

Elitsegling och studier på Seglarymnasierna

På seglarymnasierna kan du satsa på segling samtidigt som du får en bra gymnasieutbildning. Du studerar och tränar med ambitiösa och duktiga killar och tjejer från hela landet som också vill utvecklas till elitseglare. Ni får de bästa förutsättningarna för att nå toppresultat, både inom segling och i era gymnasieämnen.



Vilma Bobeck & Rebecka Netzler, EM och VM silver 2022 i 49er FX. RIG i Motala 2013–2017 respektive 2011–2015



På seglarymnasierna får du de bästa förutsättningarna att nå internationell elit

På seglarymnasiet förbereder du din framtida elitsatsning:

- Du läser det program du valt och ämnet segling under tre eller fyra år.
- I kursplanen för segling ingår exempelvis teknik, trim, strategi, regler, meteorologi, kost- och träningslära, mental träning och ledarskap.
- Du läser Seglarförbundets röda tränarutbildning.
- Du har segling och fysträning på schemat flera gånger i veckan och tränar även utanför skoltid.
- Du utvecklas på träning och tävling tillsammans med duktiga träningskompisar och med hjälp av professionella tränare.

Seglarymnasierna är ett samarbete mellan Riksidrottsförbundet, Svenska Seglarförbundet och kommunen som ger dig möjlighet att satsa på en framtid inom elitsegling och samtidigt lyckas med dina gymnasiestudier. De tre seglarymnasierna ligger i Vellinge, Lerum och Motala och rekryterar elever från hela landet. Alla skolorna har utmärkta träningsmöjligheter och professionella tränare som skapar kontinuitet i både träning och tävling. Skola, träningsvatten, fys- och teorilokaler är nära vilket gör att det blir lite spilltid på transporter. Förutom ditt gymnasieprogram läser du specialidrott som programfördjupning och individuellt val som utökad program. Seglingsträningen är schemalagd flera dagar varje vecka och dessutom läggs mycket tid på träning efter skoltid. Under vintern har du fysträning och teori istället för segling. Du har goda sparring- och utvecklingsmöjligheter eftersom du tränar med andra och har tillgång till duktiga tränare året om.



7 av 9 svenska OS-seglare i Tokyo 2020 har gått på RIG.

Mer än bara segling

Seglarymnasiet ger dig den bästa plattformen för att genomföra en seriös elitsatsning och samtidigt kunna ta dina studier på allvar. Goda studieresultat och idrottsresultat måste gå hand i hand – vi kallar det för dubbla karriärer.

Platengymnasiet i Motala, Sundsgymnasiet i Vellinge och Lerums Gymnasium är skolor med god kvalitet som har de flesta utbildningsprogrammen inom ramen för den nya gymnasieskolan.

Här får du utvecklas i en individanpassad och flexibel miljö där kommun och skola ger starkt stöd och uppmuntran till dig som elitidrottare och där lärarna har förståelse för vad en elitsatsning innebär. Du måste själv ta ansvar för dina studier och du lär dig att prioritera och vara effektiv för att prestera både studiemässigt och som seglare.



Förutom seglingen var det en bra grund för fortsatta studier. När man lär sig att bli professionell i idrotten blir man det också i studierna”

Anton Dahlberg, OS-seglare med fyra OS i ryggen och silver i 470 2020. RIG i Lerum 2001-2004. Examen Handelshögskolan i Stockholm 2013.



Vellinge

I Vellinge gör man sin skolgång på Sundsgymnasiet. Seglings eleverna bildar en egen klass med enbart idrotts elever från, förutom segling, även Golf och Ridsport. Seglingsfokus på utbildningen är foiling. Seglingen utgår från Falsterbokanalens båtklubb. Det finns inget krav på att man ska hantera foiling vid gymnasiestart, initialt kan man segla sin klass för att under utbildningen växla över till foiling. De foilande klasserna som Sundsgymnasiet satsar på är främst Waszp och iQFoil.

Lerum

Basen för seglingsträningen är Lerums Segelsälls kaps anläggning vid sjön Aspen. För att få allsidig träning seglar vi vid kusten flera veckor varje läsår. Skola, träningsvatten, fys- och teorilokaler ligger alla i närheten av varandra. Närheten till Göteborg ger också goda möjligheter till samträning, speciellt när steget tas in i en Olympisk klass. Eleverna bor inackorderade hos familjer eller i egna lägenheter och en del elever bor kvar hemma. I Lerum fokuserar man på klasserna ILCA och 29er.

Motala

Seglarymnasiet i Motala driver en egen seglingsanläggning vid Råsnäs intill Motala Segelsällskap. Seglingsträningen bedrivs på Vättern som erbjuder både insjö- och havsliknande förhållanden. Platengymnasiet är även Riksidrotts gymnasium för triathlon där idrotterna segling och triathlon har ett nära samarbete vilket ger bredd till tränarkompetensen och sparring för eleverna. Som elev bor du i egen lägenhet eller som inackorderad. I Motala fokuserar man på klasserna ILCA och 29er.



På Sundsgymnasiet i Vellinge ligger fokus på de foilande klasserna.

Ansök senast 1 december!

Grundkravet för att bli elev på seglarymnasium är att du har motivationen och viljan att träna hårt för att utvecklas till seniorelit i framtiden. Träningsbakgrund, resultat, utvecklingskurva, samarbetsförmåga, studieresultat men även fysiska förutsättningar är saker som också vägs in.

Ansökan i två steg – segling och skola

Vill du bli elev på seglarymnasiet i segling måste du ansöka i två olika steg:

1. **Fyll** i webbformuläret under ansökan som du finner på vår sida [segling och studier](#) senast 1 december. Efter att du registrerat din ansökan får du ett bekräftelsemejl. I mitten av december får du besked om du gått vidare till intervju. Intervjuerna sker under januari och slutligt besked om vilka som antagits ges senast 1 februari.
2. **Du** söker ditt gymnasieprogram och din skola (Platengymnasiet, Sundsgymnasiet eller Lerums Gymnasium) under februari månad. Kontakta din studievägledare för information om hur du ansöker och vilket som är sista ansökningsdatum.

Frågor?

Kontakta Svenska Seglarförbundet eller respektive tränare nedan.

SSF

Robert Strange
Tel: 08-449 04 99
robert.strange@ssf.se

Lerum

Per Frykholm, tränare
Tel: 070-286 91 30
per.frykholm@lerum.se

Motala

Björn Alm, tränare
Tel: 072-208 64 50
bjorn.alm@motala.se

Vellinge

Martin Strandberg, tränare
Tel: 070-892 68 00
martin.strandberg@vellinge.se