

Кунг-Фу г. Киев



Київ, Україна

Боевое Кунг-Фу

Клуб боевых искусств "Чёрный Лотос" проводит набор в группу для занятий Кунг-Фу боевого направления.

В программу занятий входит:

1. Работа по трём северным направлениям:
 - металлический дракон;
 - тигр;
 - парящий орёл.
2. Мягкий Цигун (правильное дыхание, работа с энергией);
3. Жёсткий Цигун (набивка по стилю Железная Рубашка);
4. Элементы Хатха Йоги.
5. Очень дружный и приветливый коллектив ☺

Расписание тренировок:

Вт. – 16:30-18:00

Чт. – 16:30-18:00

Сб. – 08:30-10:00

Практикуется бой один на один, а так же один против нескольких.

Инструктор помогает правильно понять принцип грамотного построения ударных связок, а так же объясняет психологию уличного боя.

Техника рассчитана на реальную и эффективную боевую самооборону.

В группу набираются как мужчины так и женщины от 16 лет и старше. Физические данные значения не имеют. Первое занятие всегда пробное и бесплатное.

Кроме групповых занятий так же есть индивидуальные (время оговаривается).

Обращаться по тел. (093)748-62-04

Всегда рады Вас видеть!

