

NTN INSTRUKTØRKURS 1

ÅLESUND, 4. OKTOBER 2025



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: 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: Lørdag 4. oktober 2025
kl 10:00 - 14:00

Hvor: Larsgårdshallen, Speilsalen,
Larsgårdsringen 12, 6009 Ålesund

Påmelding: Gjøres via
minidrett.no før lørdag 27. sept.

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

Pris: kr. 350,-
(Halv pris hvis du har tatt kurset tidligere.)
Betalning med Vipps #515806 ved påmelding.

Kursholder:
Vidar Haram Vestnes, 4. Dan



Noe du lurer på
angående kurset?

Ta kontakt!
e-post:
vidar.vestnes@aatkd.no

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen
Vidar Haram
Vestnes