

NTN INSTRUKTØRKURS 1

TRONDHEIM, 24. APRIL 2026



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. NTN's 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 24. april 2026
kl. 17:00 - 21:00

Hvor: Trondheim Taekwon-Do klubb, Lade Sportsarena

Påmelding: Gjøres via minidrett.no før fredag 17. april

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

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

Kursholder:
Gunnar Rugsveen, 6. Dan



Noe du lurer på
angående kurset?

Ta kontakt!
e-post:
gunnar@ntkd.no

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen
Gunnar Rugsveen