

文武

WenWu

Wushu Sommercamp in Thale

vom 02. bis 08. August 2021

Gruppentraining ♦ Grillabende ♦ Erholung ♦
♦ Stock- und Säbel-/Schwertkampf ♦ individual Training ♦



Für alle WenWu Mitglieder, die uns im Lockdown unterstützt haben,
ist das komplette Seminar kostenfrei!

Unterrichtsgebühr: 55€ pro Einzeltag / 300,-€ Komplettpreis

INFO & ANMELDUNG Email: anja.paul@wenwu.de / Mobil: 0176 8303 5758

www.wenwu.de

文武

WenWu

Wushu Sommercamp in Thale vom 02. bis 08. August 2021

Euch erwartet ein energetisches und zugleich erholsames Trainingserlebnis.
Ihr gestaltet das Programm: Individuelle Themenwünsche werden berücksichtigt.

Für Einsteiger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Wir heißen Euch herzlich willkommen!

Unterrichtsinhalte



◆ Grundübungen im Umgang mit Kurz- und Langwaffen ◆ Stock-, Säbel/ Schwertkampf

◆ Taiji Übungen zur Qi Kultivierung ◆ Anwendung und Selbstverteidigung

◆ Shaolin Gongfu Training zur Kräftigung ◆ Meditation & Qigong Übungen zur Vitalisierung





WenWu

Wushu Sommercamp in Thale vom 02. bis 08. August 2021

PROGRAMM

Nach einem offenem Morgenprogramm an der frischen Luft kann gemeinsam im Gasthof Königsruhe gefrühstückt werden.

Im Anschluss beginnt das zweistündige Vormittagsprogramm. Das Training findet an ausgewählten Orten im freien und bei schlechtem Wetter im Trainingsraum statt.

Das Mittagessen kann gemeinsam oder per Selbstverpflegung organisiert werden. Nach einer kleinen Mittagsruhe folgt im Anschluss ein ebenfalls zweistündiges Nachmittagsprogramm.

Die Abende können mit gemeinsamen Grillen oder anderen Aktivitäten gestaltet werden.



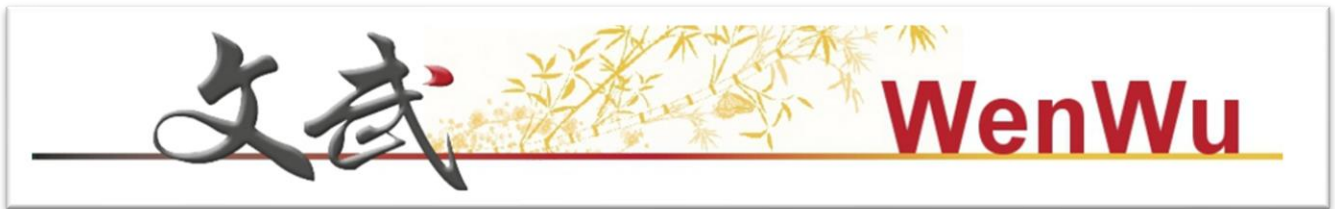
ZEIT FÜR DICH

Außerhalb der Gruppentrainingszeit können die Aktivitäten selbst bestimmt werden, z.B. mit eigenem Training, Wanderungen oder einem Thermenbesuch.

GESTALTE DAS PROGRAMM!

Wir bieten allen Teilnehmern exklusiv die Möglichkeit an, die individuellen Themenwünsche für die Woche in das Trainingsprogramm mit einfließen zu lassen. Hierzu findet am 1. Tag eine Befragung in der Gruppe statt.

06:00 - 08:00 Uhr	Morgenprogramm , optional
08:00 - 09:00 Uhr	Frühstück, optional
10:00- 12:00 Uhr	Gruppentraining
Ab 12:30 Uhr	Mittagessen
14:00 - 16:00 Uhr	Gruppentraining
ab 17:30 Uhr	Abendessen optional + freie Gestaltung



Anmeldung

*zum Wushu Sommercamp in Thale
Vom 02. bis 08. August 2021*

Komplettes Seminar 300,-€

oder

Ich melde mich an für folgende Tage

Tag 1 (30,-€)

Tag 5 (55,-€)

Tag 2 (55,-€)

Tag 6 (55,-€)

Tag 3 (55,-€)

Tag 7 (30,-€)

Tag 4 (55,-€)

Die Unterrichtsgebühren stehen in Klammern pro Tag bei Einzelbuchungen.

Für alle WenWu Mitglieder, die uns im Lockdown unterstützt haben, ist das komplette Seminar kostenfrei!

Name:

Adresse:

Tel.-Nr.: e-Mail:

Hiermit melde ich mich verbindlich zum *Wushu Sommercamp 2021* an.

Datum Unterschrift

**WenWu Gesellschaft
für deutsch-chinesische Kultur-
und Bildungsbeziehungen mbH**

Karl-Marx-Str. 46
06502 Thale

Kontakt: Anja Paul (Management)
emai: www.anja.paul@wenwu.de
Mobil: +49 (0) 176 / 830 357 58