og engasjement gjenspeiles i vår meny. Resultatet blir som Lovund - en meny med basis i lokale, nordnorske og tradisjonelle råvarer, farget og utviklet av folket som bor her.

15/8

Mandag heldags seminar med lunsj som deltakerne får tilbud om å bestille på forhånd.

Vi er oppe klokken 0600 og mediterer og bader ute og ved havet. Så spiser vi frokost før vi går inn i seminar rommet. Lunsj klokken 1200 – 1300. Etter det er går vi oss en tur og fortsetter inne frem til middag klokken 1900. Lunsj avtaler den enkelte med hotellet. På kvelden er det presentasjon av kjente personers livsenergi mens vi slapper av og koser oss. En spennende og opplysende kveld.

16/8

Tirsdag er det utfarts dag etter frokost med båten klokken 1000 til Træna. Vi er hjemme på hotellet på dagen eller kvelden. (Jeg trenger å sjekke dette ut, eventuelle egen båt tilbake når vi er ferdige) Vi er oppe klokken 0600 og mediterer ute ved havet. Så bader vi ute og spiser frokost før vi reiser av gårde.

Matpakke bestilles og settes på regningen til hvert rom. Middag klokken 1900. Vi går på taket av hotellet om det er fint vær og nyter utsikten.

17/8

Onsdag er det heldagsseminar etter frokost og frem til Lunsj klokken 1200, så er vi ute på tur lokalt på Lovund. Lunsj kommer jeg tilbake til, men regner med at det blir matpakke. Vi er oppe klokken 0600 og mediterer og bader ute ved havet. Så spiser vi nydelig frokost før vi går inn i seminar rommet. Vi fortsetter med seminar på ettermiddagen og kvelden frem til middag klokken 1900. Onsdags kveld/ natt åpent i baren på taket. Her kan du stå i glasskula som rommer baren og se hele kystlinjen inkludert Trænebanken.

18/8

Torsdag er det frokost eventuelt ta med frokost på båten på hjemreisen i hel til båttider. Avreise klokken 0630 eller 1000, valgfritt og i hhl til din hjemreise.