

Wing Chun: Basis- und weiterführende Übungen der inneren
Kampfkünste, sowie spezielle Übungen zu Langstock und den
Schmetterlingsschwertern



TINO TREPTOW

WING CHUN

**Basis- und weiterführende Übungen der inneren
Kampfkünste, sowie spezielle Übungen zu
Langstock und den Schmetterlingsschwertern**

Datum: 30. August 2018

Autor: Tino Treptow
Seitenzahl: 147 Seiten
Sprache: Deutsch
PDF

In diesem Buch werden Übungen vorgestellt und detailliert erläutert, die dem Wing Chun Schüler helfen sollen auch ohne Partner effektiv zu trainieren. Die einzelnen Übungen beziehen sich ausschließlich auf das innere Kung Fu, die Entwicklung von Sanftheit und das Öffnen der Gelenke.

<https://rapidgator.net/file/e530f8677de14a92811d0508ab8790ca/fWHxbRVZJ.pdf.rar.htm>

↓