

Qiang - Chinesischer Speer



Eine der altchinesischen Waffengattungen sind die Langwaffen. Hierzu gehören Langstock, Hellesbarde und Speer.

Der Speer setzt dem Langstock die Krone auf: eine metallene Spitze. Das Speertraining kann ein bedeutender Schritt für Kampfkunstpraktizierende auf ihrem Erfahrungsweg sein.

In der Übungspraxis wird das Wandlungselement Feuer greifbar und spürbar: Feuer ist heiß, verzehrend, um sich greifend und wachsend.

Der Speer wird mit flexiblem und doch sicherem Griff mit beiden Händen geführt, die am Speerschaft dynamisch entlang gleiten.

Im Kurs üben wir eine Speerform von He Lin Lin, die uns Martin Neumann vom Dao-Zentrum Berlin gelehrt hat, sowie eine kurze Partnerform zu zweit. Letztere vertieft praktisch unser Verständnis der Bewegungen in der Soloform. Übungswaffen werden für die Dauer des Kurses kostenlos zur Verfügung gestellt.

Kursleitung	Annette Maul, Trainerin für Taichi, Schwertkunst, Kampfkunst
Probestunde	Die erste Kursstunde ist am 10. Januar 2019 unverbindlich zum Ausprobieren. Verbindliche Anmeldung bis spätestens zur zweiten Stunde.
Termine	Do, 18:00 - 19:10: 10.01., 17.01., 24.01., 31.01., 07.02., 14.02., 21.02., 28.02., 14.03., 21.03.2019
Ausfall	Kursausfall wegen Belegung der Halle durch eine Schulveranstaltung oder Erkrankung der Kursleitung wird nachgeholt. Für nicht besuchte Stunden werden keine Kosten erstattet.
Kosten	Kursbeitrag für 10 x 70 Minuten: 80 €. Überweisung bis spätestens zur zweiten Kursstunde (17.01.2019) oder Barzahlung in der zweiten Kursstunde gegen Quittung.
Anmeldung	Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Daher empfehlen wir frühzeitig eine unverbindliche Platzreservierung unter info@zanchin.de oder 0911-2878222. Bei Nichterscheinen oder Rücktritt vom Angemeldeten können nach Reihenfolge des Anmeldedatums Interessenten nachrücken.
Haftung	In der Kursgebühr ist eine Sportunfall- und Haftpflichtversicherung enthalten.
Mitbringen	Unbedingt: Hallenschuhe zum Wechseln oder Socken; bequeme Freizeitkleidung
Übungsort	Schulgymnastikhalle im Altbau der Dr.-Theo-Schöller-Schule, Schnieglinger Straße 38, 90419 Nürnberg. Eine ausführliche Wegbeschreibung, wie man in die Halle im Altbau der Schule gelangt, wird nach eingegangener Anmeldung per Mail zugeschickt.
Veranstalter	ZANCHIN Kampfkunst e.V. www.zanchin.de info@zanchin.de 0911-2878222