

Varmt välkommen till 23:e Nationalbastudagen lördag den 13/6-2020

Nu är det åter dags att fira Nationalbastudagen som är i samband med Svenska Bastuakademien årsmöte i Kukkolaforsen, Haparanda. Vi kallar också medlemmarna till Årsmötet.

Program: På fredag 12/6 kan man väja ett bad i nyöppnade Cape East 350 kr/person eller Rökbastutur till finska sidan, inkl. transport. 700 kr/person. Anmäl intresse till svante@spolander.com

Program: lördag 13/6-2020 i Kukkolaforsen.

Kl. 12.30 Tipspromenad med bastu-tema, alternativ till årsmöte.

Kl. 12.30 Årsmöte för Svenska Bastuakademien.

Kl. 14.00 Intressanta föredrag är på gång, bl.a. Författaren och journalisten **Jens Linder** som presenterar sin nya bok, "BASTU" samt journalisten **Ulrica Nordström** som skrivit boken "NORDISKA BAD"

Kl. 17.30 Final i Bastukampen som pågått parallellt med seminarierna. Prisutdelning.

Kl. 18.00 Bastubad i minst 8 olika bastur och badtunnor.

Kl. 19.30 Presentation av kvällens bastubuffé. En smakfull middags buffé uppdukad i gillestugan och terrassen vid stranden av den brusande forsen. Musikunderhållning under kvällen.

Kl. 21.00 Mera bastubad och dopp i Torneälven tills solen går upp ca 01.30. Grillning i den ljusa sommarnatten för den som behöver salttillskott.

Seminarium, bastu och middag kostar 850 kr/person.

ANMÄLAN och information: svante@spolander.com

Förskottsbetalning senast 1/5:

Bg: 5662-5718 eller SWISH 123 287 0327

Kukkolaforsen Turist & Konferens, ange bastudag på betalning.

Logi finns i camping, stugor och hotell. Specialpris för Bastuakademien. Bokning på info@kukkolaforsen.se. Ange "bastuakademien" när du bokar Logi finns även på www.haparandastadshotell.se och www.capeeast.se

"In Sauna Veritas"



**SVENSKA
BASTUAKADEMIEN**