

Fodbold

# MAKE YOURSELF **BETTER**

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



ISI Idrætshøjskole

# 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.

På ISI fodboldlinje har vi et ambitiøst fokus på fodbold - og på lige præcis din udvikling som spiller. Med placering i Ikast udspringer ISI af et stærkt og historisk fodboldmiljø, der med klubber som Ikast FS og FC Midtjylland har tradition for at udvikle talenter.

På ISI har du mulighed for at afprøve et liv med fodbold som kernen i dagligdagen, hvor udgangspunktet er viljen og lysten til at blive en bedre fodboldspiller!



På ISI bliver du en del af et inspirerende højskolemiljø og fællesskab, som giver værdifulde personlige kompetencer. Dermed får du chancen for at dygtiggøre og afklare dig - som person og som fodboldspiller.



## UNDERVISNING

Det skal være sjovt, inspirerende og udfordrende at spille fodbold på ISI, hvor spilleglæde og udvikling er højt prioriteret.

Træningen på ISI bliver tilrettelagt med udgangspunkt i dit niveau og i forhold til dine målsætninger.

**ISI.dk**



## TÆTTERE PÅ PROFILERNE

Som elev på ISI kommer du gratis ind til alle FC Midtjyllands hjemmekampe på MCH Arena. I forbindelse med undervisningen får du også mulighed for at møde flere af landets fodboldprofiler som gæstelærere eller foredragsholdere.

## KLUB- OG TURNERINGSKAMPE

Som fodboldelev har du en række muligheder for at spille klubfodbold. Afhængigt af dit niveau og dine ambitioner. Både på pige- og drengesiden samarbejder vi med ambitiøse fodboldklubber som Ikast FS og Vildbjerg SF. Vi hjælper med at afklare og rådgive om dit klubvalg.

## KOMBINATION

Du har mulighed for at kombinere fodboldlinjen på ISI Idrætshøjskole med trænerlinjen.

Træningen kan eksempelvis bestå af:

- Teknisk specifikt orienteret undervisning, målrettet spillere med forskellige udgangspunkter
- Spil på små områder, som tilgodeser tekniske kompetencer som første berøringer, vendinger, pasninger og meget andet
- Relationelle færdigheder
- Fysisk fokus - footwork og springtræning
- Personlig masterplan, som danner grundlaget for den individuelle træning, fokus og løbende evalueringer
- Mentaltræning i form af individuelle samtaler og teamopgaver
- Refleksion, samarbejde og kommunikation med udgangspunkt i legen, kreativiteten og læringen.



## FACILITETER

På ISI er du omgivet af unikke fodboldrammer - i gåafstand.

Vi råder blandt andet over:

- 16 velplejede fodboldbaner
- EDC Arena (tidligere Ikast Stadion)
- Stadome (overdækket kunststofbane i fuld størrelse)
- Eget styrke- og motionscenter
- To 5-mands kunststofbaner på ISI
- Goalstation og goalbox

Træningsanlæg og -faciliteter på og omkring ISI afspejler, at de også bruges af nogle af Danmarks dygtigste fodboldspillere fra FCMs superligatrup.

Udover fodboldfaciliteterne rummer ISI også en række øvrige idrætsfaciliteter som golftræningsbaner, egen crossfit anlæg, egen hal og adgang til byens svømmecenter.

LÆS MERE OM  
FODBOLD PÅ

**ISI.dk**

## SAMARBEJDSPARTNERE



## UNDERVISER PÅ FODBOLD

På ISI lægger vi stor vægt på kvalitet. Naturligvis også i forhold til underviserne.



Nicolai Lewandowski  
M: nl@isi.dk  
T: 30 23 99 20

- Uddannet Cand. scient. i idræt
- Master i sportspsykologi
- Sportspsykologisk konsulent
- UEFA B licenstræner
- Har i ti år været aktiv 2. div. fodboldspiller
- Mentaltræner, Manhattan College New York City



**ISI Idrætshøjskole**

Hagelskærvej 40 • 7430 Ikast  
Tlf. 97 25 24 99 • E-mail: info@isi.dk