

## Prüfungsstufen Kung Fu

	<u>Handform</u>	<u>Waffenform</u>	<u>Qigong</u>
<b>Stufe 1</b>	1. Langfaust + Anwendungen	Stock und Schwert Grundübungen	Stehende Säule 1-4 (je 2 Min.) Seidenübung 1
<b>Stufe 2</b>	2. Langfaust + Anwendungen	Kleine Schwert + Stockform	Der ruhende Drache + rotierender Ball Seidenübung 2 Schildkrötenform
<b>Stufe 3</b>	32er Langfaust	San Cai Schwert 32er Stockform	Den Tiger halten + im Strom stehen Seidenübung 3 Kranichform
<b>Stufe 4</b>	3. Langfaust	1. Speerform San Duan Säbel	Wu Chi (5 Min.) Chengbao Zhuang (15 Min.) Tigerform

Ab der 4. Stufe kann sich der Schüler entscheiden, ob er weiter in der kämpferisch, akrobatischen Richtung, oder den inneren Stilen lernen möchte.

Die Prüfungen finden während des Trainings statt. Eine gesonderte Gebühr fällt nicht an. Ab der 1. Stufe kann eine rote Schärpe getragen werden.