

# Torshus Folkehøgskule

---

Skoleåret 2012/2013

## Ta spranget!



**Torshus Folkehøgskule**

**7320 FANNREM**

**[www.torshus.com](http://www.torshus.com)**

**[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)**

**tlf 72 47 98 50**



**[www.facebook.com/torshus](http://www.facebook.com/torshus)**



# Om skolen

**Torshus ligger i hestebygda Orkdal med Trondheim en liten time med buss mot nord, storhavet i vest og Trollheimen i sør. Kommunesentret Orkanger er en sykkel-tur fra skolen og er det største i fylket utenom Trondheim. Skolen er en middels stor, frilynt folkehøgskole med 73 elev-plasser og jevn kjønnsfordeling.**



Vi har et lunt og trivelig tun med staller og rideanlegg et steinkast unna. Det er gangavstand til tettstedet Fannrem med butikker, pizzeria m.m. Avstanden til Trondheim er under 5 mil, og bussforbindelsene er gode.



Som på andre folkehøgskoler er skoleåret 33 uker langt. Det betyr at undervisninga er for-tetta. Her er internatet en læringsarena, det er både frivillige og obligatoriske aktiviteter på kveldstid, og det er vanlig med lørdags-undervisning. En gang i måneden er det langfri, enten ferie eller frihelg.



Orkanger er et regionsenter med et godt utvikla servicetilbud som kommunikasjon, butikker, sjukehus. Regionen har et aktivt hestemiljø, klatreklubber, trekkhundklubb, luftsportklubb, kunstforening, kor, dykkerklubb m.m.



**[www.torshus.com](http://www.torshus.com)**  
**[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)**  
**[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)**

# Et annerledes år...

**Vi inviterer deg til et eksamensfritt skoleår, 33 uker, som vil vare livet ut. Uansett hvilket linjefag du velger, vil du nok sitte igjen med erfaringer som er felles for alle: Du får venner for livet, du modnes i samspill med andre, og kan hende finne du i løpet av dette året ut hva du skal bruke resten av livet til.**

Kreative og dyktige medarbeidere står klare til et nytt skoleår, men mye vil også være opp til deg. Ta med deg dine ferdigheter, meninger, idéer og erfaringer i møtet med skolen og resten av elevflokket, og la året bli et samspill mellom ulike mennesker. Slik kan du være med å påvirke både undervisning og hverdagsliv på skolen.

Denne katalogen forteller deg litt om Torshus og hva du kan oppleve her. Men den må ikke bli lest som en fagplan. Her har vi ikke karakterer eller eksamen, så sjøl om noen planer må være lagt før skolen starter, har vi frihet til å gjøre noen endringer underveis. Vi veit lite om hvilke egenskaper og ressurser



du bringer med deg, og gode idéer kan dukke opp. Alle folkehøgskoleår er ulike...

Les katalogen, se på bildene og finn favorittlinja di. Vi har ikke søknadsfrist og du kan søke via heimesida vår. Men obs.: Vent ikke for lenge, det kan bli fullt på det tilbudet du ønsker. Har du spørsmål, er vi glade for å kunne hjelpe deg. Nøl ikke med å ta kontakt! Velkommen som søker!

**[www.torshus.com](http://www.torshus.com)**

**[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)**

**[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)**

# Linjefag og fellesfag

## Linjefag

er et interessefelt du har ekstra lyst til arbeide med gjennom heile året. Disse vil være en stor del av livet ditt på folkehøgskolen, og på de neste sidene får du litt informasjon om de ulike linjefaga.

## Fellesfag

kan være så mye. Dette er en tverrfaglig fellesarena uten den vanlige linjestrukturen, og rammene for tema er vide. Skolekoret er et fast innslag. Andre arbeidsfelt kan være elevkvelder, guttekveld/jentekveld, rockens historie, knuter og stikk, trim, julehurlumhei, samhandling, turer og ekskursjoner og samfunnsfaglige emner. Vi har også to prosjektuker i året. Den ene ender opp i familiekvelden, mens den andre er mindre definert.

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)

[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)

[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



# Hest- Riding

**Orkdal er ei bygd med solide hestetradisjoner. Mange hevder at norsk travsport vart til her.**

På hestelinja er det en fordel med noe hesteerfaring. Du vil få videregående opplæring i riding, både dressur og sprang, og på kjøresida vil du få innføring i tømmekjøring, dressur og presisjonskjøring på grunnleggende nivå. Det blir også praksisundervisning på områder som longering, løshopping, stretching og lignende.

Det blir teoriundervisning innafor emner som trening, foring og sjukdomslære, og i tillegg til egne krefter vil linja få besøk av flinke gjesteforelesere som veterinær, hovslager og equiterapeut. Sjøl om Torshus har en lang hestetradisjon, trekkes det stadig inn nye trender som sentrert riding og natural horsemanship.

Anlegget ligger et steinkast fra tunet og inneholder ridehall, stall til 23 hester, luftegårder, flombelyst ride-/kjørebane og rundpaddock. Det er mulig å ta med egen hest. Du vil få staltjeneste som en del av linjefaget.

Har du spørsmål om linja eller stallplasser, kontakt: [mmitte@online.no](mailto:mmitte@online.no) eller [hilde.metlie@hotmail.com](mailto:hilde.metlie@hotmail.com)

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)  
[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)  
[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



[Link til linjefaget på net](#)

# Hest- Kjøring og travsport

Orkdal er kalt norsk travsports vogge, og fremdeles klinger mange lokale navn godt i travsportinteressertes ører. Atle Solhus har vært sentral i undervisninga de tre siste åra.

Det er en fordel med noe hesteerfaring. Du vil få opplæring i travkjøring, tømmekjøring, dressur og presisjonskjøring, men også litt riding. Det blir praksisundervisning på områder som stretching og lignende teknikker.

Mye undervisning vil være felles med ridegruppa for eksempel innafor emner som trening, foring og sjukdomslære. I tillegg til egne krefter, vil linja få besøk av flinke gjesteforelesere som veterinær, hovslager og equiterapeut. Sjøl om Torshus har en lang hestetradisjon, trekkes det stadig inn nye trender slik som natural horsemanship. Kontakt med hesten er like viktig for travsportutøveren som for sprangrytteren.

Som elev på fordjupingsfag kjøring/travsport vil du bli godt kjent med travmiljøet i området. Det er mulig å ta med egen hest. Du vil få staltjeneste som en del av linjefaget.

Har du spørsmål om linja eller stallplasser, kontakt: [mmitte@online.no](mailto:mmitte@online.no) eller [hilde.metlie@hotmail.com](mailto:hilde.metlie@hotmail.com)

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)  
[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)  
[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



[Link til linjefaget på nett](#)

# Høgt og lågt

## Luftsport, dykking og friluftsliv

**Her er det fart og spenning for den som liker å tøye noen grenser. Du vil få tøffe utfordringer og unike opplevelser, som flyging ute i det frie luftrommet og dykking i ramsalt sjø.**

Paraglideropplæring og dykking er to hovedelement på denne linja. Den ene dagen kan det være du svever høyt under en blå himmel, den neste kan du fange krabbe og plukke kamskjell til et festbord. Vi starter fra grunnen av, og du får sjansen til å ta både paraglider- og dykkesertifikat. Alt er inkludert i linjekostnadene.

Andre friluftaktiviteter har også en plass på denne linja. Du får prøve klatring ute og inne, topptur høst og vinter, overnatting i lavvu, grottevandring m.m.. Og har vi sertifikat, ja så skal de også brukes i løpet av året!

Det kreves legeattest for dykkekurset.

Har du spørsmål om linja, treffer du lærer på epost:

[runefjellmann@hotmail.com](mailto:runefjellmann@hotmail.com)

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)

[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)

[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



**[Link til linjefaget på nett](#)**

# Foss og fjell!

## Elvekajakk, frikjøring, friluftsliv

**Linja for deg som liker å ha styringa sjøl og lage dine egne spor!**

Du lærer å mestre **elvekajakk** fra grunnen. Djupe juv og sterke stryk, men også rolig drift en solfylt dag. Men elva skal også brukes til aktiviteter som kanopadling og **juving**, ved og i elva, hengende i taug over fossen eller akende på rumpa ned ei naturlig sklie, vått og vilt!

Når hvite fjellsider roper etter de første sporra, velger vi fjellturer og **frikjøring** framfor heis og preparerte anlegg. Kunnskap om trygg ferdsel vil være inngangsbilletten til eventyrlige opplevelser på ski eller brett.

**Friluftsliv** og bygging av basiskunnskaper utendørs er viktig for å få mest mulig ut av året. Turglede og naturopplevelser står sentralt i de daglige aktivitetene, og ofte er aktivitetene kombinert med overnatting og friluftsliv.

Det beste er: Vi stiller ingen krav til erfaringsgrunnlag.

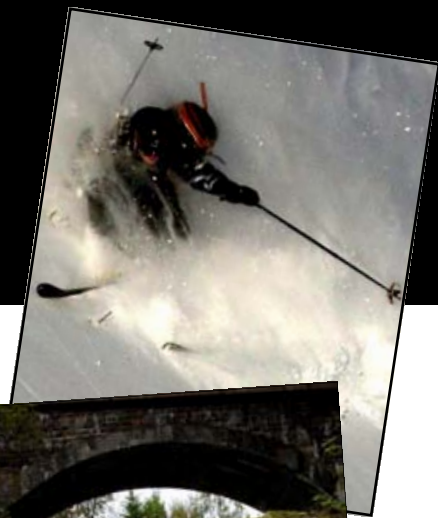
Har du spørsmål om linja, treffer du lærer på:

[runefjellmann@hotmail.com](mailto:runefjellmann@hotmail.com)

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)

[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)

[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



**[Link til linjefaget på nett](#)**

# Full fart ute!

Terrengriding, havkajakk og rafting, , m.m.

På denne linja får du prøve mange fartsfylte aktiviteter utendørs. Hovedelement er:

## Terrengriding med islandshest

Med tilgang på en islandsheststall like ved, får du grundig opplæring i skog- og fjellriding med spreke hester som forserer det meste av terrenng. Du får ligge framover hesteryggen mens hesten tar sats opp en bratt bakke, "fly" gjennom skogen... Du får også innblikk i stell av hest og utstyr og ei naturlig innføring i hest.

## Vannsport med rafting

Havkajakkopplæring på fjorden og etter hvert på storhavet ved Kjeungskjæret Fyr inkl. Våttkort. I Sjoa kan eleven ta guidekurs i rafting, (og sjansen til spennende sommerjobber seinere). Pris inkluderer guidekurs og egen tørrdrakt til odel og eie.

Med nærhet til **Vassfjellet og Oppdal** er **ski og brett i anlegg og på topptur** naturlige tema, sammen med **friluftsliv og allsidige uteaktiviteter**. Siste tur var surfekurs i Portugal...

Har du spørsmål om linja, kontakt:  
[trond.viggo.sund@torshus.com](mailto:trond.viggo.sund@torshus.com) eller  
[torkjel.solem@torshus.com](mailto:torkjel.solem@torshus.com)

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)

[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)

[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



**[Link til linjefaget på nett](#)**

# Helse- og sosialfag

**Linja for deg som er interessert i helse og livsstil og gjerne bruker litt tid på andre også.**

Denne linja er allsidig og praktisk retta mot yrkesvalg og vil gi deg god innsikt i helse- og sosialsektoren og ulike yrkesgrupper, også innfor alternative tanker og teknikker.

Du får delta i praktisk arbeid med barn, eldre og funksjonshemma mennesker. Vi har også samarbeid med ulike fagmiljø som barnehager, barnevern, helsetun, akupunktur, hudpleie, ruskollektiv, fengsel m.fl.

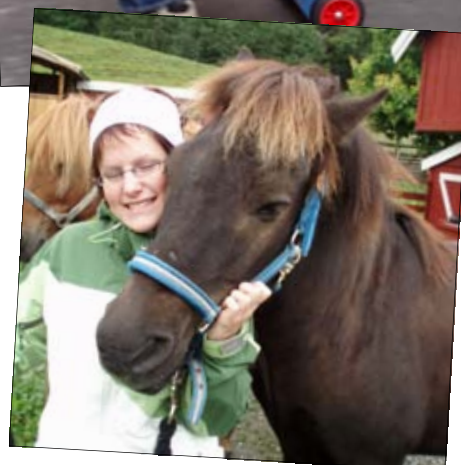
Du vil lære om grønn omsorg og ta del i turer og ekskursjoner i nærområdet og regionen.

Fysiske og sosiale aktiviteter er også en viktig del av tilbudet, både som en faglig del og for å skape trivsel og et godt miljø på linja.

Har du spørsmål om linja, treffer du lærer på epost:

[peinger@online.no](mailto:peinger@online.no)

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)  
[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)  
[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



**[Link til linjefaget på nett](#)**

# Kampsport / Brasiliansk Jiu Jitsu

**Linja for deg som liker å trene, for trenings skyld, for å lære selvforsvar eller for å få innføring i kampsport som idrett. Hovedvekt ligger på Brasiliansk Jiu Jitsu.**

Du vil trene bryting, kast, felling og grep for holding, låsing eller kveling stående eller liggende, men vi vil også trekke inn element av slag og spark fra andre kampsportgreiner som israelske Krav Maga, Tae Kwon Do og MMA. Det vil bli mulighet for gradering i kick-boksing og nært samarbeid med Muay Thai-linja.

Du vil utvikle styrke, smidighet, balanse og tekniske ferdigheter, men også kondisjon. For variasjonens skyld vil andre aktiviteter ute og inne bli brukt som del av grunntreninga. Det trengs ikke tidligere erfaring fra kampsport, men det er en fordel å være i allminnelig god form og ikke minst å være motivert for fysisk aktivitet.

Vi vil ha samarbeid med Trondheim BJJ, en av de største klubbene i landet, med mulighet for graderinger og konkurranse for den som har lyst. Målet er at alle skal være kvalifisert for gradering innafor BJJ i løpet av året.

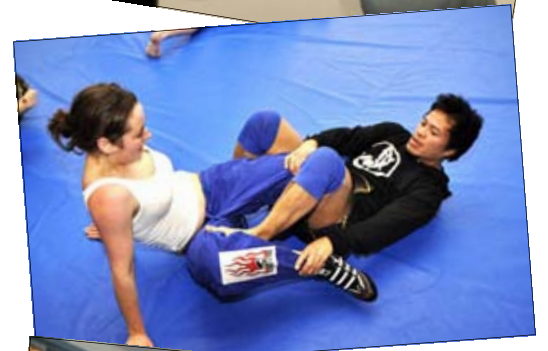
Har du spørsmål om linja, treffer du lærer på epost:

[shirstone@hotmail.com](mailto:shirstone@hotmail.com)

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)

[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)

[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



**[Link til linjefaget på nett](#)**

# Kampsport / Muay Thai

**Dette linjefaget gir deg mye trening både for reint fysisk å gi styrke og kondisjon, men også som grunnlag for kampsport. Her er hovedvekta lagt på thai-boksing som inneholder slag, spark avvæpningsteknikker m.m.**

For å få variasjon og allsidighet på linja, vil vi trekke inn element fra andre kampsportgreiner, særlig fra MMA, boksing, kick-boksing og brasiliansk jiu jitsu, men også noe fra bryting og gresk/romersk bryting evt. krav maga. Det vil bli mulighet for gradering i kick-boksing og nært samarbeid med BJJ-linja.

Du vil utvikle både styrke, smidighet, balanse og tekniske ferdigheter, men også kondisjon. Mye tid vil bli brukt direkte på kampsporttrening, men for variasjonens skyld vil andre aktiviteter ute og inne bli brukt som grunntrening. Det trengs ikke tidligere erfaring fra kampsport, men det er en fordel å være i allminnelig god form og å være motivert for fysisk aktivitet.

Vi vil samarbeide med MMA Trondheim der linjelærer, Thomas Formo, er daglig leder.

Har du spørsmål om linja, treffer du lærer på epost:

[shirstone@hotmail.com](mailto:shirstone@hotmail.com)

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)

[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)

[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



**[Link til linjefaget på nett](#)**

# With another Mother Tongue...

Studying abroad

**Even though you are not Norwegian lingual, you are welcome to apply our school.**

All classes are mainly taught in Norwegian, but most Norwegians speak fairly good English, both teachers and students alike. Our main topics tend towards practical education and physical activities, language is less of a problem than with mainly theory based education.

We do not teach Norwegian in classes, but by living and interacting with teachers and your fellow students 24-7, you will learn language the natural way. As the Folk High School is a boarding school, learning will continue in social settings after hours.

Questions? Email us at:  
[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)  
[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)  
[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



# Valgfag

Kan hende har du lyst på litt variasjon. Det kan være lurt innimellom å bryte opp linjedelinga for å prøve aktiviteter fra ei anna linje. Eller kanskje *du* har en god idé, eller en medelev er ekspert på sjonglering. Det kan til og med være både lærere og elever får lyst til å prøve noe ingen av oss har gjort før! Både på høsten og på våren vil du få valgfagperioder. Tilbudet varierer noe fra år til år, men fra de siste elevkulla kan vi nevne massasje og teatersminke, klatring, friluftsliv, formingsaktiviteter, ballspill og trim, en smak av hundekjøring og riding, alpint, telemark eller snøbrett, minikor og årbok.

I tillegg til valgfag gir internatet og heil-døgnskolen rike muligheter til kveldsaktivitet enten det er lærerstyrt gitarkurs eller elevstyrt spillturnering, trim eller lignende. Elevstuer, gymsal og formingsavdelinga er ofte i bruk langt utover kveldene...

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)

[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)

[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



# Skoleturer

Noen av linjene er mer ute på tur enn andre, men vi har også noen felles utflukter. Noen i nærmiljøet som en tilfeldig utflukt i vårsola, noen litt lengre unna som fellesturer til større alpinanlegg som for eksempel Oppdal. Noen turer er dagsturer, andre er med overnatting — ikke minst for å skape et fellesskap på tvers av linjene.

Ettersom folkehøgskolen er eksamensfri, må vi finne på noe anna fram mot våren. Da er det tid for en tur til utlandet for heile skolen:

## **Statsraad Lehmkuhl:**

Skoleturen med stor S er en felles tur over Nordsjøen med seglskuta Statsraad Lehmkuhl. Her får du også prøve deg som mannskap, og mange av elevene vil også gjerne prøve seg oppe i riggen som rager 48 meter over havet...

## **Linjetur:**

I tillegg til seglturen vil linjene arbeide fram mot sin egen stortur. Denne vil være styrt av faget på linja og elevtall. Det siste året har vi hatt surfing og muay thai i Portugal, hest i England, hjelpearbeid i Estland og dykking i Rødehavet, (Egypt).

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)

[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)

[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



# Å komme seg hit

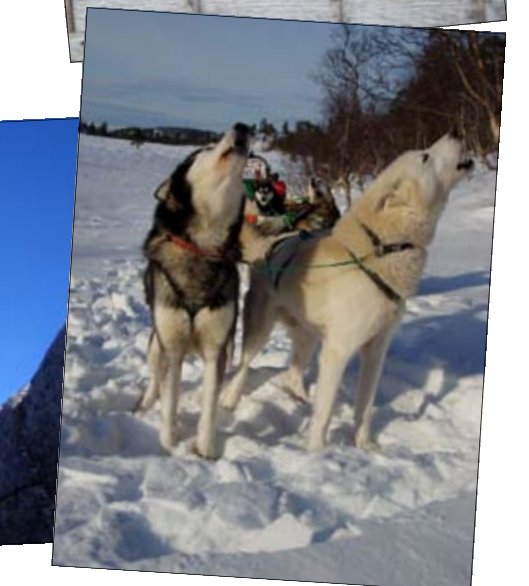
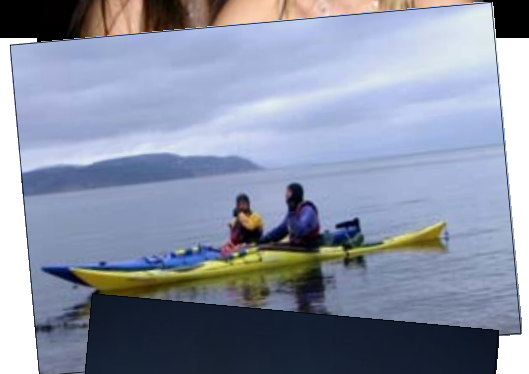
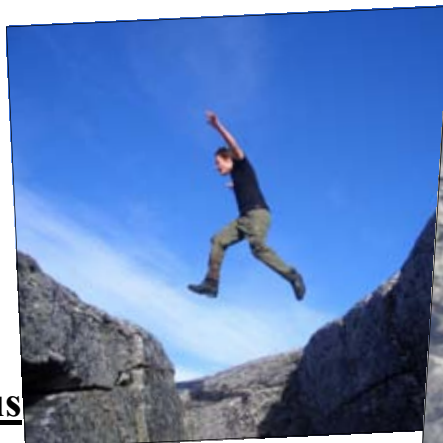
Med offentlig transport tar du fly til Trondheim lufthavn og flybussen til sentrum eller tog til Trondheim Sentralstasjon som også er bussterminal. Derfra går det busser til Orkdal.

Med bil sørfra tar du E6 til Berkåk der du tar til venstre mot Orkanger. Etter ei tid passerer du Storås, arena for Storåsfestivalen. Og før du passerer Fannrem, får du Torshus på venstre side av vegen, en liten time fra Berkåk.

Fra nord kjører du gjennom Trondheim på E6 til Klett der du kjører rett gjennom rundkjøringa og vestover mot Ålesund på E39. Du passerer Orkanger og Fannrem og tar etter kryssing av elva Orkla av til venstre mot Berkåk på riksveg 65. Etter 1,5km får du Torshus på høyre side.

**Torshus Folkehøgskule,  
7320FANNREM  
Inf.tlf 72 47 98 52  
Sentralbord 72 47 98 50**

**[www.torshus.com](http://www.torshus.com)  
[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)  
[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)**



# Praktiske opplysninger

## Søknad og søknadsfrist

Gå til nettsida vår, klikk på søknad og fyll ut skjemaet. Søknaden sender du elektronisk. Du kan også ta kontakt via telefon, epost eller brev. Vi har ikke søknadsfrist. Du kan søke når som helst, men vi begynner opptak av elever fra 1. februar. Vi prioriterer elever over 18 år, men du kan gjerne søke om du er yngre. Vi ønsker også best mulig balanse mellom gutter og jenter. Vi legger også fra-vær, orden og adferd fra tidligere skolegang til grunn i opptaksprosessen. På hest vil dokumentasjon på hesteerfaring være en del av vurderingsgrunnlaget.

Skoleåret starter sist i august 2012 og slutter mai 2013.

## Internatet

De fleste bor på dobbeltrom, men du kan søke om å få et av enkeltromma våre. Da bør du oppgi en god grunn til hvorfor akkurat du må ha det. Enkeltrom medfører en merkostnad for den som ønsker det.

Internatlivet byr både på muligheter og utfordringer. Her læres toleranse og konfliktløsning og å leve sammen med andre. Vennskap som oppstår her, kan vare livet ut, og du vil alltid finne noen når du har lyst på selskap.

[www.torshus.com](http://www.torshus.com)

[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)

[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)



# ...og litt til

Oppgaver som vasking av fellesareal, rydding av bomiljø og kjøkkenvakter er en del av skolen og går på omgang. Det dreier seg om å ta ansvar for seg selv, andre og omgivelsene, medelever og venner.

## Oppstart av hver enkelt linje

er sjølsagt avhengig av tilstrekkelig påmelding på denne.

## Spesialkost

Kjøkkenet vårt kan sørge for at den som har behov for det, får spesialkost. Dette vil medføre en merkostnad for eleven.



[www.torshus.com](http://www.torshus.com)

[torshus@torshus.com](mailto:torshus@torshus.com)

[www.facebook.com/torshus](https://www.facebook.com/torshus)

# Priser og sånt...

## Lån og stipend

Et år hos oss gir tilleggs poeng ved opptak til høyskole og universitet og kan finansieres gjennom Statens Lånekasse for Utdanning. Har du ikke behov for lån, bør du likevel søke stipend. Se ellers [www.lanekassen.no](http://www.lanekassen.no).

**Etter fullført skoleår vil 40% av fullt lån bli omgjort til stipend.**

## Totalprissystem

På Torshus har vi et tilnærma totalprissystem, dvs. at utgifter for aktiviteter i skolens regi og all kost og losji er dekt. Unntak er et tillegg for linjetur til utlandet avhengig av reisemål. Dette skal ikke overstige 5.000kr. Du vil ikke få overraskelser i form av andre tillegg. Ellers trenger du lommepenger og penger til heimreiser.

Etter opptaket bekreftes skoleplassen ved innbetaling av påmeldingsgebyr kr. 1400,-. Skolepenger blir betalt i terminer. Slutter du i skoleåret, må du betale 6 uker ut over sluttdato.

## Priser (ekskl. påmeldingsgebyr og linjeturtillegg)

Hestelinjene: 91.000kr

Høyt & Lavt: 91.000kr

Full Fart Ute: 90.000kr

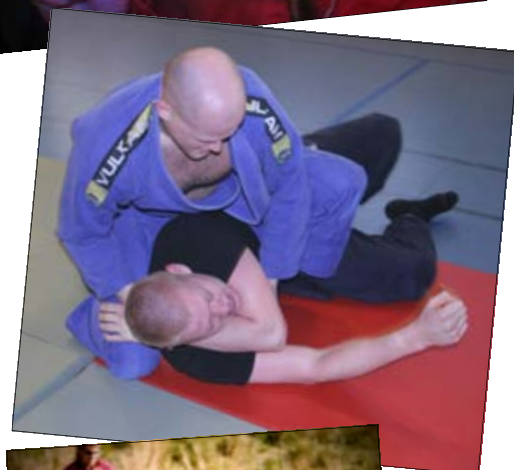
Kampsportlinjene: 85.000kr

Foss og Fjell: 91.000kr

Helse & Sosialfag: 83.000kr

Nøkkeldepositum: 800kr

Spørsmål om lån og priser?  
[else.furuli@torshus.com](mailto:else.furuli@torshus.com)



# Søknad

**Du søker ved å gå inn på  
[www.torshus.com](http://www.torshus.com) og klikk "søknad."**

**Du kan også skrive en papirsøknad, og den må da inneholde:**

- om du søker heilårskurs 2011/2012 eller halvårskurs,
- Navn, fødsels- og personnummer og statsborgerskap om anna enn norsk,
- full adresse, evt. sommeradresse,
- telefon, mobil, e-postadresse,
- navn og kontaktopplysninger på pårørende eller foresatte,
- tidligere utdanning,
- tidligere arbeidspraksis,
- organisasjonspraksis og fritidsinteresser,
- hvilke linjer du søker på i prioritert rekkefølge,
- om du ønsker enkeltrom, (søknad bør grunngis evt. med dokumentasjon, tilleggskostnad på kr 500/måned),
- om du kjenner noen du gjerne vil bo sammen med,
- legg gjerne med dokumentasjon på praksis (for eksempel rideerfaring), le-geerklæringer eller dokumentasjon på særlige behov osv.,
- dato og underskrift.

Papirsøknad sendes til Torshus Folkehøgskule, 7320 FANNREM.

