

# NTN INSTRUKTØRKURS 1

## OSLO, 8. JUNI 2023



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:** Torsdag 8. juni 2023  
kl. 18.00 - 21.00

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

**Påmelding:** Gjøres via [kursportalen](#)  
før torsdag 1. juni

**Utstyr:** Drakt og overtrekksdrakt  
el.l.

**Pris:** kr. 350,-  
(Halv pris hvis du har tatt kurset tidligere.)  
Faktura sendes klubbvis etter kurset.

**Kursholder:**  
Master Hallgeir Betele, 7. Dan



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