

Ungdomsskolehold

Velkommen til en verden af
læring og oplevelser



2022/23
Ungdomsskolen
UngiAarhus ØST og VEST

Velkommen til en verden af læring og oplevelser

Ungdomsskolen er din mulighed for sammen med andre unge fra 7. klasse til og med 17 år at lave masser af spændende aktiviteter, fordybe dig i interesser og fag, knytte venskaber for livet, opleve verden og i det hele taget have det rigtig sjovt sammen med andre.

I ungdomsskolen møder du undervisere, der brænder for det samme som dig, og som kan inspirere dig til, hvordan du kan bruge dine interesser, for eksempel når du skal vælge uddannelse eller job.

UngiAarhus tilbyder en masse spændende ungdomsskolehold på din egen og andre skoler samt på ungdomsuddannelser, i klubber og hos kulturinstitutioner som for eksempel Aarhus Teater.

Du kan vælge at deltage i så mange ungdomsskolehold, som du har tid og lyst til i din fritid.

Læs meget mere om ungdomsskoleholdene, og tilmeld dig dem, der er i gang nu, på vores side ungdomsskolen.ungiaarhus.dk.

Venlige hilsner

**Niels Rønde, Nanna Rosenløv
og Casper Husted**

Ungdomsskolekoordinatorer
UngiAarhus ØST og VEST



Brætspil og rollespil	
Analog nørderi	4
Knallert og førstehjælp	
Kørekort til knallert	5
Matematik og naturfag	
Matematik	6
Matematik og Fysik Masterclass	7
IT, medier og E-sport	
Ungdomsjournalisterne	8
Droneakademiet	9
eSport ØST & VEST	10
Gå til film	12
Podcast	13
First LEGO League	14
Spiludvikling//Gamedesign	15
Dans	
Dans	16
Shuffle Dance	17
Kreativitet, mad og håndværk	
Billedskole Gellerup Højskole	18
Bæredygtig madlavning Strandskolen	19
Den store bagelyst	20
MakerSpace Gellerup	21
Keramik	22
Mad fra hele verden	24
Design og sy	25
Japansk manga	26
Cosplay	28
Serigrafi	29
Skriveværksted	30
Tegneværksted	31
Forfatterspirer	32
Musik, rap og teater	
Skoleband på din skole	33
Rap Akademiet	34
Drama og teater på Aarhus Teater	36
Ungdomsskolens kor	37
Ukulele	38
Guitar	39
Ungdomsskolens Bandpakke	40
Musikproduktion	41
Musikstarter Camp	42
UKH - Ungdomskulturhuset i Aarhus	56

Online undervisning	
Astrologi	44
Japansk for begyndere	44
Japansk for øvede	44
Rumfart og teknologi	44
Online DSA	45
LGBTQIA	45
Journaling	45
Online podcast	45
Personlig udvikling	
LGBTQ+	46
Saga	47
Krystalklart	48
Ung-til-ung coachuddannelse	49
Samfund, politik og kultur	
Senatet ØST/VEST	50
Bogklub	51
Sprog, boglige fag og boost	
Sprogcafé	52
Fransk	53
Kina og kinesisk	54
Tysk sprogkursus	55
Engelsk boost	56
Spansk for begyndere	57
Lektiecaféer Ungdomsskolen ØST/VEST	58
Ekstra matematik og dansk Risskov	60
Sport, bevægelse og friluftsliv	
Yoga	61
Boksning	62
Bueskydning	64
Fitness - og styrketræning Risskov Skole	65
Fitness med Jeppe Morell	66
Fitness med Stine Høpfner	67
Gokart	68
Motocross	69
Hest i ØST & VEST	70
Mountainbike	71
Padeltennis	72
Vildmark	73
Ski og skitur i ungdomsskolen	74
RIB-sejlads	75
Dommeruddannelse	76
Jagttegn i Skødstrup	77
Duelighedsbevis for fritidssejlere	78
Sejl- og vandaktiviteter	79
Selvforsvar	80
Skateboarding	81
Dykning	82

Analog nørderi

Spil og fællesskab - uden en computer

Holdet er for dig, der har lyst til at prøve kræfter med at spille bordrollespil som Dungeons & Dragons, kortspil som Magic the Gathering, brætspil eller male minifigurer.

Holdet har fokus på at komme tilbage til den nørdede verdens rødder, hvor det ikke er computeren, der er i fokus; men derimod fællesskabet rundt om bordet.

Her vil du få mulighed for at prøve noget helt unikt, som du kan fordybe dig i og nørde længe med!

Undervisningssted:

Engdalskolen,
mandag og torsdag
kl. 18.00-21.00,
underviser Laurits Nordby

Tilmeld dig her

Skjoldhøjskolen,
torsdag kl. 15.00-17.30,
underviser Laurits Nordby

Tilmeld dig her

Strandskolen,
tidspunkt: Se hjemmeside,
underviser Kenneth Busk Sørensen

Tilmeld dig her

Midtbyklubben,
tidspunkt: Se hjemmeside,
underviser Martin Terp

Tilmeld dig her

Opstart:
Uge 36

Kørekort til knallert

Er du mere end 14½ år gammel, så kan du begynde på knallertkursus med færdselsrelateret førstehjælp. Her finder du de oplysninger, du har brug for, når du skal i gang med at tage knallertkørekort

Har du spørgsmål til knallertundervisningen generelt, så kan du kontakte vores knallertansvarlige på knallert@mbu.aarhus.dk eller ved at sende en sms til 41 87 37 13, så får du svar indenfor to hverdage.

Undervisning - kørekort og førstehjælp

Du kan begynde til undervisningen, når du er 14½ år gammel. Kurset varer mindst 15 dage og maksimalt fem uger.

Undervisningsgangene ligger altid efter skoletid, i weekender og/eller i ferier.

På kurset får du teoriundervisning, køretimer i kravlegård og på veje samt færdselsrelateret førstehjælp. Du afslutter kurset med en afsluttende køreprøve.

Når du tilmelder dig til et knallerthold, giver du samtidig tilladelse til, at vi videregiver dine oplysninger til FOF Aarhus, der er vores samarbejdspartner på førstehjælp.

Tilmelding og pris

Et knallertkørekort koster 550 kroner. De 100 kroner er for kursus i færdselsrelateret førstehjælp. Hvis du mod forventning ikke består din teori- eller køreprøve, så koster et nyt forsøg 250 kroner. Din tilmelding er bindende og beløbet refunderes ikke ved afmelding senere end en uge før start.

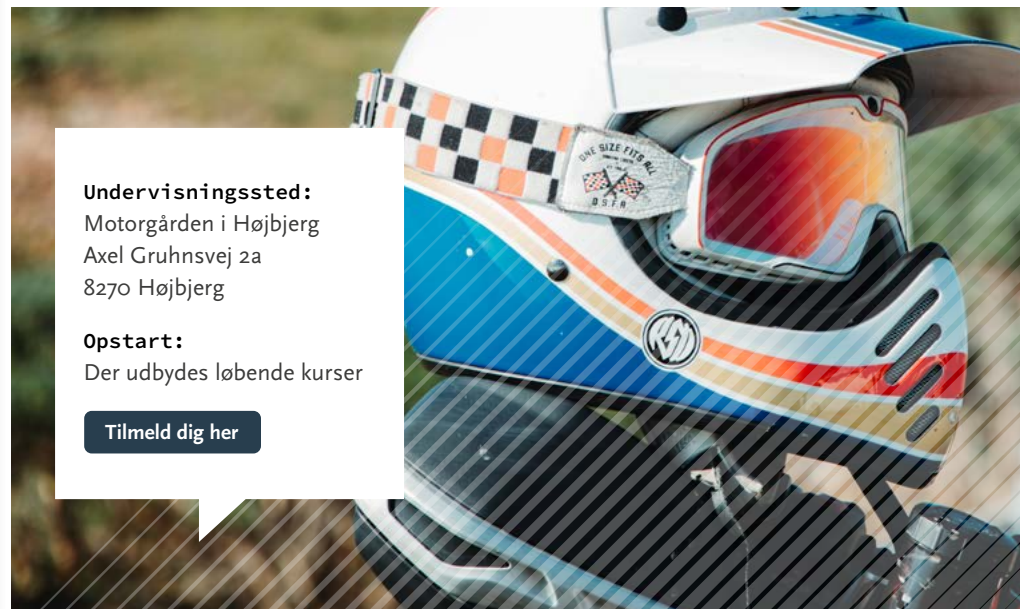
Undervisningssted:

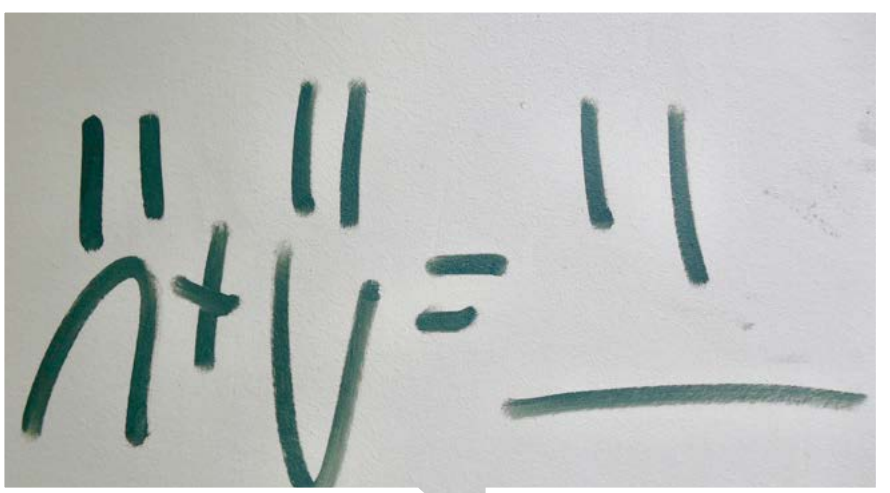
Motorgården i Højbjerg
Axel Gruhnsvej 2a
8270 Højbjerg

Opstart:

Der udbydes løbende kurser

Tilmeld dig her





MATEMATIK OG NATURFAG

Matematik

Ungdomsskolen tilbyder undervisning specielt rettet mod dig, der har brug for at træne færdigheder i matematik. Der er tale om undervisning på små hold, der er tilrettelagt efter den enkelte elevs forudsætninger. Vi tilbyder fokuseret undervisning med for eksempel opsamling efter sommerferien og eksamensboost.

Tidspunkt:

Sabro-Korsvejskolen

8-9. klasse, tirsdag
kl. 15.00-17.00
Underviser Tuan Doc &
Thuri Dannesboe

[Tilmeld dig her](#)

Sabro-Korsvejskolen

7. klasse (kommer senere)
Underviser Tuan Doc &
Thuri Dannesboe

[Tilmeld dig her](#)

Samsøgades Skole:

Tirsdag kl. 14.45
Underviser Nicolai Harbo
Overgaard

[Tilmeld dig her](#)

Gammelgaardsskolen:

Onsdag kl. 14.30-16.00
Underviser Palle Lund

[Tilmeld dig her](#)

Åby Skole:

Tirsdag efter skole,
cirka kl. 14.30-16.00
Underviser Palle Lund

[Tilmeld dig her](#)

Hasle Skole:

Fredag kl. 14.30-16.00
Underviser Palle Lund

[Tilmeld dig her](#)

Opstart:

Uge 36

MATEMATIK OG NATURFAG

Matematik og Fysik Masterclass

Er du særlig interesseret i matematik og fysik?

Vil du gerne blive endnu dygtigere sammen med andre 'nørder'?

Så er dette hold lige noget for dig.

Vi skal lege og eksperimentere med matematik, fysik og programmering af små robotter. Vi skal også besøge universitetet og observatoriet, hvor man arbejder med spændende matematik og fysik. Du er velkommen, uanset om du går i 7. kl. eller 2.G.

Tidspunkt:

Onsdag kl. 16.30-18.00. Vær opmærksom på, at undervisningen ligger på andre tidspunkter, når vi er på universitetet og observatoriet.

Undervisningssted:

Århus Statsgymnasium,
Fenrisvej 33, 8210 Aarhus

Underviser:

Jesper Nymann Madsen og
Henrik Seiersen

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



Ungdomsjournalisterne

Fortæl om det vigtige, der sker i verden, og bliv god til at formidle!

Som rigtige journalister skal vi arbejde med nyheder, reportager og anmeldelser. Vi skal prøve kræfter med at skrive og formidle vores stof som podcast og video.

Vi tager ud af huset for at undersøge forskellige ting, der sker i byen (for eksempel koncerter, film, mad) eller for at lave interviews og reportager. Vi skal beskæftige os med det, du er optaget af og gerne vil undersøge eller udfordre.

Du vil lære om interviewteknik, hvordan man opbygger den gode artikel, om research, kildekritik og meget mere.

Tidspunkt:
Mandag kl. 18.00-20.00

Undervisningssted:
UKH Ungdomskulturhuset
Tage-Hansens Gade 2, bygning 7
8000 Aarhus

Underviser:
Nina Thaarup

Opstart:
Uge 36.
Halvårligt.

[Tilmeld dig her](#)



Droneakademiet

På Droneakademiet flyver du med fremtidens teknologi, og vores slogan er: Build - Race - Crash - Repeat ...

Du lærer alt om droner og alt om at flyve med droner. Vi flyver micro-droner, og vi bygger droner om til FPV-droner, så "sidder" vi nemlig som piloter ombord på dronen.

Senere bygger vi rigtige FPV-racerdroner. Og så racer vi, vi holder konkurrencer, så crasher vi, og så reparerer vi. Udover alt det sjove vil du specifikt lære en del om fysikkens love samt få et loddekursus.

Tidspunkt:
Tirsdag kl. 17.00-20.00

Undervisningssted:
Århus Statsgymnasium

Underviser:
Michael Nørgaard

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



IT, MEDIER OG ESPORT

eSport ØST & VEST

På eSportsholdet underviser vi med en professionel tilgang til sporten, og udover en udvikling af faglige discipliner som strategi og analyse, arbejder de unge med kommunikation, samarbejde og overblik.

Eleven skal udvikle sin viden og sine evner i det aktuelle eSportspil. De skal udvikle kompetencer som i samarbejde med de obligatoriske fag kan hjælpe dem til at udvikle sig som menneske. Derudover opbygger de bedre og sunde vaner om eSport.

Vi tilbyder eSport til unge, som vil dygtiggøre sig i Counter-Strike & LoL.



Tidspunkt:

Gellerup Højskole

Mandag kl. 16.00-19.00

[Tilmeld dig her](#)

Skjoldhøj

Tirsdag kl. 17.00-21.00

[Tilmeld dig her](#)

Gammelgaardsskolen

Tirsdag kl. 17.00-21.00

[Tilmeld dig her](#)

Klub2teket

Torsdag kl. 17.00-20.00

[Tilmeld dig her](#)

Gellerup Højskole (Piger)

Torsdag kl. 16.00-19.00

[Tilmeld dig her](#)

Opstart:

Uge 36

Gå til film

Ved at gå til film, lærer du blandt andet:

- at skrive filmmanuskripter
- at producere film
- at instruere film
- at filme, klippe og sætte lys
- om filmhistorie, filmmusik og filmteori

Du får venner og socialt sammenhold samt inspiration, modspil og samspil.

Gå til film giver dig et kreativt rum, hvor du kan prøve kræfter med at lave film og få styrket din evne til at fortælle historier i samarbejde med andre.

Vi lægger vægt på åben kritik og indlæring mellem elever og underviser, og du skal kunne tage ansvar for dine valg og samarbejder. Jeres afsluttende filmprojekt bliver vist som en særforestilling i en biograf i Aarhus.

Tidspunkt:

Onsdag kl. 18.30-21.30

Undervisningssted:

POTEMKIN

Fredens Torv 3A
8000 Aarhus C

Underviser:

Kommer

Opstart:

Uge 36

Tilmeld dig her

Podcast

Har du lyst at producere podcast med andre unge fra Aarhus?

På holdet lærer du at producere podcast – lige fra de første idéer og til et færdigt produkt.

Vi skal blandt andet lære om, hvordan man skriver et manuskript, laver et godt interview, og hvordan man redigerer en podcast. Du kommer til at prøve kræfter med flere forskellige roller som både journalist, podcastvært og klipper.

Så render du rundt med en journalist i maven, eller har du en historie, som du bare MÅ fortælle? Så er det her holdet for dig!

Tidspunkt:

Torsdag kl. 18.00-20.00

Undervisningssted:

Engdalskolen

Underviser:

Katrine Søndergaard Klit

Opstart:

Uge 36

Tilmeld dig her



First LEGO League

Robotprogrammering med Spike Prime - legorobotter.
Deltag i First LEGO League 2022-2023 i Aarhus den 12. november

Vi designer og programmerer LEGO-robotter i scratchbaseret software. Vi løser missioner, lægger strategi og gør os klar til konkurrence. Vi samarbejder som et hold og løser problemerne sammen.

Vi brainstormer, finder løsningsforslag, eksperimenterer og løser missionerne. Hvem ved, måske bliver vi så gode, at vi kan gå videre den store danske finale.

Du behøver ikke have forudsætninger indenfor programmering for at deltage.

Vi mødes en gang om ugen, tirsdag eller onsdag fra 17.00 til 20.00. Det er skiftende fra uge til uge. Vi kommer også til at mødes tre lørdage, hvor vi mødes fra 9.00 til 15.00 - det er den 13. august, 8. oktober og 5. november. Det er som en opstartsdag, midtvejsdag og endelig en træningsdag inden konkurrencen.

Tidspunkt:
Se beskrivelse af holdet

Undervisningssted:
Strandskolen

Underviser:
Thomas Kryger Dyekjær

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)

Spiludvikling// Gamedesign

Er du interesseret i computerspil? Har du nogensinde haft lyst at lave dit eget?

På spiludviklingsholdet dykker vi ned i blandt andet programmering, grafik og lyd med det formål at skabe vores egne computerspil!

Vi arbejder med værktøjer af forskellige niveauer, så det er ikke et krav, at man ved noget i forvejen. Vi kommer til at arbejde med blandt andet Scratch, Java-programmering og Unity3D. Dermed bruger vi både begyndervenlige programmer, og dem de helt professionelle i spilbranchen benytter!

Det kan være en stor fordel at medbringe egen computer, men det er ikke nødvendigt.

Tidspunkt:
Onsdag kl. 15.45-17.45

Undervisningssted:
Åby Skole

[Tilmeld dig her](#)

Underviser:
Frey Husted

Opstart:
Uge 36

Dans

Kan du lide at danse og optræde?

Vi har det sjovt og hygger os, mens vi danser! Vi underviser i genrerne hiphop og dancehall. Du lærer også at lave dine egne koreografier, så du føler dig selvssikker på dansegulvet.

Tidspunkt:

Klub2teket

Tirsdag kl. 17.30-20.00

[Tilmeld dig her](#)

Gellerup Højskole

Torsdag kl. 16.00-19.00

[Tilmeld dig her](#)

Katrinebjerg

Mandag kl. 15.00-16.00

[Tilmeld dig her](#)

Underviser:

Trine Munkvad

Opstart:

Uge 36

Shuffle Dance

Shuffle Dance: Er du vild med seje moves, god musik og sved på panden? Synes du det er fedt at lære nyt og udvikle dig i selskab med andre? OG vil du være med til at danne et fællesskab omkring den nyeste (og sejeste) dansegenre i Danmark?

Så er Shuffle Dance helt klart noget for dig! Her er det forskellige moves og styles som kombineres i mindre koreografier! Der er fokus på flow, tempo og mest af alt – at vi har det sjovt, mens vi hele tiden bliver vildere og sejere til at danse!

Underviser:

Stine Høpfner

Opstart:

Uge 36

Tidspunkt:

Risskov Skole,

Gymnastiksalen

Mandag kl. 15.15-16.45

[Tilmeld dig her](#)

Gammelgaardsskolen,
teatersalen

Onsdag kl. 15-16:30

[Tilmeld dig her](#)

Skovvangskolen,
Gymnastiksalen

Torsdag kl. 15.15-16.45

[Tilmeld dig her](#)



Billedskole Gellerup Højskole

Formålet med Ungdomsskolens Billedskole er at frembringe kreativitet og farverige udstillinger

Det store tema i år er genbrugskunst og bæredygtighed. Vi vil lære deltagerne, at næsten alt kan blive til kunst, og at det som mange betegner som affald, kan få nyt liv i kunsten.

Derfor vil mange af vores materialer blive købt på genbrug, fundet på REUSE og gennem donationer.

Derudover vil vi arbejde med naturfarver, som vi laver af madaffald med mere.

Tidspunkt:
Torsdag kl. 16.00-18:00

Undervisningssted:
Gellerup Højskole

Underviser:
Didde Rose

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



Bæredygtig madlavning

Holdet er for dig, der gerne vil have inspiration til at spise mere sundt, dyrevenligt og klimavenligt. Vi skal lave dine livretter - bare uden kød

Vi laver også snacks, ting til madpakken og retter, du kan lave til din familie. De retter, vi laver er simple, så du kan være med, selvom du ikke har stor erfaring med madlavning!

På holdet kommer du for eksempel til at lave:

- Veganske burgere
- Sushi uden fisk
- Spændende, mættende salater
- Dip, spreads og pålæg

Tidspunkt:
Tirsdag kl. 15.15-17.00

Undervisningssted:
Strandskolen, skolekøkkenet

Underviser:
Trine Munkvad

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



KREATIVITET, MAD OG HÅNDVÆRK

Den store bagelyst

Kom og bag. Vi arbejder både med surdej og kager

Tidspunkt:

Mandag kl. 18.00-20.30

Undervisningssted:

Skolekøkkenet på
Samsøgades Skole

Underviser:

Sanne Lisette Thomsen

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



KREATIVITET, MAD OG HÅNDVÆRK

MakerSpace Gellerup

Makerspace Gellerup er et kreativt træningscenter for hjerne og hænder. Det handler om at bruge hinandens kompetencer og producere noget

I makerspace får du mulighed for at prøve alle vores seje maskiner. Vi har lasercutter, 3D-printere, klistermærkemaskine, og du kan også lave dit eget tryk på T-shirt.

Hvis du går med planer om at blive designer, ingeniør, arkitekt, kunstner eller opfinder, så er Makerspace Gellerup noget for dig.

Tidspunkt:

Gellerup Højskole
onsdag kl. 15.00-20.00

Undervisningssted:

Gellerup Højskole
Gudrunsvej 82
8200 Brabrand

Underviser:

Jens Hyldegaard

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



Keramik

Har du lyst til at arbejde kreativt med ler?
Måske vil du gerne prøve at dreje?

Vores keramikundervisere er superdygtige, og de fleste er uddannede keramikere. De brænder selv for faget og glæder sig til at give det videre til dig. Du får kendskab til forskellige teknikker og metoder inden for faget.

Der vil være idéoplæg og mulighed for, at du kan arbejde med dine egne ideer. Du behøver ikke at have forhåndskendskab til at arbejde med ler; men det er vigtigt, at have lysten til det.

Vores keramikhold er placeret forskellige steder, hvilket giver forskellige muligheder:

- Gellerup Højskole: Ungdomsskolens værksted med blandt andet seks drejebænke, pladeruller med mere.
- Jorden: Ungdomsskolens lidt mindre værksted med blandede redskaber og rakuovn.
- Lokale hold i skolernes billedkunstlokaler.

Tidspunkt:

Gellerup Højskole:

Mandag kl. 15.00-17.30,
underviser Grit Dørup Lund

Tilmeld dig her

Mandag kl. 18.00-20.30,
underviser Grit Dørup Lund

Tilmeld dig her

Tirsdag kl. 15.00-18.00,
underviser Nanna Skovsgaard

Tilmeld dig her

Fredag kl. 15.00-18.00,
underviser Signe Boisen

Tilmeld dig her

Jorden:

Tirsdag kl. 15.00-18.00,
underviser Sara Mirkhani

Tilmeld dig her

Torsdag kl. 15.00-18.00,
underviser Signe Boisen

Tilmeld dig her

På skoler:

Risskov Skole

Tirsdag kl. 16.00-18.00,
Underviser Mette Salling Møller

Tilmeld dig her

Skjoldhøjsskolen

Torsdag
(begynder når skolens ovn virker)

Tilmeld dig her

Skovvangsskolen

Onsdag kl. 15.00-17.30,
underviser Nanna Skovsgaard

Tilmeld dig her

Keramik Pop-Up -workshops

Tilmeld dig her

Opstart:

Uge 36

KREATIVITET, MAD OG HÅNDVÆRK

Mad fra hele verden

Her laver vi sund og lækker mad fra forskellige steder i verden. Vi har blandt andet fokus på klassiske retter fra Italien, Mexico Tyrkiet, Japan og Danmark

Vi bruger fortrinsvis sæsonens grøntsager og frugter, og vi skal lave lækre desserter. Vi skal lære at anrette maden, så den ser delikat ud. Du lærer også om basal hygiejne under madlavningen.

Sidst men ikke mindst lærer du noget om klimaet, og hvordan man kan lave lækker og sund mad på et SU-budget.

Tidspunkt:

Onsdag kl. 15.30-18.00

Underviser:

Jens Ferreira Villumsen

Sted:

Gammelgaardsskolen

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)

KREATIVITET, MAD OG HÅNDVÆRK

Design og sy

Kan du lide at sy, eller tænker du på at søge ind på en designuddannelse? Så lad dine ideer, skitser og sysler få frit løb på vores nye design- og syhold

Her kan du både sy dine egne projekter på egen hånd eller med hjælp og vejledning fra underviserne.

Du lærer at udvikle dine egne idéer og forholde dig til former og farver. Du vil blive introduceret til forskellige tekniker.

Hvis det lyder som det fedeste hold, så meld dig til, og så glæder vi os bare super meget til at møde dig!

Tidspunkt:

Onsdag kl. 17.00-19.30

Undervisningssted:

UKH - Ungdomskulturhuset
Tage-Hansens Gade 8B
8000 Aarhus

Underviser:

Sarah Boddum og Maiken Bille

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



Manga drawing

One Piece, Jojo, Naruto, Demon Slayer, Spy & Family, Genshin Impact, Fruit Basket – this class is all about Anime-Manga style drawing!

We will practice drawing Anime Manga Style! From face to full body, expressens, action poses... your drawing skills will be improved!

This is also a social drawing time. You will meet with other folks who have the same passion! Make new friends. So let's have fun drawing together!

We will be making own products based on your drawing such as stickers, keychains and so on.

Tidspunkt:

Onsdag kl. 15.00-16.45

Undervisningssted:

Gellerup Højskole

Underviser:

Kokoro Kimura

[Tilmeld dig her](#)



Manga story making

Do you have a passion to create your own manga? Manga is a storytelling with visual drawings

We make traditional... so it will be black and white. Koko-sensei, a Japanese Manga Illustrator from Tokyo, is teaching you how to make manga.

Koko-sensei will teach you from the very beginning how to use tools, how to make a storyline and characters. There will be some special tips from the Japanese manga industry that you cannot get anywhere else. We will also include some drawing practice as well, so don't worry too much about your art level.

We plan to publish a classroom book at the end of the course.

Tidspunkt:

Onsdag kl. 17.00-18.45

Undervisningssted:

Gellerup Højskole

Underviser:

Kokoro Kimura

[Tilmeld dig her](#)



Cosplay

Er du en kæmpe otaku og elsker alt indenfor manga, anime, videospil og japansk popkultur så meget, at du ville ønske, du kunne ligne din yndlingskarakter?

Så er holdet her noget for dig.

Cosplay er en hobby, hvor man klæder sig ud som sin favoritkarakter og hygger med sine venner.

Her på holdet lærer du teknikker som syning, parykstyling, våbenlavning med skum og meget mere, så du kan klæde dig ud som lige præcis den karakter, du vælger at arbejde på.

Holdet er for alle, og der er ikke en forventning om, at du kan sy eller lave det sejeste sværd, blot at du brænder for at ville prøve det og gerne vil udvikle dine kreative evner.

Hvis det lyder som det fedeste hold, så meld dig til, og så glæder jeg mig bare super meget til at møde dig.

Tidspunkt:

Onsdag kl. 15.00-17.00

Undervisningssted:

Skansen Hus og Have

Underviser:

Kommer senere

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



Serigrafi og designproces

Kunne du tænke dig at lave dit helt eget print på stof og tekstil? Og måske sy noget tøj af det efterfølgende? Eller hvad med at lave grafiske, trykte plakater på lækkert papir?

I serigrafiworkshoppen lærer du at lave tryk med en silkeramme. Når du har grundteknikkerne i orden, kan du trykke i flere farver og i forskellig skala. Når du først har dit mønster/billede eller logo på plads, kan du gentage dine print uendeligt både på papir og på tekstil og i unikke versioner. Teknikken er nem at lære, og når man først er i gang med processen, får man lyst til at printe mere og mere.

Ting vi lærer på Serigrafiworkshoppen:

- Mønsterteknik
- Farvelære og fremkaldelse af dit mønster på en trykramme

- Stenciltryk på papir
- Plakattryk
- Logoprint på T-shirt
- Mønsterprint på tekstil
- Idegenerering og designproces
- Op-syning af printede tekstiler
- Inspirationstur

Serigrafiworkshoppen foregår i Ungdomskulturhusets nyoprettede værksted. I samarbejde med design- og syholdet syr vi lækre ting ud af de tekstiler, du har printet på.

Vi skal have det sjovt og hyggeligt, og der er gratis te og kaffe på kanden. Måske også lidt snacks i ny og næ ...

Tidspunkt:

Onsdag kl. 17.00-19:30

Undervisningssted:

UKH - Ungdomskulturhuset

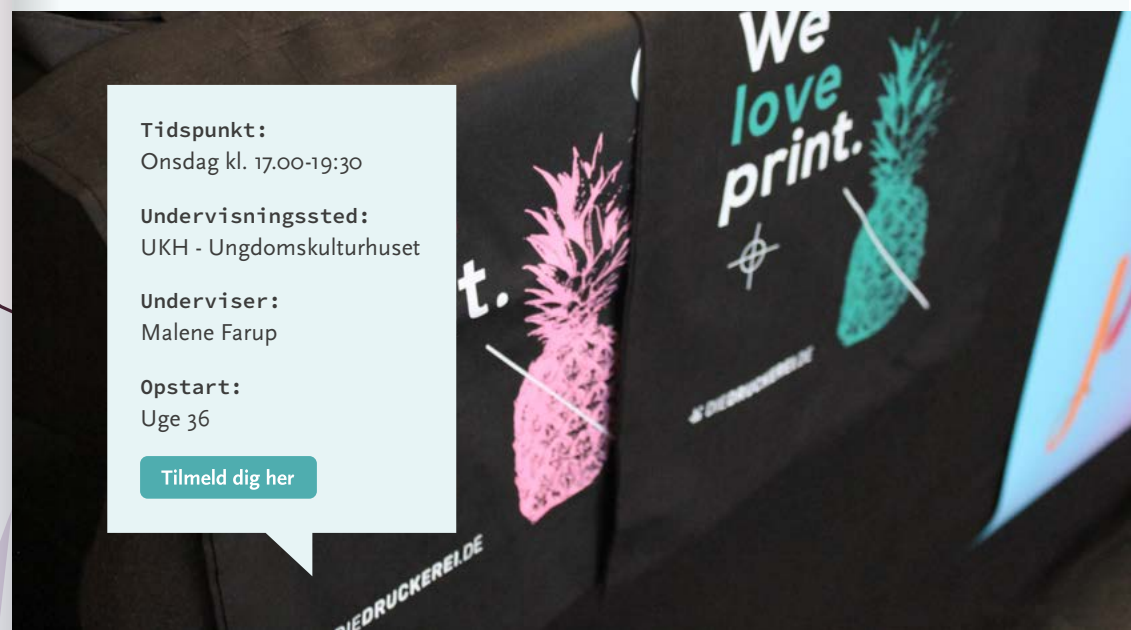
Underviser:

Malene Farup

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



KREATIVITET, MAD OG HÅNDVÆRK

Skriveværksted

Kunne du tænke dig at prøve kræfter med det at skrive?

På skriveværkstedet i UKH er det netop det, vi gør. Gennem grundige læsninger af forskellig litteratur – både prosa og poesi - vil vi forsøge at finde ud af, hvad litteratur er og kan. Men først og fremmest vil vi skrive selv – alt hvad vi kan!

Gennem forskellige skriveøvelser som non-stopskrivning, cut-up technique og indzoomning og udzoomning, vil vi skabe tekster, som kan udvikle sig til tekstkæder.

Kom og vær med i skrivefællesskabet.

Tidspunkt:

Onsdag kl. 18.00-21.00

Undervisningssted:

UKH - Ungdomskulturhuset
Tage-Hansens Gade 8B
8000 Aarhus C

Underviser:

Sylvester Blondin

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)

KREATIVITET, MAD OG HÅNDVÆRK

Tegneværksted med kunstner og illustrator Puk Ewdokia

Tegneværkstedet med kunstner og illustrator Puk Ewdokia er for dig, der elsker at tegne og male eller har lyst til at komme i gang med det

Det handler først og fremmest om at sidde sammen, tegne og hygge sig. Alle kan være med uanset niveau, det er kreativiteten og lysten, der driver værket!

Der er to hold, og du kan melde dig til det ene eller til begge.

Underviser:
Puk Ewdokia

Opstart:
Uge 36

EWDOKIA SHOP

Her mødes vi i Puks hyggelige butiks- og værkstedslokaler på Trøjborg, hvor Puk også til daglig sidder og arbejder. Hun glæder sig til at byde dig velkommen.

Tidspunkt:

Onsdag kl. 18.00-20.00

Undervisningssted:

Ewdokia Shop
Tordenskjoldsgade 64
8200 Aarhus

[Tilmeld dig her](#)

EWDOKIA I MAKERSPACE

Her mødes vi Ungdomskolens Makerspace, hvor der er mulighed for at tegne på papir, male, og benytte sig af de faciliteter, som findes i Makerspace. Det er for eksempel digitale tegneplader (Wacom), lasercutter, klistermærkeprinter og andre sjove ting!

Tidspunkt:

Mandag kl. 18.00-20.00

Undervisningssted:

Ungdomsskolens Makerspace
Gudrunsvej 82,
8220 Brabrand

[Tilmeld dig her](#)

Forfatterspirer

Hvad er den gode historie? Hvordan skriver man en fængende dialog? Hvordan gør man sproget skarpt, klart og kort? Hvilken genre er DIN? Og hvordan skriver man den perfekte cliffhanger?

Der er mange spørgsmål, når man arbejder med skrivning. På holdet skal vi først og fremmest skrive, snakke om litteratur og vores yndlingsbøger.

ALLE kan være med, uanset om du ikke har skrevet ret meget eller har skrevet i lang tid. Vi gennemgår et undervisningsforløb, samtidig med at holdets indhold formes efter deltagernes ønsker. Som noget helt nyt arbejder vi hen imod at lave en samling af historier, så du får din egen bog med hjem i slutningen af sæsonen.



Tidspunkt:
Onsdag kl. 18.30-21.00

Undervisningssted:
DOKK1

Underviser:
Eva Munk

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)

Skoleband på din skole

På holdet spiller du sammen med andre unge fra din skole og optræder også som skoleband ved arrangementer på skolen.

Tidspunkt:
Torsdag kl. 14.45-16.15
Risskov Skole, musiklokalet
Underviser: Andreas Skot Siersbæk

[Tilmeld dig her](#)

Mandag kl. 16.00-18.00
Skjoldhøjskolen
Underviser: kommer senere

[Tilmeld dig her](#)

Onsdag kl. 16.00-18.00
Sødalskolen
Underviser: kommer senere

[Tilmeld dig her](#)

Går du på en anden skole, så send en sms til 51575060 med navn, skole, skoleband og evt hvor mange I er.

Opstart:
Uge 36



MUSIK, RAP OG TEATER

Rap Akademiet

Rap Akademiet er et ungdomsskoletilbud i UngiAarhus, hvor unge fra hele byen mødes i et stærkt fællesskab om at producere rap-musik og få erfaring i at gøre kreative idéer til konkrete projekter

I processen indgår tekstskrivning som det bærende element i undervisningen, hvor deltagerne arbejder med rim, flow, udtryk og indhold.

Rap er en del af hiphop-kulturen, og Rap Akademiet bygger på de samme værdier, som hiphop-kulturen oprindeligt udspringer af, nemlig at det skal være sjovt at deltage, og at der både er plads til at konkurrere indbyrdes og at bakke hinanden op i at blive endnu bedre til det, der interesserer én.



Tidspunkt:

Klubberne Peter Fabers Vej

Tirsdag kl. 17.00 -21.00

[Tilmeld dig her](#)

Klubben Ellekær

Tirsdag og torsdag kl. 17.00-21.30

[Tilmeld dig her](#)

Klubztek

Tirsdag kl. 17.00-21.00

[Tilmeld dig her](#)

A45

Tirsdag kl. 17.00-21.00

[Tilmeld dig her](#)

Sødalskolen

Mandag kl. 17.00-21.00

[Tilmeld dig her](#)

Tilst skole

Torsdag kl. 15.00-18.00

[Tilmeld dig her](#)

Gellerup Højskole

Tirsdag og onsdag kl. 16.00-21.00

[Tilmeld dig her](#)

Opstart:

Uge 36

(Rap Akademiet Tilst begynder i uge 43)

MUSIK, RAP OG TEATER

Drama og teater – Aarhus Teater

Ungdomsskolen og Aarhus Teater har i mange år samarbejdet om at udbyde drama- og teaterundervisning

Aarhus Teater har sit helt eget Teen-Teaterhold. På Teen-Teater arbejder vi med krop, stemme, samspil og improvisation. Vi skaber et teaterlaboratorium og går undersøgende til værks.

Til sidst i forløbet afslutter vi med en kæmpe professionel forestilling på én af scenerne på Aarhus Teater, og husk: DU er med til at skabe forestillingen!

Så er du vild med at stå på scenen og prøve dig selv af som skuespiller sammen med en masse andre unge, så kom og vær med!

Tidspunkt:

Mandag kl. 16.30-19.00

Undervisningssted:

På Aarhus Teater i vores lokaler i læringsafdelingen

Underviser:

Birgitte Søndergaard,
Isabella Bøje & Jette Riise

Opstart:

28. november 2022

[Tilmeld dig her](#)



MUSIK, RAP OG TEATER

Ungdomsskolens kor

Fællesskab, sang, gode oplevelser.
Skal du være med? Så læs mere her

Vi sætter gang i et kor i ungdomsskolen:

- Vi skal synge gode sange - både gamle, nye og originale numre.
- Vi skal have gode oplevelser sammen og laver koncerter, tager på korweekend med mere.
- Vi skal blandt andet arbejde med stemmeteknik, sangtræning, flerstemmighed.

Kom lige som du er med den stemme, du har, og bliv en del af et fællesskab.

Tidspunkt:

Torsdag kl. 16.00-18.00

Undervisningssted:

ÅSG – Århus Statsgymnasium

Underviser:

Maiken Funder

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)





MUSIK, RAP OG TEATER

Ukulele

Har du lyst til at lære at spille ukulele?

Her er holdet for dig, der gerne vil have musik ud af din ukulele. Her kan du nemlig lære de grundlæggende akkorder, så du kan spille forskellige sange. Ukulele er et rigtig godt begynderinstrument. Det kan hurtigt lyde godt, og det er også et godt udgangspunkt, hvis du for eksempel gerne vil skrive dine egne sange. Det, du lærer, kan du bygge videre på, hvis du vil skifte til guitar.

Det er rarest at spille på sin egen ukulele, men du kan selvfølgelig også låne en af ungdomsskolen.

Tidspunkt:
Onsdag kl. 16.00-17.30
Katrinebjergskolen

Underviser:
Mathias Winther

Opstart:
Uge 37

[Tilmeld dig her](#)

MUSIK, RAP OG TEATER

Guitar

Dette guitarhold er for begyndere, der går du rundt med en indre guitarist gemt i sig og ikke bare vil sidde med guitaren i hånden, men også få musik ud af den.

Du vil her kunne lære de grundlæggende akkorder til akustisk/spansk guitar. Nogle gange inddeler vi gruppen i mindre hold og deler tiden op, og nogle gange spiller vi alle sammen sammen. Det er en god måde at komme i gang med at spille guitar på.

Vi anbefaler, at du har din egen guitar med, men du kan selvfølgelig også låne en af ungdomsskolen, hvis du ikke selv har en guitar.

Tidspunkt:
Mandag kl. 17.00-18.30

Undervisningssted:
UKH - Ungdomskulturhuset
(Tage-Hansens Gade 8B,
8000 Aarhus C)

Underviser:
Jonas Danefeld

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



Ungdomsskolens Band-Pakke

Skal vi hjælpe dig med at finde de helt rigtige at spille musik med? Eller måske er I allerede en gruppe, men mangler lidt flere eller den helt rigtige underviser?

Så er Ungdomsskolens Band-Pakke noget for dig.

Om du er begynder eller øvet er fuldstændig underordnet. Det handler om at sammensætte den rigtige gruppe omkring dig og finde den rigtige underviser til det, du har lyst til at prøve. Når det lykkes kan der opstå det vildeste fællesskab!

Er du klar?

Bands i Ungdomsskolen har nogle ret vilde muligheder.

I kan:

- Spille koncerter
- Indspille i et rigtigt studie
- Lave jeres egen plakat og merchandise
- Deltage i bandweekender og musik-camps
- Tage ud og høre koncerter sammen
- Finde venskabsbands
- Og meget mere – I er nemlig med til at forme bandet.



Musikproduktion

Har du en musikproducer, rapper, popsanger eller måske en DJ gemt i dig?

På musikholdet i Midtbyklubben kan du lave din helt egen musik fra bunden. Du kan lære at skrive sange og indspille dem i vores professionelle lydstudie, hvad enten du er nybegynder eller øvet.

Vi tilbyder også DJ-undervisning, hvor du kan lære at mixe dine yndlingssange og få muligheden for at komme ud at spille til UngiAarhus-arrangementer.

Tidspunkt:
Onsdag kl. 17.00-20.00

Undervisningssted:
Midtbyklubben

Underviser:
Niklas Stehouwer Raarup

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)

Tidspunkt:
Tid og sted aftales
individuelt med hvert band

Opstart:
Band-Creator-Event:
lørdag d. 3/9 kl. 12-16

[Tilmeld dig her](#)





MUSIK, RAP OG TEATER

Musikstarter Camp

Fem dages musikcamp med det vildeste fællesskab og gode oplevelser.

På Musikstarter kan du:

- komme alene eller sammen med dit band
- være nybegynder eller øvet
- få støtte og hjælp af mega seje, konservatorie-uddannede undervisere og udøvende musikere
- stå i rampelyset på den store scene til afslutningskoncerten for venner og familie

Tilmeld dig campen, eller læs mere om det landsdækkende koncept på musikstarter.dk eller tilmeld dig sms-listen [her](#), hvis du bare er nysgerig efter at høre mere.

Tidspunkt:

15. til 19. oktober
(efterårsferien)

Undervisningssted:

Gammelgaardsskolen

Underviser:

Stine Drejer, Anton Søndberg
Grøn, Ludvig Bøjle Kastberg,
Maiken Funder med flere.

Opstart:

15. oktober

[Tilmeld dig her](#)

UKH

– Ungdomskulturhuset i Aarhus

UKH – Ungdomskulturhuset er et alternativt og trygt ungdomsmiljø for alle i alderen 15 til 30 år.

Huset stiller forskellige faciliteter til rådighed blandt andet musiklokale, lydstudie, sy- og designrum, mørkekammer og kunstatelie samt et hyggeligt caféområde, hvor unge fra hele byen mødes om de ugentlige fællesspisninger eller hygger med vennerne og et spil bordtennis.

Fra tid til anden bliver der afholdt koncerter og loppemarkeder i weekenderne arrangeret af husets brugere. Sidst men ikke mindst lægger UKH ramme til en række ungdomsskolehold, som du kan læse mere om i dette hæfte. Ungdomsskoleholdene er for alle unge i alderen 13 til 17 år.

Ungdomskulturhuset ligger i det gamle amtssygehus i Tage-Hansens Gade 8B, 8000 Aarhus C. Huset har åbent mandag til torsdag kl. 10.00-22.00 og fredag kl. 12.00-17.00, hvor personalet står til rådighed.

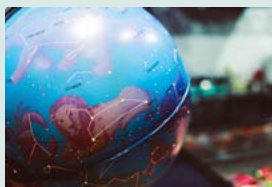
Læs mere på Facebook:

Ungdomskulturhuset
– UKH og i UKH Netværk



Astrologi

Har du en astrolog gemt i maven, og vil du gerne lære at tyde dit eget og andres horoskop? Så skal du med på dette hold.



Tidspunkt: Mandag kl. 16.00-18.00
Sted: Online
Underviser: Yazmin Solarz
Opstart: 19. september til 28. november 2022

Tilmeld dig her

Japansk for begyndere

Er du vild med manga, og kunne du godt tænke dig at forstå lidt af det, de siger i dine favoritanime?



Tidspunkt: Lørdag kl. 12.00-13.30
Sted: Online
Underviser: Jacob Høy
Opstart: 24. september til 5. november

Tilmeld dig her

Japansk for øvede

Du har lært de grundlæggende ting på japansk. Du har stiftet bekendtskab med hiragana og katakana, og du kender de basale fraser. Men du kunne godt tænkte dig at blive endnu bedre!



Tidspunkt: Lørdag kl. 10.00-11.30
Sted: Online
Underviser: Jacob Høy
Opstart: 24. september til 5. november

Tilmeld dig her

Rumfart og teknologi

Fra at bygge raketter i fysiklaboratoriet i USA, over en mand, der gik på Månen, til mennesker, der bygger raketter i en lagerbygning København. Ja! Vi er sørme kommet langt.



Tidspunkt: Lørdag kl. 10.00-12.00
Sted: Online
Underviser: Michael Bjørklund
Opstart: 24. september til 3. december

Tilmeld dig her

Online DSA

Er du motiveret til at yde en ekstra indsats for at blive bedre til dansk hurtigt? Og har du lyst til at møde andre unge fra hele landet? Så er Online DSA lige noget for dig.



Tidspunkt: Onsdag kl. 16.00-17.30
Sted: Online
Underviser: Kommer senere
Opstart: Onsdag i uge 36-46

Tilmeld dig her

LGBTQIA

Ung i Odsherred inviterer til LGBTQIA-forløb. Forløbet er tænkt som en undersøgelse af historien bag bogstaverne og et netværk, hvor vi deler gode erfaringer med bøger, film og serier om emnet.



Tidspunkt: Onsdag kl. 16.00-17.00
Sted: Online
Underviser: Allan Richardt Jensen
Opstart: Uge 38 til uge 50

Tilmeld dig her

Journaling

Dagbøger med collager, billeder og gode minder.

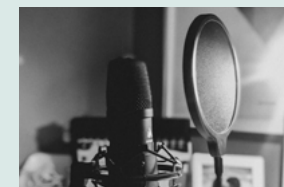


Tidspunkt: Mandag kl. 16.00-18.00
Sted: Online
Underviser: Puk Hyllested Hansen
Opstart: 19. september til 28. november

Tilmeld dig her

Online Podcast

Har du lyst til at producere podcast med andre unge fra hele landet?



Tidspunkt: Torsdag kl. 16.00-17.30
Sted: Online
Underviser: Katrine Søndergaard Klit
Opstart: Uge 36 til 46

Tilmeld dig her



Der findes mange forskellige seksualiteter og køn. Har du lyst til at blive en del af en gruppe, hvor vi i hyggelige rammer, kan snakke om det, at være i tvivl om sin seksualitet og at have en seksualitet, der ikke er som de flestes. Eller ønsker du bare at blive klogere på køn og kønsdebatten?

Her kan du få en viden om forskellige seksualiteter og køn. Du kan møde snakke med andre unge, der er igennem nogle af de samme tanker som dig selv.

Tidspunkt:

Onsdag kl. 16.30-18.30

Undervisningssted:

Lisbjergvej 15, Ungdomsskolens lokaler

Underviser:

Bettina Jensen

Opstart:

Det er muligt at tage på ture og besøge mennesker og steder, hvor vi synes vi kan få en ny viden.

Tilmeld dig her

Saga

Saga er et hold for piger og drenge, der nogle gange kan have det svært personligt eller socialt. Måske bekymrer man sig meget om, hvorvidt man kan leve op til venners, familiens eller lærerens krav. Eller måske kan man føle sig ensom eller frustreret over livets op- og nedture.

Hvis du, ved at læse ovenstående, kan nikke genkendende til det, så er du langt fra alene! Saga betyder fortælling, og dette hold handler netop om at forsøge at skabe en ny fortælling om sig selv, hvor der er fokus på, at det er okay at være dig lige som du er.

Saga er et mødested og et frirum for piger og drenge i alderen 7 klasse til 18 år, der kan mødes og lave fede og hyggelige ting sammen. Du og de andre unge er med til at bestemme, hvad vi skal. Det kan være alt fra madlavning og bagning til brætspil, filmhygge og fysiske udfoldelser og gåture. Vi kan også tage til foredrag, i teateret eller i biografen. Det vigtigste er at mødes og være sammen og være tilpas sammen lige som vi er!

Tidspunkt:

Risskov Skole

Tirsdag kl. 15.15-17.00

Tilmeld dig her

Midtbyklubben

Torsdag 17-19.00

Tilmeld dig her

Underviser:

Helle Sørensen, Unge-coach

Opstart:

Uge 36



KRYSTALKlar

Tror du på, at der er mere mellem himmel og jord end det, du kan sanse med øjne og ører? Ønsker du at blive klogere på dig selv?

Har du lyst til at få erfaring med magiens verden? Vil du lære om krystaller deres egenskaber og betydning, og om hvordan du bruger dem? Så kom og vær med i et fællesskab med andre unge, der ligesom dig vil vide mere.

I en kombination af undervisning, øvelser og sparring vil vi sammen gøre hinanden klogere og åbne for en verden af mystik. Den visdom vi finder her, vil vi bruge til at gøre vores hverdag lysere, finere og sjovere.



Tidspunkt:

Mandag kl. 15.30-17.30

Undervisningssted:

Elsted Skole

Underviser:

Line Brask Bartholomæussen, uddannet lærer, uddannelsesvejleder, sten- og krystalterapeut og i mesterlære hos en shaman.

Opstart:

Uge 36 - halvårligt.

[Tilmeld dig her](#)



Ung-til-ung coachuddannelse

På dette hold vil du sammen med dine medcoaches få redskaber til at spotte mistrivsel hos unge.

Du vil lære om de mest almindelige psykiske lidelser og få redskaber til lettere at kunne tale med unge om svære ting. Efter uddannelsens afslutning har du mulighed for at få et lønnet fritidsjob som unge-coach, hvor du bruger det, du har lært på uddannelsen og har samtaler med unge under supervision fra en kontaktperson fra skolen.

Holdet består af ti undervisningsgange fordelt henover udvalgte torsdage samt en weekend.

Tidspunkt:

Udvalgte torsdage
kl. 18.00-20.00

Undervisningssted:

Ungdomsskolen Lisbjerg

Underviser:

Ninna Christensen

Opstart:

Torsdag d. 1. september

[Tilmeld dig her](#)

Senatet ØST/VEST

Senatet er et politisk værksted for unge. Her kan du opleve demokrati, udvikle demokrati og være en del af noget rigtig stort.

I senatet kan du være med til at skabe fede events, projekter eller andet - af unge for unge i hele Aarhus. Du kan få indflydelse på, hvordan det skal være at bo i dit lokalområde, måske vil du ændre noget for hele Aarhus som by, i din skole eller noget helt tredje.

Du kan via senatet stille op til Børn- og Ungebyrådet. Her har du indflydelse på, hvad det "rigtige" voksne byråd laver, så du er med til at bestemme ting, som virkelig betyder noget for Aarhus. I senatet gennemarbejder vi de forslag Børn- og Ungebyrådet sender ind til byrådet, så du får mulighed for at prøve kræfter med politisk arbejde.

Vi skal på flere inspirationsture. For eksempel folkemøde på Bornholm, København, og en studietur til en storby i Europa.

Og så har vi det faktisk helt vildt fedt sammen.

Tidspunkt:

Der er senatsmøde
cirka hver anden
onsdag kl. 18.00-20.00

Underviser:

Esben Rothemejer
Marie Dam Christoffersen
Elisa Lund Hviid
Torben Myrup

Opstart:

Uge 36

Tilmeld dig her



Bogklub

Er du vild med at læse bøger?

Elsker du at dele dine læseoplevelser med andre?

Så er det dig, vi leder efter til vores bogklub, hvor vi læser Young Adult-bøger.

Vi læser én bog om måneden, og derudover præsenteres der løbende ny litteratur, kreative øvelser og andet bognørdet, som selv den mindste eller største læsehest vil være vild med!

Du behøver ikke at kende ret meget til bøger. Du skal bare være glad for at læse dem og have lyst til at dele din læseglæde med andre.

Tidspunkt:

Onsdag kl. 16.00-18.00

Undervisningssted:

DOKK1

Underviser:

Eva Munk

Opstart:

Uge 36

Tilmeld dig her



SPROG, BOGLIGE FAG OG BOOST

Sprogcafe

Kom og få hjælp til både tysk og fransk. Du kan både lære nye glosser, spille sprogsplil og få hjælp til lektierne i sprogfagene.

Tidspunkt:

Se hjemmesiden

Undervisningssted:

Samsøgades Skole

Underviser:

Helle Svane Christensen

Opstart:

Uge 36

Tilmeld dig her

SPROG, BOGLIGE FAG OG BOOST

Fransk

Bonjour!

Mange mener, at fransk er verdens smukkeste sprog. Måske er det derfor, du har lyst til at lære fransk? Frankrigs hovedstad, Paris, kaldes Byernes By. Måske har du allerede været der eller kunne godt tænke dig at komme dertil? Måske har du dit helt eget motiv for at lære sproget?

I fransk vil vi lære dét, som er nok til at kunne begå sig på en ferie i Frankrig eller en anden destination, hvor der tales fransk. Du vil også lære noget om Frankrigs historie, franske madspecialiteter, fransk film, fransk mode og fransk musik.

A bientôt.

Tidspunkt:

Århus Statsgymnasium

Onsdag kl. 16.00-18.00

Underviser Rumle Bonde Krarup

Tilmeld dig her

Skjoldhøjskolen

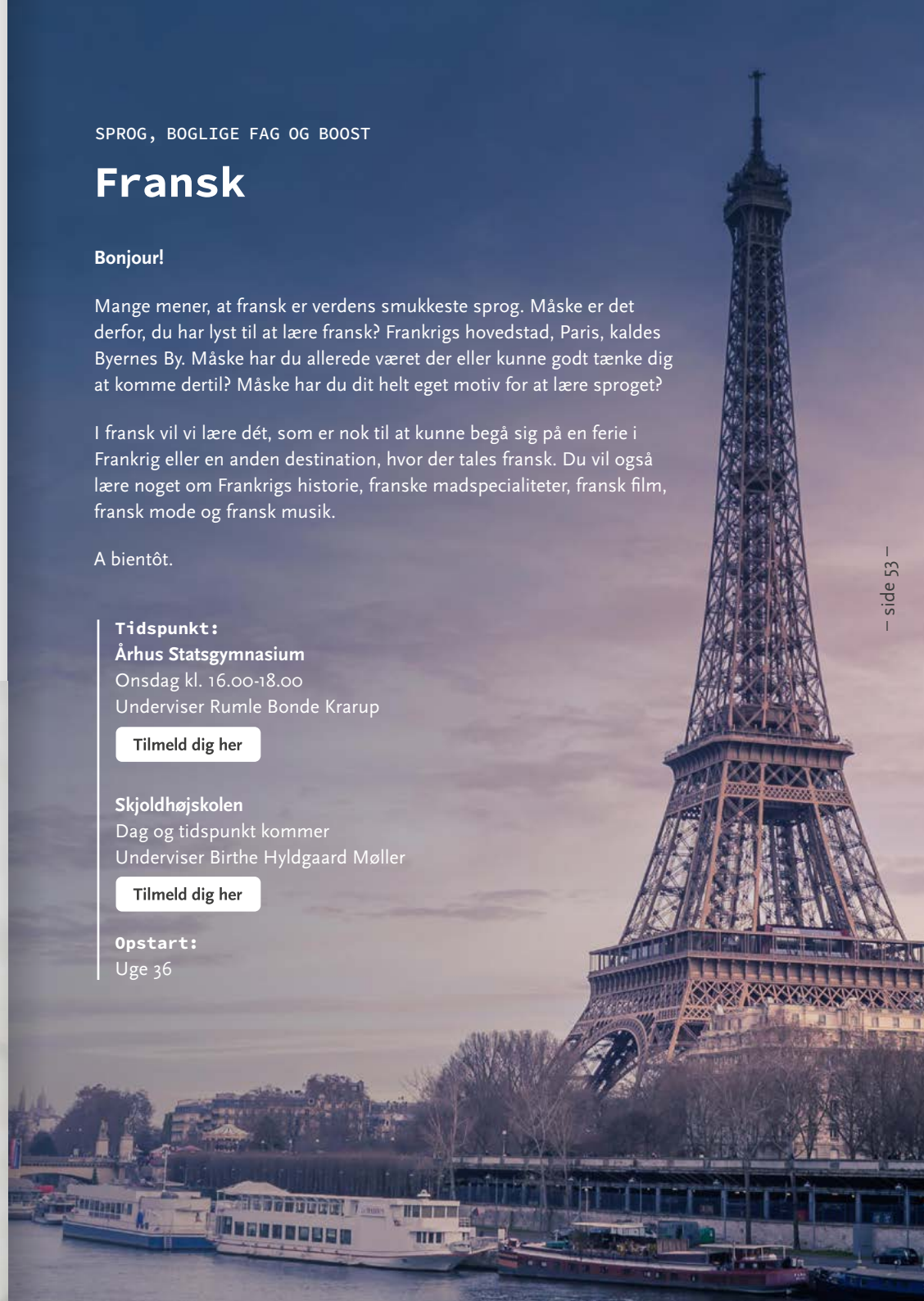
Dag og tidspunkt kommer

Underviser Birthe Hyldgaard Møller

Tilmeld dig her

Opstart:

Uge 36



Kina og kinesisk

Kinesisk er det mest talte sprog i verden. Over én milliard mennesker taler kinesisk (mandarin).

Du vil på dette hold lære at sige og forstå nogle sætninger på kinesisk.

Du vil få viden om det kinesiske samfund og den kinesiske kultur, og du vil øve dig i at skrive de flotte kinesiske tegn. Valgfaget giver dig et forspring, hvis du vil have kinesisk i gymnasiet.

Tidspunkt:

Mandag kl. 16.00-18.00

Undervisningssted:

Viby Gymnasium,
Søndervangs Alle 45,
8260 Viby J

Underviser:

Kim Sung Jensen,
Viby Gymnasium

Opstart:

Uge 36 – halvårligt.

[Tilmeld dig her](#)

Tysk sprogkursus

Fit in Deutsch:

- Du vil på dette kursus blive bedre til at tale og forstå talt og skrevet tysk om dagligdagsemner på et niveau, som svarer til 8.-9. klasse.
- Kursets materiale og form "Fit in Deutsch" er udarbejdet af det tyske Sprog og Kulturinstitut "Goethe-Institut", som udbyder tysk som fremmedsprog over hele verden.
- Vi vil arbejde med at forbedre dit ordforråd med billeder, quizzer, lytte, læse og samtaleøvelser.

Du kan afslutte kurset med prøven "Goethe-Zertifikat A2" og med dette certifikat, har du en internationalt anerkendt eksamen i tysk.

Goethe Zertifikat A2: Når du har bestået prøven, viser du, at du:

- kan forstå og benytte dig af sætninger og hyppigt anvendte udtryk, som bruges i hverdagssituationer.
- kan gøre dig forståelig i enkle, rutinemæssige situationer, hvor det drejer sig om enkel og direkte udveksling af informationer om velkendte og almindelige temaer.
- med enkle midler kan beskrive din egen baggrund og uddannelse og ting i sammenhæng med umiddelbare behov

Tidspunkt:

Tirsdag kl. 15.30-17.30

Undervisningssted:

Viby Gymnasium

Underviser:

En underviser fra gymnasiet

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)

Engelsk boost

Er engelsk svært for dig? Og er du måske lidt for genert til at tale engelsk foran andre? Så læs mere her

Hvis du kunne tænke dig at blive bedre til engelsk, så er holdet noget for dig. Her er I samlet i en mindre gruppe, og vi sørger for, at der er et trygt miljø at øve sig i. Her er det ikke pinligt ikke at kunne det hele i forvejen.

Der er mulighed for at arbejde hen mod en lille rejse til England.

Tidspunkt:

Elise Smith Skole

Mandag cirka kl. 15.00-16.30

[Tilmeld dig her](#)

Gammelgaardsskolen

Hver anden fredag kl. 14.35-15.35

[Tilmeld dig her](#)

Sødalsskolen

Kommer senere. Du får en sms, når tidspunktet ligger fast.

[Tilmeld dig her](#)

Underviser:

Grit Dørup Lund

Karina Sund Laustsen

Opstart:

Uge 36



Spansk for begyndere

Kunne du tænke dig at lære et af verdens største sprog?

Når man har sagt spansk, må man også sige Spanien - og Peru, Argentina, Mexico, Honduras, USA, Cuba og så videre, listen er lang. Spansk er et af de mest talte sprog i verden, og med det følger en rig og spændende kultur.

På vores spanskhold lærer du det mest grundlæggende i at tale og skrive spansk.

Derudover skal vi også:

- eksperimentere med at lave spansk mad,
- på udflugter og opleve spansk kultur,
- på en forårstur til Spanien.

Tidspunkt:

Engdalskolen

Mandag cirka kl. 14.30-16.00

Underviser Esben Rothemejer

[Tilmeld dig her](#)

Engdalskolen

Tirsdag cirka kl. 15.00-17.00

Underviser Juan Reyes

[Tilmeld dig her](#)

Risskov Skole

Onsdag kl. 17.30-19.30

Underviser Juan Reyes

[Tilmeld dig her](#)

Gammelgaardsskolen

Torsdag efter skole

Underviser kommer senere.

[Tilmeld dig her](#)

Underviser:

Esben Rothemejer

Juan Reyes

Opstart:

Uge 36

SPROG, BOGLIGE FAG OG BOOST

Lektiecaféer Ungdomsskolen ØST/VEST

Lektiecafé tilbyder lektiehjælp til børn og unge, som af den ene eller den anden årsag har udfordringer i skolen

I lektiecaféen mødes de unge med vores undervisere for at få hjælp med lektierne. Lektiecaféen er hverken en erstatning for skolens lektiecafé eller en forlængelse af børnenes skoledag - men et supplement. I lektiecaféen har vi god tid til de unge, og derfor har vores undervisere gode muligheder for at give de unge ekstra opmærksomhed - både hvis de har brug for hjælp med at forstå og lave en opgave, eller hvis de bare trænger til at snakke med en voksen.

Tidspunkt:

Klubztekst

Tirsdag kl. 14.00-18.00

[Tilmeld dig her](#)

Fritidscenter Ellekær

Tirsdag-torsdag kl. 16.00-19.00

[Tilmeld dig her](#)

Klubben Musvågevej

Onsdag kl. 18.00-21.00

[Tilmeld dig her](#)

Gammelgaardsskolen

Tirsdag kl. 14.00-17.00

[Tilmeld dig her](#)

Kalmargade

Torsdag kl. 16.00-20.00

[Tilmeld dig her](#)

Klub3

Torsdag kl. 14.00-18.00

[Tilmeld dig her](#)

Opstart:

Uge 36

Ekstra matematik og dansk Risskov

Her er holdet til dig, som gerne vil øve dig lidt mere i matematik og dansk - måske endda stige en karakter eller to

Holdet er for dig, der har brug for ekstra træning, og som synes, at matematik og/eller dansk er lidt svært. På holdet må du stille alle de spørgsmål, der falder dig ind. Måske er du holdt op med at tro på, at du nogensinde får lært matematik og/eller dansk. Sådan behøver det ikke at være. Vi har ikke travlt, og du må gerne stille det samme spørgsmål mange gange.

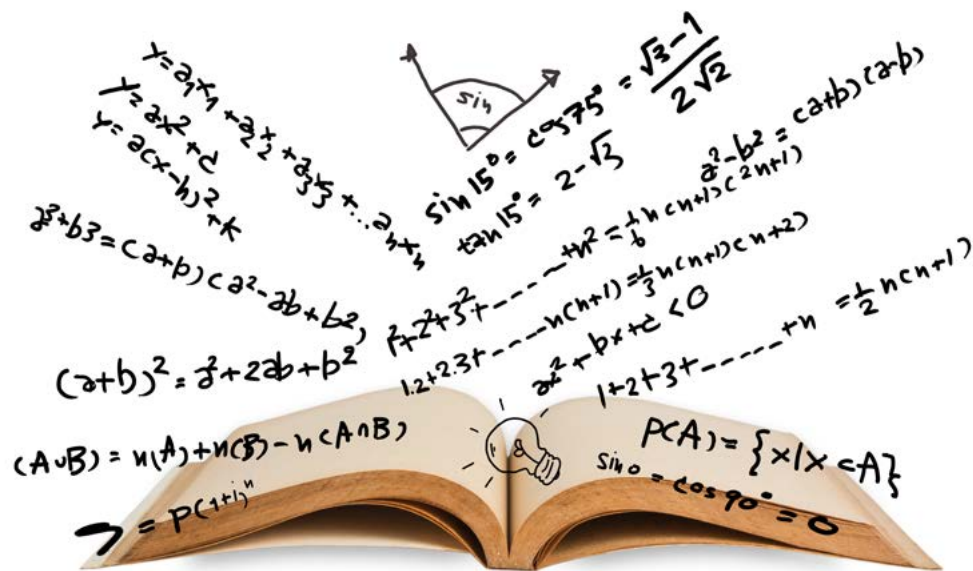
Tidspunkt:
Tirsdag kl. 15.15-16.15

Undervisningssted:
Risskov Skole

Underviser:
Charif Kim Sletten Hubeish
og Sandra Dupont

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



Yoga

Har du lyst til at forkæle din krop og dit sind med yoga?

Så er du mere end velkommen i et trygt og hjertevarmt miljø i Marlenes yogaklasser kun for unge.

Du vil møde øvelser med fokus på smidighed, balance samt styrkende øvelser for hele kroppen - åndedrætsøvelser og afspænding.

Tidspunkt:
Risskov Skole:
Mandag kl. 14.50-16.20

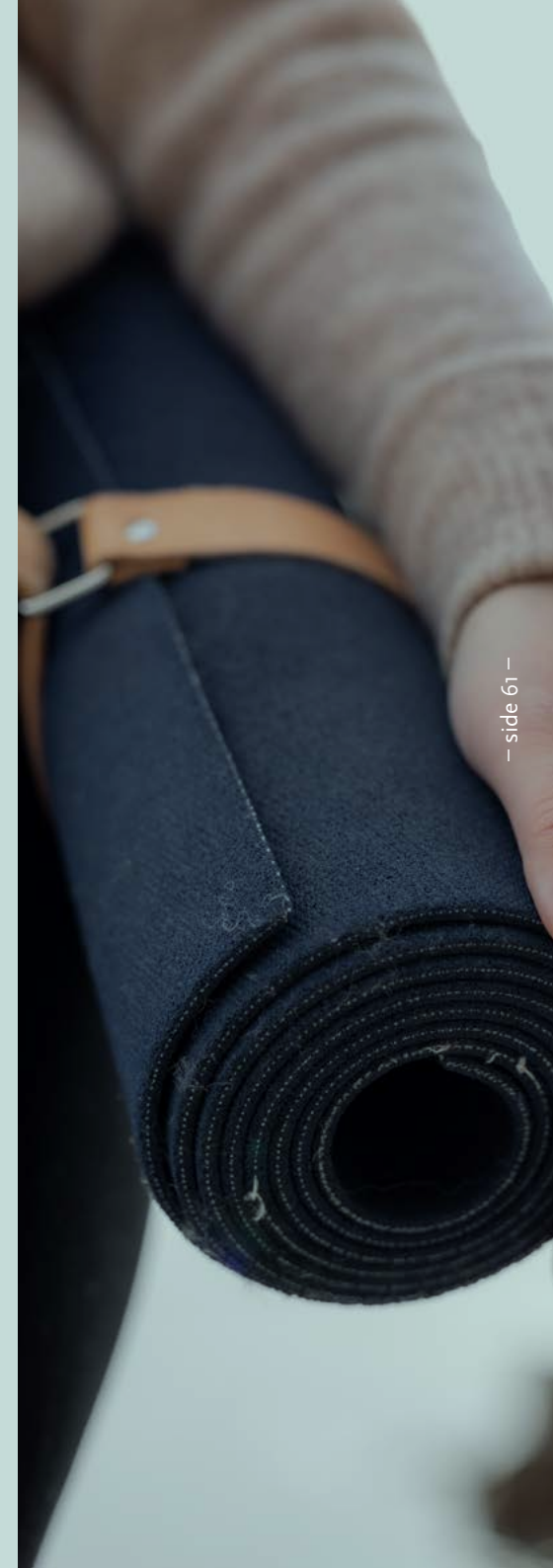
[Tilmeld dig her](#)

Gellerup Højskole:
Torsdag kl. 16.00-17.30

[Tilmeld dig her](#)

Underviser:
Marlene Lind

Opstart:
Uge 36



Boksning

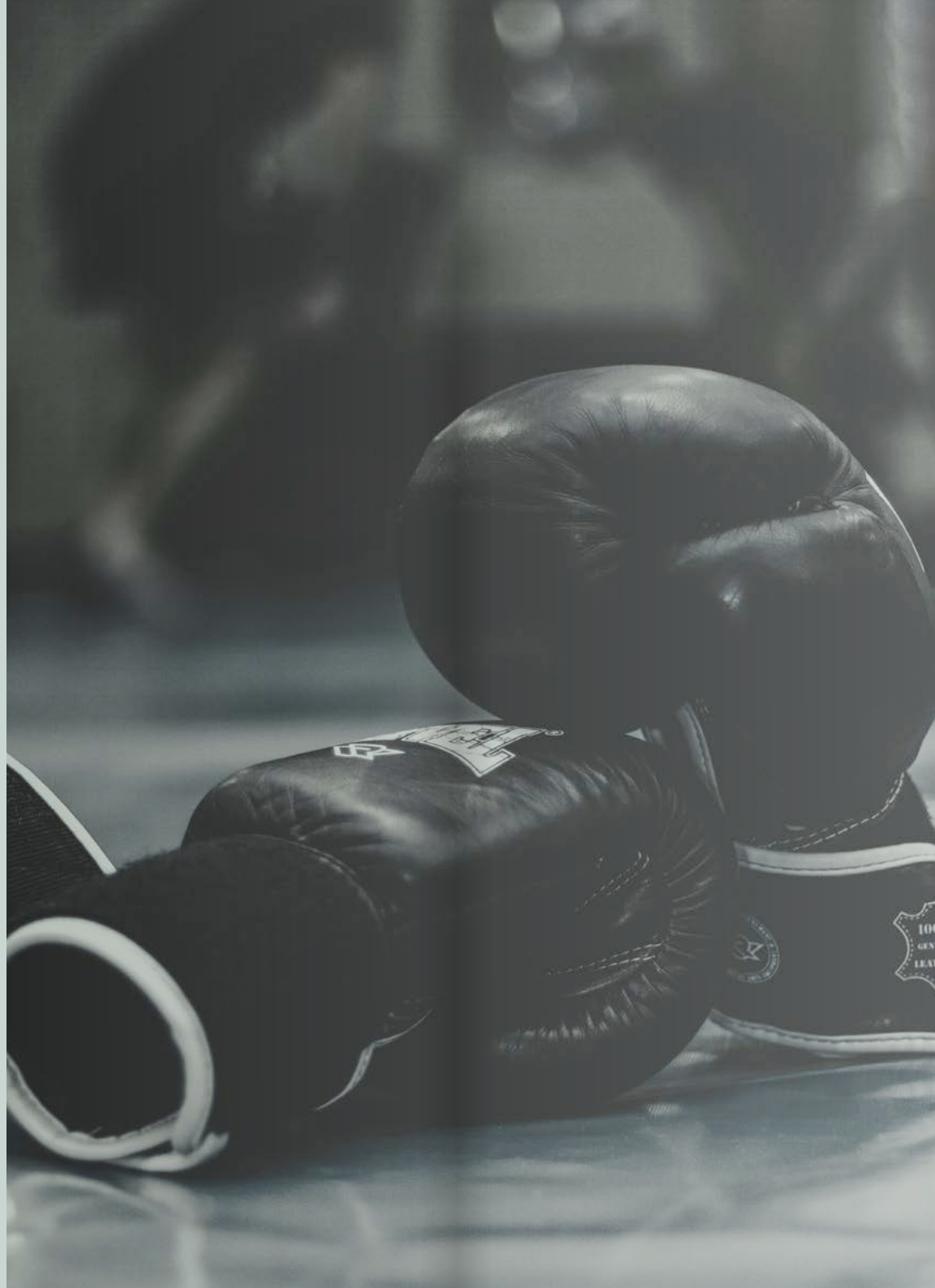
Når man mødes om boksning, er alle lige. Vi har alle træningstøj på og skal gennemgå den samme træning. Det er en enmandssport; men vi gennemfører altid træningen sammen. Derfor er holdet afhængig af den enkelte person, og vi støtter hinanden i at gennemføre træningen, når det bliver hårdt

Boksning kan samtidig være et godt pusterum for unge, der har brug for et afbræk fra skolens travle liv.

Mange af de øvelser, vi arbejder med i boksetræningen, er partnerøvelser. Derfor vil deltagerne skulle samarbejde med hinanden på tværs af holdet, hvilket kan skabe fælles oplevelser og danne nye relationer.

Det kan være fysisk udfordrende; men der vil blive taget hensyn til de enkeltes ønsker. Derfor er der både plads til, at nogle kan prøve at bokse teknisk mod hinanden, mens andre træner teknik med en træner på plethandsker. Niveauet kan derfor korrigeres, så det er i flow med den enkelte deltager.

En boksesession vil typisk vare en time og vil bestå af opvarmning, tekniske bokse øvelser (to og to), sandsækprogram, og afsluttende et fysisk program, der skal styrke kroppens muskler og led.



Undervisningssted:

A45:

Mandag kl. 17.15-19.15

[Tilmeld dig her](#)

Gammelgaardsskolen:

Tirsdag kl. 14.30-16.00

Fredag kl. 13.30-15.00

[Tilmeld dig her](#)

Åby Skole:

Onsdag kl. 14.45-16.15

Torsdag kl. 14.45-16.15

[Tilmeld dig her](#)

Skjoldhøjskolen:

Mere info kommer senere

[Tilmeld dig her](#)

Sødalskolen:

Onsdag kl. 16.30-18.30

[Tilmeld dig her](#)

Midtbyklubben:

Tirsdag kl. 16.45-19.15

Torsdag kl. 16.45-19.15

[Tilmeld dig her](#)

Strandskolen:

Søndag kl. 16.00-18.00

[Tilmeld dig her](#)

Underviser:

Jeppé Morell

Opstart:

Uge 36

SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Bueskydning (efterår 2022)

Synes du, det kunne være sjovt at prøve at skyde med bue og pil? Så læs mere her

Her kan du lærer teknik om bueskydning. Undervisningen bliver tilpasset netop der, hvor du er. Og så har vi det sjovt, mens vi øver os.

Tidspunkt:

Onsdag kl. 18.05-19.05

Undervisningssted:

Aarhus Bueskyttelaug
Gjellerupvej 87B
8230 Åbyhøj

Underviser:

Patricia Krogenlund
Andersen

Opstart:

5. oktober 2022.
Halvårligt.

[Tilmeld dig her](#)



SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Fitness og styrketræning Risskov Skole

Vi skal træne hårdt, have pulsen op og få sved på panden
– og det skal også være sjovt

Der vil være fokus på konditionstræning og styrketræning: mave, ryg, ben og arme. Der vil desuden være øvelser med fokus smidighed og afspænding.

Vi træner udelukkende med egen kropsvægt.

Igennem forløbet vil man også blive udstyret med træningsprogrammer, så man kan træne videre derhjemme.

Så kom med - og få bedre kondi og styrket dine muskler.

Tidspunkt:

Søndag kl. 14.00-15.45

Underviser:

Jeppe Morell

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Fitness med Jeppe Morell

Vil du forbedre dine fysiske evner og gøre det sammen med andre?

Så er fitness- og styrketræning noget for dig! På holdet fitness- og styrketræning får du pulsen op, bliver stærkere og bliver samtidig bevidst om din kost og din krop. Vi har fokus på kondition, vægttræning, kost, krop og kropsbevidsthed. Undervisningen forgår i Ungdomskolens nye fitnessmiljø på Sødalskolen.

På fitness- og styrketræningsholdet kan du:

- lære hvordan man træner i fitnessmaskiner,
- prøve forskellige træningsmetoder som cardio og styrketræning,
- arbejde med styrke og få opbygget muskler,
- lære om kost- og træningsplaner,
- lære at træne uden at overbelaste dig og få skader,
- lære at færdes i et træningsmiljø.

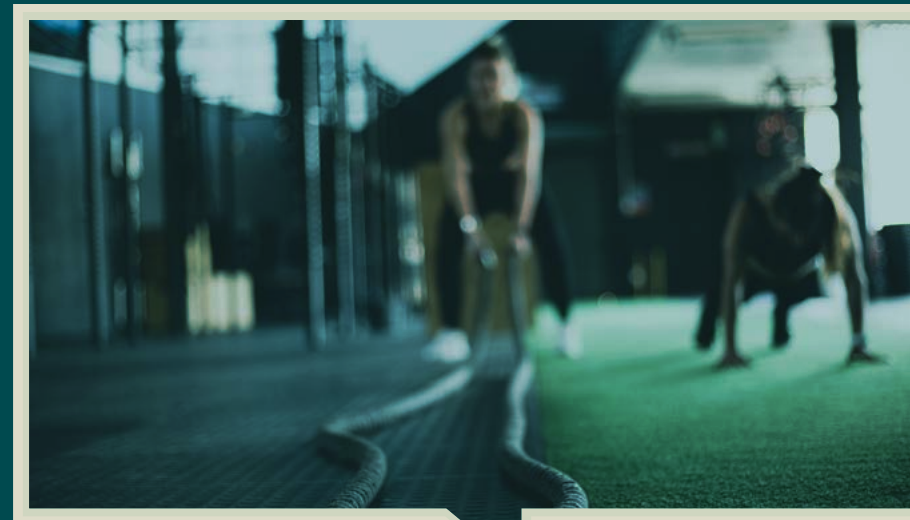
Tidspunkt:
Mandag kl. 14.45-16.45

Undervisningssted:
Fitnesslokalet på
Sødalskolen

Underviser:
Jeppe Morell

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Fitness med Stine Høpfner

Vi skal træne hårdt, have pulsen op og få sved på panden – og det skal også være sjovt

Der vil være fokus på konditionstræning og styrketræning: mave, balder, ryg, ben og arme. Der vil desuden være øvelser med fokus smidighed og afspænding.

Vi vil udover den sædvanlige styrketræning prøve forskellige holdtræninger som: Yoga, HIIT, bodycombat, step, coretræning og meget mere.

Igenem forløbet vil man også blive udstyret med træningsprogrammer, så man kan træne videre derhjemme. Så kom med - og få bedre kondi og styrket dine muskler.

Tidspunkt:
Tirsdag kl. 14.00-15.30

Undervisningssted:
Sødalskolen gymnastiksal
2 og fitnesslokalet

Underviser:
Stine Høpfner

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)

Gokart

Er du bidt af fart og spænding?

Er du til motorer?

Er du til sammenhold?

Så er GOKART lige noget for dig.

Vi renoverer karter og motorer. Du lærer raceteknik til din kørsel.

Til hverdag arbejder vi i værkstedet med karterne. På lørdage kører vi race på bane.

Vi tager til raceevents og samarbejder med flere racing teams i Danmark.

Tidspunkt:

Lørdag kl. 9.00-17.00
cirka en gang i måneden.

Undervisningssted:

Næshøjskolen

Underviser:

Preben Vinther og
Casper Mastrup

Opstart:

Uge 36

Tilmeld dig her



Motocross

Er du bidt af fart og spænding?

Vi du gerne lære at reparere og vedligeholde en motor?

Er du til sammenhold?

Kan du sige ja til det hele, er holdet lige noget for dig!

Det er en del af undervisningen at lære vedligeholde og reparere vores ATV'ere og crossere. Har det ikke har din interesse, skal du vælge en anden aktivitet.

Du lærer raceteknik til din kørsel.

Tidspunkt:

Torsdag kl. 15.30-18.00

Undervisningssted:

Grimhøj Motocross

Underviser:

Martin og Villads Flensted Jensen

Opstart:

Uge 36

Tilmeld dig her



SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Hest i ØST & VEST

Har du lyst til at lære om heste både i teori og praksis, så er holdet måske noget for dig

Du skal kunne lide heste, ridning og udeliv. Lidt erfaring med heste vil være en fordel, men det er ikke et krav. Der er fire ponyer på stedet, som både kan dressur og spring. Vi har en lille ridebane og mulighed for at ride ude i en park, der grænser op til stedet. Det kræver påklædning til at ride udenfor, da vores faciliteter kun er ude.

Tidspunkt:

Tirsdag kl. 17.00-21.00

[Tilmeld dig her](#)

Lørdag kl. 12.00-14.00

[Tilmeld dig her](#)

Undervisningssted:

Klub2teket
Kappelvænget 52,
8210 Aarhus V

Opstart:

Uge 36

Underviser:

Ophelia Berkenheier



SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Mountainbike

Kom og prøv kræfter med en fed aktivitet

Ungdomsskolen stiller helt nye Whyte mountainbikes til rådighed. Du får et køre-teknisk kursus og en masse eftermiddagsture og weekendture i Marselissskoven, Gellerup Skov, Hasle Bakker, Hinnerup og på singletracket ved Ebeltoft. Vi tilbyder også kursus i cykelmekanik.

Tidspunkt:

Du får sms med tidspunkter, når du er tilmeldt. Så kan du tilmelde dig de sessions, du vil med på.

Undervisningssted:

Forskelligt

Underviser:

Michael Smith Nielsen

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Padeltennis

(efterår 2022)

Kunne du tænke dig at prøve at spille padeltennis på rigtige baner?

Vi spiller mod hinanden, laver øvelser, øver teknik med mere. Det er god træning og det er vildt sjovt.

Så kom og prøv kræfter med denne populære og hurtigt voksende sportsgren.

Tidspunkt:
Mandag kl. 17:15-18:45,
underviser Dan Odgaard

[Tilmeld dig her](#)

Fredag fra 15:00-17:00,
underviser Emil Skov
Larsen og Tuan Doc

[Tilmeld dig her](#)

Undervisningssted:
Vipadel Aarhus
Holmstrupgårdsvej 18
8220 Brabrand

Opstart:
Uge 36.
Halvårligt.

SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Vildmark

Her er din mulighed for spændende udfordringer med naturen som arena. Hvis ord som: havkajak/kano, klatring og rapelling, bålhygge, vægklatring med videre tiltaler dig, så mød op. Vi kommer også på nogle gode ture.

Tidspunkt:
Du får sms med tilbud om aktiviteter og ture, når du er tilmeldt. Så kan du melde tilbage på de aktiviteter og ture, du ønsker at deltage i.

Undervisningssted:
Ude i naturen

Underviser:
Michael Smith Nielsen

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



Ski og skitur i ungdomsskolen

Igen i år udbyder ungdomsskolen sin traditionsrige og helt igennem fantastiske skitur for alle fra 8. klasse op til 18 år.

Turen går til Jugendsporthotel Leitner, i Nassfeld i skolernes vinterferie i uge 7. Prisen er 4000 kr. og inkluderer fem hele dage på ski, leje af udstyr, herunder ski, støvler, hjelme og stave. Der er også inkluderet morgenmad, aftensmad samt transport. Liftkort, sportsaktiviteter, festaften og en masse hygge, nye venner, glæde, gode minder for livet er alt sammen inkluderet.

For alle nybegyndere er skiskole også inkluderet - og obligatorisk.

Før skituren er der fire obligatoriske samlinger, hvor deltagelse kræves for at komme med på turen. Samlingerne er altid på adressen Ungdomsskolen, Lisbjergvej 13, Aarhus N.

Datoerne for samlingerne er:

12. november 2022 kl. 10.00-14.00 (10.00-11.00 med forældre)

10. december 2022 kl. 10.00-13.00

21. januar 2023 kl. 10.00-13.00

4. februar 2023 kl. 10.00-13.00 (sidste samling inden afgang – har du styr på stumperne?)

Vi tager afsted fra Aarhus den 10. februar 2023 og kommer hjem den 16. februar 2023. Vi åbner for tilmeldinger 1. september klokken 16.00. Her skal du sidde klar ved tasterne, turen er eftertragtet, og det er efter først-til-mølle-princippet. Ved tilmelding betales depositum (50 %) og senest 1. december betales restbeløb (50 %).

Bemærk:

Ved tilmelding og betalt depositum refunderes pengene ikke, medmindre turen aflyses af UngiAarhus.

RIB-sejlads

Er du til vand, fart og skumsprøjt, så er en tur i ungdomsskolens RIB-båd med 300 HK lige noget for dig. Med 90 km/t vil vi sejle ud over bølgen blå og opleve adrenalinsuset ved den høje fart.

Men der vil også være andre oplevelser, og du vil måske ligefrem opleve, at du bliver klogere i for eksempel fagene historie og geografi. For meget af det vi lærer om i bøgerne, ligger lige derude i Aarhus Bugten - og vi kan sejle hele vejen dertil.

To gange - en gang om foråret og en om efteråret - arrangeres en overnatningstur, hvor vi sejler til et øde sted, sover og laver mad i naturen.

Udover det vil turene også indholde: Havnerundfart, water cast, redningsøvelser, kendskab til søfartsregler og mange andre sjove ting.

Der er redningsveste til alle ombord og sikkerheden er i top.

Tidspunkt:

Mandag og torsdag kl. 16.00-20.00. (ikke hver uge). Du får en sms med info inden hver gang og tilmelder dig fra gang til gang ved at svare på beskeden. Det er først-til-mølle.

Undervisningssted:

Marselisborg Lystbådehavn

Underviser:

Anders Krogh, Benny Rahbek med flere

Opstart:

Uge 32

[Tilmeld dig her](#)

SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Dommer-uddannelse

Ungdomsskolen, UngiAarhus, Getzsport og DBU tilbyder i fællesskab fodbolddommeruddannelsen

Kunne du tænke dig at få erfaring med at lede, kommunikere, tage ansvar og løse konflikter? Vil du gerne have et fritidsjob, hvor du samtidig får motion og et stort netværk? Så bliv uddannet som fodbolddommer.

Vidste du at ...

- du som fodbolddommer får verdens bedste fritidsjob?
- du selv kan vælge dine arbejdstider?
- lønnen er den samme som andre fritidsjobs?
- du kan tjene op til 5000-20.000 kr. skattefrit om året?
- du får en lederuddannelse samt kompetencer og erfaringer, som kan styrke dit cv og bruges i forbindelse med studier og i din civile karriere?
- du får sparring med kompetente vejledere og dommerudviklere?
- du får mulighed for højt kvalificeret efteruddannelse, så du hele tiden udvikler dig og får nye udfordringer?
- du får gratis motion og masser af frisk luft?
- du får et netværk og venskaber for livet?

Læs mere om dommeruddannelsen [her](#)

Klassetrin:

Eleverne skal være fyldt 15 år på eksamenstidspunktet. Senest d. 20. marts 2023.

Undervisningssted:

Kommer senere

Opstart:

Marts 2023

Tilmeld dig her

SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Jagttegn på Skødstrup

Er du vild med Nak og Æd?

Uanset om du kender andre med jagttegn, eller det er helt nyt for dig, så vil vi lære dig alt, hvad du har brug for for at kunne bestå jagtprøven. I løbet af kurset vil der være ture på skydebanen og ud i naturen.

Du vil lære, hvad der må jages, hvornår og hvordan. Du vil lære, hvad der skal til for, at dyrene trives, og hvilket ansvar vi har som jægere. Du vil lære at håndtere det nedlagte vildt, så det kan blive til mad. Og så vil du selvfølgelig lære at håndtere våbnet forsvarligt, så vi kan komme ud på sikker jagt.

Klassetrin:

Du skal minimum fylde 16 år i 2023 for at kunne komme til prøve.

Tidspunkt:

Tirsdag kl. 19.00-21.00

Undervisningssted:

Skødstrup Skole, Lokalet under klubben (Indgang fra Grenåvej)

Underviser:

David Hansen

Opstart:

13. september 2022 til april 2023

Tilmeld dig her

SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Duelighedsbevis for fritids- sejlere

Tag et duelighedsbevis for fritidssejlere i ungdomsskolen

Er du mellem 13 (7. klasse) og 18 år, og kunne du tænke dig at tage et duelighedsbevis, så du kan sejle lovligt og sikkert?

Så har ungdomsskolen et nyoprettet hold, hvor du kan lære alt om sejlads - både i teori og på vandet, og hvor du kan slutte af med at tage et duelighedsbevis for fritidssejlere. Selve beviset kommer til at koste cirka 1000 kr., mens undervisningen er gratis. Med beviset i hånden er de store have åbne for dig, og du kan sætte kursen mod fjerne kyster.

Til foråret skal vi ud og sejle med forskellige bådtyper fra Sejlsportscenteret. Undervisningen på holdet foregår som udgangspunkt på Sejlsportscenteret på Aarhus Ø torsdage fra 16.00-18.00 med opstart uge 44.

Tidspunkt:

Torsdag kl. 16.00-18.00

Undervisningssted:

Sejlsportscenteret

Underviser:

Kristine Møller Verner og Cecilie Madsen

Opstart:

Uge 44

[Tilmeld dig her](#)

SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Sejl og vandaktiviteter

Kom og prøv en række forskellige sejl- og vand-sportsaktiviteter

Der vil være mulighed for at prøve sig af i stand-up-paddling, SUP-polo, sejlads i små og store joller og både, sejlads på sit-on-top-kajakker og meget mere. Det hele kommer til at foregå i vandet omkring det nye sejlsportscenter på Aarhus Ø. Vi har alt udstyret (også våddragter i din størrelse) og adgang til de lækre omklædnings- og bade faciliteter på Sejlsportscenteret.

Tidspunkt:

Torsdag kl. 16.00-18.00.

Du får en sms med info inden hver gang og tilmelder dig fra gang til gang ved at svare på beskeden. Det er først-til-mølle.

Undervisningssted:

Sejlsportscenteret,
Esther Aggebos Gade 80A,
8000 Aarhus

Underviser:

Claus Olesen med flere

Opstartsdato:

Kører hele sommerhalvåret

[Tilmeld dig her](#)

SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Selvforsvar

På dette selvforsvarshold er hovedmålet at undervise i praktisk selvforsvar baseret på realistiske scenarier og effektive teknikker samt at styrke især selvtillid og indre kampånd.

Vi har fokus på, at børn og unge genkender, undgår og forhindrer uheldige situationer. Vi træner øget opmærksomhed på omgivelserne og lærer de unge at beskytte sig mod eksempelvis spark, greb, kvælning og våben. Vi lærer de unge at forhindre at blive væltet eller kastet ned på jorden. Vi lægger vægt på præcise men simple teknikker og hurtighed, hvilket øger muligheden for at den unge kan komme væk, råbe om hjælp og fortælle forældre, lærere, politiet om hændelserne.

Under træningen arbejder vi med kondi, styrke, udholdenhed og selvtillid, da det mentale er lige så vigtigt som det fysiske. Vi oplever et særligt godt fællesskab på vores hold, og de unge opbygger gode relationer til hinanden og har det sjovt, samtidig med at de tilegner sig tekniske færdigheder og viden om selvforsvar.

Tidspunkt:

Torsdag kl. 16.30-18.30

Undervisningssted:

Skovvangskolen/A45.

Underviser:

Rasmus Poulsen

Opstart:

Uge 36

[Tilmeld dig her](#)



SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Skateboarding

Holdet er både for øvede skatere og nybegyndere

Underviseren er Joachim Dahlgaard Larsen, men vi forestiller os også, at I lærer af hinanden. Joachim vil selvfølgelig vise de nye tricks og lære jer metoder til at udvikle jer på skateboardet. Vi har en ugentlig session i den indendørs hal på Aarhus Skatescene på Søren Nymarks Vej. Holdet tager også på hel-dagsture i weekender cirka fire gange i løbet af året.

Disse ture kunne eksempelvis gå til: Street Dome i Haderslev, Godsbanen i Aarhus, Friland på Djursland, Bowlen i Fredericia og mange andre steder.

Tidspunkt:

Du får sms med tidspunkter, når du er tilmeldt. Så kan du tilmelde dig de sessions/ture, du vil med på.

Undervisningssted:

Indendørs hal hos Aarhus Skatescene

Underviser:

Joachim Larsen

Opstart:

Uge 43

[Tilmeld dig her](#)



SPORT, BEVÆGELSE OG FRILUFTSLIV

Dykning

På ungdomsskolens dykkerhold får du mange sjove oplevelser, møder nye venner, og vi udfordrer os selv, både under og over vand

På holdet lærer du at dykke, og du kvalificerer dig til et Padi Open Water-certifikat, som du kan bruge i hele verden.

Kurset består af en del teori, en del i svømmehallen og en del i Aarhus Bugten. Du lærer at dykke sikkert. Teori-undervisningen foregår onsdage på Gammelgaardsskolen kl. 18.00-20.30. Tidspunkter for svømmehal og havdyk varierer. Du får en plan hurtigst muligt efter første undervisningsgang.

Hvis du skal have et dykkercertifikat, er der egenbetaling på 1100 kr. Det inkluderer: Padi-bevis og undervisningsmateriale.

Tidspunkt:
Onsdag kl. 18.00-20.30

Undervisningssted:
Gammelgaardsskolen

Underviser:
Hanne Christensen

Opstart:
Uge 36

[Tilmeld dig her](#)

