

STOCK KAMPF KUNST

KÄMPFEN|SPIELEN|ZENTIEREN

mit Wilhelm Heß



Workshop
26.April 2020
Praxis Lebenswege
10-17Uhr|80€



STOCK KAMPF KUNST

KÄMPFEN | SPIELEN | ZENTIEREN

Workshop 26.April 2020 Praxis Lebenswege 10-17Uhr 80€

Frühbucher bis 14.April 70€

mit Wilhelm Heß

INFO: WWW.STICK-2-GETHER.DE







Lerne während spielerischer, rhythmischer und dynamischer Momente die Grundlagen zur Handhabung der Stöcke.

Auf der Basis von philippinischer Stock-Kampfkunst entwickeln wir unsere Kreativität und Leichtigkeit.

Neben dem Erlernen der 12 Grundschläge des Philippinischen Stockkampfes, von Schlagabfolgen aus verschiedenen Systemen und traditioneller Formen, gibt es rhythmische Übungen, genannt "Talking Sticks".

Auch Entspannungs- und Bewegungstechniken aus der Theaterarbeit und dem Tanz fließen mit ein.

Ein ganz wesentliches Element im Unterricht ist das Prinzip des Innehaltens. Ein Moment des NICHT-TUNS, der dazu dient, sich neu zu orientieren, neue Aspekte wahrzunehmen und zur Ruhe zu kommen, selbst wenn wir in Aktion sind.

Anmeldung: Praxis Lebenswege
Bad Höhenstadt 203
94081 Fürstenzell
+49 1749830987 oder silviawenzl@gmx.de