

# NTN INSTRUKTØRKURS 1

## DRAMMEN, 16. OKT. 2022



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:** Søndag 16. oktober  
kl. 12.00 - 15.00

**Hvor:** Strømsø skole

**Påmelding:** Gjøres via [kursportalen](#) innen søndag 9. oktober

**Utstyr:** Drakt og overtrekksdress el.l. Noe å notere med og på.

**Pris:** kr. 300,-  
Betalles med Vipps ved oppmøte.

**Kursholder:**  
Gunnar Eggesbø, 5. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!

e-post:

[gunnar@drammentkd.no](mailto:gunnar@drammentkd.no)

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen  
Gunnar Eggesbø