

Ferienprogramm Osterferien

Di 30.03. WingZun-KungFu - Selbstverteidigung

Von 9 - 11.30 Uhr im Pfarrheim. Ihr solltet zw. 7 und 11 Jahren sein und Sportbekleidung tragen (nach Möglichkeit schwarze Hose und weißes T-Shirt)
Unkostenbeitrag 5€.

Kursbeschreibung: WingZun-Selbstverteidigung

Kleine und große KungFu – Kämpfer/-innen aufgepasst!

Ein unvergessenes Abenteuererlebnis aus dem fernen China erwartet Euch. Wir eignen uns zusammen mit einem professionellen Kampfkunstlehrer der **KungFu-Schule Lichtenfels** wichtige Grundlagen des WingZun-KungFu an. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Hervorgegangen aus den Shaolin-Klöstern, über Jahrhunderte streng geheim gehalten und nur von Meistern an ausgesuchte Schüler weitergegeben, ist dieses Selbstverteidigungssystem erst seit geraumer Zeit in Deutschland für die Öffentlichkeit zugänglich.

Im Kursverlauf üben wir realistische Selbstverteidigungstechniken gegen die verschiedensten Angriffe und Belästigungen. WingZun optimiert die Körperstatik, die Koordination und vermittelt ein neues und bewusster wahrzunehmendes Körpergefühl. Bei den fließenden Bewegungen dieser Kunst kann neue Energie aufgetankt und Freude an der Perfektionierung der Bewegung gefunden werden.

Anmeldung im Haus des Gastes Gößweinstein. Nähere Infos erhaltet Ihr bei Tanja Rost (09242/9156)