

Chinesisches Kampfkunsttraining für Frauen + Transidente

Ein Workshop 18. – 20. Juni 2010

In Nördlichem Shaolin Gung Fu

Mit Sifu Michelle Dwyer

Das Nördliche Shaolin Gung Fu wurde vor 1400 im nördlichen China entwickelt und lässt sich bis zu den berühmten Shaolin Tempel zurückverfolgen. Kennzeichen dieser Kampfkunst sind große fließende Bewegungen, hohe und gesprungene Tritte, die in Formen solo oder mit einer Partnerin geübt werden.

Training an diesem Wochenende:

Freitag 18. Juni 18:30 – 21:30 Uhr:

Waffenlose Form # 4 (mit Vorkenntnissen)

Samstag 19. Juni 10:00 – 14:00 Uhr

Basis Training für Frauen mit und ohne Vorkenntnisse
Tritte, Handtechniken, Partnerinnenübungen/form

Samstag 20. Juni 14:30 – 18:00 Uhr

Waffenlose Form # 4 (mit Vorkenntnissen)

Sonntag 21. Juni 10:00 – 14:00 Uhr

Waffenform (Schwertform Fortsetzung vom letzten Jahr)

Sonntag 21. Juni 14:30 – 16:30 Uhr

Waffenlose Form # 4 (mit Vorkenntnissen)



Sifu Michelle Dwyer studierte Nördliches Shaolin Gung Fu bei Jack Man Wong und der Jing Mo Athletic Association, USA in San Francisco, California. Sie unterrichtet Tai Chi, Gung Fu, Hsing Yi, Chi Gung und verschiedene Waffenformen seit über 20 Jahren an der Westküste der USA und in Europa.

Termin: 18. - 20. Juni 2010

Ort: 18. Juni 2010 Ort Aula Freie Schule Marburg

19 + 20. Juni 2010 Turnhalle der Elisabeth-Schule (Leopold-Lucas-Straße)

Kosten: 100,- € für alle Trainings (90,- € bei Vereinsmitgliedschaft)

70,- € für Sa + So (10 – 14:00 Uhr) (60,- € bei Vereinsmitgliedschaft)

40,- € für nur Samstag 10:00 – 14:00 bzw. nur Sonntag 10:00 - 14:00 Uhr
(35,- € bei Vereinsmitgliedschaft)

Anmeldung bei:

WENDO Marburg e.V.- Bahnhofstr. 31A- 35037 Marburg - Tel: 06421 – 8891609
info@wendo-marburg.de – www.wendo-marburg.de