

WON HWA DO



QG329F

WON HWA DO IN GROSSBARDAU

Selbstverteidigung, Kampfkunst, Meditation und Entspannung stehen im Mittelpunkt dieses Kurses für Anfänger, die Spaß an der körperlichen Bewegung haben. Won Hwa Do setzt sich aus Hand- und Fußtechniken, Würfen, Hebeln und Meditationsübungen zusammen. Im Kurs werden schrittweise die Grundtechniken erlernt und in der Gruppe geübt.

Winter, Lutz
Fr, 22.2.08 bis 20.6.08, 18 - 19.30 Uhr, 15x
Grimma, Ev. Grundschule Großbardau