



Trainings ab März 2022

Wing Chun Kung-Fu Training:

Warm-Up / Formen / Techniken / Anwendungen

Basistraining (Staffel)

60 Min.

▸ Montag, 18:00 - 19:00

Wing Chun Kung-Fu Training:

Vertiefung Anwendungen

Zusatztraining (Staffel)

30 Min.

▸ Montag, 19:00 - 19:30

Preise:

Gruppentraining kann nur als Staffel gebucht werden.

Basistraining:
CHF 140.—/10-er Staffel

Vertiefungstraining:
CHF 70.—/10-er Staffel

Privattrainings können pro Lektion einzeln gebucht werden:
CHF 90.—/Lektion

Privattraining:

Wing Chun Kung Fu / Qi Gong / Fighter Fitness

Privattraining (Einzellektionen)

45 Min.

▸ nach Vereinbarung



Trainingsdaten siehe <http://hulong.ch/#programm>

Kurse / Seminare:

Programm nach Ausschreibung

▸ siehe <http://hulong.ch/#aktuell>

COVID-19-Schutzmassnahmen

- Die Trainings werden den Massnahmen nach jeweils geltender COVID-19 Verordnung angepasst.
- Wir empfehlen:
 - eigene Yogamatte mitbringen
 - vor und nach dem Training Hände desinfizieren
 - Maske bei Partnerübungen (freiwillig) tragen



- Weiterhin gilt:
 - bei Symptomen zu Hause bleiben.

