

# NTN INSTRUKTØRKURS 1

## TROMSØ, 21. FEBR. 2020



NTN Instruktørkurs 1 er første trinn i instruktørkursstigen til National Taekwon-Do Norway. Dette kurset gir en grunnleggende forståelse av de ulike reglene i Taekwon-Do slik at man på sikt kan fungere som assisterende instruktør. Alle oppgavene til en assisterende instruktør blir gjennomgått i tillegg til ulike krav og forventninger til rollen. Grunnleggende informasjon rundt kosthold og antidoping blir gitt.

### **Kursets emner:**

1. Taekwon-Do etikette
2. Grunnprinsippene
3. Kosthold og antidoping
4. Rollen som assisterende instruktør
5. Konkurranseregler
6. Krav til gradering
7. Organisasjonens instruktørkurstilbud

**Hvem:** Alle kan delta. Du må ha kurset før du kan gå opp til 2. gup rødt belte (gjelder ikke utøvere under 12 år).

**Når:** fredag 21. februar 2020  
kl. 18:00 - 20:30

**Hvor:** Tromsøklubbens lokaler,  
Stakkevollveien 51

**Påmelding:** Gjøres via  
[kursportalen](#) innen 14. februar

**Utstyr:** skrivesaker (kurset er teoretisk, trenger ikke drakt)

**Pris:** kr. 300,- (kr. 150,- hvis du har tatt kurset tidligere)  
Betales ved oppmøte, kort eller Vipps.

**Kursholder:**  
Roy-Erling Karlsen, 4. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!

e-post:

[roy.erik@hotmail.com](mailto:roy.erik@hotmail.com)

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen  
Roy-Erling Karlsen