



VEREIN FÜR KAMPFKUNST

Der Verein Bailung e.V. ist seit 2005 in Osnabrück etabliert. Schwerpunktmäßig wird im Verein die chinesische Kampfkunst **Kung Fu** oder „Gong Fu“ unterrichtet. Weitere Abteilungen im Verein sind das **Taiji Quan** (Tai Chi Chuan), und das **Sanda** (chinesischer Freikampf). Die Waffenkünste werden als Teil der Abteilungen Kung Fu und Taiji unterrichtet. Auch gibt es eine **Kinder Kung Fu** Gruppe.

Lehrer der Abteilungen ist der Sportphysiotherapeut **Jochen Wolfgramm**, der seit 1989 in den chinesischen Kampfkünsten ausgebildet wird.

Der Verein hat mit den Abteilungen Krav Maga und Moderne Schwertkunst noch weitere Angebote im Programm. Dazu informieren wir auf der Internetseite oder in einem Extraflyer.



ANFAHRT

Mit dem Bus:

Die Linie 81/82. 4te Haltestelle vom Hauptbahnhof aus kommend: Rheinische Str.

Mit dem Auto/Fahrrad:

Vom Ring aus kommend stadtauswärts „An der Petersburg“ - „Hannoversche Straße“ - gegenüber vom Lidl. Parken am Seitenstreifen.

HANNOVERSCHE STR. 18
49084 OSNABRÜCK
0541 - 5000731
WWW.BAILUNG.DE
INFO@BAILUNG.DE

BAILUNG

VEREIN FÜR ASIATISCHE
KAMPFKÜNSTE



KAMPFKUNST IN OSNABRÜCK

Zentrum für Kung Fu:
Tang Lang Quan
Tong Bei Quan
Waffenkünste
Taiji Quan
Qi Gong
Sanda

白龍

Vielfalt der chinesischen Kampfkünste



SEMINARE UND TRAININGSFAHRTEN

Die besonders intensiven Verbindungen zu China durch den Lehrer und Mentor des Vereins „Zhang Xinbin“, geben den Vereinsmitgliedern die Möglichkeit regelmäßig an Seminaren mit bekannten und kompetenten Gastlehrern aus China und ganz Europa, sowie an regelmäßigen Trainingscamps in China oder Europa teil zu nehmen. „Lernen aus erster Hand.“

KUNG FU UND TAIJI

China hat eine jahrhunderte alte Tradition der Kampfkünste, genannt **Kung Fu**. In unserem Verein pflegen wir die Stile **Tang Lang** und **Tong Bei Quan**. Hierin enthalten sind traditionelle Trainingsmethoden, die Körper und Geist als Einheit trainieren. Steht für den Anfänger zu Anfang hauptsächlich das Training des Körpers im Vordergrund, nimmt das Training von Geist und Charakter später immer mehr Raum ein. Dazu kommen dann auch die Waffenkünste mit den traditionellen chinesischen Waffen (Stock, Säbel, Schwert usw.).



Taiji Quan (Tai Chi Chuan) und QiGong sind ebenfalls in einem Kurs fester Bestandteil unseres Angebots. Durch die sanften Bewegungen und die verstärkte Aufmerksamkeit auf sich Selbst, ist Taiji der ideale Ausgleich zum Alltagsstress. Das **Qi Gong** ist als Heilverfahren bei vielen Erkrankungen mittlerweile anerkannt. Bei uns wird der Yang Stil des Taiji unterrichtet.

Sanda schließlich, ist der Kurs für die Anhänger des sportlichen Kampfes. Hier finden neben Schlägen und Tritte auch Würfe ihre Anwendung. Trainiert wird in einem Extraraum mit Matten und Schutzausrüstung.

FÜR JUNG UND ALT

Durch das reichhaltige Angebot an Kursen, hat der Bailung e.V. für Kampfkunstinteressierte jeden Alters das passende parat. So sind alle im Alter von 6 Jahren bis 99 Jahren herzlich willkommen.



Die genauen Trainingszeiten und Preise können Sie dem beiliegendem Blatt entnehmen oder schauen Sie auf unsere Internetpräsenz (www.bailung.de). Dort gibt es auch laufend Informationen zu Anfängerkursen.

Wir hoffen Sie schon bald bei uns begrüßen zu dürfen.