

21. - 22. Nov 2009  
Hamburg



Karate-Abt.  
Altonaer Turn- &  
Sportverein v. 1899  
[www.altonaertsv.de](http://www.altonaertsv.de)

Zu den Wurzeln des KARATE

# Weißer Kranich Stil aus Fujian

mit Sifu  
**Martin WATTS**  
(England)

eine der Quellen des NAHA TE (-> Goju-Ryu Karate) aus nächster Nähe hautnah erfahren und die Ursprünge von SANCHIN und TENSHO Kata kennenlernen.

Arbeit an den Prinzipien des TUISHOU (= Kakie, klebende Hände), INFIGHT-Partnerübungen des Weißen Kranich Kung Fu und Partnerübungen mit dem Langstock (= Bo; bitte mitbringen!).

Der Lehrgang ist OFFEN für Karateka aller Stilrichtungen und Praktizierende anderer Kampfkünste (Anfänger u. Fortgeschrittene).

Altonaer Turn- u. Sportverein  
von 1899 e.V.

Sporthalle Thadenstraße 125  
22767 Hamburg

Sa 21.11.09 11:00 - 13:00  
14:00 - 17:00

So 22.11.09 10:00 - 12:00  
13:00 - 15:00

Lehrgangsgebühr 40,- EUR

Anmeldung/ Information

Peter Lembke  
040 - 36 55 08 / 0163 - 144 6540  
[info@iogkf-germany.de](mailto:info@iogkf-germany.de)

Vita:

**Sifu Martin WATTS**

ist Student von Sifu  
Pan Cheng Miao und  
authorisiert durch das  
*Ong-Gong-Shr-Wushu-  
Guan* aus Yongchun,  
Fujian.

Weitere Informationen  
unter:

[www.fujianbaihe.com](http://www.fujianbaihe.com)



以武会友