

# NTN INSTRUKTØRKURS 2

## TROMSØ, 27. NOV. 2021



NTN Instruktor kurs 2 er andre trinn i instruktørkursstigen 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. Idrettens verdigrunnlag og barneidretts-bestemmelser
2. NTN's instruktørkode
3. Treningsrammer for barn, ungdom og voksne
4. Treningsplanlegging og målsettingsarbeid
5. Idrettsskader
6. Grunnleggende anatomi, fysiologi og biomekanikk relatert til Taekwon-Do
7. Tilrettelegging mot funksjonsnedsatte utøvere

**Hvem:** Alle kan delta. Du må ha kurset før du kan gå opp til 1. gup -2 rødt belte (gjelder ikke utøvere under 12 år).

**Når:** Lørdag 27. november kl. 10.00 - 16.00

**Hvor:** Tromsø Taekwon-Do klubbs lokaler, Stakkevollv. 51, 9010 Tromsø

**Påmelding:** Gjøres via [kursportalen](#) innen 20. nov.

**Utstyr:** Ta med drakt, belte og overtrekksdress el.l. Skrivsaker. Husk mat og drikke.

**Pris:** kr. 400,-  
Betales med kort ved oppmøte.

**Kursholder:**  
Peter Kvig, 5. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!

e-post:  
[peterkvig@gmail.com](mailto:peterkvig@gmail.com)

Vel møtt!

Vennlig hilsen  
Peter Kvig