



ISHOCKEYGYMNASIET

ÖRNSKÖLDSVIK

VÄLKOMMEN

Örnsköldsviks Gymnasium med de två enheterna Nolaskolan och Parkskolan har ett brett utbud av yrkesprogram, gymnasial lärlingsutbildning och högskoleförberedande program. I våra skolor utvecklar du kunskap och förmåga som ger dig beredskap att möta framtidens utmaningar och strävanden.

Här upplever du meningsfullhet och tillhörighet. Hos oss får du en trygg och trivsamt miljö oberoende av vilket program du väljer. Lärarna är kunniga och engagerade och hjälper dig att nå dina mål.

Är du intresserad av idrott har du flera idrottsgrenar att välja bland. Samtliga idrotter kan väljas av både pojkar och flickor.

Välkommen till oss!



”

Ångrar inte en sekund att jag valde Örnsköldsvik!

- Daniel Magnusson

”

Hockeygymnasiet hjälpte mig att nå ett av mina mål - OS i Vancouver.

- Emma Nordin

ÖRNSKÖLDSVIK

Namnet skapar automatiskt några associationer. Idrottsfolket tänker på Foppaland, MODO Hockey och det fräscha Fjällräven Center. För några står det för "Nolaskogsandan", företagsamheten som varit grunden för många små och stora företag som t.ex. Fjällräven, Holmen, M-Real, Hägges och BAE-Systems Hägglunds. En del kanske också får kulinariska associationer och tänker på "Surströmmingskusten". Men Örnsköldsvik har mycket mer att bjuda på, inte minst den vackra och generösa naturen!

Vem har väl inte hört talas om Höga Kusten? I en kommun med både kust, skärgård och vildmark finns alltid nya saker att se och upptäcka.

Örnsköldsvik är väl rustat med bl.a. vandringsleder, kanotleder och fiskevatten. På vintern finns fina slalombackar och utmärkta skidområden. Lägg därtill Paradisbadet och alla fina idrottsanläggningar!

”

Visst kommer man ihåg gemenskapen och kamratskapet! Tiden på Ishockeygymnasiet var både rolig och fostrande.

- Markus Näslund



MODO HOCKEY

Det sitter i väggarna. Det känns i luften. Vi pratar om en speciell hockeykultur med en alldeles unik status i Sverige. I en kommun med flest ishallar per invånare och där ungdoms- och juniorverksamheten har haft en strategisk roll sedan 1960-talet har MODO Hockey utvecklat sin egen modell att fostra ishockeyspelare av världsklass.

För MODO Hockey är klubbkänsla och gemenskap avgörande beståndsdelar för att bygga nya hockeyframgångar. Här är vårt Ishockeygymnasium och vår egen juniorverksamhet de mest väsentliga pusselbitarna.

Träning, fostran, utbildning och möjlighet att bli en del av våra elitlag på junior- och seniornivå är den viktigaste drivkraften.

ISHOCKEYGYMNASIET

Talangutveckling är ett ord som blivit allt vanligare inom svensk idrott. Begreppet gäller i högsta grad för MODO Hockey och Ishockeygymnasiet. Här är ishockeyn nummer ett och här har sporten en stark tradition sedan lång tid tillbaka.

Hösten 2007 började ett nytt kapitel att skrivas i vår hockeyhistoria. Då startades nämligen en speciell hockeyutbildning för tjejer. Ishockeygymnasiet i Örnsköldsvik består således nu av en avdelning för killar och en annan för tjejer.

Målsättningen med Ishockeygymnasiet är att underlätta kombinationen elitidrott och studier. Eleverna skall ges möjlighet att utveckla sina idrottsfärdigheter parallellt med sina studier på gymnasienivå. Ishockeygymnasiet i Örnsköldsvik är certifierat som en "Nationell godkänd idrottsutbildning". Detta innebär bland annat att Svenska Ishockeyförbundet står som garant för den sportsliga kvalitén.



”

Mycket bra utbildning, inte bara hockeymässigt. Och visst lärde man sig att Örnsköldsvik är rätt ort om man ska lyckas i hockey.

- Per Svartvadet

”

Vi sporrade hela tiden varandra och det blev något slags tävlande i allt. Den tuffa konkurrensen gjorde oss alla bättre.

- Peter Forsberg

KORT HISTORIK

Ishockeygymnasiet och MODO Hockey har under årens lopp fostrat en mängd juniorlandslagsmän och elitseriespelare. Förklaringen finns långt bak i tiden. Satsningen på unga spelare startade tidigt och föreningen var en bland de första i Sverige med att bygga upp en bra ungdoms- och juniorverksamhet. Under årens lopp har vi kontinuerligt utvecklat och förbättrat våra idéer.

Resurserna samordnas mellan skolan och föreningen i syfte att stärka helheten och ytterligare effektivisera verksamheten.

Ett komplett talangutvecklingsprogram har blivit det slutliga resultatet av många års erfarenhet. Framgångarna har inte låtit vänta på sig. Gymnasiet nämns som den främsta plantskolan inom idrotten, inte bara

i Sverige utan i hela hockeyvärlden. MODO Hockey och Ishockeygymnasiet har genom åren utbildat spelare som Peter Forsberg, Markus Näslund, Magnus Wernblom, Niklas Sundström, Andreas Salomonsson, Mattias Timander, Hans Jonsson, Per Svartvadet, Samuel Pålsson, med flera.

I dagens NHL återfinns bl.a. Daniel och Henrik Sedin, Anton Forsberg, Alexander Edler, Tobias Enström, Linus Ullmark och Victor Hedman. Morgondagens spelare finner vi i föreningens A-lag eller i juniorlagen, snart färdiga att blomma ut på allvar...



”

Jag har hockeygym att tacka för mycket. Den tiden visade mig rätt i karriären.

- Niklas Sundström

”

Möjligheten till att ha landets bästa hockeygymnasium på orten var en stark bidragande orsak till att hockey blev vårt idrottsval.

- Daniel och Henrik Sedin

EN VANLIG DAG FÖR EN ”HOCKEYGYMMARE”

Där kom den! Alarmsignalen från min mobil! Jag sträcker mej och famlar ut i mörkret för att slå av. Har råd att snooza i fem minuter till, sedan dags att kliva upp. Frukost, havregrynsgröt och mjölk tillsammans med två hårdbrödmackor med ost - en bra början på dagen!

En titt ut genom fönstret visar att det är rimfrost ute denna oktobermorgon. Bäst att låta cykeln stå hemma. Bestämmer mej för att gå i stället.

Morgonträning på HG är vad som gäller. Framme i Fjällräven Center och snabbt ombyte för Goalie Minutes som ligger före ordinarie tränings början. Skönt att vi två målvakter får vara ensamma med vår målvaktstränare.

Sedan börjar den ordinarie HG-träningen med två målvakter och tolv utespelare. Tre tränare på isen samt målvaktstränaren som är med hela passet. Individuell träning, spel-

momentsträning, in på mål, fart och fläkt, en timmes rolig träning! Efter isen ett snabbt mellanmål, tekaka med ost, recoverydryck och en banan.

Slutligen dusch och snabb promenad upp till skolan. En mattelektion före lunch följs sedan av engelska, naturkunskap och svenska. Skoldagen slutar med tidig middag som serveras på skolan och sedan bär det av tillbaka till Fjällräven Center för isträning med J20-laget.

Tillbaka hemma i lägenheten cirka sju. Har en knapp timmes skolarbete att göra. Kvällen avslutas med "Sportnytt" och kvällsfika framför TV:n. God natt vid halv elva!

- **Isak Wallin, målvakt i MODO Hockey**



”

Samverkan mellan skola och förening. Isträning, hockeyteori, fysträning och matcher i en bra mix. Helt perfekt!

- Victor Hedman

BOENDE & SOCIAL MILJÖ

Unga hockeytalanger från hela HockeySverige söker sig till Ishockeygymnasiet i Örnsköldsvik. Vår ambition är att ge våra spelare goda förutsättningar att klara av ett självständigt boende, att känna en social trygghet, att uppleva en gynnsam studiesituation samt en meningsfull fritid.

Boende och matfrågor är två mycket viktiga inslag och har stor betydelse för trivsel och prestation både beträffande studier och

idrottslig utveckling. För att studera, träna och bo borta fordras ambition, vilja och självdisciplin.

Det har visat sig att de allra flesta av våra hockeylever på ett mycket bra sätt klarar av ta ansvar för sig själv och sitt eget boende. Idrottsgymnasiet och MODO Hockey förfogar över ett antal studentlägenheter.

Boendet har ett basmöblemang där det bl.a. ingår köksmöbel med bord och stolar, säng, hörnsoffa och bord och TV. I källarplanet finns tillhörande lägenhetsförråd, gemensam tvättstuga med tvättmaskiner, torktumlare/torkskåp samt utrustning för klädvård.

Man äter sin egen frukost. I anslutning till gymnasiets träningspass på förmiddagarna serveras mellanmål. Lunchen äter man på skolan. Middag serveras skoldagar i skolmatsalen till självkostnadspris. Eventuellt kvällsmål ombesörjer eleverna själva.



”

En utmärkt skola
i lära-för-livet och
inte bara i idrott!

- Hans Jonsson

ISHOCKEYUTBILDNINGEN

I första hand är utbildningen individuellt inriktad och syftar till att ge den enskilde spelaren en optimal utveckling. Utbildningen skall ses om en helhet där Ishockeygymnasiets och föreningens verksamhet planeras och integreras till en sammanhängande enhet. Verksamheten leds av välutbildade tränare med Elittränarutbildning.

Eleverna har dessutom tillgång till "professionell support" i form av materiell, medicinsk och kurativ service.

MODO Hockey fungerar såsom fadderklubb för elever intagna på Ishockeygymnasiet. Detta innebär att du också på kvällstid och helger deltar i föreningens organisation.

Ishockeygymnasiet har sina aktiviteter förlagda till dagtid. Träningen sker i mindre grupp och tyngdpunkten av verksamheten är lagd på individuell teknik, spelmomentsträning i mindre enheter, speciell fysisk träning, fystester och teori.

Föreningens verksamhet är förlagd till tidig kvällstid och helger. Träningen är i helgrupp. Tyngdpunkten består här av teknisk och taktisk träning, spelmomentsträning i mindre och större enheter, lagbyggnad, allmän fysträning och matcher.

Träningens kvantitet och kvalitet kommer att öka markant mot vad du tidigare varit van vid. För att orka med detta räcker det inte

enbart med talang. Karaktär och ödmjukhet är andra saker som krävs för att nå en positiv utveckling.

Ishockeygymnasiet och MODO Hockey lovar dig tre jobbiga men roliga år. Här i Örnsköldsvik kan du kombinera gymnasiestudier och ishockeyintresse på ett meningsfullt sätt.



”

Det var ett naturligt steg. Det var nästan så att man visste att om man gjorde sitt och tränade bra, då lyckades man också.

- Mattias Timander

ANSÖKAN OCH INTAG

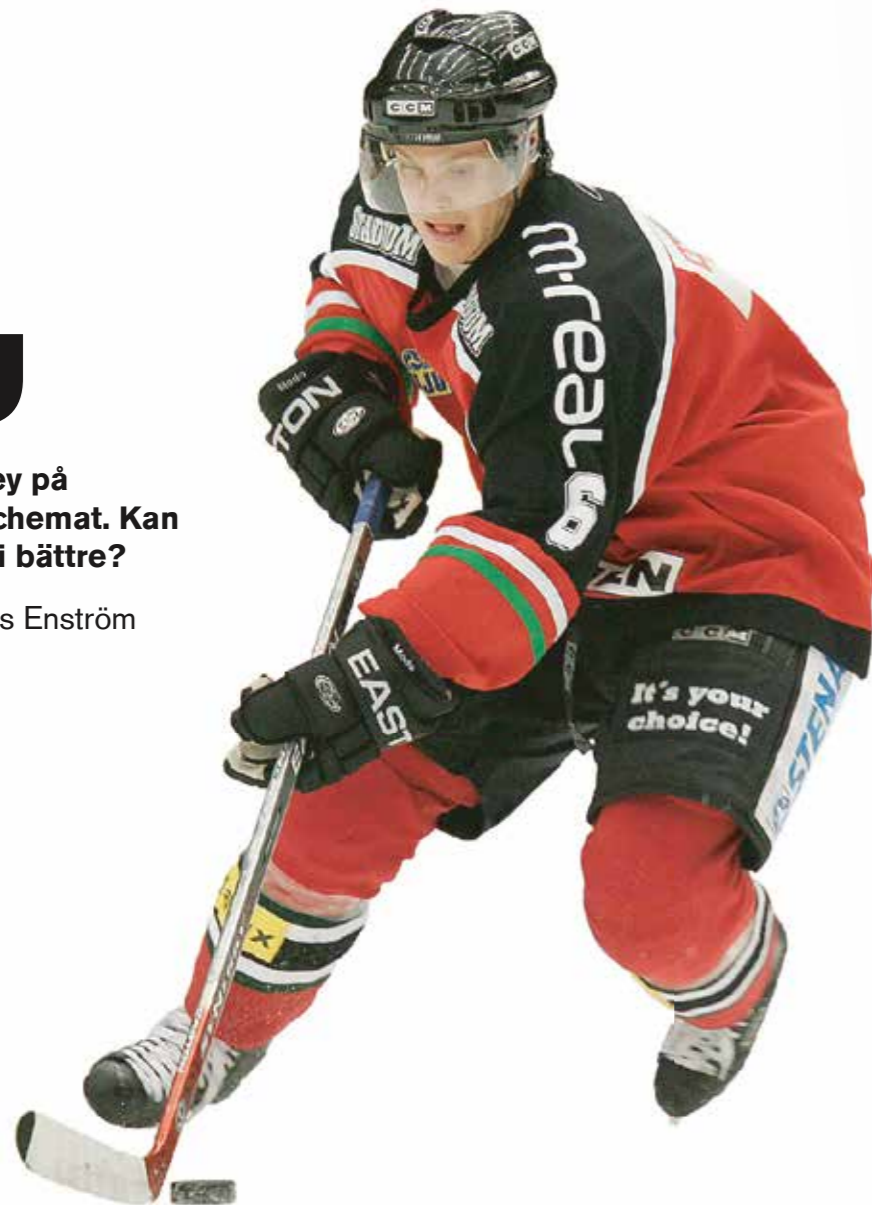
Ansökan sker direkt via internet på den blankett som finns på www.swehockey.se/hockeyakademien/information/hockeygymnasium. Besked om intagning lämnas i mitten av januari. Elev som skall studera vid Ishockeygymnasiet väljer det program som är lämpligt för honom/henne med tanke på studieförutsättningar och framtidsplaner. Ansökan om programval till gymnasieskolan lämnas på vanligt sätt

till intagningsnämnden på hemorten. Där anges att man önskar studera kombinationen specialidrott/ishockey på annan ort. Intagna elever kommer sedan med i ishockeygruppen på idrottsliga meriter. Uttagningen sker efter scouting, provspel, kontakter med klubbtränare och distriktsförbund. Som meriter räknas bl.a. insatser i seriespel och cuper, TV-puckspel och deltagande i förbundets läger- och landslagsverksamhet.

”

Hockey på skolschemat. Kan det bli bättre?

- Tobias Enström



STUDIESTÖD OCH EKONOMI

För att erhålla studiestöd måste man vara under 20 år och studera på heltid. För elever som studerar på Ishockeygymnasiet kan studiehjälpen bestå av följande ersättningar:

Studiebidrag: Detta bidrag kommer automatiskt till alla som studerar på gymnasiet. Du behöver inte ansöka om det. Beloppet motsvarar barnbidraget, men utbetalas dock inte för sommarmånaderna.

Inackorderingsbidrag: Idrotts elever som inte har sitt hem på studieorten kan via sin hemkommun ansöka om ett inackorderingsbidrag. Aktuell information kan fås från skolkontoret i Din hemkommun.

”

Här kan man kombinera både idrott och utbildning.

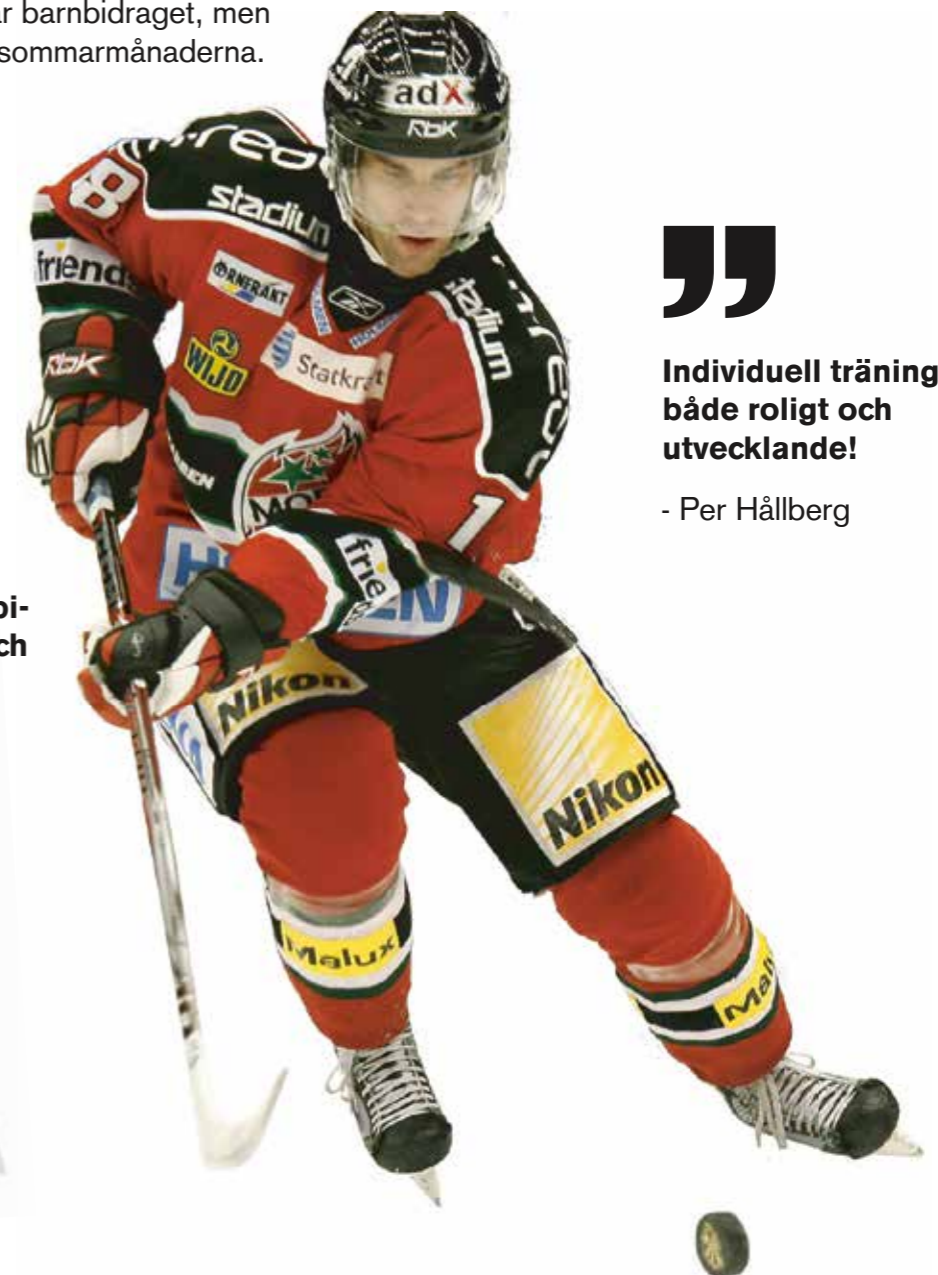
- Maria Lindh



”

Individuell träning, både roligt och utvecklande!

- Per Hällberg





JUNIOR

ISHOCKEYGYMNASIET

ANSVARIG ISHOCKEYGYMNASIET, POJKAR

MICKE SUNDELL, TRÄNARE

070-674 79 88

ANSVARIG ISHOCKEYGYMNASIET, FLICKOR

ROBERT ELFVING, TRÄNARE

070-517 82 88

ÖVRIGA INSTRUKTÖRER

HANS JONSSON, TRÄNARE

070-585 16 56

MAGNUS HELIN, MÅLVAKTSTRÄNARE

070-742 85 57

WWW.ORNKOLDSVIK.SE/GYMNASIUM

WWW.MODOHOCKEY.SE/JUNIOR/HOCKEYGYMNASIUM