

Velkommen til bachelor i trening, ernæring og helse.

Fordypning helse- og treningsfysiolog, campus Bø

Velkommen som student på Universitetet i Sørøst-Norge. I dette brevet finner du viktig informasjon om ditt studium.

Vi gleder oss til å møte deg!



Hei!

Vi på bachelor i trening, ernæring og helse gleder oss til å møte deg og begynne studieåret 2026/2027 **mandag 10. august**.

Gjennom ulike bli-kjent-aktiviteter og faglige opplegg den første uka vil du bli kjent med medstudenter og foreleserne du vil møte i høstsemesteret. Allerede tirsdag 11. august starter vi den praktiske undervisningen med både faglig og sosialt innhold.

Onsdag 12. august blir det **bli-kjent-kick-off** med programmets linjeforening *Adrenalin*. Dette er en sosial happening med mye moro, bevegelsesglede og spenning. Her deltar studenter fra første-, andre- og tredjeåret, i tillegg til forelesere.

I løpet av studieåret blir det både teoretiske forelesninger og praktiske aktiviteter på ulike arenaer.

Mer utfyllende informasjon om timeplan og semesterstart blir gitt når vi møtes mandag 10. august. Detaljert timeplan kommer også i TimeEdit og Canvas før oppstarten.

Tips til forberedelse for studentlivet: sjekk ut [podcasten Trenerstudenten](#). Episode 1, 2 og 3 anbefales som en fin forberedelse til studiestart.

3. aug kl. 15.00: Informasjonsmøte med programansvarlig på Teams, logg deg på her:

<https://teams.microsoft.com/meet/357647089327476?p=jvq9iVIsQZE8DPIm2w>

For de som ønsker, så informerer vi her om studiestart og innhold, og det blir gitt mulighet til å stille spørsmål.

På [Studiestartssiden](#) finner du oppmøtetidspunkt og timeplan for studiestartsuka. Her kan du [bli kjent med campus Bø](#)

Utstyrliste for høstsemesteret

I forbindelse med deltakelse i praktisk undervisning må alle selv ha nødvendig personlig utstyr til undervisningen. Nedenfor følger en oversikt.

Innesko: til bruk i idrettshall

Joggesko/løpesko: til diverse aktiviteter ute

Badetøy: badedrakt/badeshorts til svømming og livredning i vann

Svømmebriller: til bruk i svømmeundervisning og egentrening i svømming

Treningsklær til aktiviteter inne og ute i all slags vær.

Sykkel: Det vil bli brukt sykkel både som transport og noen korte turer i forbindelse med undervisning.

Trenger du tilrettelegging? På Universitetet i Sørøst-Norge har vi et inkluderende læringsmiljø. Derfor legger vi så langt det er mulig til rette for at alle med funksjonsnedsettelse og særskilte behov skal lykkes med sine studier. Ta kontakt med din studieveileder eller se nettside:

[Tilrettelegging - Universitetet i Sørøst-Norge](#).

Trenger du studentbolig, eller har spørsmål om trening og andre velferdstilbud, gå til [ssn.no](#).

Hilsen fra programansvarlig



Jeg heter Eva Maria Støa og er programansvarlig for bachelor i trening, ernæring og helse ved campus Bø. Dere kommer til å møte meg mye, allerede fra studiestart og gjennom hele studiet.

Jeg tok selv utdanningen min her, og som mange andre ble jeg veldig glad i Bø og alle muligheter som finnes her – både faglig og sosialt. Etter over 20 år som ansatt ved USN gleder jeg meg like mye hvert år til å ta i mot nye studenter.

Har dere spørsmål, så er det bare å ta kontakt med meg.

E-post: eva.m.stoa@usn.no. Tlf: 35 95 27 32.



Ved spørsmål om gjennomføring av studiet kan dere også ta kontakt med studieveileder Christian Kjuus.

E-post: christian.kjuus@usn.no. Tlf: 35 95 29 87.

Velkommen til studentlivet på USN



Kort vei til foreleser

Åpen dør inn til foreleseren gjør at du lærer bedre og blir en mer engasjert student.



Mindre er bedre

Litt mindre campuser og litt mindre klasser gir litt lavere skuldre.



Nye læringsmetoder

Vi hjelper deg å lykkes med studiene gjennom praktiske læremetoder.



Klar for arbeidslivet

Vi forbereder deg på arbeidslivet og hjelper deg ut i jobb gjennom praksis, mentor-ordninger og internship.