



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 Familientraining Eltern/Kind bis gelb-grün, 7 Kup 6 - 10 Jahre Alexander Berres / Kemal Ünalı / Jill Goeres | | | |
| 17:30 - 18:00 | | | | | |
| 18:00 - 18:30 | | | Großsporthalle Halle 1 Rüsselsheim Kinder Fortschritten ab Gelb, 6 Kup Martin Junker / Patric Kraft | | Goetheschule Rüsselsheim Poomsae Kinder / Erwachsene Sara Güclü / Alexander Berres Kyorugi Kinder / Erwachsene Dukagjin Metaj / Sang Can Güclü |
| 18:30 - 19:00 | | Eichgrundschule Rüsselsheim Kinderanfängertraining Familientraining Eltern/Kind bis gelb-grün, 7 Kup ab 10 Jahre Alexander Berres / Kemal Ünalı | | | |
| 19:00 - 19:30 | Großsporthalle Halle 1 Rüsselsheim Taekwondo Workout Sara G. / Kerstin K. / Markus S. / Anja K. / und Jill G. | | | Parkschule Rüsselsheim Workout Anja Kraft / Kerstin Koch / Jill Goeres / Markus Seemann | |
| 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 | | | | | |