

# NTN INSTRUKTØRKURS 1

## OSLO, 7. MAI 2022



NTN Instruktorkurs 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:** Lørdag 7. mai  
kl. 09:00 - 12:00

**Hvor:** Bjørnsletta  
flerbrukshall, Åsjordet 5,  
0381 Oslo

**Påmelding:** Gjøres via [kursportalen](#) innen lørdag 30. april

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

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

**Kursholder:**  
Master Hallgeir Betele



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!  
e-post:  
[hbetele@gmail.com](mailto:hbetele@gmail.com)

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen  
Master Betele