

## **Inbjudan Öppet Hus Sandagymnasiet Mountainbike**

**13:e November 2019**

Sandagymnasiet i Jönköping/Huskvarna bjuder in till Öppet Hus och ger er chansen att få en inblick i hur vardagen ser ut för en idrottselev!

Sandagymnasiet har 16 st olika idrotter och mångårig erfarenhet av att fostra elitidrottare. Vi har ett eget toppmodernt gym med en anställd gyminstruktör, stor lokal för testcyklar (Monark LC2), mekverkstad, cykelförvaring, m.m. Vi går igenom hur skolgången på Sanda fungerar, fokus på det idrottsliga, visar upp våra lokaler och även hur vi jobbar med elevboendet.

Dagen börjar med en cykeltur runt i området där vi visar upp vissa av våra olika träningsspår. Förutom Huskvarna-berget med bl.a. EM-banan finns flertalet områden som bjuder på cykling i världsklass.

Efter ca 2-3h cykling bjuds det på lunch (kostnadsfri för elever och självkostnadspris för vårdnadshavare), sen följer information om skolan i allmänhet och senare idrottsspecifik info.

### **Program**

11:00 Ca 2-3h cykling (MTB) samling vid Verkstaden (se karta)  
Tränare finns på plats från ca 10:30 som kan öppna omklädningsrum

15:00 Lunch

15:45 och framåt, möjlighet att tvätta cyklar

17:00 Fika finns i Verkstaden

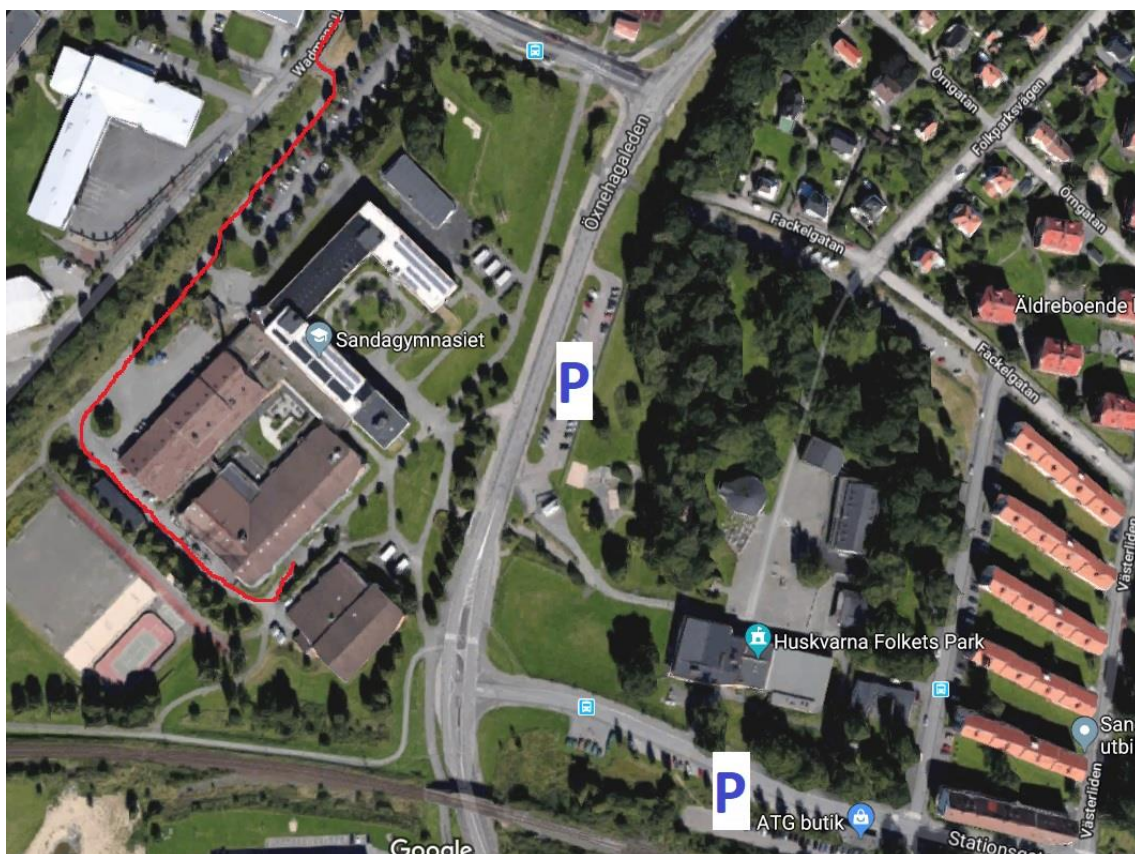
17:30 – 19:30 Idrottsspecifik och allmän info om de olika programmen (detaljerat program med salar presenteras närmare inpå via [www.sandauc.se](http://www.sandauc.se) )

Under hela dagen finns möjlighet att förvara cyklar i Verkstaden.

Anmälan krävs om du/ni vill med på cyklingen och äta lunch. Anmäl till [anders.ljungberg@jonkoping.se](mailto:anders.ljungberg@jonkoping.se) senast 3:e november.

Kommer ni bara på eftermiddagen, från 17:30, behövs ingen anmälan.

Karta för att hitta till Verkstaden med bil och lämna av cyklar. Besöksparkering finns även markerat på kartan.



Vid eventuella frågor kontakta;

Träning/idrottsrelaterat;

Anders Ljungberg, [anders.ljungberg@jonkoping.se](mailto:anders.ljungberg@jonkoping.se), 0707615685, idrottsinstruktör

Skolgång;

Carin Rosjö, [carin.rosjo@jonkoping.se](mailto:carin.rosjo@jonkoping.se), 0767844103, rektor och chef SIC

För ytterligare kontaktuppgifter se [www.sandauc.se](http://www.sandauc.se)

*Varmt välkomna till en dag i idrottens tecken på  
Sandagymnasiet!*