

Barn och fritidsprogrammet PT

Inriktning | Pedagogiskt arbete
Läringsutbildning till Personlig tränare



Det här är utbildningen för dig som älskar träning och vill få andra att göra detsamma.

Innehållet bygger på Sports club educations spetskompetens inom träning, en helhetssyn på prestation och välmående. Personlig Tränare på ÖG är den perfekta utbildningen för dig som vill skaffa dig en yrkestitel och samtidigt bli behörig att söka utbildningar på högskola eller universitet! Utbildningen till personlig tränare genomförs i samarbete mellan ÖG och STC samt när det är dags för Licensiering – Human Performance. Detta är helt unikt som gymnasieutbildning i Sverige.

Du får praktisk och teoretisk utbildning med hjälp av utbildade tränare på STC halva studietiden. Den andra halvan innefattar studier på ÖG där du läser de kurser på gymnasiet som ger dig grundläggande behörighet för att studera vidare på högskola/universitet.

Utbildningen tittar även på trender och nya träningsmetoder ur ett internationellt perspektiv. Vare sig det är funktionell träning, Suspension Training, eller CrossTraining så ligger vi i framkant och ger dig den bästa utbildningen inom det senaste. Att vara först med det senaste är en naturlig del av utbildningen!

På PT-utbildningen blir du därför inte bara utbildad i det folk tränar idag, utan även i det som dina kunder kommer att vilja göra imorgon.

Hur gick det sen?



Hur var din gymnasietid?

Gymnasietiden var en riktigt bra tid där jag fick träffa många nya kompisar som jag fortfarande är nära. Jag hade bra lärare och personlig tränare delen var den bästa där vi fick lära oss allt om kroppen och om yrket PT som inspirerat mig att börja jobba med det efter gymnasiet.

Vad har du gjort efter gymnasiet?

Direkt efter gymnasiet jobbade jag i en klädaffär och var ute och reste. Efter cirka ett år flyttade jag ner till Stockholm där jag nu jobbar som personlig tränare på Sats. Jag jobbar heltid måndag till fredag och har gjort det i två år nu.

Varför ska man söka Östersunds gymnasium?

Det är en mysig skola där du lär känna många, både lärare och elever utanför din klass. Jag tycker det finns ett bra utbud av kurser att läsa och schemat, att du har en lektion förmiddag och eftermiddag så kan du fokusera på ett ämne i taget. Du får behörighet för att söka vidare samt att du blir licensierad Personlig Tränare om du går den linjen.

Julia

Besök vår hemsida eller ring till oss för mer information!

www.ostgy.se | 079-3102380 | Besöksadress: Rådhusgatan 37 | 831 35 Östersund

Barn och fritidsprogrammet PT

Inriktning | Pedagogiskt arbete

Läringsutbildning till Personlig tränare

Gymnasiegemensamma ämnen 600p

Engelska 5	100
Historia 1a:1	50
Idrott och hälsa 1	100
Matematik 1a	100
Naturkunskap 1a:1	50
Religionskunskap 1	50
Samhällskunskap 1a:1	50
Svenska 1	100
eller Svenska som Andraspråk 1	

Programgemensamma karaktärsämnen 700p

Hälsopedagogik	100
Naturkunskap 1a:2	50
Kommunikation	100
Lärande och utveckling	100
Människors miljöer	100
Pedagogiskt ledarskap	100
Samhällskunskap 1a:2	50
Svenska 2	100
eller Svenska som Andraspråk 2	

Inriktning Pedagogisk arbete 300p

Barns lärande och växande	100
Pedagogiskt arbete	200

Inriktning Programfördjupning 600p

Träninglära 1	100
Träninglära 2	100
Kost och hälsa 1	100
Mental träning 1	100
Aktivitetsledarskap	100
Svenska 3	100

Individuellt val 200p

Engelska 6	100
Idrott och hälsa 2	100

Gymnasiearbete 100p

Utökade kurser 250p

Obligatoriska	
Naturkunskap 2	100
Historia 1a2	50
Valbar	
Matematik 2a	100

Med reservation för ev. ändringar.

Besök vår hemsida eller ring till oss för mer information!

www.ostgy.se | 079-3102380 | Besöksadress: Rådhusgatan 37 | 831 35 Östersund