

Antagningskriterier för Allmän kurs - Gymnasienivå – tema motion och hälsa

För skolans termins- och läsårskurser ska du:

- vara minst 18 år eller fylla 18 år under den terminen kursen startar
- bifoga ett utförligt personligt brev där du beskriver varför du vill studera hos oss
- bifoga de intyg/arbetsprover som krävs för varje kurs
- vara drogfri och inte ha genomgått behandling för alkohol- eller drogmissbruk de senaste tolv månaderna före kursstart
- lämna de referenser som efterfrågas i ansökan
- vid intervju inför antagning visa motivation och vilja att ta det ansvar som följer med utbildningen
- delta i undervisning och skolans aktiviteter

Personligt brev

Vi lägger stor vikt vid det personliga brevet. Du som söker ska beskriva hur du tror att kursen kommer att bidra till din personliga utveckling och skapa möjligheter för dig i framtiden.

Förkunskaper

Inom temat **Motion och hälsa** ägnas två eftermiddagar per vecka åt träning och friluftsliv. Du får prova olika former av utomhusaktiviteter såsom promenader, löpning, stavgång samt, under vinterhalvåret, längdskidåkning. Målet är att skapa förståelse för motionens positiva effekter och att inspirera till en aktiv och hållbar livsstil.

Inga förkunskaper krävs för att delta, men engagemang, nyfikenhet och en vilja att röra på sig värdesätts. Varje deltagare uppmuntras att delta utifrån sina egna förutsättningar och att utvecklas i sin egen takt.

Utöver temats praktiska inslag finns möjlighet att läsa in särskild gymnasiebehörighet, idrott och hälsa. Temat ger därmed en väl avvägd kombination av teoretiska studier och fysisk aktivitet.

Tillsammans skapar vi en inspirerande studiemiljö som främjar både fysisk och mental hälsa, där balans mellan kropp och själ står i centrum.

2025-11-13

Gruppsammansättning

Vi tror på mångfald som en av de viktigaste faktorerna för att skapa en dynamisk grupp. Vi använder gruppen som ett viktigt pedagogiskt verktyg för att skapa miljöer som kännetecknas av tillit, trygghet och personlig utveckling.

Behandling av din ansökan

Du får ett bekräftelsemail att skolan mottagit din ansökan. Antagningsbesked, besked om du ej blivit antagen eller besked om reservplats, skickas till din angivna e-post.