



## **FOKUSERA PÅ DIN FAVORIT IDROTT!**

Idrottsspecialisering ger dig möjlighet att utvecklas inom din idrott samtidigt som du läser på gymnasiet!

Du får en unik möjlighet att koppla ihop den idrott du utövar på fritiden i din förening med teori och träning under skoltid.

Utbildningen utgår ifrån din idrott och utöver träning behandlar den regler, teknik och taktik, idrottsskador, träningsprogram, träningsmetoder och deras effekter. Du får också träna på att leda aktiviteter inom din idrott.

Vi lägger även ett stort fokus på mental träning, en framgångsfaktor inom alla idrotter.

På Hudikgymnasiet kan du läsa idrottsspecialisering inom allt från bollsport, vinteridrott, friidrott, kampsport eller dans m.m. Vi gör ett individuellt upplägg just för dig. Vill du veta mer?

**Kontakta mig** Eva Lambertsson.

eva.lambertsson@hudikgymnasiet.se  
070-677 23 63

**HUDIK**  
**GYMNASIET**  
NUMMER 1 PÅ MOTIVATION



# **IDROTTS**

## SPECIALISERING



## DIN **IDROTT** PÅ **SKOLTID!**