

K'UN CH' IEN ASSOCIATION e.V.

Asiatische Kampfkünste und Entspannungstechniken

Presse-Mitteilung

Taijiquan und Shaolin Kung-Fu erleben

Tag der offenen Tür des K'un Ch'ien e.V., Essen

16. Mai 2009, ab 13 Uhr, Tiegelschule, Tiegelstr. 31

Asiatische Kampfkunst wird oft allein mit Kampfsport assoziiert. Man stellt sich akrobatische Prügeleien à la Jackie Chan vor und hofft, nach dem Besuch eines Kurses einen Gegner mit einem einzigen Hieb außer Gefecht setzen zu können.

Doch Kampfkunst ist weit mehr als das. Sie ist Ausdruck einer inneren Haltung, Philosophie und Lebenseinstellung. Und so ganz nebenbei ist sie ein guter Weg zu mehr Fitness, Kondition, Gesundheit, Körperbeherrschung und geistiger Ruhe. All dies praktiziert der K'un Ch'ien e.V. in Essen, der sich als Verein die Pflege asiatischer Kampfkünste und Entspannungstechniken auf die Fahnen geschrieben hat. Im Zentrum stehen dabei Shaolin Kung-Fu und Taijiquan.

Kung Fu wird heute allgemein als die Mutter aller asiatischen Kampfkünste angesehen. Hier finden sich Tritte ebenso wie Würfe, weiche ebenso wie harte Stile. Der K'un Ch'ien trainiert einen weichen Stil, der eher darauf abzielt, die Kraft des Gegners aufzunehmen und für sich zu nutzen, als sie zu brechen.

Beim Taijiquan dagegen ist vielen Menschen gar nicht bewusst, dass es zu den Kampfkünsten gehört. Taijiquan, eine Reihe von festen Bewegungsabläufen, die charakteristisch „rund“ sind und auf der Polarität von Yin und Yang beruhen, wird meist als Gesundheitsgymnastik betrachtet und ist in der Tat eine der effektivsten Arten, seine Gesamtkondition zu verbessern und vor allem dem Rücken etwas Gutes zu tun. Beim K'un Ch'ien wird der sogenannte Yang-Stil gepflegt, der in Europa und den USA sehr weit verbreitet ist.

Für beide Kampfkünste gilt: Jeder kann sie erlernen, unabhängig von Alter, Geschlecht oder körperlicher Fitness.

Wer neugierig geworden ist, ist herzlich eingeladen, am 16. Mai 2009 zum Tag der offenen Tür in die Essener Tiegelschule zu kommen, wo der K'un Ch'ien sein Programm ab 13 Uhr vorstellt.

Tag der offenen Tür

Datum: Samstag, 16. Mai 2009

Uhrzeit: 13 bis 16.30 Uhr

Ort: Tiegelschule, Tiegelstr. 31, Essen
(U-Bahn-Station: Universität Essen)



K'UN CH' IEN ASSOCIATION e.V.
Mitglied der
German Wushu Federation
und des
Stadtsportbundes Essen

Vorsitzende
Ingeborg Klein

Postanschrift
K'UN CH' IEN ASSOCIATION e.V.
Postfach 10 20 46
45020 Essen
Tel: 0700 586 24 436
Fax: 0700 586 24 436

Internet
www.kunchien.de
e-mail: info@kunchien.de

Bankverbindung
Sparda Bank Essen e.G.
Kto.: 504 130
BLZ: 360 605 91

K'UN CH' IEN ASSOCIATION e.V.

Asiatische Kampfkünste und Entspannungstechniken

Internet:

www.kunchien.de

Wer am 16. Mai keine Zeit hat, kann auch einen Termin zum Kung Fu- oder Taiji-Probetraining vereinbaren, der Verein bittet um Anmeldung per Mail an info@kunchien.de.

Über den Verein:

Die K'un Ch'ien Association e. V., heute „Verein für asiatische Kampfkünste und Entspannungstechniken“, wurde 1986 gegründet. Unser Ziel ist es, die Kampfkünste in ihrem ursprünglichen Sinne zu vermitteln. Die Beschäftigung mit den Kampfkünsten und ihren verschiedenen Spielarten kann eine Lebensaufgabe sein oder einfach eine körperlich und geistig aufbauende Tätigkeit.

Die Zielsetzung der Übenden ist unterschiedlich: Selbstverteidigung, bessere Konstitution, Genesung, innere Ausgeglichenheit usw. Die Ziele werden sich sicher auch im Laufe des Lebens verschieben. Lehrer und Schüler machen sich gemeinsam auf den Weg des Lernens. Die Kampfkünste kann jeder erlernen, unabhängig von Alter, Geschlecht und körperlicher Verfassung.

Die K'un Ch'ien Association e. V. ist Mitglied des Essener Sportbundes und der Deutschen Wushu Federation.

Essen, 30. März 2009

Pressekontakt:

Sabine Niewalda, Hagenaustr. 40, 45138 Essen, T 0201 564 9719, sniewalda@aol.com

KURZ für Veranstaltungskalender:

Taijiquan und Shaolin Kung-Fu erleben
Tag der offenen Tür des K'un Ch'ien e.V., Essen
Samstag, 16. Mai 2009, 13 – 16.30 Uhr
Tiegelschule, Tiegelstr. 31, Essen



K'UN CH' IEN ASSOCIATION e.V.
Mitglied der
German Wushu Federation
und des
Stadtsporbundes Essen

Vorsitzende
Ingeborg Klein

Postanschrift
K'UN CH' IEN ASSOCIATION e.V.
Postfach 10 20 46
45020 Essen
Tel: 0700 586 24 436
Fax: 0700 586 24 436

Internet
www.kunchien.de
e-mail: info@kunchien.de

Bankverbindung
Sparda Bank Essen e.G.
Kto.: 504 130
BLZ: 360 605 91