



RONING PÅ EFTERSKOLE

Læs alt om Lægårdens rolinje på
www.lægården.dk

KOMBINÉR DIN RONING MED ET SJOVT ÅR PÅ EFTERSKOLE

Ro-linjen på Idrætsefterskolen Lægården er Danmarks mest ambitiøse - her har vi har fokus på din udvikling. På Lægården har du mulighed for at kombinere et sjovt og socialt efterskoleophold med din rotræning.



2 morgentræninger og
5 træningspas ugentligt
hos Holstebro Roklub



Et fagligt og socialt stærkt fællesskab på skolen



Individuelt tilrettelagt skema i samarbejde
med skolens talentkoordinator



Fokus på din udvikling og
dine mål som roer



Vejledning og undervisning i
roning, styrketræning, ernæring
og coaching



Mulighed for ekstra træning
i ergometer





IDRÆTSEFTERSKOLEN LÆGÅRDEN

- VENNER OG OPLEVELSER FOR LIVET

Et efterskoleophold på Lægården er lig med mange venner og gode oplevelser – pakket ind i de fire årstider. Når du skal i gang, kan det virke uoverskueligt og vildt, men når du ser tilbage på dit år her, virker det som én lang krammer – med store øjeblikke undervejs.

Vi har en stærk tro på, at vores elever i løbet af et skoleår lærer at tage i mod livet med åbne arme og en positiv holdning. Som en skole med baggrund i Metodistkirken er tanken om det enkelte menneskes værdi, hensynet til den svage og vores frie valg i forhold til livsopfattelse vigtig for os.

