

# NTN INSTRUKTØRKURS 1

## ASKER, 6. MAI 2024



NTN Instruktor kurs 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:** 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:** Mandag 6. mai 2024  
kl 17:30 - 20:30

**Hvor:** Hagaløkka skole

**Påmelding:** Gjøres via [kursportalen](#) før kursstart

**Utstyr:** Noe å notere med og på.

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

**Kursholder:**  
Grand Master Garnæs, 9. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!  
e-post:

[masterpcg@mac.com](mailto:masterpcg@mac.com)

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen  
Grand Master  
Garnæs