

**Idræt HF C-niveau:**

Faget er et af de kunstneriske fag, som du skal vælge i mellem, før du starter på HF-uddannelsen

Du skal vælge idræt på C-niveau, hvis du senere skal kunne vælge Sundhedspakken. Faget ligger på 1. semester med eksamen til jul. Der er cirka 7 lektioner per uge. Det samme gælder for de andre kunstneriske fag.

**Idræt HF B-niveau – Sundhedspakken:**

Når du vælger Sundhedspakken, så får du Idræt på B-niveau som en del af pakken. Det betyder, at du får flere idrætstimer på skemaet på 2. år. Det er med masser af fysisk aktivitet, træning og idrætsteori i centrum.

