

NTN INSTRUKTØRKURS 2

TRONDHEIM, 23. - 24. OKT. 2026



NTN Instruktørkurs 2 er andre trinn i instruktørkurs-stigen til National Taekwon-Do Norway. Dette kurset gir en teoretisk innsikt i rollen som instruktør i NTN Taekwon-Do. Alle oppgavene til en instruktør blir gjennomgått i tillegg til ulike krav og forventninger til rollen.

Kursets emner:

1. Grunnleggende elementer ved å være instruktør
2. Prosedyrer på trening og gradering
3. Trening av barn
4. Treningsplanlegging og målsettingsarbeid
5. Idrettsskader
6. Grunnleggende anatomi, fysiologi og biomekanikk relatert til Taekwon-Do
7. Tilrettelegging mot funksjonsnedsatte utøvere
8. Idrettens verdigrunnlag og barneidrettsbestemmelser

Hvem:

Kurset er for alle beltegrader, aldersgrense 12 år. Du må ha kurset før du kan gå opp til 1. gup -2 rødt belte.

Når:

Fredag 23. oktober kl 18.00 - 20.00 og lørdag 24. oktober kl. 09.00 - 15.00

Hvor:

Trondheim Taekwon-Do klubb,
Lade Sportsarena

Påmelding:

Gjøres via minidrett.no før 16. okt.

Utstyr:

Drakt, belte og overtrekk el.l. sparringsutstyr, skrivesaker. Husk vannflaske, og mat til lunsj lørdag.

Pris:

kr. 750,- (halv pris hvis du har tatt kurset tidligere). Faktura sendes til klubbene i etterkant av kurset.

Kursholder:

Gunnar Rugsveen, 6. Dan



Noe du lurer på
angående
kurset?

Ta kontakt!

e-post:
gunnar@ntkd.no

Vel møtt!