

# NTN INSTRUKTØRKURS 1

## KIRKENES, 11. NOV. 2019



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

**Når:** Mandag 11. november  
kl. 18:30 - 21:30

**Hvor:** Hesseng flerbrukssenter,  
Hessengveien 40, 9912 Hesseng

**Påmelding:** Gjøres via  
[kursportalen](#) innen 4. november

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

**Pris:** kr. 300,- betales ved oppmøte med Vipps

**Kursholder:**  
Kent-Tore Skagen



Noe du lurer på  
angående kurset?  
Ta kontakt!

e-post:  
[skagen@ntkd.no](mailto:skagen@ntkd.no)

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen  
Kent-Tore Skagen