

# Idrottsgymnasiet

## Skidgymnasiet

## Ånge

På Bobergsgymnasiet har du möjlighet att kombinera dina studier med idrott.

Du söker via din grundskola till valfritt program. Du konkurrerar om platsen på samma sätt som övriga elever, det vill säga med grundskolebetyget.

Ansökan till idrottsgymnasiet sker på separat ansökningsblankett som du får av din studie- och yrkesvägledare. Den finns också på vår webbplats.

**OBS!** Efter genomförd A-kurs fortsätter du med B-kursen i samma idrott, eller byter till ett annat individuellt val.

**Det är inte möjligt att fortsätta med B-kursen i en annan idrott än den du har gjort A-kursen i!**

Din idrottsutbildning får du genom kurserna Specialidrott A-C.

Kurserna innehåller såväl fysisk träning som teori om bland annat anatomi, idrottsfysiologi, kost- och näringslära, ledarskap och idrottsskador.

Vi har sju varianter av idrottsgymnasiet: Skidor (alpint/snowboard), Ishockey, Judo, Fotboll, Innebandy, Ridning och Idrott med lokal förening.

Aktuell info om varje inriktnings tränare, kontaktpersoner mm finns på vår webbplats [www.bobergsgymnasiet.se](http://www.bobergsgymnasiet.se) under fliken "Idrottsgymnasiet" och resp. inriktning.

## ● Skidgymnasiet: Alpint/snowboard ●

På skidgymnasiet genomförs ett till två gemensamma träningspass per vecka, fn på måndag och onsdag eftermiddag. Möjlighet finns också till ytterligare träningspass under kvällstid med Getbergets Alpina.

Din tränare hjälper dig med träningsplanering och träningsprogram som anpassas efter din träningsbakgrund.

Träningen leds av professionella tränare och bedrivs i samarbete med Getbergets Alpina i varierade miljöer, såväl på hemmaplan som på träningsläger i Tärnaby, Vemdalen/Björnrrike och i Sälenfjällen.

Vi samarbetar också delvis med snowboardgymnasiet i Malung. Getbergets Alpina ansvarar också för att du får praktisk övning i ledarskap och funktionärsskap. Under utbildningen får du dessutom ledarutbildning, så kallad "Grundläggande tränarutbildning".

Teoriundervisningen i A-kursen bedrivs gemensamt med alla idrottselever på skolan vid ett lektionstillfälle per vecka. Dessutom tillkommer vissa teorimoment som Getbergets Alpina ansvarar för.

I B- och C-kursen ansvarar Getbergets Alpina helt för de teoretiska inslagen.

## Skidgymnasiets kurser:

Specialidrott A, 200 p:  
Individuellt val

Specialidrott B, 100 p:  
Individuellt val

Specialidrott C, 200 p:  
Utökad studiekurs

Vill du veta mer?

**Anders Pettersson** (samordnare) har tfn 0690-250 200 (arb) eller 073-274 82 72.  
Tony Back (SYV) finns på **0690-250 258**. Eller besök [www.bobergsgymnasiet.se](http://www.bobergsgymnasiet.se)