

QWAN-KI-DO-Club Dietikon



Qwan Ki Do ist eine vietnamesisch-chinesische Kampfkunst. Das vielfältige Trainingsangebot zielt auf eine ganzheitliche Ausbildung in der Selbstverteidigung ab.

Während Qwan Ki Do und Co Vo Dao Kondition, Selbstbeherrschung und Koordinationsfähigkeit fördert, stärk TÂM THÊ die Konzentrationsfähigkeit undführt zu innerer Ausgeglichenheit.

Mehrere Studien haben ergeben, dass das Ausüben von Kampfkünsten besonders auf Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene einen positiven Effekthat. Im Wettkampf lernt man unter hohem Druck mit Belastungen umzugehen.

Dabei stehen die Sicherheit und Gesundheit immer im Vordergrund. Erfolgserlebnisse stärken das Selbstvertrauen.

Trainings-Ort und Zeiten:

Turnhalle Schulhaus Zentral Bremgartenstr.15,
8953 Dietikon

Dienstags:

18:00 – 19:00 Uhr Kindertraining

19:00 – 19:30 Uhr Co Vo Dao(Waffen)

19:30 – 21:00 Uhr Jugend+Erwachsene

Freitags:

18:00 – 19:00 Uhr Kindertraining

19:00 – 20:00 Uhr Jugend+Erwachsene

Unverbindliches kostenloses Probetraining und
Anmeldung zu den genannten Zeiten

Kontakt Trainer:

Angelo Zappulla

2. Dan

076 529 08 59

