



Gør din hobby til dit job

Anne E. Jensen Aalborg Sportshøjskole årgang 2014/2015, Trænerakademiet, styrketræner

Jeg startede på Aalborg Sportshøjskole i august 2014 efter at jeg havde færdiggjort min gymnasiale uddannelse. De senere år havde jeg fået en stigende interesse inden for træning, hvilket gjorde at jeg ønskede at få en personlig træner uddannelse. Her faldt jeg så over Aalborg Sportshøjskole. Jeg startede på fitnesslinjen på højskolen, men efter et par uger skiftede jeg til styrkelinjen. Dette var det helt rigtige valg for mig.

På styrkelinjen har jeg fået en masse nyttige redskaber og kvalifikationer, som jeg kan benytte mig af som personlig træner. Det har givet mig en rigtig god grundviden. Desuden var der en rigtig fornuftig fordeling mellem teori og praksis, hvilket gør at jeg har et endnu bedre fundament for at blive en god træner i praksis.

På styrkelinjen havde vi endvidere en rigtig fed studietur til Stellenbosch i Sydafrika, hvor vi oplevede både trænere og atleter på højt niveau i praksis. Det var en mega hyggelig, lærerig og spændende tur!

Når man går på skolen lever man i sin egen lille osteklokke – du ved ikke særlig meget om hvad der foregår rundt om i verden, men du ved til gængæld alt hvad der sker på højskolen. Når man er sammen hver dag i et helt år, får man desuden nogle fantastiske venskaber, og lærer folk at kende i både gode og dårlige situationer. Desuden møder man nogle utroligt engagerede og dygtige lærere, der brænder for deres fag, hvilket gør at man får rigtig meget ud af undervisningen. Under mit ophold på Aalborg Sportshøjskole har jeg udviklet mig en hel del fagligt, og er kommet derfra med blandt andet en træneruddannelse samt en coach uddannelse, som jeg håber at kan benytte mig af i fremtiden. Jeg har desuden udviklet mig væsentligt på det personlige plan, da jeg er blevet mere selvstændig og udadvendt. Året på højskolen vil i høj grad være et år jeg vil huske tilbage på, og det har givet mig endnu mere lyst til at komme i gang på idrætsstudiet.

“Når man er sammen hver dag i et helt år, får man desuden nogle fantastiske venskaber, og lærer folk at kende i både gode og dårlige situationer.”