

# 3. Sommerlager 2019 – Österreichischer Wushu Verband

Sanda, Bagua, Chang Quan, Taiji, Xingyi, Gunshu



Der **Österreichischer Wushu Verband** möchte alle Wushu und Taiji Begeisterte zum Trainingslager im wunderschönen Salzburger Lungau begrüßen.

Es ist uns wieder gelungen hochqualifizierte chinesische Wushu Trainerinnen und Trainer für unser Sommertrainingslager zu verpflichten.

**Prof. Tao Meng** von der **Capital University of Physical Education and Sport**, Peking  
**polnische Nationaltrainerin Xi Jing He**

**Meng Long SHI** ehemaliger professioneller Sanda Athlete und chinesischer Staatsmeister - Sanda  
Lektor an der An Hui Sport Universität in Hefei  
werden unser Training leiten.

**Prof. Tao Meng:** Taiji, Xing Yi, Ba Gua

**Xi Jing He:** Chang Quan: 3<sup>rd</sup> set, Gun Shu: 1<sup>st</sup> set, bitte eigenen Stock mitbringen – bei voriger Anfrage kann bei uns einer erworben werden

**Meng Long SHI:** Sanda

**Organisation:** Österreichischer Wushu Verband

**Ort:** Jugend- und Familiengästehaus Mauser, Mühltaler Markt 86, 5570 Mauterndorf, Austria

**Anmeldung:** office@wushu-awf.at

Bei Bezahlung bis **6. Juni 2019** gilt eine 20 € Preisreduktion für Packages bzw. Kurse (s.u.).

## Packages

Alle Kurse, Unterkunft Vollpension, An-/Abreise (Bus Wien – Mauterndorf - Wien)

- Erwachsene (Alter 15+) alle Kurse: 510€ | 490€\*
- Kinder (6 - 14) alle Kurse: 470€ | 450€\*
- Kinder (6+) Kids Wushu Programm: 400€ | 380€\* (inkl. aller Eintritte)
  
- Doppelzimmeraufpreis: +5€ pro Tag und Person
- Einzelzimmeraufpreis: +10€ pro Tag

Es ist nicht verpflichtend in der angegebenen Unterkunft zu übernachten, die Kurse können auch separat gebucht werden:

## Kurse

- 190€ | 170€\* - 1 Wushu Programm (für Nicht-IWUF Mitglieder 220€)
- 250€ | 220€\* - Alle Wushu Programme (für Nicht-IWUF Mitglieder 270€)
- 95€ | 75€\* - Kids Wushu Programm 6+ Jahre - +55€ | +35€\* für weitere Geschwister

\* Bei Anmeldung und Bezahlung vor dem **6. Juni 2019**

## Duan Prüfungen

können am letzten Kurstag absolviert werden, wenn die Voraussetzungen erfüllt sind

- 1<sup>st</sup> Duan: 60€
- 2<sup>nd</sup> Duan: 90€
- 3<sup>rd</sup> Duan: 130€

Für Nicht-Österreicher bitte um eine Bestätigung vom jeweiligen Landesverband

## An-/Abreise von Wien, Busreise (im Package Preis inkludiert)

- Abfahrt 17. August 2019 9:30, Wien Schwedenplatz, Nachtbus Station
- Ankunft 23. August 2019 14:30, Wien Schwedenplatz, Nachtbus Station

### **Prof Tao Meng (Wushu 7. Duan)**

- Als Professorin an der Capital University of Physical Education and Sport ist sie eine der begehrtesten Trainerinnen Pekings.
- Prof. Meng ist nationale Kampfrichterin und auf allen Wettbewerbslevels der Chinese Wushu Association tätig.
- Prof. Meng ist Senior Beraterin der US Wushu Academy und war als Gastwissenschaftlerin an der University of the Pacific, Kalifornien USA tätig.
- Im Jahr 2012 wurde Sie in die USA als Schiedsrichterin für die American Youth Wushu Selection eingeladen.
- Seit 2001 hält Prof. Meng wiederholt Vorträge und nahm an kulturellen Austauschaktivitäten in den USA, Deutschland, Italien, Indien und anderen teil.



### **Xi Jing He (Wushu 6. Duan)**



- Xi Jing begann mit dem Training der chinesischen Kampfkünste im Alter von 6 Jahren.
- Ihr Lehrer Gao Ji Wu ist Vertreter des Bagua Zhang Stils in 6. Generation. Sie ist eine der führenden chinesischen Wushu Athletinnen in Chang quan, Schwert, Säbel, Speer, Stock, Wettkampf- und traditionelle Formen, Shaolin und Taiji.
- Als Wettkämpferin erreichte sie vier Goldmedaillen bei internationalen Wushu Turnieren (2012 bis 2015) und holte dreimal Gold bei nationalen chinesischen Meisterschaften

(2007 und 2008).

- Nach ihrem Abschluss im Jahr 2010 wurde sie polnischen Wushu Nationaltrainerin und als Lehrerin ans Konfuzius Institut der Vistula Universität Warschau bestellt.
- Darüber hinaus ist Xi Jing ist als internationale Kampfrichterin tätig.

### **Shi Meng Long (7. Wushu Duan)**

Ehermaliger professioneller Athlet und chinesischer Sanda Staatsmeister

Sanda Lektor an der An Hui Universität in Hefei

## Anmeldeformular - Sommerlager 2019

Vorname \_\_\_\_\_ Nachname \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_ (YYYY/MM/DD) Tel \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_ Straße \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Kurse:       Package | alle Stile       Taiji       Xing Yi + Ba Gua  
               Chang Quan                     Gun Shu       Sanda (inkludiert alle Stile)

Prüfung:     1. Duan     2. Duan     3. Duan

Stil \_\_\_\_\_

### Unterkunft

1)  Package                    2)  Mehrbettzimmer    3)  vegan  
    anders                         Doppelzimmer         Kids Wushu Programm  
    selbst organisiert         Einzelzimmer          An-/Abreise selbst org,

Eigene Anmerkungen

Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

---

## Anmeldeformular – Sommerlager 2019

Vorname \_\_\_\_\_ Nachname \_\_\_\_\_

Geburtsdatum \_\_\_\_\_ (YYYY/MM/DD) Tel \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_ Straße \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Kurse:       Package | Alle Stile       Taiji       Xing Yi + Ba Gua  
               Chang Quan                     Gun Shu       Sanda (inkludiert alle Stile)

Prüfung:     1. Duan     2. Duan     3. Duan

Stil \_\_\_\_\_

### Unterkunft

1)  Package                    2)  Mehrbettzimmer    3)  vegan  
    anders                         Doppelzimmer         Kids Wushu Programm  
    selbst organisiert         Einzelzimmer          An-/Abreise selbst org,

Eigene Anmerkungen

Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

## Wushu Programm alle Kurse\*\*

Samstag 17.08.18	Sonntag 18.08.2019	Montag 19.08.2019	Dienstag 20.08.2019	Mittwoch 21.08.2019	Donnerstag 22.08.2019	Freitag 23.08.2019
	<b>07:30</b> Frühstück	<b>07:30</b> Frühstück	<b>07:30</b> Frühstück	<b>07:30</b> Frühstück	<b>07:30</b> Frühstück	<b>07:30</b> Frühstück
<b>09:30 Abfahrt von Wien mit dem Bus</b> Schwedenplatz Nachtbus Station	<b>08:30 – 10:15</b> Taiji <u>Prof Meng Tao</u>	<b>08:30 – 10:15</b> Taiji <u>Prof Meng Tao</u>	<b>08:30 – 10:15</b> Taiji <u>Prof Meng Tao</u>	<b>08:30 – 10:15</b> Taiji <u>Prof Meng Tao</u>	<b>08:30 – 10:15</b> Taiji <u>Prof Meng Tao</u>	Checkout  <b>10:00 Abfahrt von Mauterndorf</b>
	<b>10:30 – 12:15</b> <b>3. Chang Quan</b> <u>Xi Jing He</u> <b>Sanda</b> <u>Shi Meng Long</u>	<b>10:30 – 12:15</b> <b>3. Chang Quan</b> <u>Xi Jing He</u> <b>Sanda</b> <u>Shi Meng Long</u>	<b>10:30 – 12:15</b> <b>3. Chang Quan</b> <u>Xi Jing He</u> <b>Sanda</b> <u>Shi Meng Long</u>	<b>10:30 – 12:15</b> <b>3. Chang Quan</b> <u>Xi Jing He</u> <b>Sanda</b> <u>Shi Meng Long</u>		
<b>~14:00</b> Ankunft + Check in	<b>12:45 – 14:30</b> Mittagessen	<b>12:45 – 14:30</b> Mittagessen	<b>12:45 – 14:30</b> Mittagessen	<b>12:45 – 14:30</b> Mittagessen	<b>12:00</b> Wandern - Gemeinsames Programm in Lungau	<b>~14:30 Ankunft in Wien</b> Schwedenplatz Nachtbus Station
<b>16:30 – 18:15</b> <b>1. Gun Shu</b> <u>Xi Jing He</u> <b>Sanda</b> <u>Shi Meng Long</u>	<b>14:30 – 16:15</b> <b>1. Gun Shu</b> <u>Xi Jing He</u> <b>Sanda</b> <u>Shi Meng Long</u>	<b>14:30 – 16:15</b> <b>1. Gun Shu</b> <u>Xi Jing He</u> <b>Sanda</b> <u>Shi Meng Long</u>	<b>14:30 – 16:15</b> <b>1. Gun Shu</b> <u>Xi Jing He</u> <b>Sanda</b> <u>Shi Meng Long</u>	<b>14:30 – 16:15</b> <b>1. Gun Shu</b> <u>Xi Jing He</u> <b>Sanda</b> <u>Shi Meng Long</u>		
<b>18:45</b> Abendessen	<b>16:30 – 18:15</b> <b>Ba Gua+XingYi</b> <u>Prof Meng Tao</u>	<b>16:30 – 18:15</b> <b>Ba Gua+XingYi</b> <u>Prof Meng Tao</u>	<b>16:30 – 18:15</b> <b>Ba Gua+XingYi</b> <u>Prof Meng Tao</u>	<b>16:45 – 18:30</b> Duan Prüfungen	<b>18:45</b> Abendessen	
	<b>18:45</b> Abendessen	<b>18:45</b> Abendessen	<b>18:45</b> Abendessen	<b>18:45</b> Abendessen		
				<b>20:00</b> Get-Together		

\*\*Änderungen vorbehalten

## Kids Wushu Programm\*\*

Samstag 17.08.18	Sonntag 18.08.2018	Montag 19.08.2018	Dienstag 20.08.2018	Mittwoch 21.08.2018	Donnerstag 22.08.2018	Freitag 23.08.2018
	<b>07:30</b> Frühstück	<b>07:30</b> Frühstück	<b>07:30</b> Frühstück	<b>07:30</b> Frühstück	<b>07:30</b> Frühstück	<b>07:30</b> Frühstück
<b>09:30 Abfahrt von Wien mit dem Bus</b> Schwedenplatz Nachtbus Station	<b>08:30</b> Freizeit, Spiele, Tischtennis, Akrobatik	<b>08:30</b> Freizeit, Spiele, Tischtennis, Akrobatik	<b>08:30</b> Freizeit, Spiele, Tischtennis, Akrobatik	<b>08:30</b> Freizeit, Spiele, Tischtennis, Akrobatik		Checkout
	<b>10:30</b> Wushu Training	<b>10:30</b> Wushu Training	<b>10:30</b> Wushu Training	<b>10:30</b> Wushu Training		<b>10:00 Abfahrt von Mauterndorf</b>
	<b>12:45</b> Mittagessen	<b>12:45</b> Mittagessen	<b>12:45</b> Mittagessen	<b>12:45</b> Mittagessen	<b>11:00</b> Wandern mit Lunchpaket - Gemeinsames Programm in Lungau	
<b>~14:00</b> Ankunft + Check in	<b>13:30</b> Freizeit	<b>13:30</b> Freizeit	<b>13:30</b> Freizeit	<b>13:30</b> Freizeit	Ausflug Erlebnisberg Großbeck Speiereck oder	
	<b>14:30</b> Wushu Training	<b>14:30</b> Wushu Training	<b>14:30</b> Wushu Training	<b>14:30</b> Wushu Training	Taurachbahn oder Wanderung auf die Alm	<b>~14:30 Ankunft in Wien</b> Schwedenplatz Nachtbus Station
<b>16:30</b> Wushu Training	<b>16:30</b> Freizeit	<b>16:30</b> Freizeit	<b>16:30</b> Freizeit	<b>16:30</b> Freizeit		
<b>18:45</b> Abendessen	<b>18:45</b> Abendessen	<b>18:45</b> Abendessen	<b>18:45</b> Abendessen	<b>18:45</b> Abendessen	<b>18:45</b> Abendessen	

\*\*Änderungen vorbehalten