



Idrotts- och hälsoprofil

Har du ett idrotts- eller friskvårdsintresse och vill kombinera det med dina studier? Det fungerar utmärkt på Nyströmska! Alla sporter är möjliga att läsa inom ramen för idrottsspecialisering medan alla träningsformer är möjliga under hälsoprofil.

I idrottsspecialisering läser du träningsteori och grundläggande träningsmetoder för att du ska utvecklas inom din idrottsförening. Du ska träna minst två gånger i veckan med din förening, utveckla ett träningsprogram med din tränare och utöka idrottsförståelse på Nyströmska.

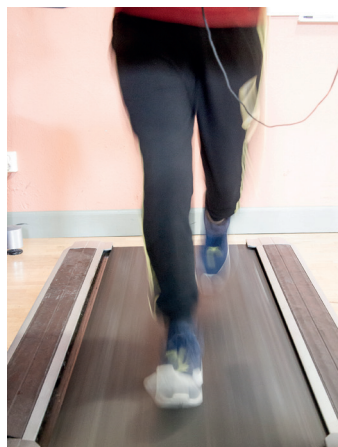
Vill du kombinera gymnasiestudierna med tid för träning och hälsa?

Ligger du i startgroparna och vill komma igång?

Tränar du redan på egen hand utan att tillhöra en idrottsförening?

Då passar denna kurs dig.

Du får möjlighet att lära dig hur just **DU** tränar på bästa sätt för att nå dina mål, samtidigt som du förbättrar dina chanser att lyckas med övriga studier.



0121-181 90
www.nystromska.se



SÖDERKÖPING.SE