

Kung Fu pre deti

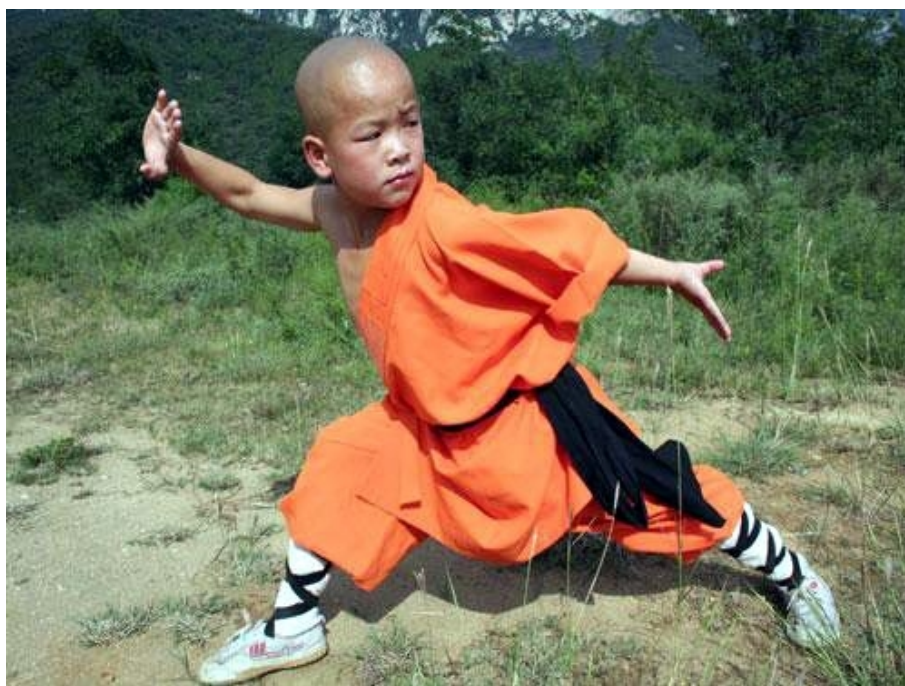
(od 7 do 14 rokov)

začíname 6.februára

výuka v
angličtine a slovenčine



pondelok
14.45 - 15.45
streda
15.00 - 16.00



Cvičenie Hung Gar Kung Fu pod vedením majstra
José Luis Serru, držiteľa 6° tuanu Wu Shu
Majstra Európy z roku 1986
Centrum voľného času Bratislava Staré Mesto
Štefánikova 35



Informácie v CVČ alebo:

www.wutai.sk

0907745042

wutai@wutai.sk

Čo je kung fu?

Termín "Kung Fu" doslovne znamená "prácu" a "spôsob" a označuje sa tým každá činnosť, pri ktorej je možné dosiahnuť stupeň majstrovstva. Avšak, v Číne ako aj ostatnom svete sa používa najmä v čínskych bojových umeniach ako činnosť, ktorá vyžaduje tvrdú a pravidelnú prácu.

Ešte v nedávnej minulosti bola výučba kung fu ako bojového umenia ostatnému svetu neprístupná. Až od sedemdesiatych rokov minulého storočia, čiastočne vďaka kinu, popularita kung fu vzrástla a niektorí učitelia postupne sprístupňovali toto učenie záujemcom aby sa tak mohli zoznámiť s týmto pokladom čínskej kultúry.

V Číne je uznávaných viac ako 300 štýlov, niektoré sú viac ako tisíc rokov staré. Pohyby sú často inšpirované pohybmi zvierat, ako **tiger**, **žeriav**, **had** a **panter**, ako aj inými mýtickými zvieratami ako je **drak** alebo **jednorožec**. Pravidelné cvičenie kung fu má pozoruhodné účinky na zdravie a je to tiež vynikajúci spôsob sebaobrany. Jeho výučba u detí podporuje disciplínu, úctu k druhým, lojalitu, priateľstvo a zdravé sebavedomie.

V našom centre je výučba kung fu vedená majstrom **José Luis Serrom** zo Španielska, držiteľom **6. danu vo Wu Shu**. Majster José Luis Serra získal veľké množstvo ocenení na národných i medzinárodných šampionátoch; ako napríklad zlatú medailu na prvých **majstrovstvách Európy Wu Shu (Kung Fu)** v Bruseli (Belgicko v roku 1986). Jeho detskí aj dospelí študenti získali viaceré zlaté medaily na majstrovstvách Katalánska a Španielska.

Začnite cvičiť kung fu pod vedením profesionálneho majstra, José Luis Serru, majstra Európy, učiteľa a trénera s viac ako 25 ročnými skúsenosťami.

