

Kung Fu pre deti

Od 7 do 12 rokov

Nábor
9.9. 16.9. 23.9. 30.9.
od 16,00 do 17,30



pondelok a streda

16,00 - 17,00

(Začiatovníci)

16,30 - 18,00

(Pokročilí)



Cvičenie Hung Gar Kung Fu pod vedením majstra
José Luis Serru, držiteľa 6° tuanu Wu Shu
Majstra Európy z roku 1986

Wutai Centrum,
Zelinárska 4, Bratislava, Ružinov

Informácie a prihlášky:

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 medaily na majstrovstvách Katalánska, Španielska, Slovenska a sveta.

Začnite cvičiť kung fu pod vedením profesionálneho majstra, José Luis Serru, majstra Európy, učiteľa a trénera s viac ako 30 ročnými skúsenosťami.

