

# NTN INSTRUKTØRKURS 2

## BERGEN, 20. SEPTEMBER 2025



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:

Lørdag 20. sept. 2025 kl. 09.00 - 17.00

### Hvor:

Haukelandshallen, sal 3  
St. Olavs vei 50, Bergen

### Påmelding:

Gjøres via [minidrett.no](https://minidrett.no) før 13. sept.

### Utstyr:

Dobok, sparringsutstyr, skrivesaker, vannflaske og matpakke

### Pris:

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

### Kursholder:

Kjetil Lynn Castell, 6. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!

e-post:  
[kjetil@btkd.no](mailto:kjetil@btkd.no)

Vel møtt!

Vennlig hilsen  
Kjetil Lynn Castell