

ISI.dk

MAKE YOURSELF HAPPIER

På ISI Idrætshøjskole tilbyder vi aktiviteter i verdensklasse. ISI er dit springbræt til fremtiden!



ISI Idrætshøjskole



Fitness og Ernæring

For dig der drømmer om at hellige dig din træning 100% for en periode eller arbejde professionelt med træning og kost. Eksempelvis som personlig træner, diætist, underviser, fysioterapeut eller lignende. Og for dig, der elsker at bruge kroppen og stifte bekendtskab med en masse forskellige idrætsformer.



Golf

Afprøv dig selv i et af de mest unikke golfmiljøer i Danmark. Udgangspunktet er dit niveau og dine ambitioner. Underviserne hører til blandt de bedste i landet, og faciliteterne er enestående.



Fodbold

For dig der drømmer om at blive en bedre og mere helstøbt fodboldspiller - og om at udvikle netop dit talent og afprøve dig selv i et inspirerende og udviklende fodboldmiljø.



Fodboldtræner

For dig der drømmer om at blive fodboldtræner på højt niveau. På ISI får du mulighed for at udvikle dig - og være med på sidelinjen i et af Danmarks stærkeste fodboldudviklingsmiljøer.



Håndbold

Håndbold i blodet og lyst til at teste talentet af i et intenst håndboldmiljø?

Du kan afsøge og udvide mulighederne for at gøre dig til en endnu bedre håndboldspiller.



Håndboldtræner

For dig der drømmer om at blive håndboldtræner på højt niveau. På ISI får du en unik mulighed for at tilegne dig viden og snuse til træning i et af Danmarks stærkeste håndboldudviklingsmiljøer.



Volleyball

Kombiner ISI Fitness linjen med muligheden for at spille volleyball i en af landets stærkeste klubber, Ikast KFUM Volley. På ISI Idrætshøjskole får du et seriøst og dedikeret volleyballmiljø.



Underviser

For dig, der er nysgerrig på pædagogik og undervisning i kombination med idræt, Her kan du fordybe dig, gå på opdagelse i, og blive klogere på om din fremtid ligger indenfor dette fagområde.



MAKE YOURSELF
BETTER

DIN TID - DIT SKEMA

På ISI har du stor indflydelse på dit skema. Kernen i dit ophold er idræt og fælles aktiviteter.

Derudover kan du vælge mellem en række inspirerende idrætsfag og inspirationsfag.



REJSER

EFTERÅR:

Friluftstur i Danmark

Efterårets friluftstur indgår som en del af introforløbet på ISI. Turen foregår i Danmark, hvor vi vil blive udfordret til lands, vands og i luften.

La Santa

Oplev en uge med idræt fra morgen til aften i enestående omgivelser på Club La Santa Sport på Lanzarote. Her får du masser af muligheder for at være sammen med dine øvrige højskolekammerater i et slaraffenland for idrætselskere.



FORÅR:

Adventuretur til de Østrigske alper

I foråret er der mulighed for at rejse til Kaprun og bo tæt ved den store gletsjer Kitzsteinhorn. Her får du muligheden for at mærke adrenalinsuset fra en række af de sportsgrene, bjergene byder på. Kaprun er en hyggelig lille by i de østrigske alper, og en del af skiområdet Zell am See. Her får du chancen for en anderledes alpeoplevelse.



Uganda

I foråret 2020 rejser vi til Uganda. Sammen dyrker vi idræt og oplever kulturen i Uganda. Vi møder unge mennesker, besøger familier, skoler og tager på safari. Turen er for dig, som brænder for idræt, og gerne vil rejse og opleve en fremmed kultur.

Linjedage

I løbet af foråret har idrætslinjerne nogle dage, hvor elever og lærere i fællesskab bliver enige om indholdet. Linjerne kan vælge at arrangere en træningslejr på højskolen, men der er også mulighed for at tage andre steder hen.



FACILITETER

På ISI Idræthøjskole møder du unikke faciliteter til idræt og til højskoleliv. Blandt andet egen hal, styrketræningscenter, crossfit- og golftræningsanlæg. Du bor i gåafstand til Ikast-Brande Arena, Ikast Stadion, Stadome, 16 velplejede fodboldbaner, svømmehal og golfbane.

Værelserne er moderne og hyggelige og vores højskolekøkken serverer mad, der mætter og giver energi til træning og sport.

Se vores faciliteter på www.ISI.dk





AT LEVE I NUET

Rammerne på ISI er de unikke idrætsfaciliteter.

Her møder du et engageret team af højskolelærere, der alle er en aktiv del af det daglige liv på højskolen.

Du får en hverdag med masser af træning - og tid og rum til fordybelse, inspiration og udvikling.

Vi har et tæt samarbejde med lokale idrætsforeninger, og det giver dig mulighed for mere træning og evt. kampe.

Og så kan du også se frem til alle de nye venner, rejserne og de mange højskoleoplevelser... Højskole er din chance for at leve i nuet.

På ISI underviser vi i det, du brænder for. Vi udfordrer dig - fysisk og mentalt.

Glæd dig til spændende oplevelser for livet!



MADEN PÅ ISI

At spise på ISI handler om meget mere end maden på tallerkenen. Her serverer vi måltider med masser af holdninger - på en sprød bund af hygge, sund energi og gode vaner.

"Mad og måltider er ofte lig med glæde, nydelse og fællesskab. Det er alle vigtige elementer i oplevelsen af det gode højskoleliv.

Måltider smagt til med nydelse og oplevelser pirrer sanserne og giver anledning til samtale over bordene. På den måde kan der både ske noget nyt og uventet.

Dannelse gennem mad gror via evnen til at reflektere, erkende og forholde sig til det vi spiser, og den betydning kosten har for vores livskvalitet."

Pernille Simonsen, kost- og ernæringsleder, ISI

På ISI elsker vi idræt.

Her kan du udvikle og udfordre dig selv i den idræt, du brænder for, eller gennem en masse andre inspirerende oplevelser og rejser.

Fællesskab er essensen af vores højskole.

Her får du chancen for at møde nye venner for livet - midt i unikke idrætsfaciliteter.

Vi har plads til alle. Uanset om du kommer for at udvikle dig indenfor din idræt, nyde et sabbatår eller forberede dig til at læse videre.

LÆS MEGET MERE OM
ISI IDRÆTSHØJSKOLE PÅ

ISI.dk



ISI Idrætshøjskole

Hagelskærvej 40 - 7430 Ikast

Tlf. 97252499 - info@isi.dk - www.ISI.dk