

# NTN INSTRUKTØRKURS 2

## OSLO, 14. NOVEMBER 2020



NTN Instruktor kurs 2 er andre trinn i instruktørkursstigen til National Taekwon-Do Norway. Dette kurset gir en teoretisk innsikt i rollen som instruktør i NTN Taekwon-Do. Alle oppgavene til en instruktør blir gjennomgått i tillegg til ulike krav og forventninger til rollen.

### Kursets emner:

1. Idrettens verdigrunnlag og barneidrettsbestemmelser
2. NTN's instruktørkode
3. Treningsrammer for barn, ungdom og voksne
4. Treningsplanlegging og målsetningsarbeid
5. Idrettsskader
6. Grunnleggende anatomi, fysiologi og biomekanikk relatert til Taekwon-Do
7. Tilrettelegging mot funksjonsnedsatte utøvere

**Hvem:** Alle kan delta. Du må ha kurset før du kan gå opp til 1. gup -2 rødt belte (gjelder ikke utøvere under 12 år).

**Når:** Lørdag 14. november 2020 kl. 10.00 - 13.00

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

**Påmelding:** Gjøres via [kursportalen](#) innen 7. november

**Utstyr:** Kurset er teoretisk. Ta med skrivesaker.

**Pris:** kr. 400,-  
Klubbene faktureres etter kurset.

**Kursholder:**  
Lise Grønnesby, 4. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!

e-post:

[lise@ntkd.no](mailto:lise@ntkd.no)

Vel møtt!

Vennlig hilsen  
Lise Grønnesby