

# NTN INSTRUKTØRKURS 2

## OSLO, 10. MAI 2025



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:

Lørdag 10. mai 2025 kl. 10.00 - 16.00

### Hvor:

Bjørnsletta flerbrukshall,  
Åsjordet 5, 0381 Oslo

### Påmelding:

Gjøres via [minidrett.no](http://minidrett.no) før 3. mai

### Utstyr:

Drakt, belte og overtrekk el.l. og skrivesaker.  
Husk mat og drikke til lunsj.

### Pris:

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

### Kursholder:

Arne Martin Vik, 4. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!

e-post:

[arne@ctkd.no](mailto:arne@ctkd.no)

Vel møtt!

Vennlig hilsen