



Forssan yhteislyseo



Forssan ammatti-instituutti | Faktia Oy  
LOUNAIH-HÄMEEN KOULUTUSKUNTAYHTYMÄ

#### Yhteystiedot

##### Arja Laajalehto

opinto-ohjaaja (FYL)

puh. 050 409 2625

arja.laajalehto@forssa.fi

<https://forssan-yhteislyseo.onedu.fi/web/>

##### Päivi Hasia

opinto-ohjaaja (FAI)

puh. 050 362 0878

paivi.hasia@lhkk.fi

[www.lhkk.fi](http://www.lhkk.fi)

##### Jukka Vierimaa

akatemiakoordinaattori

valmennustoiminta

puh. 040 687 4034

jukka.vierimaa@forssa.fi



TERVETULOA  
OPIKSELEMAAN  
FORSSAN URHEILUAKATEMIAAN!



# HUIPPU-URHEILU, AMMATTITUTKINTO JA VALKOLAKKI — KAIKKI YHDESSÄ FORSSAN URHEILUAKATEMIASSA!

## Mikä on urheiluakatemia?

Forssan urheiluakatemia toimii Suomen Olympiakomitean huippu-urheiluyksikön alaisuudessa ja se kuuluu valtakunnalliseen urheiluakatemioiden verkostoon.

Forssan yhteislyseo, Forssan ammatti-instituutti ja urheiluseurat ylläpitävät urheiluakatemiatoimintaa. Akatemiassa on tällä hetkellä noin 100 opiskelijaurheilijaa.

Urheiluakatemian harjoituksista on mahdollista saada:

- lukiossa 11 kurssia
- Forssan ammatti-instituutissa 15 osaamispistettä

Urheiluakatemiassa valmennuksesta vastaavat lajivalmentajat, ja lajeina ovat tällä hetkellä:

- jalkapallo
- joukkuevoimistelu
- jääkiekko
- koripallo
- lentopallo
- pesäpallo
- ratsastus
- ringette
- salibandy
- yksilölajit



## Kenelle?

Urheiluakatemiaan valitaan hakemusten perusteella kilpa-urheilijoita eli opiskelijoita, jotka kuuluvat johonkin urheiluseuraan ja tähtäävät huipulle.

Urheiluakatemiaan hyväksytty urheilija allekirjoittaa urheilija-sopimuksen, jossa hän sitoutuu huolehtimaan opinnoistaan, noudattamaan Suomen Olympiakomitean, Suomen urheilun eettisen keskuksen (SUEK) ja Forssan urheiluakatemian sääntöjä ja harjoittelemaan valmentajien ohjeiden mukaisesti.



## Miten haetaan?

Forssan urheiluakatemiaan haetaan yhteishaun aikana erillisellä kaavakkeella. Kaavake löytyy koulujen verkkosivuilta.

## Miksi urheiluakatemiaan?

Urheiluakatemian harjoittelu tukee omalta osaltaan urheilijan menestymistä kilpaurheilullisissa tavoitteissaan, liikunnan opetussuunnitelman yleistavoitteet huomioiden.

Menestyminen omassa lajissa edellyttää ohjattua, laadukasta harjoittelua. Urheiluakatemiassa opiskelevan nuoren viikkoon mahtuu muun muassa kolmet aamuharjoitukset. Näin harjoitusmäärä saada nostettua yksilön kehittymisen kannalta riittävälle tasolle.