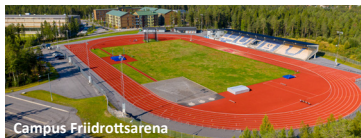


# IDROTTSSTAD UMEÅ HAR EN ERKÄNT BRA ELIT-IDROTSMILJÖ



## UMEÅ ANDAS IDROTT

Umeå är en riktig idrottsstad och har flera gånger utsetts till Sveriges bästa idrottsstad. Här finns cirka 240 idrottsföreningar som skapar möjligheter till idrott för alla, såväl barn och ungdomar, bredd/motion som elit. Umeå erbjuder dig många träningsmöjligheter

och toppmoderna träningsanläggningar. Tack vare sitt starka och breda föreningsliv har Umeå blivit en framgångsrik evenemangstad. Umeå har stått värd för stora återkommande nationella och internationella idrottsevenemang och mästerskap.

## EN TRÄNINGSMILJÖ MED KORTA AVSTÅND MELLAN BOENDE, TRÄNING OCH STUDIER!

### EN FANTASTIK UTVECKLINGSMILJÖ FÖR DUBBLA KARRIÄRER

Det finns ett nära samarbete mellan verksamheterna Riksfriidrottsgymnasiet i Umeå och FK Umeå. Tillsammans sätter vi dig som student i fokus och arbetar för långsiktiga och hållbara friidrottsatsningar. Vår målsättning är en hållbar prestationsutveckling – som idrottare, student och människa. Vi vill att du ska må och nå toppen under och efter din friidrottskarriär.



## VÄLKOMMEN TILL UMEÅ

- FLERA GÅNGER OM  
SVERIGES FRÄMSTA IDROTTSSTAD.

HÄR KOMMER DU ATT TRIVAS!

# DUBBLA KARRIÄRER

## ELITFRIIDROTT I UMEÅ

- kombinera din elitsatsning i friidrott med studier



UMEÅ  
ELITIDROTTS  
GYMNASIUM



IDROTTSHÖGSKOLAN  
UMEÅ UNIVERSITET



Riksidrottsuniversitetet

# RIKSFRIIDROTTSGYMNASIET UMEÅ

## FRIIDROTT OCH STUDIER VID UMEÅ ELITIDROTTSGYMNASIUM



"TIDEN PÅ RIG UMEÅ  
VAR VERKLIGEN EN  
HÄFTIG RESA"

Erika Kinsey

Foto: Decca Text & Bild

### VÄLKOMMEN TILL UMEÅ ELITIDROTTSGYMNASIUM

Vi har lång erfarenhet av att kombinera idrott och gymnasiestudier och är en av Sveriges största skolor inom elitidrottsutbildningar. Riksfriidrottsgymnasiet finns på skolan Maja Beskowgymnasiet, som ligger i nära anslutning till Umeå universitet och Umeå centrum. Här tränar du friidrott på hög nivå samtidigt som du pluggar.

### TRÄNARE OCH ANLÄGGNINGAR

Här finns några av Sveriges mest meriterade friidrottstränare, inom alla grenar, som arbetar tillsammans för att ge dig en så bra utveckling som möjligt. Det finns en fullt utrustad inomhus friidrottshall och en utomhus friidrottsarena, för samtliga grenar, samt två välutrustade gym; ett på skolan och ett i vår inomhusfriidrottshall.

### BOENDE OCH STÖD

Du som flyttar till Umeå för att börja på Umeå Elitidrottsgymnasium har möjlighet att bo på ett elevhem. Skolan har en heltidsanställd elev-boendekoordinator som fungerar både som ett stöd till dig som elev som flyttar hit och som en naturlig kontakt för vårdnadshavare.

ANSÖK TILL RIKSFRIIDROTTS-  
GYMNASIET I UMEÅ

SENAST

15 OKTOBER

via Svenska Friidrottsförbundet

[www.friidrottsgymnasieansokan.se/](http://www.friidrottsgymnasieansokan.se/)

### PROGRAM VID UMEÅ ELITIDROTTSGYMNASIUM

Du kan läsa följande högskoleförberedande gymnasieprogram: Barn- och fritidsprogrammet, Ekonomiprogrammet, Naturvetenskapsprogrammet samt Teknikprogrammet.

### KONTAKTA OSS GÄRNA:

Henrik Ragnvaldsson, rektor

070-316 93 41

[henrik.ragnvaldsson@umea.se](mailto:henrik.ragnvaldsson@umea.se)

Anneli Johansson, verksamhetsansvarig

070-381 10 66

[s.anneli.johansson@umea.se](mailto:s.anneli.johansson@umea.se)



RIKSFRIIDROTTSGYMNASIET  
UMEÅ

Följ oss gärna: [www.instagram.com/rigumeafriidrott/](https://www.instagram.com/rigumeafriidrott/)

# FRIIDROTTS KOMPETENSCENTRUM (FKC) I UMEÅ

## FRIIDROTT OCH STUDIER VID UMEÅ UNIVERSITET

ANSÖK TILL FKC

SENAST

15 APRIL ELLER 15 OKTOBER

via Svenska Friidrottsförbundet

[www.friidrott.se/tavling-landslag/  
elit-landslag/elitidrottsmiljoer/](http://www.friidrott.se/tavling-landslag/elit-landslag/elitidrottsmiljoer/)



"FKC HAR HJÄLPT  
MIG UTVECKLA MITT  
IDROTTSANDE!"

Erik Linnér

### UMEÅ UNIVERSITET ETT AV SVERIGES

#### RIKSIDROTTSUNIVERSITET

Riksidrottsuniversitetet arbetar med att utveckla svensk elitidrott. Vill du kombinera din elit idrottssatsning med studier är Umeå universitet ett självklart val! Oavsett studieval finns möjligheten att få dina studier anpassade efter de förutsättningar du har som elitidrottare. Vi hjälper dig att förbereda dig för livet efter idrottskarriären samtidigt som du är elitaktiv.

### KONTAKTA OSS GÄRNA:

Pernilla Eriksson, områdeschef

Idrottshögskolan

090-786 55 29

[pernilla.eriksson@umu.se](mailto:pernilla.eriksson@umu.se)

Jan Bäck, verksamhetsansvarig

070-677 99 30

[jan.back@umea.se](mailto:jan.back@umea.se)

### VÄLKOMMEN TILL FKC I UMEÅ

FKC är ett samarbete mellan Svenska Friidrottsförbundet, Umeå kommun och Umeå universitet. Här elitsatsar du på friidrott samtidigt som du studerar på universitetsnivå.

### TRÄNARE OCH ANLÄGGNINGAR

Vid FKC finns några av Sveriges mest meriterade friidrottstränare. Fem tränare, inom alla grenar, med fokus på hållbar prestationsutveckling. Du ingår i en träningsgrupp som har fri tillgång till en fullt utrustad friidrottshall inomhus och en utomhus friidrottsarena, för samtliga grenar.

### FKC ERBJUDER DIG

Idrottshögskolans prestationsteam stöttar dig i din prestations- och personliga utveckling. Du erbjuds bland annat idrottsmedicinsk support, idrottsfysiologiska tester, kostrådgivning, idrottspsykologiska samtal samt studie- och karriärvägledning.



IDROTT OCH AKADEMI  
- VÄLJ UMEÅ!