

# Håndball

Ønsker du deg et år med mye håndball, hvor egenutvikling og fremgang står i fokus, samtidig som du har det gøy?

Hos oss finner du det! Med motto «gøy med håndball» får du et år med godt faglig innhold og mange artige opplevelser i et flott miljø. Hos oss har du gode muligheter til å utvikle deg som spiller både individuelt, og i samspill med andre. Gjennom trening og kamp får du utfordringer som bidrar til denne utviklingen. Skolen har også tett kontakt med lokale lag, så muligheten til å spille på et klubb lag som passer deg, er tilstede. Det er opp til deg!



Bli bedre kjent med Kristin på [www.grenland.fhs.no](http://www.grenland.fhs.no)

«Et år med godt faglig innhold og mange artige opplevelser i et flott miljø.»



## Faglig innhold

- Teknikk/taktikk - spilleforståelse
- Egenutvikling
- Grunntrening
- Litt håndballteori
- Treningskamper mot klubb- og skolelag
- Deltakelse i NM for vgs.
- Andre idretter
- Besøk på treningssenter

## Ekskursjoner og praksis

Linjetur til **Lanzarote** - verdens største treningssenter, Club la Santa. Vinteruke på Hovden med snowboard, alpint, telemark og langrenn. Klubbkamper og landskamper i håndball. Linjelærer har god kontakt med landslagsmiljøet i Norge, og dette gir deg fantastiske muligheter til å oppleve topphåndball på nært hold.

En ukes praksis i treningsledelse på skole eller i idrettslag.

Les mer på [grenland.fhs.no](http://grenland.fhs.no)

## Våre linjer:

Reiseliv, **Håndball**, Sandvolleyball, Fotball, Friluftsliv allsidig, Stoff med stil, Backpacker, Botrening

## Våre verdier:

- Respekt
- Humør
- Fellesskap
- Lojalitet
- Engasjement



**Grenland Folkehøgskole**

3946 Porsgrunn

Telefon: 35 56 04 50, faks: 35 51 11 73

e-post: [info@grenland.fhs.no](mailto:info@grenland.fhs.no)