# Ansökan till armbrytargymnasiet i Storuman LÅ 23/24

|  |
| --- |
| Uppgifter sökande |
| Namn: | Personnummer: |
| Adress: | Postnummer och ort: |
| Mobil: | E-post: |
| Nuvarande skola: | Nuvarande klass: |
| Uppgifter vårdnadshavare |
| Namn: | Adress: |
| Mobil: | E-post: |
| Din förening |
| Föreningens namn: | Ansvarig tränare: |
| Mobil tränare:  | E-post tränare: |
| Personligt brev |
| Beskriv dig själv, dina meriter och målsättningar inom armbrytningen: |

### Armbrytargymnasiet i Storuman

Studerar du vid armbrytargymnasiet får du lära dig till exempel praktiska övningar om teknik och träning. Du får lära dig hur du ska träna för att bli en riktigt bra armbrytare. Förutom armbrytning tränar du kondition, styrketräning på gym och den så kallade ryssträningen.

Vi studerar också teori, där du lär dig om kost, träning, hälsa, medicin, skador och annat som du kan ha nytta av som armbrytare. Delar av utbildningen ligger på kvällstid och då tränar du med Storuman Armsport, som är en av Sveriges största och mest framgångsrika armbrytarklubbar.

Ämnesplanen för Specialidrott (som riktar sig till elitidrott) finns på [Skolverkets hemsida](https://www.skolverket.se/undervisning/gymnasieskolan/laroplan-program-och-amnen-i-gymnasieskolan/gymnasieprogrammen/amne?url=1530314731%2Fsyllabuscw%2Fjsp%2Fsubject.htm%3FsubjectCode%3DSPE%26tos%3Dgy&sv.url=12.5dfee44715d35a5cdfa92a3). Där kan du även se kursplanerna på kurserna som ingår i ämnet, t.ex. idrottsspecialisering 1-3, tränings- och tävlingslära 1-3 samt idrottsledarskap.

### Så här söker du utbildningen:

1. Skicka in en ansökan, den skickas till Svensk armsport samt tränare Sebastian Sjödin vid armbrytargymnasiet. Antalet platser är begränsat och vi kommer därför kontakta alla sökande och även titta på tidigare tävlingsmeriter. Skicka din ansökan senast 1 december, behandling av ansökningar samt utskick av antagningsbesked sker under december månad. Ansökningar som kommer in efter den 1 december ingår i en reservantagning och konkurrerar bara om lediga platser.

2. Lämna in din gymnasieansökan hos din studie- och yrkesvägledare enligt ansökningsdatum i din kommun. Att du blivit antagen till NIU är ingen garanti för att du även blir antagen till sökt program.

### NIU eller individuellt val

Det finns även möjlighet att armbrytning som individuellt val, även om du inte vill göra en elitsatsning på armbrytargymnasiet. Skillnaden är att du inom ramen för det individuella valet endast läser 200 poäng armbrytning och som NIU-elev kan du läsa upp till 600 poäng. Om det är så att du vill träna armbrytning som individuellt val så fall behöver du inte skicka in någon ansökan utan detta fylls i när du gör ditt gymnasieval eller när du börjar din utbildning hos oss.

### Kontakt

**Svenska Armsportförbundet**

Andreas Johansson

andreas@linjalen.com

**Luspengymnasiet,** Södra Lapplands Gymnasieförbund

Sebastian Sjödin, tränare

sebastian.sjodin@edu.sgy.se