

NTN GRUNNKURS

JESSHEIM, 21. NOV. 2016



Hvem: Alle kan delta og dette kurset er obligatorisk før man kan gå opp til 2. gup rødt belte.

Hvor: Jessheim Is og Flerbrukshall, møterom 2.etg.

Når: Mandag 21. november kl. 18:00 - 21:00

Utstyr: Skrivesaker

Påmelding: via utdanningsportalen innen 14. november

Pris: kr. 300,- betales ved oppmøte

Kursholder: Roy Rolstad, 5. Dan

Kursets emner:

1. Taekwon-Do etikette
2. Grunnprinsippene
3. Helse og kosthold
4. Hjelpeinstruktørrollen
5. Konkurranseregler
6. Krav til graderinger
7. NTN's instruktørkursstige

Dette første kurset i NTN's kursstige skal gi en grunnleggende innføring i Taekwon-Do. Det tar for seg Taekwon-Do etikette, bakgrunn, årsak og konkrete etiketteregler. Videre blir Grunnprinsippene forklart, et kapittel tar for seg helse og kosthold og man får en innføring i rollen som hjelpeinstruktør. Kurset inneholder også konkurranseregler og krav til graderinger og til sist en forklaring av NTN's kursstige.

Dette kurset MÅ du ha før du kan søke om gradering til 2. gup, rødt belte.

Det stilles ingen krav til alder eller grad for å kunne delta på dette kurset.



Noe du lurer på angående kurset?

Ta kontakt!

e-post: rolstad@ntkd.no

Vel møtt på kurs!

Mvh

Roy Rolstad