

Shaolin Si Wushu Guan



Gong Fu

Tai Ji Quan

San Shou

Shaolin Wushu

I Göteborg kan vi erbjuda den unika möjligheten att träna för stridsmunken Shi Xing Xue, Shaolintemplets officiella representant i Norden. Shaolintemplet är känt över hela världen som kampkonstens vagg. Dess många generationer munkar har sedan 500-talet blivit legendomspunna för sin skicklighet i kamp och friskvård.

För ytterligare information se vår hemsida:

www.shaolin.se

Shaolin Si Wushu Guan

bildades 1998 och är en ideell idrottsförening ansluten till svenska Budo & Kampsportsförbundet. Föreningens medlemmar har rönt stora framgångar i nationella Wushutävlingar. Tillsammans med föreningens medlemmar ordnar vi fester och filmvisningar. Varje sommar finns möjligheten att som medlem under eget ansvar åka med på träningsresa till Shaolin.

Tai Ji är ett kinesiskt filosofiskt begrepp som rör alltings varande, och översätts; källan till allt. Grundprinciperna i denna filosofi är de två energierna YIN och YANG. Dessa båda energier skiljs ej åt, utan skall samverka och fungera i harmoni med varandra som en helhet. Tai Ji finns i allting och verkar överallt.

Vi tränar:

Tai Ji Quan (Chen) en kampkonst som lärs ut av Shaolinmunkarna enligt Tai Ji principerna. Chen Tai Ji kännetecknas av att den är mer dynamisk och har tydliga skiften mellan snabbt och långsamt. Ställningarna är förhållandevis låga och applicerbarheten förhållandevis hög. Quan "Chen" betyder kamp.

San Shou också känd bland det kinesiska folket som "sanda". I forntidens Kina var namnet "da leitai" (da: strid, leitai: ringen där kampen pågår). San Shou innehåller sparkar, slag, kast, och grepp. Kasten är av typen "snabbkast", och skall utföras inom 2 sekunder.

Gong Fu är känd i Kina som wushu (som löst kan översättas till "stridandets konst"). Wushu är en del av kinas tradition och kultur. Song-bergens Shaolin tempel är känd som källan till kinesisk wushu. Wushu innehåller olika slags traditionella "taolu", eller handformer. Också vapenformer utövas, som sabel, spjut, stav, svärd, piska med mera, totalt 18 olika vapentyper.

www.shaolin.se