

# NTN INSTRUKTØRKURS 1

## TRONDHEIM, 28. SEPT. 2018



Instruktørkurs 1 er første trinn i instruktørstigen 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:** Fredag 28. september kl. 18:00 - 21:00

**Hvor:** Trondheimsklubbens lokaler i Lade Sportsarena

**Påmelding:** Gjøres via [kursportalen](#) innen 28. sept.

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

**Pris:** kr. 300,-  
Betaling ved oppmøte. Kontant, kort eller VIPPS.

**Kursholder:**  
Gunnar Rugsveen, 4. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?  
Ta kontakt!  
e-post:  
[gunnar@ntkd.no](mailto:gunnar@ntkd.no)  
Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen  
Gunnar Rugsveen