



KEMPELEEN LUKION URHEILIJAPOLKU

Kempeleen lukio on yhdessä paikallisten urheiluseurojen kanssa (Ajax-Sarkkiranta, Kempeleen Kiri, Kempeleen Lentopallo ja Kempeleen Pyrintö) suunnitellut urheilijapolun Kempeleen lukioon. Urheilijapolku mahdollistaa seurojen pitämät aamutreenit keskiviikkoisin ja perjantaisin sekä koulun järjestämät yleistreenit maanantai-iltapäivissä (taito-/fyysiikka-/kehonhuoltotreeniä, ravintovalmennusta yms.).

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
8.00 – 9.15	7	3	lajitreeni		lajitreeni
	6	4	2	6	3
	5	5	4	5	4
	2	6	7	3	7
14.35–15.50	yleistreeni			2	

Urheilijapolulle hakeutuva nuori sitoutuu oman seuransa vaatimuksiin sekä siihen, että huolehtii kouluasioista mm. niin, ettei myöhästy aamutreenien jälkeisistä oppitunneista. Sitoutuminen ei kuitenkaan tarkoita sitä, että olisi pakko osallistua koko lukion ajan näihin treeneihin vaan joissain jaksoissa voi tarvittaessa ottaa muun lukiokurssin tuohon urheilijapolulle varattujen aikojen kohdalle.

Urheilijapolulla lukiolainen saa jatkettua lajinsa harrastamista omalla kotiseudullaan ja pystyy lisäksi osallistumaan oman seuransa iltaharjoituksiin. Lukiolainen saa koulupäivien aikana järjestettävistä urheilijapolkuun kuuluvista treeneistä lukion paikallisia liikuntakursseja niin, että 18 kerrasta saa yhden kurssin. Koko lukioaikana urheilijapolulle valittu opiskelija voi saada maksimissaan 10 kurssia.

Alustava kiinnostus urheilijapolulle kysytään ainevalintakortin yhteydessä ja lopulliset hakeutumiset yhteisvalinnan tulosten selvittyä kesäkuussa. Urheilijapolulle ei ole omaa hakua vaan kaikki urheilupolkulaiset ovat Kempeleen lukion opiskelijoita.