

**21. - 22. Nov 2009
Hamburg**



**Karate-Abt.
Altonaer Turn- &
Sportverein v. 1899
www.altonaertsv.de**

Zu den Wurzeln des KARATE

Weißer Kranich Stil aus Fujian

**mit Sifu
Martin WATTS
(England)**

eine der Quellen des NAHA TE (-> Goju-Ryu Karate) aus nächster Nähe hautnah erfahren und die Ursprünge von SANCHIN und TENSHO Kata kennenlernen.

Arbeit an den Prinzipien des TUISHOU (= Kakie, klebende Hände), INFIGHT-Partnerübungen des Weißen Kranich Kung Fu und Partnerübungen mit dem Langstock (= Bo; bitte mitbringen!).

Der Lehrgang ist OFFEN für Karateka aller Stilrichtungen und Praktizierende anderer Kampfkünste (Anfänger u. Fortgeschrittene).

**Altonaer Turn- u. Sportverein
von 1899 e.V.**

Sporthalle Thadenstraße 125
22767 Hamburg

Sa 21.11.09 11.00 - 13:00
14:00 - 17:00

So 22.11.09 10:00 - 12:00
13:00 - 15:00

Lehrgangsgebühr 40,- EUR

Anmeldung/ Information

Peter Lembke
040 - 36 55 08 / 0163 - 144 6540
info@iogkf-germany.de

**Vita:
Sifu Martin WATTS**

ist Student von Sifu
Pan Cheng Miao und
authorisiert durch das
*Ong-Gong-Shr-Wushu-
Guan* aus Yongchun,
Fujian.

Weitere Informationen
unter:
www.fujianbaihe.com



以武会友