



Ein Leben für VC-Ving Chun

Liebe Leserinnen und Leser,

ich mache seit 20 Jahren Ving Chun und habe fast 30 Jahre Kampfsporterfahrung. In den vielen Jahren, die ich Ving Chun unterrichte, habe ich weit über 100.000 Menschen trainiert: Männer, Frauen und Kinder jeder Altersgruppe und aller Bildungs- und Bevölkerungsschichten. Dabei habe ich unglaublich viele Vorfälle und Begebenheiten erlebt, die zum Leben des Menschen gehören und die den Erfahrungsschatz eines Sifus stark prägen. Positive und negative Ereignisse, die meinen Schülern passiert sind, von Geburt bis Tod, Unfälle, Krankheiten, Hochzeiten usw. - Glücksfälle und Schicksalsschläge.

Dazu kommt, dass ich in den vielen Jahren nicht nur Unterricht, sondern auch fast 3.000 Seminare gegeben habe, von Ving Chun-Selbstschutz, -Bodyguard, -Esoteric, -Weapon, -Dynamic, -Dynamic Defense bis zu -Management sowie natürlich viele Spezialseminare. Zu meinen Seminaren kamen viele normale Durchschnittsbürger, die etwas für ihren eigenen Schutz lernen wollten und Spaß an meinen Lehrgängen hatten. Ich habe aber auch viele Seminare durchgeführt

für Firmen, verschiedene Institutionen, Hotelketten, Polizei, Sicherheitsfirmen, Zivildahnder usw. Die Teilnehmer wollten etwas für sich selbst lernen, für ihre Firma oder für ihre Familien und fanden das, was sie suchten, im VC-Ving Chun.

Davon zeugen viele Dankschreiben, Anrufe und positive Rückmeldungen, die ich im Laufe der Jahre immer wieder erhalten habe. Dafür bedanke ich mich an dieser Stelle herzlich, denn es freut mich selbstverständlich sehr, wenn ich jemandem mit VC-Ving Chun etwas Positives gegeben habe, egal ob es ein Kind ist, dessen Eltern froh über seine Entwicklung durch VC-Ving Chun sind, die sich in vielen Fällen sogar positiv auf die Schulnoten auswirkt, oder ob eine Firma mir ein Referenzschreiben sendet, weil sie die Zusammenarbeit mit mir überzeugt hat.

Wenn man ein Konzept hat, in dem so vieles enthalten ist, dann kann man im entsprechend großen Umfang arbeiten. Ich habe immer die vielen verschiedenen Aspekte des Ving Chun angeboten, unter anderem auch um zu zeigen, dass VC-Ving Chun mehr ist als nur Selbstverteidigung. Es ist vielmehr eine Hilfe, ein Konzept, das für alle Bereiche des Lebens einsetzbar ist. Es beinhaltet viele Strategien, die man überall im täglichen Leben für sich nutzen kann.

In den langen Jahren, die ich als Lehrer gearbeitet habe, habe ich mit den unterschiedlichsten Menschen zu tun gehabt. Die Erfahrungen, die man in der Arbeit mit Menschen macht, sind ein sehr wertvoller Schatz. Wenn man 20 Jahre Tag für Tag Ving Chun macht, 24 Stunden pro Tag, denn lernt man nicht nur viele, viele Menschen kennen, sondern vor allem auch die Vielfalt der Menschen. Ich habe normale Durchschnittsbürger, die vorher keine Ahnung von Kampfsport hatten, genauso unterrichtet wie Angehörige anderer Kampfkunstsysteme, die jahrelang ihren Stil gemacht haben und oft sehr erfolgreich waren - ob Judo, Karate, Aikido, Boxen, Ringen, Taekwondo oder verschiedene Kung Fu Systeme. Zu mir kamen höhere Dan-Träger und höher gradierte Vertreter verschiedener Stile und Verbände genauso wie Deutsche, Europa- und Weltmeister unterschiedlicher Richtungen.

Zu meinen Schülern gehörten aber auch Ärzte, Anwälte, Ingenieure oder Schauspieler, die für ihren Beruf oder für ihr Privatleben VC-Ving Chun lernen wollten. Es kamen Hausfrauen, die schnell und einfach etwas für ihre Sicherheit lernen wollten, oder Sportler, die Fitness und Dynamic in Verbindung mit Selbstschutz suchten. Geschäftsleute suchten etwas gegen den Stress oder brauchten den körperlichen Ausgleich zur Arbeit.

Meine jahrelangen Erfahrungen habe ich gesammelt und in meinem Lehr- und Unterrichtskonzept berücksichtigt. Durch die vielen Erlebnisse mit so unterschiedlichen Menschen lernt man nicht nur, wie man jeden einzelnen von ihnen unterrichten muss, damit er optimal ausgebildet wird. Man entdeckt auch die Persönlichkeiten der Menschen. Es gibt 8 verschiedene Charaktere, die bei den Menschen zu finden sind. Jede dieser 8 Persönlichkeiten ist anders, individuell. Und jeder dieser 8 Basis-Charaktere ist in meinem VC-Konzept nochmals unterteilt in acht Ausprägungen.

Durch dieses Wissen konnte ich sehr schnell erkennen, mit welcher Art von Mensch ich es zu tun hatte, wenn jemand in meine Schule kam. Es kommt darauf an, wie das Wesen eines Menschen ist, denn davon hängt ab, was und wie er lernt. Ist es ein fauler oder ein fleißiger Mensch, kann er schnell lernen oder braucht er dafür viel Zeit und Geduld? Ist er selbstbewusst oder zurückhaltend? Das alles und vieles mehr muss ein Ausbilder herausfinden, denn Unterrichten ist eine sehr persönliche Aufgabe mit viel Verantwortung.

Meine Aufgabe als Lehrer und Sifu ist es, bei jedem Menschen zu entdecken, was für ein Mensch er ist, und dann aus dem Ving Chun Konzept und aus meinen Erfahrungen das für ihn individuell passende Unterrichtsprogramm zusammenzustellen. Für mich ist Ving Chun eine Schatztruhe, die ich öffne und dann das geeignete für den Schüler heraushole und ihm gebe, damit er alles was er sucht bei mir lernen kann.

Man muss in der Lage sein, bei jedem Schüler zu erkennen, was er will, aber auch, was er braucht, um richtig zu lernen und sich weiterzuentwickeln, und ihm dann alles anzubieten, was ihm das möglich macht.

Da ich mich in den letzten Jahren nicht nur mit der Praxis, sondern auch mit der Geschichte des Ving Chun beschäftigt habe, erkannte ich viele Aspekte, welche die Logik und die Wahrheit des Ving Chun bestätigen. Ich habe mit einigen meiner Schüler, die als Archäologen, Historiker und Wissenschaftler tätig sind, viel über die Geschichte Chinas gesprochen und viele Fakten gefunden, die erklären, wie Ving Chun entstanden ist und wie es sich entwickelt hat.

Kung Fu ist im Grunde eine Ableitung von Tierbeobachtungen und von Lebenserfahrungen der Menschen. Diese wurden in verschiedenen Stilen und Systemen gesammelt. Das Ving Chun System ist heute eine Lebensphilosophie, die uns Wissen über das Leben für unser Leben gibt.

Aus diesem Wissen heraus bin ich heute ein Vorreiter dafür, dass es im Ving Chun keine Fauststöße geben kann. Wir haben in den langen Jahren der Beobachtung von Menschen und der Beschäftigung mit vielen Arten von Kampfkunst und der Analyse von realen Kämpfen erkannt, dass VC-Ving Chun und die anderen **詠春拳** Ving Chun Arten keine Fauststöße haben - und niemals gehabt haben. Wie die Geschichte des Ving Chun zeigt, ist im Ving Chun alles offen. Das heißt, von Grundtechnik über Nottechnik bis zu höheren Techniken wird von jeher mit offenen Händen gekämpft. Hier möchte ich Ihnen als Leserinnen und Leser meines Buches erklären, warum auch heute noch im VC-Ving Chun offene Hände anstelle von Fäusten eingesetzt werden. Das ist übrigens nicht nur im Ving Chun so, sondern in vielen alten Systemen.

Fauststöße sind in Laufe der Jahre von verschiedenen Meistern in ihr System eingeführt worden. Doch ich habe gesehen: wenn Ving Chun wirklich ein System für alle Durchschnittsbürger und -bürgerinnen ist, das jeder leicht lernen kann, so wie es seine Geschichte sagt, wie ist es dann möglich, dass man Anfänger Fauststöße üben lässt?

Handflächenstöße kann jeder neue Schüler schnell ausführen, ohne Talent, Technik oder körperliche



Power zu benötigen. Um aber einen Faustschlag richtig und effektiv einzusetzen, braucht es einerseits Erfahrung und andererseits gute Körperkontrolle. Welcher Schüler und welche Schülerin hat aber über den eigenen Körper diese Kontrolle, wenn er oder sie bei uns anfängt und trainiert?

Natürlich habe ich mich selbst im Laufe meiner Kampfsport-Jahre auch mit Fauststößen beschäftigt, habe sie trainiert und bin in der Lage, einen sehr guten, powervollen Faustschlag anzubringen. Das habe ich auch immer wieder bewiesen, vor meinen eigenen Schülern genauso wie vor fremden Experten. Doch der Neuling und selbst ein Schüler, der bereits mehrere Jahre bei uns trainiert, ist ja noch immer nicht so erfahren und so weit wie wir, das heißt wie ich oder einer meiner langjährigen Schüler und höheren Lehrergrade. Denn wir haben auch die Erfahrungen mit anderen Systemen, die wir vor dem Ving Chun gemacht haben.

Der normale Schüler ist jedoch meistens nicht in der Lage, auf die gleiche Art wie wir zu trainieren und zu kämpfen. Seine körperliche Beschaffenheit und Struktur erlaubt ihm vielleicht nur eine bestimmte Art von Selbstverteidigung. Es ist im Regelfall vorteilhaft und auch leichter für ihn, Handflächenstöße, Fingerstiche und Handkantenschläge zu üben und vor allem bei einer Gefahr einzusetzen, wenn er kämpfen muss. Denn das ist letztlich das Entscheidende: was ist für den durchschnittlichen Menschen effektiv im Kampf? Die Art, wie ein Mensch ist und wie seine körperlichen Voraussetzungen sind, bestimmen wie er kämpfen muss. Und für die Mehrzahl aller Menschen ist es vorteilhaft, sich mit einfachen Techniken wie Handflächenstößen zu schützen, wenn er kämpft.

Deshalb habe ich für mein Buch alles genau analysiert und habe erklärt, wie Fauststoß und Handflächenstoß eingesetzt werden, welche Merkmale typisch für sie sind und welche Vor- bzw. Nachteile ein Kämpfer dabei hat. Ich möchte, dass jeder, der mein Buch liest und VC-Ving Chun lernen will, darüber Bescheid weiss und alles offen diskutiert wird. Meine

eigenen Erfahrungen und die meiner Schüler haben mir gezeigt, dass alle Punkte für den Handflächenstoß sprechen. Selbst erfahrene Faustkämpfer, die ich im Laufe der Jahre kennengelernt habe und die oft auch bei mir trainiert haben, haben ihre Erfahrungen mit Handflächenstößen gesammelt und sind von deren Vorteilen überzeugt. Auch Leute, die in meinen 20 Jahren Ving Chun zu mir kamen und einen sehr guten Fauststoß hatten, sind durch das Training von Handflächenstößen noch schneller geworden.

Denn das ist doch klar: Wenn ich, bevor ich zuschlage, zuerst meine Finger zurückziehe und meine Hand zur Faust balle, dann brauche ich dafür mindestens einige Millisekunden. Die Zeit, die ich dabei benötige ist für mich verloren. Und Zeit ist das Kostbarste, was wir haben, nicht nur im Leben, sondern vor allem auch im Kampf, wenn es um Überleben geht. Wenn der Gegner vor mir steht, dann habe ich keine Zeit zu verlieren, sondern ich muss die Zeit, die ich habe, optimal nutzen. Wenn ein Schlägertyp mich angreift, habe ich keine Zeit um die Finger zurückzuziehen und die Fäuste zu ballen - und dann kommt noch der Gedanke dazu, denn ich muss zuerst vom Gehirn aus den Befehl dafür geben.

Nicht nur von der Logik her, sondern auch mathematisch und anatomisch gesehen habe ich recht, das wissen viele Experten. Arme und Beine sind unsere Werkzeuge, im Alltag wie im Kampf. Für eine bewusste, willkürliche Bewegung muss ein Befehl vom Gehirn kommen. Reflexartige Bewegungen dagegen werden direkt vom Rückenmark aus an die Rezeptoren in den Gliedmaßen geleitet, ohne Umweg über das Gehirn. Das bedeutet, jede Bewegung aus Reflex ist einige Millisekunden schneller. Aus diesem Grunde trainieren wir im VC-Ving Chun unsere Reflexe, um blitzschnell und ohne Nachzudenken handeln zu können. Und so ist es nicht schwer zu verstehen, dass man viel Zeit verliert, wenn man Fauststöße macht, selbst als erfahrener Kämpfer, vor allem aber als ungeübter Anfänger, der durch seine mangelnde Erfahrung beim Kampf sowieso in der nachteiligen Position ist.

Ich werde nicht nur in diesem Buch, sondern auch in verschiedenen Fachzeitschriften diese Zusammenhänge erklären. Natürlich weiss ich, dass viele Menschen das nicht verstehen und dass viele, die lange Jahre mit der Faust erfolgreich waren, sich vehement für ihre Fauststöße einsetzen werden. Sie werden mich auch als Experten angreifen. Selbstverständlich sollen sie ihre Sache weitermachen. Doch insgeheim, in ihrem Inneren, werden sie die Logik erkennen und mir zustimmen: Für einen Anfänger ist der optimale Weg die offene Hand, offene Techniken.

Für mich ist Ving Chun etwas Großes, etwas Besonderes - eine Wissenschaft. Und die Leute, die überall in der Welt **詠春拳** Ving Chun trainieren, wissen genau, dass ich recht habe.

Ich habe seit 20 Jahren Tag für Tag Ving Chun trainiert und unterrichtet. Dabei habe ich alles erlebt, was auch jeder Ausbilder in seiner Schule erlebt. Denn natürlich waren wir nicht immer so groß wie heute. In meinen Anfangsjahren bin ich Tausende von Kilometern gefahren, um im In- und Ausland Seminare zu geben. Ich habe meine Plakate selbst angefertigt und eigenhändig verteilt, nur mit der Unterstützung meiner Frau. Ich habe mit meiner Familie auf Urlaub und Freizeit verzichtet, um das aufzubauen, was wir heute haben: eine große Kung Fu Familie mit vielen loyalen Mitgliedern und ein erfolgreiches Geschäft, von dem nicht nur meine Familie lebt, sondern auch viele meiner Schüler und deren Familien.

Was ich in meinem Buch vermitteln will, auch durch mein Können und meine langen Jahre Erfahrung, ist dass der Schüler, der bereits bei mir trainiert, oder der Schüler eines anderen Kampfkunstsystems, oder der interessierte Laie, der ganz neu mit Kampfsport anfangen will, mit Spaß lernen und sich mit VC-Ving Chun schnell und effektiv schützen kann.

Wir wissen natürlich: ein Buch zu lesen reicht allein nicht aus. Der optimale Weg ist, zusätzlich zum Buch bei einem anerkannten, gut ausgebildeten diplomierten VC-Ving Chun Lehrer zu lernen und zu trainieren. Wichtig ist, selbst zu trainieren, auf seine Ernährung zu achten, für ausreichend Schlaf zu sorgen, auf seinen

Körper und seine Gesundheit aufzupassen, damit man auf der Straße fit ist.

Ein Mensch braucht seine Ernährung, seinen Schlaf, seine Flüssigkeit. Das heißt es gibt bestimmte natürliche Faktoren, die ihm in seinem Leben helfen. Er muss innerhalb bestimmter Rahmenbedingungen leben und bewußt auf sich achten. Wenn er seine Nächte in der Disco verbringt oder sein Alkoholkonsum zu hoch ist oder er gar andere Drogen nimmt, dann muss er sich nicht wundern, wenn er auf der Straße nicht schnell genug reagieren kann und getroffen wird.

In einem gesunden Körper steckt ein gesunder Geist oder - in einem gesunden Geist steckt ein gesunder Körper. Diese beiden Faktoren spielen die ausschlaggebende Rolle, und diese beiden Faktoren müssen zu jeder Zeit stimmen, damit Körper und Geist immer fit sind. Denn man weiss ja nicht, wann der Gegner kommt, wann die Gefahr auftaucht.

In meinem Buch habe ich mir viel Arbeit gemacht, die VC-Ving Chun Programme für Anfänger zu erklären, jede einzelne Bewegung zu beschreiben und mit Fotos zu illustrieren. Das Ving Chun System ist ein sehr altes System, nicht nur 300 - 400 Jahre, wie viele sagen, sondern über Tausend Jahre. Vor über 300 Jahren hat die Nonne Ng Mui das System bekannt gemacht und an die Öffentlichkeit gebracht. Und ich habe, seit ich Ving Chun entdeckte, alles dafür getan, es noch mehr bekannt zu machen und jedem Durchschnittsbürger zu ermöglichen, diese schöne alte Kunst zu lernen.

Ich habe es noch mehr geöffnet um noch mehr Techniken und Programme zu zeigen, die früher immer versteckt wurden. Ich bin der Meinung, dass wir es nicht nötig haben etwas zu verstecken. Natürlich ist in der heutigen Zeit alles kommerziell geworden, so auch Ving Chun. Doch wenn ich Spezialprogramme und frühere „geheime Techniken“ zeige, dann nicht aus kommerziellen Gründen, sondern weil ich möchte, dass die Menschen dieses System lernen und dass auch in 100 Jahren noch Leute da sind, die meinen Namen kennen und die VC-Ving Chun trainieren.



Kommerziell müssen wir sein, um die Kosten zu tragen. Dadurch haben wir gesichert, dass unsere Schüler in unseren eigenen Räumen trainieren können statt in irgendwelchen Turnhallen, und dass wir jede Bequemlichkeit bieten können, von der geheizten Trainingshalle bis zu sauberen Duschen und Umkleiden und Bistros für Geselligkeit und gesunde Sporternährung.

Vor allem aber ist durch die kommerzielle Art zu arbeiten und VC-Ving Chun zu einem großen Verband aufzubauen, mit acht angeschlossenen Organisationen, über 30.000 Schülern in Europa und über 500 Ausbildungsstätten, mit Schulen im In- und Ausland, noch etwas anderes möglich geworden: dass viele meiner Ausbilder und Lehrergrade nicht nur nebenberuflich arbeiten, sondern als Vollprofis VC-Ving Chun anbieten, davon leben und sich so ihre Zukunft weiter aufbauen. Denn wer als Lehrer und Geschäftsmann für Ving Chun lebt und arbeitet, sollte wirtschaftlich klug handeln. Er wird wie jedes Unternehmen einen Teil seiner Einnahmen geplant wieder in sein Geschäft hineinstecken, als Rücklage und für neue Investitionen, um eine finanzielle Rückendeckung zu haben und mehr wirtschaftlichen Erfolg. So wird es in jeder Aktiengesellschaft gemacht: nicht der gesamte Gewinn wird an die Aktionäre (also an die Unternehmenseigner) ausgeschüttet, sondern das, was nach Rücklagenbildung, Neuinvestitionen usw. übrig bleibt. Das habe auch ich getan. Ich verteile heute eine halbe Million Infohefte pro Jahr, von Plakaten und Handzetteln ganz zu schweigen. Auch das heißt kommerziell arbeiten: es geht nicht nur um die Monatsbeiträge und Ausbildungsgelder, die hereinkommen, sondern auch um die Kosten, die nötig sind, um einen so großen Verband erfolgreich zu führen.

Vor Jahren kam ein Schüler zu mir und bat mich, ihm umsonst alles beizubringen. Er würde dafür alles tun, um mir zu helfen, würde meinen Müll wegbringen usw. Doch ich sagte ihm, wenn ich dich kostenlos unterrichte, dann muss ich, um meine Familie zu ernähren, tagsüber arbeiten gehen. Dann verdiene ich das Geld, das ich zum Leben brauche, habe aber keine Zeit, dich

in dem Umfang zu unterrichten, wie du es gern hättest. Wenn ich arbeiten gehe, kann ich mich in dieser Zeit nicht wie ein Meister um meine Schüler kümmern. Das ist in jedem anderen Beruf auch so. Ein Meisterkoch wird sich auch den ganzen Tag mit seiner Küche und seinen Mitarbeitern dort beschäftigen. Und dafür ist ein von ihm zubereitetes Menü nicht kostenlos, und jeder Gast weiß den Wert seiner Arbeit - gegenüber dem Schnellrestaurant um die Ecke - zu schätzen.

Ich bin als Meister 24 Stunden am Tag für Ving Chun da, genauso wie viele meiner Profi-Ausbilder. Wer sich keine Zeit nimmt für sein eigenes Training, für seine Schüler und für sein Geschäft, das eine professionell geführte Ving Chun Akademie, ein Center oder eine große Schule nun einmal ist, wird niemals ein Vollprofi-Ausbilder werden. Wer also richtig erfolgreich sein will, muss sich voll und ganz seiner Aufgabe widmen, so wie ich es seit 20 Jahren mache. Jeder, der Ving Chun als Nebenberuf ausübt, kann in der ihm zur Verfügung stehenden Zeit ebenfalls erfolgreich arbeiten und eine AG und auch eine oder mehrere Schulen leiten. Das zeigen viele Beispiele aus den Reihen meiner Ausbilder, die studieren oder berufstätig sind und nebenbei Ving Chun unterrichten. Es gibt Vollprofis und es gibt Halbprofis. Der eine lebt davon, der andere verdient etwas nebenbei, aber alle können mit meinem Konzept erfolgreich sein.

Ich kann mich erinnern, als ich vor 10 Jahren meine Erlaubnis von Hongkong bekommen habe, mit meinem Können im Ving Chun und den Erfolgen die ich als Ausbilder und Sifu vorweisen konnte, meinen Weg zu gehen und meine eigene Organisation aufzubauen, war da ein anderer Ausbilder, der mir von meinen Plänen abriet. Er meinte, man dürfe Ving Chun nicht zu kommerziell machen, dürfe keinen Privatunterricht geben, keine Ausweise ausgeben oder gar Prüfungen abnehmen und Urkunden verteilen. Heute arbeitet er wie ich gehört habe in einem anderen Verband und arbeitet sehr kommerziell, mit genau diesen Mitteln, mit allem was dazu gehört, und ist dabei sogar noch sehr streng, wenn es um die Einhaltung seiner Vorgaben geht.

Deshalb habe ich mich nie von jemandem beeinflussen lassen. Ich werde Ving Chun auch in Zukunft nach meinen Konzept anbieten und es jedem, der VC-Ving Chun lernen will, möglich machen das zu tun. Ich lebe für Ving Chun und werde dabei seit Jahren vor allem von meiner Familie und von meinen Schülern unterstützt. Ich bin ein guter Sifu, der seine Schüler gut ausbildet und der stets für sie und ihre Probleme da ist. Und das ist auch die Richtung, auf die ich meine Ausbilder und Lehrer schicke, die für mich VC-Ving Chun weitergeben.

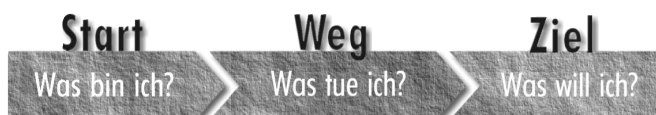
Mein Konzept ist ganz einfach: ich erwarte vor allem, dass ein Schüler Interesse zeigt, etwas zu lernen. Dann kann ich ihm alles vermitteln, was zu den drei Säulen meines Konzeptes gehört:

1. ein guter Kämpfer

2. ein guter Lehrer

3. ein/e gute/r Geschäftsmann/frau zu sein.

Wenn ein Schüler oder eine Schülerin mit Fleiß und in Zusammenarbeit mit mir und meinem Lehrer- und Ausbildungsteam schafft, diese drei Säulen zu repräsentieren, wird er/sie im Leben Erfolg haben, egal ob als VC-Lehrer oder in seinem eigenen Beruf. Denn jeder kann lernen sein Leben zu analysieren und noch erfolgreicher zu werden. Dazu dient vor allem auch die 3 Was-Formel aus der VC-Ving Chun-Esoteric. Mit drei einfachen Fragen



kann ein Mensch alles analysieren, Schwachpunkte entdecken und beseitigen und seine Stärken fördern, um mehr Erfolg zu haben und ein positives Leben zu führen.

Damit schafft man es, jeden Menschen erfolgreich und zufrieden zu machen, der fleißig lernt, trainiert und mein Konzept für sich einsetzt.

Lassen Sie uns nicht Träumer sein, sondern Verwirklicher!

Ich hoffe, dass Sie, liebe Leserin und lieber Leser, an meinem Buch Spaß haben, sei es dass Sie es als zusätzliches Lehrbuch zum VC-Unterricht nutzen, sei es dass Sie dadurch VC-Ving Chun kennenlernen und für sich zu Hause trainieren - es wird ihnen in jedem Fall viele wertvolle Hilfen und Programme geben, die Ihnen VC-Ving Chun näherbringen und die dafür sorgen, dass Sie sich schützen können.

Und sollten Sie Fragen haben, rufen sich mich an. Ich stehe gern jedem zur Verfügung, um mit ihm zu reden und über Ving Chun zu diskutieren, um seine Fragen zu beantworten und ihn zu beraten.

Ihr Sigung Sifu-Meister
Birol Özden

