Кунг фу – оно во всем кунг фу !

Почему шаолиньские монахи занимаются ушу на снегу?
Занятия боевыми искусствами на улице в морозную погоду уже тысячу лет помогает монахам набирать форму и развивать выносливость. Мы подготовили для вас видео с лучшими приемами от боевых монахов Шаолиньского монастыря:

http://sibkungfu.ru/wp-content/uploads/2018/01/Почему-шаолиньские-монахи-занимаются-ушу-на-снегу.mp4
Хорошая подборка коротких клипов, показывающая что такое гунфу в повседневной жизни и не только 1

http://sibkungfu.ru/wp-content/uploads/2018/01/кунг-фу-36_n.mp4