

# jcr-taekwondo.de

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



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Großsporthalle</b> Evreuxring 31	<b>Eichgrundschule</b> Eichgrund 26	<b>Großsporthalle</b> Evreuxring 31	<b>Parkschule</b> Frankfurter Str.54	<b>Goetheschule</b> Berliner Pl. 23
<b>19:00 – 20:00</b> Taekwon-Workout	<b>17:00 – 18:30</b> Gürteltraining Bis Grüngurt Kinder bis 10J Familientraining	<b>18:00 – 20:00</b> Gürteltraining Ab Grüngurt Kinder bis 16J	<b>17:00 – 19:00</b> Gürteltraining Bis Grüngurt Kinder bis 10J	<b>18:00 - 20:00</b> Kyorugi (Kampf) Poomsae (Form) Erwachsene Kinder Fortgeschritten Anfänger
<b>20:00 – 22:00</b> Gürteltraining Erwachsene	<b>18:30 – 20:00</b> Gürteltraining Bis Grüngurt Kinder ab 10J Familientraining	<b>20:00 – 22:00</b> Kyorugi (Kampf) Erwachsene	<b>19:00 – 20:00</b> Fitness	
			<b>20:00 – 22:00</b> Breitensport	

