

# NTN INSTRUKTØRKURS 3

## KRISTIANSAND, 9. NOV. 2025



NTN 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. Pedagogiske virkemidler som instruktør
2. Innlæringsmetoder for teknikk
3. Styrke-, hurtighet-, utholdenhet-, bevegelse- og koordinasjonstrening relatert til Taekwon-Do
4. Øvelsesutvalg, leker og aktiviteter relatert til Taekwon-Do
5. Treningsplanlegging

#### 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:

Søndag 9. nov. 2025 kl. 09.00 - 17.00

#### Hvor:

Havlimyrhallen,  
Havliveien 8, 4634 Kristiansand

#### Påmelding:

Gjøres i [minidrett.no](http://minidrett.no) før 2. nov

#### Utstyr:

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

**Pris:** kr. 750,- (halv pris dersom du har tatt kurset tidligere). Faktura sendes til klubbene etter kurset.

#### Kursholder:

Arne Martin Vik, 4. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!  
e-post:

[arne.m.vik@gmail.com](mailto:arne.m.vik@gmail.com)

Velkommen!

Vennlig hilsen  
Arne Martin Vik