

Fotball

# MAKE YOURSELF **BETTER**

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



ISI Idrettsfolkehøyskole

# FOTBALL

Fotballinjen er for deg som drømmer om å bli en bedre og mere fullkommen fotballspiller, samt utvikle nettopp ditt talent og prøv seg selv ut i et inspirerende velutviklet fotballmiljø.

På ISI fotballinje har vi et ambisiøst fokus på fotball og din utvikling som spiller. Med sin plassering i Ikast springer et sterkt og historisk fotballmiljø ut, hvor klubber som Ikast FS og FC Midtjylland har en sterk tradisjon for å utvikle talenter.

På ISI vil du få muligheten til å oppleve et liv med fotball som kjernen i hverdagen og hvor utgangspunktet er viljen og lysten din til å bli en bedre spiller.



På ISI vil du bli en del av et inspirerende høyskolemiljø og fellesskap, som vil delta med å gi deg verdifulle og personlige kompetanser. Dette vil gi deg muligheten til å utvikle og lære deg selv å kjenne som både som fotballspiller og ikke minst person.



## UNDERSVING

Det er ment å være morsomt inspirerende og utfordrende å spille fotball på ISI, hvor spilletglede og utvikling er høyt prioritert.

Treningene på ISI blir tilrettelagt med utgangspunkt på ditt nivå og forholdes til dine målsetninger.

**ISI.dk**



- Treningen kan for eksempel bestå av:
- Teknisk spesifikt orienterte undervisning, målrettet spillere med forskjellige utgangspunkter
- Spil på små områder, som tilrettelegger for tekniske kompetanser som første berøringer, vendinger, pasninger og mye annet
- Relasjonelle ferdigheter
- Fysisk fokus - fotarbeid og sprinttrening.
- Personlig masterplan, som danner grunnlaget for den individuelle treningen, fokus og løping og evalueringer av situasjoner
- Mental trening i form av individuelle samtaler og temaoppgaver
- Refleksjon, samarbeide og kommunikasjon med utgangspunkt i leken, kreativiteten og læringen.

## TETTERE PÅ PROFILENE

Som elev på ISI kommer du gratis inn til alle FC Midtjyllands hjemmekamper på MCH Arena. I forbindelse med undervisningen din får du også mulighet for at møte flere av lagets profiler som gjestetrenere eller foredragsholdere.

## KLUBB- OG TURNERINGSKAMPER

Som fotballelev har du en rekke muligheter for å spille klubb fotball, avhengig av ditt ferdighetsnivå og dine ambisjoner. Både på jente og guttesiden samarbeider vi med ambisiøse fotballklubber som Ikast FS og Vildbjerg SF. Vi hjelper også til med å avklare og rådgiver rundt ditt klubbvalg.

## KOMBINATION

Du har også muligheten til å kombinere fotballinjen på ISI med fotballtrenerlinjen om du måtte ønske det.



## FASILITETER

På ISI er du omgitt av unike fotballrammer i gåavstand. Vi har blant annet fasiliteter som:

- 16 velpleiede fotballbaner
- EDC Arena (tidligere Ikast Stadion)
- Stadome (Innendørs fotballbane i full størrelse)
- Egne styrke- og mosjonsentre
- To 5-manns kunstbaner på ISI
- Goalstation og goalbox

Treningsanleggene og fasilitetene rundt om ISI blir også tatt i bruk av noen av Danmarks dyktigste fotballspillere fra FCMs superligalag.

Sett bort fra fotballfasilitetene rommer ISI også en rekke øvrige idrettsfasiliteter som golftreningsbaner, egne crossfitt-anlegg, sin egen hall og avgang til byens svømmehall.

LES MER OM  
FOTBALL PÅ

**ISI.dk**

## SAMARBEIDSPARTNERE



## UNDERVISER PÅ FOTBALL

På ISI legger vi stor vekt på kvalitet. Naturligvis også i forhold til underviserne.



Nicolai Lewandowski  
M: nl@isi.dk  
T: +45 30239920

- Udannet Cand. scient. i idrett
- Master i sportspsykologi
- Sportspsykologisk konsulent
- UEFA B lisenstrener
- Har i ti år vært aktiv 2. div. fotballspiller
- Mentaltrener, Manhattan College New York City



ISI Idrettsfolkehøyskole

Hagelskærvej 40 • DK 7430 Ikast  
Tlf. +45 97252499 • E-mail: info@isi.dk