

**SØKNADSSKJEMA FOR  
GRADERING TIL  
SORT BELTE**



## SØKNADSRIST 1. APRIL

SØKNADSSKJEMA FYLLES UT NØYAKTIG MED BLOKKBOKSTAVER OG SENDES GRADERINGSKOMITEEN I NORGES KICKBOXINGFORBUND. SØKER ER SELV ANSVARLIG FOR Å TA KONTAKT MED KOMITEENS LEDER HVIS SVAR PÅ SØKNAD IKKE ER GITT INNEN 30. APRIL.

JEG SØKER MED DETTE OM OPPTAK TIL SORTBELTE-GRADERING I NORGES KICKBOXINGFORBUND.

### PERSONLIGE DATA

NAVN \_\_\_\_\_

ADRESSE \_\_\_\_\_

TELEFON \_\_\_\_\_

MAIL \_\_\_\_\_

KLUBB \_\_\_\_\_

FØDT \_\_\_\_\_

HØYDE \_\_\_\_\_

VEKT \_\_\_\_\_

## ELEVGRADERINGER/FARTSTID

	STED	DATO/ÅR	GRADERINGSDOMMER
9. ELEVGRAD	_____		
8. ELEVGRAD	_____		
7. ELEVGRAD	_____		
6. ELEVGRAD	_____		
5. ELEVGRAD	_____		
4. ELEVGRAD	_____		
3. ELEVGRAD	_____		
2. ELEVGRAD	_____		
1. ELEVGRAD	_____		

HVOR MANGE ÅR HAR DU VÆRT MEDLEM AV NKBF? \_\_\_\_\_

HAR DU VÆRT MEDLEM AV ANDRE KICKBOXINGFORBUND? \_\_\_\_\_

HVIS JA, HVILKE OG NÅR? \_\_\_\_\_



## DOMMER

HVILKEN DOMMERLISENS HAR DU? \_\_\_\_\_

HVILKE STEVNER HAR DU DØMT PÅ?

STEVNETYPE

STED

DATO/ÅR

---

---

---

---

NEVN MINIMUM ETT STEVNE DU HAR STÅTT SOM HOVEDARRANGØR FOR:

---

---

---

---

## TRENERROLLEN

DU HAR FUNGERT SOM TRENER I KLUBBEN. HVOR LENGE? HVA SLAGS TRENING? HVA LEGGER DU VEKT PÅ SOM TRENER?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

HAR DU FUNGERT SOM SEKUNDANT? NÅR/HVOR OG FOR HVEM? HVA SYNES DU ER VIKTIG Å LEGGE VEKT PÅ SOM SEKUNDANT?

---

---

---

---

---

---

---

---

## MERITTER I KICKBOXING

RANGER DEN BESTE PRESTASJONEN SOM NR. 1, DEN NEST BESTE SOM NR. 2 OSV.

### FULLKONTAKT

STEVNE/STED/DATO/ÅR

MOTSTANDER

KLUBB

RESULTAT

---

---

---

---

---

---

### SEMIKONTAKT

STEVNE/STED/DATO/ÅR

MOTSTANDER

KLUBB

RESULTAT

---

---

---

---

---

---

**LETTKONTAKT**

STEVNE/STED/DATO/ÅR

MOTSTANDER

KLUBB

RESULTAT

---

---

---

---

---

---

**MUSICAL FORMS**

STEVNE/STED/DATO/ÅR

MOTSTANDER

KLUBB

RESULTAT

---

---

---

---

---

---

HAR DU EVT. TRENT/KONKURRERT I ANDRE KAMPSPORTER?

---

---

---

---

FORTELL LITT OM DITT IDRETTSLIV [IKKE KAMPSPORT]

---

---

---

---

---

---

---

---

## **VEIEN VIDERE**

HVA ER DINE HÅP OG MÅLSETTINGER FOR KICKBOXING?

---

---

---

---

---

---

---

HVORDAN HAR DU TRENT DET SISTE ÅRET?

---

---

---

---

---

---

---

HVORDAN VIL DU NÅ TRENE OG FORBEREDE DEG MED HENSYN TIL SORT BELTE SOM MÅL?

---

---

---

---

---

---

---

---

**SORT BELTE ER MER ENN BARE EN GRADERING. DET INNEBÆRER OGSÅ FORPLIKTELSER.**

**VED Å INNEHA SORT BELTE I NKBF, VIL DU VÆRE ET FORBILDE FOR ANDRE KICKBOXERE. DU MÅ DERFOR FØRE ET LIV I OG UTENFOR KICKBOXING-MILJØET SOM IKKE SKADER IDRETTENS GODE NAVN OG RYKTE. EKSTREM NEGATIV LIVSFØRSEL KAN MEDFØRE EKSKLUDERING AV SORT BELTE.**

MERK AT DU MÅ HA LEGEATTEST SOM ER MINDRE ENN EN (1) MÅNED GAMMEL. SORTBELTE-GRADERING I NKBF ER EN MEGET HARD FYSISK OG PSYKISK PÅKJENNING. SØRG DERFOR FOR Å VÆRE I EKSTREMT GOD FORM. VED MINSTE SYKDOMS- ELLER TRETTHETSTEGN MÅ DU STÅ OVER GRADERINGEN.

---

STED

DATO/ÅR

---

KANDIDATENS UNDERSKRIFT

---

KLUBBLEDERES UNDERSKRIFT

KLUBBLEDER SKAL SJEKKE OG GÅ GOD FOR AT ALLE OPPLYSNINGENE ER KORREKTE.