

Starker Wille, Geduld und Ausdauer

Der Begriff Kung Fu bezeichnet eine schier unüberschaubare Vielzahl von Kampfkunstsystemen, die vor Jahrhunderten in China zum Zweck der Selbstverteidigung und Körperertüchtigung entwickelt wurden.

Kung Fu bedeutet wörtlich übersetzt so viel wie „harte Arbeit“ – eine passende Beschreibung für das, was es braucht, um eine chinesische Kampfkunst ernsthaft zu erlernen. In China ist „Gongfu“ keine Bezeichnung ausschließlich für Kampfkünste, sondern eine Bezeichnung für eine Fähigkeit, die man durch harte Anstrengung erarbeitet hat. Dies

kann sich auf Kampfkünste, aber auch auf jede beliebige andere erlernte Fähigkeit beziehen. Der Weg des Kung Fu-Trainings verlangt von dem Ausübenden einen starken Willen, Geduld, Ausdauer, Durchhaltevermögen

und Selbstdisziplin. Es gibt viele verschiedene Kung Fu-Stile, einer davon ist das Seven Star Mantis Kung Fu, ein Extrakt aus den gefährlichsten Kampfstilen des legendären Shaolin Kung Fu. Alle Techniken dieses

Stils sind logisch aufeinander abgestimmt und systematisch miteinander verbunden. Das Seven Star Mantis Kung Fu ist in erster Linie eine realistische und keine reglementierte, d.h. entschärfte Form der Selbstverteidigung. Dies ist einer der grundlegenden Unterschiede zu den meisten konventionellen Kampfsportarten.

SIFU MEINERT

Kung Fu ist weder Sport noch Kampfsport – denn Sport beinhaltet stets Reglementierungen.

Schulen, die authentisches Kung Fu anbieten können, sind in Deutschland auch heute noch schwer zu finden, eine davon ist der Ver-

ein Kung Fu-Münster e.V., eine international anerkannte Schule für Traditionelles Kung Fu. Leiter der Schule ist Sifu Michael Meinert, der das Kung Fu 1986 nach Münster brachte und hier als erster unterrichtete. Sifu **Großmeister Dr. Lee Kam Wing**, der auf eine über 20-jährige Unterrichtserfahrung blicken kann, hat schon tausende von Schülern im Kung Fu unterwiesen – und das mit Erfolg: Seine Schüler freuen sich über zahlreiche Aus-

zeichnungen und Erfolge bei nationalen und internationalen Meisterschaften. Einige sind offizielle Deutsche Meister, Europameister und Weltmeister in verschiedenen Kung Fu-Disziplinen. Auf der Deutschen Meisterschaft im Traditionellen Kung Fu im vergangenen Jahr war die münstersche Schule mit acht Goldmedaillen vertreten – und damit eine der erfolgreichsten Schulen landesweit.



Kung Fu ist harte Arbeit: Das wissen die Schüler von Sifu Meinert.

KUNG FU

Kampf-System

Realistische Selbstverteidigung

Ökonomische Techniken

Kurze direkte Wege

Gleichzeitigkeit von Abwehr und Angriff

Kein starres Block-Konter-System!

Eigensicherung

Hoher mobiler Kampfstand

Natürlich angepasste Techniken

Taktiler gefühlsmäßiges Kämpfen

Konzept

Kampf auf allen 5 Distanzen

Waffentraining

Traditionelle Ausbildung



Jetzt neue Anfängerkurse!

Ermäßigte Beiträge für Schüler und Studenten!

Kung Fu & Tai Chi – Schule Münster
Adolph-Kolping-Schule (Sporthalle)
Kaiser-Wilhelm-Ring 1

Info: Telefon 0251 – 27 14 46

Mobil 01 77-271 44 60

info@kung-fu-muenster.de

www.kung-fu-muenster.de

Kung Fu – Münster e.V.

GUTSCHEIN
IM WERT VON 50.- €
Bei Anmeldung bis zum 16.02.07



Unverbindliches Probetraining:

Erwachsene

Di: 18.00-20.00 Uhr

Mi: 20.00-22.00 Uhr

Sa: 16.00-18.00 Uhr

Kinder

Mo: 15.00-16.30 Uhr

Do: 15.00-16.30 Uhr

Fr: 15.00-16.30 Uhr

Offizielle Repräsentation:

DEUTSCHER SEVEN STAR MANTIS KUNG FU VERBAND (DSKV)
LEE KAM WING MARTIAL ART ASSOCIATION (Hong Kong)

KUNG FU



YouTube
! DSKV - Trailer!
www.sevenstarmantis.de

Seven Star Mantis Kung Fu

Tai Chi Chuan

Qi Gong



Kung Fu - Münster e.V.



Unterrichtsinhalte:

Basistechniken

Reflex- und Reaktionsschulung

Partnertraining

Kraft- und Koordinationsübungen

Kampfformen

Verteidigung gegen bewaffnete Angreifer

Konzentrations- und Entspannungsübungen

Psychologische & juristische Schulung

(Notwehrrecht)

Atemtechniken (Qi Gong)

Waffentraining

Freikampf

Sanda

