

## Kampfkunst der Achtsamkeit

Datum: am 02.09.2023 um Samstag 14-19 Uhr, Sonntag 10-16:30

Titel: Wochenend-Workshop mit Frederik Wahl

Basis- und Partnerübungen, Form, Anwendungen, Spinning Hands

Weitere Infos auf [www.ilichuan-hamburg.de](http://www.ilichuan-hamburg.de)

---