

Eine neue Kampfkunst aus China....

Ein weiterer Artikel aus dem Trierischen V
von einem ehem. Schüler verfasst

Eine neue Kampfkunst aus

Wing-Tsun, die effektive Selbstverteidigung aus Asien, in Eu

TRIER. „Wing-Tsun“ heißt die effektive Selbstverteidigung, die in Europa immer mehr Anhänger findet. Diese neue Kampfkunst wurde vor 300 Jahren im alten, kriegsbewegten China von einer Frau entwickelt, da die Frauen zu dieser Zeit als „Freiwild“ galten. Sie mußten sich verteidigen können und stärkten mit Wing-Tsun ihr Selbstvertrauen. Dies zeigt, das Wing-Tsun sehr gut für Frauen geeignet ist. Es setzt weder Körperkraft noch Artistik voraus und ist deshalb auch für Behinderte geeignet.

Die defensive Kampfkunst wurde vor 20 Jahren vom heutigen Europa-Cheftrainer „importiert“. Die Begeisterung für die waffenlose Selbstverteidigung wuchs und wächst noch heute. In 29 Ländern können sich mehrere zehntausend WTler für diesen für diesen Sport begeistern.

Der große Unterschied zu Karate oder anderen Kampfsportarten ist das Umgehen mit den Angriffen des Gegners. Man nutzt den Druck des Gegners und die ankommende Energie aus, um dann die Wing-Tsun-Techniken zur Verteidigung anzuwenden. Diese Techniken werden zu etwa 75 Prozent mit den Händen ausgeführt. Spektakuläre Sprünge und hohe Beintechniken werden nicht angewandt. Wirksamkeit ist das oberste Prinzip. Neben den Partnerübungen gibt es



*Keine Chance für Angreifer: Wing-Tsun b
gung ohne großen Kraftaufwand.*

Wing-Tsun dient nur der Verteidigung und ist somit keine aggressive Kampfkunst; dies ist der Vorteil gegenüber anderen Kampfsportarten. Deshalb ist sie auch schon für Kinder im Grundschulalter geeignet. Die normale Unterrichtszeit einer Wing-Tsun-Schule beträgt drei bis vier Stunden auf zwei oder

gen
lehrg
den.
nebe
mit
zu tr
Groß
men.
Wer

[zurück](#) zur Startseite