

STUDERA PÅ NIU FRIIDROTT – SANDAGYMNASIET

Sanda Friidrott erbjuder möjligheter att kombinera en friidrottssatsning och samtidigt får du bra möjligheter att studera ett gymnasieprogram. Sanda Friidrott är ett certifierat NIU(nationell idrottsutbildning).

Friidrotten startade år 2006 på Sandagymnasiet. Friidrotten har 12 platser fördelade på tre år. På Sandagymnasiet finns 11st. olika NIU idrotter med ca 300 elever och vi är ett av Sveriges största idrottsgymnasium.

Ansökan:

Du ansöker på Svenska friidrottsförbundets hemsida

<http://www.friidrott.se/utbildning/plugga/gymnasium/niufig/intro.aspx> senast den 15 oktober.

Länken finns också på skolans hemsida www.sandagymnasiet.se.

Uttagning:

I början av januari kallas alla elever som sökt Sanda till en antagningsträff.

Träningsanläggningar:

Råslätts IP	Friidrottsträning under augusti-september
Kålgårdsarenan	Inomhushall med allvädersbanor men vissa begränsningar när det gäller långa kast, stav och rundbanelöpning
Sanda Skol IP	Friidrottsträning under maj-juni
Rosenlundsbadet	Rehab- träning
Skolans gym	Styrketräning med moderna maskiner och redskap
Knektaparken	Motionsslinga runt Rocksjön som utnyttjas vid träning under Vintern(medel/långdistans)

Träningsmöjligheter:

All träning är schemalagt morgontid 07.45 – 09.15 och under perioden oktober-april kan en vecka se ut enligt följande

Tisdag	07.45-09.15	Kålgårdsarenan	Teknik – häck/längd/höjd
Onsdag	07.45-09.00	Kålgårdsarenan	Styrka/rörlighet/koordination eller Utomhus
Torsdag	07.45-09.15	Kålgårdsarenan	Teknik – sprint/kast

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/målsättning.

Tränare:

Ann Axelsson

Verksamhetsansvarig för Friidrott. Svensk mästare på 100 m häck, ett antal JSM-USM medaljer, representerat Sverige i EM, Finnkamp samt friidrottslandskamper.

Jan Svensson

Genomgått SV.FIF juniortränarutbildning och är också klubbtränare i Hovslätts IK
Kasttränare och även klubbtränare i Lekeryd-Svarttorp SK kvällstid.

Johan Helgesson

Sprinttränare och f.d. aktiv på elitnivå i sprint.
Klubbtränare i IK Hakarspojarna.

Tobias Gunnar

Hopptränare och f.d. höjdhoppare på elitnivå.
Klubbtränare i Hovslätts IK

Det är vi som har träningen varje vecka på morgonträningarna.

Bengt Jönsson

Stavtränare som är med ett antal gånger under läsåret med "spetsträning" i stav. Klubbtränare i Hovslätts IK.

Boende:

Följande boendeformer kan vi erbjuda för eleverna:

- Boende på vårt elevboende Majstången i anslutning till skolan(Åk 1)
- Gemensamt boende i två/trerumslägenheter(ÅK 2/3)

Vilken boendeform du väljer så erbjuds middag till självkostnadspris. Till elevhemmet är det också knutet en elevhemsföreståndare som hjälper till med det som behövs.

Öppet hus:

Skolan har ett öppet hus under höstterminen och där finns vi också på plats för att informera om vår verksamhet. Kan man inte komma då är man välkommen vid annan tidpunkt som bestäms ihop med skola/coach.

Friidrottsaktiviteter:

Vi har en trivselkväll under hösten. Vi försöker åka på Skol-SM och någon gång under läsåret har vi en aktivitet tillsammans t ex bowling.

Kontaktuppgifter:

Ann Axelsson Tel: 0733104016, 036-121743

E-post: ann.axel@telia.com

Välkommen med din ansökan till Sanda NIU Friidrott

