



jcr-taekwondo.de

jcr rüsselsheim - taekwon workout - body fitness - fitness - Breitensport



Abteilung Taekwondo Rüsselsheim JCR e.V. – Trainingsangebote - Weitere Infos auf: www.jcr-taekwondo.de

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
17:00 - 17:30		Eichgrundschule Rüsselsheim Kinderanfängertraining bis gelb-grün, 7 Kup 6 - 10 Jahre Alexander Berres / Kemal Ünaldi / Jill Goeres		Parkschule Rüsselsheim Kinder Fortgeschrittene ab Gelb, 8 Kup Sang-Tae Güclü / Alexander Berres		
17:30 - 18:00						
18:00 - 18:30			Großsporthalle Halle 1 Rüsselsheim Kinder Fortgeschritten ab Grün, 6 Kup Martin Junker / Patric Kraft	Parkschule Rüsselsheim Workout Anja Kraft / Kerstin Koch / Jill Goeres / Markus Seemann	Goetheschule Rüsselsheim Poomsae Kinder / Erwachsene Sara Güclü / Alexander Berres Kyorugi Kinder / Erwachsene Dukagjin Metaj / Sang Can Güclü	
18:30 - 19:00						
19:00 - 19:30	Großsporthalle Halle 1 Rüsselsheim Taekwondo Workout Sara G. / Kerstin K. / Markus S. / Anja K. / und Jill G.	Eichgrundschule Rüsselsheim Kinderanfängertraining bis gelb-grün, 7 Kup ab 10 Jahre Familientraining Eltern/Kind Alexander Berres / Kemal Ünaldi				
19:30 - 20:00						
20:00 - 20:30	Großsporthalle Halle 1 Rüsselsheim Gürteltraining Erwachsene Markus S. und Marie		Großsporthalle Halle 1 Rüsselsheim Kyorugi Kinder / Erwachsene Dukagjin Metaj	Parkschule Rüsselsheim Breitensporttraining Taekwondo Markus K. / Marie Dreher / Jill Goeres		
20:30 - 21:00						
21:00 - 21:30						
21:30 - 22:00						