

# NTN INSTRUKTØRKURS 1

## PORSGRUNN, 10. FEBR. 2024



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:

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:

Lørdag 10. febr. kl. 09.30 - 12.30

### Hvor:

Porsgrunn Tae Kwon-Do klubb sine lokaler, Melkeveien 13B, 3919 Porsgrunn

### Påmelding:

Gjøres via [kursportalen](#) før 3. febr.

### Utstyr:

Penn og papir

### Pris:

kr. 350,-  
(Halv pris hvis du har tatt kurset tidligere.) Vipps #84408 eller faktura til klubb etter kurset.

### Kursholder:

Thomas Haugehåtteit, 4. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!

e-post:

[thomas.haugehatveit@sf-nett.no](mailto:thomas.haugehatveit@sf-nett.no)

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen  
Thomas  
Haugehåtteit