Trainingszeiten des HAN KOOK Hückelhoven e.V.

Wochentag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Uhrzeit /Halle	Ratheim Wallstr.	Hückelhoven Gymnasium	Ratheim Grundschule Im Weidengrund		Ratheim Grundschule Im Weidengrund	Ratheim Grundschule Im Weidengrund
13:00 -15:00 Uhr und 17:00 - 18:00 Uhr		17:00 - 18:00 Uhr MASTER Class, "Bewegt ÄLTER werden mit Taekwondo" Senioren Fitness				Poomsae-Wettkampf und Prüfungsvorbereitung
18:00 - 19:00 (20:00) Uhr	Hapkido 18:00 - 19:00 Uhr Kinder; 19:00 - 20:00 Uhr Jugendll. Erwachsene	Kinder / Jugendliche - Anfänger 10.- 7.Kup Wettkampforientiertes Training Vollkontakt / Grundschule 18:00 - 19:00 Uhr	Taekwondo/Hapkido/ Alle 18:00 -19:00 Uhr		Kinder / Jugendliche - Anfänger 10.- 7.Kup Traditionelles Training TKD / HKD 18:00 - 19:00 Uhr	
19:00 - 20:30 Uhr		FIT & SICHER Fitnesstraining und Selbstverteidigung ab 40 M u. W 19:00 - 20:00 Uhr	Taekwondo-Fitnesstraining / Alle 19:00 - 20:30 Uhr		Taekwondo *Fortgeschrittene* ab 6. Kup Taekwondo wettkampforientiertes Training Formen / Grundschule 19:00 - 20:30 Uhr	