

**UIN  
PÅ AALBORG SPORTSHØJSKOLEN  
SPORTSAKADEMI**



Sportsakademiet  
Aalborg Sportshøjskole  
[www.sportshojskolen.dk/sportsakademiet](http://www.sportshojskolen.dk/sportsakademiet)

# Sportsakademiet

[www.sportshojskolen.dk/sportsakademiet](http://www.sportshojskolen.dk/sportsakademiet)

**AT MÆRKE SUSET** ved en særlig udfordring. At føle adrenalinen banke rundt i kroppen. Kender du det – og ku' du tænke dig at opleve det flere måneder i træk?

Sportsakademiet på Aalborg Sportshøjskole er tilrettelagt specielt for dig, der vil mærke suset af adrenalin. Her opdager du, hvad du kan og hvem du er. Du møder nye udfordringer og finder uopdyrkede muligheder.

Sportsakademiet er for dig, der har interesse for sport eller ønsker at blive politibetjent. Du behøver ikke være supersportsudøver – men der er ingen tvivl om, at du ta'r forandret herfra. Du bli'r bedre til sport. Mere vidende. Du vokser som menneske. Og du vil ha' et rigtig godt udgangspunkt, når du skal møde de udfordringer, som livet senere hen gi'r dig.

Aalborg Sportshøjskole er en moderne folkehøjskole, hvor idrætten og fællesskabet er i centrum for aktiviteterne. Vi er placeret godt 1 km fra Aalborg centrum tæt på by-, musik-, kultur-, og handelsliv og samtidig ligger vi tæt på naturskønne områder mellem park og fjord.

Et ophold på sportsakademiet gi'r dig ballast til at fungere aktivt som træner eller leder i en sportsforening – tage det første skridt mod en uddannelse, der rummer elementer fra sportens verden.

## Varighed

Et ophold på sportsakademiet kan vare **6, 8, 13, 17, 23, 31 eller 40 uger**. Du kan selv vælge, hvor længe du vil være her – og du har stor indflydelse på, hvilke fag dit skema skal sammensættes af.

## Faciliteter

Som elev på sportsakademiet får du adgang til mange faciliteter – også når der ikke er undervisning: bl.a. gymnastiksal, stadionhallerne, Team Danmark springhal, fodboldbaner, klatretårn, svømmehal, styrketræningsfaciliteter, motionscenter, tennisbaner, biograf, poolrum, grønne områder m.m.

*>> På Sportshøjskolen er der en god blanding mellem hyggeligt socialt liv og en faglig udfordring. Der er mange kompetente lærere og andre sportsinteresserede elever, hvilket gør sportsmiljøet perfekt og giver nogle super oplevelser. <<*  
**Jacob B. Hansen**



Foruden dit hovedfag skal du have **fællesfag**, vælge **valgfag**, få mulighed for at snuse til en række forskellige **idræststilbudsfag** eller opleve en række af helt **unikke muligheder**. Fællesfag og valgfag er obligatoriske fag.

## Fællesfag

Fællesfag er fagene, hvor du lærer om alle forudsætningerne for sporten. Det er her, vi arbejder med de grundlæggende krav for at kunne dyrke sport og hvad det er kroppen, hovedet, historien og idrætslivet kan.

## Valgfag

Udbudet af Valgfag skifter fra hold til hold og er afhængige af årstid, kursuslængde, trends og lærerkræfter. Vi tilbyder bl.a. **Klatring // Band // Windsurfing // Agility // Golf // Spinning // Van Gogh // Styrketræning** mm.

**Unikke muligheder** Udover dit liniefag så har du på Aalborg Sportshøjskole mulighed for at tage to helt unikke uddannelser. I samarbejde med Danmarks Idrætsforbund tilbyder Aalborg Sportshøjskole **proaktivistuddannelsen**, som er idrættens svar på Kaospiloterne. Proaktivistuddannelsen styrker dine færdigheder indenfor team- og projektledelse. Som den eneste højskole i landet udbyder Aalborg Sportshøjskole **rejselederuddannelsen**, der efter endt ophold giver mulighed for at blive rejseleder/guide i udlandet.

**Specialtilbud** mod ekstra betaling. Tænder du på adventure og har du mod på lidt mere, så tilbydes følgende tre aktiviteter: **Padi dykkercertifikat // Faldskærmsudspring // Kitesurfing**. Ligeledes har du i løbet af dit ophold mulighed for at komme på forskellige adventureture.

**Få mere at vide** om hvert enkelt fag og aktiviteter der udbydes på Aalborg Sportshøjskole på vores hjemmeside **sportshojskolen.dk** og på de vedlagte fagbeskrivelser. Yderligere kan du til enhver tid kontakte Aalborg Sportshøjskole på telefon 98 13 13 11 og evt. få en rundvisning på skolen.



*"Mit ophold på SPH har helt sikkert forandret mig!" Maria H.S. Jensen*



## Optagelse

Højskolen er for alle og derfor optages eleverne i den rækkefølge de tilmelder sig. For at sikre en høj kvalitet i undervisningen, så optager vi maksimalt 15 på hver hovedfagslinie – dog kun 12 på ridelinien. Det er derfor vigtigt, at du tilmelder dig hurtigst muligt - også selvom vi ikke har en sidste frist for tilmelding. Skulle det hovedfag du lige netop drømmer om være fyldt, så kommer du på venteliste. Du skal dog være opmærksom på, at du først er endeligt tilmeldt, når du har betalt dit indmeldelsesgebyr.

## KRAV

Du skal være fyldt 17½ år ved kursusstart - og være indstillet på målet at udvikle dig fagligt og personligt. Det er en fordel at have idrætsmæssig erfaring, men det er ikke en betingelse. Du skal have mindst 21 undervisningstimer ugentligt. Der er mødepligt til al undervisning.



## Bopæl

Du bor i en lejlighed med én eller to andre studerende. Lejligheden, som har eget toilet, ligger lige ved siden af Aalborg Sportshøjskole.

## Udgifter

Du betaler et indmeldelsegebyr og en ugepris. Ugeprisen dækker undervisning, ophold og forplejning. Derudover skal du regne med udgifter til studeture, rejseuger og undervisningsmaterialer. Læs mere om dette på vores hjemmeside

## Økonomisk støtte

Enkelte kommuner giver tilskud til opholdet. Desuden kan du søge om nedsættelse af skolepenge fra skolen eller måske vil din forening/klub give tilskud. Uddannelsen er ikke SU-berettiget.

## Mere information

Du er velkommen til at kontakte skolen for at høre nærmere om de enkelte uddannelser. Du kan også besøge [www.sportshojskolen.dk/sportsakademiet](http://www.sportshojskolen.dk/sportsakademiet) eller få en rundvisning på skolen

Sportsakademiet er et af de mange uddannelses tilbud på Aalborg Sportshøjskole - et andet er Trænerakademiet



**Sportsakademiet  
Aalborg Sportshøjskole**

Annebergvej 55  
Postboks 120  
9100 Aalborg  
Tlf. 98 13 13 11

sph@sportshojskolen.dk  
[www.sportshojskolen.dk](http://www.sportshojskolen.dk)

>> Opholdet på SPH har været en oplevelse for livet! << Louise Thorup