



**SPORTSAKADEMIET
FREDERIKSHAVN**

SPORT & UDDANNELSE



Sportsakademiet på ungdomsuddannelsen – måske er det noget for dig!

På Frederikshavn Gymnasium, Frederikshavn Handelsskole og EUC NORD tilbyder vi Sportsakademiet, hvor du koordineret med din uddannelse får mulighed for at forbedre dine sportslige resultater gennem:

- Fælles morgentræning
- Tid til at deltage i konkurrencer og stævner
- Coaching med specialviden inden for netop din sportsgren
- Mulighed for at bo på skolehjem

Optagelse på sportsakademiet

Kontakt skolen, hvor du har søgt optagelse på en ungdomsuddannelse, hvis du gerne vil optages på sportsakademiet. Når du er optaget på uddannelsen, vil du og din kontaktperson blive indkaldt til en samtale med vores sportslige koordinator, Brian Høj. Er du under 18 år, skal din værge/forældre også med.

Din sportsforening/-klub skal støtte dig ved at være din kontaktperson og lave en udviklingsplan for dig. I et samarbejde mellem vores sportslige koordinator og din forening/klub sikrer vi, at du får udarbejdet et relevant og sportsspecifikt fysisk træningsprogram.

Koordineret træning giver resultater

Du kan forvente at forbedre dine resultater med den skemalagte træning:

- Obligatorisk træning to gange om ugen – én gang i skoletiden om morgenen og én om morgenen inden første lektion i skolen.
- Fysisk træning i center m/vejledning og supervision.
- Mentaltræning og kostvejledning via fælles arrangementer og foredragsholdere.
- Minimum to årlige test af fysisk udvikling.
- Fysioterapi i forbindelse med test.

Sportsakademiet tilbydes i Frederikshavn Kommune på HHX, HTX, STX samt merkantil EUX og EUD.



Kontakt

Er Sportsakademiet noget for dig, kontakt:

Sportslig koordinator
Brian Pedersen Høj

☎ 5190 9322

brho@frederikshavn.dk