

NTN INSTRUKTØRKURS 1

FANA, 21. NOVEMBER 2025



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: Fredag 21. november 2025
kl. 17.30 - 21.30

Hvor: Fanatorget 3. etasje,
Aurdalslia 10, 5253 Sandsli

Påmelding: Gjøres via minidrett.no
før fredag 14. november.

Utstyr: Drakt og overtrekksdress/
genser el.l. Ta med noe å notere
med og på.

Pris: kr. 350,-
(Halv pris hvis du har tatt kurset
tidligere.)
Betalning med Vipps ved oppmøte,
tlf: 970 95 939

Kursholder: Cato Hoff, 4. Dan



Noe du lurer på
angående kurset?

Ta kontakt!
e-post:
cato.hoff@gmail.com

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen
Cato Hoff