

PLUGGA  
HOS OSS

# KRISTINEHAMNS IDROTTSGYMNASIUM

– Vi har perfekta förutsättningar för att kombinera skolarbete och idrott och är övertygade om att satsningen är mycket lyckad för eleverna.

*Lars Reinholdsson, rektor*



Kristinehamns  
kommun






## DIN IDROTT, ÖVERALLT!

Tycker du att det är spännande och kul med idrott? Håller du på med idrott i en eller flera klubbar? Är du intresserad av att hålla din kropp i trim och lära dig massor om olika sidor av idrott och hälsa? Vill du bli ännu bättre på din idrott samtidigt som du får en bra gymnasieutbildning?

Då kan våra kurser i Idrott och hälsa - specialisering 1 och 2 samt Träninglära 1, vara något för dig! Förutom de kurser i idrott och hälsa som ingår obligatoriskt på programmen, erbjuder vi dessa kurser som individuellt val. Specialiseringskurserna samt träningsläran är på sammanlagt 300 poäng och kanske kommer du att ha kurserna ihop med andra idrottsintresserade elever grupp på skolan, kanske kommer du att ha den direkt i din idrottsklubb. Allt beror på hur många som väljer kurserna och hur du själv tycker att det skulle fungera bäst för dig. Vi diskuterar fram ett alternativ som känns bra för dig. Genom idrottspecialiseringen kommer du att kunna utveckla dig inom din idrott på individuell basis. Det

handlar således om personlig utveckling inom aktuell idrott. Kurserna innefattar även kostlära, träningslära, ledarskap och annan mer teoretisk utbildning. Andelen praktisk idrott är mellan 70 och 80 procent, resterande del är av mer teoretiskt art.

Alla elever inom lagidrotter och individuella idrotter är välkomna att vara en i gänget på Kristinehamns idrottsgymnasium.



**Du kan välja att hålla på  
med din idrott på alla  
nationella program!**