

NTN INSTRUKTØRKURS 6

SELVFORSVAR

TROMSØ, 14. - 15. MARS 2026



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 14. mars kl. 10.00 - 17.00
Søn 15. mars kl. 10.00 - 16.00
Oppmøte for registrering
lørdag kl. 09.30

Hvor: Tromsø Taekwon-Do klubb,
Stakkevollvegen 51,
9010 Tromsø

Påmelding: Gjøres via minidrett.no
før lørdag 7. mars.

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

Vel møtt på kurs!

Vennlig hilsen
Roy Rolstad