



VUOKATTI-RUKA URHEILUAKATEMIA

KAJAANI

-YLEISURHEILU-

Yleisurheilusta tulee urheiluakatemiaalaji lukuvuodesta 2015-16 alkaen. Tämä mahdollistaa opiskelun ja yleisurheiluvalmennuksen yhdistämisen Kajaanin Lukiossa ja Kainuun Ammattiopistossa.

Urheiluakatemia-avalmennus toisen asteen oppilaitoksissa opiskeleville urheilijoille kattaa päivittäisvalmennusta 6 tuntia viikossa opintoihin sovitettuna. Valmennus on kokonaisvaltaista valmennusta ml. lajitekniikat, voima- ja muu tukiharjoittelu, harjoituskuormituksen hallinta ja yksilöllisten ominaisuuksien kehittäminen.

Hakeutuminen

Hakeminen Kajaanin lukioon ja Kainuun ammattiopistoon tapahtuvat yhteishaun kautta osoitteessa opintopolku.fi. Hakuaika on 23.2.–15.3.2016. Kainuun ammattiopistossa akatemiaurheilijoiden opiskelu on mahdollista liiketalouden, sosiaali- ja terveysalan (hyvinvointialan) ja turvallisuusalan koulutuksissa Kajaanissa.

Urheiluakatemiaan pääseminen edellyttää opiskelupaikan saamista.. Ilmoita halukkuudesta päästä mukaan yleisurheilun akatemia-avalmennukseen valmentaja Vesa Heinosen kautta. Urheilijavalinnat tekee valmentaja Vesa Heinonen

Lisätietoa opinnoista

www.kajaaninlukio.fi

www.kao.fi



YHTEYSTIEDOT:

Valmentaja

Vesa Heinonen
puh. 040-5466251

vesa.heinonen.kajaani@gmail.com

Koordinaattori

Tuomas Karjalainen
puh. 044-5325919

tuomas.karjalainen@kainuunliikunta.fi

Akatemiajohtaja

Janne Vuorinen
045-1303538

janne.vuorinen@sotkamonlukio.fi

www.vuokattirukaurheiluakatemia.fi

VUOKATTI-RUKA URHEILUAKATEMIA - HUIPPUJEN KASVATTAJA

Urheiluakatemiaan tehtävänä on nuorten urheilijoiden harjoittelun ja opiskelun kokonaisvaltainen tukeminen. Urheilijat opiskelevat paikallisissa oppilaitoksissa ja valmentautuvat Vuokatin, Rukan ja Kajaanin huippuolosuhteissa.