

Kung Fu Schule Martin Sewer



Sinn und Zweck

Bei uns wird original Hung Gar Kung Fu gelehrt, das dem südlichen Shaolin-Kloster zugesprochen wird, dem nicht kommerziellen, traditionellen Teil der Shaolin-Kampfkunst. In einer Mischung aus Ruhe und Entschlossenheit, Entschleunigung und blitzartiger Schnelligkeit sind die Bewegungen entstanden, die bei uns heute noch gelehrt werden: Fusstritte, Faustschläge, Grifftechniken, die eher symbolische Anwendung typischer Shaolin-Waffen und vieles mehr.

Wir bieten neben verschiedensten Kursen ein vielseitiges Jahresprogramm mit Seminaren und Workshops. Highlights, wie das traditionelle Pfingstlager, die dreimal jährlich stattfindenden Prüfungen und das Shaolin Masters Turnier, an dem die Schüler ihr Können unter Beweis stellen, sind begehrt. Gemeinsames Erleben fördert den Zusammenhalt der Hung Gar Kung Fu-Gemeinde, die sich über die ganze Schweiz und die ganze Welt erstreckt.

Für wen ist Hung Gar Kung Fu? Für fast jeden. Kinder entwickeln wichtige Charaktereigenschaften, die sie im täglichen Leben stärker machen. Körperliches Training gibt gutes Körpergefühl, sie lernen, sich durchzusetzen, bleiben fit und gesund. Jugendliche/Erwachsene können in jedem Alter anfangen, ohne Vorkenntnisse. Kraft, Kondition, Beweglichkeit werden gestärkt. Disziplin, Respekt, Kontrolle, Mut, Aufmerksamkeit werden gefördert. Diese Werte gehören seit ihrer Entstehung zur traditionellen Kampfkunst und haben für ein erfülltes Leben nie an Wert verloren. Interesse an einer Probelektion?



GEGRÜNDET

1993

PRÄSIDENT

Martin Sewer

KONTAKT

0848 78 88 87

info@shaolin.ch

www.shaolin.ch