

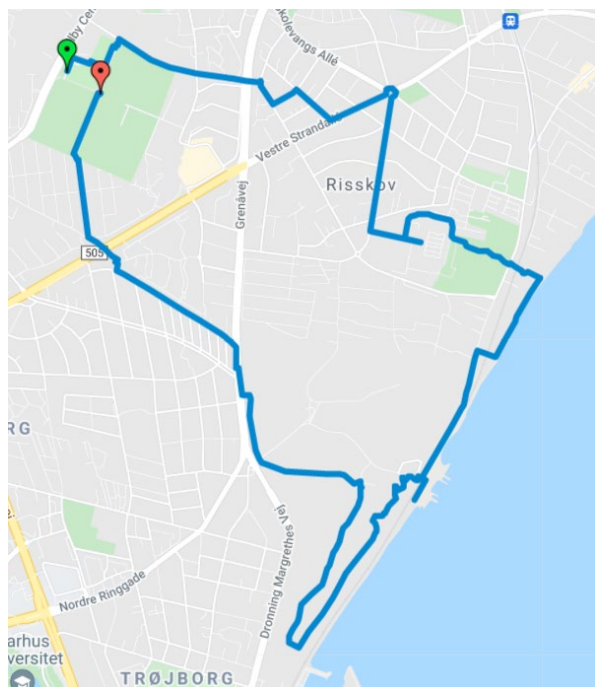
Velkommen til Højskoleruten



Højskoleruten er idéen om at give lidt af højskolen til hele Danmark. Højskoleruten består af forskellige guidede vandreture mellem de danske højskoler med indlagte spots undervejs, hvor du kan blive klogere på det unikke ved stedet og den lokale betydning stedet har for området. Og gennem videoer, refleksioner, sange, natur og bevægelse får du en bid af højskolen med dig undervejs på turen.

Vil du høre mere om Højskoleruten, så klik [her](#).

Højskolelooptet: Idrætshøjskolen Aarhus – Idrætshøjskolen Aarhus



Højskolelooptet er en lille, lokal vandrerute under Højskoleruten. Højskolelooptet er på knap 10 km – cirka 13.000 skridt – og går fra Idrætshøjskolen Aarhus rundt i lokalområdet og tilbage igen med 13 forskellige spots undervejs. Der er maksimalt 1,5 km mellem hvert spot. Ruten veksler mellem grusstier ved skov og strand og fortov i de bynære områder.

Ruten starter og slutter ved Idrætshøjskolen Aarhus, men du kan sagtens vælge kun at gå enkelte dele af ruten. Der er parkeringsmuligheder tæt ved alle spots på ruten, og det er muligt at tage Aarhus Kommunes bybusser direkte til og fra spot 1 til 5 og spot 11 til 13. Der er opsat bænke flere steder på strækningen og adgang til toiletter i forbindelse med Marienlund og Riis Skov.

Find information om de forskellige spots på ruten i dokumentet herunder og tryk på linkene for at se og lytte til de tilhørende videoer og sange.

Bemærk: for at få mest ud af videoer og sange på de enkelte spots anbefales det at medbringe en fuldt opladet smartphone og høretelefoner.

Rigtig god tur!

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlbj Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 1



Idrætshøjskolen Aarhus

56.19250, 10.20692



Foto: Helle Hornemann Møller

Idrætshøjskolen Aarhus er én af Danmarks største højskoler. Højskolen blev oprettet af idrætsklubben Skovbakken i 1968 og startede sit virke i oktober 1970.

Ud over en dagligdag præget af almen dannelse, kunst og fysisk aktivitet er Idrætshøjskolens centrale værdier hjemlighed, nærvær, respekt, holdånd og engagement. Derudover arbejder Idrætshøjskolen på at danne deres elever til at blive gode og reflekterende samfundsborgere.

Hør mere om Idrætshøjskolen Aarhus og dens historie i videoen.

Video

Hør forstander Henrik Løvschall fortælle om [Idrætshøjskolen Aarhus](#).

Refleksionsspørgsmål

Følgende spørgsmål kan du reflektere over, hvis du er alene, eller diskutere med dem, du er på tur med:

- Hvad er god dannelse?
- Hvordan agerer du selv i samfundet?
- Hvordan er du selv en god samfundsborger?

Sang

Her kan du lytte til Idrætshøjskolens jubilæumssang "[Lige her](#)" af Kristian Svenningsen og Thomas Fleron.

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlby Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 2



Vejlby Kirke

56.195555, 10.211480



Foto: Helle Hornemann Møller

I 1682 bestod Vejlby af 30 gårde og 7 huse med jord, men i dag er Vejlby vokset sammen med Risskov og er en populær forstad til Aarhus.

Vejlby-Risskov er især kendt for sine mange idræts- og motionsfaciliteter, men bydelen har også mange andre historiske og kulturelle områder, der er værd at se nærmere på – fx kalkmalerierne i Vejlby Kirke, det arkitekttegnede gymnasium og Bydelsgalleriet, der er Nordeuropas største bydelsgalleri.

Hør mere om Vejlbys spændende historie og udvikling i videoen.

Video

Her kan du høre underviser på Idrætshøjskolen Aarhus, Rikke Becker, fortælle om [Vejlby](#).

Refleksionsspørgsmål

Tag de arkitektoniske briller på og læg mærke til omgivelserne, du kommer forbi.

- Hvad gør det ved dig?
- Hvad gør det ved dér, hvor du kommer fra?

Sang

Her kan du læse teksten og lytte til Naja Marie Aidts sang "[Har døden taget noget fra dig så giv det tilbage](#)".

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlby Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 3



Risskov Skole

56.192129, 10.228589



Foto: Helle Hornemann Møller

I området omkring Vejlbj og Risskov har der siden midten af 1700-tallet ligget forskellige skoler, men de er med årene blevet slået sammen til færre og større skoler. Risskov Skole er tegnet af M. B. Fritz og indviet den 8. april 1927. Under Anden Verdenskrig var tyske soldater indkvarteret på skolen, som også har givet husly til menige fra Montgomerys ørkenrotter umiddelbart efter befrielsen. I dag har over 800 elever deres daglige gang på Risskov Skole.

Hør mere om udviklingen af Vejlbj-Risskov og Risskov Skole i videoen.

Video

Hør fortællingen om [Risskov Skole](#) fortalt af underviser på Idrætshøjskolen Aarhus, Emma Buch Bjerre.

Refleksionsspørgsmål

Prøv at tænke tilbage på din egen barndom og folkeskole og reflekter over følgende spørgsmål:

- Hvor kom børnene fra?
- Hvilke familier var det?
- Lignede de din egen familie?
- Er det vigtigt, at folkeskolen repræsenterer den brede befolkning?

Sang

Her kan du læse teksten og lytte til Grundtvigs ["Er lyset for de lærde blot"](#).

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlbj Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 4



Psykiatrisk Hospital, Risskov

56.186079, 10.230876



Foto: Helle Hornemann Møller

Psykiatrisk Hospital i Risskov blev oprettet i 1852 under navnet Jydske Asyl. Foruden den smukke beliggenhed tæt på park, skov og strand blev hospitalet med årene kendt for sin samling af genstande skabt af hospitalets mange patienter. Det var hospitalsforvalter Albert Lund, der i 1902 startede indsamlingen, og særligt kendt er malerierne og skulpturerne fra kunstneren Overtaci. Overtaci var patient på Psykiatrisk Hospital i Risskov fra 1929 og frem til sin død i 1985.

I slutningen af 2018 flyttede Psykiatrisk Hospital i Risskov til Universitetshospitalet i Skejby, og hospitalets ca. 9.000 indsamlede kunstgenstande blev flyttet til det nyoprettede Museum Overtaci på Katrinebjergvej 81.

Hør mere om historien bag psykiatrien i Danmark og Psykiatrisk Hospital i Risskov i videoen.

Video

Lyt til underviser fra Idrætshøjskolen Aarhus, Sia Lanstorp, der fortæller om [Psykiatrisk Hospital i Risskov](#).

Refleksionsspørgsmål

Reflektér over dine egne udfordringer og prøv at sætte dem i relation til nogle af de ting, der virkelig betyder noget for dig i dit liv.

Prøv også om du kan finde roen ved at mærke naturen og mærke, hvad naturen gør ved dig.

Sang

Her kan du læse teksten og synge med på Simon Lægaards sang "[Kaos i min hjerne](#)" med melodi af Lise Schøler Kjær.

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlby Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 5



Gallo Idræt

56.184099, 10.238274



Foto: Helle Hornemann Møller

Går man gennem parken ved det gamle psykiatriske hospital i Risskov og ned til vandet, ligger hospitalets gamle badehus, der nu er grønt. Her kunne folk med tilknytning til hospitalet gå ned og bade, ro i kajak eller bruge sportspladsen, der ligger langs stranden, som et led i at fremme fysisk aktivitet. Her har Gallo Idræt holdt til siden 1990, hvor man sammen med Idrætshøjskolen Aarhus og DGI har drevet Havkajakklubben Njord. Gallo Idræt er en del af Gallo Aktiviteterne.

Hør mere om Gallo Idræt og Njord i videoen.

Video

Her får du fortællingen om [Gallo Idræt](#) fortalt af underviser på Idrætshøjskolen Aarhus, Søren Møller.

Refleksionsspørgsmål

Hvordan kan vi bruge naturen til at tumle med nogle af de ting, der kan være tunge eller noget, vi glæder os over?

Sæt dig gerne ned og få en masse gode tanker til eftertanken.

Sang

Her kan du læse teksten og synge med på sangen ["Gi' os lyset tilbage"](#) af Rasmus Skov Borring og Per Krøis Kjærsgaard.

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlby Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 6



Den Permanente

56.175990, 10.230399



Foto: Helle Hornemann Møller

Den Permanente Søbadeanstalt fra 1933, der i dag blot kaldes Den Permanente, er en af Aarhus' bedste og mest populære bade-strande. Navnet Den Permanente kom dog sandsynligvis først efter 1965, hvor en storm raserede badeanstalten. Efter stormen blev badeanstalten genopbygget af solide materialer på støbte moler.

Den Permanente har dog også tidligere været kendt som Maries røvhul. Hør mere om den historie i videoen.

Video

Lyt med her når underviser på Idrætshøjskolen Aarhus, Jakob Mønsted, fortæller om [Den Permanente](#).

Refleksionsspørgsmål

Hvilken betydning har Den Permanente for mangfoldigheden og befolkningen i Aarhus, og hvorfor er det blevet så populært et sted?

Sang

Her kan du lytte til Benny Andersens "[Svantes lykkelige dag](#)" sunget af Povl Dissing.

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlbj Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 7



Sjette Frederiks Kro

56.17692, 10.22948



Foto: Helle Hornemann Møller

Sjette Frederiks Kro er et gammelt traktørsted, der i mere end 150 år har været et samlingspunkt for forskellige grupper af aarhusianere i den smukke Riis Skov.

Riis Skov blev skænket til offentligheden i 1395 og er et yndet udflugtssted, fordi skoven ligger tæt ved Aarhus by og ud til Aarhus Bugt. Riis Skov er desuden kendt for sine mange ramsløg om foråret.

Hør fortællingen om Sjette Frederiks Kro, Riis Skov og ramsløg i videoen.

Video

Hør underviser på Idrætshøjskolen Aarhus, Søren Sinnbeck, fortælle om [Sjette Frederiks Kro](#).

Refleksionsspørgsmål

Brug et minut på at fortælle om alt det gode ved den, du er sammen med. Er I flere end to, så gør det på skift. Er du alene, så reflekter over dine positive egenskaber.

Inspiration: Det kan være det første indtryk af personen, handlinger, hvad personen betyder for dig, personlighed, hvordan personen inspirerer osv.

Reflektér derefter over følgende spørgsmål:

- Hvordan drømmer du om, at dit liv ser ud om fem år?
- Hvilke værdier er vigtige for dig?
- Hvilket menneske er en inspiration for dig?
- Hvordan vil du gerne have, at andre folk oplever dig?
- Hvad tager du med dig fra den samtale og refleksion, du/I lige har haft?

Sang

Her kan du læse teksten og lytte til H.C. Andersens "[Jylland mellem tvende have](#)" sunget af Kammerkoret CAMERATA.

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlby Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 8



Margrete-stenen

56.174898, 10.227629



Foto: Helle Hornemann Møller

Margrete den 1. forærede Riis Skov til Aarhus i 1395. Historien fortæller, at hendes ridt rundt i skoven afgjorde hvor markstene skulle sættes. I dag er denne historiske begivenhed markeret ved en mindesten til ære for Margrete den 1.

Her kan befolkningen tage ud og nyde den bynære og offentlige natur og den smukke udsigt ud over Aarhus Bugten. Målt i forhold til størrelse er Riis Skov én af de allermest anvendte skove i Nord-europa.

Hør mere om Margrete del 1. og hendes indflydelse på Riis Skov i videoen.

Video

Hør fortællingen om [Margrete-stenen](#) fortalt af forstander på Idrætshøjskolen Aarhus, Henrik Løvschall.

Refleksionsspørgsmål

Find 3-5 sammensatte ord (fx nærvær) og tænk over eller tal med hinanden om, hvad de betyder.

Sang

Her kan du læse teksten og lytte til H.C. Andersens ["I Danmark er jeg født"](#).

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlby Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 9



Udsigten

56.170162, 10.222349

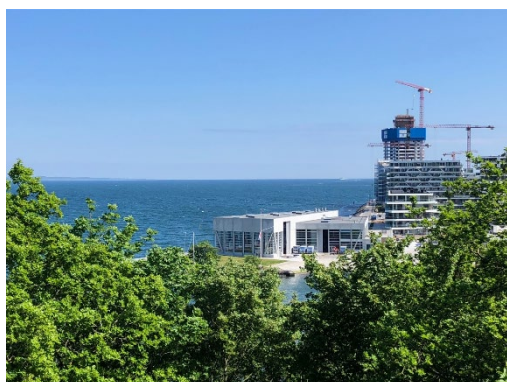


Foto: Helle Hornemann Møller

Fra Udsigten ved kanten af Riis Skov har man i dag en fantastisk udsigt over Aarhus Bugten, Lystbådehavnen og det nye kvarter Aarhus Ø. Men indtil 2007 var udsigten helt anderledes.

Hør mere om udviklingen af Aarhus Ø og områdets mange aktivitetsmuligheder i videoen.

Video

Her fortæller underviser på Idrætshøjskolen Aarhus, Sofie Kruise, om [Udsigten](#).

Refleksionsspørgsmål

Hvilke områder eller rum i Aarhus elsker du højest og hvorfor – og hvad finder du særligt attraktivt ved Aarhus Ø?

Sang

Her kan du læse teksten og lytte til Gnags' sang "[Når jeg bli'r gammel](#)" i to versioner sunget af henholdsvis Peter A.G. og Ida Corr.

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlby Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 10



Tumlepladsen v. Ferdinandpladsen

56.17651, 10.22667



Foto: Helle Hornemann Møller

Riis Skov er kendt for sine mange gamle egetræer og populære løberuter, og midt i skoven ligger Tumlepladsen, der er en del af Ferdinandpladsen opkaldt efter prins Frederik Ferdinand. På Tumlepladsen er det kun fantasien, der sætter grænser for de aktiviteter, man kan lave. Foruden skovens mange naturskabte aktivitetsmuligheder og populære løberuter er der også en forhindringsbane, legeredskaber, boldbane, talerstol med tilskuerpladser, bålhytte og flere bålpladser. Ind imellem bruges Tumlepladsen også til friluftsgudstjenester og årlige grundlovsmøder.

Hør mere om prins Frederik Ferdinand og Riis Skovs mange egetræer i videoen.

Video

Hør om [Tumlepladsen ved Ferdinandpladsen](#) fortalt af underviser på Idrætshøjskolen Aarhus, Jacob Struve Nielsen.

Refleksionsspørgsmål

Tænk over tre forskellige fysiske aktiviteter, du/I kan lave på Tumlepladsen.

Sang

Her kan du lytte til Benny Andersens sang "[Barndommens land](#)" sunget af Povl Dissing.

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlby Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 11



Marienlund

56.177440, 10.220020



Foto: Helle Hornemann Møller

Marienlund er et parklignende område i det nordlige Aarhus i udkanten af Riis Skov. Marienlund er præget af mange indfaldsveje, der bl.a. fører til bydelen Trøjborg.

Hør mere om skoven, blodbøgen og Trøjborg i videoen.

Tekst til video

Hør underviser på Idrætshøjskolen Aarhus, Kristian Svenningsen, fortælle om [Marienlund](#).

Opgave og refleksionsspørgsmål

Find et træ og sæt dig under det og lyt til Gnags-sangen "Under bøgen".

Du må også gerne overveje følgende:

- Ser vi nok til hinanden i byen?
- Hvad kan naturen give os som mennesker?
- Hvad betyder bevarelsen af de gamle træer for os og for vores forståelse af vores by og byliv?

Sang

Her kan du lytte til Erik Lindebjergs sang "[Livstræet](#)".

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlby Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 12



Haveforeningen Grænsen

56.189162, 10.206965



Foto: Helle Hornemann Møller

Haveforeningen Grænsen er et kolonihaveområde, der ligger på grænsen mellem Vejlbj og Aarhus Nord. Haveforeningen blev opført i 1947 og består af 139 skønne haver på toppen af Aarhus.

Men Haveforeningen Grænsen og det omkringliggende område gemmer også på en interessant historie, som du kan høre mere om i videoen.

Video

Hør fortællingen om [Haveforeningen Grænsen](#) fortalt af underviser på Idrætshøjskolen Aarhus, Mads Jakobsen.

Refleksionsspørgsmål

Hvordan påvirker vores idrætsanlæg og grønne kolonihaveområder vores sammenhængskraft i Danmark?

Sang

Her kan du læse teksten og lytte til Albertes sang "[Lyse nætter](#)".

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlbj Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>

SPOT 13



Ramblaen

56.191719, 10.208554



Foto: Helle Hornemann Møller

Ramblaen bag Idrætshøjskolen Aarhus er et historisk sted, hvor idrætten møder uddannelse, kunst og kultur, der tilsammen danner rammen om et offentligt mødested. Vejlbj oplever stor befolkningstilvækst, og i den udvikling bliver Ramblaen et centralt mødested for hele området med udendørs bevægelsesområder, siddelandskaber, vand og kunst.

Hør mere om Ramblaen som historisk og fremtidigt mødested i videoen.

Tekst til video

Lyt med her når viceforstander på Idrætshøjskolen Aarhus, Arne Grønbæk, fortæller om [Ramblaen](#).

Afslutningsopgave

Tag en selfie og post den på [#højskoleruten](#), del billedet og oplevelsen fra turen for eftertiden og kom ind på Idrætshøjskolen og få en kop kaffe eller the.

Sang

Her kan du høre melodien til Jens Sejr Andersens sang ["Hvor du sætter din fod"](#).

Kontakt

Idrætshøjskolen Aarhus
Vejlbj Centervej 53
8240 Risskov
+45 86 21 38 00
ihaa@ihaarhus.dk

Læs mere om Idrætshøjskolen Aarhus på <https://www.ihaarhus.dk/>