

# NTN INSTRUKTØRKURS 3

## TROMSØ, 27. OKTOBER 2019



Instruktørkurs 3 er tredje trinn i instruktørkursstigen til National Taekwon-Do Norway. Dette kurset gir en praktisk innsikt i rollen som instruktør i NTN Taekwon-Do. Alle oppgavene til en instruktør blir gjennomgått i praksis. Hvordan instruktøren skal utøve rollen i treningssalen blir gjennomgått «fra a til å» etter gjeldende rammer og regler satt av Norges Idrettsforbund, Norges Kampsportforbund og National Taekwon-Do Norway.

### Kursets emner:

1. Innholdet i en Taekwon-Do trening
2. Pedagogiske virkemidler som trener
3. Innlæringsmetoder for teknikk
4. Styrke-, hurtighet-, utholdenhet-, bevegelighet- og koordinasjonstrening relatert til Taekwon-Do
5. Øvelsesutvalg, leker og aktiviteter relatert til Taekwon-Do

**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:** Søndag 27. oktober 2019 kl. 10.00 - 16.00

**Hvor:** Tromsøklubbens lokaler

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

**Utstyr:** Ta med drakt, belte og overtrekksdress. Skrivesaker. Husk matpakke til lunsj og vannflaske.

**Pris:** kr. 400,-  
Kursavgift betales til Tromsø Taekwon-Do klubb, kontonummer 4750.15.18618.og merkes med «Kurs, Navn - Parti/Klubb»

**Kursholder:**  
Peter Kvig, 4. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?  
Ta kontakt!  
e-post: [kvig@ntkd.no](mailto:kvig@ntkd.no)

Velkommen!

Vennlig hilsen  
Peter Kvig