

Praktiske informationer

Det koster i alt 10.000 kroner at gå et år på Sportscollege Lolland-Falster.

5.000 kroner betales ved indmeldelse senest 1. marts og refunderes ikke.

Resten betales med 500 kroner om måneden i 10 måneder.

Prisen dækker træning, foredrag, unglederuddannelse og et sæt træningstøj.

Derudover kommer udgifter til træningslejr i uge 41.

Sidste år kostede lejren 5.500 kroner og turen gik til La Santa.

Tilmelding senest 1. marts 2011.

Den 20. marts får alle besked på, om de er optaget. Bliver man ikke optaget, refunderes hele indmeldelsesgebyret.

Sportscollege Lolland-Falster samarbejder med:



Uddannelser:

8. og 9.klasse, Eskilstrup Skole

8. og 9.klasse, Lindeskovskolen

10. klasse, Nørre Skole, Nykøbing

CelfGo, HG, HTX, HHX, Nykøbing

Håndværksuddannelser, Nykøbing

HF og STX, Nykøbing

STX, Maribo

Idrætsgrene:

Brydning, Nykøbing

Cykling, Nykøbing

Fodbold, Nykøbing og Maribo

Håndbold, Nykøbing og Maribo

Svømning, Nykøbing

Triathlon, Nykøbing

Spring-rytme gymnastik, Eskilstrup

Skovalleen 38
4800 Nykøbing Falster
www.scf.dk
31 19 95 26
info@scf.dk



Træn din sport i skoletiden

Brydning



Et spændende tilbud til dig, som har lyst til en god skolegang eller uddannelse og som samtidig gerne vil udvikle dine idrætsfærdigheder.



SPORTSCOLLEGE

LOLLAND-FALSTER

SPORT & UDDANNELSE - NATURLIGVIS

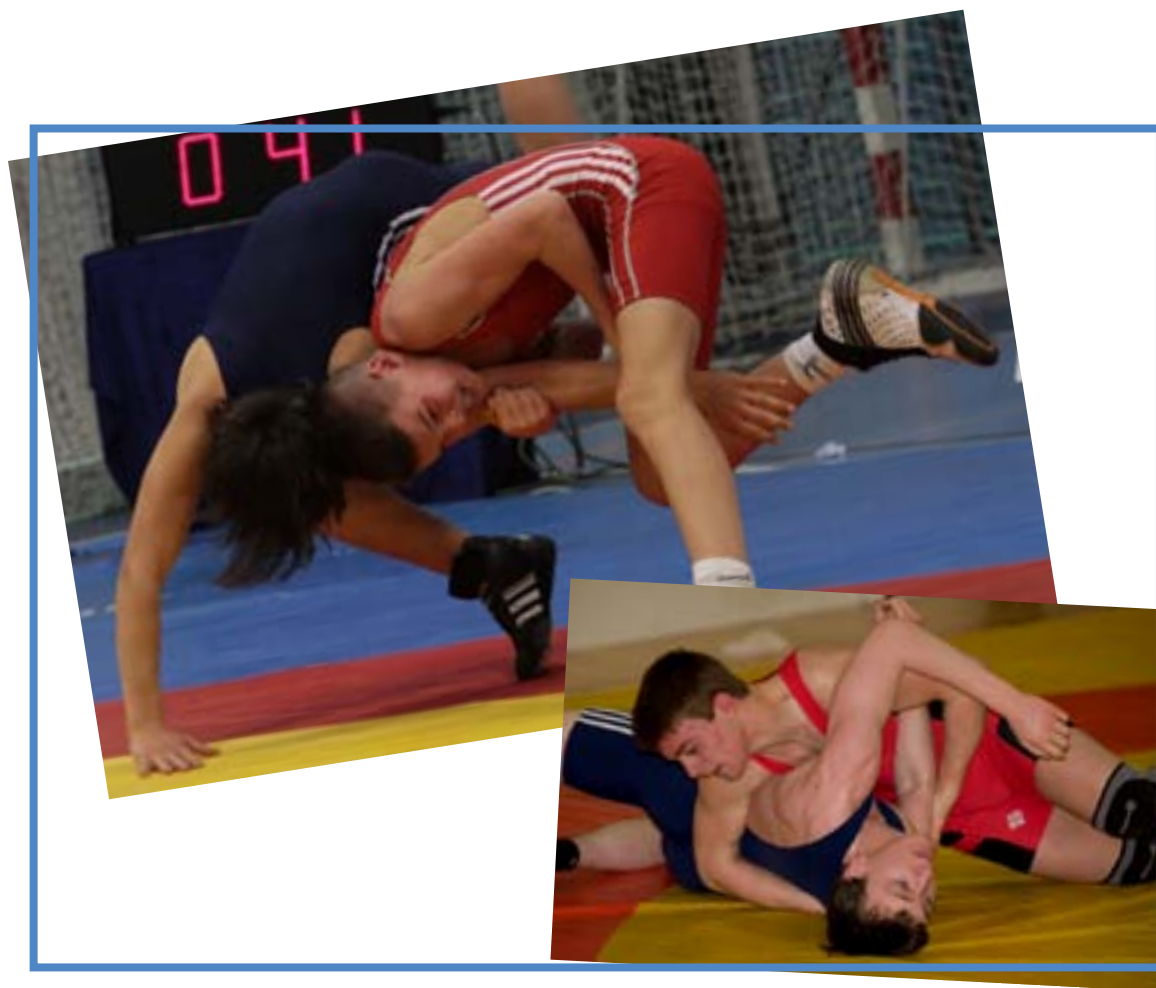
Brydning på Sportscollege

Vi vil forsøge at skabe den røde tråd mellem sportscollege-træningen og landsholdstræningen.

Da tekniktræningen er en vigtig del af brydningen, vil størstedelen af vores fokus til collegetræningen være grundteknikken, derudover vil vi arbejde med den enkelte bryders egen teknik.

Overordnede vil vi arbejde med:

- Teknikken
- Styrken
- Konditionen
- Mentale færdigheder
- Målsætninger
- Problemløsninger



Brydning

På brydelinjen går flere Danmarks mestre, samt sølv- og bronzevindere fra både junior- og seniorrækken.

Brydelinjen er vores mest elitære linje, hvor Danmarks absolut bedste brydere er samlet.

Trænere for brydning

Brydelinjen ledes af Thor Hyllegaard Pedersen med assistance fra OL-deltager og VM-bronzevinder, Håkan Nyblom fra Herning Brydeklub.

Til daglig er Thor chefræner i brydeklubben Thor, hvor han er fuldtidsansat. Udover det har han ansvaret for ungdom og juniorlandsholdet i Danmark. Trods sin unge alder har han allerede stor erfaring som træner, da han har stået i spidsen for ungdomslandsholdet i snart fem år.

Håkan har et flot CV som bryder, hvorpå han både kan skrive EM bronze i 2008 og VM bronze i 2009 samt deltagelse i OL i 2004.

Håkan vil være til stede til collegetræningen, hvor han vil bidrage med rigtig meget på madrassen og dele ud af sine erfaringer fra den store brydeverden.