

Trainingszeiten

Int. Taekwondo Musado Alsdorf

Sporthallen des Kultur- und Bildungszentrums (KuBiz) - Alsdorf - Konrad-Adenauer-Allee 1-3, 52477 Alsdorf

Gültig ab dem 01. April 2025

Wochentag	Uhrzeit	Sporthalle A	Uhrzeit	Sporthalle B
Montag	16:30 - 17:30	Kinder Tigergruppe (3 bis 5 Jahre)	16:30 - 17:30	Kinder Drachengruppe (5 bis 7 Jahre)
	17:45 - 19:00	Taekwondo Familientraining	17:45 - 19:00	Taekwondo Familientraining (Anfänger)
	19:00 - 20:45	Taekwondo Fortgeschrittene / Erwachsene	19:00 - 20:30	Hapkido / Hankido / Selbstverteidigung
Dienstag	16:30 - 19:00	Taekwondo Zweikampf- und Formentraining		Keine Nutzung
	19:00 - 21:30	Fitness mit Spaß - Mobility X Calisthenix und Taekwondo Prüfungsvorbereitung		
Mittwoch	16:30 - 18:30	Taekwondo Zweikampf- und Formentraining		Keine Nutzung
	18:30 - 20:00	Hapkido / Hankido / Selbstverteidigung		
Donnerstag	16:30 - 17:30	Kinder Tigergruppe (3 bis 5 Jahre)	16:30 - 17:30	Kinder Drachengruppe (5 bis 7 Jahre)
	17:45 - 19:00	Taekwondo Familientraining	17:45 - 19:00	Taekwondo Familientraining (Anfänger)
	19:00 - 20:45	Taekwondo Fortgeschrittene / Erwachsene	19:00 - 20:30	Nachbesprechung Trainerteam / Assistenten Aufteilung Halle A für die Turniervorbereitung
Freitag	18:00 - 20:00	Taekwondo Zweikampf- und Formentraining		Keine Nutzung
Samstag	14:00 - 16:00	Fitness mit Spaß - Mobility X Calisthenix und Taekwondo Prüfungsvorbereitung	14:15 - 16:15	Faszien und Mobility
	16:00 - 19:30	Prüfungsvorbereitung Rot-Schwarzgurte und Individualtraining Individualtraining (sofern Trainer verfügbar)	16:30 - 18:00	Kinder- und Jugend-Prüfungsvorbereitung Nutzung nach Absprache mit Meister Sadettin

An gesetzlichen Feiertagen findet kein Training statt.

Trainingszeiten in den Schulferien werden vor Beginn der Ferien

im Training, auf unserer Homepage, Facebookseite und in der Klubraum-App bekannt gegeben.

Änderungen oder Absagen von Trainingseinheiten durch unvorhergesehene Situationen vorbehalten!