

ISI.dk

MAKE YOURSELF HAPPIER

På ISI Idrettsfolkehøyskole tilbyr vi aktiviteter i verdensklasse. ISI er dit springbrett til fremtiden!



ISI Idrettsfolkehøyskole



Fitness og Ernæring

Drømmer du om å fokusere 100% på egen trening eller arbeide profesjonelt med trening og kost? Elsker å bruke kroppen og stifte bekjentskap med mange ulike idrettsformer? Ønsker du å lære mer om hva det innebærer å være personlig trener, dietist, underviser, fysioterapeut eller lignende? Da er Fitness og Ernæring noe for deg!



Golf

Test deg selv i et av Danmarks mest unike golfmiljøer, hvor vi tar utgangspunkt i ditt nivå og dine ambisjoner. Våre undervisere hører til blant de beste i landet, og våre fasiliteter er enestående.



Fotball

Vår fotball-linje er for fotballspillere som drømmer om å utvikle seg til bedre og mer helstøpte fotballspillere. Hos oss får du muligheten til å utvikle nettopp ditt talent og til å prøve deg selv i et inspirerende og utviklende fotballmiljø.



Fotballtrener

Ønsker du å bli fotballtrener på høyt nivå? På ISI får du mulighet for å utvikle deg - og være med på sidelinjen i et av Danmarks sterkeste utviklingsmiljøer, FC Midtjylland.



Håndball

Har du håndball i blodet, og har du lyst til å teste talentet ditt i et sterkt og intenst håndballmiljø? På vår håndball-linje kan du utvikle deg til en enda bedre håndballspiller, samt spille i de øverste rekker hos våre samarbeidsklubber.



Håndballtrener

Hvis du har ambisjoner om å bli håndballtrener på et høyt nivå, vil du på ISI få den unike muligheten til å tilegne deg viten samt snuse til trening i et av Danmarks sterkeste håndballutviklingsmiljøer. Du vil også få muligheten til å lære under noen av Danmarks mest erfarne og beste trenere.



Volleyball

Kombiner ISI Fitnesslinjen med muligheten til å spille volleyball i en av landets sterkeste klubber både for kvinner og menn, Ikast KFUM Volley. På ISI Idrettshøyskole får du et seriøst og dedikerte volleymiljø ulikt noen andre.

På ISI elsker vi idrett. Her kan du utvikle og utfordre deg selv innenfor den idretten som du brenner for, eller gjennom inspirerende opplevelser og reiser.

Felleskap er hoved verdien på vår høyskole. Her får du sjansen til å møte venner du vil ha livet ut - midt i våre unike idrettsfasiliteter.

På ISI idrettshøyskole har vi plass til alle. Uansett om du er kommet for å utvikle deg innenfor din idrett, nyte et friår eller for å forberede deg selv til videre studier.

LES ALT PÅ
ISI.dk

A young man in a green t-shirt and black cap is smiling broadly, looking towards the right. In the background, a woman with long blonde hair is laughing. The scene is outdoors, with a wooden wall and a tree trunk visible. The text 'MAKE YOURSELF BETTER' is overlaid in the top left corner.

MAKE YOURSELF
BETTER

DIN TID - DIT SKJEMA

På ISI har du stor innflytelse på dit egen hverdag og hvordan ditt skjema ser ut. Kjernen i dit opphold er idretten og felles aktiviteter.

Utover det kan du velge mellom en rekke inspirerende idrettsfag og inspirasjonsfag.



REISER

HØST:

Friluftstur i Danmark

Høstsemesterets friluftstur inngår som en del av introforløpet på ISI. Turen foregår i Danmark, hvor man vil bli utfordret til lands, vanns og i luften.

La Santa

Oplev en uke med idrett fra morgen til kveld i enestående omgivelser på Club La Santa Sport på Lanzarote. Her får du muligheten til å nyte enhver idretts elskers drøm, sammen med dine høyskolevenner.



VÅR:

Opplevelsestur til de Østeriske alper

I løpet av vår-semesteret får du muligheten til å reise til Kaprun hvor du bor tett på den store gletsjer Kitzsteinhorn. Her får du muligheten til å merke adrenalinrushet fra en rekke av de sportsgrenene, de Østeriske alper har å by på. Kaprun, en hyggelig liten by i naturskjønne omgivelser, er en del av skiområdet Zell am See. Her får du sjansen til en annerledes alpeopplevelse.



Uganda

Våren 2020 reiser vi til Uganda. Sammen dyrker vi idrett og opplever den ugandiske kulturen. Vi møter unge mennesker, besøker familier, skoler og drar på safari. Turen er for deg som brenner for idrett og vil reise og oppleve en fremmed kultur.

Linjedager

I løpet av våren har idrettslinjene noen dager, hvor elever og lærere i fellesskap blir enige om innholdet. Her kan linjene for eksempel velge å arrangere en treningsleir på høyskolen eller et annet valgfritt sted.



FASILITETER

På ISI Idrettsfolkehøyskole møter du unike fasiliteter til idrett og til høyskoleliv. Blant annet har vi vår egen hal, et eget treningscenter, crossfit og golftrenings- anlegg. Værelsene er moderne og hyggelige og ligger i gåavstand til Ikast-Brande Arena, Ikast Stadion, Stadome, 16 velpleiede fotballbaner, svømmehall og golfbane.

Vårt høyskolekjøkken serverer mat, som metter og gir all den energi en utøver har behov for til trening og sport.

Se våre fasiliteter på www.ISI.dk





Å LEVE I NUET

Rammene på ISI er de unike idrettsfasilitetene våre.

Innenfor disse rammene møter du et engasjert team av høyskolelærere, som alle er en aktiv del av det daglige liv på høyskolen.

Du får en hverdag med masse trening – hvor det finnes tid og rom til fordypelse, inspiration og egenutvikling.

Vi har et tett samarbeid med lokale idrettsforeninger, hvilket gir deg muligheten for mer trening og evt. kampe.

Høyskolen er din sjanse til å reise, bo i et annet land, leve med mennesker fra mange ulike kulturer og ikke minst stifte nye vennskap og bekjentskap ... Høyskole er din sjanse til å leve i nuet.

På ISI underviser vi i det du brenner for, vi utfordrer deg - fysisk og mentalt.

Gled deg til spennende opplevelser for livet!



MATEN PÅ ISI

Å spise på ISI handler om mye mere enn maten på tallerkenen. Her serverer vi måltider med smil om munnen - på en sprø bunn av hygge, sund energi og gode vaner.

“Mat og måltider er ofte synonymt med glede, nytelse og fellesskap. Dette er alle viktige elementer i opplevelsen av det gode høyskoleliv.

Måltider smakt til med nytelse, skaper opplevelser som pirrer sansene og gir anledning til samtale over bordene. På den måten kan det både skje noe nytt og uventet.

Dannelse gjennom mat skjer når vi evner å reflektere, erkjenne og forholde oss til det vi spiser og den betydning kosten har for vår livskvalitet.”

Pernille Simonsen, kost- og ernæringsleder, ISI

LES MERE OM
ISI IDRETTSFOLKEHØYSKOLE PÅ
ISI.dk



ISI Idrettsfolkehøyskole
Høgelskærvej 40 - DK 7430 Ikast - Danmark
Tlf. +45 97252499 - info@isi.dk - www.isi.dk