

HALMSTADS IDROTTSGYMNASIUM

SANNARPSGYMNASIET



IDROTTSUTBILDNING PÅ SANNARPSGYMNASIET

Hos oss kan du kombinera något av våra gymnasieprogram med din idrott. Antingen väljer du NIU eller vår idrottsprofil. Idag har vi ca 200 elever som går någon av våra idrottsutbildningar och vi vill gärna bli fler!

NATIONELL IDROTTSUTBILDNING, NIU

På Sannarp kan du gå NIU i både handboll, fotboll och simning. NIU är för dig som vill elitsatsa och antagningen sker genom provträningar och intervjuer. I år har vi 11 platser på NIU-handboll, 14 platser på NIU-fotboll och ca 6 platser på NIU-simning.

Ansök till NIU på Sannarpsgymnasiets hemsida senast 1 december.

IDROTTSPROFIL

Du kan också välja ett gymnasieprogram med någon av våra idrottsprofiler - fotboll, handboll, simning och crosstraining. I idrottsprofil crosstraining kan du hålla på med vilken idrott som helst. Idrottsprofilen ger dig individuell utveckling inom din idrott och platsantalet är obegränsat.



OM TRÄNINGEN PÅ SANNARP!

Sannarp ligger ett stenkast från Halmstad Arena och Kombihallen. Direkt utanför skolan finns dessutom flertalet fotbollsplaner. Detta innebär unika träningsmöjligheter. Träning bedrivs också i skolans egna hallar och gym.

Vi ser idrotten ur ett helhetsperspektiv och för oss är det viktigt att hela kroppen är med på träningen. Vi har stor erfarenhet om hur träning påverkar kroppen och även hur rehabiliteringsträning ska utföras.

För att du på bästa sätt ska tillgodogöra dig träningen får du en idrottsfrukost i samband med skolans träning. Går du NIU får du dessutom en matlåda ifall du inte hinner hem mellan skolan och din klubbs träning.



FOTBOLL

Fotbollsträningen på Sannarp har fokus på att utveckla din individuella skicklighet. Du blir bättre tekniskt, taktiskt och fysiskt, oavsett om du är NIU- eller profilelev.

På NIU tränar du tre tillfällen i veckan i tre år och på idrottsprofilen två tillfällen i veckan i två år.

Vi samarbetar med Halmstads BK (killar) och med IS Halmia (tjejer). Därför får våra elever möjlighet att träna med elitspelare, vilket ger goda möjligheter till utveckling mot elitnivå.

Förutom från samarbetsklubbarna går många andra klubbars spelare hos oss. Välkommen du med!

SÅ HÄR TYCKER VI!



"Det seriösa upplägget på Sannarp gav mig verkligen möjlighet att utvecklas."

Marcus Antonsson
Leeds United



"För mig har det varit viktigt att skolan och klubben har samarbetat så bra kring min utveckling inom fotbollen och kring mitt skolarbete."

Sead Haksabanovic
Elitfotbollsspelare, landslaget och Halmstads BK



"På Sannarp är träningen utmanande. Instruktorerna är bra på att ge individuell feedback. Jag gillar att innehållet utgår från teman."

Matilde Abrahamsson
IS Halmia.

INSTRUKTÖRER, FOTBOLL



Henrik Carlsson - Fotbollsansvarig

Utbildning: UEFA Advanced, UEFA Elite youth, gymnasielärare i Idrott och Hälsa, samt Psykologi.

Bakgrund: Ungdoms- och seniortränare på olika nivåer i 20 år.



Johan Bergström

Utbildning: UEFA Advanced, UEFA Elite youth, kandidatexamen i psykologi inriktning idrott.

Bakgrund: Tipselittränare i Halmstad BK sedan 4 år, ansvarat för P15, P16 och U17. DFK Hallands FF P98



Timy Karlsson - Målvaktsansvarig

Utbildning: UEFA Advanced, målvaktstränare UEFA Advanced tränarutbildning, gymnasielärare i idrott och hälsa.

Bakgrund: Målvaktstränare Falkenbergs FF, SvFF P98- och P00-landslaget, Halmstad BK (2008-2013), målvaktsansvarig och tränare i Hallands FF



HANDBOLL

Sannarpgymnasiet utsågs 2014 till landets bästa handbollsutbildning, enligt Svenska Handbollsförbundet. Våra elever är de som är mest nöjda med sina studier och sin handbollsträning. På Sannarp tränar du både handboll och fys på varje träningspass. Variationen gör att träningen upplevs rolig och motiverande hela tiden.

Vår vision är att utveckla unga handbollsspelare till färdiga elitspelare tekniskt, taktiskt och fysiskt. Hos oss blir du förberedd på spel även internationellt oavsett om du går NIU eller väljer profil.

På NIU tränar du tre tillfällen i veckan i tre år och på idrottsprofilen två tillfällen i veckan i två år. Nytt från i år är att du kan kombinera handboll med Sannarp Europa, och därmed få möjlighet att under en termin studera och spela handboll i Madrid.

Vi samarbetar med HK Drott och med Halmstad Handboll. Därför får våra elever möjlighet att träna med elitspelare, vilket ger goda möjligheter till utveckling mot elitnivå.

SÅ HÄR TYCKER VI!

”Handboll på Sannarp ger mig en bra fysisk grund, samtidigt som jag får möjligheten att utveckla detaljer med duktiga ledare. Skoldagarna blir också lättare med en bra start på morgonen.”

Hannes Sjöberg

SB14B

”Handbollsträningen på Sannarp är utmanande men ändå utefter din egen nivå. Vi har kvalificerade tränare som ser dig och vet vad just du kan utveckla. Det är en bra balans mellan studier och träning.”

Sara Olsson

NA14B, Sannarp Europa - Madrid



INSTRUKTÖRER, HANDBOLL

Thomas Sivertsson

Handbollsansvarig

Sivertsson är även förbundskapten för det svenska damlandslaget och har stor erfarenhet som tränare i t ex danska KIF Kolding, polska Wisla Plock samt Portugals landslag. Hans erfarenheter som tränare och spelare, med flera EM-, VM- och OS-medaljer och en lång karriär i Sverige, Spanien och Danmark, garanterar dig en fantastisk handbollsutbildning. Sivertsson har den högsta tränarutbildningen, Mastercoach samt är gymnasielärare.



Tobias Johansson

Johansson är fystränare och ansvarig för teknikutvecklingen i fysträningen. Han har representerat det svenska landslaget i volleyboll och arbetat som fystränare för Falkenbergs FF (fotboll). Hans kunskaper säkerställer att du efter tre år på vår utbildning är fysiskt redo för spel i elitserien. Johansson ansvarar också för träningslära, anatomi och fysiologi.



Fredrik Almander

Almander är även en av tränarna i HK Drotts damlag. Han har många års erfarenhet som ungdomstränare i Halmstad Handboll. På Sannarp är Almander ansvarig för målvaktsträningen.



CROSSTRAINING

Sannarpsgymnasiets idrottsprofil Crosstraining är valet för dig som älskar att träna! Du kan hålla på med vilken idrott som helst. Det är en fördel om du är aktiv i en idrottsförening, men det är inget krav.

Hos oss kommer du att utveckla din styrka, snabbhet, spänst, rörlighet och uthållighet. Vi lägger upp individuell träning som är anpassad för just för dig.



Går du Crosstraining tränar du två pass i veckan, på förmiddagar. För tillfället går cirka 50 elever Crosstraining och de representerar flera olika idrotter. Vi har, eller har haft, elever som har hållt på med till exempel badminton, konståkning, bodybuilding, dragkamp, ridning, truppergymnastik, rytmisk gymnastik, volleyboll, basket, fäktning, crossfit och simning.

Crosstraining är för dig som vill utvecklas inom din idrott, eller helt enkelt bara gillar att träna! Välkommen du med!

SÅ HÄR TYCKER VI!



Det är roligt att träna på Crosstraining eftersom vi får träna det som vi inte annars brukar träna. Det ger bra resultat till vår egen idrott! Det är också kul att träna tillsammans, som en grupp.

Moa Gustafsson, NA14A, badminton
Agnes Kramer, BF14, simning
Tilde Freiholtz, BF14, konståkning
Mathilda Kilagård, SB14A, konståkning



På Sannarp Crosstraining har jag fått bra träning som gjort att jag både har blivit starkare och mer vig i leder. Det gör att jag kan lyfta tyngre och komma snabbare under stången.

William Sandahl, SB14A, tyngdlyftning

INSTRUKTÖR, CROSSTRAINING



Peter Bengtsson

Ansvarig för Crosstraining

Peter Bengtsson har varit landslagstränare i gymnastik i 15 år för både herrar och damer. Han är svensk mästare både som utövare (lag) och som tränare. Sedan 1996 har han kommenterat gymnastik i Eurosport.

Förutom topptränarkurs i Artistisk Gymnastik är Peter Bengtsson gymnasielärare i Idrott-och hälsa, samt har studerat pedagogik med idrottsinriktning. Han är även specialidrottslärare.



Se filmen om idrottsprofil Crosstraining på sannarp.nu
(Halmstad Idrottsgymnasium - Idrottsprofil Cross)

NYHET! SIMNING

Nu kan du också kombinera din satsning på simning med dina gymnasiestudier. Vår simträning bedrivs i samarbete med SK Laxen. Sannarpsgymnasiet ligger granne med Halmstad Arena där simträningen bedrivs. Instruktor är Stefan Adlerborn som har mångårig erfarenhet av att träna både elit och bredd.



*Foto:
Hallandsposten,
Jörgen Alström*

SÖK TILL IDROTT PÅ SANNARP!

Nationell idrottsutbildning och idrottsprofil kan du kombinera med vilket som helst av Sannarpsgymnasiets nationella program.

Nationell idrottsutbildning, NIU

Till NIU söker du genom att fylla i ansökningsblanketter som finns på Sannarpsgymnasiets hemsida (halmstad.se/sannarpsgymnasiet).

Utöver den skriftliga ansökan kommer du att bjudas in till provträningar och intervjuer. Dessa sker i januari. I god tid före ditt gymnasieval får du besked om du har antagits som NIU-elev.

Sista ansökningsdag till NIU är 1 december.

Idrottsprofil

Till idrottsprofil ansöker du i samband med att du gör ditt gymnasieval. Fyll i att du önskar gå idrottsprofil och när du antas på något av våra program, kommer du också antas till idrottsprofil.

Glöm inte att ange vilken idrott du är aktiv i!



Öppet hus

LÖRDAGEN DEN 19 NOVEMBER kl. 9-13 är du välkommen till oss på öppet hus. Då kan du träffa elever och lärare, och se på vår fina skola. Förutom idrotten kommer förstås alla våra program också att vara representerade och du kan få svar på alla dina frågor angående ditt gymnasieval.

Välkommen till oss!

Idrottens dag

FREDAGEN DEN 9 DECEMBER kl. 8.30 - 12 är du i årskurs 9 välkommen att prova fotboll, handboll eller crosstraining med oss! Vi bjuder på mat efter träningen!

Anmäl till

Fotboll: henrik.carlsson@halmstad.se.

Handboll: thomas.sivertsson@halmstad.se

Crosstraining, övriga idrotter: peter.b.bengtsson@halmstad.se

KONTAKT

FOTBOLL

Henrik Carlsson, henrik.carlsson@halmstad.se

HANDBOLL

Thomas Sivertsson, thomas.sivertsson@halmstad.se

CROSSTRAINING

Peter Bengtsson, peter.b.bengtsson@halmstad.se

SIMNING, REKTOR

Cecilia Hågemark, cecilia.hagemark@halmstad.se

STUDIE- OCH YRKESVÄGLEDARE

Lina Jarälv, lina.jaralv@halmstad.se

HALMSTADS IDROTTSGYMNASIUM SANNARPSGYMNASIET

