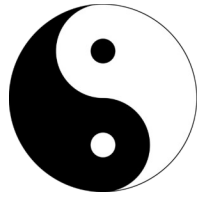


KUNG-FU



VO-DAO-VIETNAM

Begründer: Grossmeister Chu-Tan-Cuong



In der GS Hermann Sachse

Was kann man lernen?

- Selbstverteidigung
- Wettkampfsport
- Waffentechniken (Bo-Stab, Schwert, Kurzstock)
- Kung-Fu-Akrobatik
- Atemtechnik (u.a. zum Abbau von Stress)

Kung Fu „Vo-Dao-Vietnam“ dient zur Steigerung der Kondition, Koordination, Konzentration und der Willensstärke des Schülers. Durch Übungen für Kraft, Dehnung, Atemtechnik, Akrobatik und Spiele wird dies ermöglicht. Ein **kostenloses Probetraining** bekommt man:

**Mittwoch von 14:30 – 15:30 Uhr
in der Turnhalle**

Weitere Informationen unter Tel.: 0172 / 3640403 (Meister Stefan Ritzerfeld)
oder

WWW.VO-DAO-VIETNAM.DE