



URHEILUVALMENNUS

Liikunnan henkilökohtaiset opintojaksot

Opintojaksojen tavoitteena on tukea Lohjan Yhteislyseon lukion urheilijan uraa ja valmentautumista.

Urheiluvalmennukseen hakijalle asetetaan seuraavat vaatimukset:

- Valmentautumisen tulee olla tavoitteellista (on alkanut jo perusopetuksen puolella)
- Opiskelijalla on valmentaja, joka toimii tarvittaessa yhteistyössä lukion liikunnanopettajan kanssa
- Harjoitusohjelmat toimitetaan lukion liikunnanopettajalle
- Valmennuksesta pidetään päiväkirjaa
- Opintojaksot ovat valinnaisia koulukohtaisia liikunnan opintojaksoja ja suorituksen hyväksymisestä päättävät lukion liikunnanopettajat

Urheiluvalmennukseen hakeminen tapahtuu lukioon hakemisen yhteydessä.



Lisätietoja: Apulaisrehtori
Liikunnanopettaja
Liikunnanopettaja

Juha Nurmi, p. 044 369 1480 juha.nurmi@lohja.fi
Anna Sauvola, p. 044 374 0704 anna.sauvola@edu.lohja.fi
Jussi Hormavirta, p. 044 374 1470 jussi.homavirta@edu.lohja.fi