

保潮體育中心



Bao Trieu Sportcentrum

Spicastraat 198
9742 LZ Groningen
tel./fax 050 - 571 54 70
info@baotrieu.com

KUNG FU / WUSHU

ALL STYLE SPARRING

SANSHOU / SANDA

AGRESSIE MANAGEMENT

ZELFVERDEDIGING

DRAKEN- & LEEUWENDANS

DEMOTEAM



BTB Semi Contact Handbeschermers / Voetbeschermers

€ 32,50 BTB-leden

€ 35,00 niet-leden



不怕慢 只怕站
Wees niet bevreesd
angzaam vooruit te
komen, maar wel
stil te blijven staan.

Kung Fu / Wushu - vereniging BAO TRIEU / Blijd
Spicastraat 198, 9742 LZ Groningen, 050-571 54 70

Kleding Kung Fu / Wushu

We stellen het dragen van Bao Trieu
kleding sterk op prijs.
Zorg zelf voor beschermend materiaal:
hand- en voetbeschermers, bitje, enz.

BTB T-shirt "SPECIAL"

V-hals, reflecterende opdruk 17,50

BTB T-shirt "STANDAARD"

Senior: s,m,l,xl 14,00

Junior 12,50

BTB Broeken "SUPER"

Grijs, met zwart/rode band

≥ 160 cm 37,50

< 160 cm 35,00

BTB Broeken "COOL"

Grijs, met zwarte band

≥ 160 cm 35,00

< 160 cm 32,50

BTB Broeken "FIGHTING TROUSER"

Zwart, met grijs/rode band

≥ 160 cm 32,50

< 160 cm 30,00

BTB Broeken "STANDAARD"

Zwart, met grijze band

≥ 160 cm 30,00

< 160 cm 27,50

BTB Broeken "SIMPLE"

Zwart, met paarse band

17,50

Wushu Schoenen

Maat 30 - 34 15,00

Maat 35 - 44 17,50

Sjerp 8,25

BTB Pin 3,50

BTB Embleem 2,75

BTB Sticker 0,50

BTB verkoopt tegen inkoop prijs.
Prijzen onder voorbehoud.

Wushu

De Chinese vechtskunst Wushu is een progressieve, creatieve en culturele sport en lichaamskunst. Het heeft zich ontwikkeld uit de gevechtstechnieken van het oude China. De ruggespraak van Wushu wordt gevormd door de vormen: een reeks aanvals- en verdedigingstechnieken tegen meerdere (denkbeeldige) tegenstanders, met of zonder wapens. Vormen zijn geschikt voor elke leeftijd. Het zijn zeer efficiënte bewegingsoefeningen, waarmee getraind wordt in ritme, evenwicht, coördinatie, correcte lichaamshouding, soepelheid, ademhaling, emotiebeheersing, en de samenwerking van lichaam en geest.

Bij het wedstrijdvechten leggen we vooral nadruk op goede beheersing van de technieken; we willen mooie en gevarieerde technieken laten zien. We maken veel gebruik van hoge beentechnieken, waardoor we grotere afstanden kunnen overbruggen en de tegenstander van ons afhouden; blitzen (versnellen), waardoor we sneller bij de tegenstander zijn; zweeps slag, backfist en ridge-hands.

We beginnen de les met de groet: een teken van respect voor de oprichter van de stijl, alle voorgaande meesters, alle beoefenaars van de stijl en alle vechtsport-beoefenaars in het algemeen. De open hand is het symbool voor het vrouwelijke, het passieve, het verdedigen; de vuist is het teken voor het mannelijke, het actieve, het aanvallen. Deze twee dienen elkaar in evenwicht te houden!

JUST CLICK HERE
AND TELL IT LIKE IT IS

 www.baotrieu.com
 info@baotrieu.com

Lestijden



Kung Fu / Wushu (& All Style Sparring)

ma, wo, vr.

17.00 — 18.00	kinderen 6 t/m 12 jr.
18.00 — 19.00	jeugd 13 t/m 15 jr. juniores 16 en 17 jr.
19.00 — 20.00	senioren
20.00 — 21.00	gevoorderden
do. 18.00 — 19.00	beginners

Kung Fu / Wushu voor 35+

di. 20.00 — 21.00 beginners/gevoorderd

Zelfverdediging

di. 18.00 — 19.00 beginners/gevoorderd

do. 19.30 — 20.30 beginners/gevoorderd

Sanda

di. 19.00 — 20.30 Boksen

do. 19.30 — 21.30 Sanda



Leeuwendans / Drakendans

di. 17.00 — 19.00

Contributie

Inschrijfgeld: 5,00

Kung Fu / Wushu (& All Style Sparring)

3x per week

Kinderen 6 t/m 12 jr.	12,75 per maand
Jeugd 13 t/m 15 jr.	15,50 per maand
Juniores 16 en 17 jr.	20,00 per maand
Senioren	22,50 per maand

Kung Fu / Wushu voor 35+

1x per week 14,50 per maand

Zelfverdediging / Sanda

1x per week	14,50 per maand
2x per week	20,00 per maand

Wushu-vereniging Bao Trieu / Blijd

Spicastraat 198, 9742 LZ Groningen

Bao Trieu werd in april 1979 in Groningen opgericht door Sifu Trieu Trung La. Sifu La benoemde in 1983 Earl Blijd als assistant-leraar. In 1984 nam Earl Blijd de leiding van Bao Trieu over. Hij is sindsdien de drijvende kracht achter Bao Trieu.

Earl is geboren op Curaçao, een mooi, zonnig, Caribisch eiland. Earl kreeg zijn bijnaam "The Panther of Curaçao" om zijn goede beentechnieken en zijn kat-achtige lenigheid.

Earl Blijd tracht d.m.v. Wushu-vereniging Bao Trieu / Blijd het beoefenen van de Chinese Gevechtskunsten, **Kung Fu / Wushu**, te stimuleren. Vele mensen van verschillende nationaliteiten, jong en oud, trainen Wushu bij Bao Trieu / Blijd. Naast de traditionele Kung Fu stijl Hung Gar traint Bao Trieu ook moderne Wushu.

Wat betreft het wedstrijdvechten kan je bij Bao Trieu zowel semi-contact (all-style sparring) als het Chinese full-contact Sanda / Sanshou beoefenen. Daarnaast kun je je bekwamen in zelfverdediging.

Bao Trieu geeft ook regelmatig speciale workshops en cursussen, bijv. voor het onderwijs, bedrijfsleven of mensen met een fysieke beperking.

Het demoteam van Bao Trieu / Blijd staat internationaal bekend op het gebied van vechtsport/vechtkunst, vooral omdat het team zoveel verschillende stijlen Wushu-vuistvormen, -wapens en ingestudeerde gevechten laat zien. Maar ook hun mooie Leeuwendansen en Drakendans maken veel indruk.