Набор групп по традиционному ушу кунг-фу

Сибирский Шаолинь: для всех желающих древняя система саморазвития и оздоровления набор в группы.
Цигун – гармонизация энергетического баланса человека, избавления от энергетического застоя в меридианах и центрах накопления жизненной энергии Ци , улучшает дыхание, кровообращение, уравновешивает эмоции, успокаивает сознание, даёт энергию для счастливой и полноценной жизни, избавляет от болезней в том числе хронических!
Тайцзицюань – это соединение цигун и боевого искусства – для здоровья и самозащиты, для разных уровней подготовки !
Ушу – направление Южный Шаолинь . Боевое искусство Южного Шаолиня ! Специальная физическая, психологическая и энергетическая подготовка тела! Упражнения на развития силы, гибкости, ловкости, выносливости и баланса. Также упражнения в парах как обще развивающие так и отработка приёмов самозащиты. Освоение различных подражательных стилей боевого Кунгфу.
8913919353один

Ушу традиционный турнир «Золотой лев»

 В молодёжном центре «Звёздный» прошёл турнир по традиционному ушу – кунгфу «Золотой лев».

В турнире приняли участие свыше 60 человек из области и города: ЦВР «Пашенский», «Сибирский Шаолинь», студенты

института Конфуция, клуб аутентичного тайцзи цюань «Лей гун», wellness-центра «Талисман»».
На мероприятии были представлены показательные выступления клубов, а так же соревновательная часть по дисциплинам: ушу таолу, Чжи Юн фа кунгфу – жуангун, цинна а также туйшоу на месте.

 Соревновательный дух и домашняя обстановка помогли участникам достичь максимально высоких результатов. Кроме этого, ребята получили огромный заряд бодрости для дальнейших тренировок. А мы всегда рады видеть новых занимающихся на наших турнирах!

Больше фото с турнира от Ирины Нероповой: https://clck.ru/34BpdM




ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


Л Е В


Л Е В


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ОЛОТОЙ
ЛЕВ


Л Е В


З О Л О Т О
Л Е В


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЛЕВ


Л Е В










ЗОЛОТО
ЛЕВ




ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ






ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ




Л Е В


З О Л О Т О Й
Л Е В





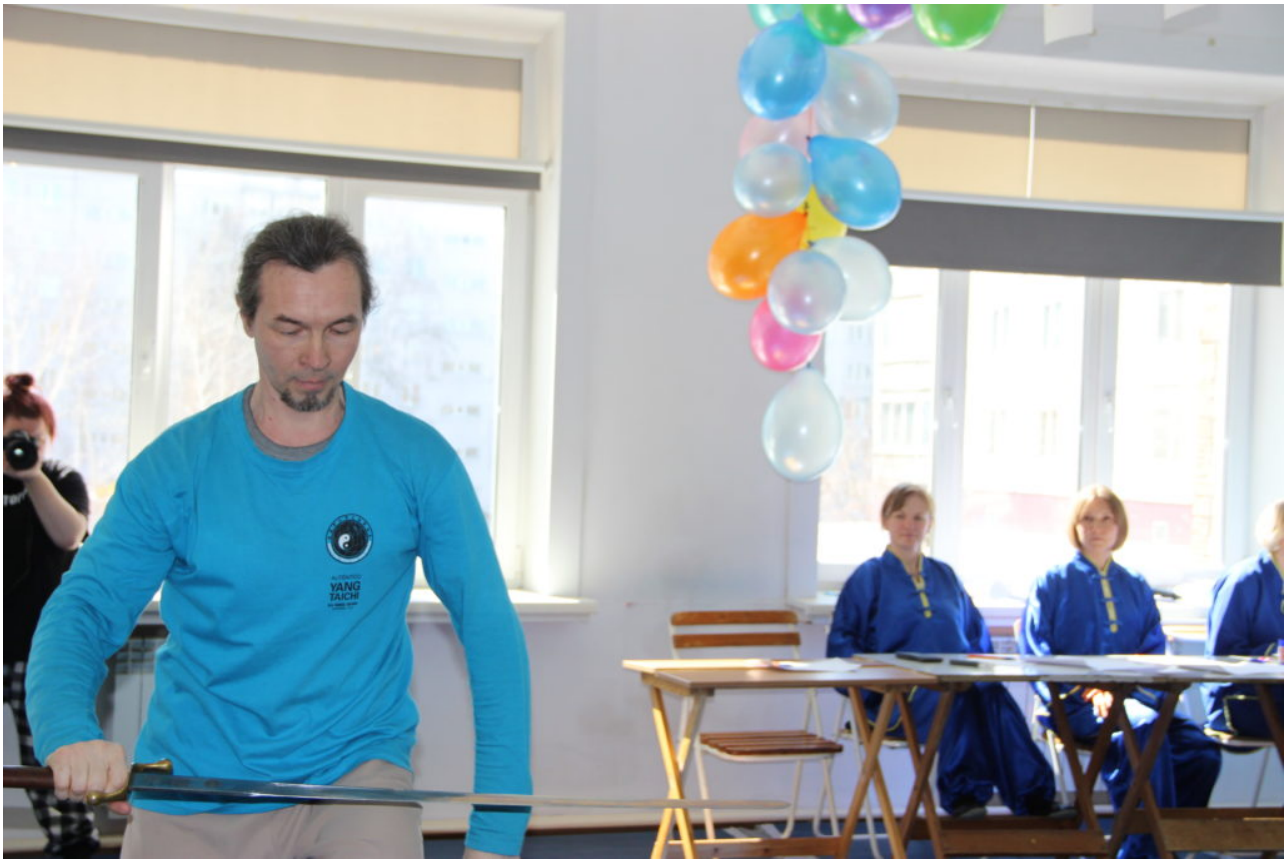




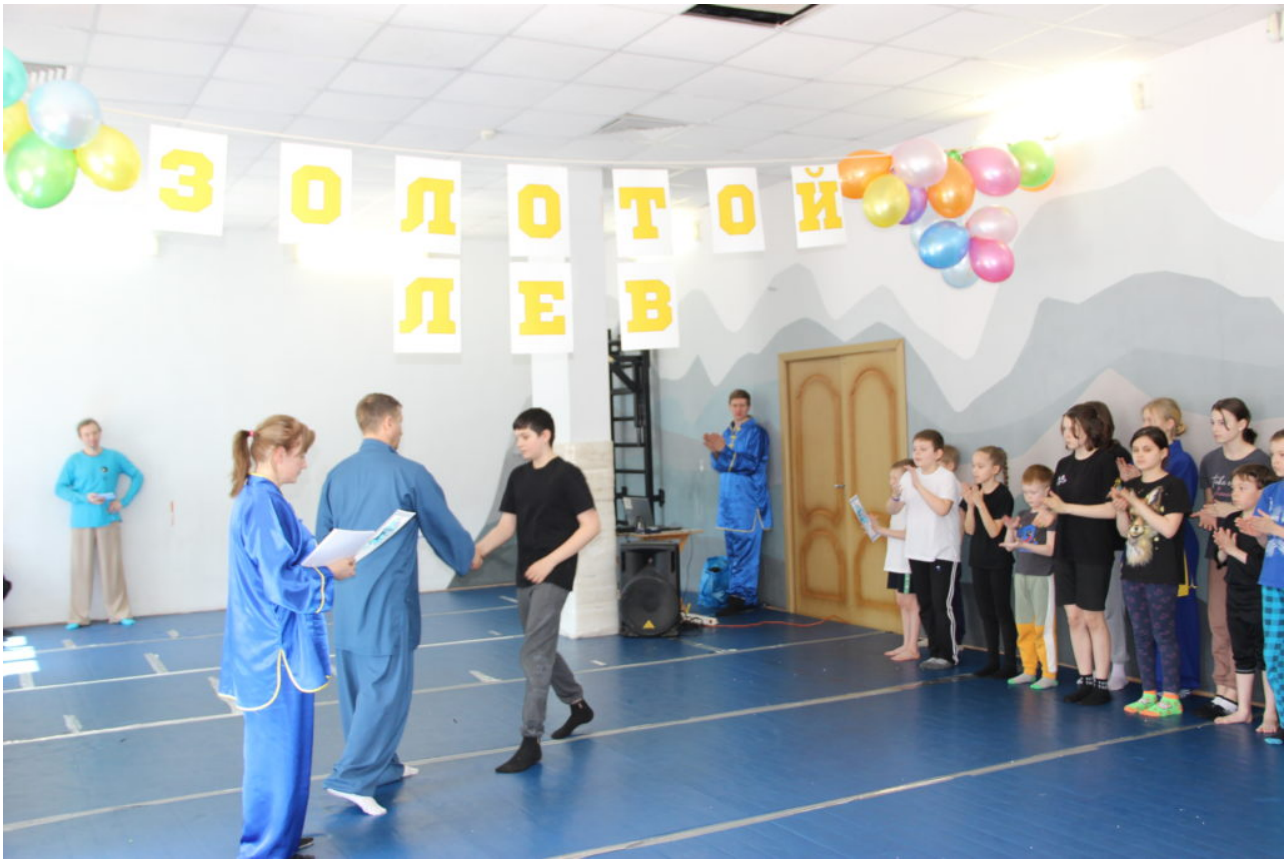







YANG
TAICHI




ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


ЗОЛОТОЙ
ЛЕВ


З О Л О Т О Й
Л Е В


Т О Й
В

Аист – Южного Шаолиня!

П

Применение формы Аиста!

Свободная работа на деревянном манекене.

Кунгфу Сибирский Шаолинь Фестиваль- Культурное наследие народов Сибири

УШУ- Базовые формы, тренировка. 4 августа 2022г

УШУ- Базовые формы

Ушу – один из видов восточных единоборств, который

выбрал в себя уникальные практики оздоровления, укрепления всех систем организма – тайцзицюань и цигун , возможности защитить себя в трудную минуту – кунгфу Южного шаолиня , цинна, туйшоу, а также самое важное – снять стресс и улучшить качества жизни ! Молодежный центр «Звездный» Клуб традиционного ушу «Сибирский шаолинь» приглашает на занятия детей и взрослы Группа для начинающих У-ШУ «Южный шаолинь» для детей и взрослых Группа здоровья ушу «Цигун и тайцзицюань», тел. 8-913-919-35-31. Встречаемся на Кошурникова, 20 #ушу #шаолинь #веер #wushu #цигун #тайцзи #кунгфу #тайцзицюань

Встречаемся на Кошурникова, 20 #ушу #шаолинь #веер #wushu #цигун #тайцзи #кунгфу #тайцзицюань

Тренировка циньна – «искусство захвата и контроля»

Ушу 2022г новый сезон

тренировок!



Ушу – один из видов восточных единоборств, который выбрал в себя уникальные практики оздоровления, укрепления всех систем организма – тайцзицюань и цигун , возможности защитить себя в трудную минуту – кунгфу Южного шаолиня , цинна, туйшоу, а также самое важное – снять стресс и улучшить качества жизни ! Молодежный центр «Звездный» Клуб традиционного ушу «Сибирский шаолинь» приглашает на занятия детей и взрослы Группа для начинающих У-ШУ «Южный шаолинь» для детей и взрослых Группа здоровья ушу «Цигун и тайцзицюань», тел. 8-913-919-35-31. Встречаемся на Кошурникова, 20 #ушу #шаолинь #веер #wushu #цигун #тайцзи #кунгфу #тайцзицюань #боевыеискусства #таолу #shaolin #китай #kungfu #школамастерашиянбина #гунфу #sport #традиционноеушу #taiji #тренировка #спорт #тайчи #дао #taichi #единоборства #china #traditional #мастер #Новосибирскушудляначинающих

Аист, туйшоу, циньна кунгфу Шаолиня

Ушу – один из видов восточных единоборств, который выбрал в себя уникальные практики оздоровления, укрепления всех систем организма – тайцзицюань и цигун , возможности защитить себя в трудную минуту – кунгфу Южного шаолиня , цинна, туйшоу, а также самое важное – снять стресс и улучшить качества жизни ! Молодежный центр «Звездный» Клуб традиционного ушу «Сибирский шаолинь» приглашает на занятия детей и взрослы Группа для начинающих У-ШУ «Южный шаолинь» для детей и взрослых Группа здоровья ушу «Цигун и тайцзицюань», тел. 8-913-919-35-31. Встречаемся на Кошурникова, 20 #ушу #шаолинь #веер #wushu #цигун #тайцзи #кунгфу #тайцзицюань #боевыеискусства #таолу #shaolin #китай #kungfu #школамастерашиянбина #гунфу #sport #традиционноеушу #taiji #тренировка #спорт #тайчи #дао #taichi #единоборства #china #traditional #мастер #Новосибирскушудляначинающих