

# JKATAKATA

ÖSSZHARCművésZETI ÉS KULTURÁLIS MAGAZIN

III. ÉVFOLYAM 3. SZÁM

ÁR: 395 Ft

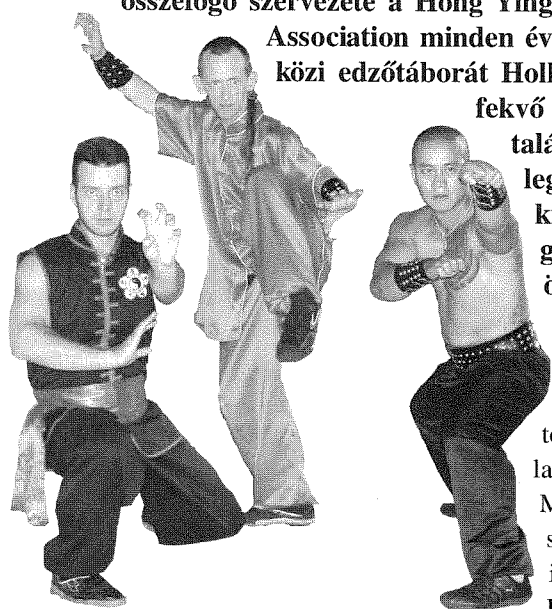


# Nemzetközi Choy Li Fut, Tai Chi, San Da edzőtábor Hollandiában

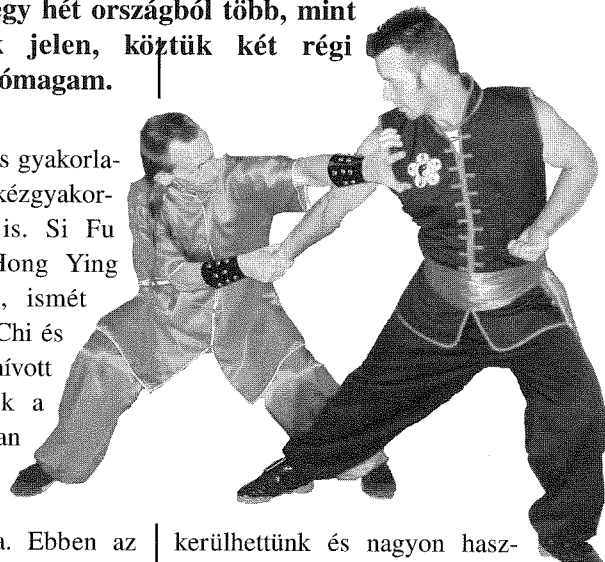


A Plumblossom International Federation of Choy Li Fut and Tai Chi, Doc-Fai Wong Nagymester által alapított nemzetközi harcművészeti szövetség, európai összefogó szervezete a Hong Ying Chinese Martial Arts International Association minden év augusztusában megrendezi nemzetközi edzőtáborát Hollandiában, egy Amszterdamtól délre

fekvő kisvárosban, Leidenben. Már jó négy éve látogatom ezeket a találkozókat és azt hiszem elmondhatom, eddig talán ez volt a legnagyobb, szakmailag, hangulatában és a szociális oldalát tekintve is. Egy igazán színes és jó hangulatú, érdeklődő társaság gyűlt össze, mintegy hét országból több, mint ötvenen voltunk jelen, köztük két régi tanítványom és jómagam.



idő fegyveres páros gyakorlatok és Tai Chi lökőkézgyakorlatok elsajátítására is. Si Fu Mark Horton, a Hong Ying szövetség vezetője, ismét igen sok neves Tai Chi és Kung Fu mestert hívott



meg. Kiemelném közülük a képeken is szereplő Chan Wan Fai Si Fut, aki Nagymesterünk szövetségének Belgiumi vezetőinstructora. Ebben az évben különösen sok San Da technikát tanított mindenkinek és lélegzetelállítóan gyors, dinamikus mozgásával ismét nagy hatást gyakorolt ránk.

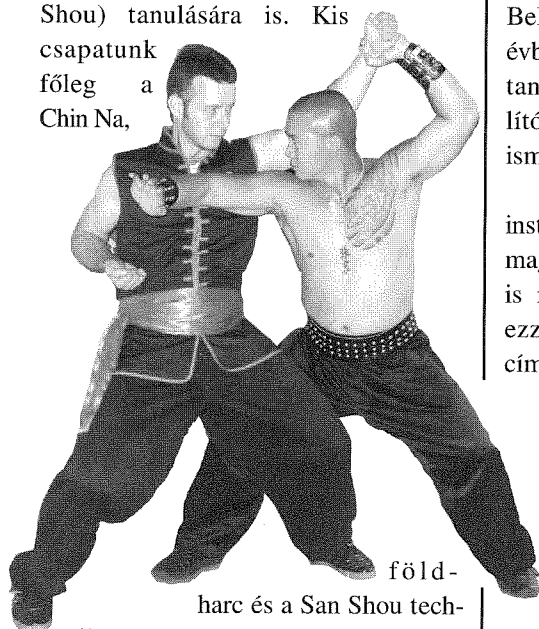
kerülhettünk és nagyon hasznos, a kemény edzések ellenére igazán kellemes hetet tölthettünk Holland edzőtársainknál.

**Pálhalmi János Instruktor**

*A képeken Si Fu Mark Horton, Si Fu Chan Wan Fai és a magyarországi instruktor látható*

A tábor közben sor került egy instruktori tornára is, ahol mind formagyakorlat és küzdelmi kategóriában is igen jó helyezést sikerült elérnem, ezzel a tábor „összesített bajnoka” címet kaptam.

Minden ilyen alkalommal lehetőség van a szövetségünkben oktatott két stílus, a Choy Li Fut és a Tai Chi, illetve a Kínai Kick Box rendszer (San Da vagy San Shou) tanulására is. Kis csapatunk főleg a Chin Na,



föld-harc és a San Shou technikák gyakorlásán fáradozott, de volt

Nagyon örültünk, hogy Si Fu Mark Hortonnal és az összes többi jelenlévő európai instruktorral is még közelebbi kapcsolatba



*Az instruktorok és két magyar tanítvány*

## Choy Li Fut Kung Fu

Edzések:

Budapest IX. ker. Lónyai u. 4/b

FLSC Fitness terem

(Kálvin tértől 2 percre)

Kedd: 18.00 - 20.00

Csütörtök: 20.00 - 22.00

06(70) 238-0712

[www.plumblossom.net](http://www.plumblossom.net)

[www.kungfu.does.it](http://www.kungfu.does.it)

李  
佛  
太  
極

CH  
OY  
L  
I  
F  
U  
T