

# Kampfkunst aus China

Wing Tzung Academy Lustenau (W.T.A.R)

Wing Tzung oder „Yung-Ch'un“, wie es in China bezeichnet wird, ist eine ca. 250 Jahre alte chinesische Kampfkunst zur Selbstverteidigung. Die Kampfkunst wurde von Generation zu Generation innerhalb der Familien und Clans weitergegeben.

Schwerpunkte des WT sind das Erreichen der Verteidigungsfähigkeit, sowie die Erhaltung und Steigerung der Gesundheit auf physischer wie auch auf psychischer Ebene. Wing Tzung steigert die körperliche und geistige Flexibilität und fördert die Wahrnehmungsfähigkeit. Es zeichnet sich durch Einfachheit, Zielstrebigkeit, Effektivität und natürliche Bewegungen aus.

Ohne Artistik und übermäßige Kraftakte werden die flüssigen, weichen und dennoch sehr wirksamen Techniken ausgeführt. Wing Tzung nutzt die ankommende Kraft des Gegners durch nachgiebige und taktische Bewegun-

gen und richtet sie gegen ihn selbst. Nicht eine Ansammlung von Techniken und Kombinationen sind das Wichtigste, sondern ein Gesamtkonzept, welches sich in allen Situationen einsetzen lässt das ist Wing Tzung. WT ist pure Selbstverteidigung, und kein Kampfsport.

Wir bieten Wing Tzung für alle Altersgruppen an!

Neben Wing Tzung bieten wir noch Escrima, BJJ (Grappling), und Qi Gong an.

Die Trainingseinheiten sind für Erwachsene und Kinder in Verschiedenen Gruppen!

Eine Woche kostenloses Probetraining ist jederzeit möglich!

## Info

WT- Academy Sifu  
Hubert Riedmann

Tel.: +43 650 4648308

[www.wingtzung-riedmann.at](http://www.wingtzung-riedmann.at)



Wing Tzung ist eine 250 Jahre alte chinesische Kampfkunst.

Be  
far  
Me  
Ha  
ins  
Mi  
da  
die  
un  
bei  
we  
kla  
Ve  
Tra  
dei  
dei  
zur  
Mir  
Fel  
zw  
Lie  
inn  
Ha  
kirc  
jun  
auf  
mu  
ten  
Ge

Sch  
Sar  
16  
bev  
We  
zur  
alle  
Auf  
sich  
Näc  
In l  
von  
erst  
Sais  
das  
und  
ro F  
kirc

M

I

A  
al

Le  
Te