

NTN INSTRUKTØRKURS 2

ÅLESUND, 23.-24. OKT. 2026



NTN Instruktørkurs 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. 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. okt. kl 18.00 - 21.00 og
lørdag 24. okt. kl. 09.00 - 14.00

Hvor:

Larsgården idrettspark - Speilsalen
6009 Ålesund

Påmelding:

Gjøres via minidrett.no før 16. okt.

Utstyr:

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

Pris:

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

Kursholder:

Solveig Haukebø, 3. Dan-2



Noe du lurer på
angående kurset?

Ta kontakt!

e-post:
[solveighaukebo@
outlook.com](mailto:solveighaukebo@outlook.com)

Vel møtt!