



# *Friidrott*

*Sandagymnasiet*

# Fr iidrott

## Sandagymnasiet

**Sanda Friidrott erbjuder möjligheter att kombinera en friidrottsatsning och samtidigt får du bra möjligheter att studera ett gymnasieprogram.**

**Sanda Friidrott är ett certifierat NIU (nationell idrottsutbildning).**

Friidrotten startade år 2006 på Sandagymnasiet.

På skolan finns Sanda IdrottsCentrum med 11 NIU idrotter. Ca 300 NIU elever kombinerar studier och idrott och vi är ett av Sveriges största idrottsgymnasium. Det sammanlagda antalet platser för friidrotten är 12, vilket innebär ca 4 platser per år. Under året är all träning uppdelad i olika perioder och när det är grundträningsperiod blir det lite mer allmän träning och inte så mycket fokus på teknik.

Under året har vi också ett visst antal teorilektioner med lite olika innehåll för de olika årskurserna. Alla har lektioner i planering/målsättningar.

### TRÄNINGSANLÄGGNING

Råslätts IP (Friidrottsträning under aug-sept).  
Kålgårdsarenan (Inomhushall med allvädersbanor)  
Sanda Skol IP (Friidrottsträning under maj-juni)  
Rosenlundsbadet (Rehab- träning)  
Skolans gym, (Styrketräning)  
Knektaparken (Motionsslinga runt Rocksjön)

### SKOLAN

Sandagymnasiet är en skola med fina nyrenoverade lokaler och som också har den bästa tekniska utrustningen. Vi erbjuder följande program:

- Barn- och Fritidsprogrammet
- Handels-Och Administrationsprogrammet
- Ekonomiprogrammet

- Naturvetenskapsprogrammet
- Samhällsvetenskapsprogrammet

### BOENDE

Elevenoendet Majstången med 18 rum ligger i direkt anslutning till skolan (erbjuds elever i ÅK1). Möjlighet finns också att få hjälp med att bo i egen lägenhet i inackorderingsrum (erbjuds elever i ÅK2 & 3). Vi har en samordnare som hjälper eleverna med boende och trivsel. Bor du på Majstången ingår frukost och middag. Väljer du att bo i egen lägenhet kan du beställa mat via skolan eller laga själv.

### ANSÖKAN OCH ANTAGNING

Du ansöker på Svenska friidrottsförbundets hemsida <http://www.friidrott.se/utbildning/plugga/gymnasium/niufig/intro.aspx> senast den 15 oktober. I början av januari kallas alla elever som sökt Sanda till en antagningsträff.

Ansökan till valt studieprogram sker via din nuvarande skola till Sandagymnasiet. Observera att du måste både bli antagen till något av Sandagymnasiets program och NIU Friidrott. Kommer du från annan kommun så har Sandagymnasiet avtal med många kommuner som gör att du beviljas inackorderingsbidrag för dina studier.

### MER INFORMATION

Kontakta våra coacher, se Sanda IdrottsCentrums hemsida under rubriken "coachteam".