

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/3fea8ae61e862950767718ebb3d289a7/ibvKlkHv6.pdf.rar.html>