

DEUTSCH-CHINESISCHE WUSHU AKADEMIE

DR. MARTIN RÜTTENAUER . WU MEI LING
ZÄHRINGERPLATZ 32 . D-78464 KONSTANZ

TEL. +49 7531 24831 . FAX +49 7531 16260
INFO@WUSHU.DE . WWW.WUSHU.DE



Anfängerkurse Frühjahr 2009

TAICHI

Das sanfte Training aus China.

Beginn 30. April 2009. Donnerstags 20.30 - 21.30 Uhr

Kursleitung: Wu Mei Ling & Team

WUSHU [Shaolin Kungfu]

Dynamik aus den alten chinesischen Kampfkünsten.

Beginn 29. April 2009. Mittwochs 18 - 19 Uhr

Kursleitung: Wu Mei Ling & Team

Späterer Einstieg nach Absprache.

Weitere Trainingsmöglichkeiten: freitags und samstags laut Trainingsplan.

Mitbringen: Lockere Trainingskleidung (T-Shirt, lange Hose),

Hallenschuhe ohne schwarze Sohlen. Wushu: Handtuch.

Kursgebühr: laut Beitragsliste

info@wushu.de . www.wushu.de

Wushu-Zentrum: Konstanz, Zähringerplatz 32
(Ecke Allmannsdorfer Straße, Eingang Hansegartenstraße)

武術 Wushu

Taichi 太極

DEUTSCH-CHINESISCHE WUSHU AKADEMIE

HINWEISE ZU UNSEREN KURSEN

Wie lange dauern die Kurse?

Unsere Kurse laufen ganzjährig.

Zu Ostern, im Hochsommer und nach Weihnachten machen wir Ferien.

Anmeldedauer

Sie können sich im Drei-Monats-Rhythmus mit zweiwöchiger Kündigungsfrist oder im Jahresrhythmus mit dreimonatiger Kündigungsfrist anmelden.

Näheres siehe Beitragsinfo.

Welche weiteren Trainingsmöglichkeiten gibt es?

Vertiefungstraining, teils mit Einzelkorrektur:

freitags, verschiedene Gruppen laut Trainingsplan.

Selbsttrainingszeit:

Taichi und Wushu samstags nach Aushang, für Erwachsenengruppen.

Sind Vertiefungstraining und Selbsttrainingszeit extra zu bezahlen?

Nein. Sie sind in der Kursgebühr inbegriffen.

Kann ich ein kostenloses Probetraining vereinbaren?

Gerne! Bitte Termin absprechen.

Muß ich besondere körperliche Voraussetzungen erfüllen?

Normale Fitness und guter Wille reichen im allgemeinen aus.

Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen:

Wir haben laufend 5-7 verschiedene Stufen; Einstieg nach Absprache.

Wie komme ich zum Wushu-Zentrum?

Das Wushu-Zentrum befindet sich im Eckhaus Allmannsdorfer Straße. Auf derselben Etage sind das Fitness-Studio Fit-In und die Tanzschule step by step.

Der Eingang liegt an der Hansegartenstraße (gegenüber dem DGB-Haus).

Bushaltestelle: Zähringerplatz.

Welche Kleidung muß ich tragen?

Für den Anfang genügt leichte, lockere Kleidung. Trainingskleidung, Schuhe und Übungsgeräte sind im Wushu-Zentrum zu haben. Im Wushu-Zentrum sind keine Schuhe zugelassen, die draußen getragen werden oder die ein grobes Profil oder schwarze Sohlen aufweisen. Barfußtraining ist nicht möglich. Für Wushu (nicht für Taichi) bitte ein Handtuch mitbringen.

Wushu für Kinder (ca. 7-12 J.):

Zur Zeit donnerstags 17-18 Uhr.

Einstieg jederzeit nach Absprache und vorherigem Probetraining.

Wushu für Jugendliche (ca. 12-19 J.):

Spezialgruppe mit erweiterten Trainingszeiten!

TAICHI INFO

Die aktive Entspannung

Taichi wirkt ohne sportliche Anstrengung dem Streß des Alltags entgegen und schafft neue Energien. Es hält den Körper geschmeidig.

Über Tai Chi Chuan

Taichi ist eine alte chinesische Bewegungskunst, die heute als Entspannungs- und Konzentrationsübung Millionen Anhänger auf der ganzen Welt gefunden hat.

Taichi gründet auf der ganzheitlichen Sehweise des alten China. Seine philosophischen Wurzeln liegen im *Taoismus*.

Das *Tao* gilt als eine Art Weltprinzip. Das *Tao* wird mit Wasser verglichen: es ist fließend, geheimnisvoll, tief. Es bietet keinen harten Widerstand, es ist weich, aber von beständiger Kraft, die sich letztlich durchsetzt.

Der Begriff *Taichi* (*taiji*) bedeutet sinngemäß soviel wie „das oberste Prinzip“, aus dem sich die Polaritäten Yin und Yang entwickeln. *Chuan* (*quan*) bedeutet Faust; damit ist die Übungsform mit bloßer Hand gemeint.

Es gibt auch Taichi-Übungen mit dem Fächer, dem Schwert und dem Langstock.

Die Bewegungen des Taichi sind langsam und fließend. Man lernt, entspannt und doch voller Konzentration zu sein. Taichi wird daher auch als Meditation in der Bewegung bezeichnet. Es kann in jedem Alter ausgeübt werden, von Männern wie von Frauen.

Taichi erfordert keine körperliche Verausgabung und stärkt den Körper, ohne ihn hart zu machen.

Das Gesundheitsprogramm

Medizinische Untersuchungen in China haben die gesundheitsfördernden Aspekte des Taichi gezeigt. Es kann Atmung, Muskeln, Gelenke und Kreislauf positiv beeinflussen. In

der VR China wird Taichi als Gesundheitsvorsorge staatlich anerkannt und gefördert.

Taichi und die Kampfkünste

Taichi ist auch als Kampfkunst bekannt geworden. Es gehört zu den sogenannten „inneren Stilen“, deren Prinzip es ist, körperliche Kraft durch bewußte Weichheit und subtile Techniken zu neutralisieren. Es ist aber nicht nötig, Taichi als Kampfkunst zu erlernen, um aus ihm reichen Nutzen zu ziehen.

Die Basis des Taichi-Trainings ist eine Abfolge von fließenden Bewegungen, die sogenannte Form. Die Bewegungen sind traditionell festgelegt und haben genaue Bedeutungen. Später kommen Partnertechniken hinzu, die eine gute Kontrolle der eigenen Fähigkeiten ermöglichen.

Taichi-Stile

Im Laufe der Geschichte haben sich verschiedene Stilarten des Taichi herausgebildet. Sie sehen äußerlich unterschiedlich aus, bauen aber alle auf denselben Grundprinzipien auf.

Der älteste überlieferte Stil, der den Ursprüngen des Taichi heute noch recht nahe kommt, ist der *Chen-Stil* - mit seinen eleganten Bewegungen ein Leckerbissen für Kenner. *Chen-Stil-Taichi* ist relativ schwierig und für Anfänger weniger geeignet. Etwa gleich alt ist der *Zhaobao-Stil*, der im Westen so gut wie unbekannt ist. Seine äußerlich eher unscheinbaren Bewegungen haben verblüffende Anwendungen in der Kampfkunst.

Der *Yang-Stil* ist aus dem *Chen-Stil* hervorgegangen und ist heute weltweit der bekannteste Stil, er umfaßt mehrere Untergruppen mit Formen von unterschiedlicher Länge. Er zeichnet sich durch sehr gleichmäßige und konstant langsame Bewegungen aus.

In der Wu-Shu-Akademie

werden zunächst Grundübungen von Wu Mei Ling unterrichtet, auf die dann die sogenannte 24-er Form des Yang-Stils folgt, die auch als Peking-Form bezeichnet wird. Diese relativ kurze Form wurde in der VR China entwickelt, um auch breiteren Bevölkerungskreisen die Möglichkeit zu geben, Taichi zu lernen. Sie ist sehr gut für den Anfangsunterricht geeignet.

Fortgeschrittene lernen eine Schwertform, kombinierte Formen und Partnerübungen. Besonders Interessierte können den *Chen-Stil* und Fächer-Taichi erlernen.

Taichi als mentales Training

In einem fortgeschrittenen Stadium und besonders beim Lernen der Partnerübungen wird man bemerken, daß Taichi nicht nur körperliche Fähigkeiten erfordert und fördert, sondern daß eine mentale Fokussierung auf bestimmte Ziele hilfreich ist.

Der Weg zum Taichi

Taichi erschließt sich nicht unbedingt ab der ersten Stunde, wie z.B. eine Massage. Die erste Zeit wird zum intensiven Lernen von Bewegungen gebraucht. Die Entspannung ist von Anfang an wichtig. Nach und nach lernt man die Kontrolle des Gewichts (*der Mitte*). Die hohe Schule des Taichi ist freies Partnertraining.

Ziele

Vom Äußeren zum Inneren, so sagten die alten Taichi-Meister Chinas. Sie meinten damit den Weg von den äußeren Bewegungsformen, die immer kleiner und unscheinbarer werden, zu den inneren Werten Flexibilität, Weichheit, Ruhe, Sensibilität.

Von der (äußeren) Bewegung zur (inneren) Energie, so drückten sie es auch aus.

© Dr. Martin Rüttenauer 2001

WUSHU-ZENTRUM

Zähringerplatz 32 • D 78464 Konstanz
Eingang Hansegartenstraße

www.wushu.de • info@wushu.de
Tel. 07531-24831 • Fax 07531-16260

050503



禮中武術學院

DEUTSCH
CHINESISCHE
WU-SHU
AKADEMIE

WUSHU INFO

Training für Körper und Geist

Spaß haben mit einer ästhetischen Bewegungskunst, die sich in der langen Geschichte Chinas auf der Grundlage von Meditation, Kampfkünsten und chinesischen Gesundheitslehren entwickelt hat - das ist Wushu!

Von der Wortbedeutung her eigentlich „Kampf-Kunst“, führt Wushu doch wesentlich über den Aspekt der Selbstverteidigung hinaus. Es ist ein Fitness-Training für den ganzen Körper uns für fast jedes Alter - auch „over forty“ kann man noch mit Freude ins Wushu einsteigen. Das liegt an seiner Vielseitigkeit: Kraft, Schnelligkeit, Ausdruck, aber auch Bewegungen, die ans Tänzerische und ans Akrobatische erinnern.

Geschichtliches

Im Zentrum Chinas, am „Gelben Fluß“, liegt die Provinz Henan. Dort steht die Wiege der chinesischen Kultur. Noch heute ist der Reichtum an Funden aus der Vorgeschichte und der Kaiserzeit überwältigend. In Henan, am Fuße des Songshan-Gebirges, wurde um das Jahr 500 n.Chr. das *Shaolin-Kloster* gegründet.

Der Legende nach soll dort der indische Mönch *Bodhidharma*, der den Chan-(Zen-)Buddhismus in China einführte, lange Jahre meditiert und den Mönchen zur Förderung ihrer körperlichen und geistigen Stärke die „Achtzehn Übungen der Lo-Han“ beigebracht haben.

Im Laufe der Jahrhunderte wurde im Shaolin-Kloster auf alten indischen und chinesischen Grundlagen eine große Zahl von Wushu-Stilen entwickelt und perfektioniert. In ihrer Vielfalt sind sie nicht leicht überschaubar. Heute sind rund 400 verschiedene Stile bekannt. Die meisten ostasiatischen Kampfsportarten sind aus dem Shaolin-Wushu entstanden.

Wushu-Stile

Grundlegend ist die Unterscheidung in *Süd-Shaolin* und *Nord-Shaolin-Wushu*. Der unterschiedliche Körperbau der Menschen ließ unterschiedliche Bewegungsformen entstehen. Aber auch der Boden spielte eine Rolle: ein Bauer in den Reisfeldern des Südens konnte sich schlecht mit akrobatischen Sprüngen und langen Beintechniken verteidigen; er mußte sein Gleichgewicht sichern und kurzen, starken Techniken den Vorzug geben. Bekannte *Süd-Shaolin*-Stile sind Hung Kuen, Choy Li Fat, Wing Chun.

Im Norden dominieren lange Techniken und Beinarbeit. Bekannte *Nord-Shaolin*-Stile sind Changquan (Lange Faust), Tan-Tui-Kung-Fu (Langes Bein), Ditang Quan (Boden-Kung-Fu).

Eine alte Besonderheit sind die Tierstile, wie Kranich, Schlange, Tiger und viele andere.

Wushu ist im weiteren Sinne übrigens ein Oberbegriff für alle chinesischen Bewegungsformen, die auf Kampfkünste zurückgehen. Neben den vielen hundert Spielarten des Wu-Shu im engeren Sinne („Kung-Fu“) umfaßt Wushu in diesem Sinne auch *Taichi* und verwandte Künste.

Wushu ist auch der offizielle Begriff der VR China für *Kung-Fu*. Wushu hat in den letzten Jahren auch in China eine ungewöhnliche Renaissance erlebt und kann als der chinesische Nationalsport bezeichnet werden.

Wushu als Sport

besteht aus einigen Standarddisziplinen, die jeder Wettkämpfer beherrschen muß, und einer großen Zahl von „freien“ und „traditionellen“ Disziplinen.

Die wichtigsten Disziplinen des Wushu sind:

<i>Nanquan</i>	Südfaust (Süd-Shaolin)
<i>Changquan</i>	Lange Faust (Nord-Shaolin)
<i>Jianshu</i>	Schwert-Formen
<i>Gunshu</i>	Langstock-Formen
<i>Daoshu</i>	Säbel-Formen
<i>Qiangshu</i>	Speer-Formen
<i>Duilian</i>	Partner-Formen
<i>Ziweishu</i>	Selbstverteidigung

In der Wushu-Akademie

wird begonnen mit *Süd-Shaolin* in der Tradition der Familie Wu. Fortgeschrittene lernen Nord-Shaolin-Formen, Langstock-, Säbel-, und Schwerttechniken. Besonders Interessierte haben die Möglichkeit, weitere, auch ausgefallene Stile und Waffenformen aus dem gesamten Bereich des Wushu zu lernen. Gürtelprüfungen gibt es nicht.

© Dr. Martin Rüttenauer 2001

WUSHU-ZENTRUM

Zähringerplatz 32 • D 78464 Konstanz
Eingang Hansegartenstraße

www.wushu.de • info@wushu.de
Tel. 07531-24831 • Fax 07531-16260

050503



禮中武術學院

DEUTSCH
CHINESISCHE
WU-SHU
AKADEMIE

DEUTSCH-CHINESISCHE WUSHU AKADEMIE

DR. MARTIN RÜTTENAUER . WU MEI LING
ZÄHRINGERPLATZ 32 . D-78464 KONSTANZ

TEL. +49 7531 24831 . FAX +49 7531 16260
INFO@WUSHU.DE . WWW.WUSHU.DE



BEITRÄGE

FÜR TAICHI- UND WUSHU-KURSE

GÜLTIG AB 1. JANUAR 2007

Aufnahmegebühr: keine	Beitrag pro Monat, je Sparte Wushu oder Taichi	
	12-Monats-Vertrag	3-Monats-Vertrag
Erwachsene <i>Bei Jahresvorauszahlung</i> <i>Jahresvorausz. entspricht pro Monat:</i>	46,00 € /Monat 510,60 € /Jahr 42,55 € /Monat	55,00 € /Monat
Kindergruppen (bis 12 J.) <i>Bei Jahresvorauszahlung</i> <i>Jahresvorausz. entspricht pro Monat:</i>	25,50 € /Monat 283,05 € /Jahr 23,59 € /Monat	32,00 € /Monat
Jugendgruppen (13-17 J.) <i>Bei Jahresvorauszahlung</i> <i>Jahresvorausz. entspricht pro Monat:</i>	32,00 € /Monat 355,20 € /Jahr 29,60 € /Monat	38,00 € /Monat
Studenten, Zivis, Azubis <i>Bei Jahresvorauszahlung</i> <i>Jahresvorausz. entspricht pro Monat:</i>	40,00 € /Monat 444,00 € /Jahr 37,00 € /Monat	48,00 € /Monat
<i>Passive Mitgliedschaft (nach vorheriger Vereinbarung)</i> <i>Taichi und Wushu zusammen: je 25 % Ermäßigung</i> <i>Jahresvorauszahlung honorieren wir mit 7,5% Ermäßigung, da sie Verwaltungsaufwand spart</i>		2,60 € /Monat

Die **Ferienzeiten** der Wushu Akademie sind in den Beiträgen bereits eingerechnet.

Studenten können ihre Mitgliedschaft während der Semesterferien ruhen lassen
(= passiv, vorher beantragen).

Kündigungsbestimmungen:

12-Monats-Vertrag: 3 Monate vor Ablauf des ersten Jahres, sonst stillschweigende Verlängerung, danach Kündigung jederzeit möglich (zum Ende eines vollen Trainingsmonats) unter Einhaltung einer Frist von drei Monaten.

3-Monats-Vertrag: Zwei Wochen vor Ablauf der ersten drei Monate, sonst stillschweigende Verlängerung, danach Kündigung jederzeit möglich (zum Ende eines vollen Trainingsmonats) unter Einhaltung einer Frist von zwei Wochen.

Vertragsbeginn ist der vereinbarte Trainingsbeginn (nicht notwendigerweise der 1. eines Monats).

Zahlungsweise: Bank-Lastschriftverfahren oder nach Vereinbarung. Unsere Schweizer Mitglieder zahlen am bequemsten per Dauerauftrag (Betrag mit uns absprechen oder der Bank in € angeben) auf unser Konto in der Schweiz.

Die Beiträge enthalten 19% MWSt.

DEUTSCH-CHINESISCHE WUSHU AKADEMIE

DR. MARTIN RÜTTENAUER . WU MEI LING
ZÄHRINGERPLATZ 32 . D-78464 KONSTANZ

TEL. +49 7531 24831 . FAX +49 7531 16260
INFO@WUSHU.DE . WWW.WUSHU.DE



Gültig ab 24. Februar 2009

TRAININGSPLAN

MONTAG	16.45 - 17.45 Rollstuhl-Taichi-Wushu
	18.30 - 19.30 Taichi V
	19.30 - 20.30 Taichi III
	20.30 - 21.30 Wushu für Uhus
DIENSTAG	16.30 - 17.45 Wushu Jugend
	18 - 19 Wushu II
	19 - 20 Wushu III
	20 - 21.15 Taichi Oberstufe
MITTWOCH	10.45 - 11.45 SiBao Vier Schätze Asiens
	18 - 19 Wushu Anfängerkurs ab 29. April 2009
	19 - 20 Wushu IV
	20 - 21.30 Wushu Oberstufe
DONNERSTAG	16 - 17 Zwergen-Wushu
	17 - 18 Wushu Kinder
	18.30 - 19.30 Taichi IV
	19.30 - 20.30 Taichi II
	20.30 - 21.30 Taichi Anfängerkurs ab 30. April 2009
FREITAG	16.30 - 17.45 Wushu Jugend
	18.00 - 19.00 Taichi Vertiefungstraining Handformen
	19.00 - 19.30 Taichi Vertiefungstraining Schwert, Fächer, Stock
	19.30 - 20.30 Wushu Vertiefungstraining Unter- u. Mittelstufe
	20.30 - 22.00 Wushu Vertiefungstraining Oberstufe
SAMSTAG	10.00 - 12 Selbsttrainingszeit, laut Aushang!

DEUTSCH-CHINESISCHE WUSHU AKADEMIE

DR. MARTIN RÜTTENAUER . WU MEI LING
ZÄHRINGERPLATZ 32 . D-78464 KONSTANZTEL. +49 7531 24831 . FAX +49 7531 16260
INFO@WUSHU.DE . WWW.WUSHU.DE

WUSHU FÜR UHUS

Der besondere Sport für jedes Alter

HINTERGRUND

Der gesundheitliche Wert des Sports Wushu ist weithin anerkannt und Spaß macht es auch noch. Und doch scheuen viele den Weg in den Trainingsraum. Warum? Weil sie es sich nicht (mehr) zutrauen, die Schwerkraft aufzuheben in Butterflugsprüngen und freien Rädern, weil sie das Tempo gerne ein Stück weniger rasant hätten, weil sie ab und an eine kleine Pause einlegen möchten. „Ich möchte nochmal zwanzig sein...“, der Slogan, sonst nicht wirklich korrekt, hat im Sport die Wahrheit oft auf seiner Seite. Dabei ist eines klar: je älter man wird, desto wichtiger ist es, etwas mit seinem Körper und für seinen Körper zu tun.

EIN NEUER KURS

Seit September 2004 gibt es Wushu für Uhus. Eine definierte untere Altersgrenze wollen wir für diesen Kurs nicht angeben. Manch einer fühlt sich mit 35 zu dieser Gruppe hingezogen, ein anderer erst mit über 50. Wir sagen deshalb einfach UHUS - „Unter Hundert“. Der Kurs ist für Männer und Frauen gleichermaßen geeignet. Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen und für Wiedereinsteiger. Für Anfänger nach Absprache.

LEITUNG

Wu Mei Ling, Cheftrainerin der Wushu Akademie und chinesische Landesmeisterin, und ihr Team. Sie lebt vor, was sie lehrt. Sie garantiert persönliches Eingehen auf die Kursteilnehmer, meisterhafte Übungen und die richtige Mischung aus Disziplin und Nachgeben.

ZEIT UND ORT

Immer montags, 20.30 - 21.30 Uhr im Wushu-Zentrum. Same time, same station.

WEITERE TRAININGSMÖGLICHKEITEN

Freitags ab 19.30 Uhr Wushu-Vertiefungstraining.
Samstags 10 Uhr Selbsttrainingszeit (lt. Aushang).

ANMELDUNG

Ab sofort.

MITBRINGEN

Lockere Trainingskleidung (T-Shirt, lange Hose), Hallenschuhe mit hellen Sohlen, Handtuch, gute Laune.

DEUTSCH-CHINESISCHE WUSHU AKADEMIE

WU MEI LING . DR. MARTIN RÜTTENAUER
ZÄHRINGERPLATZ 32 . D-78464 KONSTANZ

TEL. +49 7531 24831 . FAX +49 7531 16260
INFO@WUSHU.DE . WWW.WUSHU.DE



Anmeldung

Sie erhalten von uns eine Kopie der Anmeldung für Ihre Unterlagen

Kurs Ich melde mich bzw. mein Kind zu folgenden Kursen gemäß
Kursprogramm und Unterrichtsbedingungen der Deutsch-Chinesischen Wushu Akademie an:

Taichi Wushu Wushu-Jugend Wushu-Kinder

Der Vertrag läuft im Rhythmus von: 3 Monaten 12 Monaten
Er kann gekündigt werden gemäß den Unterrichtsbedingungen Nr. 5 (siehe Rückseite).

Unterrichtsbeginn:.....

Umstellung: Ich bin Teilnehmer und stelle von 3- auf 12-Monatsvertrag um ab nächster Beitragsfälligkeit

Name

Anschrift, Telefon:

Geburtstag (Bei Kindergruppe Geburtstag und Vorname des Kindes):

Datum: **Unterschrift:**
(Bei Minderjährigen Unterschrift eines Elternteils oder Erziehungsberechtigten)

ggf. Name des Erziehungsberechtigten:

e-Mail:

Bemerkungen:

Zahlungsweise Bankeinzug (bitte unten ausfüllen) Dauerauftrag
 monatlich 3-Monatsvorauszahlung Jahresvorauszahlung (Rabatt)
 Schweizer Mitglieder: Dauerauftrag an unser Konto in der Schweiz, Franken-Kurs mit uns absprechen.

Für den Bankeinzug:
Ermächtigung zum Einzug von Forderungen durch Lastschriften:

Hiermit ermächtige(n) ich/wir Sie widerruflich, die von mir/uns zu entrichtenden Zahlungen wegen Kursgebühr
Taichi / Wushu / Wushu-Kindergruppe / Wushu-Jugendgruppe
bei Fälligkeit zu Lasten meines/unseres Girokontos

Nr. bei (Bank oder Sparkasse)

BLZ:

durch Lastschrift einzuziehen. Wenn mein/unser Konto die erforderliche Deckung nicht aufweist, besteht seitens
des kontoführenden Kreditinstituts keine Verpflichtung zur Einlösung.

Ort, Datum: **Unterschrift:**

Kontoinhaber, wenn anderer als Kursteilnehmer:

Konten der Wushu Akademie

D: Sparkasse Bodensee Nr. 777 35 (BLZ 690 500 01) . IBAN DE59 6905 0001 0000 0777 35
CH: Thurgauer Kantonalbank Kreuzlingen Nr. 16 20 024.312 09 (BC 78 416) . IBAN CH58 0078 4162 0024 3120 9

Unterrichtsbedingungen

siehe Rückseite!

Beitrag

.....€ pro.....(Zeitraum)

Unterrichtsbedingungen

1. Der Unterricht findet ganzjährig mit wöchentlich mindestens zwei Trainingsmöglichkeiten statt (Kindergruppen: mindestens eine). An Sonn- und Feiertagen ist die Schule geschlossen. Während der Schulferien kann der Unterricht eingeschränkt werden.

2. Eine Unterrichtseinheit umfaßt 55 Minuten.

3. Die Wushu Akademie behält sich die Möglichkeit vor, den Unterricht jährlich ca. fünf Wochen in der Urlaubszeit zu unterbrechen oder einzuschränken.

4. Die Kursgebühren sind monatlich im Voraus fällig und gleichzeitig mit der Anmeldung auf das angegebene Konto zu überweisen, oder es ist eine Einzugsermächtigung zu erteilen.

Die Kursgebühren enthalten die gesetzliche Mehrwertsteuer.

Bei einer MWSt-Änderung können sich die Kursgebühren entsprechend ändern.

5. Kündigungsbestimmungen:

12-Monats-Vertrag: 3 Monate vor Ablauf des ersten Jahres, sonst stillschweigende Verlängerung, danach Kündigung jederzeit möglich (zum Ende eines vollen Trainingsmonats) unter Einhaltung einer Frist von drei Monaten.

3-Monats-Vertrag: Zwei Wochen vor Ablauf der ersten drei Monate, sonst stillschweigende Verlängerung, danach Kündigung jederzeit möglich (zum Ende eines vollen Trainingsmonats) unter Einhaltung einer Frist von zwei Wochen.

Die Kündigung muß schriftlich erfolgen.

6. Es gelten die Beiträge und übrigen Bestimmungen der Beitragstabelle, die zum Zeitpunkt der Anmeldung gültig ist, sofern nichts anderes schriftlich vereinbart wurde.

7. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung der Kursteilnehmer. Eine spezielle Sportversicherung ist in den Kursgebühren nicht enthalten. Jeder Teilnehmer ist gehalten, zu prüfen, ob sein Versicherungsschutz ausreichend ist. Jeder Teilnehmer haftet persönlich für von ihm verursachte Schäden. Seitens der Wushu Akademie kann eine Haftung für Schäden an Eigentum und Gesundheit der Kursteilnehmer nicht übernommen werden.

8. Es ist den Kursteilnehmern nicht gestattet, die im Unterricht erworbenen Kenntnisse ohne schriftliche Autorisierung des Kursleiters oder des Inhabers an Dritte weiterzugeben.

TRIMESTER 2/2009 APRIL - JULI

DEUTSCH-CHINESISCHE WUSHU AKADEMIE

DR. MARTIN RÜTTENAUER . WU MEI LING
ZÄHRINGERPLATZ 32 . D-78464 KONSTANZ

TEL. +49 7531 24831 . FAX +49 7531 16260
INFO@WUSHU.DE . WWW.WUSHU.DE



SIBAO VIER SCHÄTZE ASIENS

YOGA - TAICHI - QIGONG - WUSHU
GESUNDHEITSÜBUNGEN ZUM ENTSPANNTEN MITMACHEN
FÜR JEDES ALTER



BEGINN MITTWOCH, 6. MAI 2009, 10.45 UHR, 8 x

Folgetermine: 13.5., 20.5., 27.5., 10.6., 17.6., 24.6., 1.7.

8x, 72 €

ROLLSTUHL TAICHI WUSHU

TRAINIEREN - LOCKERN - KRÄFTIGEN
AUF DER BASIS DER ALTEN CHINESISCHEN KAMPFKÜNSTE



BEGINN MONTAG, 4. MAI 2009, 16.45 UHR, 8 x

Folgetermine: 11.5., 18.5., 25.5., 8.6., 15.6., 22.6., 29.6.

8x, 72 €

ZWERGEN WUSHU

FÜR KINDER VON 3 - 6 UND IHRE MÜTTER / VÄTER
GESUNDHEIT - KAMPFKUNST - SPIEL



BEGINN DONNERSTAG, 23. APRIL 2009, 16.00 UHR, 8 x

Folgetermine: 30.4., 7.5., 14.5., 28.5., 18.6., 25.6., 2.7.

8x, 72 €

SONDERKURSE APR-JUL 2009 . TERMINE UND PREISE
INFO: PERSÖNLICHE BERATUNG . BITTE RUFEN SIE UNS AN ODER SENDEN SIE UNS EINE E-MAIL