



# Morgentræning Campus Skanderborg

# Morgentræning på Campus

På Campus Skanderborg har du mulighed for at forene din interesse for fodbold med din uddannelse. Ligeegyldigt hvilken uddannelse du vælger på Campus Skanderborg, har du mulighed for at kombinere det med morgentræning på Fælled. Morgentræningen afholdes på følgende tidspunkter:

- tirsdage kl. 07.45 - 09.00
- fredage kl. 06.45 - 07.45

På tirsdage tilrettelægges skemaet, så du kan deltage i et fodboldtræningspas i den første lektion i skoletiden. På Campus tilbydes morgentræning på følgende uddannelser:

- EUX-Business
- HF med idræt som valgfag
- HHX: Afsætning A + Virksomhedsøkonomi A
- STX: saA-maA eller saA-enA

Morgentræningerne på Fælled afvikles af uddannede fodboldtrænere under ledelse af Rasmus Skibsted, som besidder en A-licens.

Er du skadet eller ønsker du at optimere din fysik, har du mulighed for at gennemføre styrketræning i styrkelokalet på Fælled.

Du har mulighed for at vælge, om du selv planlægger dine træningsprogrammer i styrkerummet i samarbejde med din egen træner. Alternativt kan du få udarbejdet et styrketræningsprogram af de trænere, der er tilknyttet fodboldtræningen.

Du kan også benytte styrketræningsrummet på Fælled, hvis du dyrker andre sportsgrene end fodbold. Dette kan fx være tilfældet, hvis du spiller håndbold på et højt niveau og ønsker at lægge dit styrketræningspas om morgenen.



# Det skal du være opmærksom på!

Du skal være opmærksom på, at hvis du vælger HHX eller STX, kræver det, at du vælger en bestemt studieretning for at kunne deltage i morgentræning om tirsdagen inden for skoletiden. Før du starter på din uddannelse, er det en god idé at gøre opmærksom på, at du er interesseret i at have morgentræning.

På de 3-årige gymnasiale uddannelser (HHX, STX) med et tre måneders grundforløb kan du med din forhåndstilkendegivelse blive placeret i den grundforløbsklasse, som har morgentræning allerede fra starten af skoleåret. Hvis du ikke kommer i en grundforløbsklasse med morgentræning, kan du først vælge at få morgentræning, når studieretningsklasserne starter i november.

## Kontaktinformation

### **EUX: Else Krog, uddannelsesleder**

Else Krog, uddannelsesleder  
ek@scu.dk  
30 38 60 79

### **HF: Poul Baier, rektor**

pb@scu.dk  
20 98 33 96

### **HHX: Hanne J. Bjerregaard, rektor**

hjb@scu.dk  
20 98 33 60

### **STX: Jakob Thomsen, uddannelsesleder**

th@skanderborg-gym.dk  
51 94 23 95.

### **Fodboldlinjen.dk - en del af ungdomsskolen Rasmus Skibsted Sørensen, træner**

rasmus.skibsted.sorensen@skanderborg.dk  
71 78 77 07





Højvangens Torv  
8660 Skanderborg