



Velkommen til reiseskolen!

Vil du utforske verden sammen med oss?

En reise for livet!

Skap ditt drømmeår på reiseskolen vår! Unik valgfrihet gjør at du kan sette sammen din kombinasjon av reiser, linjer og valgfag. Hos oss er det hele tre reiseperioder der du kan velge mellom reiser til Australia, Sørøst-Asia, Japan, Sør-Amerika, Afrika, Oman, Europa, Norge og Himalaya! Les mer om reisene på side 6-11.



Nærområdet

Flere av Norges beste skianlegg ligger i kjøreavstand fra skolen. Våre flotte omgivelser byr også på en rekke unike turmuligheter, enten det er topptur eller til havs. Med bil tar det ca 20 minutter fra skolen til sentrum av Ålesund, syv minutter til handelssenteret Moa Amfi og 30 minutter fra flyplassen Vigra. Busser passerer skolen jevnlig.



By + friluft

Skolen ligger litt utenfor byen Ålesund, og har både et av Norges største kjøpesenter og den storslåtte sunnmørsnaturen like ved. Her har du lett tilgang til alt fra et pulserende kulturliv til majestetisk natur!



Fellesskap

Vi har mange felles turer og prosjekt i løpet av skoleåret. Dette er med på å bygge et helt spesielt fellesskap, på tvers av linjefagene. Gjennom skoleåret arbeider vi for et sammensveiset skolemiljø slik at fellesturene og reiseperiodene blir en trygg og minnerik opplevelse.

Basert på livsglede skal året være en indre personlig reise, en sosial reise og en reise ut i det ukjente – ut i verden.

Mye å finne på!

Skolen har mange muligheter for aktiviteter. Ute har vi frisbeegolfbane, sandvolleybane, nærhet til kunstgress, og kanoer ved sjøen like ved. For innendørs aktivitet kan du benytte to idrettshaller med alt av utstyr, styrkerom, formingsrom, musikkrom og flere koselige fellesarealer.



Sjekk ut
oppdatert info



Her bor du

De fleste rommene er tilrettelagt for to personer og har gode senger, skrivebord, sofa, egen dusj og toalett. Du kan også søke om enerom dersom du har behov for dette. Fellesareal og aktivitetsrom kan brukes hele døgnet, blant annet kinorom, elevkjøkken hvor du kan oppbevare og lage enkel mat, og aktivitetsrom med biljard og bordtennis.

Innhold

4

Linjer
Stort utvalg

6

Reiser
Høstreisa

8

Reiser
Vinterreisa

10

Reiser
Vårreisa

12

Valgfag
Skreddersy skoleåret

14

Praktisk info
Årsplan

Våre linjer

På alle linjene velger du DINE drømmereiser i hele tre reiseperioder! Linjeprisen inkluderer opphold, fellesturer og linjeopplegg.

Helårslinjer



REIS Functional Fitness

Pris kr. 117 900,-

Denne linjen passer for alle og tilpasses ut ifra ditt nivå. Med fokus på utholdenhet, styrke, spenst, kraft, bevegelighet, balanse og koordinasjon, vil dette året gjøre deg sterkere fysisk og psykisk.



REIS Global Explorer

Pris kr. 117 900,-

Utforsk verden, lær om nye kulturer og forandre både ditt og andres liv gjennom engasjerende solidaritetsarbeid. Et spennende år med bærekraftige reiser og fokus på å være en ekte verdensborger.



REIS Multisport

Pris kr. 117 900,-

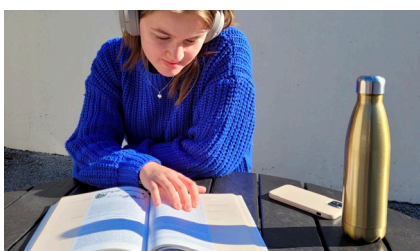
Bli med på et år fylt av råde idretts- og friluftsupplevelser! Her ligger alt til rette for å prøve mange forskjellige idretter og å oppleve Norges mest eventyrlige natur.



REIS Outdoor Adventure

Pris kr. 117 900,-

Oppdag en grenseløs verden UTE i fjellet og på sjøen, med den fantastiske naturen som Sunnmøre har å by på!



REIS Studieklar

Pris kr. 114 900,-

Fordyp deg i fag du vil forbedre, utforsk karrieremuligheter og bli forberedt på voksenlivet. Opplev et år med vekst og læring!

Les mer
om linjene



REIS Dykking Sjøsport

Pris kr. 126 400,-

Dykk ned i havet og opplev en helt ny verden. Her får du ta dykker-sertifikat og utforske fjorder, elver og vann både på og under vann!



REIS Kreativ

Pris kr. 120 900,-

Et kreativt, skapende og utforskende år med blant annet glassblåsing, leire og porselen.



REIS Musikal

Pris kr. 115 900,-

Dette er linja for deg som liker å synge, danse og spille teater. Sammen skal vi lage forestillinger og konserter. Vi vil også hente inspirasjon fra andre som er glad i musikkteater både her hjemme og ute i verden.



REIS Bo og Fritid

Pris kr. 123 900,- (inkl enkeltrom)

Et opplevelsesrikt år med mye mestring og nye utfordringer sammen med linja, og hele skolen! Linja for deg som vil lære å bli mer selvstendig, i et trygt fellesskap som heier deg frem.

Halvårslinjer

REIS Opplevelser – Høsten 2025

Pris fra kr. 58 950,-

Skreddersy et høstsemester med tilhørighet i en av linjene våre over, og velg i en mengde valgfag! Høsten inneholder de virkelig lange reisene (les mer om reisene på side 6–7).

REIS Opplevelser – Våren 2026

Pris fra kr. 58 950,-

Skreddersy et vårsemester med tilhørighet i en av linjene våre over, og velg i en mengde valgfag! Vårkurset inneholder hele to ulike reiseperioder; en på to uker og en på nær fire uker.

Høstreisa

De fem reisene på høsten varierer i lengde, og du kan velge mellom spennende utenlandsreiser, eller utforske storslått norsk natur og kultur.



ALTERNATIV 1

Østerrike - Italia - Slovenia

Lengde: 14 dager / Pris: kr. 19.000,-

En høstopplevelse av de sjeldne! Her venter unike steder, og vakker natur i høstfarger. Første del av reisen er en aktiv uke i Sør-Tyrol med de verdenskjente Dolomittene. Deretter går turen videre til en enestående oppdagelsesferd i Slovenia med menneskemøter, kultur og historie.



ALTERNATIV 2

Norge - Høstopplevelser

Lengde: 8 dager / Pris: kr. 4.500,-

Fyr opp nysgjerrigheten for det nære! I stedet for å dra langt denne første reiseperioden, inviterer vi deg til å utforske det nære. De to første ukene skal vi bli kjent med Norge gjennom kortere turer. Etterpå blir det tid til prosjekturer ved skolen.



ALTERNATIV 3

Spania

Lengde: 12 dager / Pris: kr 21 000,-

Bli med til Costa Blanca og opplev denne flotte delen av Spanias kyst! Her får du en god miks av opplevelser, med sol og varme, spennende mat, koselige byer, storbyliv og Spanias dyreliv. Etterpå blir det tid til prosjekturer ved skolen.



ALTERNATIV 4

Øst-Afrika: Rwanda, Uganda, Kenya og Tanzania

Lengde: 5 uker / Pris: kr. 35.000,-

Bli med på en uforglemmelig reise gjennom kulturelt mangfoldige destinasjoner i Øst-Afrika! Her får du oppleve autentiske møter med mennesker og kulturer gjennom vårt unike samarbeid med lokale arbeidspartnere i disse landene.



ALTERNATIV 5

Indonesia - Sørøst-Asia

Lengde: 5 uker / Pris: kr. 37.000,-

En eventyrlig tur på fem uker til Java, Bali, Lombok, Malaysia, Vietnam og Thailand. Kom tett på mennesker og natur, og prøv aktiviteter som vannsport, sykkeltur i jungelen og fjelltur til en vulkan! Her får du alt fra backpacking i Vietnam, togreise tvers over Java i Indonesia, til storbyer som Bangkok og Kuala Lumpur.



Året har gitt meg så utrolig mange nye opplevelser, nye venner og ny lærdom. Det jeg husker best fra året er møter med voksenopplæringa i Ålesund og møtet med landsbygda i Kenya.

RAGNE STORAUNE

Les mer
om reisene



Vinterreisa

På vinteren har vi en kortere reiseperiode der du kan velge mellom tre utenlandsreiser, eller oppleve vinterparadis i Norge.



ALTERNATIV 1

Vinterparadis

Lengde: 6 dager + 5 dager ved skolen/ Pris: kr. 4.000,-

Bli med på en skiuke i Norge, og få skikkelig fart på skisesongen! Her får du utforske fjellet på langrenn, fjellski eller på topptur, og nyte fellesskapet med afterski på hytta!



ALTERNATIV 2

Sør-Frankrike og Nord-Spania

Lengde: 11 dager / Pris: kr. 16.000,-

Bli med til vakre Baskerland og opplev en unik blanding av kultur og natur, fra de spektakulære fjellene i Pyreneene til de populære strendene i San Sebastián! På denne reisen får du utforske sjarmerende landsbyer og livlige tapasbarer. Kanskje kan en tur til San Juan de Gaztelugatxe, kjent fra «Game of Thrones», også friste?



Eg har fått gleden av å oppleve mykje nytt, gå ut av min egen komfortsone. Fått mykje nye minner og venner for livet.

ODIN AADLAND



ALTERNATIV 3

Vestlandet

Lengde: 7 dager og 4 dager ved skolen / Pris: kr. 6.000,-

Opplev vestlandets rike kulturliv! Vi reiser sørover og ender i Bergen – vestlandets hovedstad. Der vil vi besøke teater, konserter, kunstmuseer og utdanningsinstitusjoner. På tur/retur vil vi også besøke lokalt næringsliv og oppleve storslagne utsiktspunkt.



ALTERNATIV 4

Marokko

Lengde: 11 dager / Pris: kr. 20.000,-

Oppdag hjertet av Marokko med sin unike kultur, innholdsrike historie og storslåtte natur. Her får du prøve alt fra surfing langs kysten til fotturer i Atlasfjellene, og besøke mystiske Marrakech og moderne Casablanca. Med andre ord en reise i mangfold!



ALTERNATIV 5

Oman

Lengde: 12 dager / Pris: kr. 26.000,-

Oman er et fantastisk land med fjell over 3000 moh, dype canyons, sandstrender, ørken, og historie om Øst-Afrikas sultaner. Vi skal møte spennende mennesker, få natur- og kulturopplevelser utenom det vanlige og besøke historiske steder. Det blir også snorkling/dykking i krystallklart vann blant koraller og skilpadder.



Les mer
om reisene

Vårreisa

Denne reiseperioden inneholder alt fra skjulte skatter i Europa til fjerne reisemål som Japan og Australia.



ALTERNATIV 1

Europa Backpack

Lengde: 22 dager / Pris: kr. 27.000,-

En uforglemmelig backpackerreise gjennom ulike regioner i Europa. Gled deg til unike plasser, historiske og lærerike innblikk, kunst og kultur, aktiviteter, og ikke minst givende menneskemøter og nydelig mat. Vi forflytter oss hovedsakelig med tog og buss, noe som gir en ekstra dimensjon til hele turopplevelsen.



ALTERNATIV 2

Himalaya – India & Nepal

Lengde: 24 dager / Pris: kr. 30.000,-

Et eventyr til to av verdens mest spennende land! Dette er en reise fra Det indiske hav til hjertet av Himalaya. Opplev smakene, luktene, fargene og den helt enorme naturen disse landene har å by på. Her får du bli med på trekking til Annapurna Basecamp, en av verdens vakreste fotturer! Bli forandret og bidra til forandring gjennom våre lokale samarbeidspartnere og deres arbeid lokalt.



ALTERNATIV 3

Europa Light

Lengde: 12 dager / Pris: kr. 17.000,-

I tredje reiseperiode før påske inviterer vi til et opplegg der vi utnytter skoleanlegget og de kreative verkstedene våre, samt reiser på tur til den beste byen i Europa. «Beste byen» skal ha gode konsertopplevelser, gode utstillinger, spennende opplevelser og la seg løse innenfor budsjett.



ALTERNATIV 4

Sør-Amerika – Peru & Bolivia

Lengde: 24 dager / Pris: kr. 37.000,-

Peru og Bolivia er to av verdens mest mangfoldige land. Surf på stillehavsølger, gå på vandring i frodige Amazonas, og la pusten bli slått fra deg av naturen på 4000 moh i Andesfjellene! Opplev to ekstreme land som har formet de fantastiske menneskene som bor der.



ALTERNATIV 5

Australia

Lengde: 24 dager / Pris: kr. 48.000,-

Har du hatt en drøm om å dra til Australia? Bli med og opplev landet «Down Under» på en ekte og unik måte. Opplev menneskene, rød ørken, regnskog, dyrelivet, fjell, strand, bølger og bylivet i Sydney.



ALTERNATIV 6

Japan

Lengde: 24 dager / Pris: kr. 44.000,-

Bli med på en opplevelsesreise til øyriket Japan med sin unike og særegne kultur og spennende historie. I løpet av denne reiseperioden skal vi reise med lyntog gjennom store deler av hovedøya før vi beveger oss sørover mot vulkanøya Kyushu og den historiske byen Nagasaki.



ALTERNATIV 7

Studieprep

Pris: kr. 1.000,-

Denne valgperioden kan du bruke til å fordype deg i noe du kan ha nytte av senere i studentlivet, det være personlig økonomi, lese på førerkortteori, eller lage billig og god studentmat. Her får du lage din egen plan, som du får godkjent av inspektør. Det blir også satt av tid til opplevelser lokalt i området sammen med de andre som er på skolen denne perioden.



Les mer
om reisene

Skreddersy skoleåret

Valgfagene er din sjanse til å skape variasjon eller rendyrke mer av det du holder på med på linja. Her finner du noe for enhver smak, enten du har en drøm om å spille gitar, male, klatre, eller lage mat. Under finner du ulike tema der vi tilbyr flere spennende valgfag. Nye valgfag utvikles hvert år innen disse temaområdene.



TEMA

Friluftsliv

Ta turen til Sunnmøre med alpine tinder og snørike fjellsider, opplev dype og lange fjorder og ta turen til Norges flotteste skianlegg. Du vil bo i kort avstand til både fjell og fjord.



TEMA

Samfunn og tro

Dette er ulike valgfag med fokus på hverdagen din, samfunnet du lever i, og relasjonen med dine medmennesker. Vi reflekterer over dagsaktuelle temaer, øker vår forståelse for andre kulturer og gir deg også mulighet til å engasjere deg i lokalsamfunnet. Noen fag retter fokus på de store spørsmålene i livet, som: «hva ønsker jeg med mitt liv?» og «hva tror jeg egentlig på?»



TEMA

Foto og bildebehandling

Opplevelser skal dokumenteres og deles med venner. Løft dine bilder til et nytt nivå i det digitale mørkerom. Eller lær å bruk drone for å fange unike bilder.



TEMA

Idrett

Om du elsker idrett og trening har vi ypperlige valgfag for deg. Tren ekstra i din favorittgren eller prøv noe helt nytt. Finn gleden ved å være i aktivitet sammen med andre og lær å mestre noe du ikke kan fra før. Vi har en moderne hall som innbyr til mange forskjellige idrettsaktiviteter.



TEMA

Musikk

I de ulike valgfagene i musikk, vil vi inspirere deg til å uttrykke deg selv gjennom musikk. Om du ønsker å lære deg å spille et instrument, spille i band eller bruke stemmen din er disse timene for deg. Det finnes mange muligheter til å stå på scenen gjennom konserter på skolen og i byen vår.



TEMA

Mat og hjem

Bli med på en kulinarisk oppdagelsesreise! Vi reiser rundt om i verden ved å smake på ulik mat. Du kan også lære å lage enkel, billig og god studentmat eller Digg&Snacks til lørdagskvelden.



TEMA

Kunst og håndverk

Er du glad i å uttrykke deg kreativt? De ulike valgfagene innen kunst og håndverk lar deg bli kjent med ulike materialer og teknikker, og utfordrer deg til å sette egne spor. Her kan du velge mellom blant annet redesign, keramikk, glassblåsing og strikking.

En typisk årsplan

En typisk årsplan inneholder prosjekter og spesielle uker, linjefag- og valgfaguker, reiseperioder og ferier. I tillegg til det du kan lese i oppsettet vil det komme noen frihelger.

	Skoleuke	Sesong og tema
August	34	Åpningsdag 23.august
	35	Oppdag nærområdet
	36	Oppdag Sunnmøre - fellestur og mulighet for Slogen
	37	Oppdag Norge - vi reiser sørvestover eller til Nidaros
September	38	Valgfag og linjefag
	39	
	40	
	41	Høstferie
Oktober	42	HØSTREISA – 2-5 uker Afrika, Indonesia, Spania, Alpene eller høstopplevelser i Norge De som velger kortere reiseperioder i Høstreisa, blir med på ulike prosjekt på skolen og turer i Norge i denne perioden.
	43	
	44	
	45	
	46	
November	47	Musikal (fellesprosjekt)
	48	Foreldrehelg 29.november–01.desember
	49	Forestillinger og linjefag
Desember	50	Linjefag, turneringer og advent
	51	Juleavslutning
	52	Juleferie

- Høstreisa ● Vårreisa
- Vinterreisa / / / / / Ferie

	Skoleuke	Sesong og tema
Januar	1	Juleferie / / / / /
	2	Valgfag og linjefag
	3	
	4	
	5	
Februar	6	VINTERREISA – 2 uker Oman, Marokko, Baskerland, Vestland eller vinterparadis i Norge
	7	
	8	Vinterferie / / / / /
Mars	9	Valgfag og linjefag
	10	
	11	
	12	
	13	
April	14	Påskeferie / / / / /
	15	VÅRREISA – 3,5 uker Himalaya, Australia, Sør-Amerika, Europa, Japan eller Studieprep
16		
17		
18		
Mai	19	Deling fra reiser og avslutningsopplegg
	20	Avslutningsfestdag Kristi himmelfartsdag 14. mai

afhs.no

Få innblikk i den spennende hverdagen vår:

[#alesundfhs](#) [@alesundfhs](#)