

# NTN INSTRUKTØRKURS 1

## BERGEN, 8. NOVEMBER 2024



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 instruktørkursstilbud

**Hvem:** Kurset er åpent for alle beltegrader. Aldersgrense 12 år. Du må ha kurset før du kan gå opp til gradering til 2. gup rødt belte.

**Når:** Fredag 8. november 2024  
kl 17:00 - 20:00

**Hvor:** Haukelandshallen, sal 3

**Påmelding:** Gjøres via [minidrett.no](http://minidrett.no) før fredag 1. november

**Utstyr:** Drakt og overtrekksdress el.l. Noe å notere med og på.

**Pris:** kr. 350,-  
(Halv pris hvis du har tatt kurset tidligere.)  
Betalning med Vipps ved oppmøte.

**Kursholder:**  
Marielle Lind, 5. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!  
e-post:

[marielle@btkd.no](mailto:marielle@btkd.no)

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen  
Marielle Lind