22er Shaolin Lian Huan Quan

Kursnummer 27L236326

Beginn Montag, 11.01.2027, 18:30 - 20:00 Uhr

Dauer 23 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30

Dozent Dien-Hieu Vuong

Kursentgelt 230,00 €

Shaolin Lian huan Quan ist ein traditioneller chinesischer Kampfkunststil mit fließenden, Kraftvollen Bewegungen. In diesem Kurs lernen Sie grundlegende Techniken, verbessern Ihre Koordination und entwickeln ein Gefühl für die Balance zwischen Kraft und Flexibilität. Neben effektiver Selbstverteidigung fördert das Training auch Konzentration, Körperbewusstsein und innere Ausgeglichenheit.

Bitte bringen Sie lockere, bequeme Kleidung ("Zwiebellook" ist sinnvoll) und warme, rutschfeste Socken oder leichte Gymnastikschuhe und evtl. ein Getränk mit.

Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
11.01.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
18.01.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
25.01.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
01.02.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
15.02.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
22.02.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
01.03.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
08.03.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
15.03.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
05.04.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
12.04.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
19.04.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
26.04.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
03.05.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
10.05.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
24.05.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30

31.05.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
07.06.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
14.06.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
21.06.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
28.06.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
05.07.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30
12.07.2027	18:30 - 20:00 Uhr	VHS im Bezirksrathaus Lindenthal, Raum 1.30

zur Kursdetail-Seite