

Shaolin Tong Bei Quan

22.02.2026

Shaolin Tong Bei Quan ist ein traditionelle und sehr bekannte Shaolin Form.

Sie kombiniert die Basisstände und Grundübungen mit fließenden Bewegungen und fördert die Beweglichkeit in der Hüfte und stärkt Bänder Sehnen und Muskeln.

Mittagessen nur mit Anmeldung!

Teilnahmebeitrag für Mitglieder: 100€
Für Mitglieder mit 10x und Monatskarten: 90€

Termin: Sonntag, 22.02.2026

Zeit: 9:00-12:30 und 14:00-17:00

Ort: Garolden 24

Tel: 0664/1429802