

# NTN INSTRUKTØRKURS 6 SELVFORSVAR BÆRUM, 28. - 29. JAN. 2023



NTN Instruktørkurs 6 er sjette trinn i instruktørkursstigen til National Taekwon-Do Norway. Dette kurset gir instruktørene dypere forståelse av Taekwon-Do som selvforsvarsgren og gir økt kompetanse til å undervise ungdom og voksne.

## Kursets emner:

1. Tony Blauers Spear system (taktikk)
2. ITF Radix (mønster)
3. Kniv
4. Stokk
5. Selvforsvarssparring
6. Flere motstandere

**Hvem:** Kurset er for blå-, rød- og sortbelter, minimum alder 15 år. Du må ha kurset før du kan gå opp til 3. Dan.

### Når:

Lør 28. januar kl. 10.00 - 17.00  
Søn 29. januar kl. 10.00 - 16.00  
Oppmøte for registrering  
lørdag kl. 09.30

**Hvor:** Bærum Taekwon-Do,  
Rykkinnhallen, Leirduev. 73,  
1349 Rykkinn

**Påmelding:** Gjøres via [kursportalen](#) innen 21. januar.

**Utstyr:** Do-bok og overtrekk, sparringsutstyr, treningskniv, stokk (ca. 60 cm), skrivesaker, mat + drikke.

**Pris:** kr. 1 650,- (har du tatt kurset tidligere er prisen kr. 825,-)  
Betales før oppmøte med Vipps til Roy Rolstad 92446356

**Kursholder:**  
Roy Rolstad, 6. Dan



Noe du lurer på  
angående kurset?

Ta kontakt!

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

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen  
Roy Rolstad