

# NTN INSTRUKTØRKURS 1

## BERGEN, 19. NOV. 2021



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. 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 19. november kl. 18:00 - 20:00

**Hvor:** Haukelandshallen, sal 3, St.Olavsvei, 5052 Bergen

**Påmelding:** Gjøres via [kursportalen](#) innen 12. nov.

**Utstyr:** Overtreksdress el.l. og noe å notere med og på.

**Pris:** kr. 300,- betales til konto 3208.23.67798, merkes med deltakers navn og Instruktør1

**Kursholder:**  
Kjetil Lynn Castell, 5. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!  
e-post:  
[kjetil@btkd.no](mailto:kjetil@btkd.no)

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen  
Kjetil L. Castell